

## Margbætt mismunun í lífi fatlaðra kvenna: sálrænar afleiðingar af ofbeldi

Freyja Haraldsdóttir, doktorsnemi í menntavísindum, kynjafræðingur og þroskaþjálfari  
[frejaha@hi.is](mailto:frejaha@hi.is)

## Markmið rannsóknar

- Að varpa ljósi á sálrænar afleiðingar af margbætri mismunun í lífi fatlaðra kvenna á Íslandi.
- Skoða hvernig samtönnun mismununar (e. intersectionality) birtist í lífi þeirra (kyngervi, fötlun, aldur, stétt, tegund skerðingar o.fl.).
- Leitast við að skilja birtingarmyndir sálrænna afleiðinga, einkum út frá hugmyndum um öræreitni og innbyrðingu kúgunar.
- Skoða hvaða leiðir hafa reynst vel við að styðja fatlaðar konur við að vinna úr innbyrðingu kúgunar og byggja upp sterkari sjálfsmynd.

## Birtingarmyndir misréttis

- Þátttakendur upplifðu margbætta mismunun á ólíkum sviðum og tímum í sínu lífi.
- Misréttið birtist í beinu ofbeldi, t.d. líkamlegu ofbeldi, kynferðisofbeldi og andlegu ofbeldi, en ekki síður í óbeinu og duldu ofbeldi, kerfislægu og menningarbundnu ofbeldi og öræreitni.
- Þátttakendur nefndu ákveðin rými sem gátu fyllt þær óöryggi og streitu; innan fjölskyldunnar, í vinahópum, í skólanum, heilbrigðis- og félagsþjónustu, í fötlunar- og feminískum hreyfingum, í fjölmiðlum, á netinu og úti á götu.

## Misrétti innan heilbrigðiskerfisins

- Nánast allar fötluðu konurnar urðu fyrir hindrunum í heilbrigðiskerfinu, í endurhæfingu, innan geðheilbrigðiskerfisins og hjá kvensjúkdómalæknum og öðru heilbrigðisstarfsfólki á því sviði.
- Þær upplifðu að þær væru ýmist of fatlaðar eða ekki nógu fatlaðar þegar þær sóttust eftir heilbrigðisþjónustu.
- Fundu fyrir valdaleyzi gagnvart heilbrigðisstarfsfólkinu, t.d. vegna þess að ekki var á þær hlustað og skoðanir þeirra og þekking á eigin líkama var ekki tekin gild.
- Áhersla á lækningu og „viðgerðir“ á líkómum þeirra erfið fyrir sjálfsmyndina.
- Mikið talað um *of litlar kröfur* eða *óviðeigandi kröfur/áherslur*.
- Skortur á sálrgæslu og aðgengi að sálfræðiþjónustu sem hefði skilning á misrétti.
- Kynjavinkill: „Grátandi stelpur“ og „Bara einhver kona“.

„Parna var ég bara einhver kona að reyna að svikja lyf út úr kerfinu. Maður er svona svolítið þessi blóðsuga. [...] Þannig að mín skerðing er ekki viðurkennd faktist nema af ákveðnum einstaklingum innan kerfisins sem maður síðan rambar á. [...] Þannig að þú þarft að vera í þessari vörn en þarft samt að vera að koma til þess að biðja um það sem þú þarft að fá. Þannig að þú þarft í rauninni að vera óheiðarleg. En þeirra vænting er að þú sért óheiðarleg og þess vegna er þetta mjög óþægilegt. Þú ert í raun að uppfylla þeirra fordóma og væntingar um að þú sért óheiðarleg. Sem manneskja sem vill ekki vera óheiðarleg, sem eru náttúrulega langflestir, að þá er náttúrulega mjög erfitt að vinna þessa vinnu. Og margir gera það ekki og þá fá þeir ekki það sem þeir þurfa. Þeir eru ekki tilbúnir að fara og haga sögunni eftir einstaklingnum [sérfræðingnum].“

## Sálrænar afleiðingar af misrétti

- Sálrænar afleiðingar af misrétti í lífi fötluðu kvennanna voru margvislegar, stundum mótsagnakenndar og oft samofnar.
- Flestum tilfinningum fylgdi skömm en konunum fannst þær oft ekki hafa rétt á tilfinningum sínum, fólk gerði lítið úr þeim og þær áttu því erfitt með að deila líðan sinni. Mikilvægt að hugsa um í samhengi við fötlun (kráfa um þakklæti) og kyngervi (kráfa um að vera stillt/til friðs).
- **Preyta** var einkennandi í frásögnum þeirra en það að þurfa stöðugt að upplýsa aðra, róa vandræðalegt fólk vegna þeirra tilvistar, sanna sig í námi og ögra staðalmyndum var oft örmagnandi (stereotype threat).
- **Kviði og ótti** var staðreynd í lífi þeirra, t.d. í félagslegum aðstæðum, við að fá (kannski) ekki táknmálstúlk, vegna forræðishyggu og vantrausts.

„Og það er eiginlega alveg sama... sko læknarnir vita betur og hérn... það vita allir betur en ég um framhaldið. Ég veit náttúrulega ekki neitt þegar ég lendi í þessu. Þannig að þá er svona verið að stýra manni bara inn í eitthvað líf. Mér var sagt að ég gæti ekki unnið nema í mesta lagi sko... fimmtíu prósent vinnu. Mér var ráðlagt að ég ætti bara strax að fara á þennan örorkustyrk eða lífeyrir eða eitthvað svoleiðis. [...] Allt sjálfsagt ge... gefið af góðum hug, en það var bara ekkert mitt tempó að vera ekki í fullri vinnu.“

## Sálrænar afleiðingar af misrétti

- **Pirringur og reiði** kom fram þegar fólk gerði lítið úr líðan kvennanna, þegar þær höfðu skertan aðgang að tækifærum sem ófátlað fólk hefur óheftan aðgang að og þegar fólk sýnir forræðishyggju.
- **Sorg, þunglyndi og áföll** komu fram í frásögnum kvennanna í kjölfar stöðugra fordöma, misréttis og annars óbeldis, t.d. kynferðisóbeldis og eineltis í skólum.
- **Skömm og valdaleysi** birtist í því að vera háðar öðrum, fá ekki viðeigandi aðstoð, upplifa sig sem félagslegt og fjárhagslegt byrði, þegar þeim leið illa o.fl.
- **Afmennskun og kynleysi**: fókus á að breyta þeim en ekki umhverfinu smættandi, þvingaðar ófrjósemisaðgerðir, neikvæð viðbrögð við blæðingum, áhugaleysi karlmanna nema ef þeir gátu hagnast á þeim, hlutgerving, vantrú á foreldrahæfni.

„En vandræðagangurinn, því hann þurfti að sýna mér þetta einhvernvegin öðruvísi en hann var vanur. Og allt í einu þá var það voða vandræðalegt. Mér fannst mjög skrítið að geta verið sko að taka strok og verið inni leggöngum kvenna allann daginn en svo þegar kom að getnaðarvörnum hjá mér þá var þetta allt voðalega vandræðalegt.“



## Andóf og kröfur um samfélagsumbætur

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## Andóf og kröfur um samfélagsbreytingar

- Lögfesting Samnings SP um réttindi fatlaðs fólks, táknmálstúlkun og NPA.
- Bætt lífeyriskerfi.
- Fræðsla í menntakerfinu, heilbrigðiskerfinu og félagslega kerfinu um margþætta mismunun.
- Niðurgreiðsla á sálfræðikostnaði og aukin skilningur á sálrænum afleiðingum misréttis innan geðheilbrigðiskerfisins.
- Kynfræðsla og öll þjónusta sem snýr að frjósemisheilbrigði og krabbameinsleit sjái fatlaðar konur sem konur ... og kynverur.
- Aðgengi fatlaðra kvenna að áhrifastöðum í stjórnámálum, fótunarhreyfingum og feminískum hreyfingum skiptir máli.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## Andóf og kröfur um samfélagsbreytingar

- Þátttakendur fóru ólíkar leiðir við að hlúa að andlegri heilsu sinni og stunda andóf.
- Lögdú áherslu á að öðlast vald yfir skilgreiningum á liðan sinni, líkama, skerðingu og lífi.
- Í því skyni mikilvægt að ögra og afbyggja hugmyndir um fótun, kyngervi og kvenleika.
- Samkennd og stuðningur aðstandenda lykilatriði en ofverndun óæskileg.
- Þekking á fótunarfræði og feminisma mikilvæg við þróun sjálfmyndar og kynimyndar fyrir þátttakendur.
- Mikilvægt að hafa aðgang að öruggari rýmum og jafningjastuðningi til þess að deila reynslu og þekkingu og geta speglað sig í öðrum í sambærilegri stöðu.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## Hvað getum við lært?

- Raddir fatlaðra kvenna eru nauðsynlegar við samfélagsumbætur.
- Mikilvægt að vera meðvituð um margþætta mismunun og innbyrðingu kúgunar.
- Valdastaða (fötlun, kyngervi, aldur, stétt) og saga fatlaðs fólks mótar það, viðbrögð þess og skoðanir.
- Fagmenntun gefur mikið vald, hvernig notum við það?
- Staðan og sagan gefur öðrum ekki skilgreiningarvald yfir jaðarsettum hópi.
- Mikilvægt að misnota ekki skilgreiningarvald.
- Þegar fatlaðar konur deila reynslu sinni með fagfólki eru þær að taka áhættu og sýna mikið traust.
- Við þurfum ekki að skilja allt til þess að bera virðingu fyrir því.
- Huga að því hvernig við tölum um framtíð fatlaðra kvenna/stúlkna.
- Allir líkamar hafa verðmæti og sálin er hluti af þeim.
- Ein manneskja getur skipt máli!

„Mér finnst oft fólk bara hugsa um að reyna að lækna börnin sín. Ég held ég hafi ekki upplifað þetta sjálf. [...] En ég horfði á aðra krakka í svipaðri stöðu ... og þeir voru... leið ekki vel með sjálfum sér, fann ég. Og líka kannski bara eru foreldrarnir kannski ekki með sömu hindrun og ég. Þeir vilja bara lækna barnið sitt þannig að barnið lærir á endanum; ég er vandamál og það á að lækna mig.“