



# RELIGIONS VETARNA

Utbildar om religion, migration & kulturmöten.

Utbildningssammanfattning

Migration, kulturmöten och psykisk ohälsa  
5-6 februari – 2019



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

### Vad är en klan?

- Somalia, Afghanistan och Syrien är exempel på länder där klanen och klangemenskapen är central i det sociala såväl som i det politiska livet.
- Storfamiljen, snarare än kärnfamiljen, är i centrum.
- Klaner kan beskrivas som stora släktgrupper enade under gemensamma förfäder. Samma grundstruktur (klanstruktur) återkommer i flera länder. Exempel: Somalia, Irak och Afghanistan.
- De flesta klansystem är *patrilineära*: man ärver sin klan tillhörighet på faderns sida.

Några viktiga skillnader mellan olika samhällstyper med relevans för ämnet psykisk ohälsa:

### Klansamhället

- Kollektivet i centrum ("Vi-kultur")
- Stark tillit till det egna nätverket (familj), svag tillit till systemet/personer utanför
- Muntlig språkkultur

### Statsamhället

- Individen i centrum ("Jag-kultur")
- Stark tillit till systemet, sval & generell tillit till människor utanför det egna nätverket
- Skriftlig språkkultur



## Kulturmöten och psykisk ohälsa – Somalia, Afghanistan och Syrien

**Generellt för de tre länderna** - Att vara psykiskt sjuk leder ofta till stigmatisering och risk för social utfrysning. Det är vanligt att psykisk ohälsa hemlighålls inom familjen – på grund av stigma.

### Kulturellt präglade begrepp – Somalia

**Murug** – ett tillstånd av att känna sig ”låg”, att känna oro. Vardagliga situationer, ex ekonomiska svårigheter.

**Buufis** – Ett allvarligare tillstånd längs kontinuumet – det kännetecknas av att man är spänd och även paranoid. Många hänvisar till detta psykiska tillstånd som konsekvenser av inbördeskriget, förödande klankonflikter, men även pga. att tidigare sociala nätverk rivits upp.

**Waali** – Längst ut på kontinuumet – När en person har nått tillståndet att vara ”galen”; när en person betar sig fullständigt skandalöst.

### Kulturellt präglade begrepp – Afghanistan

**Jigar Khun** – En form av djup 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.

### Kulturellt präglade begrepp – Syrien

**Majnoon** – *Att vara galen, ”sinnessjuk”*. Historiskt sett är begreppet kopplat till att man är besatt av *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.

**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 och psykisk ohälsa – Somalia, Afghanistan och Syrien

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

- Mobilisering av sociala nätverk, nära vänner, ibland familj
- Koranläsning
- För kristna i Syrien: bibelläsning, stöd från präster, bikten, gudstjänstbesök, etc.
- Bön
- Ta'wiz (Afghanistan), Hijab (Syrien) – amuletter, medaljonger med koranverser
- Jinn-utdrivning (alla tre länder)

**Jinn:** ett sorts andeväsen i islamisk kosmologi.

- Skapade av eld till skillnad från människor som är skapade av jord
- De lever i människornas värld, är till skillnad från änglar *jordiska* väsen
- De kommer på domens dag hamna i paradiset eller helvetet, precis som människor.
- Kan anta synlig form, men är ofta osynliga för människor
- Kan vara både onda och goda.
- Människor och jinner interagerar i vardagen på olika sätt, djinner kan påverka människor med belöningar eller med straff
- Som straff, om en människa exempelvis retar upp en jinn så kan jinnen se till att personen drabbas av sjukdom
- En jinn kan träda in i en persons kropp, han eller hon blir då besatt.

### Ziyarat

- Det finns också helgedomar, heliga platser, kallas för *Ziyarat* i Afghanistan (i Syrien/Somalia förekommer andra begrepp) 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 svältgränsen.
- Dock: ordet Ziyarat används också allmänt om pilgrimsmål och helgedomar



## 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 de 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

### Somalia och psykisk ohälsa

Johnsdotter, Ingvarsdotter, Östman, et al. 2011. "Koran reading and negotiation with jinn: strategies to deal with mental ill health among Swedish Somalis" i *Mental Health, Religion & Culture* Vol. 14, No. 8, (s. 741-755).

Malmö högskola. Fakulteten för hälsa och samhälle. 2008. *Migration och psykisk ohälsa*. Malmö: Hälsa och samhälle, Malmö högskola.

### 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/svr/syria-news/who-expands-mental-health-care-services-across-syria.html>

### Kulturmöten

Bäärnhjelm, 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)