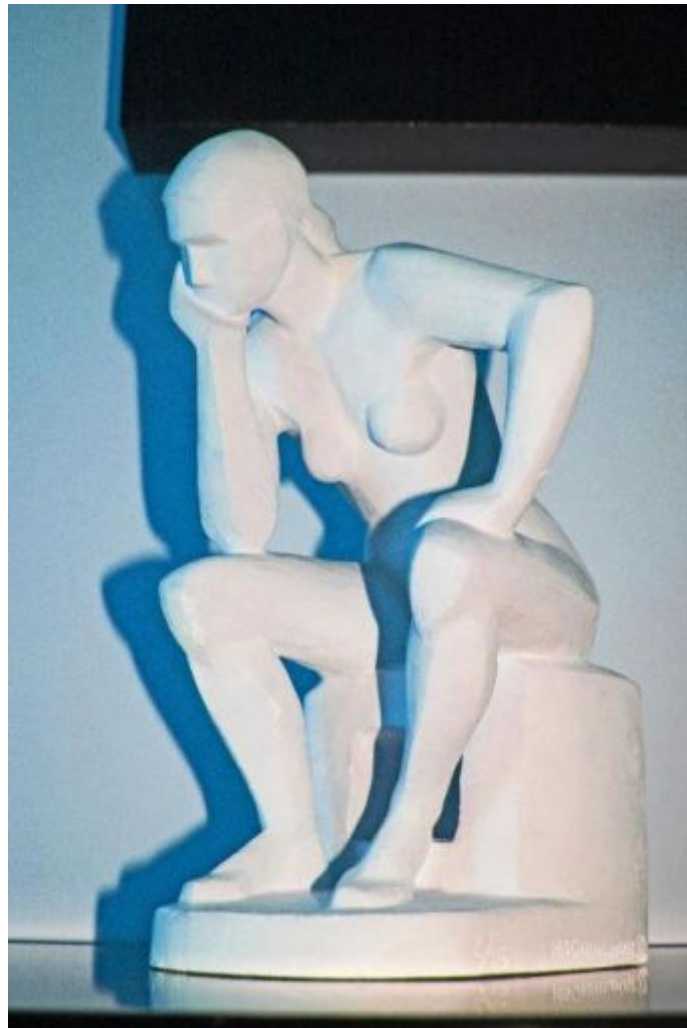


Greinargerð um stofnun Kvenfélags SÁÁ



Kvennamáttur, kærleikur, jafnrétti, þekking og hugrekki.

Höfundur:
Kristín I. Pálsdóttir
fyrir ráð Kvenfélags SÁÁ.

¹ Hugsuðurinn eftir Ragnhildi Stefánsdóttur.

*Kæri Guð.
Eru strákar betri en stelpur? Ég veit að
þú ert einn af þeim, en ég bið þig að
svara þessu af sanngirni.
Kær kveðja,
Sylvia, 8 ára.²*

Kvenfélag SÁÁ

Hún Sylvia litla sem skrifaði Guði sínum árið 1967 hafði væntanlega ekki fengið neina fræðslu í kynjafræði áður en hún áttaði sig á því að hún byggi í samfélagi þar sem karlar væru valdameiri en konur. Síðan eru liðin hátt í 50 ár og margt hefur áunnist í réttindabaráttu kvenna. Þó er margt ógert og því er nauðsynlegt að halda uppi umræðu um hið svokallaða kynjakerfi og birtingarmyndir þess.

Heimspekingurinn John Stuart Mill (1806-1873) benti á það að við vissum ekki hvernig jafnrétti væri af því að við hefðum aldrei upplifað það. Þetta á ennþá við í dag, við höfum aldrei upplifað samfélag þar sem karlar og konur eru algjörlega jöfn. Alltaf er verið að sjá hlutina í nýju ljósi og á síðustu árum hefur orðið mikil vitundarvakning um að taka þurfi aukið tillit til þarfa hvors kyns í meðferð alkóhólista.

Kvenfélag SÁÁ var stofnað 27. september 2012 og náði því þriggja mánaða aldri nú um áramót. Nokkur aðdragandi var að stofnun félagsins og margar gildar ástæður. Innan SÁÁ var áhugi á því að konur færu að skoða sín mál á eigin forsendum. Á fundi í Von í apríl 2012 hvatti Þórarinn Tyrfingsson konur innan samtakanna til að „leggja á brattann“ og taka málið til sín og „tala sitt eigið tungumál um þetta mál og finna sínar þarfir í þessu“. Þórarinn benti líka á að það þyrfti að taka kvennameðferðina „í næstu kynslóð“.³

Konur innan samtakanna létu ekki ganga á eftir sér með að hefja þetta starf og settu sér strax skýr markmið sem unnið hefur verið að síðan:

Markmið félagsins eru að vera velunnari SÁÁ og stuðla að og styðja við starf að jafnréttismálum innan SÁÁ, stofna til umræðu um konur, fíkn og ofbeldi og huga að sérstökum meðferðarúrræðum fyrir konur. Félagið vill að komið sé á samstarfi við stofnanir, samtök og aðra fagaðila sem fást við ofbeldi og úrvinnslu áfalla.

Félagið vill beita sér fyrir frekari úrvinnslu gagna SÁÁ og kanna leiðir til að afla meiri upplýsinga í gegnum viðtölin á Voggi, konum til góða, og stuðla að rannsóknum á þessu sviði. Ennfremur að afla þekkingar, halda fyrirlestra, ráðstefnur og námskeið, eitt eða í samstarfi við önnur félög, og efla umræður um fíknitengd málefni sem snerta konur sérstaklega.

Áhugi er á að auka þátt kvenna í starfi SÁÁ og gera það á þeirra forsendum. Þetta gildir um alla starfsemi félagsins, félagsstarf og breyttar áherslur í meðferðarstarfi, ekki síst með tilliti til þess að konur sem glíma við fíknisjúkdóma eru í ógnvekjandi háum hlutföllum að glíma við afleiðingar ofbeldis og áfalla um leið og þær vinna að bata sínum frá alkóhólismanum.

² Marshall, Eric og Stuart Hample, ritstj. 1967. Children's Letters to God.

³ Samtal um konur og alkóhólisma í Von, 25.4.2012. Vefslóð: <http://www.saa.is/pages/islenska/edru-tv/samtal-um-alkoholisma-og-konur-iv/>.

Á heimasíðu SÁÁ kemur fram að: „Samtökin byggja meðferðarstarf sitt á tiltækri vísindalegri þekkingu í læknisfræði, sálarfræði og félagsvísindum og binda sig því ekki við neina eina meðferðarhugmynd. Vaxandi vísindaleg þekking um fíknisjúkdóma og meðferð þeirra leiðir sífellt af sér nýjungar í þjónustunni. Þannig hafa samtökin byggt upp alhliða meðferð sem kemur til móts við flesta einstaklinga og undirhópa í sjúklingahópnum sem til samtakanna leita og býður meðferð sem stenst strangar faglegar kröfur.“⁴ Kvenfélagið telur að margt megi enn gera til að bæta meðferð kvenna en víða um heim er verið að rannsaka og þróa meðferð sem sérsniðin er að þeirra þörfum.

Eitt af markmiðum okkar er að koma á samstarfi við stofnanir og samtök. Þetta er í samræmi við stefnu SÁÁ sem nú þegar hefur hafið starf í Öryggisráðinu, sem er samstarfsvettvangur samtaka, félaga og stofnana, sem hefur að markmiði að „byggja upp skilgreiningar á vandanum sem vinna má eftir, kortleggja þörf einstakra hópa fyrir þjónustu og byggja upp aukna samvinnu milli ólíka samtaka og stofnana“.⁵

Við erum því ekki að finna upp neitt hjól en viljum nýta þá þekkingu og þau úrræði sem þegar eru til staðar. Við teljum árangursríkara að hafa samstarf við þá fagaðila, stofnanir og samtök sem veita konum hjálp með það að markmiði að auðvelda þeim að fá hjálp og meðferð sem þær þurfa í stað þess að þær séu ráðvilltar og viti ekki hvert þær eiga að leita. Þannig er hægt að koma í veg fyrir tvíverknað og stuðla að því að meðferðin sé á einhvern hátt samræmd.

Þegar við skoðuðum starfsemi SÁÁ í vor kom líka í ljós að jafnréttismál hafa ekki verið tekin nægilega föstum tókum innan félagsins og veruleg þörf er á því að koma af stað öflugri umræðu um þau. Við viljum hrinda af stað vitundarvakningu um að jafnrétti er framkvæmdaprógramm. Þar sem jafnrétti er ekki til umræðu og aðgerðir í gangi því til framdráttar, þar er ekki virkt jafnrétti. Í haust tók SÁÁ upp Jafnréttisstefnu en enn á eftir að gera framkvæmdaáætlun út frá henni og svo ýta henni úr vör með aðgerðum.

Við viljum styðja SÁÁ í sinni mannréttindabaráttu með því að vinna að stærsta mannréttindamálinu sem snýr að konum en það er rétturinn til lífs án ofbeldis.⁶

Starfsemi félagsins

Nú eru um 160 konur skráðar í félagið og mjög góð þátttaka hefur verið í viðburðum sem félagið hefur staðið fyrir. Undirbúningur að stofnun þess hófst vorið 2012 og fjórar konur voru í undirbúningshópi að stofnun þess, þær: Guðrún Kristjánsdóttir, Guðrún Ebba Ólafsdóttir, Gunnhildur Bragadóttir og Kristín I. Pálsdóttir. Undirbúningshópurinn tók að sér að skipuleggja nokkra viðburði í samtalsröðinni um konur og alkóhólisma:

- 25. apríl 2012. Sólveig Eiríksdóttir og Gunnhildur Bragadóttir og fleiri hefja samtal um reynslu kvenna af neyslu, meðferð og bata.
- 2. maí 2012. Þurfa konur sérmeðferð eða sérstök úrræði? Valgerður Rúnarsdóttir, læknir, Anna Bentína Hermansen kynjafræðingur og Kristín I. Pálsdóttir stjórnarmeðlimur í Femínistafélagi Íslands.

⁴ SÁÁ. Vefslóð: <http://www.saa.is/islenski-vefurinn/felagsstarf/upplýsingar-um-saa/>.

⁵ SÁÁ. Vefslóð: <http://www.saa.is/pages/islenska/frettasidur/oryggisradid/>.

⁶ Mannréttindaskrifstofa Íslands. Yfirlýsing um afnám ofbeldis gagnvart konum. Vefslóð: <http://www.humanrights.is/log-og-samningar/mannrettindasamningar/sameinudu-tjodirnar/yfirl-afnam-ofbeldis-konur/>.

- 9. maí 2012. Sár reynsla og leiðin til bata. Þórarinn Tyrfingsson, yfirlæknir á Vogu og Guðrún Ebba Ólafsdóttir höfundur bókarinnar *Ekki lita undan*, hafa framsögu.
- 23. maí 2012. Fyrirgefning og vald. Dr. Sólveig Anna Bóasdóttir dósent í guðlegri siðfræði.
- 19. september 2012. Hanna Björg Vilhjálmisdóttir, félagsgreinakennari, framhaldsskólakennari og femínisti og fjallar um jafnrétti og mikilvægi valdeflingar kvenna.

Formleg stofnun Kvenfélags SÁÁ var fimmtudaginn 27. september í Von, Efstaleiti. Guðrún Kristjánsdóttir, fundarstjóri, kynnti hugmyndina, aðdraganda að stofnun félagsins og sagði frá starfi undirbúningshópsins.

Guðrún Ebba las upp lög félagsins sem voru samþykkt einróma. Gunnhildur las þá upp tillögu undirbúningshóps að ráðinu sem einnig var samþykkt einróma. Ráðið skipa: Árdís Þórðardóttir, Guðrún Ebba Ólafsdóttir, Guðrún Kristjánsdóttir, Gunnhildur Bragadóttir, Ilmur Kristjánsdóttir, Katrín Björk Eyjólfsdóttir, Kristín I. Pálsdóttir, Sara Lind Þórðardóttir og Þórlaug Sveinsdóttir. Líflegar umræður fóru fram um starfið framundan og ljóst að ekki vantar hugmyndir eða úrlausnarefni fyrir hið nýstofnaða félag. Félagið er með síðu á www.Facebook.com/KvenfelagSAA og netfangið kvenfelag@saa.is. Á fundinum voru um 75 konur á aldrinum 30–70 ára. Þar að auki höfðu um 20 konur skráð sig sem stofnfélaga í gegnum netið þannig að stofnfélagar félagsins eru 95 talsins.

- Ráðskonur mættu með kynningu á baráttufundi SÁÁ í Háskólabíói á laugardaginn 6. október.
- Samtal um áföll og áfallastreituröskun. 10. október 2012. Dr. Berglind Guðmundsdóttir dósent í klínískri sálfræði og verkefnastjóri áfallateymis bráðasviðs og geðsviðs á Landspítala fjallar um áföll og áfallastreituröskun og hvaða áhrif það getur haft á baráttuna við fíkn
- Hvernig höldum við heilsunni í góðu jafnvægi? 14. nóvember 2012. Dagmar J. Eiríksdóttir, nálastungufræðingur talar um almenna heilsuuppbyggingu.
- Ráðskonur heimsóttu Valgerði Rúnarsdóttur lækni á Vogu. 23. nóvember 2012.
- Aðventuskemmtun kvenfélags SÁÁ 12.12.12. Stóra myndin og *Hvítfeld*. Goddur flytur fyrirlestur og Kristín Eiríksdóttir skáldkona les upp úr og ræðir bók sína *Hvítfeld*.
- Fyrsta Dísaping Kvenfélags SÁÁ haldið í Von sunnudaginn 4. nóvember. Unnið var að því að finna gildi félagsins og að skilgreina þau verkefni sem félagið vill beita sér fyrir.

Þórhildur Sveinsdóttir markþjálfari leiðbeindi félagskonum. Skipulagið dró dóm af því skipulagi sem notað var á Þjóðfundinum. Vinnuáferð Þórhildar tryggir að allir koma sínum hugmyndum að á jafnréttisgrundvelli. Þegar upp var staðið voru þau gildi sem konurnar völdu 5 orð – Kvennamáttur, kærleikur, jafnrétti, þekking og hugrekki. Ráðið tók svo við niðurstöðunni og mun vinna úr henni. Seinnihluti Dísapings fór í að skilgreina verkefni félagsins og hvaða verkefni er brýnast að ráðast í. Ljóst er að það eru mörg mál sem brenna á félagskonum: Áhyggjur af ungum konum og mæðrum og aðstæðum þeirra til að ná bata voru greinilega ofarlega í huga margra. Jafnréttismál, fræðsla og þekkingaröflun brenna líka á konum ásamt fleiru.

Viðtöl hafa birst við ráðskonur í SÁÁ blaðinu⁷, oftast en einu sinni, þær hafa verið í viðtölum í Samfélaginu í nærmynd á Rás 1, þann 27. september⁸ og 11. desember⁹, í Morgunblaðinu hinn 12.

⁷ „Jafnrétti og þarfir kvenna að leiðarljósi“. SÁÁ blaðið. 3. tbl. 2012. Vefslóð: <http://www.saa.is/pages/islenska/vidtol/nr/131820/>. „Konur nái vopnum sínum“. SÁÁ blaðið. 2. tbl. 2012. Vefslóð: <http://www.saa.is/pages/islenska/vidtol/nr/128578/>.

⁸ „Samfélagið í nærmynd“, á RÚV 1, 27. sept. 2012. Vefslóð: <http://www.ruv.is/sarpurinn/samfelagid-i-naermynd/27092012/kvenfelag-saa>.

⁹ „Samfélagið í nærmynd“, á RÚV 1, 11. des. 2012. Vefslóð: <http://www.ruv.is/sarpurinn/samfelagid-i-naermynd/1122012/kvenfelag-saa-gudrun-kristjansdottir>.

desember og í þættinum Okkar á milli á Rás 1, hinn 15. nóvember¹⁰. Þá hefur félagið fengið umfjöllun í fjölmiðlum t.d. var skrifuð grein um það á Knúz.is.¹¹

Jafnrétti og ofbeldi

Þrátt fyrir áratuga baráttu og heimsmet í jafnrétti, að forsætisráðherrann og biskupinn séu konur og Vigdís hafi verið forseti, er margt óunnið í þessum málaflokki hér á landi. Þegar hinu formlega og lagalega jafnrétti var náð kom nefnilega í ljós að það dugar ekki til. Nýjar spurningar vakna líka stöðugt um það hvernig lög og reglur og aðrar aðgerðir tryggja jafnrétti best.

Ennþá er ríkjandi svokallaður „óútskýrður“ launamunur, konur eru örfáar í hæst launuðu störfunum, stjórnnum fyrirtækja og svo má áfram telja. Eitt sinn var talið að ein helsta ástæða þessa munar væri sú að konur voru minna menntaðar en karlar. Konur drifu þá í að mennta sig en það dugði því miður heldur ekki til og við þurftum enn einu sinni að klóra okkur í höfðinu yfir því hvað ylli.

Alvarlegasta birtingarmynd ójafnréttis er þó það ofbeldi sem konur verða fyrir á lífsleiðinni. Á heimasíðu Jafnréttisstofu, sem hefur það hlutverk að vinna gegn kynbundnu ofbeldi og áreitni, er kynbundið ofbeldi skilgreint á eftirfarandi hátt:

Lögin skilgreina kynbundið ofbeldi sem ofbeldi á grundvelli kynferðis sem leiðir til, eða gæti leitt til, líkamlegs, kynferðislegs eða sálræns skaða eða þjáninga þolenda. Einnig teljast hótanir um slíkt ofbeldi, þvingun eða handahófskennd svipting frelsis á grundvelli kynferðis, bæði í einkalífi og á opinberum vettvangi, til kynbundins ofbeldis.¹²

Á undangengnum árum hafa nokkrar rannsóknir verið framkvæmdar á ofbeldi á Íslandi og þar kemur fram að óhugnanlega hátt hlutfall íslenskra kvenna verður fyrir ofbeldi á lífsleiðinni. Ætla má að um það bil fimmta hver kona verði fyrir nauðgun¹³ og þá er ótalið annað ofbeldi sem konur verða fyrir. Í skýrslu sem velferðarráðherra lagði fyrir Alþingi 2011 kemur fram að umfang ofbeldis gagnvart konum hér á landi er gríðarlegt. Yfir 24% þátttakanda, í rannsókninni hafa orðið fyrir kynferðisofbeldi.¹⁴ Talið er að flestir verði fyrir kynferðisofbeldi á yngri árum og bandarískar tölur sýna að yfir 40% af fórnarlömbum nauðgana var fyrst nauðgað fyrir 18 ára aldur.¹⁵

Meirihluti þeirra sem beita ofbeldi eru karlmenn, því er talað um kynbundið ofbeldi, og því er mjög oft beitt í nánnum samböndum „af hendi núverandi eða fyrrverandi eiginmanna, sambýlismanna eða unnusta“.¹⁶ Karlmenn verða líka fyrir ofbeldi en það eru líka karlmenn sem oftast beita karlmenn ofbeldi. Í þeim tilfellum sem konur eru gerendur er ofbeldi oft beitt í sjálfsvörn og ofbeldi sem konur beita er heldur ekki jafn skaðlegt og það sem karlar beita.¹⁷

¹⁰ „Okkar á milli“, á RÚV 1, 15. nóv. 2012. Vefslóð: <http://www.ruv.is/sarpurinn/okkar-a-milli/15112012-0>

¹¹ Halla Sværissdóttir. „Að vera eða vera ekki í kvenfélagi“ í Knúz.is. Vefslóð: <http://knuz.is/2012/11/05/ad-vera-eda-ekki-vera-i-kvenfelagi-2/>.

¹² Jafnréttisstofa. 2013. Vefslóð: <http://www.jafnretti.is/jafnretti/?D10cID=Page3&ID=91>.

¹³ Ólína Guðbjörg Viðarsdóttir. Áhrif kynferðisofbeldis á líðan þolenda sem leita til Stigamóta: Tengsl áfallastreitueinkenna, áfengis- og vímuefnavanda og bjargráða. HÍ, 2009. Vefslóð: http://skemman.is/stream/get/1946/3482/10747/1/Olina_Gudbjorg_Vidarsdottir_fixed.pdf.

¹⁴ Alþingi. Skýrsla velferðarráðherra um aðgerðir samkvæmt aðgerðaáætlun ríkisstjórnarinnar vegna ofbeldis karla gegn konum í nánnum samböndum. (Lögð fyrir Alþingi á 139. löggjafarþingi 2010–2011.) Vefslóð: <http://www.althingi.is/altext/139/s/pdf/1214.pdf>.

¹⁵ Centers for Disease Control and Prevention. Vefslóð: <http://www.cdc.gov/ViolencePrevention/pdf/sv-datasheet-a.pdf>.

¹⁶ Ingólfur V. Gíslason. 2008. *Ofbeldi í nánnum samböndum*. Félags- og tryggingamálaráðuneytið. Vefslóð: <http://www.velferdarraduneyti.is/media/Ofbeldisbaekur/OfbeldiAdalbokin.pdf>.

¹⁷ Sama heimild.

Áhrif ofbeldis í nánnum samböndum eru margvísleg. Alþjóðaheilbrigðisstofnunin nefnir eftirfarandi afleiðingar: líkamlega áverka (sem geta jafnvel valdið fósturskaða), andleg vandamál sem leitt geta til sjálfsmorða, sjálfsmorðshugsana, þunglyndis og einnig til misnotkunar áfengis og fíkniefna. Þar kemur líka fram að ofbeldið kosti konur lífið. Í Bandaríkjunum voru 11% þeirra sem voru myrtir, á árunum 1976-2000, fórnarlömb maka síns.¹⁸

Fórnarlömb ofbeldis, sérstaklega nauðgana, eru líka mun líklegri en aðrir til að fá einkenni áfallastreituröskunar og enn og aftur eru það konur sem eru líklegri til að þjást af áfallastreituröskun en karlar.¹⁹ Algeng „sjálfsmeðferð“ við annars ómeðhöndlaðri áfallastreituröskun er einmitt misnotkun á áfengi og fíkniefnum sem notað er til að slökkva á minningunum og tilfinningunum sem fylgja ofbeldinu/áfallinu.

Í viðtali við Berglindi Guðmundsdóttur, yfirsálfræðings geðsviðs Landspítalans, kom nýverið fram að áfallastreituröskun leiðir gjarnan til geðlægðar, minni matarlystar, kvíða og áfengis- og lyfjamisnotkunar. Einnig að enginn einn þáttur er nægjanlegur til hjálpar, þegar um alvarlega áfallastreituröskun er að ræða, nema hugræn atferlismeðferð. Meðferðin krefst sérþekkingar fagsfólks.²⁰

Í bæklingi sem bandarísk stjórnvöld gáfu út um heilsu kvenna er farið yfir áhrif ofbeldis og áfalla á konur og þar kemur fram að sálræn áhrif geta komið fram í: Þunglyndi, lélegu sjálfsmati, áfallastreituröskun, samviskubiti eða skömm, losti eða vantrú, kvíða og ofsakvíðaköstum, tilfinningadoða, reiði, sjálfshatri eða sjálfsásökunum, almennri óttatilfinningu, sjálfsvígshugsunum og tilfinningu um að vera einskis virði og án vonar. Þá getur fylgt ótti við; karlmenn, einveru, að vera á meðal fólks, nánd eða hvað það sem framkallar minningar um ofbeldið.

Áhrif ofbeldis á hegðun eru, samkvæmt sömu heimild, sjálfsvígshugsanir eða sjálfsskaði, áhættusöm kynhegðun, áfengis- og vímuefnanotkun, átraskanir og annað hvort að forðast að fara til læknis eða óþarfar læknisheimsóknir. Einnig er langur listi yfir líkamleg-, fjárhags- og félagsleg áhrif ofbeldis.²¹

Kynbundið ofbeldi er til umræðu í öllum helstu alþjóðastofnunum, hjá Sameinuðu þjóðunum, Evrópusambandinu, Alþjóðaheilbrigðisstofnuninni, Amnesty International og meira að segja hjá Alþjóðabankanum.²² Landlæknisembætti, ráðuneyti, samtök, stofnanir og grasrótahreyfingar vinna svo á landsvísi að því að sporna við þessari ógn gagnvart hamingju og heilbrigði kvenna sem oft er líkt við faraldur.

Áfengis- og vímuefnavandi og ofbeldi

Ef það er einhver einn hópur sem er útsettari fyrir ofbeldi en annar þá eru það konur sem eiga við fíknivanda að stríða. Í rannsókn sem gerð var á ofbeldi gegn konum kemur fram að:

Í fyrsta lagi er ofbeldi nokkuð sameiginleg reynsla kvenna sem leita á Vog, þær hafa langflestar verið beittar einhverju ofbeldi. Raunar var það samdóma álit viðmælenda,

¹⁸ WHO. 2006. Intimate partner violence and alcohol. Vefslóð:

http://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/world_report/factsheets/fs_intimate.pdf.

¹⁹ American Psychiatric Association. Vefslóð: <http://www.psychiatry.org/ptsd>.

²⁰ Fréttablaðið. 26. janúar 2013.

²¹ Office on Women's Health. 2008. *The Healthy Woman: A Complete Guide for All Ages*. „Violence against Women.“ Vefslóð: http://www.womenshealth.gov/publications/our-publications/the-healthy-woman/violence_against_women.pdf.

²² The World Bank. 2011. „The silent global epidemic: domestic violence against women.“ Vefslóð: <http://blogs.worldbank.org/youthink/silent-global-epidemic-domestic-violence-against-women>

bæði á Voggi og í áhættumeðgöngunni hjá Landspítalanum, að konur sem væru í mikilli neyslu væru með ofbeldi sem „sjálfsagðan“ þátt í sínu lífi og raunar eitthvað sem þær upplifi yfirleitt ekki sem sitt megin vandamál. Þannig var talið að a.m.k. 70 – 80% þeirra kvenna sem stríddu við fíkn hefðu verið beittar einhverju ofbeldi.²³

Af framansögðu er ljóst að meðferðarstöðvar eru í lykilstöðu til að ná til þeirra sem hafa orðið fyrir ofbeldi og eru að glíma við afleiðingar þess. Það er líka ljóst að áfallastreituröskun er talin mikill áhrifavaldur í þróun vímuefnavanda. Þessi tvö alvarlegu heilbrigðisvandamál ætti að meðhöndla hönd í hönd og er það í samræmi við skýrslu sem velferðarráðherra lagði fyrir Alþingi, veturinn 2010-2011, en þar er mælt til þess að:

Á meðferðarstofnunum vegna áfengis- og vímuefnaneyslu verði skimað eftir þeim körlum sem hafa beitt maka sína ofbeldi og meðferð þeirra taki mið af því. Sömuleiðis verði skimað eftir konum sem hafa verið beittar ofbeldi í nánnum samböndum og tekið tillit til slíkra áfalla í meðferðinni.²⁴

Eins og fram kemur í rannsókn Ingólfs V. Gíslasonar er stór hópur kvenna sem kemur til meðferðar orðinn svo vanur ofbeldi að þær skilgreina það ekki sem stórt vandamál. Til að þessi hópur eigi möguleika á að ná bata frá alkóhólismanum þurfa þær einnig aðstoð við að vinna úr áhrifum ofbeldis og áfalla. Þannig er hægt að rjúfa þann vítahring sem viðhelst þegar aðeins hluti vandans er meðhöndlaður.

Í bókinni *Ofbeldi í nánnum samböndum* kemur fram að:

Konum sem eiga við áfengis- og vímuefnavanda að stríða er einnig hættara en öðrum. Vandinn þar er raunar margslunginn því að konum sem sætt hafa ofbeldi í æsku er hættara en öðrum við að misnota vímuefni sem aftur eykur líkur á að þær séu beittar ofbeldi. Þannig getur misnotkun vímuefna bæði farið á undan og eftir ofbeldinu og sérstaklega virðist misnotkun áfengis hafa tilhneigingu til að byrja eða aukast ef konan býr við ofbeldi.²⁵

Af þessu má ráða að aðgerðir til að uppræta ofbeldi og aðstoða fórnarlömb þess er á sama tíma starf sem nýtist í vinnu gegn fíknivanda. Samband áfengisneyslu, ofbeldis og áfalla er löngu þekkt og rannsakað, það er almenn vitneskja að margir fullir karlar beita ofbeldi.

Alkóhólismi og kyn

Stuðningskerfi alkóhólisma hefur iðulega mjög karllæga ásýnd. AA-samtökin voru stofnuð af miðaldra hvítum karlmönnum í miðríkjum Bandaríkjanna um miðja síðustu öld. Í höfuðriti samtakanna, AA-bókinni, er kafli sem heitir; Til eiginkvenna, þar sem ekki var gert ráð fyrir því að konur væru alkóhólistar. Þar sem samtökin eru byggð upp á nafnleysi og engin félagaskrá er til er erfitt að að tala um tölfræði en oft er talað um að konur séu þriðjungur félaga í samtökunum.²⁶ Lengi vel voru fáar konur félagar og áhrif þeirra voru í samræmi við það. Oft er líka talað um að konur hafi minna úthald í

²³ Ingólfur V. Gíslason. 2010. Rannsókn á ofbeldi gegn konum. Viðbrögð heilbrigðisþjónustunnar. Vefslóð: http://www.velferdarraduneyti.is/media/frettir2010/Rannsokn_ofbeldi_heilbrigdistjonusta_22092010.pdf

²⁴ Sama heimild.

²⁵ Ingólfur V. Gíslason. 2008. *Ofbeldi í nánnum samböndum*. Félags- og tryggingamálaráðuneytið, bls. 46. Vefslóð: <http://www.velferdarraduneyti.is/media/Ofbeldisbaekur/OfbeldiAdalbokin.pdf>.

²⁶ Jolene M. Sanders. 2009. *Women in Alcoholics Anonymous: Recovery and Empowerment*. First Forum Press, bls. 7. Vefslóð: <https://www.riener.com/uploads/49aea19b76747.pdf>.

AA. Samtökin voru að vissu leiti byggð upp af körlum fyrir karla en á undanförunum árum hefur átt sér stað umræða um að konur innan samtakanna þurfi að skoða sín mál sérstaklega með tilliti til þess kynjamunar sem sannarlega er til staðar þegar alkóhólismi er annars vegar.

Árið 1976 voru stofnuð í Bandaríkjunum sérstök kvennasamtök til að vinna að bata frá alkóhólisma, Women for Sobriety. Um tilurð samtakanna segir að fram að stofnun þeirra hafi verið talið að öll meðferðarform hafi verið talin virka jafn vel fyrir bæði kynin. Slakur árangur kvenna í meðferð var útskýrður með því að erfiðara væri að meðhöndla konur. WFS komu þá fram með þá skýringu að gæta þurfi að kynjamun í meðferð og að þó að líkamlegur bati kynjanna sé ekki ólíkur hafi konur allt aðrar þarfir en karlar á sálrænum og tilfinningalegum stuðningi.²⁷

Árið 2009 kom út bókinn *Women in Alcoholics Anonymous. Recovery and Empowerment* eftir Jolene M. Sanders.²⁸ Hún heldur því fram að þó að alkóhólismi hafi mjög alvarlegar afleiðingar fyrir bæði kynin sé skaði kvenna, vegna sjúkdómsins, oft meiri vegna lífeðlisfræðilegs, sálfræðilegs og félagslegs mismunar kynjanna. Hún bendir líka á að þó að farið sé að gæta ríkari kynjasjónarmiða víða „haldi meðferð á alkóhólisma áfram að byggja á karllægum sjónarmiðum, sem hindrað hefur sumar konur í að leita sér meðferðar við alkóhólisma“.²⁹ Einnig kemur Sanders inn á það sjónarmið að skortur sé á rannsóknum sérfræðinga á konum og alkóhólisma og er þar samdóma öðru því sem skrifað hefur verið um efnið, þ.e. að rannsóknir skorti, sbr. grein í Harvard Mental Health Letter um konur og fíkn þar sem þrjú lykilatriði greinarinnar eru að:

- Hefðbundin meðferð við fíknisjúkdómum hafi verið þróuð með rannsóknum á karlmönnum.
- Hjá konum þróast lækisfræðilegar og félagslegar afleiðingar fíknar hraðar en körlum, þær eiga erfiðara með að hætta og eru í meiri fallhættu.
- Þessi kynjamunur hefur áhrif í meðferð en rannsóknir á því hvernig á að bæta árangur eru ennþá á byrjunarreit.³⁰

Skýrsla frá fíkniefna- og afbrotamálastofnu Sameinuðu þjóðanna um fíkniefnameðferð kvenna heldur sömu sjónarmiðum á lofti. Konur standa oft frammi fyrir miklum hindrunum við að ná bata frá fíkn. Þær hafa síður tilfinningalegan stuðning, komast ekki frá börnum, hafa ekki efni á meðferð. Vandamál þeirra eru líka oft alvarlegri en karla þegar þær koma í meðferð. Margar eru að glíma við áföll og hafa notað ávana- og fíkniefni sem bjargráð. Þær eru líka líklegri til að vera að glíma við kvíða og þunglyndi eða áfallastreituröskun en karlar. Félagsleg staða þeirra er líka oft verri að því er varðar menntun, fjárráð og atvinnu. Í skýrslunni segir að þrátt fyrir þetta sé meðferð almennt byggð upp með þarfir karla í huga og ekki tekið tillit til kynjamunar.³¹

Konur eru u.þ.b. þriðjungur þeirra sem leitar sér meðferðar en það hlutfall er væntanlega ekki í samræmi við þann fjölda kvenna sem glímir við fíknivanda. Ástæða þessa er ekki ljós og ekki er talið líklegt að konur séu síður alkóhólistar en karlar. Það getur verið margt sem hindrar konur í að leita sér meðferðar og má þar nefna vandræði við að fá þösson fyrir börnin, kostnaður, andstaða innan fjölskyldunnar, afneitun, röng greining lækna. Þá lítur samfélagið strangari augum á alkóhólisma

²⁷ Women for Sobriety. Vefslóð: <http://womenforsobriety.org/beta2/about-wfs/>.

²⁸ Jolene M. Sanders. 2009. *Women in Alcoholics Anonymous: Recovery and Empowerment*. First Forum Press. Vefslóð: <https://www.rienner.com/uploads/49aea19b76747.pdf>.

²⁹ Jolene M. Sanders. 2009. *Women in Alcoholics Anonymous: Recovery and Empowerment*. First Forum Press: Vefslóð: <https://www.rienner.com/uploads/49aea19b76747.pdf>.

³⁰ Harvard Health Publications. 2010. „Addiction in women“. Vefslóð: http://www.health.harvard.edu/newsletters/Harvard_Mental_Health_Letter/2010/January/addiction-in-women.

³¹ United Nations Office on Drugs and Crime. 2004. „Substance abuse treatment and care for women“. Vefslóð: http://www.unodc.org/pdf/report_2004-08-30_1.pdf.

kvenna en karla og því búa þær oft við meiri fordæmingu en karlar sem stríða við sama vandamál sem svo hindrar þær í að leita sér aðstoðar.³² Rannsóknir hafa svo sýnt að konur sem fara í gegnum meðferð sem sniðin er að þeirra þörfum hafa náð betri árangri en þær sem fara í hefðbundna meðferð.

Konur og sporin tólf

Þegar konur leita inn í tólf spora samtök reka þær sig oft á kynjagslagsíðu en löng hefð er þó fyrir kynskiptum fundum í slíkum samtökum. Fyrsti kvennafundurinn í AA-samtökunum var stofnaður árið 1941 og um þá þróun segir Sanders:

Konur í AA tóku eftir því að það var karlmansrödd sem talaði í gegnum sporin tólf og að fundir í AA bera svip feðraveldisins. Viðbrögð kvenna við þessu var að skapa sér sameiginlegt rými á sérstökum kvennafundum. [...]

Kvennafundir þróuðust sem viðbragð við óþægindum sem konur upplifðu á fundum þar sem karlar voru ráðandi. Hefðir kvennafundanna voru öðruvísi en venjulegra funda af því að konurnar tjáðu sig á annan hátt en algengt er um karlmenn. Til dæmis er meira um tilfinningalega tjáningu, þar á meðal er grátið.

Sanders segir líka að konur séu öruggari á kvennafundum og þar geti þær talað um margt sem ekki er til umræðu á blönduðum fundum eins og misnotkun í æsku, aðra misnotkun og áreiti. Þær tala líka á opnari hátt um andlega heilsu sína, þunglyndi og slíkt, og einbeita sér meira að því að byggja upp sjálfstraust en að draga úr stolti og egói sem karlmennirnir eru meira að fást við.³³

Þar sem margar konur þurfa frekar á sjálfstyrkingu að halda og að losna út úr skömm og sektarkennd hafa komið fram aðferðir sem henta konum betur við að fara í gegnum sporin tólf sem bataleiðin í AA-samtökunum byggir á. Sporunum er ekki breytt en þau eru túlkuð á annan hátt en hefð er fyrir. Konum er ráðlagt að einblína ekki bara á það sem þær hafa gert öðrum heldur skoða líka hvað gert hefur verið á þeirra hlut og horfast í augu við það.

Mikil áhersla er t.d oft lögð á fyrirgefninguna, t.d. í sporastarfi, en eins og Sólveig Anna Bóasdóttir bendir á í pistli sínum er fyrirgefningin kannski ekki alltaf rétta svarið fyrir þá sem orðið hafa fyrir ofbeldi:

Öll tengsl okkar við annað fólk eru valdatengsl ef því er að skipta. Það er mikilvægt að sjá það og skilja. Í ofbeldisaðstæðum nær annar aðillinn valdi yfir hinum og í krafti þess valds getur hann beitt hinn aðilann ofbeldi. Að losna undan valdi persónu sem hefur meitt mann og sært er mjög erfitt og tal um fyrirgefningu hjálpar ekki alltaf í þeim aðstæðum. Ef gerandinn viðurkennir hvorki verknað sinn né reynir að bæta fyrir brot sitt ættum við, með stuðningi Nýja testamentisins, að sleppa öllu tali um fyrirgefningu. Þótt fyrirgefningin sé okkur kristnum kær, er hún ekki alltaf svarið.³⁴

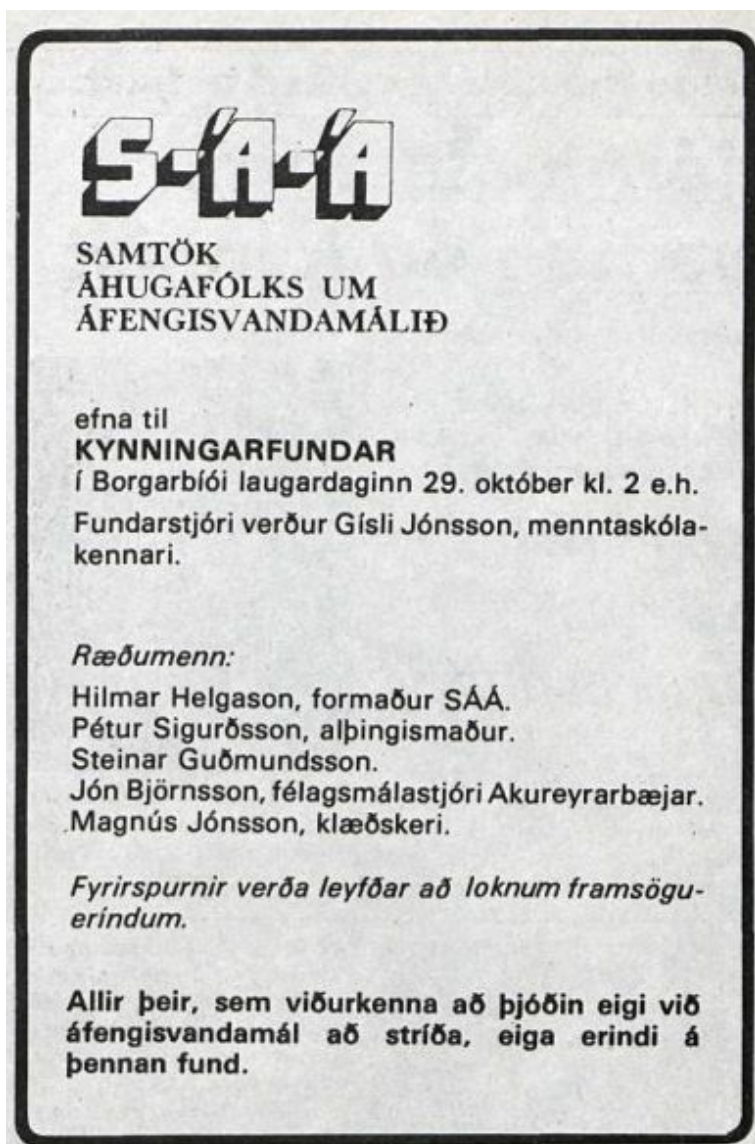
Þetta eru mikilvæg skilaboð til kvenna sem orðið hafa fyrir ofbeldi.

³² Heidi van der Walde et al. 2002. „Women and alcoholism: A biopsychosocial perspective and treatment approaches“ / Journal of Counseling and Development. Vefslóð: <http://web.utk.edu/~dap/SA2003/Women&ETOH.html>.

³³ Jolene M. Sanders. 2009. *Women in Alcoholics Anonymous: Recovery and Empowerment*. First Forum Press. Vefslóð: <https://www.rienner.com/uploads/49aea19b76747.pdf>

³⁴ Sólveig Anna Bóasdóttir. 2010. „Fyrirgefningin – er ekki alltaf svarið.“ Vefslóð: <http://tru.is/pistlar/2010/03/fyrirgefningin-er-ekki-alltaf-svarid/>.

SÁÁ og hitt kynið



SÁÁ

**SAMTÖK
ÁHUGAFÓLKS UM
ÁFENGISVANDAMÁLIÐ**

efna til
KYNNINGARFUNDAR
í Borgarbíói laugardaginn 29. október kl. 2 e.h.
Fundarstjóri verður Gísli Jónsson, menntaskóla-
kennari.

Ræðumenn:
Hilmar Helgason, formaður SÁÁ.
Pétur Sigurðsson, alþingismaður.
Steinar Guðmundsson.
Jón Björnsson, félagsmálastjóri Akureyrarbæjar.
Magnús Jónsson, klæðskeri.

*Fyrirspurnir verða leyfðar að loknum framsögu-
erindum.*

**Allir þeir, sem viðurkenna að þjóðin eigi við
áfengisvandamál að stríða, eiga erindi á
þennan fund.**

Það sama gildir um SÁÁ og AA-samtökin, það voru karlmenn sem komu þessum samtökum á fót, af miklum myndarskap, en ennþá hallast samtökin frekar uppá karlhöndina. Hér að framan má sjá fundarboð sem sent var um það leyti sem samtökin voru stofnuð og þar eru nú ekki margar konur á ferð. — Þær gætu þó hafa hellt uppá kaffið.

Í fyrravor þegar heimasíða SÁÁ var skoðuð með kynjagleraugunum kom í ljós að karlar eru mjög ráðandi innan samtakanna og einnig að ekki virðist mikið um beint starf að jafnréttismálum innan þeirra. Ekki var nein jafnréttisáætlun í gangi, hún kom í haust, og almennt virtist lítil þekking og áhugi á jafnréttismálum innan samtakanna. Flestir yfirmenn eru karlkyns, meðferðarefni er samið af körlum, engin kona tók þátt í útgáfu mál gagns samtakanna og mun færri konur rötuðu þar inn sem viðmælendur eða umfjöllunarefni. Þó að átak hafi verið gert í að fjölga konum í stjórn eru þær enn töluvert færri en karlarnir.

Almennt má segja að birtingarmynd kvenna hafi verið í aukahlutverki, þær eru hitt kynið. Karlinn er aðal. Dæmi um þetta er að haldið hefur verið út dagskrá sem sem kölluð er Samtal um alkóhólisma og Þegar tölu var slegið á þá sem þar komu fram kom í ljós að konur voru um 17% framsögumanna. Til að undirstrika jaðarsetningu kvenna var eitt samtalið kallað Samtal um alkóhólisma og bókmenntir. Allir sem komu fram á þessu kvöldi voru karlmenn. Svo var boðið til annars samtals sem auglýst var sem Samtal um konur, alkóhólisma og bókmenntir. Þetta er lítið dæmi sem sýnir þó að verulega vantar upp á það að þekking á jafnréttismálum njóti sín innan samtakanna.

Það hlýtur að vera metnaður innan svo stórra almannasamtaka sem vinna að mannréttindamálum að koma jafnréttismálum í gott horf og fylgja fyrirmælum jafnréttislaga sem kveða á um það að jafnréttissjónarmið séu samþættuð í rekstur.

Kynjaskipt meðferð

Fórnarlömb ofbeldis hafa hingað til farið undarlega hljótt í umræðum um alkóhólisma, fíkn og ofbeldi. SÁÁ hefur reyndar boðið upp á kynjaskipta eftirmeðferð en enn er það svo að þegar konur fara í meðferð eiga þær á hættu að hitta þar fyrir ofbeldismenn sína eða jafnvel að verða fyrir áreiti. Það er nefnilega ekki bara hátt hlutfall þeirra sem koma í meðferð fórnarlömb ofbeldis, þar eru líka gerendur. Þar sem það er því miður ekki beint orsakasambandi á milli þess að hætta að drekka og þess að hætta að beita ofbeldi getur þessi staðreynd verið áhrifaþáttur í því að konur koma síður í meðferð.

Víða í heiminum er farið að bjóða upp á meðferð sem tekur á sama tíma á fleiri þáttum en alkóhólisma, samkvæmt þröngri skilgreiningu. Rannsóknir sýna að áfallastreituröskun hefur áhrif á að ávana- og fíknimeðferð tekst ekki en það vantar uppá að viðeigandi meðferð hafi verið þróuð og sé í boði.³⁵ Hazelden-stofnunin í Bandaríkjunum hefur þó meðhöndlað „fíkn og samverkandi áfallaraskanir“³⁶ í meðferð sem hefur verið kynjaskipt síðan 1956³⁷. Í Þýskalandi, og örugglega víðar, má finna svipaða nálgun hjá Münchwies-stofnuninni sem býður upp meðferð við fíknisjúkdómum, áfallastreituröskun, átröskunarsjúkdómum og fleiru.³⁸

Við teljum mikilvægt að boðið sé upp á kynjaskipta meðferð í meira mæli og að farið sé að skoða tengsl alkóhólisma, ofbeldis og áfalla á virkan hátt, eins og lagt er til í skýrslu velferðarráðherra sem getið er um hér að framan. Samfélagið ber ábyrgð á því að konur sem beittar hafa verið ofbeldi fái viðeigandi hjálp. Hvergi eru meiri líkur á að ná til þeirra en í meðferð því í engum hópi er að finna jafn hátt hlutfall þolenda, og gerenda reyndar líka, en á meðal fólks sem glímur við áfengis- og fíknivanda.

Slík nálgun myndi jafnframt stuðla að því að betri upplýsingar um ofbeldi fengjust fram í dagsljósið. Á meðan ekki er talað um ofbeldi á opinskáan hátt heldur það áfram að vera tabú. Þegar umræðan opnast hjálpar það þeim sem ekki hafa þorað að koma fram með sinn vanda, eða hreinlega ekki áttað sig á honum. Um þetta eru ótal dæmi á undanförunum árum og nægir að nefna nýlegt mál þar sem barnaniðingur var afhjúpaður og í kjölfar mikillar umræðu um málið streymdi fólk bæði til lögreglunnar, sálusorgara, sálfræðinga og sjálfshjálparsamtaka til að leita hjálpar og réttar síns.

Fáir hópar eru jafn valdalausir og konur sem búið hafa við ofbeldi og margskonar áföll. Það er því siðferðileg skylda að hjálpa þessum hópi til að valdeflingar, sjálfsvirðingar og bata þar sem auðveldast er að ná til hans innan heilbrigðiskerfisins.

Kvenfélag SÁÁ er stofnað til að vinna að bættri stöðu þessa hóps sem hingað til hefur ekki átt sér marga málsvara.

³⁵ McGovern, Mark P. et al. „A cognitive behavioral therapy for co-occurring substance use and posttraumatic stress disorders“ í *Addict Behav.* Október 2009. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2720425/>.

³⁶ Á ensku: „Addiction and co-occurring trauma disorders“ Hazelden. Vefslóð: http://www.hazelden.org/web/public/trauma_and_addiction2.page.

³⁷ Hazelden. Drug rehabilitation, alcohol addiction treatment for women. Vefslóð: <http://www.hazelden.org/web/public/adulttxtwomen.page>.

³⁸ AHG Klinik Münchwies. Zentrum für Psychosomatische Medizin, Psychotherapie und Suchtmedizin. Vefslóð: <http://www.ahg.de/AHG/Standorte/Muenchwies/index.html>.

Heimildaskrá:

- AHG Klinik Münchwies. Zentrum für Psychosomatische Medizin, Psychotherapie und Suchtmedizin. Vefslóð: <http://www.ahg.de/AHG/Standorte/Muenchwies/index.html>.
- Alþingi. Skýrsla velferðarráðherra um aðgerðir samkvæmt aðgerðaáætlun ríkisstjórnarinnar vegna ofbeldis karla gegn konum í nánnum samböndum. (Lögð fyrir Alþingi á 139. löggjafarþingi 2010–2011.) Vefslóð: <http://www.althingi.is/altext/139/s/pdf/1214.pdf>.
- American Psychiatric Association. Vefslóð: <http://www.psychiatry.org/ptsd>.
- Centers for Disease Control and Prevention. Vefslóð: <http://www.cdc.gov/ViolencePrevention/pdf/sv-datasheet-a.pdf>.
- Forum Press, bls. 7. Vefslóð: <https://www.rienner.com/uploads/49aea19b76747.pdf>.
- Fréttablaðið. 26. janúar 2013.
- Halla Sverrisdóttir. „Að vera eða vera ekki í kvenfélagi“ í Knúz.is. Vefslóð: <http://knuz.is/2012/11/05/ad-vera-eda-ekki-vera-i-kvenfelagi-2/>.
- Harvard Health Publications. 2010. „Addiction in women“. Vefslóð: http://www.health.harvard.edu/newsletters/Harvard_Mental_Health_Letter/2010/January/addiction-in-women.
- Hazelden. Drug rehabilitation, alcohol addiction treatment for women. Vefslóð: <http://www.hazelden.org/web/public/adulttxtwomen.page>.
- Heidi van der Walde et al. 2002. „Women and alcoholism: A biopsychosocial perspective and treatment approaches“ í Journal of Counseling and Development. Vefslóð: <http://web.utk.edu/~dap/SA2003/Women&ETOH.html>.
- Ingólfur V. Gíslason. 2008. *Ofbeldi í nánnum samböndum*. Félags- og tryggingamálaráðuneytið. Vefslóð: <http://www.velferdarraduneyti.is/media/Ofbeldisbaekur/OfbeldiAdalbokin.pdf>.
- Ingólfur V. Gíslason. 2010. Rannsókn á ofbeldi gegn konum. Viðbrögð heilbrigðisþjónustunnar. Vefslóð: http://www.velferdarraduneyti.is/media/frettir2010/Rannsokn_ofbeldi_heilbrigdistjonusta_22092010.pdf.
- Jafnréttisstofa. 2013. Vefslóð: <http://www.jafnretti.is/jafnretti/?D10cID=Page3&ID=91>.
- Mannréttindaskrifstofa Íslands. Yfirlýsing um afnám ofbeldis gagnvart konum. Vefslóð: <http://www.humanrights.is/log-og-samningar/mannrettindasamningar/sameinudu-tjodirnar/yfirl-afnam-ofbeldis-konur/>.
- McGovern, Mark P. et al. „A cognitive behavioral therapy for co-occurring substance use and posttraumatic stress disorders“ í Addict Behav. Október 2009. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2720425/>.
- Marshall, Eric og Stuart Hample, ritstj. 1967. *Children's Letters to God*.
- Office on Women's Health. 2008. The Healthy Woman: A Complete Guide for All Ages. „Violence against Women.“ Vefslóð: http://www.womenshealth.gov/publications/our-publications/the-healthy-woman/violence_against_women.pdf.
- Ólína Guðbjörg Viðarsdóttir. Áhrif kynferðisofbeldis á líðan þolenda sem leita til Stígamóta: Tengsl áfallastreitueinkenna, áfengis- og vímuefnavanda og bjargráða. HÍ, 2009. Vefslóð: http://skemman.is/stream/get/1946/3482/10747/1/Olina_Gudbjorg_Vidarsdottir_fixed.pdf.
- RÚV 1. „Okkar á milli“. 15. nóv. 2012. Vefslóð: <http://www.ruv.is/sarpurinn/okkar-a-milli/15112012-0>.
- RÚV 1. „Samfélagið í nærmynd“. 11. des. 2012. Vefslóð: <http://www.ruv.is/sarpurinn/samfelagid-i-naermynd/11122012/kvenfelag-saa-gudrun-kristjansdottir>.
- RÚV 1. „Samfélagið í nærmynd“. 27. sept. 2012. Vefslóð: <http://www.ruv.is/sarpurinn/samfelagid-i-naermynd/27092012/kvenfelag-saa>.
- Samtal um konur og alkóhólisma í Von, 25.4.2012. Vefslóð: <http://www.saa.is/pages/islenska/edru-tv/samtal-um-alkoholisma-og-konur-i/>.
- Sanders, Jolene M. 2009. *Women in Alcoholics Anonymous: Recovery and Empowerment*. First Forum Press, bls. 7. Vefslóð: <https://www.rienner.com/uploads/49aea19b76747.pdf>.
- SÁÁ blaðið. „Jafnrétti og þarfir kvenna að leiðarljósi“. 3. tbl. 2012. Vefslóð: <http://www.saa.is/pages/islenska/vidtol/nr/131820/>.
- SÁÁ blaðið. „Konur nái vopnum sínum“. 2. tbl. 2012. Vefslóð: <http://www.saa.is/pages/islenska/vidtol/nr/128578/>.
- SÁÁ. Öryggisráðið. Vefslóð: <http://www.saa.is/pages/islenska/frettasidur/oryggisradid/>.
- SÁÁ. „Samtal um konur og alkóhólisma“ í Von, 25.4.2012. Vefslóð: <http://www.saa.is/pages/islenska/edru-tv/samtal-um-alkoholisma-og-konur-i/>.

- Sólveig Anna Bóasdóttir. 2010. „Fyrirgefningin – er ekki alltaf svarið.“ Vefslóð:
<http://tru.is/pistlar/2010/03/fyrirgefningin-er-ekki-alltaf-svarid/>.
- The World Bank. 2011. „The silent global epidemic: domestic violence against women.“ Vefslóð:
<http://blogs.worldbank.org/youthink/silent-global-epidemic-domestic-violence-against-women>.
- United Nations Office on Drugs and Crime. 2004. „Substance abuse treatment and care for women“. Vefslóð:
http://www.unodc.org/pdf/report_2004-08-30_1.pdf.
- WHO. 2006. Intimate partner violence and alcohol. Vefslóð:
http://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/world_report/factsheets/fs_intimate.pdf.
- Women for Sobriety. Vefslóð: <http://womenforsobriety.org/beta2/about-wfs/>.