



# RELIGIONS VETARNA

Utbildar om religion, migration & kulturmöten.

Utbildningssammanfattning  
Migration, kulturmöten och psykisk ohälsa

Religionsvetarnas del i utbildningen

Samordningsförbundet Halland, HT 2017



## Bakgrund till kulturmöten: Klanen, familjen och släktens betydelse

### **Vad är en klan? Exempel från Somalia**

Somalia är ett av många länder där klanen och klangemenskapen är centrala i det sociala såväl som i det politiska livet.

Somalia har ingen motsvarighet till den Västerländska/europeiska modellen av ”kärnfamilj”, minsta beståndsdel av familj är vad Väst skulle kalla ”släkt”.

Olika familjebegrepp:

**Reer:** Saknar politisk och juridisk legitimitet, främst emotionella band

**Jiffo:** Den minsta enheten som har legitimitet

**Jilib:** Flera sammanslagna jiffos, ofta 1000-tals personer

**Klan** = flera Jilibs enade under en gemensam förfader.

Några grundläggande skillnader mellan olika samhällstyper:

### **Det liberala samhället**

Rättigheter och skyldigheter kopplas till individen

Centralisering av makt

Grundläggande värde: individens autonomi

Hantering av konflikter kopplas till rättsstaten

Status kopplas huvudsakligen till individuella meriter, ställningstaganden, karaktärsdrag

### **Klansamhället**

Rättigheter och skyldigheter kopplas till familjen och släkten

Avcentralisering av makt

Grundläggande värde: solidaritet, lojalitet till kollektivet

Hantering av konflikter kopplas till familjen och släkten

Status får man huvudsakligen utifrån grupptillhörighet och heder

### **Heder och psykisk ohälsa**

- Att tvingas anpassa sig till familjens normer och värderingar och/eller vara utsatt för våld och förtryck kan få många olika psykosociala konsekvenser på både kort och lång sikt.
- HBTQ-personer är en särskild utsatt grupp. Det kan finnas ett totalt tabu kring hbtq-frågor i familjer och sammanhang som präglas av hedersnormer.

## Kulturmöten och psykisk ohälsa – Afghanistan

Att vara psykiskt sjuk leder till stigmatisering och risk för social utfrysning. Det är vanligt att psykisk ohälsa hemlighålls inom familjen – på grund av stigma.

En vanlig indelning av psykisk ohälsa i Afghanistan utgår från tre kategorier:

1. Psykisk ohälsa som uppfattas vara biologiskt grundad
2. Psykisk ohälsa orsakad av *jinner*, ofta stark emotionell och psykisk smärta (Jinner är en sorts andeväsen inom islamisk kosmologi)
3. Psykisk ohälsa orsakad av stressande livshändelser, såsom krig, fattigdom och våld inom familjen

Några exempel på kulturellt präglade uttryck för psykisk ohälsa hörande till den tredje kategorin.

**Jigar Khun** – En form av nedstämdhet, sorg, som ofta handlar om sorg över förlorade familjemedlemmar eller andra närstående.

**Asabi** – Att känna sig nervös, stressad. Människor överväldigade av fattigdom, våld i hemmet, erfarenhet av att vara ensamstående förälder.

**Fishar-e-bala** – ett tillstånd av stark emotionell press, orostillstånd med häftiga kroppsrörelser, agitation

**Fishar-e-payin** – lågenergi-tillstånd, låg motivationsnivå.

Exempel på viktiga strategier för att ta itu med, hantera, psykisk ohälsa:

- Mobilisering av sociala nätverk, nära vänner, ibland familj
- Koranläsning
- Bön
- Determinism ”ödestro”
- Ta’wiz (amuletter, medaljonger med koranverser)
- Jinn-utdrivning

Det finns helgedomar, heliga platser, *Ziyarat*, dit människor som lider av svår psykisk ohälsa ibland förs av sina familjer. Utifrån journalistiska beskrivningar förekommer stora lokala variationer kring behandling på sådana här platser. Personer med allvarlig psykisk ohälsa kan bli fastkedjade under en längre tid, och de kan få gå på en diet som ligger nära svält-gränsen.

(Dock: ordet Ziyarat används också allmänt om pilgrimsmål och helgedomar).



## Kulturmöten och psykisk ohälsa - Syrien

Psykisk ohälsa är starkt kopplat till skam, samt en rädsla för att det skall bli en skandal om det blir allmänt känt, eftersom det kan anses att individen är galen. Att anses vara galen är inte endast skamfylt för individen utan även för familjen. Skammen och stigmat medför att många individer inte söker professionell hjälp.

### **Sätt att hantera psykisk ohälsa i avsaknad av en fungerande vård:**

*Individnivå* – Att be, lyssna på musik, etcetera.

*Kollektivt* – Att umgås med familj, vänner.

### **Förklaringsmodeller till psykisk ohälsa:**

*Generella orsaker* – Våld/krig, mänskliga/materiella förluster, vardagliga sociala och ekonomiska problem.

*Religiösa förklaringar* – Reinkarnationsperspektivet där lidande och psykisk ohälsa kan ses som ett straff för missgärningar i tidigare liv (hos gruppen *druser*).

Människor från olika socioekonomiska, etniska och religiösa bakgrunder refererar till förekomsten av ”onda andar” (exempelvis jinner), eller till det ”onda ögat” som förklaringsmodell till galenskap, framförallt på landsbygden.

### **Religiösa och kulturspecifika behandlingsmetoder:**

1. *Att tillbe helgon*, exempelvis helgonet Tekla (helgonförklarad och erkänns av katolska och de ortodoxa kyrkorna). Enligt kristen tradition så kunde Tekla bota sjukdomar som till exempel infertilitet och förlamning.
2. *Att besöka helgedomar*, exempelvis Sayyidah Zaynab som enligt den shiamuslimska traditionen innehåller Zaynabs grav. Zaynab var dotter till Fatima (Muhammeds dotter) och Ali (Muhammeds kusin).
3. *Rukyah*= Andeutdrivning
4. *Hijab*= En amulett som innehåller koranverser och böner som man bär på kroppen och som skall skydda mot exempelvis onda andar.

### **Kulturellt färgade lidandespråk kopplat till psykisk ohälsa:**

Lidandespråk är språkliga uttryck, oftast metaforer för att beskriva lidande och som förstås i en given kulturell kontext.

Exempel på begrepp och uttryck från syrisk kontext:

1. *Majnoon* – *Att vara galen, sinnessjuk*. Historiskt sett är begreppet kopplat till att man är besatt av en jinner. Samtidigt används begreppet som en vardagsterm för människor som generellt betar sig annorlunda eller på ett sätt som strider mot rådande beteendenormer – men som nödvändigtvis inte lider av psykisk ohälsa.
2. *Itmana nam ma fik* – *Önskan att få sova utan att vakna upp*. Kan vara indirekt uttryck för självmordstankar. Dock är det viktigt att komma ihåg att det alltid finns risk för övertolkningar.



## Kulturmöten – Att tänka på i mötet

### Generellt att tänka på:

#### **Var noga med att redogöra för din kompetens**

Viktigt att tydliggöra *vilken kompetens* man själv har, om ämnen som psykisk ohälsa dyker upp i samtalet.

Och samtidigt givetvis informera om att kompetens finns, och hur man söker vård.

#### **Vilka tidsramar som finns för ett samtal**

Det bör vara tydligt för den man möter vilka tidsramar som finns för samtalet.

Plötsliga avbrott skapar lätt frustration och stress. Särskilt viktigt att tydliggöra detta om man i samtalet kommer in på känsliga ämnen som ohälsa, och psykisk hälsa.

#### **Respektera gränser**

Viktigt att alltid respektera de gränser som en person sätter för vad han/hon vill berätta om. Särskilt kopplat till tabubelagda ämnen.

### Tips och tänkvärt i kulturmötet:

- En person som i vanliga sammanhang upplever att det svenska språket räcker kan *vid sjukdom, särskilt vid emotionella svårigheter*, uppleva att språkkunskaperna inte är tillräckliga
- En framgångsrik interkulturell kommunikation bygger på att parterna, gentemot varandra, *delar sina antaganden* om vad de tror att den andre menar.  
Ex: När du säger såhär ... tolkar jag det såhär ... har jag uppfattat det rätt?
- I ett kulturmöte behöver man våga känna sig trygg även i situationer där man inte förstår vad den man möter försöker kommunicera, men samtidigt behålla *viljan* att förstå.
- Viktigt att vara medveten om och reflektera medvetet kring dina känslor som uppstår i en lyssningssituation, eller i ett samtal. Känslor påverkar!
- I många av de länder med stor migration till Sverige spelar bakgrundsfaktorer – exempelvis kön och ålder – stor roll i möten. Det finns ofta förväntningar kring hur möten mellan kvinnor och män bör se ut, hur möten mellan äldre och yngre ska se ut, etc. Vad känns bekvämt och varför? Kan man hitta kompromisser som funkar för båda parter i mötet?



## Referenslista

### Klan- och statsamhällen

Wiener, Mark S. 2015. *Klanvälde – Från Stamsamhälle till Rättsstat*. Scandbook, Dualis förlag Ludvika.

Brinkemo, Per. 2014. *Mellan Klan och Stat – Somalier i Sverige*. Timbro, Livonia, Lettland

### Afghanistan och psykisk ohälsa

Miller, K. E., Omidian P., et al. 2006. "The Afghan Symptom Checklist: A Culturally Grounded Approach to Mental Health Assessment in a Conflict Zone" i *American Journal of Orthopsychiatry* Vol. 76, No. 4, (s. 423-433).

De Anstiss, H. och Zianian, T. 2010. "Mental health help-seeking and refugee adolescents: Qualitative findings from a mixed-methods investigation" i *Australian Psychologist* Vol. 45 No. 1, (s. 29-37).

#### Webbaserade artiklar

<https://medium.com/@magdarakita/why-there-is-no-ptsd-in-afghanistan-7c368344c62b>

<http://discourse.apn.af/destigmatising-mental-illness-afghanistan/>

### Syrien och psykisk ohälsa

"Culture, Context and the Mental Health and Psychosocial Wellbeing of Syrians: A Review for Mental Health and Psychosocial Support Staff Working with Syrians Affected by Armed Conflict." UNHCR, 2015.

Jørum Lundgren, Emma. "Vägen Och Valet – En Intervjustudie Med Syriska Asylsökande I Sverige." Demli, 2015.  
<http://www.delmi.se/publikationer-seminarier#!/valet-och-vagen-rapport-och-policy-brief-20158>.

"Migration, psykisk ohälsa och trauma – Ett studiehäfte för dig som möter asylsökande och flyktingar i ditt arbete".  
Transkulturellt centrum, Stockholms landsting, 2012.

#### Webbaserat material

[https://www.slf.se/upload/Lakarforbundet/Trycksaker/PDFer/L%C3%A4karfakta\\_2016.pdf](https://www.slf.se/upload/Lakarforbundet/Trycksaker/PDFer/L%C3%A4karfakta_2016.pdf)

<http://www.emro.who.int/syr/syria-news/who-expands-mental-health-care-services-across-syria.html>

### Kulturmöten

Bäärnhelm, S. (2014). *Transkulturell psykiatri*. Stockholm: Natur & kultur.

Stier, J. (2009). *Kulturmöten: en introduktion till interkulturella studier*. (2. uppl.) Lund: Studentlitteratur.



## Kontakt

0702-78 48 94

[info@religionsvetarna.se](mailto:info@religionsvetarna.se)

[www.religionsvetarna.se](http://www.religionsvetarna.se)