

# JEG VIL VELGE SELV!



Manual for arbeid med negativ sosial kontroll og  
tvangsekteskap



Støttet av



Integrerings- og mangfoldsdirektoratet

# Innholdsfortegnelse

<b>INTRODUKSJON</b>	<b>3</b>
Prosjektets mål	4
Målgrupper	4
Definisjoner og begreper	4
<b>BAKGRUNN OG UNDERLIGGENDE MOTSETNINGER</b>	<b>5</b>
Norske lover om tvangsekteskap og barneekteskap	8
Individorientert frihet versus kollektivism	10
Synet på likestilling og andre typer ekteskap	14
Skam	15
<b>FORSKNING OG KUNNSKAP OM OMRÅDET</b>	<b>19</b>
<b>METODIKK</b>	<b>21</b>
Dialog fremfor diskusjon	21
Rekruttering av ungdomsledere og dialogarbeidere	22
Rekruttering av deltakere	22
<b>GJENNOMFØRING AV OPPLÆRING</b>	<b>24</b>
Opplæring av ungdomsledere	24
Samlinger med bare ungdommer	25
Samlinger med foreldre og ungdommer	25
<b>TEMAER OG ØVELSER</b>	<b>27</b>
Bli kjent øvelser/icebreaker	27
Holdningsskapende oppgaver	29
Diskusjonstemaer	33
Case tatt fra Fafos rapport	33
Hva kan deltakerne om tvangsekteskap?	35
<b>MATERIELL</b>	<b>36</b>
MiRs videoer	36

<b>Andre videoer</b>	<b>38</b>
<b>Hjelpetelefoner og kontaktinformasjon</b>	<b>38</b>
<b>Nettsider</b>	<b>39</b>
<b>REFERANSER</b>	<b>40</b>
<b>VEDLEGG</b>	<b>42</b>
<b>Eksempel på program for opplæring av ledere</b>	<b>42</b>



## INTRODUKSJON

Mennesker i eksil har til alle tider vært nostalgiske over fortiden og hjemlandet sitt. For innvandrere og flyktninger er det derfor naturlig at minnene de har om hvordan det var der de kom fra, ofte virker glorifisert og bedre enn det nye landet. Minnene blir blandet med de gode følelsene de hadde og satt i kontrast til forvirringen og det fremmede de møter i det nye landet de bosetter seg i. Det nye landet taper gjerne i sammenligningen. Dårlige erfaringer, kanskje med diskriminering i arbeidsmarkedet, usikkerhet i sosiale situasjoner, i møtet med skoler der barna dine går, offentlige instanser osv. kan styrke de negative følelsene. Dessuten synker mange i status fordi deres utdanning eller jobberfaringer ikke teller i det nye landet. Når foreldre har dårlige erfaringer, lar noen det gå utover sine barn. De blir strengere fordi de håper å skjerme barna. De oppdrar barna som om de bodde i hjemlandet og forventer at de skal oppføre seg som de selv gjorde. De glemmer at tidene endrer atferdsmønstre. Det som tidligere var tegn på respekt, kan ha blitt anakronistisk og rart også i hjemlandet.

For å forstå hva som forventes av foreldrerollen i et nytt land må man diskutere det med andre i samme situasjon. Det kan være andre foreldre som har opplevd å komme til et nytt land og kanskje også foreldre som selv har vokst opp i det nye landet. Ved å snakke sammen finner man mange likhetstrekk som gjør at «det nye» ikke blir så eksotisk. Mange norske foreldre synes også at det kan være vanskelig å oppdra barn av samme grunn. Samfunnet har endret seg mye siden de var unge. Heller ikke de kan oppdra sine barn slik de selv ble oppdratt. Dessuten er det uansett ikke en lett oppgave å oppdra barn fordi de er forskjellige og må møtes på forskjellige måter. Noen barn liker konkurranser og å bli utfordret, andre liker å få ros. Noen bruker lang tid til å forstå og lære ting, mens andre skjønner alt nesten med en gang. Kjernen av utfordringen er å kjenne sine barn i tillegg til å forstå hva som er aksepterte måter å oppdra barn på i det nye samfunnet.

Det er samtidig viktig å understreke at det ikke alltid er noe rett eller galt i tradisjoner for barneoppdragelse. Én kulturs måte å håndtere det på er ikke alltid mer korrekt enn en annen. Selv om vestlige psykologer i mange tiår har forsket på barneoppdragelse, er det ikke noen fasit for hva som gjør barnet til en hel og lykkelig person.

Det er mange misforståelser som nye borgere av Norge blir konfrontert med når de skal oppdra barn. Land med kulturer som er veldig annerledes fra det du er vant til har forskjellige uttrykk for respekt, for hva slags oppførsel som inngir respekt og hva slags oppførsel som ikke betyr så mye. Barn som vokser opp i et samfunn med foreldre som har andre krav til deres oppførsel enn skolen og samfunnet har, blir ofte forvirret. De etterligner barna rundt seg og blir forvirret når foreldrene reagerer sterkt på noe som kanskje er akseptert i Norge. Et eksempel på dette kan være bruk av ordet "dum". De har kanskje hørt andre etnisk norske barn bruke ordet til lærere, kanskje sine foreldre, og så går de hjem og kaller sine foreldre "dum". Dette kan ha store konsekvenser fordi ordet kanskje har andre konnotasjoner på andre språk. På engelsk kan man for eksempel velge å bruke enten *stupid* eller *silly*. Stupid betyr noe annet enn silly, som er et mye svakere ord. Engelske foreldre ville

antakelig bli mye sintere hvis barna kalte dem stupid enn silly. Men det avhenger selvfølgelig også av konteksten og tonefallet. Hvis man ikke kjenner til nyansene i en kultur og samfunn, vil det uansett by på problemer.

Ungdomsopprøret er også noe vestlige samfunn forventer i større grad enn i land som mange innvandrere og flyktninger kommer fra. Der kan tradisjonen ha vært at barna må jobbe og bidra til familiens økonomi fra de er ganske små. De får en del ansvar for husarbeid som gir lite tid til å være veldig rebelsk. Generelt ser vi i MiR at norske familier i større grad tar for gitt at barna på et eller annet tidspunkt løsriver seg fra familien og at tenårene er en periode full av konflikter.

Holdningsarbeidet MiR jobber med er i stor grad å bygge broer mellom forskjellige verdsett og opparbeide toleranse, respekt og forståelse for andres ståsted. I noen tilfeller må man også forandre sitt eget perspektiv for å lettere gli inn i det andre samfunnet. MiR har jobbet i mange år med foreldre og ungdommer med temaer som barneoppdragelse, grensetting og for eksempel knyttet til dataspill. Vi ønsker med denne manualen å spre vår metodikk for dette arbeidet.

## Prosjektets mål

Prosjektets mål er å lage en manual for holdningsarbeid for å skape forståelse og god dialog i familien. I dette prosjektet har vi fokusert på å unngå misforståelser og konflikter som oppstår i alle familier, men med større hyppighet i familier der normen for hjemkultur kan være vesentlig annerledes enn i landet de nå bor i.

## Målgrupper

Ungdom fra noen flyktning- og innvandrergupper blir mer utsatt for negativ sosial kontroll og tvangsekteskap på grunn av tradisjoner i forhold til kultur og religionspraksis.

Tvangsekteskap skjer oftere i grupper hvor det generelt sett er tradisjon med arrangerte ekteskap der foreldre og slekt er involvert i å finne ektefelle til barna. Men det er også viktig å vurdere den enkelte familien da utdannings- og sosioøkonomisk bakgrunn også påvirker graden av kontroll i hjemmet.

## Definisjoner og begreper

Det er mange definisjoner på disse kompliserte begrepene. I denne manualen valgt følgende:

Med **negativ sosial kontroll** menes ulike former for overvåking, press, trusler og tvang som skal sikre at enkeltpersoner lever i tråd med familiens eller gruppens verdier og normer. Kontrollen kjennetegnes ved at den er gjentakende og systematisk.

**Tvangsekteskap** er når en person presses psykisk eller trues til formelt samliv/ekteskap med en person man ikke kan velge selv. Å være ugift er ikke et akseptert alternativ.

# BAKGRUNN OG UNDERLIGGENDE MOTSETNINGER

## Hva er MIR

Multikulturelt Initiativ og Ressursnettverk er et nettverk av og for foresatte, barn og unge uavhengig av etnisk og sosial bakgrunn. Med et multikulturelt blikk bidrar vi med informasjon, rådgivning og støtte i saker om barnehage, skole, familieliv og samfunnslivet. MiR fungerer også som talerør for enkeltgrupper i møtet med myndighetene og storsamfunnet.

MiRs visjon er å være brobygger mellom foreldre, barn, unge og storsamfunnet med økt livsmestring, gjensidig forståelse og likeverdig deltakelse for alle som resultat. Organisasjonen er politisk uavhengig og livssynsøytral.

I vårt arbeid har det vært viktig å ha nær kontakt med vår målgruppe, formidle målgruppens erfaringer og prøve å påvirke styresmaktene til å tilpasse offentlige tjenester og politikk; alt med formål å skape et best mulig samfunn for alle.

Bakgrunn for denne manualen er at MIR i flere år har hatt dialogmøter med foreldre og ungdommer knyttet til forskjellige temaer med formål å spre kunnskap og forventninger om og fra det norske samfunnet. Å komme til et nytt land og delta i et nytt samfunn krever at du setter deg inn i kulturen, verdiene og normene til det nye landet. Man må vite (og forstå) hva samfunnet krever av deg for at du skal gli inn blant andre og bli akseptert som en likeverdig borger. Hvis du bommer på etikette og oppførsel, risikerer du å bli utstøtt og sett ned på. For en person som i utgangspunktet starter nederst på rangstigen i et samfunn (ved å være flyktning eller innvandrer uten penger og utdanning som blir verdsatt), er det ekstra viktig å kjenne til regler og normer. De som er høyere opp på rangstigen, for eksempel ambassadefolk, har mulighet til å gjøre flere feil fordi de i utgangspunktet blir sett mer opp til. Men også disse vil møte motstand hvis de gjør for mange feil eller går ut av diplomatenes beskyttede liv for å bli borger av det nye samfunnet.

---

*Å flytte til et nytt land behøver ikke innebære det store sjokket med mindre den tidligere kulturen og væremåten er så annerledes at den bryter med aksepterte normer og regler i et nye landet.*

---

En ting er å lære at det er andre holdninger og verdier i et samfunn og samtidig vite at det ikke behøver å bety at man må endre sin væremåte. Å flytte til et nytt land behøver ikke innebære det store sjokket med mindre den tidligere kulturen og væremåten er så annerledes at den bryter med aksepterte normer og regler i et nye landet. Et konkret eksempel er for eksempel oppdragervold. Selv om de fleste land i verden har ratifisert FNs lov om at man ikke

skal slå barn for å oppdra dem, er det mange land hvor det fremdeles er sosialt akseptert å utøve dette. I Norge er oppdragervold ulovlig. Du kan risikere at barnet blir tatt fra deg og at du blir satt i fengsel. Dette er typisk en holdning som MÅ endres hvis du vil unngå store problemer med samfunnet rundt og myndighetene generelt. Det er ikke nok å lære at det er ulovlig å slå barnet. Du må også lære hva du skal gjøre i stedet for å slå dem for å sette grenser, skape respekt og disiplin. Du må lære hvorfor det kan være skadelig for et barn å bli slått i tillegg til den fysiske smerten. Du må kanskje også lære at oppdragervold i mange tilfeller også kan ha motsatt effekt hvis ditt mål for å slå er å lære barna å skille rett fra galt. Oppdragervold mot barn fortsatte i Norge i mange år etter at det ble forbudt ved lov. Fordi den norske befolkningen har hatt loven så lenge, har den etter hvert blitt en del av de etablerte norske verdier. Derfor har MiR tro på systematisk jobbing med holdningsendring der nye tankemåter vil sive inn etter hvert. Men for en person som nettopp har flyttet til et nytt land, kan krav om endring komme brått på. Samfunnet rundt må akseptere behovet for systematisk jobbing over tid for å skape utvikling og holdningsendring.

---

*Samfunnet rundt må akseptere behovet for systematisk jobbing over tid for å skape utvikling og holdningsendring.*

---

Når det gjelder Vestens kamp mot negativ sosial kontroll og/eller tvangsekteskap, må denne sees i sammenheng med syn på individualitet. For de som kommer fra kollektive samfunn, er individualitet ofte et negativt trekk som forbindes med for eksempel egoisme, grådighet, selvsentrering osv. I Norge derimot er *individualitet* knyttet til retten til å ha et privatliv, bestemme hva du skal studere, hvem du vil gifte deg med, hvilke klær du skal gå med, ha ditt eget rom osv. I kollektive samfunn vil man i hovedsak tenke på hele familien og ta beslutninger som kan komme alle i familien til gode, kanskje gifte deg med noen som fører til at familien får økt sosial status og mer penger fremfor «kjærlige følelser på kort sikt». Det har ikke vært vanlig at barn har eget rom fordi man ofte ikke har så store hus, og det som er i huset er i større grad felles eiendom, ikke den enkeltes. Det er for eksempel ikke uvanlig at man åpner hverandres brev i mange land, noe som ville være helt utenkelig i Norge. I mange land tas det for gitt at eldre søsken skal tenke på yngre søsken og kanskje ofre seg for dem hvis familien ikke har nok økonomi til at alle skal studere, at de må passe på dem osv. Dette er selvfølgelig ikke absolutte standarder. Det er først og fremst eksempler på trekk og faktorer som er vanligere i kollektive samfunn enn i individorienterte samfunn.

---

*For de som kommer fra kollektive samfunn, er individualitet ofte et negativt trekk som forbindes med for eksempel egoisme, grådighet, selvsentrering osv.*

---

I individorienterte samfunn forventes det at du har en mening, at du har tenkt selv, godt illustrert ved sangen, "Tenke sjæl", av Trond Viggo Torgersen. Dette er en sang som handler om løsrivelse fra foreldrene og at du skal tenke selvstendig istedenfor å høre på hva alle andre sier. Denne sangen lærer mange barn allerede fra de går i barnehagen, og de blir

oppmuntret til å tenke selvstendig. Dette står i motsetning til barn i mange innvandrerfamilier som både hjemme og gjennom religiøse sammenhenger, blir lært opp til å adlyde foreldre og eldre mennesker.

Disse settene med verdier vil skape konflikt fordi man i mange tilfeller ikke samtidig kan tenke både på hensynet til familien og egne personlige hensyn. Du kan ikke samtidig være ute med venner som at du er hjemme og lager mat og passer på småsøsken. Du kan ikke gifte deg med to personer. Så hvis din smak og preferanse ikke er den samme som den familien din har, får du et problem! Du kan ikke samtidig som å bestemme over ditt eget liv, være lydige overfor det foreldrene ønsker hvis verdsettene er ganske forskjellige. Hvis foreldrene er kloke og forstandige, vil de klare å lære barna opp til å ha de samme verdiene, slik at barna inkorporerer verdiene i seg selv. Dette er vanskeligere å få til i mange innvandrerfamilier enn i etablerte norske.

---

*Når man engang har bestemt seg for å bo i et annet land, forstår de aller fleste at det vil være nødvendig å finne en tilpasning til det nye landets kultur, normer og lover.*

---

Når man engang har bestemt seg for å bo i et annet land, forstår de aller fleste at det vil være nødvendig å finne en tilpasning til det nye landets kultur, normer og lover. Dette gjelder spesielt dem som har barn, som derfor MÅ forholde seg til samfunnet. En voksen kan overleve med å jobbe og ikke knytte seg til noen i majoritetssamfunnet. Barna vil som oftest få venner, bli invitert på fester og aktiviteter både i skoletiden og etter. Som foreldre, må man forholde seg til barnas venner og foreldre. Det er også en fordel å bli kjent med kollegaer hvis du vil bli en del av samfunnet. For å gli inn i et miljø trenger du ikke å ha de samme holdningene, men man må akseptere andres preferanser, for eksempel til alkohol og sex, som ofte er annerledes. Å endre grunnleggende holdninger skjer gjerne trinnvis:

MIRs erfaring er at prosessen med å endre holdninger handler om fire nivåer eller trinn:

- I. **Oppfatte informasjonen og situasjonen i det nye landet, å bare være klar over at det er noe som er annerledes.** For eksempel har mange innvandrere fått med seg at det ikke er uvanlig at nordmenn har sex før ekteskap. Men de forstår kanskje ikke utviklingen dit og hvorfor det er slik.
- II. **Forstå fakta, som normer, verdier, kultur og tradisjoner.** På dette stadiet må vi formidle kunnskap, helst på morsmålet for at man virkelig skal forstå grunnen til at noe er slik og slik samt hvorfor. Hvis vi bruker eksempelet med sex, er formålet kanskje at man aksepterer at slik er det uten å fordømme, som er praksis i mange religioner. Man trenger ikke å oppmuntre eller ha sex selv. Det viktigste er å forstå og respektere at det er slik – for mange, men ikke alle. Det handler om et individuelt valg.
- III. **Inkorporere kunnskapen i ditt liv, finne rollemodeller, venner som har samme holdning. Se det positive ved holdningsendringen.** En ting er intellektuelt å forstå og respektere «endring». En annen ting er din faktiske praksis når du blir konfrontert med begrepet.



Eksempel: du oppdager at dine barn har sex før ekteskap. Hva gjør du? Hva tenker du?

- IV. **Leve etter de nye holdningene og gjøre gode valg.** På dette stadiet er det en selvfølge og man ikke lengre tenker over at det er slik. Man tar noe for gitt. Holdningen til «(noe)» har blitt «(internalisert)».

MiRs erfaring er at dette er en god måte å jobbe med holdningsendringer. Fordi dette handler om en lengre prosess, ser vi at det krever tid. Mange trenger noen å dele erfaringer med for å endre egne holdninger og atferdsmønstre. Det er derfor fint å ha grupper som er drevet av andre personer som har gått gjennom lignende erfaringer, som også fungerer som rollemodeller i den prosessen.

---

*For å forstå hvorfor det for mange kan være steile fronter, er det viktig å forstå hvilke underliggende tankesett som skaper motsetninger.*

---

For å forstå hvorfor det for mange kan være steile fronter, er det viktig å forstå hvilke underliggende tankesett som skaper motsetninger. Jeg vil gå nærmere inn på dette da det er viktig at personer som jobber med holdningsendringer, forstår hvorfor målgruppen tenker som de gjør, at det er naturlig for folk flest å møte nytt med en viss skepsis og motstand. De største forskjellene er knyttet til:

- Individualisme (personlig frihet) versus kollektivism
- synet på likestilling og andre typer ekteskap
- sex og skam

## Norske lover om tvangsekteskap og barneekteskap

I denne delen skisseres kort lovverket i Norge knyttet til tvangsekteskap og negativ sosial kontroll. Det finnes en stortingsmelding som heter "Retten til å bestemme over eget liv (2017-2020)" der det beskrives hvordan dette området jobbes med. Sannsynligvis kommer det en ny stortingsmelding etter 2020 med et nærliggende innsatsområde. IMDi (Integrerings- og mangfoldsdirektoratet), RVTS (De regionale ressursentrene om vold, traumatisk stress og selvmordsforebygging) og RBUP (Regionsenter for barn og unges psykiske helse) har også laget veiledere for hvordan man kan håndtere slike situasjoner.

Kompetanseteamet mot tvangsekteskap, kjønnslemlestelse og negativ sosial kontroll er dem man bør ta kontakt med i konkrete saker som man ikke vet hvordan man skal håndtere eller trenger hjelp med. Kompetanseteamet er et nasjonalt tverretattlig fagteam som bistår hjelpeapparatet i konkrete saker som omhandler tvangsekteskap, kjønnslemlestelse eller andre former for æresrelatert vold. Kompetanseteamet veileder både første- og andrelinjetjenestene, for eksempel politi, barnehager, skoler, asylmottak, helsestasjon, barnevernstjenesten, krisesentre, norske utenriksstasjoner og UDI. Utsatte over 18 år kan også ta kontakt for å få hjelp.

Kontakt Kompetanseteamet mot tvangsekteskap og kjønnslemlestelse på:

Telefon: 478 090 50 (mandag-fredag kl 9-15)

E-post: [kompetanseteamet@bufdir.no](mailto:kompetanseteamet@bufdir.no)

Mer informasjon kan man få på denne nettsiden:

[https://bufdir.no/vold/Krisesentre\\_incestsentre\\_og\\_botilbud\\_for\\_utsatt\\_ungdom/Tvangsekteskap\\_og\\_kjønnslemlestelse/](https://bufdir.no/vold/Krisesentre_incestsentre_og_botilbud_for_utsatt_ungdom/Tvangsekteskap_og_kjønnslemlestelse/)

## Lover om tvangsekteskap og barneekteskap

I Norge er det straffbart å tvinge noen til å inngå ekteskap mot sin vilje. Tvang kan innebære:

- Bruk av vold
- Frihetsberøvelse
- Ulike former for psykisk press

### HVA ER STRAFFBART?

#### I. **Tvangsekteskap**

Straffeloven § 253 omhandler tvangsekteskap. Straffen er fengsel inntil 6 år. Medvirkning kan også straffes. Det er straffbart å tvinge noen til å inngå ekteskap, uavhengig av om ekteskapet blir inngått i Norge eller utlandet. Det er også straffbart å medvirke til at en person reiser til et annet land for at personen skal bli tvangsgiftet der. Hvis for eksempel en mor eller far truer/presser sin sønn eller datter til å inngå ekteskap på en ferietur til utlandet, så er dette straffbart.

#### II. **Barneekteskap**

Straffeloven § 262, 2. og 3. ledd omhandler barneekteskap. Det er straffbart å inngå ekteskap med noen under 16 år. Straffen er fengsel inntil tre år. Det er også straffbart å medvirke til at barneekteskap blir inngått. Dette gjelder også hvis ekteskapet er inngått i utlandet og gjerningspersonen har tilknytning til Norge, jmfør straffeloven § 5 første ledd nr. 4.

#### III. **Seksuallovbrudd**

Tvangsekteskap og barneekteskap kan medføre tvungen seksuell omgang som omfattes av straffeloven kapittel 26 om seksuallovbrudd.

#### IV. **Andre sentrale lover om tvangsekteskap og barneekteskap:**

I barneloven § 30a står det at en avtale foreldre eller andre (for eksempel søsken) gjør om ekteskap på vegne av et barn, ikke er rettslig bindende.

- a. Ekteskapsloven §1 a bestemmer at den som er under 18 år, ikke kan inngå ekteskap. Fra og med 1. juli 2018 er det ikke lenger mulig å gjøre unntak fra denne regelen.
- b. I ekteskapsloven §1 b står det at kvinner og menn har samme rett til fritt å velge ektefelle. Ekteskap skal bare inngås av egen fri vilje og med eget samtykke.

#### V. **Reglene om ekteskap inngått i utlandet**

Ekteskap som er inngått i utlandet, der minst én av partene er norsk statsborger eller har fast bosted i Norge, vil ikke være gyldig her dersom:

- a. en av partene er under 18 år når de gifter seg
- b. ekteskapet er inngått uten at begge parter var til stede under vigselen
- c. en av partene allerede er gift

Målet er å forhindre at personer som bor i Norge omgår ekteskapslovens krav ved å reise til utlandet for å inngå ekteskap der.

### LOVER MOT NEGATIV SOSIAL KONTROLL

Lovene mot negativ sosial kontroll er ikke så konkrete. I hovedsak beskyttes alle barn og ungdommer av FNs barnekonvensjon, som blant annet har disse artiklene som beskytter barn:

- Artikkel 19: «Staten skal beskytte barnet mot fysisk eller psykisk mishandling, forsømmelse eller utnyttes fra foreldre eller andre omsorgspersoner»
- Artikkel 27: «Barnet har rett til en levestandard som er tilstrekkelig på alle måter»
- Artikkel 37: «Barn skal ikke utsettes for tortur eller annen umenneskelig eller nedlatende behandling eller straff»

I konkrete saker med fysisk eller psykisk mishandling, kommer barnevernsloven inn, dvs. at man kan få hjelp og beskyttelse fra barnevernet i tillegg til kompetanseteamet.

Når man er eldre er det andre lover som beskytter mot vold og trakassering, blant annet denne:

Straffeloven § 222 – andre ledd sier: «Den som med vold, frihetsberøvelse, utilbørlig press eller annen rettsstridig atferd, eller ved å true med slik atferd, tvinger noen til å inngå ekteskap straffes inntil 6 år. Medvirkning straffes på samme måte».

### INDIVIDORIENTERT FRIHET VERSUS KOLLEKTIVISME

Kanskje var det den franske revolusjonen som først satte tydelig ord på verdiene "Frihet, likhet og brorskap", men individorientert frihet har utviklet seg mot langt videre forståelse av begrepet siden da. Kapitalismen har fått frem valget som essensen ved frihet, og man tenker at frihet gir lykke. Flere psykologer og filosofer har etter hvert sett at mange «selvstendige og frie» valg ikke alltid fører bra ting med seg, noe den amerikanske psykologen Barry Schwartz beskriver i boken sin «*The paradox of choice: why more is less*». Essensen handler om hvor ineffektivt det kan være for individet med for mange valg. Han har sett på flere eksempler som handler om at jo flere valg du har, jo vanskelig har du for å ta valget og jo mer misfornøyd er du etter at du har tatt valget. Grunnen til dette er at mange blir paralyisert av for mange valg. Eksperimenter som har blitt gjennomført viser f.eks at kun tre prosent av kundene som får presentert 24 syltetøy kjøper en krukke i motsetning til 30% som får presentert 6 krukker. Opp til et visst tall er mangfold bra, men over en grense blir det for mye.

---

*Flere psykologer og filosofer har etter hvert sett at mange «selvstendige og frie» valg ikke alltid fører bra ting med seg*

---

Grunnen til at du blir misfornøyd etter at du har tatt et valg, handler om en nagende usikkerhet om du har valgt riktig. Med så mange valg er nyansene så mange og du vil ha det som er "helt perfekt". Men hva er egentlig det? Du begynner å tvile på valget du har gjort. Ektefeller/kjærester fungerer også på samme måte i dagens samfunn. Med internett-dating og apper får man mange flere valg. For noen er det så mange valg at de ikke klarer å velge. Det tror jeg mange som er aktive på disse arenaene kan bekrefte. Mange oppfører seg som om de er i en lekebutikk og vil leke med alle lekene og kanskje, bare kanskje, kjøpe noe til slutt. Og de som er på den andre siden kan føle seg som en leke, en vare som kan byttes ut på samme måte som noen av dem som har foreldre som arrangerer deres ekteskap. Man føler seg ikke særlig spesiell. Samtidig kan man også ha tillitt til at foreldrene kan kjenne deg bedre enn nettsidene og koble deg med en bedre person for deg. Forskningen til antropologen Helen Fisher viser at blant dem som forblir gift etter 10 år, er det like mange lykkelige som har giftet seg arrangert, som blant dem som valgte selv.

*Valgets paralyseringseffekt:*

- I. Ved for mange valg angrer du oftere på beslutninger du har tatt. Noen blir så paralyisert at de får fullstendig beslutningsvegring
- II. «Everything suffers from comparison» er et uttrykk Schwartz bruker i sin forklaring på hvorfor man ikke blir fornøyd. Hvis du sammenligner to ting, vil de ofte ha sine gode og dårlige sider. Det beste valget tas altså basert på hva du selv prioriterer og bestemmer deg for å stå fast ved.
- III. Eskalering av forventninger gjør at ingenting er godt nok fordi ingenting er «perfekt».
- IV. Når du kan velge selv, må du også ta ansvar for valget. Hvis du ikke er fornøyd er det din egen feil. Sjansen er stor for at jo flere valg du har, jo mer irriterer du deg over ditt valg.

---

*Når man ikke klarer å nyttiggjøre seg friheten på grunn av mengden valgmuligheter, blir det vanskeligere å foreta valget.*

---

Filosofen Kaia Melsom har i boken, «Frihetstyrraniet», skrevet om hvordan mange personer i dagens samfunn blir lammet av alle valgene de har. Hun mener at frihetsidealet fører til flere og flere som blir engstelige og misfornøyd. Når man ikke klarer å nyttiggjøre seg friheten på grunn av mengden valgmuligheter, blir det vanskeligere å foreta valget. Frihet blir sett på som det ypperste av alle goder, men det ligger kanskje i menneskenaturen å ville noe annet når man endelig har fått det man har kjempet for. Dagens ideal er at man skal være impulsiv, kreativ, skape nytt, være unik. Når man ikke klarer å leve opp til dette uendelig potensialet som friheten gir, føler man skam. Hun definerer skam som "følelsen du får når du ikke lever

opp til dine egne standarder.” Dette har ført til skamlidelser som for eksempel depresjon, angst, spiseforstyrrelser osv.

I boken sin peker hun på noen paradokser:

- I. Det at du forteller unge mennesker at de kan bli hva de vil, gjør at de føler et større press for å realisere seg selv. Når de kommer til kort føler de skam. De overdriver kanskje skyldfølelsen for valg de opplever som feil eller ikke perfekt nok. Det store fokuset på valgfrihet gjøre at man glemmer at det noen ganger er det genetikk, andre ganger strukturelle faktorer eller rett og slett flaks som spiller inn når man lykkes eller ikke.
- II. Hvis målet er frihet til å velge partner, hvorfor er det samtidig flere og flere som forblir alene samt ekteskap som går i oppløsning? Burde ikke det ikke være flere, ikke færre par? Melsom mener at dette henger sammen med at man tror at man i det perfekte forholdet alltid er forelsket og lidenskapelig. Mange gjør det slutt når de ikke lengre føler seg forelsket. De tror de har valgt feil. Så valgfrihet kombinert med et misforstått syn på ekteskapet skaper kanskje mer ulykke enn å jobbe hardere med det man har.
- III. Man kan tenke at fritid gir mer frihet til å velge hva man skal bruke den til. Aldri har man jobbet mindre i dag siden etterkrigstiden, men det virker som om at folk er mer stresset, har tidsklemme eller blir utbrent. Melsom mener at man selv skaper dette presset som en unnskyldning for at man ikke kan leve opp til sitt potensiale.

Hun mener løsningen er at man må endre synet på at valgfrihet er det samme som lykke og at man kan få både i pose og sekk. *Valget fordrer at du må velge noe bort.* Det kan være smertefullt. Det kan også være stressende, slik som Professor Renata Salecl har skrevet boken, «The Tyranny of Choice». Hun beskriver blant annet hvordan flere konkurrenter, for eksempel i strømmarkedet, gjør at du blir stresset fordi du ikke vet hvem som egentlig er billigst og bruker altfor mye tid til å finne ut hvilken strømleverandør du bør ha. De færreste er ikke bare rasjonelle når de foretar valg. I motsetning til det man tror, er ikke valgene bare individuelle heller, uansett hva vi innbiller oss selv. Et valg er ofte påvirket av omgivelsene. Det betyr at mange gjør valg basert på hva samfunnet definerer som attraktivt og gir status.

---

*Finn Skårderud sier at ”den dype skamfølelsen er smerten ved å se seg selv som en som ikke fortjener å bli elsket”.*

---

Hvis vi tar tak i aspektet «skam» som ble nevnt tidligere, ser vi at begrepet har fått en følgeutvikling mot såkalte ”skamlidelser”. Psykolog Gry Stålseth tok i 2017 initiativ til et heldagsseminar om skamlidelser. Hun uttalte i sitt foredrag at vi kan betrakte skam som en drivkraft i de fleste psykiske lidelser. Med hennes påstand som bakteppe, og med kunnskap om skammens endrede innhold i vår moderne tid, bør skamlidelser betraktes som en tilstedeværende og framtidig helseutfordring. I dagens samfunn ser man en økning i psykiske lidelser der man tar på seg skylden for at livet ikke er som det skulle ha vært, og man føler skam. Skam kan utløse, opprettholde og være del av en depresjon, sosial angst,

spiseforstyrrelser, selvskading, familieproblemer og vold. Depresjon- og angstlidelser, spiseforstyrrelser, selvskading, rusavhengighet og utbrenthet kan være resultat av skadet selvfølelse med utspring i skam. Finn Skårderud sier at "den dype skamfølelsen er smerten ved å se seg selv som en som ikke fortjener å bli elsket". I dette ligger det implisitt at skam er sterkt knyttet til vår selvfølelse og opplevelse av å være til.

Gjennom mange års arbeid med mennesker ser vi i MiR at det for mange kan det være mindre smertefullt å slippe å ta «valget». Da har du i alle fall noen å skyld på hvis det ikke går så bra. Å ta fullt ansvar for det man gjør, kan være slitsomt. Vi erfarer personer som sier at de ønsker de hadde gjort som foreldrene sa og bare slått seg til ro etter mange års dating og problemer med å bestemme seg. Vi ser også at mange legger altfor mye betydning i valgene de tar. Kanskje det er fordi de er redde for hva andre mener. De fleste valg har heldigvis den siden ved seg at velger man feil, kan man velge om igjen. Det er ikke så farlig å ta feil. Det er kanskje også et tegn i tiden, påvirket av sosiale mediers «perfekte og glade liv», at man lurer seg selv til å tro at slik har alle andre det og at man dermed er reddere enn noen gang for å feile, dvs. vise at slik har man det ikke selv.

---

*Gjennom mange års arbeid med mennesker ser vi i MiR at det for mange kan det være mindre smertefullt å slippe å ta «valget». Da har du i alle fall noen å skyld på hvis det ikke går så bra. Å ta fullt ansvar for det man gjør, kan være slitsomt.*

---

Man tenker at innvandrere er så redde for hva folk vil tenke og si hvis barna bringer skam over familien hvis de bryter grenser i det miljøet foreldrene tilhører. I det norske samfunnet lever skammen vel så mye. Men nå er den knyttet til at man ikke bryter grenser, at man går med flokken. Selv om man i ungdomsårene ønsker å være en del av flokken, ønsker man også å være den beste i flokken. I noen ungdomsmiljøer konkurrerer man om å være best trent, være penest, ha de dyreste klærene og vesken. I andre ungdomsmiljøer konkurrerer man om å være den mest kreative, ha den villeste hårfargen og gå med sterkeste sminken. Normene for hva som gir status er forskjellig fra miljø til miljø. Mange føler at dagens samfunn og fokuset på sosiale medier krever at man også må vise det fram. Det blir mer tydelig enn noen gang om du lykkes eller ikke. Man snakker om individualisme, men sannheten er at det bare er en annen form for "hva vil folk si". Mens mange innvandrerfamilier konkurrerer om hvilke av barna deres som klarer å bli lege og blir best gift, konkurrerer norske familier om hvilke av deres barn som er lykkeligst og mest selvrealisert. Det som er verst er at de etnisk norske familiene ikke er klar over at den forventingen man har til barnas lykke er like slitsom som innvandrerfamiliens. Kanskje til og med verre.

---

*Det som er verst er at de etnisk norske familiene ikke er klar over at den forventingen man har til barnas lykke er like slitsom som innvandrerfamiliens forventning til suksess. Kanskje til og med verre.*

---

«Business insider» har skrevet flere artikler i 2017-2020 om hvordan de yngre generasjonene, Millenials (født 1980-1995) og generasjon Z (født 1996-2010) får flere psykiske problemer. Den nest høyeste dødsårsaken blant generasjon Z, er selvmord. Selvmordsraten for barn og ungdommer mellom 10 og 24 år (det de kaller generasjon Z) har økt med 56% fra 2007 og 2017 i USA. Etter mange års nedgang har selvmordsraten tredoblet seg i samme periode for dem mellom 10 og 14 år. Dette kan skyldes mange faktorer, blant annet for mye bruk av internett og sosiale medier og dermed eksponering for skamlidelser. De fleste som gjør selvmord er deprimerte. Mange har vært deprimert over tid.

Begge generasjonene har hatt stor økning i depresjon som i stor grad tilskrives bruk av sosiale medier. Det er grunn til å tro at dette også henger sammen med økte valg da forskning på hjernen viser at det er slitsomt for hjernen å foreta beslutninger, særlig hvis en beslutning handler om «likeverdige valg» samt at det er fordeler og ulemper hva man enn velger. Sjansen er stor for at den som «velger» føler seg beslutningslammet og ulykkelig.

## Synet på likestilling og andre typer ekteskap

Likestilling har mange aspekter. Når man snakker med mange som ikke har gått gjennom vestens likestillingskamp, tenker de ofte på likestilling som fordeling av husarbeid i hjemmet, at arbeidsfordeling skal være lik og mengden er den samme. Gjennom hundre års likestilling har vestlige samfunn utviklet seg til å tenke på likestilling som *like muligheter* fremfor at man skal gjøre de samme tingene og å kunne velge hva du vil fremfor at valgene skal være begrenset av ditt kjønn. Likestillingens syn på likeverdighet og valg endrer også de sosiale relasjonene; for eksempel åpner muligheten for vennskap mellom menn og kvinner.

Tradisjonelle kjønnsroller er rigide, der mannens rolle er leder, ektemann eller far og kvinnen er en lydige og underdanige kone og mor. Det blir bakt inn i språket, som vietnamesisk, der kvinnen bruker pronomet "yngre søster" i forhold til sin ektemann uansett om han er eldre eller yngre i alder som en måte å vise at hun er under ham i hierarkiet. Tradisjonelle kjønnsroller gir ikke rom for at gutter og jenter kan være venner, og mange tradisjonelle samfunn har normer som sier at de ikke kan omgås hverandre. Men ungdommer finner som oftest muligheter og smutthull for å «tilpasse seg» nye trender og strømninger i samfunnet. I MiR får vi høre om mange nye måter å tilpasse seg tiden. I artikkelen "Halal-dating som ungdomskultur - Forhandlinger om ekteskaps- og samlivspraksiser blant norsk ungdom med muslimsk bakgrunn", av Marianne Bøe, blir dette bekreftet.

---

*Ungdommer finner som oftest muligheter og smutthull for å «tilpasse seg» nye trender og strømninger i samfunnet.*

---

Bøe har dybdeintervjuet flere innvandrerungdommer som beskriver alternative måter å løse motsetningene mellom moderne og tradisjonelle samfunns syn på relasjoner. Ungdommene beskriver at det å inngå ekteskap var den eneste måten de kunne være sammen på en halal måte, en måte som er tillatt i henhold til islamsk lov (sjaria). Å inngå *nikah* (et muslimsk ekteskap) kan for noen muslimske ungdommer gjøre det mulig å ha en slags kjæreste-periode,

en religiøst legitimert kjæresteperiode uten juridisk betydning i Norge; altså en muslimsk ekteskapskontrakt (aqd nikah) hjemme, med foreldre eller andre nære slektninger som vitner. På dette tidspunktet registreres ekteskapet vanligvis ikke. Det anses heller ikke som nødvendig å utføre vigselen i en moské eller å kontakte en imam for å forstå hendelsen. Kontrakten signeres som regel av både av bruden, brudgommen og deres verger (wali). Etter at ekteskapskontrakten er signert, regnes partene som gift i islam. Dersom de skulle ønske å bryte ut av nikah-ekteskapet, kan de skilles i henhold til islamsk lov. Det finnes ulike former for skilsmisse i islamsk lov, men generelt sett vil en religiøs ekteskapsoppløsning være mindre tidkrevende enn det å oppløse et ekteskap inngått i henhold til norsk lov.

Der forholdet går bra, fullbyrder de ekteskapet med *walima* – en stor bryllupsfest etter pakistansk tradisjon. Walimabryllupet kan bli holdt i en moské uten vigselsrett eller i en moské med vigselsmyndighet slik at ekteskapet også er gyldig i henhold til norsk lov. Ekteskapet i islam anses ikke som en plikt, men som en såkalt anbefalt handling i islamsk lov (mandub) som belønnes i dette og i det neste liv dersom handlingen utføres. Selv om utenomrettslige religiøse ekteskap ikke har noen rettslig relevans i henhold til norsk lov, spiller det å inngå nikah derfor en avgjørende rolle for dem som muslimer.

Bøe skriver også om muta-ekteskap som gir mulighet for at en gutt og jente kan være sammen på en «halalmåte» uten å være formelt gift. Muta-ekteskap (eller sighe som det også kalles i Iran) er et tidsavgrenset ekteskap som praktiseres innenfor den sjiamuslimske Jafari-lovskolen i Iran. Det kan være alt fra en time til ubestemt tid. Det blir tradisjonelt praktisert for eksempel når menn vil være sammen prostituerte eller med elskerinner, i tillegg til en legalisert kjæresteperiode. Muta-ekteskap anses for å være forbudt innenfor dominerende sunni-lovskoler. Det finnes likevel tilfeller hvor unge muslimer – både sunni og sjia – inngår det de kaller muta-ekteskap. Dette anses som en form for prøveekteskap som enkelte ungdom praktiserer for å kunne inngå i et kjærlighetsforhold med en viss grad av religiøs aksept utenfor det ordinære ekteskapet.

---

*Det er viktig å se på konsekvenser av sosial kontroll når man snakker med innvandrerforeldre. De fleste er glade i sine barn selv om de også er redde for hva andre i samfunnet sier.*

---

Det er viktig å se på konsekvenser av sosial kontroll når man snakker med innvandrerforeldre. De fleste er glade i sine barn selv om de også er redde for hva andre i samfunnet sier. Men når man snakker om hvordan en dominerende oppdragerstil kan være med på å skape underdanige barn som ikke kan hevde seg i det norske samfunnet, vil mange gjøre det de kan for å endre dette. Og når de ser at barna ikke får venner eller mister venner fordi de ikke kan være sosiale, at barna blir deprimerte eller ensomme, kan de lettere løse opp reglene.

## Skam

Skam er kulturelt relativt og folk blir skamfulle av forskjellige ting. Vi nevnte i avsnittet om frihet at den norske skammen kan sees på som følelsen du får når du ikke lever opp til dine egne



forventninger. På denne måten rettes skammen innover. Det er ingen måte å beskytte seg fra skammen med mindre du lager unnskyldninger som du tror på selv.

---

*Den norske skammen kan sees på som følelsen du får når du ikke lever opp til dine egne forventninger. På denne måten rettes skammen innover.*

---

Et eksempel kan være en kvinne som har blitt mor. Hun tenker at hun burde ha satset mer på karrieren, men kanskje hun også synes det er deilig å være mor. Så istedenfor å satse på karrieren, satser hun alt på å være mor, en fantastisk mor som bygger hele livet sitt rundt barnet og er tilstede for barnet 24 timer i døgnet. Hun fyller sitt liv med tidkrevende oppgaver til barna og er alltid opptatt med barnas fritidsaktiviteter. Da kan hun skylde på at barna tar for mye tid. Men aldri i historien har vi brukt så mye tid på å tilfredsstille barnas behov, og aldri i historien har det vært så mange selvmord (se tall fra Business insider i tidligere avsnitt).

---

*Hva som forbindes med skam i innvandrerfamilier er ofte faktorer som kan føre til at familien mister ansikt.*

---

Hva som forbindes med skam i innvandrerfamilier er ofte faktorer som kan føre til at familien mister ansikt. Det er ofte klare regler for hva som er akseptert og ikke akseptert. Dette krever at andre vet at du har brutt reglene. Skammen er med andre ord mer rettet utad. Mye av innvandrerfamiliers skam er knyttet til deres rolle som foreldre. Eksempler på hva som gir status og hva som må til for å unngå skam er for eksempel:

1. Du oppdrar barna dine på en god måte. Strenge foreldre i innvandremiljøer betyr per definisjon «gode» foreldre
2. Barn som er flinke på skolen, høflige og lydige er et tegn på gode foreldre
3. Barn som lar foreldre være på sykehjem er et tegn på at du har vært dårlige foreldre
4. Sex er tabu. Man har ikke sex utenfor ekteskapet, og det diskuteres ikke offentlig
5. Jenter som ikke har kjærester før ekteskapet, viser at foreldre har oppdratt henne på en god måte, osv.

Med unntak av punkt 2 vil antakelig ikke etnisk norske foreldre identifisere seg med det som gjør at noen innvandrere føler skam. Men vi bor tross alt i et fritt land, så om noe er ok, burde det motsatte også være ok. Det er derfor interessant å tenke gjennom følgende spørsmål:

### **HVORFOR ER DET GALT Å IKKE HA SEX FØR EKTESKAPET?**

Det har blitt så vanlig i Skandinavia, sies det. Samtidig er her også et stort press mot mange unge om å ha seksuelle erfaringer som igjen gjør at de er flau/skammer seg over å gi til kjenne at de er jomfruer. Det fører til at mange har sex lenge før de er mentalt klare for det. Noe forskning viser at dette har sammenheng med depresjon og negative helseeffekter (Kruger et al, 2017).

## **HVORFOR ER DET GALT AT FORELDRE FORVENTER AT BARN SKAL TA SEG AV DEM NÅR DE ER GAMLE?**

Det bør ikke være galt å håpe og forvente at barna skal ta seg av deg. Det er trist hvis noen føler skam hvis ikke barna følger forventningene. Barn er forskjellige så man kan aldri vite hvordan de ser på dette når de blir voksne.

## **ER DET EN «ALVORLIG FORELDRERESTRIKSJON» AT DE IKKE KAN «VÆRE SAMMEN MED NOEN AV DET MOTSATTE KJØNN PÅ FRITIDEN UTEN AT VOKSNE ER TILSTEDE»?**

Det beskrives i rapporter og retningslinjer at barna skal få frihet til å være med på alt som andre norske barn og at det er en «alvorlig foreldrerestriksjon» hvis de ikke kan det. Det er viktig for foreldre med innvandrerbakgrunn å forstå hva forskjellige fritidsaktiviteter innebærer og hvilke konsekvenser det har hvis de ikke lar barna delta. Det er viktig å gi foreldrene «kvalifisert kunnskap» slik at de kan ta et informert valg. Kanskje de da lar barna delta på noe. Og det er ikke sikkert at det er så bra med for mye frihet heller, som mange norske barn får. Men om det er en «alvorlig foreldrerestriksjon» er en annen sak.

Bruk av slike ord overdriver forskjeller mellom måter å sette grenser for barn. De skaper ikke forståelse og respekt med sterke og polariserte fronter.

## **HVORFOR ER DET GALT Å INTERNALISERE RELIGIØSE KRAV TIL KYSKHET OG Å DELE FAMILIENS OPPFATNINGER OM IDEELLE EKTESKAPSKANDIDATER?**

Hvis barn og ungdommer selv mener at de ikke bør ha sex utenfor ekteskap, hvorfor skal det være galt? De fleste religioner, også kristendommen, fordømmer sex utenfor ekteskap. Men det bør heller ikke fordømmes når noen velger å ha det?

## **HVORFOR SKAL DET VÆRE GALT Å GÅ MED HIJAB?**

Hijab er et hodeplagg som det ofte forbindes forskjellige verdier med. Noen ser på det som et symbol på undertrykkelse eller underdanighet. Andre ser på plagget som et religiøst symbol. Det er galt hvis noen tvinger deg til å gå med plagget. Hvis valgt fritt, burde det være en grei individuell handling. Forskning har også vist at det for noen unge jenter kan gi frihet å bære hodeplagget, - som en motvekt for noen i forhold til slankepress og jag etter merkeklær (Kertechian, S. K., & Swami, V. (2016))

Barn generelt liker ikke å skille seg ut. Like fullt kan kanskje disse punktene være viktige områder for foreldre å påvirke barnas egne meninger? Hvis man som foreldre klarer å påvirke barnas egne refleksjoner og tanker, bør neppe den ene eller den andre holdningen være gal så lenge tvang og sanksjoner ikke er involvert.

Man har en vanskelig rolle når man skal jobbe med holdninger. På den ene siden får man støtte av staten for å formidle en type holdning. Samtidig må man nå frem til målgruppen på måter som gjør at man kommer i posisjon og ikke støter dem fra oss med en nedlatende holdning til deres tankesett. Det er derfor viktig å være åpen for flere aspekter og se utvikling av holdninger gjennom samfunnsmessige og historiske briller. Hvis man fordømmer dem man jobber med, er det vanskelig å bygge en bro mellom forskjellige holdninger. Stiller man seg åpen og liberal overfor innvandrersiden, kan det fort dukke opp dem som hevder at

de står for de riktige verdiene knyttet til frihet; dvs. motparten er konservativ. Det er derfor viktig å spesifisere at man kan mene at:

- At foreldre skal ikke velge ektefelle for sine barn, MEN OGSÅ at de kan påvirke barna til å gjøre det de tror er best
- At valgfrihet er bra, MEN OGSÅ at man bør være moden nok til å ta valg
- At barn og ungdommer skal få ha venner av begge kjønn MEN OGSÅ at det ikke skader at foreldrene passer litt på
- At innvandrerforeldre bør fortsette å oppdra barna slik de alltid har gjort MEN OGSÅ at Norge har mye å lære fra innvandrerfamiliene

## FORSKNING OG KUNNSKAP OM OMRÅDET

Det har blitt forsket en del på temaet sosial kontroll og tvangsekteskap. Det er flere rapporter om tvangsekteskap med intervjuer og tall. Antall saker som blir meldt øker, men antall dømte er vanskeligere å få øye på. Sosial kontroll er ikke så lett å avgrense som tvangsekteskap. Rapporten «Migrasjon, foreldreskap og sosial kontroll» av Jon Horgen Friberg og Mathilde Bjørnset, går i dybden med både kvantitative og kvalitative data.

Rapporten har satt særlig søkelys på innvandrede familier fra Pakistan, Somalia og Sri Lanka. Undersøkelsen ga ikke grunnlag for å si noe presist rundt omfanget av negativ sosial kontroll. Den viser at en betydelig andel i en del grupper rapporterer om det som Fafo omtaler som «alvorlige foreldrerestriksjoner» i sine sosiale liv. Graden av foreldrerestriksjoner er direkte knyttet til foreldrenes kulturelle orientering og grad av religiøsitet. Jo mer foreldrene er opptatt av å bevare hjemlandets kultur, og jo mer religiøse foreldrene er, jo større sannsynlighet er det for at ungdommene opplever strenge foreldre-restriksjoner. Ungdom som er født i Norge synes mindre utsatt for foreldrerestriksjoner enn ungdom som selv har innvandret, og graden av foreldrerestriksjoner avtar markant i takt med økt botid hos foreldrene. Foreldrerestriksjoner har betydelige konsekvenser for de unges liv og er ofte forbundet med lavere deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter, høyere sannsynlig for å rapportere om psykiske plager og lav selvtillit.

### Negative konsekvenser for psykisk helse, trivsel og selvtillit

Unge som lever med strenge foreldrerestriksjoner oppgir oftere at de:

Føler seg deprimerte

Er stresset

Har problemer med å sove om natten

Har problemer med å konsentrere seg

Har dårlig selvtillit

Mange lever et "dobbeltiliv", som betyr at de har kjæresten selv om foreldrene mener det er uakseptabelt

Det er noen forskjeller mellom de tre gruppene i rapporten:

- ✓ Tamilene klarer seg godt økonomisk og har i stor grad har lyktes i å rekonstruere et etnisk basert ressurs-nettverk. De er relativt liberale etter norsk målestokk, men i saker knyttet til ekteskap, har de stor evne til å utøve sosial kontroll.
- ✓ Det somaliske miljøet preget av fattigdom, familieoppløsning og fragmentering. Prinsipielt er de fleste konservative, men pragmatiske (f.eks. nikah). I praksis har de foresatte ofte begrenset evne til sosial kontroll.

- ✓ Det pakistanske miljøet har både tette familienettverk og konservative holdninger, men har gjennomgått store endringer etter lang botid.
- ✓ Det er også noen forskjeller internt i gruppen når det gjelder spørsmål om normer og identitet. Pakistanske og somaliske foreldre har ofte ønske om å videreføre egen religiøse og kulturell identitet. Særlig identiteten oppleves delvis å stå i konflikt med storsamfunnets krav. Tamilene er like opptatt av å bevare egen identitet, men identiteten er mer knyttet til tamilsk språk og konflikten på Sri Lanka. Den oppleves ikke å stå i motsetning til integrasjon det norske samfunnet.

Tidligere forskning fra Fafo, SSB og Folkehelseinstituttet har påvist nedgang i graden av foreldreinvolvering i ekteskapsbeslutninger. Det er lavere andel henteekteskap og søskenbarneekteskap, høyere ekteskapsalder og redusert fertilitet.

Streng sosial kontroll er et problem i betydelige deler av minoritetsbefolkningen, men ikke for alle. Det handler primært om kulturell og religiøs orientering. Sosio-økonomiske forhold har betydning og kan drive fram endringer (ikke minst i neste generasjon). Økt konfliktnivå rundt æreskultur og sosial kontroll handler delvis om usikkerhet i møte med det ukjente. Forskerne mener det er mye å hente på dialog!

---

*Forskning viser at politikk generelt virker.  
Holdninger er gjerne standhaftige, men praksis er mer påvirkelig.*

---

Forskning viser at politikk generelt virker. Holdninger er gjerne standhaftige, men praksis er mer påvirkelig. Ytre betingelser som sanksjoner, støtte og rettigheter har betydning. Utdanningsrevolusjon blant etterkommere endrer maktbalansen. Arbeidet mot negativ sosial kontroll forutsetter et inkluderende norsk storsamfunn og nærmiljø. Horgen mener i denne rapporten at det er viktig at det brukes mer presise virkemidler og mindre ekskluderende retorikk for at innvandrere som bor i Norge ikke skal føle seg som fremmede og som motreaksjon distansere seg fra samfunnet.

# METODIKK

I dette kapitlet vil vi skissere metoder MiR har brukt i arbeidet for holdningsendring blant flyktning- og innvandrerfamilier.

## Dialog fremfor diskusjon

Det ble sagt i kapittel 2 at vi ser på trinnvis holdningsendring. Det første steget er å gi informasjon på en ikke-fordømmende måte. Gis informasjonen på en god måte, kan man slå to fluer i en smekk slik at man får det andre steget samtidig. Under ser du et diagram som viser forskjellen mellom dialog og debatt for at man skal være bevisst hvordan man snakker med de man jobber med. Hvis man ser på samtalen som en debatt, kan man lettere støte målgruppen fra seg.

### Prinsipper for å skape en dialog

Det er viktig at den som leder dialogen er klar over forskjellen mellom debatt og dialog, som kan illustreres med tabellen under.

Dialog	Debatt
Lytte for å forstå, finne mening og enighet	Lytte for å finne feil og motargumenter
Være villig til å revurdere egne meninger	Forsvare våre egne meninger
Innrømme at den andres ideer kan berike ens egen	Se etter svakheter og feil ved den andres posisjon
Utforske nye muligheter, uten å lete etter konkrete svar	Søke en konklusjon eller stemme som bekrefter din posisjon
Holder temaene åpne selv etter at diskusjonen formelt er slutt	Ved å skape en vinner og en taper, kvele mer diskusjon
Å gå ut ifra at mange mennesker har svaret og at de sammen kan lage en ny løsning	Å gå ut ifra at det er et rett svar, og at du har det rette svaret
Handler om å utvikle felles forståelse	Handler om å vinne
Kollaborerende: deltakerne jobber sammen mot en felles forståelse	Konkurrerende: deltakerne prøver å bevise at den andre tar feil
Se alle sider av en sak	Se to sider av en sak
Se etter styrker og verdier i den andres posisjon	Forsvare sitt synspunkt mot de andre

## Peer-learning metode

Da har vi sett på hvordan vi skal snakke med målgruppen. I denne delen ser vi på hvem som passer godt som ledere av gruppene. MiR har god erfaring med å ha ledere med minoritetsbakgrunn. De har ofte selv erfart en del av det de snakker om. Dette gjør det lettere å etablere tillit og kommunikasjon. Forskning har vist at det kan være fordeler å ha en leder som er lik deltakerne. Da kan de også fungere som rollemodeller. Ved å bruke personer som nylig har opplevd det samme eller lignende situasjoner som målgruppen, skaper man troverdighet og en forbindelse mellom den som skal formidle budskapet og tilhørerne.

Det er en del fordeler med å bruke peer-learning:

- det er lettere å åpne seg for noen som identifiserer seg med deg, som igjen gjør at man er trygg og mer aktiv og dermed lærer mer.
- ved å lære noen til å lære vekk et tema, vil "hjelperne" også kjenne stoffet de lærer vekk på en dypere måte
- å bruke noen som snakker samme språk og hatt samme erfaringer gjør det lettere å kommunisere
- den som leder kan også fungere som en rollemodell hvis ikke aldersavstanden mellom partene er for stor.

## Rekruttering av ungdomsledere og dialogarbeidere

Å finne egnede ledere er viktig. Det viktigste er at det er personer som ønsker å jobbe med andre for å endre holdinger. Et annet kjennetegn som man kan se etter er om det er noen som er åpne for nye innspill. En som er veldig påståelig, fungerer ikke så bra med denne metoden

## Rekruttering av deltakere

### Voksne deltakere

Det er gjerne lettere å rekruttere foreldre og voksne til samlinger fordi de ofte ser/har et behov for informasjon. Da er det viktig å ha gode temaer formidlet med enkle overskrifter. Det skader heller ikke å tilby mat, i det minste kaffe og kjeks.

De vanligste stedene man kan rekruttere voksne:

- Gjennom skoler som gjennomfører norskundervisning
- Gjennom nettverk
- Gjennom innvandrersorganisasjoner. Det er også mulig å inngå samarbeid med organisasjoner og komme på deres møter / holde seminarer for deres medlemmer
- Gjennom religiøse fora, som moskeer, templer, kirker osv.

## Ungdommer som deltakere

Det kan være en utfordring å rekruttere unge deltakere til samlinger da ungdommer får mange tilbud om aktiviteter. Etter flere tiårs arbeid med ungdommer er MiRs erfaring at ungdommer ønsker å gjøre ting som der morsomme. De liker ikke å forplikte seg. De siste årene er aktiviteter som tar seg godt ut i sosiale medier blitt lettere å få ungdommer med på.

De vanligste stedene man kan rekruttere ungdommer:

- Gjennom organisasjoner eller ungdomsklubber som kan hjelpe en å sende ut informasjon
- Gjennom skoler og knyttet til undervisning. Hvis man får deltakere som en del av et opplegg på en skole, kan man nå mange flere deltakere. Mange skoler ønsker å få eksterne inn for å snakke om en rekke temaer. Det kan være en fin inngangsport for å etablere en relasjon til skolene.
- Gjennom eksisterende prosjekter. Hvis du kan komme og snakke direkte med ungdommer et sted de henger. Det er viktig å snakke direkte med dem og få en direkte relasjon.
- Facebook og andre sosiale medier kan gå hvis du har mange venner, og venner som kan dele
- Gjennom nettverk der ungdommer kan trekke med sine venner, som igjen trekker med sine venner

## Hva gjør møtene attraktive?

Det kan være en fordel å knytte samtalen til en aktivitet som ungdommene ønsker å delta på, som kanskje koster bare *litt* penger. Det er ikke så mange ungdommer som oppsøker samtalegrupper med mindre de har et konkret problem de vil løse. Ungdommer ser ofte på møter som kjedelige og forbinder det med skolen. Så lenge vi fokuserer på forebygging, er det viktig å ha morsomme aktiviteter. Etter hvert som ungdommene blir kjent med deg, er ikke å aktivitetene i seg selv så viktige. De unge kommer også for å møte vennene sine. Det er viktig å innse at de fleste ungdommer er flyktige. Lojalitet er ikke så vanlig med mindre du klarer å utvikle en ekte relasjon med dem. Dette kan man lettere få til hvis man er tettere på dem i alder og de kan identifisere seg med deg.



# GJENNOMFØRING AV OPPLÆRING

## Opplæring av ungdomsledere

MiR har hatt kurs for ungdomsledere som vi fordelte over 2 ganger, som to moduler. For noen som ikke har erfaring med å ha ansvar for grupper, krever det tid å bygge opp selvtillit og kunnskap om temaet du skal snakke om.

Det er en stor fordel å reise vekk hvis du vil at deltakerne skal være tilstede under hele kurset. Hvis man reiser vekk, får også deltakerne en helt annen ro enn hvis de er i byen.

Det er også fint å bo et sted der mat og overnatting er tilrettelagt slik at man bruker minst mulig tid på det praktiske.

Det kan være lettere å finne ungdomsledere enn deltakere til vanlige dialogseminarer, da disse ofte er mer engasjerte ungdommer. Hvis man har et par ungdommer, kan de rekruttere sine venner som har lignende interesse. Dette er ofte den mest effektive måten å finne engasjerte ungdommer på.

## Planlegging og organisering

Det er viktig å ha gode planer med et variert program med både teori, praktiske øvelser og et sosialt program. Det sosiale programmet trenger ikke å være så detaljert, da de fleste ungdommer er flinke til å aktivere seg hvis du har en kortstokk tilgjengelig for dem. Men det er viktig å ikke ha så mye program at de ikke har tid til å bli kjent. Da vil de sannsynligvis sitte oppe hele natten og bli kjent isteden. Dette er ikke så viktig for voksne, selv om det også er fint for dem å ha tid til å bli kjent med hverandre.

Det sosiale aspektet er viktig da gruppeprosessen er viktig for å få gode ledere. Det å lede en gruppe, er en sosial oppgave. Det er altså sentralt at lederne får bli kjent med hverandre og får diskutert med hverandre på en god måte. Ungdommene må føle at de også har tid til å slappe av bli kjent med likesinnede. Læring krever tid for at temaet skal synke inn.

### Anbefalt kursstruktur

Bli-kjent-øvelse

video som introduserer et tema

foredrag med noe teori

tid til å diskutere

en praktisk oppgave

kasusoppgaver som kan diskuteres

## Diskusjonstemaer

Når man skal jobbe med negativ sosial kontroll er det mange temaer man kan fokusere på:

- ✓ Konsekvenser ved å innordne seg fremfor å trekke seg ut
- ✓ Forskjeller mellom barns sensitivitet og hvordan de påvirkes av foreldre og venner
- ✓ Foreldre og holdninger og religiøs tilhørighet
- ✓ Foreldres utdanning og kjennskap til det norske samfunnet
- ✓ Migrasjonsfaser og hvordan det påvirker foreldres syn på seg selv og samfunnet
- ✓ Hva er foreldrene redde for i det norske samfunnet?
- ✓ Hvordan endre foreldres holdninger: Kan man? Bør man? Hvordan?
- ✓ Hvorfor ønsker foreldrene å kontrollere deg?
- ✓ Begreper som: Selvstendighet? Likestilling? Lydighet? Negativ sosial kontroll? Kultur?

## Samlinger med bare ungdommer

Etter at ungdommene er ferdig med lederopplæringen kan de gjennomføre samlinger for andre. Når man har samlinger med bare ungdommer, er det spesielt viktig med å bli kjent gjennom forskjellige øvelser. Det er også viktig å lage et opplegg som ikke er så teoretisk, men morsomt og lett gjenkjennelig for ungdommene. Det kan også være fint å kombinere med en aktivitet, som kino, bowling, golf osv Øktene trenger ikke å vare mer enn 2-3 timer inkludert aktiviteter. Holdningsarbeidet med diskusjonsdel bør ikke å vare mer enn én time. Poenget er at ungdommene skal ha noe å tenke på, vite hvor de skal få mer informasjon og vite hva de skal gjøre hvis de blir utsatt for dette, hvor de skal få hjelp. Poenget er ikke at det skal vite alt om temaet. Jo mer engasjerte de er og jo mer de føler at temaet er relevant for dem, jo bedre. Hvis man kan få inn en konkurranse eller en lek knyttet til temaet, jo bedre resultat får man for gruppen under 18 år.

## Samlinger med foreldre og ungdommer

Hvis man skal ha temasamlinger med både ungdommer og foreldre, er det lurt å dele dem i to med én leder for hver gruppe. De kan diskutere samme temaer, men det er lurt at begge gruppene kan tenke gjennom temaet hver for seg først. Man kan også legge opp temaene på forskjellige måter. Det er ikke alle foreldre som liker så godt å ha leker, men det er mulig å ha enkle ice-breakers for at også de voksne kan bli kjent med hverandre.

MiRs erfaring er at det er lettere å diskutere åpent når man bare er voksne eller bare er ungdommer til stede. Det er også lettere å presentere et tema på en engasjert måte for en homogen målgruppe enn hvis man skal snakke med ungdommer og voksne samtidig om et tema som dette, der kanskje gruppene har forskjellige mål og ønsker. Foreldrene skal føle at du er på deres side samtidig som at ungdommene også skal føle at du er på deres, for eksempel at du forstår at foreldrene er strenge samtidig som at ungdommene skal føle at du forstår at foreldrene er **for** strenge. Dette kan være vanskelig når man snakker med dem samtidig.

Ved å få gjennomtenkt og diskutert et tema på forhånd med likesinnede, vil man unngå direkte konflikter og anklager mellom foreldrene og ungdommene.

Etter at hver gruppe har snakket sammen, kan alle samles. Da kan noen representere gruppene og legge fram hva som har blitt diskutert sammen. Ofte synes gruppene at det er veldig interessant å få et annet perspektiv. Målet er å komme til enighet om hvor man kan møtes på midten.

# TEMAER OG ØVELSER

## Bli kjent øvelser/Icebreaker

### Øvelser der man deler gruppen opp i par

I starten av et kurs kan man noen ganger dele opp ungdommene i par for at det skal være lettere å bli kjent.

Ungdommene forteller den andre navnet sitt samt om en bok, film, blogg, youtuber eller podkast som de følger. Leder kan komme med oppfølgingsspørsmål for å bli bedre kjent med ungdommen.

Ungdommene forteller den andre hva de vil gjøre om han/hun vant 10 millioner kr. Leder kan komme med oppfølgingsspørsmål for å bli bedre kjent med ungdommen.

### Øvelser der de er delt opp i lag

Bygge tårn eller bro av avispapir. Lagene får utdelt lik mengde med avispapir og tape.

Bygge tårn av spagetti og marshmallows. Lagene får utdelt lik mengde med marshmallows og en pakke spagetti hver.

### Øvelser der hele gruppen er med

#### OPPSTILLINGSØVELSER

Deltakerne får i oppgave å stille seg i rekke etter alder uten å snakke.

Deltakerne får i oppgave å stille seg i rekke etter alfabetet uten å snakke.

#### SOLEN SKINNER PÅ

Gruppen sitter i sirkel. En står i midten.

Den som står i midten skal finne seg en stol i sirkelen ved å kommandere gruppen til å reise seg og si for eksempel «solen skinner på alle med svarte klær». Alle de med svarte klær reiser seg for å finne en ny stol. En ny havner i midten og kommer med en ny kommando, som for eksempel «solen skinner på alle som spiste skive til frokost i morges».

Her er det ingen begrensinger for hva den som står i midten kan si. Det kan omhandle hele gruppen eller bare én til to personer i gruppen. Ordene kan knyttes til et tema også.

Denne leken passer for både små barn og voksne.

## TO SANNHETER OG EN LØGN

Alle deltakerne får 3 lapper der de skriver ned 2 sannheter og en løgn. Når alle har skrevet kan man lese opp påstandene i tilfeldig rekkefølge. Så skal gruppen gjette hva som er løggen.

## REAKSJONSLEK

Man står i ring. Si et ord (et hvilket som helst ord) og peke på noen som skal si ett eller annet ord. Hvis man ikke kommer på noe ord, går man ut. Etter hvert blir leken knyttet til et tema, som hovedstad, mat, frukt, ting på B, osv

## HI, HA, HO

Deltakerne står i ring. En person peker med begge armene på en annen i ringen og sier "Hi". Denne personen peker på en annen i samme ring og sier "Ha"

A samler armene over hodet og kaster dem ut framover med et tydelig «HI» til B.

B svarer med å ta armene opp (motsatt bevegelse av A) med et tydelig «HA».

C og D, som står på hver sin side av B skal svare med å ta armene samlet mot B og si «HO». Hvis en av dem gjør feil, må vedkommende ut av sirkelen.

B sender så «HI-en» videre til en annen i sirkelen, og leken fortsetter.

Denne leken passer til de fleste aldersgrupper fordi det er tydelige og enkle regler å forholde seg til. Den krever litt øvelse i starten. Etter hvert som gruppen har lært seg leken, kan man øke i tempo og jobbe med å holde en bestemt rytme. De som ikke følger med eller gjør feil, ryker ut av leken helt til bare to står tilbake. Husk at de som ryker ut også må ha noe gjøre, slik at de ikke blir passive tilskuere. De kan for eksempel danne en ny sirkel og fortsette leken, sette seg ned i sirkelen eller bli straffet ved å gjøre 5 armhevinger og deretter bli med i leken igjen.

## Kjøreregler

Det kan være nyttig å lage regler for gruppen uansett om de skal møtes bare en gang eller flere for at det skal være lettere å være åpen og snakke om et så vanskelig tema som dette.

Ungdommene er generelt ganske flinke til å komme med egne forslag. Den som leder gruppen, bør komme med forslag for regler hvis ungdommene ikke kommer på disse reglene selv: respekt for hverandre, komme presis, taushetsplikt og kanskje mobilbruk osv

Reglene bør skrives opp og henges opp hvis mulig. Det viktigste er at de har reflektert over dem og at alle er enige om reglene.

Eksempler på regler på ett av våre kurs:

- Alt som blir sagt blir her (taushetsplikt)
- Rekke opp hånden, ikke snakke i munnen på hver andre

- Prøve å argumentere, være åpen
- Respektere andres meninger

## Holdningskapende oppgaver

### SKATTEJAKT MED ORDDEFINISJONER

Man kan dele gruppen i mindre grupper med 2 og 3 deltakere. Lederne har gjemt lapper med litt vanskelige ord og definisjonen av ordet. Eksempel på ord som kan brukes er blant annet tvangsekteskap, sosial kontroll, kultur osv. Hvis man tidligere har vist en video, kan man velge ord fra filmen.

### ROLLESPILL BASERT PÅ CASE

Når man jobber med ungdommer, kan bruk av rollespill være en god måte å få dem til å reflektere over sine liv. De kan enten lage rollespillet selv eller man kan bruke et av casene som de bygger det på hvis man tar utgangspunkt i at ungdommene har spilt ut dette skuespillet (tatt fra case-delen under):

«Sara» har et godt forhold til sine foreldre. De er ikke spesielt konservative, men forventer at datteren følger visse regler angående kontakt med gutter. På videregående innleder hun et kjæresteforhold til en gutt. Forholdet må holdes hemmelig. Kjæresten viser seg imidlertid å være en drittsekk. Forholdet utvikler seg i stadig mer negativ retning, med manipulasjon, misbruk, trusler og vold. Han truer med å fortelle det til hennes familie og vise fram private bilder hvis hun bryter ut. Jenta blir værende i et stadig mer destruktivt forhold. Etter flere måneder gjør hun det slutt og forteller foreldrene om forholdet. Foreldrene reagerer ikke slik hun frykter.

En måte å få mer diskusjon rundt rollespillene, er å "intervjue" rolleinnhaverne etter at de er ferdige med rollespillet. Ungdommene er ofte flinke til å leve seg inn i rollene sine og på den måten får fram en del stereotyper som kan være nyttige som refleksjon.

- Den strenge faren kan eventuelt få spørsmålet: hvorfor er du så streng? Kunne du ha gjort noe annerledes? Ser du ikke at barnet ditt er trist?
- "Sara" kan få spørsmål som: Hva kunne du gjort annerledes? Hvordan hadde du ønsket at dine foreldre skulle være?
- Den slemme kjæresten kan få spørsmål som: Hvorfor behandler du kjæresten din slik? Hvordan tenker du at et godt forhold skal være?

### DISKUSJON BASERT PÅ VIDEOER

Vis en video (vi har flere i denne manualen) og sett i gang diskusjonen.

Eksempler på diskusjonsspørsmål:

- Hvorfor er foreldrene så strenge på dette området?
- Kan vi forstå deres perspektiv eller er det fullstendig uforståelig?
- Hva er bra og hva er dårlig med å være streng på dette området?

- Hvordan påvirker dette ditt liv?
- Hvordan kan man argumentere med foreldre om dette temaet?
- Kjenner vi noen som sliter fordi foreldrene er så strenge på dette området?

## DISKUSJON BASERT PÅ KASUS

Velg noen av casene i manualen eller lag noen selv.

Deltakerne kan komme med case som de selv har erfart eller fått høre om fra venner/bekjente

## GOD MORAL

Moral er forskjellig fra person til person. Noen er opptatt av kyskhets mens andre er mer opptatt av bruk av vold eller selvoppofrelse.

Man deler gruppen i flere lag slik at det er maks 5-6 personer på hvert lag. Så får gruppene i oppgave å vurdere hvem de mener er snillest og slemmest i følgende historie. Det er lurt å tegne strekfigurer for å skille dem fra hverandre da det er mange karakterer:

A.

Anna og Ola er forelsket i hverandre. Men de bor på hver sin side av en elv med mange krokodiller. Det er ingen bro, så de kommer ikke over med mindre de tar fergen. Men fergen koster penger og ingen av dem har penger. En dag savner Anna Ola så mye at hun går til fergemannen og spør om han kan kjøre henne over. Han sier at han kan kjøre over hvis hun ligger med ham. Anna sier "nei", og går til venninnen sin for å få trøst. Venninnen trøster henne, men kan ikke gjøre noe. Anna savner Ola så mye at hun ligger med fergemannen. Når hun kommer over på andre siden forteller hun Ola om hva hun har gjort. Han blir sint og kaster henne ut av huset. Anna blir så fortvilet at hun går til kameraten sin Svein, gråter og forteller hele historien. Svein blir sint og banker opp Ola.

Hvem er den mest skikkelige/moralske personen i historien? Rangér etter den mest og minst moralske.

B.

Tina har en syk mor og de har ikke penger til å operere. En dag kommer Tom og sier at han skal gi pengene til familien hvis Tina vil gifte seg med ham fordi han har elsket henne siden de var små. Tina er ikke forelsket så hun vil ikke gifte seg med Tom, men hvis hun ikke gifter seg, vil moren dø. Tina går til venninnen sin, som er kriminell. Venninnen sier at hun ikke har penger, men Tina kan bli med å rane en bank og de kan dele pengene. Venninnen har nøkler og kan kodene for å komme inn, så ingen vil bli skadet.

Hva bør Tina gjøre? Hvorfor? Hva er den beste og verste løsningen?

## ENIG-UENIG

stille seg i rekke etter hvor enig du er med et utsagn

Alle deltakerne står på gulvet. Bord og stoler er ryddet vekk slik at det er god plass.

Lederen står i midten av rommet og forklarer at hun vil lese opp en rekke utsagn. For hvert av utsagnene skal deltakerne stille seg på en linje hvor det ene ytterpunktet tilsvarer "helt enig" og det andre ytterpunktet tilsvarer "helt uenig". Deltakerne kan stille seg hvor som helst langs linja etter hvor enig eller uenig de er. Før man starter med utsagnene knyttet til temaet kan det være greit å begynne med noen hverdagslige og nøytrale utsagn, for å sjekke at alle har forstått øvelsen. For eksempel: "Sjokolade er det beste som fins!"

Når deltakerne har stilt seg opp langs linja kan lederen igangsette dialog ved å spørre utvalgte deltakere om hvorfor de har valgt å stille seg akkurat der de står. Lederen forklarer deltakerne at de ha lov til å flytte seg til en annen plass langs linja underveis i dialogen hvis de for eksempel endrer mening pga. synspunktene som kommer fram.

Etter at lederen har lest opp alle de forberedte utsagnene, kan man gi ordet fritt slik at deltakerne også kan komme med egne utsagn.

### Utsagn om negativ sosial kontroll (tilfeldig rekkefølge)

**Foreldrene mine har rett når de anbefaler en utdanning for meg**

**Foreldrene mine velger en utdanning for meg som gjør at folk ser opp til dem**

**Det er viktigere at mannen får en jobb enn at kvinnen får det**

**Hvis jeg ikke er med på alle fester, vil jeg miste vennene mine**

**Gode venner forstår hvis du ikke alltid får gå ut om kvelden**

**Foreldrene mine gjør så godt de kan for at jeg skal ha det bra**

**Det er viktig at barna får velge sin egen utdanning. Det er deres liv!**

**Det er bra at foreldrene er strenge fordi mye er ikke bra i Norge**

**Norske foreldre stoler mer på sine barn enn innvandrerforeldre**

**De fleste jeg kjenner bruker Hijab fordi de vil det selv (ikke fordi foreldrene vil det)**

### FIRE HJØRNER

Deler av øvelsene er tatt fra boka «I hederns skugga – de unga männens perspektiv» av Dilek Baladiz. Utgitt av Gothia Förlag (2009).

Deltakeren må stille seg i ett av fire hjørner, og kunne fortelle hvorfor de gikk i sitt valgte hjørne. Denne oppgaven kan brukes med utgangspunkt i andre problemstillinger, se alternativene nedenfor.

### CASE 1

Jente 18 år går på en videregående skole nord i Oslo. Hun har bodd i Norge siden hun var 5 år og er eldst i en søskenflokk på tre. Foreldrene har bodd i Oslo i 13 år.



En dag kommer hun hjem fra skolen, og foreldrene forteller at de har funnet en ektemann til henne fra opprinnelseslandet. Foreldrene sier at han kommer fra en velstående og respektert familie, er snill og vil komme til å ta godt vare på henne.

Etter at de er gift, kan han komme til Norge på familiegjenforning og bo sammen med henne her i Oslo. Jenta blir veldig overrasket. Hun er ikke sikker på om hun har lyst til å gifte seg enda. Hun har egentlig planer om å studere på universitetet og finne seg en god jobb.

#### Hva bør jenta gjøre?

Alternativ 1	Jenta bør gjøre som foreldrene ønsker.
Alternativ 2	Jenta bør nekte og true foreldrene med å flytte ut.
Alternativ 3	Jenta bør snakke med foreldrene og prøve å forstå hva de tenker, og få dem til å forstå hvordan hun tenker.
Alternativ 4	Eget forslag.

#### CASE 2

Folk prater stygt om søsteren din og sier at hun er løsaktig (hore).

#### Hva gjør du?

Alternativ 1	Blir forbanna på den som sier det, og forsvarer din søster.
Alternativ 2	Blir forbanna på søsteren din og tar det opp med familien.
Alternativ 3	Holder et øye med søsteren din i fremtiden.
Alternativ 4	Eget forslag.

#### CASE 3

Det spres rykter på skolen om en jente som kalles for hore, og hun har nå hørt ryktet. Hun sitter alene i gangen på skolen.

#### Hva gjør du?

Alternativ 1	Ignorerer henne.
Alternativ 2	Snakker med henne og spør hva som er hendt.
Alternativ 3	Tror på ryktene. Det er ofte «ingen røyk uten ild».
Alternativ 4	Eget forslag.

## Diskusjonstemaer

Engasjerte diskusjonstemaer er viktig å ha hvis du vil få kursdeltakerne engasjert. Vi har gode erfaringer med å vise en videosnutt eller presentere et case og diskutere hvordan temaet påvirker deltakeren. Til hvert tema kan dere diskutere:

**Hvorfor er foreldrene så strenge på dette området?**

**Kan vi forstå deres perspektiv eller er det fullstendig uforståelig?**

**Hva er bra og hva er dårlig med å være streng på dette området?**

**Hvordan påvirker dette ditt liv?**

**Hvordan kan man argumentere med foreldre om dette temaet?**

**Kjenner vi noen som sliter fordi foreldrene var så strenge på dette området?**

**Under kommer en rekke temaer som kan være aktuelle for temaet:**

**Hvordan påvirker negativ sosial kontroll ditt valg av utdanning/jobb**

**Hvordan påvirker negativ sosial kontroll gruppepress (røyking/drikking)**

**Hvordan påvirker negativ sosial kontroll ekteskap?**

**Hvordan påvirker negativ sosial kontroll klær, hijab, motepress?**

**Hvordan påvirker negativ sosial kontroll barneoppdragelse og tillit ?**

**Hva er streng oppdragelse? Hva er for strengt?**

## Case tatt fra Fafos rapport

Case kan brukes som utgangspunkt for diskusjon eller rollespill:

### «DAVID»

«David» oppdager at lillesøsteren har en hemmelig kjæreste. Han konfronterer dem og truer med å banke opp gutten. Han presser jenta til å gjøre det slutt og love at hun aldri skal møte gutten igjen. Broren er sint på søsteren, men mener at han først og fremst gjør det for å beskytte henne mot konsekvensene av at foreldrene eller noen andre i familien skulle finne ut om forholdet. Han er overbevist om at han har reddet søsteren fra å havne i alvorlig trøbbel.

### «SAMIRA»

«Samira» – en jente i slutten av tenårene – sminker seg og tar bilder sammen med moren sin, som deler bildene med søsteren i hjemlandet. Søsteren står imidlertid oppe i en skilsmisse, og mannen får tak i bildene fra hennes PC. For å sverte konas familie sprer han bildene på

sosiale medier, med tilhørende tekst om hvordan kvinnene i deres familie lever som horer i Vesten, illustrert med bildene av mor og datter med utslått hår og sminke. I flere måneder bombarderes både jenta og moren med trusler, utskjelling og bekymrede henvendelser fra fjern og nær. Det går ut over skolearbeid og nattesøvn, men etter en periode roer det hele seg ned. Både moren og datteren blir mer forsiktige med å dele bilder.

---

### «AISHA»

---

«Aisha» er dypt religiøs, bruker hijab og forsøker så godt som mulig å leve etter islams regler. Hun misliker sladder og ryktespredning i miljøet, og mener at religion er en privatsak. Hun sier at ingen i familien vil klage på henne for å gi en klem til en norsk gutt eller gå på juleavslutning med kolleger, for alle vet at hun er en god muslim. Hun opplever at hun lever et fritt liv. Hun har mange norske venner fra jobb og studier og er ofte med på sosiale tilstelninger. Hun sier samtidig at foreldrene aldri ville godtatt at hun giftet seg med en ikke-muslim, og antakelig hadde kuttet all kontakt dersom hun gjorde det. Men hun kunne uansett aldri tenkt seg å gifte seg med en ikke-muslim, så det er ikke noe hun bekymrer seg for.

---

### «MARIA»

---

«Maria» lever under streng kontroll og er stadig i konflikt med foreldrene, som er muslimer, men ikke spesielt religiøse. I 16-årsalderen begynner «Maria» å bruke hijab og søker seg til Islam Net. Der kunne hun treffe andre ungdommer uten at foreldrene kunne protestere. Dessuten ville hun ha klare regler og en tydelig identitet å forholde seg til. Men etter en stund blir det vanskelig å fortsette – det blir for dogmatisk, og hun mistet tidligere venner. Hijaben beskyttet heller ikke mot foreldrenes bebreidelser slik hun hadde håpet. Hun sluttet med hijab og fikk etter hvert nye venner på skolen. Konflikten med familien eskalerte, blant annet fordi hun ble oppdaget sammen med en gutt. Hun vurderer å bryte med familien, men ser ikke for seg at hun kan leve alene.

---

### «SARA»

---

«Ahmed» er voksen, gift med en kusine og har to barn. Utad er han en vellykket familiemann. Men han er også forelsket i en norsk mann og dypt ulykkelig. Etter mange år har han akseptert overfor seg selv at han er homofil, men det er utenkelig å komme ut av skapet. Han regner med at konsekvensene ville være svært alvorlige – både for sin egen fysiske sikkerhet, men også for familiens status og posisjon i sitt miljø. I stedet undertrykker han sine egne følelser og regner med å gjøre det resten av livet. I perioder har han vurdert selvmord.

---

### «YUSUF»

---

«Yusuf» levde et normalt norsk tenåringsliv. Bestefaren var imidlertid «big man» i hjemlandsbyen i Pakistan, som lenge hadde ligget i konflikt med en nabolandsby. Som del av en uformell fredsavtale ble det bestemt at «Yusuf» skulle gifte seg med barnebarnet til en

leder i nabolandsbyen. Men «Yusuf» brøt ekteskapet før det var fullbyrdet. Avlysningen førte til konflikt og brudd med familien. Han tok utdanning og giftet seg, men etter hvert ville han gjenoppta kontakten. To strategier ble brukt. Han sendte penger til slektninger i hjemlandsbyen via sin far, og på den måten «kjøpte» tilbake farens tapte ære. Så overbeviste han og kona foreldrene om at de ikke ville sette dem bort på et norsk gamle hjem. I dag har «Yusuf» et godt forhold til familien.

### «AMAL»

---

«Amal» er 17 år og har et aktivt sosialt liv. Hun ler av foreldre- og besteforeldregenerasjonen som er opptatt av kaste- og klantilhørighet, sladder, rykter og ære. Selv bryr hun seg ikke om slikt, og foreldrene har også etter hvert blitt mer avslappet. Hun tar det som en selvfølge at hun selv skal bestemme hvem hun gifter seg med. Samtidig står hun i gjeld til foreldrene som har ofret så mye for henne. De vil bli skuffet om hun velger ektefelle med en annen bakgrunn, fordi de ikke vil ha de samme familiehøytidene, og at de ikke ville bli inkludert i fellesskapet på samme måte. Derfor vil hun helst gifte seg med en som har pakistansk og i hvert fall muslimsk bakgrunn. Foreldrene engster seg for at de vil ende opp på et norsk gamle hjem, men hun forsøker å berolige dem. Selv om det sikkert blir vanskelig å kombinere med jobb og familieliv, ønsker hun å ta vare på sine foreldre når de blir gamle. Kanskje behøver de ikke bo sammen, men i nærheten av hverandre og foreldrene kan ha hjemmehjelp.

## Hva kan deltakerne om tvangsekteskap?

Man kan avslutte dagen med en quiz. Her er en Kahoot tatt fra IMDIs ressurshefte.

[https://create.kahoot.it/share/tvangsekteskap-og-negativ-sosial-kontrol/a2ed99f8-22d1-41a2-af6b-6fad97bc9381?fbclid=IwAR0ORcdDhwD8FHTcRTyuk-riODIMzRAmX\\_qhCC90LT2qfjqquJ\\_ezQ6Chu4](https://create.kahoot.it/share/tvangsekteskap-og-negativ-sosial-kontrol/a2ed99f8-22d1-41a2-af6b-6fad97bc9381?fbclid=IwAR0ORcdDhwD8FHTcRTyuk-riODIMzRAmX_qhCC90LT2qfjqquJ_ezQ6Chu4)

## MATERIELL

I tillegg til denne manualen har MiR har gjennom mange år laget flere videoer som kan brukes som utgangspunkt for diskusjon.

Det står også og prosjektet på våre nettsider.

### MiRs videoer

Under presenteres lenkene og diskusjonstemaene som MiR har laget gjennom årene i vårt arbeid mot negativ sosial kontroll.

#### Intro til manual for arbeid mot negativ sosial kontroll

<https://www.youtube.com/watch?v=2bv9cpSw99g>

I forbindelse med produksjonen av manualen for arbeid mot negativ sosial kontroll laget vi en video for å introdusere hva som er formålet med manualen og litt om hva den inneholder.

#### Hva er negativ sosial kontroll?

[https://www.youtube.com/watch?v=92REuF38j\\_g](https://www.youtube.com/watch?v=92REuF38j_g)

Denne videoen er rettet mot foreldre der vi viser eksempler på og konsekvenser av negative sosial kontroll. Vi viser hvor forskjellig livet er for barn og ungdom som bor i Norge i dag, fra livet til foreldregenerasjonen.

##### Diskusjonsspørsmål:

Visste du at det var slik for dine barn?

Hva gjorde at man fikk respekt da du var ung?

Hva kan du gjøre for at barna ikke blir så splittet?

#### Hvorfor er foreldrene så strenge?

<https://www.youtube.com/watch?v=82jTcJogbDQ>

Denne videoen er rettet mot barn og ungdommer der vi prøver å få dem til å sette seg litt inn i foreldrenes sko for å forstå at det ikke er så lett å oppdra barn i et nytt samfunn. Vi oppmuntrer til at de kan forklare for foreldrene at livet er annerledes enn det var da de var unge og at man kan møtes på midten.

##### Diskusjonsspørsmål:

Hva tenker du at dine foreldre er redde for?

Hvordan kan du hjelpe foreldrene dine til å forstå hvordan det er å være ung i dag?

Kan du få hjelp av noen andre til å få dem til å forstå?

## Mange barn, mange gleder?

<https://www.youtube.com/watch?v=P43GoB841Bo>

Det er annerledes å oppdra barn i Norge enn i mange andre land. I denne filmen ser vi hvor hektisk en dag kan være hvis man har mange barn. Den kan med fordel vises til de som ikke har vært så lenge i Norge for at de skal få et realistisk bilde om hvordan det vil være hvis man får mange barn i Norge. Ikke bare krever mange barn mye tid og oppfølging, men det koster også mer penger.

### Diskusjonsspørsmål:

Hvordan var det i hjemlandet ditt?

Kjenner du deg igjen eller andre du kjenner?

Hva kan man gjøre hvis man har mange barn?

Hvordan kan man løse denne utfordringen?

Er det vanskeligere å oppdra mange barn enn få?

Er det vanskeligere å oppdra barn i Norge?

## Hvor er det best for barnet?

[https://www.youtube.com/watch?v=a4solh4\\_8sc](https://www.youtube.com/watch?v=a4solh4_8sc)

Hva gjør at noen barn ikke kommer tilbake til skolen ved skolestart? Det kan være gode grunner til at man ønsker at barna skal bo noen år i hjemlandet, og det kan være dårlige. Men det vil uansett ha konsekvenser for ungdommenes liv. Intervju med en pakistansk mor og en ungdom.

### Diskusjonsspørsmål:

Kjenner du deg igjen eller vet du om andre i som har vært i slike situasjoner?

Kan du sette deg inn i gutten sin situasjon?

Hva tenker du om å sende barna til hjemlandet?

Hva slags andre løsninger kan man ha?

## Hjelp – min sønn hører ikke på meg!

<https://www.youtube.com/watch?v=BacNKNbWbXc>

Det er ikke lett å være foreldre i et nytt land, og når man ser at barna begynner å bli eldre og løsrive seg er det lett å bli desperat. I denne videoen vil du se en far som blir frustrert fordi sønnen ikke hører på ham. I hjemlandet ville man kanskje ha familie og slektninger rundt seg som kan hjelpe, mens man er mer alene når man er i Norge.

### Diskusjonsspørsmål:

Kjenner du deg igjen?

Kan du sette deg inn i sønnen sin situasjon?

Hva tenker du om å sende barna til hjemlandet?

Hva slags andre løsninger kan man ha?

## Andre videoer

En rekke korte videoer som viser dobbeltliv og tvangsekteskap:

<https://www.imdi.no/nora/>

En tankevekkende video om kontroll av barn:

[https://www.youtube.com/watch?v=pvhzZ6Nb0L0&fbclid=IwAR38Ly3JyQj78Axrno5BkpVyZiwkdbZYAxY8dR7k6nZk\\_iIVP9NNWqbm9wE&app=desktop](https://www.youtube.com/watch?v=pvhzZ6Nb0L0&fbclid=IwAR38Ly3JyQj78Axrno5BkpVyZiwkdbZYAxY8dR7k6nZk_iIVP9NNWqbm9wE&app=desktop)

Tenke sjæl med tekst.

<https://www.youtube.com/watch?v=bIH-KiXI8vQ>

<https://genius.com/Trond-viggo-torgersen-tenke-sjl-lyrics>

Hvordan er det i ditt land? Skal man tenke selv? Hvorfor ikke?

## Hjelpetelefoner og kontaktinformasjon

Alarmtelefonen for barn og unge: Telefon: 116 111

Epost: [alarm@116.111.no](mailto:alarm@116.111.no)

Kompetanseteamet mot tvangsekteskap og kjønnslemlestelse: Telefon: 47 80 90 50

Epost: [kompetanseteamet@bufdir.no](mailto:kompetanseteamet@bufdir.no)

Røde Kors-telefonen om tvangsekteskap og kjønnslemlestelse: Telefon: 815 55 201

Epost: [info.tvangsekteskap@redcross.no](mailto:info.tvangsekteskap@redcross.no)

Chat: [www.aeresrelatertvold.no](http://www.aeresrelatertvold.no)

SEIF – Selvhjelp for innvandrere og flyktninger: Telefon: 22 03 48 30

Epost: [seif@seif.no](mailto:seif@seif.no)

## Nettsider

[www.tvangsekteskap.no](http://www.tvangsekteskap.no)

[www.ung.no](http://www.ung.no)

[www.dinutvei.no](http://www.dinutvei.no)

<https://rettentil.no/voldens-psykologi/kultur>

Kjønnslemlestelse (KLL): En veiviser:

<https://kjonnslemlestelse.nkvts.no/>

Undervisningsopplegg med øvelser og teori:

<https://www.imdi.no/globalassets/dokumenter/andre-filer/retten-til-a-ta-egne-valg--undervisningsopplegg.pdf>



## REFERANSER

Horgen, Jon Horgen og Mathilde Bjørnset. 2019. Migrasjon, foreldreskap og sosial kontroll. FAFO

Kertechian, S. K., & Swami, V. 2016. The hijab as a protective factor for body image and disordered eating: a replication in French Muslim women

<https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/13674676.2017.1312322>

Kugler et al. 2017. Long-term consequences of early sexual initiation on young adult health: A causal inference approach. 2017

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5435379/>

Melsom, Kaja. 2017. Den fordømte friheten, et oppgjør med dagens selvrealiseringstyranni. Gyldendal

<https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/arbeidet-mot-negativ-sosial-kontroll-tvangsekteskap-og-kjønnslemlestelse--beredskap-for-sommeren/id2643444/>

---

## OM FORFATTEREN

---

Uyen Whyen Lam er utdannet sosialantropolog og har jobbet med integrering av innvandrere og flyktninger siden 1998. Hun ledet et prosjekt for Foreldreutvalget for grunnopplæringen (FUG) som hadde som formål å bedre samarbeidet mellom hjem og skole i 5 år. Hun var en av initiativtakerne til å starte MiR i 2006. Hun har vært leder av Rådet for innvandrersorganisasjoner i Oslo. Nå jobber hun i Oppfølgingstjenesten i Akershus Fylkeskommune med ungdommer som har falt ut av videregående skole. Hun har forsket på innvandrerungdommer og gjenger, innvandrerungdommer og hva som gjør at de lykkes i det norske samfunnet, og gjennomført klartlegginger om innvandrere og spillproblematikk. Hun har skrevet bøker blant annet om samarbeid mellom hjem og skole, kommunikasjon på flerkulturelle arbeidsplasser og norskopplæring.

# VEDLEGG

## Eksempel på program for opplæring av ledere

### Fredag

Oppmøte kl. 16.30

Kjøring

Ankomst og matlaging ca 18.00

Presentasjon av instruktør og MiR og program; tema og opplegg

Bli kjent øvelser frem til kl 21.00

Mål og forventninger. Lage regler for turen hvis det er noen nye.

### Lørdag

Frokost

09.00 Solen skinner på: gode foreldre?

Repetisjon av dialogmetoden

Foreldre og holdninger

Migrasjonsfaser

Hva er foreldrene redde for? Brainstorming

Hvordan endre foreldres holdninger: Kan man? Bør man? Hvordan?

Hvorfor ønsker foreldrene å kontrollere deg?

Selvstendighet? Likestilling? Lydighet?

10.30 Lovverk knyttet til tvangsekteskap og sosial kontroll

Videoer

Hva synes du om videoene?

Diskusjon

12.00 Lunsj

13.00 Hvordan skape forståelse mellom generasjonene?

Peer learning - Bruke egne historier?

Hva tenker dere vi kan gjøre? Megling?

14.00 Hva kjennetegner godt holdningsarbeid?

14.30 Struktur og gjennomføring av opplegg for ungdommer

Hvem kan vi ha kurs for

15.00 Arbeid i grupper – lage opplegg til senere

16.00 Gjennomføre et opplegg hver to og to: 30-45 min:

Tilbakemeldingsøkt

Lage middag sammen

17.30 Middag

Filming: intervju

Hvorfor er det viktig å forebygge sosial kontroll?

Hvorfor er det viktig å være kritisk mot hva andre mener?

20.00 Slutt for dagen

## Søndag

Frokost

9.00 Gjennomføre et opplegg hver to og to: 30-45 min

10.30 Tilbakemelding – hva observerte de andre?

11.00 Lunsj og rydde

12.00 Dra hjem