



KARLSTADS KOMMUN



Igår kväll besökte Atila Yoldas Karlstad för att tala om mansnormer och psykisk ohälsa.

2023-05-10 11:07 CEST

## Vad är egentligen en riktig man?

Den retoriska frågan ställde Atila Yoldas sig själv och publiken igår när han besökte Karlstad för att prata om mansnormer och psykisk ohälsa. Trots det fina vårvädret var det många som kom till Arenan i bibliotekshuset och lyssnade på Atila och såg ett danstycke om psykisk ohälsa. Många stannade också kvar för en kvällsfika och samtal. På plats fanns representanter från Karlstads kommun samt organisationer; Suicide Zero, Hjärnkoll, MÄN och kvinnojouren och tjejjouren.

Atila menar att det finns en machokultur idag som leder till väldigt destruktiva mansnormer. Det frodas en stereotyp bild av vad som krävs för att

vara en man som går ut på att man ska vara självsäker, stark, alltid kåt, okänslig, heterosexuell, framgångsrik och våldsam. Det är en norm som är direkt skadlig för alla.

-Det finns lika många sätt att vara man på som det finns att vara människa. Vi måste bryta oss loss från machokulturen och här måste alla män ta sitt ansvar. Det duger inte att stå bredvid och hålla tyst när dåliga saker sägs eller görs intill oss, säger Atilla.

Atilla är journalisten och författaren, som själv vuxit upp i en tuff machokultur i ett utsatt område, och vikt sitt liv åt att arbeta för sunda mansnormer och att bryta stigma kopplat till psykisk ohälsa. Beslutet fattade han när hans mamma berättade om det våld hon blivit utsatt för som barn av sin pappa och hur det hade drabbat Atillas mormor ännu hårdare och näst intill kostat henne livet. Idag reser Atilla runt i Sverige och träffar ungdomsgrupper för att tala om saken.

### **Inte okej att vara tyst**

Det börjar inte med misshandel. En person som väljer att hota, våldta eller slå har bett sig illa långt innan det första slaget kommer. Vi behöver se de tidiga signalerna och agera då förklarar Atilla och visar en bild på våldspyramiden.

-Redan när någon börjar använda ett nedlåtande språk om tjejer, dra sexistiska skämt eller objektifiera en tjej så behöver vi reagera. Att vara tyst är inte okej säger Atilla med eftertryck.

Han tar ett exempel. Tänk dig en skolgård, en tjej har just gjort slut med en kille och nu är han förbannad. Han delar sina känslor med några kompisar och uttrycker sig väldigt illa. Säger att den tjejen förtjänar att våldtas så som hon går klädd. Kompisarna håller med och späder på snacket. Bredvid på skolgården står en annan grupp killar som hör och skrattar med. Det står också en grupp killar till på skolgården som inte håller med. Som tycker att snacket går över gränsen men de gör inget.

- Du har ett ansvar som man och kille att försvåra skitsnacket. Det funkar inte som kille att tänka att det här är inte mitt ansvar. Det börjar inte med slag det börjar med normer och normer kan vi göra något åt de kan vi förändra, förklarar Atilla.

En kvinna i månaden dör i Sverige till följd av våld från sin partner. Var tredje man har problem med ångest och oro och cirka 70 procent av alla självmord i Sverige begås av killar och män. Jag är här för att jag tror på killar och män säger Atilla. Som kille i machokultur ska man bita ihop och lösa sina egna problem. De enda känslorna man tillåts att visa är glädje och ilska. Allt man känner ska pressas in i de två känslorna. Enda gången det är okej att gråta är när favoritlaget förlorar fotbollsmatchen eller i något annat liknande sportsammanhang.

- Det börjar med oss själva och vem vi vill vara. Vi behöver bygga upp en sund manlighet i stället för en machokultur, avslutar Atilla sin föreläsning.

### **Ett livsviktigt arrangemang**

Kvällen ramades in med dansgruppen Värmdans och dansarna Cathrine Kolping och Sofia Wirzén De visualiserade genom dansen psykiska ohälsa och hur vi som medmänniskor kan hjälpa varandra.

-Danstycket "Ser du mig" har vi utformat efter att vi intervjuat personer som lider av olika former av psykisk ohälsa berättar Sofia och Cathrine. Vi vill visa hur det kan påverka både individen och personerna runt omkring.

Det finns en stark koppling mellan psykisk ohälsa och suicid. Cirka 70 procent av de som tar sitt liv i Sverige är män. Det är mer än 1000 varje år. Bland 15-24-åringar och bland män 25-44 år är självmord den vanligaste dödsorsaken.

- Nyligen har vi beslutat om en förnyad handlingsplan för suicidprevention som omfattar alla våra förvaltningar och bolag. Man arbetar med frågan i olika delar av organisationen och krokas arm med varandra. berättar Maria Rydberg (S) i kultur- och fritidsnämnden.

- Det här är ett livsviktigt arrangemang förklarar Robert Halvarsson (Mp) ordförande i kultur- och fritidsnämnden. Det är viktigt att lyfta fram goda röster och vi behöver ha en breddat samtal med framför allt våra ungdomar. Tillsammans behöver vi skapa en varm och mer tillåtande manlighetskultur. Det handlar om att alla ska kunna växa upp trygga, avslutar Robert.

**Fakta:** Atilla Yoldas är journalist och författare till Mansboken - från en kille till en annan. Han är även ambassadör för organisationen Mind och strävar efter att minska stigmat och skammen som finns kring psykisk ohälsa.

På plats fanns en rad föreningar för att svara på frågor bland annat tjejjouren.

### **Kontaktpersoner:**

Atilla Yoldas, 072-392 91 90

Robert Halvarsson (Mp), ordförande kultur-och fritidsförvaltningen, 070-001 82 66

Maria Rydberg (S) andre vice ordförande i kultur-och fritidsförvaltningen, 070-001 82 66

Frida Oskarsson, projektledare kultur och fritidsförvaltningen, 070-001 56 08

(Camilla Kullander, kommunikationsstrateg, 070-020 84 62)

---