INFORMATION TILL BARN

Hedersrelaterat våld och förtryck

Vad är hedersrelaterat våld och förtryck?

Det betyder att någon i en familj eller grupp försöker bestämma mycket över andra för att skydda det de kallar familjens heder eller rykte. Heder kan handla om hur andra tycker att man ska vara, till exempel hur man ska se ut, vem man får vara med eller vad man får göra. Heder är inte samma sak som att föräldrar ibland behöver ha vissa regler för att stötta och hjälpa sina barn.

Hur kan det märkas?

Det kan vara att du får många regler om:

- vem du får träffa
- vad du får göra på fritiden och vilka lektioner i skolan du får vara med på
- hur du ska klä dig
- om du får vara med kompisar eller inte

Det kan också vara att någon kontrollerar dig, säger att du måste göra saker du inte vill, hotar dig eller gör dig illa.

Det kan vara flera personer som är med och bestämmer, till exempel föräldrar, syskon eller andra släktingar. Ibland kan ett barn få i uppgift att hålla koll på att andra i familjen följer regler.

Vem kan bli utsatt?

Både flickor och pojkar. Vissa barn kan vara extra utsatta, till exempel de som bryter mot familjens regler, barn med funktionsnedsättning eller barn och ungdomar som är HBTQI (det vill säga att få vara eller känna på olika sätt när det gäller vem man tycker om eller vem man är).

Hur kan barn reagera?

Barn som lever med ”hedersregler” kan känna sig rädda, ledsna, arga eller förvirrade. En del skäms, tänker att det är de själva som gör fel och skapar problem för familjen. Det är vanligt att vilja göra som familjen vill, samtidigt som man vill ha mer frihet och bestämma över sitt liv själv. Det kan kännas jobbigt och svårt. En del barn vänjer sig vid reglerna och reagerar mindre utåt, medan andra kan bli oroliga, spända eller tystare än vanligt. Många barn försöker anpassa sig mycket för att det inte ska bli bråk och konflikter.

Viktigt att veta

- Du har rätt att känna dig trygg och bestämma över ditt liv, samtidigt har dina omsorgspersoner både rätt och skyldighet att ibland bestämma över barn för barnets bästa.
- Det är aldrig ditt fel om du blivit utsatt för våld eller hedersregler.
- Det syns inte alltid utåt hur någon har det. Det är bra att barn berättar om de blir utsatta eller inte får bestämma över sitt liv. Då är det lättare att få hjälp.

För att lämna en situation där hedersregler och kontroll styr livet behövs ofta mycket stöd. En del kan behöva hjälp att flytta till en annan stad för att känna sig trygga och inte bli tvingade att leva med hedersregler.

Så här kan det vara för barn som har fått hjälp att lämna

Barn som har fått hjälp att lämna en situation där de levt med kontroll och begränsningar kan känna sig både lättade och trygga i sitt nya liv. De kan samtidigt känna sig oroliga, rädda och sakna delar av det som de lämnat. Det är vanligt att barnet tänker på familjen, att inte vilja göra andra besvikna och samtidigt få leva som man vill. En del barn kan skämmas och tänker att det är de som gjort fel genom att lämna. Kroppen kan fortfarande kännas spänd och det kan vara svårt att slappna av, särskilt om barnet förut har behövt anpassa sig mycket. Hur barnet reagerar kan förändras över tid. Det är viktigt att få stöd för att förstå att dessa känslor är vanliga.

Lär dig mer!

Barnkonventionen (barnombudsmannen.se)

Hedersrelaterat våld och förtryck (umo.se)