INFORMATION TILL UNGDOMAR

Hedersrelaterat våld och förtryck

Vad innebär hedersrelaterat våld och förtryck?

När någon eller några i din familj, släkt eller annat sammanhang utsätter dig för kontroll, begränsningar, tvång eller våld för att bevara eller återupprätta familjens eller gruppens “heder” (rykte), kallas det hedersrelaterat våld och förtryck. Heder ses ofta som något gemensamt där varje person ansvarar för både sig själv och andra. Heder handlar ofta om normer kopplade till sexualitet och relationer, särskilt för flickor och unga kvinnor, men även killar kan drabbas.

Exempel på hedersrelaterat våld och förtryck

- Begränsningar i val av vänner, partner eller fritid
- Förbud mot aktiviteter (t.ex. kultur- eller sportsammanhang)
- Förbud eller begränsningar av vilka lektioner i skolan du får delta på
- Förväntningar på att kontrollera syskon
- Tvång kring klädsel eller beteende
- Tvångs- eller barnäktenskap, könsstympning
- Våld som bestraffning och för att återupprätta gruppens ”heder”

Hur går det till?

Det är ofta flera personer som bestämmer och kontrollerar, både kvinnor och män, till exempel familjemedlemmar eller personer i ett större socialt nätverk. Det kan också utföras av en enskild person. Det är ofta, men inte alltid planerat och det behöver inte handla om den egna hedern, det kan vara för någon annans skull.

Vanliga reaktioner

Många ungdomar kämpar med att våga stå upp för sina egna behov och samtidigt hantera familjens krav. Vanliga känslor är rädsla, skam, ilska, sorg och hopplöshet. Tankar kan handla om att vara övervakad eller kontrollerad, att inte få bestämma över sitt eget liv eller att riskera konsekvenser om man bryter mot regler. Många beskriver en inre stress och att behöva leva olika liv i olika sammanhang. Det är vanligt att försöka anpassa sig, dölja saker, undvika situationer eller ibland protestera. Det kan vara svårt att berätta för andra eftersom det är en komplex situation som ofta inte syns utifrån.

Viktigt att veta

- Alla kulturer och religioner kan ha hedersnormer, det är inte kopplat till någon enskild grupp.
- Man kan leva ganska fritt på vissa sätt och samtidigt vara begränsad i andra sammanhang.
- Det kan vara svårt för andra att se och förstå vad som händer.
- Du har rätt att själv göra val om ditt liv, din kropp och dina relationer.
- Begränsningar och våld i hederns namn är inte tillåtet och är aldrig okej.

För att bryta mot och ta sig ut ur en hederskontext krävs ofta stöd från vänner och eller samhället. För att kunna leva i frihet och inte riskera straff tvingas en del som levt i en hederskultur att flytta till en hemlig ort.

Vanliga reaktioner efter att ha lämnat

Ungdomar kan uppleva en blandning av lättnad och stark stress efter att ha lämnat en situation där hedersregler och kontroll styr livet. Det är vanligt att känna sig klämd mellan sina egna behov och ansvar för familjen eller gruppen. Tankar kan handla om konsekvenser för sig själv och andra, om familjen, eller om framtiden. Det är vanligt att känna rädsla, skuld, skam, sorg och ibland ensamhet, även när situationen blivit säkrare. Ungdomar som har lämnat en livssituation där de utsatts för hedersrelaterat våld och förtryck kan också behöva vänja sig vid att fatta egna beslut, något som kan kännas ovant och osäkert. Att ha levt med begränsningar som inte alltid varit synliga för andra kan göra det svårt att sätta ord på sina erfarenheter. Det är viktigt att få stöd och hjälp i ett tryggt sammanhang som har kunskap om vad hedersrelaterat våld och förtryck kan innebära.

Lär dig mer!

Barnkonventionen (barnombudsmannen.se)

Hedersrelaterat våld och förtryck (umo.se)