

# Förlåtelse

## Förlåta fullt ut

Examensarbete inom ämnet Socialpsykologi

C Nivå 30 Poäng

Termin 6 År 2009

Camilla Carlsson

Camilla Fransson

Elin Tomasdottir

Handledare: Anna – Karin Waldemarson

Examinator: Ali Kazemi

## Sammanfattning

I ordet förlåtelse ingår det många olika tolkningar beroende på vem det är som definierar. I vårt arbete har vi valt att inrikta oss på förhållandet mellan offret och förövaren när det gäller grova gärningar som mord, övergrepp och misshandel. Vår frågeställning är om det är möjligt att förlåta onda gärningar fullt ut? Kan ett offer förlåta en förövare fullt ut som genom sina onda handlingar har orsakat offret lidande? Finns det någon rättvisa med tanke på den obalans som uppstår genom ondskefulla gärningar. Vi har valt att utgå ifrån rättviseteorin eftersom samhället har en rättvisa som grund när det gäller brott och straff. Vi har använt kvalitativ metod och har valt att göra två informantintervjuer med personer som i sitt dagliga arbete kommer i kontakt med förlåtelse. Vi intervjuade även personer som hade genomgått en förlåtelseprocess och vi analyserade intervjuerna utifrån vår definition på förlåtelse fullt ut som är

*... att människor inte ska uppleva någon aggression, bitterhet, rädsla, sårbarhet, ångestfylldhet till förövaren/gärningen och återfått förtroendet till förövaren när de har förlåtit fullt ut.*

*Förlåtelse, försoning, hämnd och rättvisa* är de begrepp som vi har funnit spegla respondenternas syn på området.

Enligt vår förförståelse anser vi att det inte går att stryka ett streck över eller glömma svåra kränkningar. Vi menar att det inte går att förlåta fullt ut.

# Innehållsförteckning

1	Inledning.....	1
2	Bakgrund.....	1
2.1	Syfte och problemformulering.....	1
2.2	Definition.....	2
3	Rättviseteorin.....	2
3.1	Skapandet av rättvisa.....	3
3.2	Rättvisa som skälighet.....	4
3.2.1	Rättviseprinciperna.....	4
3.2.2	Individens principer.....	5
3.3	Primära nyttigheter.....	5
3.4	Kränkningar.....	7
4	Tidigare forskning.....	8
4.1	Vad innebär förlåtelse?.....	8
4.2	Förlåtelseprocessen.....	9
4.3	Helhet – genom försoning.....	10
4.4	Hämnd.....	11
5	Metod.....	11
5.1	Kvalitativ metod.....	11
5.2	Litteratur.....	11
5.3	Fallstudier.....	12
5.4	Forskningsetiska krav.....	12
5.5	Intervjuer.....	13
5.6	Intervjumetoder.....	13
5.7	Innehållsanalys.....	14
6	Resultat/Analys.....	14
6.1	Sammanfattning av intervjuerna.....	15
6.1.1	Tomas Böhm.....	15
6.1.2	Jane & Kjell Rönnqvist.....	16
6.1.3	Lars – Göran Lönnermark.....	17
6.1.4	Liz Nordell.....	21
6.1.5	Birgitta Imanius.....	22

6.2	Innehållsanalys .....	23
6.2.1	Förlåtelse .....	24
6.2.2	Försoning.....	26
6.2.3	Hämnd .....	27
6.2.4	Rättvisa.....	28
7	Diskussion .....	29
7.1	Är det möjligt att förlåta onda gärningar fullt ut? .....	31
7.2	Upptäckter och insikter .....	33
7.3	Reflektioner utifrån tidigare studier .....	36
	Referenser.....	38
	Bilaga 1 .....	40
	Bilaga 2 .....	42
	Bilaga 3 .....	44
	Bilaga 4 .....	45
	Bilaga 5 .....	46

# 1 Inledning

Förlåtelse är ett ord som alla människor har kommit i kontakt med och som väcker många frågor. Begreppet i sig kan ha olika innebörd för olika individer. Det finns också skillnader i vad/vilka händelser som människor förlåter. Vissa händelser kan vara lättare att förlåta än andra. En del människor förlåter allt medan andra aldrig förlåter. Det vi undrar över är om man fullt ut kan förlåta svåra händelser? Mår vi som individer bättre av att förlåta än att hämnas? Sänker vi oss till förövarens nivå genom att hämnas? Hämnden är central i både stora och små händelser i vår vardag och inte alltid medveten. Vi människor vill gärna uppnå balans i våra relationer och därmed rättvisa, men ska man verkligen behöva förlåta en människa som har utsatt någon annan för skada?

Vart går gränsen för vad individen kan förlåta? Många tankar kommer fram när förlåtelse diskuteras och området blir mycket omfångsrikt. Men i arbetet tänker vi fokusera på förlåtelseprocessen. Om det verkligen går att förlåta fullt ut utan att ha några hämndtankar. Mår individen bättre av att förlåta i alla avseenden eller finns det gränser för förlåtelsen? Kan det vara bra att vara bitter, att hämnas för sin självrespekt och visa att individen tar sig själv och sina rättigheter på allvar som Murphy menar (i Heberlein, 2005). Mår vi människor bättre när vi förlåter. Det innebär inte att individen ska glömma eller acceptera, utan att individen fattar ett medvetet beslut att sluta hata någon annan person (Arnold, 1999).

## 2 Bakgrund

### 2.1 Syfte och problemformulering

Vi vill med vårt arbete undersöka om det är möjligt för offret att förlåta förövaren som har utfört riktigt svåra gärningar som mord, övergrepp och misshandel eller är vissa gärningar oförlåtliga. Vi undrar om det går att förlåta allt, oavsett hur ondskefullt det kan vara eller finns det begränsningar? Finns den verkliga förlåtelsen fullt ut? Ett annat syfte är att öka förståelsen för förlåtandets process. Avsikten är att använda resultatet som ett verktyg i en framtida arbetssituation och därför vill vi undersöka möjligheten att förlåta fullt ut.

För att förstå hur människor kan förlåta fullt ut bör man titta på hur förlåtelseprocessen utvecklas från det att gärningen sker då man känner aggression och rädsla som leder till

bitterhet, sårbarhet och ångestfylldhet. Det här ska vi fokusera på:

- Är det möjligt att förlåta onda gärningar fullt ut? Kan ett offer förlåta en förövare fullt ut som genom sina onda handlingar har orsakat offret lidande?
- Finns det någon upplevelse av rättvisa med tanke på den obalans som uppstår genom ondskefulla gärningar?

## **2.2 Definition**

Definitionen som är utgångspunkten i vårt arbete är vår egen men vi har hämtat begrepp från Böhm (2006) definition och från Lambis (2007). Böhm anser att hämnd är jämförbart med avund, nedvärdering, rivalitet, hämndfantasier, skadeglädje och vedergällning. Begrepp som Böhm använder sig av för att beskriva psykologiska fenomen där multipla faktorer verkar är affekter som förödmjukelse, kränkthet och avund (Böhm, 2006). Lambis (2007) använder sig av begrepp som arg, bitter, ångestfylld, rädd och sårad tillsammans med förlåtelse. Vi valde begreppen för att de utgör en betydande förutsättning för att komma fram till resultatet: går det att förlåta fullt ut? I ordet förlåtelse ingår det många olika tolkningar beroende på vem det är som definierar. I vårt arbete kommer vi att rikta in oss på förhållandet mellan offret och förövaren när det gäller grövre gärningar som mord, övergrepp och misshandel. Vår definition av förlåtelse fullt ut är:

*... att människor inte ska uppleva någon aggression, rädsla, bitterhet, sårbarhet, ångestfylldhet och återfått förtroendet till förövaren/gärningen när de har förlåtit fullt ut.*

## **3 Rättviseteorin**

Vi har valt att utgå ifrån rättviseteorin eftersom samhället har rättvisa som grund när det gäller brott och straff. Ordet rättvisa kan man likställa med likabehandling, där lika fall ska behandlas lika (Rawls, 1999). Rättviseteorin kan i den här undersökningen bidra till att belysa förlåtelse utifrån ett altruistiskt eller egoistiskt synsätt, människors moraliska värden och obalansen mellan offer och förövare.

Rättviseteorin är intressant utifrån vår problemformulering där vi undrar om det *finns någon rättvisa med tanke på den obalans som uppstår genom ondskefulla gärningar?* Går det att få någon jämvikt där båda parter tycker att det är rättvist? Rättvisa uppfattas som en grund för att människor ska kunna förlåta. För att överhuvudtaget kunna förlåta måste individen på något sätt känna att någon slags rättvisa har skett. Vad som är rättvist varierar mellan olika kulturer och även inom samma kultur finns variationer (Rawls, 1999). Hur ser rättvisan ut i förhållande till förlåtelsen? Förlåtelse utifrån ett altruistiskt eller egoistiskt synsätt anser vi leda till att individen förlåter för sin egen skull, det vill säga med en egoistisk utgångspunkt där resurserna tillfaller individen som förlåter.

### **3.1 Skapandet av rättvisa**

Vårt samhälle är uppbyggt på lagar och strukturer. Syftet är att det ska vara till allas fördel och att de vill uppnå ett rättvist system, där alla människor har liknande rättigheter och skyldigheter (Agell & Malmström, 2007). Samhället vill skapa en känsla av rättvisa hos människor och få dem att handla efter den struktur som finns i samhället. Genom belöningar och bestraffningar uppnår de den moral som innefattar de normer och regler som ska gälla. Rättvisa är den främsta dygden för samhällets institutioner, precis som sanning är den främsta dygden för ett tanke-system enligt Rawls (1999). Han menar att varje människa har en rättviseuppfattning där sanning och rättvisa är en moral som inte går att kompromissa med.

Inom rättvisan finns det principer som gäller för den sociala rättvisan, som visar hur fördelningen av rättigheter och skyldigheter ska fördelas i ett samarbete. Varje individ i samarbetet måste välja vad som är viktigt och är värt att sträva efter (a.a.). Dessutom måste varje grupp bestämma vad som är rättvist och orättvist i den aktuella samverkan, vilka regler eller moraliska värden som ska eftersträvas. Människor kan inse att även om alla i en grupp kan ha olika rättviseuppfattning, så är man ändå beredd att ställa sig bakom institutionens rättvisa för att uppnå en ordning i det sociala samarbetet. Den grundstrukturen är rättvisans främsta föremål. Den påverkar människors livsutsikter om vad de kan förvänta sig att bli och hur de kan hoppas att få det.

## 3.2 Rättvisa som skälighet

Rawls (1999) använder sig av rättvisa som skälighet. Människor enas om rättvisepinciperna i en begynnelse-situation som är skälig. Han menar att när människor ska utforma de principer som ska gälla gör man det utifrån sin egen ursprungsposition (begynnelse-situation).

Samarbetet kan grunda sig både på intressekonflikt eller intressegemenskap. En del föredrar att sträva efter sina egna mål och tar ut en större andel än andra gör i samarbetet, medan andra kan se fördelarna med ett samarbete som leder till ett bättre liv. Vi människor enas inte om principer som kan leda till att några får bättre livsutsikter på bekostnad av att andra skulle få det sämre.

När valet av princip görs utgår man från:

- En tolkning av begynnelse-situationen och de val som framläggs där.
- En uppsättning av principer som hävdas att deltagarna skulle gå med på.

Dessa val skapas utifrån våra ursprungspositioner som blir en grundläggande överenskommelse i samarbetet och då innebär det att rättvisan är skälig.

### 3.2.1 Rättvisepinciperna

Rawls (1999) pratar om två principer, frihetsprincipen och differensprincipen (rättvisepinciperna).

- *Frihetsprincipen*: innebär att alla människor har rätt till ett system av frihet om det inte gör anspråk på någon annans frihet.
- *Differensprincipen*: de sociala och ekonomiska ojämlikheterna ska vara till allas fördel. De ska också vara anknutna till ämbeten och befattningar som är öppna för alla. De ekonomiska olikheterna accepteras så länge det går att påvisa att de som har det sämst i samhället får det bättre. De som har gynnats av naturen med talanger kan endast dra nytta av dem om de förbättrar situationen för dem som är mindre lyckligt



lottade. Genom kompensation ska man minska den eventuella snedfördelningen för att närma sig jämlikhet.

Rawls (1999) menar att den naturliga fördelningen inte är rättvis eller orättvis genom att man föds in i olika positioner i samhället. Det är så livet är och vilket är naturlig fakta. Han menar att det som är rättvist eller orättvist är hur institutionerna sköter den faktan. Det skapas privilegierade, slutna samhällsklasser och människor rättfärdigar det vilket leder till att det då blir en snedfördelning av resurserna och det kan ses som en orättvisa.

### **3.2.2 Individens principer**

När det gäller principer för individen används skälighetsprincipen. Då ska individen utföra sin del av samarbetet utifrån institutionens regler. Två villkor måste vara uppfyllda:

- Institutionen måste vara rättvis (skälig) och det innebär att den måste svara mot rättvis principerna.
- Att människor har accepterat fördelarna med arrangemanget eller dragit nytta av de fördelar som samarbetet erbjuder som gynnar deras egna intressen.

Våra förpliktelser är frivilliga handlingar. Det kan vara att vi ingår i en överenskommelse eller genom att acceptera en förmån, men i förpliktelserna ingår det alltid definierade regler som gäller för den aktuella handlingen. I vissa åtaganden kan även de moraliska aspekterna vävas in som t.ex. när vi gifter oss, ger löften och genom tyst samförstånd. Det är förpliktelser som bygger på individens moral att vilja slutföra åtagandet.

Sammanfattningsvis innebär skälighetsprincipen att vi människor inte ska få fördel på andras bekostnad utan att tillföra vår egna skäliga andel till samarbetet. Alla ger sig in i ett ömsesidigt samarbete utifrån vissa regler. De begränsar sin frihet för att alla ska få ta del av fördelarna av samarbetet. Om aktiviteterna är rättvisa får varje människa en skälig andel när alla gör sin del, men när det är orättvist har individen ingen förpliktelse till åtaganden i samarbetssituationen.

### **3.3 Primära nyttigheter**

Rawls (1999) anser att människors känsla av att skapa rättvisa grundar sig utifrån en ursprunglig överenskommelse från grundantaganden som många människor ställer sig bakom

(begynnelsesituationen). Utifrån varje situation tolkar individer och gör antaganden från sina intressen och från vad de tror på. Olika antaganden och tolkningar uppstår inom varje grupp och varje situation. Om rättviseteorin ska fungera måste de grundläggande skyldigheterna och rättigheterna finnas och en struktur för hur samarbetets vinster ska fördelas lika efter de gruppnormer som finns. Människor i ett samspel strävar efter en jämvikt men det garanterar inte att situationen är rättvis. I stället kan individen ha gjort en bedömning utifrån sig själv att det är effektivt att bevara den aktuella situationen. En relation som grundar sig på fiendskap kan innebära en jämvikt, för var och en kan tro att en förändring bara skulle leda till det sämre.

Människan vill skydda sin grundläggande frihet enligt Rawls (1999) och är inte beredd att förlora den till förmån för att andra ska få det bättre i en samarbetsituation. De primära nyttigheterna som människan vill skydda är sitt självförtroende, sin självrespekt, sin känsla av eget värde och sin strävan efter att vara en god människa. Just dessa aspekter blir intressanta utifrån förlåtelseprocessen.

Vi skiljer på olika moraliska värden och ser när dessa saknas. Människan har en rationell livsplan och strävan efter att vara en god människa och att vara en moraliskt värdefull person. Vi vill utföra goda gärningar med en önskan att andra människor ska få det bättre. I en ursprungssituation där rättvisan är skälig tar människor för givet att få möjlighet att önska sig större frihet, få fler möjligheter och även få medel till att uppnå sina syften. Samtidigt där alla strävar efter att vara den goda människan sker det händelser som gör att människor ändå är i behov av att få ge och ta emot förlåtelse. Människor bryter mot lagar som finns i samhället genom att de inte respekterar de principer som gäller i ett socialt samarbete mellan människor. Det kan vara upprepande och medvetna kränkningar av de huvudsakliga principerna som gäller för situationen och det kan leda till underkastelse eller motstånd hos människor som ingår i situationen.

Människor är olika och har olika moraliska värden och vi kan se skillnad på den orättvisa, onda och dåliga människan. Olika individer går olika vägar för att nå sina mål. Det kan vara genom att de gör orätt. Det kan vara ett maktutövande, där de tycker om att behärska situationen och genom det få social bekräftelse. Samtidigt kan det vara en människa som strävar efter orättvis makt för att kränka andra och skada deras självrespekt. Det finns

människor som gläds åt andras förödmjukelse och maktlöshet och njuter av att se när andra förnedras. Onda människor strävar efter att nå sina mål och det gör dem farliga. Genom att få ett erkännande av att de är orsaken till offrets maktlöshet och förödmjukelse ger dem en tillfredsställelse.

Rawls (1999) menar att det finns tre grunder till att det skapas utbrott till avund hos människor:

- Bristande tilltro till sitt eget värde och sin förmåga att utföra något värdefullt.
- Skillnaden mellan sig själv och andra blir mer synlig genom den sociala strukturen och livsstilen som existerar i samhället.
- Genom sin sociala position ser de inga utrymmen för konstruktiva alternativ och då ser de hellre en förlust hos dem som har det bättre, även om det blir på bekostnad av dem själva.

### **3.4 Kränkningar**

Genom kränkningar uppstår det en obalans genom att förövaren har skadat självkänslan och det egna värdet hos offret. När människor avviker från de grundläggande principerna som är giltiga och inte slutför sina plikter mot sin omgivning kan det uppstå skuld känslor hos förövaren. Eftersom en orätt har uppstått har det skett ett intrång på andras rättigheter som kan framkalla skuld känslor hos förövaren. De skapar oro hos förövaren för andras vrede och vad de efterföljande bestraffningarna kan bli. Samtidigt kan känsla av misslyckande uppstå hos förövaren att inte kunna behärska sig som goda människor gör.

Det kan också finnas en avsaknad av moraliska känslor hos förövaren och då känner inte hon/han någon ånger för vad hon/han har gjort. Vi som individer vill bli respekterade av andra och bevara vårt eget värde och vara goda människor. Känner vi att vi inte får den responsen av andra är vi inte beredda att följa den struktur som rättvisan grundar sig på. Hos offret kan det uppstå känslor såsom kränkning, som i sin tur kan leda till hämndhandlingar eller att offret inte kommer att kunna förlåta.

## 4 Tidigare forskning

### 4.1 Vad innebär förlåtelse?

Tidigare forskning har visat på hur relationen mellan tron på en rättvis (belief in a just world) värld avgör om människan är förlåtande eller inte. Människans individuella tolkning av en positiv rättvis värld möjliggör förlåtelse och en orättvist skildrad värld komplicerar förlåtelsen. Tron på en rättvis värld gör individen mottaglig för andra människors missgärningar och att förlåta är en möjlighet för att återskapa relationer. Individens grundläggande värderingar och världsuppfattning påverkar förlåtelseprocessen. Om individen implicerar tron på en rättvis värld så möjliggörs också relationen mellan rättvisa och förlåtelse (Strelan, 2007).

En del forskare menar att det är bra för människor att förlåta och att allt går att förlåta. Offret ska genomgå en process som leder till att offret kommer över negativa känslor inför förövaren och då når de en äkta attityd av välvilja. Det är meningen att offret ska leva ut sina känslor som bitterhet och aggression som de känner inför händelsen. De ska inte acceptera någon kränkande behandling (Heberlein, 2005). Förlåtelse är inte detsamma som att glömma eller att gärningsmannen kommer undan. Det är viktigt att förlåtelsen sker fullt ut, endast då är det verklig förlåtelse. Förlåtelse är en känsla av välbefinnande, frihet och tillförsikt och är ett tecken på positiv självuppfattning vilket innebär att den drabbade individen kan fokusera på annat än den händelse som hon/han byggt upp hela sin identitet kring. Att förlåta innebär att individen inte längre känner sig arg, bitter, ångestfylld, rädd och sårad (Lambis, 2007).

Förlåtelse kan liknas med att ursäkta, tysta ner eller tolerera som är alternativa vägar att gå för att närma sig förlåtelsen. Förlåtelse innebär att förtroendet mellan gärningsman och offer etableras på nytt. Forskning har visat på att kopplingen mellan förlåtelse och rättvisa framkallar förändringar för motivationen och det inre livet. Individen påverkas av att inte förlåta. Experimentet som Witvliet et al. (2008) redogjorde för visade på att tillfredställelsen över att förlåta var jämförbar med de känslor som offren upplevde då gärningsmannen fick ett straff. Ett antal försökspersoner skulle föreställa sig att de blivit utsatta för brott. De fick läsa olika versioner av vad de varit utsatta för och hur de skulle känna inför gärningen. Det var

både negativa känslor så som ilska och rädsla och positiva i egenskap av empati och tacksamhet. Retributive, restorative eller ingen rättvisa var en del av föreställningarna. Försökspersonerna som hade föreställt sig vara utsatta för ett brott som de inte kunde förlåta eller upplevde som rättvisa, förändrades negativt. Föreställningen av att förlåta gav försökspersonerna upplevelsen av mindre hjärtklappning och de återställdes efter den svåra händelsen de varit med om (Witvliet et al., 2008).

## **4.2 Förlåtelseprocessen**

För att uppnå ett avslut och läkning, sker förlåtelseprocessen stegvis. Förövare och deras offer har möjlighet att mötas för att försonas. Ofta krävs det flera år av förberedelse och medlare deltar. Medlaren är inriktad på att skapa en atmosfär av en avslappnande art för mötet, men ofta leder försoningsmötet till en skriftlig överenskommelse mellan förövare och offer, trots att det inte är målet. Anhöriga till offer som träffat förövaren har fått utlopp för smärtan samt delat förövarens smärta. De anhöriga får även ta del av vad som har hänt och får veta varför (Arnold, 1999). Genom att förlåta förövaren har offren kunnat nå fram till processens avslut och visat förlåtelse fullt ut (Sjödén, 2005).

Vägen till förlåtelse är en lång och svår läkningsprocess som är viktig för att människor skall kunna gå vidare i sina liv. Hur lång läkningsprocessen kan vara beror på individen själv. Förlåter gör individen för sin egen skull och inte för gärningsmannens skull (Lambis, 2007).

Desmond Tutu (2000) anser att förlåtelse är enda vägen till återupprättelse av ett förhållande där någon blivit kränkt. Den svaga ska förlåta den starka och den starka ska komma till insikt och förlåta sig själv. Förlåtelsen kan frigöra förövaren och offret samtidigt som förlåtelsen inte kan framtvingas. Det går inte att tvinga en människa som förnekar sin gärning och de konsekvenser som gärningen medför. Det går inte heller att lagstifta bort offrets känslor som ilska och att offret måste förlåta den gärningsman som begått brottet. Den ändrade synen på offret och gärningsmannens identitet ska uppkomma frivilligt och det är en process. Oavsett om individen ställs inför att förlåta sig själv eller någon annan så är det ett personligt val. Det är upp till varje individ att ta ställning i varje enskilt fall. Det finns normer att följa som gör att individen skapar omständigheter som ger goda utsikter att nå förlåtelse fullt ut. Känslolivet hos offret påverkar processen. Det är inte fullständigt att se kognitivt på händelseförloppet utan att också behandla den känslomässiga delen efter det inträffade. Rekonstruktionen är

nödvändig som en avslutande del i processen. Genom känslolivet sker processen på ett djupare plan där offret upplever behovet av återhämtning och helande. För att se klart på det inträffade finns behovet av en verklig och tolerabel version av det inträffade. Offret kan inte ge upp en del av sig själv och identiteten genom att ändra på sin syn av händelseförloppet utan att ta hänsyn till de omständigheter som gav upphov till den delen från början (Helmick & Petersen, 2001).

### **4.3 Helhet – genom försoning**

Vi tror att vårt västerländska samhälle är präglad av kristendomen samtidigt som vi tror att förlåtelse har mycket med känslor att göra. Vi ser inte kristendomen som en central del i vår studie, men har ändå valt att behandla den här infallsvinkeln eftersom den ligger till grund för vår kultur.

Förlåtande används ofta som ett helande uttryck inom religionen. Ett återställande för att återfå balans och bli hel. Målet är förhållningssättet till Gud, medmänniskan och den egna individen. Det innebär att individen blir en fullständigt hel människa till kropp, själ och ande. Helhet är ett eftersträvansvärt slutmål. Religionens förbön kopplas till att återge helhet. En individ kan mista livet genom sjukdom, men trots detta vara helad genom sin upplevelse av försoning med Gud, medmänniskan, med sin egen person och tanken på döden. En annan individ kan på liknande vis bli botad kroppsligt eller psykiskt, men trots detta förlora helheten. För att individen inte har försonats med Gud och medmänniskan.

Syftet med förbönen i förlåtelseprocessen är att uppnå helheten. För att nå helhet får individen arbeta med frågeställningar rörande skuld, aggression och ouppklarade händelser gentemot medmänniskan samt andra händelser som påverkat självbilden negativt. Samtalet som ofta inleder förbönen upplever individen som helande på ett diagnostiserande och inte som ett moraliserande samtal. Försoningen av det som tidigare splittrade helheten och gemenskapen individer emellan, mellan individen och Gud, leder till att förlåtelsen genom försoning återskapar individens inre splittring och därmed blir relationen till medmänniskan och gud hel igen (Lindström, 2001).

## **4.4 Hämnd**

När människor utsätts för svåra händelser, orsakade av någon, så kan det vara svårt att förlåta eftersom det finns många svåra känslor att ta hänsyn till. Första tanken som oftast visar sig är behovet av att ge igen, vilket naturligtvis är en primitiv känsla som inte leder någonstans utan snarare är ett destruktivt och begränsande tankesätt. Vissa forskare diskuterar om det finns någon vinst för offret att förlåta svåra händelser. De menar att om offret förlåter förövaren har individen ingen självrespekt och individen minimerar sitt eget värde i relationen (i Heberlein, 2005).

Ska man eller kan man förlåta allt? Är det jag själv innerst inne som vill förlåta eller är det möjligen det omedvetna kravet från kulturen, att en god människa förlåter och hämnas inte. Kan Murphy ha rätt som menade att hämnas är bra för självrespekten? Är vi människor rättvisetänkande innerst inne och får hämnden oss att må bra? Är det så att den rådande kulturen i samhället som har grunder från kyrkans etik- och morallära dämpat vår hämndlystnad som egentligen är naturlig för oss?

## **5 Metod**

### **5.1 Kvalitativ metod**

Vi har använt kvalitativ metod som innebär att bygga upp och skapa meningsfulla tolkningar med utgångspunkt i det mänskliga samspelet, i motsats till kvantitativ. För att skapa förståelse för personliga upplevelser och hur varje individ hanterar förlåtelsen (Kvale, 1997). Där insamling av kunskap sker genom fallstudier, litteraturöversikt, djupintervju och informantintervjuer.

### **5.2 Litteratur**

Litteraturöversikten har hjälpt oss att förstå förlåtelsens särart och litteraturöversikten som är en metod för att söka upp och bedöma vetenskaplig litteratur för ämnet förlåtelse. Användningen av litteraturöversikten är för att komma fram till en heltäckande bild av hur tidigare forskning uppnått resultat om förlåtelse och utifrån ett rättviseperspektiv.

### **5.3 Fallstudier**

Vi ansåg att det var olämpligt att använda kvantitativ studie eftersom det inte skulle ge oss svar på vår problemformulering. Det passade inte in i vårt arbete att använda oss av enkätstudier eller bredare intervjuer då vi ville fördjupa oss i ämnet och få en djupare kunskap genom sakkunniga personer. Utgångspunkten för vår fallstudie var den kunskap och erfarenhet som våra respondenter besatt och när det gäller fallstudier är det lättare att studera detaljer i ämnet. Det är då lättare att komma så nära ett svar som möjligt.

### **5.4 Forskningsetiska krav**

Tillsammans med studier av vetenskapliga artiklar, inläst material och primära intervjuer fick vi ändå en bred bild av ämnet, vilket då minskade eventuella bias som kunde ha uppstått genom informantintervjuerna. Eftersom det var ett känsligt område var vi tvungna att tänka på moral och etik när det gällde datainsamlingen. Därför var det svårt att få tag på personer som ville bli intervjuade i detta känsliga ämne. Vi intervjuade personer som inte hade förlåtit men ändå gått vidare och personer som hade förlåtit för att kunna gå vidare. Problemet var hur vi som undersökningsledare kunde vara säkra på att individen verkligen hade gått vidare och det är egentligen omöjligt att veta och därför var tidsaspekten viktig, det vill säga att det hade förflutit ett antal år sedan gärningen.

Förlåtelse är ett känsligt ämne vilket framkommer i intervjuerna. Det är svårare att intervjua människor som har varit utsatta för svåra händelser eftersom det river upp och påminner offret om gärningen. Det visade sig vara svårare att prata om sig själv och sina personliga erfarenheter än att prata allmänt om sina kunskaper om förlåtelse.

Med hänsyn till forskningsetiska krav informerades samtliga respondenter om att de blev inspelade för intervju. Paret som vi intervjuade blev inte inspelade, utan de skickade svaren på sin intervju via e-post. De hade möjligheten att avstå från frågor som de inte kunde besvara. Respondenterna har godkänt att deras namn används i arbetet. Vi har kontaktat samtliga respondenter med utkast och sammanfattningar för hur vi har tolkat deras utsagor för att undvika missförstånd.



## **5.5 Intervjuer**

Vi valde att göra två informantintervjuer med personer som i sitt dagliga arbete kommer i kontakt med förlåtelse. Vi intervjuade även ett par som hade genomgått en förlåtelseprocess och en kvinna som har förlåtit och även arbetar med människor i förlåtelseprocessen. Vi intervjuade ytterligare en kvinna som inte har förlåtit. Vi analyserade svaren för att komma närmare vår problemformulering. Vi tog en medveten risk när vi försökte hitta svar på vår frågeställning då vi gick via informanter eftersom de egentligen är en andrahandskälla. Det var informanternas bild av förlåtelsens skeenden som angavs och inte offrens (Bryman, 2006).

Respondenterna som vi valde hade stor kunskap i ämnet förlåtelse. Tomas Böhm är läkare, psykoanalytiker, författare och arbetar med frågeställningar som förlåtelse och hämnd. Dessa begrepp finns omskrivna i boken "Hämnd" som Böhm har skrivit. Kjell och Jane Rönnqvist har personligen tagit ställning till att förlåta, i och med den gärning som deras dotter blev utsatt för. Deras dotter Nathalie Rönnqvist blev mördad av sin pojkvän den 6 september 2003. Lars - Göran Lönnermark har arbetat som präst och biskop och är idag verksam som hovpredikant. Som präst arbetar han bland annat med själavård och kommer då i kontakt med förlåtelsebegreppet. Den fjärde intervjun var med Liz Nordell som inte har förlåtit mordet på sin dotter Melissa som även hon blev mördad av sin tidigare pojkvän den 10:e november 2001. Den sista intervjun vi gjorde var med Birgitta Imanius som är beteendevetare och legitimerad sjuksköterska. Hon var som barn utsatt för sexuella övergrepp av sin morfar och har förlåtit. Samtliga respondenter har erfarenhet av begreppen förlåtelse, hämnd, försoning och rättvisa. Gemensamma nämnare för våra respondenter är att de ligger nära i ålder, de har livserfarenhet och deras bakgrund avgjorde valet.

## **5.6 Intervjumetoder**

Den första intervjun utfördes via telefon efter respondentens önskemål. Intervjun utfördes på Högskolan i Skövde i ett avskilt rum. Den första kontakten med paret Rönnqvist ägde rum via telefon och enligt deras önskemål besvarade de intervjun genom e-postkontakt, följdfrågor skedde också via e-post. Intervjun med Lars - Göran Lönnermark utfördes i respondentens hem där vi blev bjudna på fika. Liz Nordell intervjuades via telefon. Hon fick frågorna skickade till sig innan intervjun så hon kunde ta ställning till om hon ville bli intervjuad. Intervjun med Birgitta Imanius gick tillväga på samma sätt som Liz Nordells intervju.

Muntliga intervjuer spelades in med respondenternas tillåtelse och i intervjun var samtliga delaktiga.

Intervjufrågorna varierade efter respondenternas kunskapsområden och erfarenheter för att maximera utbytet av varje respondents erfarenhet. Följdfrågorna uppkom under intervjuerna och anpassades till respondenternas svar i förhållande till intervjufrågorna. Under analysen kontaktades respondenterna för att överensstämelsen skulle vara enhetlig med vad respondentens budskap var i jämförelse med tolkningar som gav resultatet. Vi transkriberade materialet vilket innebär att man skriver ut intervjun ordagrant. Intervjuerna ligger till grund för vår analys. De begrepp som låg till grund för intervju och analys var *förlåtelse*, *försoning*, *rättvisa* och *hämnad*.

## **5.7 Innehållsanalys**

Vi gjorde en innehållsanalys av våra intervjuer. Vi tolkade intervjuerna genom fyra begrepp som är *förlåtelse*, *försoning*, *hämnad* och *rättvisa*. Vi valde multipla begrepp för att öka förståelsen vilket innebär att det kan uppstå missförstånd och feltolkningar, om vi endast förlitade oss på ett begrepp. Samtliga begrepp är relaterade efter samma mått som vår definition vilken är: går det att förlåta fullt ut. Vår frågeställning är uppbyggd på vad begreppen mäter och är direkt kopplade till syftet.

Innehållsanalys, intervjuer och respondenternas användning av olika begrepp har påverkat vårt resultat eftersom vi redan i ett tidigt skede reflekterade över våra intervjuer. Vi gick sedan vidare till att analysera och såg därmed hur viktigt det var att skilja på orden förlåtelse och försoning även om vissa begrepp kan vara likartade innebär det inte att de har samma betydelse. I vår innehållsanalys av intervjuerna sökte vi efter begrepp som var utmärkande för varje respondent. Vi sökte även efter likartade begrepp. Vi tolkade dessa begrepp i relation till vår definition av förlåtelse fullt ut. Slutligen jämförde vi respondenternas användning av begreppen och hur de användes i vår definition som underlag för vår slutsats i diskussionen.

## **6 Resultat/Analys**

I analysdelen kommer vi att presentera våra intervjuer som ligger till grund i vårt arbete. Därefter kommer vi att övergå till en innehållsanalys av våra intervjuer.

## **6.1 Sammanfattning av intervjuerna**

### **6.1.1 Tomas Böhm**

Tomas Böhm är tveksam till förlåtelse för han anser att det är som att stryka ett streck över en kränkning eller förödmjukelse. Han menar att när man förlåter grövre brott är det ingen äkta förlåtelse utan mer en försoning. Människor försonas med vad som har hänt men Böhm tror inte att de glömmer bort det. Mindre företeelser går att förlåta om människor för en dialog om händelsen och det positiva i en relation överväger, men det gäller bara till en viss gräns. För blir människan kränkt flera gånger av samma person blir det svårt att förlåta till slut. Men skulle en förlåtelse ske är relationen upprättad precis som ett sår som har läkt.

Böhm tror bara att det fungerar i vissa begränsade kränkningar men inte när det gäller grövre kränkningar. Många människor förlåter och det är en tradition som finns i vårt samhälle där det är en god egenskap att förlåta. Människor som inte förlåter upplevs som långsinta och lite besvärliga. Idealet i samhället är att människor ska kunna förlåta och ha överseende med människors fel. De ska leva sig in i andras misstag och då ska man kunna förlåta.

I barnuppfostran gör människor ofta skillnad på person och handling. Gör barnet något dumt slutar föräldrarna inte att älska barnet för det. Men när det gäller grövre brott tror inte Böhm att det går att göra skillnad på person och handling utan det gäller bara vid en viss grad av brott.

I intervjun hänvisade Böhm till folkmorden i Rwanda där offren inte ville ha förlåtelse. De ville ha rättvisa och att förövarna skulle straffas. Förövarna däremot pratade bara om förlåtelse med religiösa inslag. Eftersom Gud förlåter oss måste ni också förlåta oss. Böhm menar att det inte går att förlåta en granne som har mördat ens familj, det är omöjligt. Böhm berättade om en sannings- och försonings kommission där biskop Desmond Toto efter apartheid konfronterade förövarna. De fick erkänna vad de hade gjort inför de överlevande offren. När de såg att förövarna ångrade sig i någon mening skapades det en dialog där de kunde försöka ge en förklaring eller en slags inlevelse om hur den andre tänkte och försöka nå en slags försoning.

Böhm tror på försoning då gärningsman och offer accepterar det som hänt och går vidare.

Offret kan försonas med de oförrätter som begåtts, men aldrig glömma dem. Det är en viktig del i försoningsarbetet att gärningsmannen får sitt straff anser Böhm. Det är av största vikt för offret att gärningsmannen får något slags straff för att kunna komma tillbaka till någon slags egen jämvikt. Ett exempel på det är Simon Wiesenthals bok "Rättvisa inte hämnd" som beskriver betydelsen av att leta upp förövarna och se till att de får sitt straff. Wiesenthal jagade nazister efter kriget för att de skulle straffas för sina förbrytelser. Böhm tror inte nödvändigtvis att offren kräver högre straff än omvärlden utan det viktiga är att det är tillräckliga straff och att de blir dömda.

Böhm anser att det bästa för försoningsarbetet är att offer och gärningsman möts. En konfrontation där gärningsmannen får en inlevelse och förståelse för den skada han/hon har tillfogat offret och att offret ser att gärningsmannen förstår vad han/hon har gjort.

Böhm tycker att förlåtelse ofta är en "magisk rit" då man först gör något dumt mot någon och sedan uppmanar offret att förlåta händelsen. Det är offret som utsätts för det psykiska arbetet när det borde vara gärningsmannen som kompenserar offret att bygga upp förtroendet igen. Det är ett försoningsarbete.

Vi har alla en ond sida och Böhm menar att alla har en slags benägenhet att begå onda handlingar, men att vi har mer eller mindre motkraft som gör att vi kan hålla tillbaka de krafterna för att motverka hämndspiralen. Om de kan förlåta fullt ut beror på gärningens grad, men om de går mot upprättelse och mot acceptans för det som hänt och får till stånd en dialog så skapar de ett slags mentalt utrymme där de tänker grymma handlingar mot varandra istället för att utföra dem. Man tror ofta att de inte kan ta sig igenom sorgprocessen utan att handla. Man skapar ett slags mentalt utrymme för att tänka och känna, som en sorgprocess. En process som de måste gå igenom för att kunna förlåta fullt ut.

### **6.1.2 Jane & Kjell Rönnqvist**

Paret Rönnqvist menar att det finns en kraft i förlåtelsen. Makten som finns i att förlåta är att frigöra sig själv från hatets, vredens och bitterhetens bindningar. I deras fall så förlåter de gärningsmannen men inte handlingen. De gör det för sin egen skull för att kunna gå vidare. Genom förlåtelsen har livet förändrats genom att de har fått ett öppet sinne, frid, glädje och de är mer avslappnade. Det har vuxit fram att vilja förlåta och den viktigaste orsaken är önskan

om att må bra. De kommer aldrig att kunna förlåta gärningen eftersom det alltid är fel att ta någons liv. De tänkte aldrig på att hämnas sin dotters död. Hämnad för Rönnqvists är att ge tillbaka med samma mynt utan att ta konsekvenserna för sitt handlande.

Rönnqvists anser att det är viktigt att ta ett beslut om att förlåta. Först när de bestämde sig för att förlåta, kunde de leva vidare. Efter att varit med om svåra händelser har insikten till livet kommit. Rönnqvists tror inte att gärningsmannen skulle kunna påverka förlåtelseprocessen. De tror inte heller att ett möte mellan gärningsman och offer är nödvändig för att kunna förlåta.

Rönnqvists menar att när man får insikt och förstår att man kan gå vidare så förlåter man. De anser att det inte är svårare att förlåta någon som står nära. Ett straff är inte alltid rättvist. Det är en tolkningsfråga. Rönnqvists tror att människor är mer eller mindre goda, men att alla kan lära sig att förlåta. Rönnqvists anser att om gärningsmannen blir utsatt för olycka och om offret känner tillfredsställelse så är det en form av hämnd.

### **6.1.3 Lars – Göran Lönnermark**

Förlåtelse är ett mänskligt ansvar, en allmän mänsklig etik oavsett religion. När vi förgår oss mot andra skadar vi även oss själva. När jag har skadat en annan människa står jag i skuld till den människan. Det är här som Lönnermark menar att förlåtelsen kommer in så att de kan försonas. Att hela en relation är att förlåta. Väljer man att inte förlåta mindre dramatiska oförrätter blir det att man fastnar i ouppklarade situationer, som gör att personen inte mår bra, skadar sig själv och fastnar i bitterheten.

Lönnermark var med på en försoningskonferens för 20 år sedan, precis när Apartheids regim började upphöra, frågan om försoning kom upp från dem som upplevde sig kränkta. För att försonas måste vi komma på en armslängds avstånd och se varandra i ögonen. Hur ska bitterheten och skulden kunna mötas? Biskop Desmond Toto inrättade en försoningskonferens där han ville att förövarna skulle ta sitt ansvar och möta offren.

En annan definition på förlåtelse som Lönnermark hörde i samband med sitt arbete i Frankrike var att förlåta en annan människa är att vilja den människans liv. ”Det går inte bara att drar ett streck över oförrätten och gå vidare, utan din skuld binder dig till mig, men jag

släpper dig fri, du får gå.” För så länge en människa inte är förlåten så är hon bunden av skuld till offret. Det är den ideala bilden av förlåtelse, men hur man når dit är en annan sak. Det viktigaste med förlåtelse är att ”göra något helt igen”, menar Lönnermark.

Några oförlåtliga händelser finns inte principiellt, men i praktiken ser det annorlunda ut. Det är till exempel omöjligt att förlåta Hitler och nazismen. Vid samtal med överlevande från förintelsen skulle man säkert få ett annat perspektiv när det gäller förlåtelse. Förlåtelse och skuld är mänskliga ting. Lönnermark menar att det inte är som ett schackspel där pjäserna avlöser varandra och sedan är spelet över, utan bitterheten kommer tillbaka till människan. Lönnermark tror att förlåtelseprocessen för grövre gärningar fortgår hela livet. Bitterheten kan komma över människan i olika perioder och det är viktigt att fortsätta att samtala med goda och kloka lyssnare. Lönnermark menade att det skulle vara önskvärt att kunna förlåta även grövre gärningar, men han tror inte att man någonsin blir riktigt färdig med förlåtelseprocessen vid grova brott.

Förlåtelsen är ett viktigt inslag i det mänskliga livet och den mänskliga samvaron. Lönnermark ser problematiken med att förlåta fullt ut. Även om offret har viljan att gå vidare vet man inte om det möjligt. Efter förlåtelsen med ett givande och ett tagande kan konsekvenserna bli att relationen mellan gärningsmannen och offret stärks genom förståelsen för hur den andre tänker. Det förekommer att offer och gärningsman gråtit ut tillsammans.

Hämnden är en reflex om att vilja ge igen. Den bästa metoden för att få utlopp för känslorna är att få möjlighet att ge uttryck för sina hämndkänslor utan att hämnas och genom att samtala om sina känslor med människor som man har förtroende för i sin omgivning. Hämnden blir aldrig en slutgiltig lösning utan den utlöser alltid nya handlingar och skapar en ond kedja. Samhällets fängelsestraff kan anses vara en hämnd.

Genom att hämnas en oförrätt för att sedan kunna förlåta, problematiserar förlåtelseprocessen. Det kan vara svårt att motstå frestelsen att ge igen, men att ge igen leder till ånger. Det skulle också medföra att offret måste be om förlåtelse och gottgöra hämnden. Först då kan gärningsmannen träda fram och be om förlåtelse för de oförrätter som begåtts. Processen för att nå förlåtelsen fördröjs. Det är viktigt att offret kan ta del av den sociala gemenskapen för att komma fram till ett annat omdöme än den första reaktionen som är hämnd.

Även den goda människan kan uppleva upprördhet, men kan hantera det som hänt utan att ge igen utifrån en strävan att vilja den andra människans liv. Det är viktigt att det finns en grundtanke av medmänsklighet. Med den grundtanken, att inte ha rätten att förgå sig mot en annan människa, följer insikten som innefattar en förståelse av sin egen reaktion. Lönnermark menar att hämnden aldrig kan bli jämn, man kan inte satsa lika mycket och tro att utgången blir rättvis. Däremot kan man hämnas utan att skada den andre genom att behandla honom/henne som han/hon har behandlat dig, men det är en kommunikationsform som förhoppningsvis leder till eftertanke.

Det finns också preventiva åtgärder där samhället markerar att det här tillåter vi inte och det kan man även se inom det privata området. Det kan vara en person som markerar kraftigt och visar att de inte accepterar oförrätten. Det ser inte Lönnermark som en hämnd utan mer en berättigad reaktion, där man markerar var den personliga gränsen går för vad man tillåter.

För att nå förlåtelse fullt ut krävs det arbete både från gärningsmannen och från offret. När gärningsmannen kommer till insikt genom självrannsakan och förstår att han eller hon förgått sig mot en annan människa är första reaktionen ett försvar med fördel till den egna personen. Försvaret kan vara att söka yttre omständigheter som kan förklara beteendet eller att det inte var så farligt till att det skett ett missförstånd. När gärningsmannen kommit över det och ser sitt ansvar, är det upp till gärningsmannen att ta mod till sig och ta kontakt med offret för ett samtal. Gärningsmannen tar upp handlingen, erkänner och ber om förlåtelse. Samtalet som följer kan vara förödmjukande för gärningsmannen som måste vara beredd på att offret inte omedelbart förlåter. Det är viktigt att gärningsmannen stannar kvar i situationen utan att göra det för enkelt för sig och kräva förlåtelse. Gärningsmannen kan inte förvänta sig att det klaras ut på ett par minuter utan måste förvänta sig att bli kvar i en lång process. Det kan också finnas ett moment av botgöring och gottgörelse men först måste relationen öppnas upp.

När gärningsmannen och offret öppnat upp relationen så kan gärningsmannen vilja gottgöra offret och det kan vara bra om det accepteras. Det är ofta svårt för offret att ta emot gottgörelse, det är inte alla som förmår det. När det gäller oförlåtliga handlingar kan offret be om att lämna processen eftersom det är svårt att samtala om gärningen men då har varken gärningsmannen eller offret nått ända fram till förlåtelse fullt ut. Det är individuellt vad offer och gärningsman uthärdar. Människor som inte tänkt förlåta kan förändra sitt beslut med

tiden. Efter en oförrätt kan offret uppleva sina erfarenheter som oförlåtliga handlingar. Får offret efter en tid förslag till att gå vidare från de relationer som betyder något kan offret samtala och reflektera över de upplevda oförrätterna och gå vidare och fundera på om förlåtelsen är möjlig.

Lönnermark menar att även gärningsmannen behöver förlåtelse för att komma vidare annars hamnar gärningsmannen vid sidan av samhället och kommer utanför gemenskapen. Det är förlåtelsens mening att man återförs i gemenskapen och kommer in i ett sammanhang igen.

Man känner skam om man har hämndkänslor. Det är bra att bearbeta den känslan och fråga sig själv om man vill känna så. Det är en reflex att känna hämndkänslor, men man vill kanske inte själv aktivt hjälpa till att hämnas.

Öga mot öga är den naturliga lagen, den ursprungliga reaktionen och en väldigt ursprunglig rättvisetanke. Att vända andra kinden till innebär däremot att det inte finns någon gräns för vad man vill göra för en annan människa, men det kan också vara ett sätt att avvärja någon så att förövaren kommer av sig. Om man till exempel frågar en rånare hur mycket han vill ha så kommer han av sig. Det finns mycket orättfärdighet i världen och vi önskar att alla skulle leva rättfärdigt. Att ingen stjälar eller gör något ont mot någon, men det är ändå ett moment som fattas i detta, nämligen ömheten, kärleken och omsorgen vilket innebär att inte bara göra ont mot någon utan att göra något gott mot någon. Även om allt vore rättfärdigt så finns det ett steg till i den kristna tron, nämligen att du ska älska din nästa och du skall vilja den människans liv. Det är så Lönnermark tolkar att vända andra kinden till.

Lönnermark anser att förlåtelse och försoning ligger väldigt nära och egentligen är samma sak, men används på olika vis språkligt sett, men samtidigt är försoning djupare, större och ett mäktigare ord. Förlåtelse i dess djupaste mening ligger väldigt nära försoning. Förlåtelse är en förutsättning för att nå försoning.

I vårt samhälle finns det ingenstans att gå i svåra situationer och då faller det sig naturligt att söka sig till kyrkan som är en öppen miljö, vilket är accepterat i samhället. Det är till kyrkan man går för att hitta något motiv. Där finns ljus och människor. Det visar att det är en brist i vårt samhälle att detta djupt mänskliga inte får sitt utlopp på ett naturligt sätt. Människor



behöver symboler som att tända ljus och lägga ut blommor.

När det går snett mellan människor så måste det läkas och helas och då kan man som vän hitta vägar för att uppmuntra till försoning. Förlåtelse är ett uttryck för mänsklig styrka. Det händer saker i livet och man kan inte utgå ifrån att leva ett helt liv utan att göra någon illa och då är det fantastiskt att det finns förlåtelse.

#### **6.1.4 Liz Nordell**

Liz Nordell anser att förlåta är när man förlåtit och glömt. Det onda är borta annars har man inte förlåtit och i hennes fall går det inte att glömma. Hennes syn på förlåtelse har generellt inte förändrats sedan hennes dotter blev mördad. Nordell tror inte att det går att förlåta svåra händelser fullt ut och i hennes fall skulle det inte vara rätt mot hennes dotter. Det finns inget negativt med att förlåta när det gäller händelser som går att förlåta om det får individen att må bra.

När det gäller svåra händelser så hjälper det inte att förövaren har förklaringar. Nordell menar att det inte skulle vara till hjälp att träffa förövaren, hon skulle inte vilja ha honom i sin närhet och hon skulle inte heller tro på hans ord. Nordell tror att det kan vara skillnad när det gäller lättare, förlåtliga händelser. Nordell menar att man har högre krav på människor som står nära, men det måste inte innebära att det är svårare att förlåta dem.

När det gäller hämnd tror Nordell att det kan vara lättare att förlåta om man har hämnats eftersom hämnden är ljuv. Att hämnas är att ge igen med lite mer eftersom man själv är domaren, men hon har inte själv haft hämndtankar i den situation hon har befunnit sig i eftersom gärningsmannen inte finns för henne och hon skulle inte vilja slösa sin energi på någon som inte är värd det. Däremot tror hon att hon skulle känna tillfredsställelse om gärningsmannen själv blir utsatt för något i periferin.

När det gäller rättvisa anser Nordell att det inte finns något rättvist straff när en gärningsman har gått över alla gränser och tagit livet av en annan människa. Även om en gärningsman får livstids fängelse i Sverige så blir straffet tidsbestämt och han kommer att bli fri.

Nordell anser inte att man är en bättre människa för att man förlåter, men att det nog var så förr, men hon tror att det finns en ond sida hos människor vilket världskrigen var bra bevis på

och hon tror att alla människor någon gång tänker onda tankar.

Nordell menar att det är skillnad på förlåtelse och försoning. Förlåtelse är när man förlåter en person som har gjort en illa medan försoning är när man försonas med en händelse eller att man till exempel försonas med att livet förändras. Nordell tror att det finns människor som väljer att förlåta för att få en sorts lugn och ro.

### **6.1.5 Birgitta Imanius**

Birgitta Imanius menar att man har förlåtit när man har lagt det som hänt bakom sig och det finns inget som ligger och gnager. Hon tror att man kan förlåta även svåra händelser, dels har hon själv förlåtit det övergrepp som hon var utsatt för av sin morfar som barn, men hon har också haft kontakt med en man som jobbat på Death Row i USA som har beskrivit hur människor har kunnat förlåta svåra händelser. Det blev vissa offers räddning att förlåta. Hon anser dock att det kan ta lång tid att komma till förlåtelse. Första reaktionen skulle nog inte vara att förlåta.

Imanius anser att det är positivt att förlåta om man gör det utan att vara påverkad av någon annan. Hon tror att människor förlåter för att må bra och gå vidare. Imanius anser att det är lättare att förlåta om man har förståelse för gärningsmannen. Det är viktigt att få förklaringar på varför det hände. Det är också därför hon tror på medling.

Att hämnas är ett sätt att vilja göra en annan människa illa för att man själv har varit illa anser Imanius. Hon har haft hämndtankar, men det har inte funnits någon realitet i tankarna. Det har varit ett sätt att bearbeta händelsen. Hon tror dock att hon skulle känna tillfredsställelse om någon som gjort illa någon närstående till henne skulle behandlas illa. Imanius menar att det är rättvist att en människa som begår ett brott får ett straff. Det är samhällets markering, att man straffas när man begår ett brott. Samhället har byggt upp ett system där den som begår brott bestraffas vilket är en form av rättvisa. Samtidigt är det så att när vi burar in människor så hamnar de utanför samhällsgemenskapen. Man kan inte begå brott när man finns med i gemenskapen

Imanius tror inte att samhället anser att man är en ”god” människa när man förlåter eftersom man förlåter för sin egen skull. Hon tror att människor kan vara onda i vissa situationer och

begå allvarliga brott. Imanius menar att det är viktigt att få upprättelse eftersom det är ett sätt att bli bekräftad i det som man varit med om. Att händelsen blir tagen på allvar. Upprättelsen är viktig för att komma vidare.

Imanius ser på förlåtelse som en aktiv handling där man tänker på vad förövaren har gjort medan man försonas med som har hänt, vilket inte behöver innebära förlåtelse. Försoning kan vara ett steg mot förlåtelse.

## **6.2 Innehållsanalys**

I den här delen redovisar vi resultatet av våra intervjuer som innehåller jämförelser och tolkningar. Vi vill få en bild av likheter och olikheter. Vi belyser förlåtelsen utifrån tre olika perspektiv för att där igenom få en helhet över förlåtelsen. Ett inifrån perspektiv där människor har blivit utsatta för en grövre gärning. Det andra perspektivet är en expert som genom många års arbete studerat och skrivit böcker i ämnet. Det tredje perspektivet är kyrkan som får ge den kulturella vinklingen av analysen, där intervjun skedde med en f.d. biskop som nu är verksam som hovpredikant. Vi valde kyrkan eftersom religionen ligger till grund för våra grundvärderingar i samhället. Även om vi idag inte anser oss vara kristna, så speglar religionen våra värderingar.

Utifrån de begrepp som finns i våra intervjuer har vi valt ut likartade begrepp och begrepp som är utmärkande för våra respondenters uppfattning, enligt vår tolkning. De begrepp som vi har utgått ifrån är våra huvudbegrepp *förlåtelse*, *försoning*, *hämnad* och *rättvisa*.

Våra respondenter ger sina perspektiv av förlåtelse och det går att se både likheter och olikheter i intervjuerna. Vi analyserade svaren som vi fått i intervjuerna för att se hur de förhöll sig till rättviseteorin, litteraturstudier och tidigare forskning. Vi har genom överenskommelse med våra respondenter valt att använda oss utav deras namn. Det finns många likheter i våra intervjuer men även stora skillnader. Tre av de intervjuade anser att man inte kan förlåta fullt ut i alla avseenden. De har också olika sätt att se på förlåtelse och försoning. Våra respondenter har olika definitioner på orden förlåtelse och försoning. Våra respondenter anser att man måste skilja på förlåtelse och försoning medan en respondent också menar att det måste till förlåtelse för att nå försoning.

### 6.2.1 Förlåtelse

Böhm anser att det är stor skillnad på begreppen förlåtelse och försoning. Människor blandar ihop och missförstår ordens innebörd. Han anser att förlåtelse är att stryka ett streck över någon slags förödmjukelse eller kränkning. Människan kan inte suddas ut sina minnen och glömma svåra händelser däremot kan man försonas med det som har hänt. Förlåtelse används till vardags vid mindre förseelser, men när det gäller grova brott så är förlåtelsen inte äkta.

Utifrån Böhms definition på förlåtelse kan man se en likhet med rättviseteorin att det har uppstått en obalans, en kränkning, där respekten från omgivningen inte längre existerar. Människor går olika vägar för att nå sina mål och en del når dem genom att göra orätt. De kan inte se några kreativa alternativ till att få bukt med sin avund än att se en förlust hos andra, även om det blir på bekostnad av dem själva (Rawls, 1999).

Ett annat ord som Böhm använder är begreppet ”magisk rit” för att beskriva förlåtelsen och visar därmed på hur omöjligt det är att förlåta fullt ut. Begreppet ”magisk rit” kan tolkas som något som inte hör till denna värld, och genom användningen av begreppet visar Böhm att förlåtelse är en slags omänsklig handling. ”Magisk rit” kan även tolkas som en personlig värdering, att det är Böhms personliga uppfattning att förlåtelsen inte är möjlig.

Rönnqvists anser att det finns kraft i förlåtelse och att man frigör sig själv från hatet, vreden och bitterheten. De anser att man kan förlåta gärningsmannen, men inte handlingen. Att förlåta handlar endast om individen själv och man förlåter för sin egen skull för att gå vidare och må bra. De anser att förlåtelse är ett val, de menar att man *väljer* att förlåta. Människor kan välja vad de ska känna, det är upp till personen själv att göra valet. När någon gör mig illa ska hon/han inte kunna bestämma vad jag ska känna. Jag ger inte den personen den makten, menar Rönnqvists. De menar att i deras fall inte skulle ha varit lättare att förlåta om de skulle ha fått förklaringar av gärningsmannen. De anser att alla kan lära sig att förlåta. De menar att det inte finns något negativt med att förlåta. ”*Genom att förlåta Dig befriar jag mig själv, inte Dig. Du måste leva med dig själv alla dagar, men jag måste inte (behöver) och tänker inte göra det*”

Lönnermark använde ett ord som *medmänsklig samhörighet* som var viktig för vår överlevnad. Vi har ett ansvar för andra människor. Skadar vi någon annan mister vi den här samhörigheten men samtidigt skadar vi även oss själva. Den beskrivningen använde Lönnermark när han skulle definiera förlåtelse. Genom förlåtelse helar man något som är trasigt. När det går snett mellan människor så behöver det läkas och helas. En annan beskrivning av förlåtelse som Lönnermark använde var att vilja den andra människans liv, ”*Din skuld binder dig till mig men jag släpper dig fri att gå*” (Lönnermark, intervju 2009-03-17). Det är viktigt att förlåta för att kunna ha hela relationer. Det är viktigt att stå över förödmjukelsen som vi kan känna när vi möter någon för att nå förlåtelse och försoning. Vid uppriktig förlåtelse menar Lönnermark att vänskapen förstärks och att det är ett givande och tagande. Han säger också att förlåtelse är ett uttryck för mänsklig styrka och att förlåtelse för med sig omtanke och medmänsklighet. Lönnermark ser på förlåtelse som en *omfamning*. Han menar att vi ska älska vår nästa och vilja den människans liv. Vi ska omfamna gärningsmannen för att han/hon ska komma tillbaka till gemenskapen. Gärningsmannen behöver förlåtelse för att komma vidare. Annars kan det bära utför och gärningsmannen lever utanför samhället. Det är förlåtelsens mening att man ska komma in i ett sammanhang igen. Att förlåta är att vilja den människans liv, befria till liv och att göra något helt igen.

Nordell anser att när man förlåtit så är gärningen bortglömd och när det gäller svåra gärningar som i hennes fall så är det omöjligt att glömma och därmed förlåta. När Nordell pratar om förlåtelse gäller det mindre grova gärningar. Hon menar att det är skillnad på förlåtelse och försoning. Förlåtelsen innebär att man förlåter en person medan försoning betyder att man försonas med en situation. Det är två olika saker menar Nordell.

*Gräns* är ett begrepp som både Böhm och Lönnermark använder. Böhm menar att man kan förlåta till en viss gräns sedan får de försonas på något annat sätt som att se det positiva i en relation. Även Lönnermark talar om en gräns i relationer. Han menar att varje människa har sin egna personliga gräns om vad det är man accepterar i en relation med andra människor. Rönqvists och Lönnermark menade att förlåtelse innebär att *frigöra/befria* sig själv från hatet för att må bra. ”*Din skuld binder dig till mig men jag släpper dig fri.*” Deras tolkning är mer utifrån individen själv genom att förlåta så mår man bra. Det är viktigt att stå över den förödmjukelse som individen känner för att nå förlåtelse. Enligt deras tolkning frigör sig individen från hatet och genom det uppnår han/hon en slags balans. Båda har också använt sig

utav begreppet *bitterhet*. Rönnqvists anser att genom makten att förlåta frigör man sig från bitterhet och Lönnermark menar att bitterheten är återkommande i processen. Offren måste jobba med bitterheten hela tiden, ibland långa perioder under livet.

*Värde* är ett ord som Nordell använder när hon pratar om förlåtelse. Hon menar att förövaren inte har något värde när han/hon berövat en annan människas liv. Därför är inte förövaren värd att förlåtas.

När Imanius pratar om förlåtelse så utgår hon ifrån sig själv. Hon tror att det går att förlåta allt, även svåra händelser och hon anser att förlåtelse är en *aktiv handling*. Hon menar att det är viktigt att lägga händelsen bakom sig för att gå vidare. Det tar lång tid att förlåta eftersom man måste bearbeta det som man har varit med om. Upprättelsen är viktig för Imanius då det är viktigt att bli bekräftad i händelsen. När händelsen blir tagen på allvar får man upprättelse och kan gå vidare (frihetsprincipen).

### **6.2.2 Försoning**

Både Böhm och Rönnqvists menar att parterna måste *mötas* för att försonas. Böhm går lite längre i sin definition och menar att relationen är skadad. Offret och gärningsmannen ska mötas för att offret ska få svar på de frågor som är knutna till gärningen. Här kan man koppla det till rättviseteorin där människor strävar efter att uppnå respekt från andra. Genom försoning kan man återfå balansen. Då gärningsmannen visar ånger att han/hon inte har följt de grundläggande normerna som existerar och inte fullföljt sina plikter mot omgivningen kan individerna återskapa en slags balans där offret återfår de primära nyttigheterna som skadats i gärningen (Rawls, 1999). När människor försonas glömmet de inte. Relationen mellan förövare och offer är skadad, men de kan ändå mötas. Det är viktigt att förövaren visar ånger. Det är lättare att försonas när offret förstår hur gärningsmannen tänker och att de får veta hur gärningen gått till, att de har fått svar på sina frågor. För att nå försoning är det viktigt att förövaren erkänner vad han har gjort och att han konfronteras av offret och dess familj. För att försonas måste båda parterna mötas och komma överens menar Rönnqvist men i deras fall har det inte funnits något möte med gärningsmannen.

Lönnermark tycker att begreppen försoning och förlåtelse ligger varandra väldigt nära men används olika språkligt sett. Förlåtelse är ett steg på väg till försoning och man måste förlåta

först för att kunna försonas. Försoning är djupare och större än förlåtelse. Gud förlåter allt och att påstå något annat är själavård för stunden. Det är viktigt att omgivningen hittar vägar och uppmuntrar till försoning. Böhm, Rönnqvists, Nordell och Imanius menar att begreppen är åtskilda och inte behöver ha något samband. Nordell tycker att frågan om skillnaden på försoning och förlåtelse är lite filosofisk. Imanius menar att försonas behöver inte innebära att man har förlåtit men det kan vara ett steg mot förlåtelse. Försoningen innebär att man försonas med det som har hänt.

### 6.2.3 Hämnd

Samtliga respondenter menar att hämnden är primitiv och negativ. När det gäller hämnden återkommer begreppet *skada* både hos Böhm och hos Lönnermark. Böhm menar att man i hämnden skadar någon annan för att själv ta sig upp från ett underläge. Enligt Lönnermark är hämnden en *reflex* som är en mänsklig och naturlig reaktion. Adrenalin rinner till och vi vill ge igen. Det bästa är att ge andra uttryck för sina hämndkänslor på ett annat sätt än att ge igen, som att prata med någon klok närstående. Han menar att när vi skadar någon annan skadar vi också oss själva. När vi skadar en annan så står vi i skuld till den andra människan.

Både Böhm och Lönnermark anser att hämnden aldrig utlöser någon slutpunkt. Utan startar bara nya handlingar som leder till en ond *spiral/kedja* som slår tillbaka på hämnaren och komplicera förlåtelseprocessen. Hämnden försätter hämnaren i en situation där han/hon måste be om förlåtelse.

Böhm gör skillnad på hämnd och upprättelse. Skillnaden är att hämnden är till för att skada någon och är ett sätt att trycka ner andra för att själv ta sig upp. Böhm understryker begreppet *underläge* där viljan att ta sig upp är vad som driver hämndbegäret. Medan upprättelse handlar om att göra något bra utan att skada någon, för att återfå sin värdighet och en balans. Upprättelsen är alltid positiv. Imanius tycker att det är viktigt att offret ska få upprättelse och att man inte förringar gärningen utan att den tas på allvar. Hämnden kan vara ljuv för många anser hon och det kan vara tillfredställande att vara sin egen *domare*, vilket man är när man hämnas. Enligt Nordell ger man igen lite mer än vad man själv har blivit utsatt för och många upplever den känslan som positiv. Det har inte funnits hämndtankar eftersom hon inte vill slösa energi på en gärningsman som inte existerar för henne, vilket är ett sätt att rekonstruera

händelsen och att befästa sin egen självbild.

Hämnd för Imanius är att *straffa* och göra illa en annan människa för att man själv farit illa. Hon har själv haft hämndtankar som hon inte har realiserat och hon anser att det kan vara nödvändigt för att komma vidare i förlåtelseprocessen.

Lönnermark anser att om man *avväpnar* gärningsmannen kan handlingen ta en annan vändning. En tolkning av ”vända andra kinden till” skulle enligt Lönnermark kunna vara att man avväpnar gärningsmannen. Om man frågar en rånare hur mycket han vill ha så kan han bli så överraskad och handfallen att han kommer av sig och då är han avväpnad.

Rönnqvists har inte haft hämndtankar och de anser att hämnd är att ge igen med samma mynt och inte ta konsekvenserna. De menar att det är primitivt att hämnas.

#### **6.2.4 Rättvisa**

Rättvisetanken som finns i samhället sträcker sig tillbaka till bibliska texter som GT andra Moseboken kapitel 21, vers 24 läser vi öga för öga och tand för tand. De begrepp som uppkommer i samband med rättvisa är straff (Thorleifsson, Telefonintervju 2009-04-02).

Rättvisa innebär att det är *jämnt* menar Böhm, men det blir aldrig jämnt. Han menar att hämndspiralen fortsätter så länge ingen väljer att stiga av. Upplevelsen att det blir jämnt uppstår inte hos vare sig gärningsmannen eller offret. Handlingarna som utgör hämnden kan aldrig uppfattas som rättvisa för de inblandade. Det är svårt att få rättvisa i en pågående hämndspirala och det är alltid offren som vill ha rättvisa. Det är viktigt för offret att gärningsmannen får något slags straff så att offret kommer tillbaka till någon slags egen jämvikt.

Lönnermark menar att det är viktigt för gärningsmannen att ta sitt *straff* för att gå vidare. Respondenterna delar på tanken om ett rättvist straff. Människor och i synnerhet offren strävar efter att uppnå rättvisa för att få balans och jämvikt i sina relationer. I rättviseteorin menar man att människor strävar efter jämvikt men det finns inga garantier för att situationen är rättvis även om det finns en jämvikt. De berörda i det sociala samspelet kan bedöma att det bästa är att bevara den situationen som existerar. Det kan vara en relation som t.ex. bygger på



fiendskap men en förändring av situationen kanske inte alltid skulle bli till det bättre utan till det sämre. Det viktigaste i samarbetet är att de grundläggande rättigheterna och skyldigheterna fördelas lika efter den norm som finns i det sociala samarbetet (Rawls, 1999).

Lönnermark menar att "Öga mot öga" är den *naturliga lagen* om rättvisa. Det är en väldigt ursprunglig rättvisetanke och en naturlig reaktion. Samhället strävar efter rättvisa straff som resulterar i botgöring så att offren känner rättvisa.

Finns det någon rättvisa? För alla har olika värderingar menar Rönqvists. De menar att fängelse inte alltid gör människor bättre utan många behöver vård istället. När det gäller gärningsmannens straff så anser Rönqvists att de inte alltid är rättvisa. Nordell anser att ett straff aldrig är rättvist när det gäller grövre oåterkalleliga gärningar. Då gärningsmannen får sitt livstidsstraff borde det vara livstid. I Sverige är livstidsstraff begränsade och gärningsmannen kan komma ut efter en viss tid. *Gräns* använder Nordell i samband med rättvisa straff, vilket är en individuell tolkning av en begynnelse-situation. Hon anser att gärningsmannen har gått över alla gränser när han har mördat någon och det finns inga straff som kan rättfärdiga det. Medan Imanius menar att samhället står för rättvisan. Samhället markerar att när man begår ett brott blir man straffad vilket Imanius tycker är rättvist (differensprincipen).

Det vi kan se utifrån våra respondenters svar är återkommande ord som balans, kränkning och gräns. Ord som förknippas mycket med individen och som visar att förlåtelse är väldigt individuellt. Även i Rawls (1999) rättviseteori finner man dessa ord när han pratar om hur rättvisa ska uppnås. Varje människa vill uppnå en balans i sina relationer och när en kränkning sker så uppstår det en obalans. Samtidigt varierar individens upplevelse av vad som är en kränkning och den gränsen är individuell.

## 7 Diskussion

Vårt syfte med arbetet är att undersöka möjligheten att förlåta allt, oavsett hur ondskefullt det kan vara eller finns det begränsningar? Samtidigt ville vi öka vår förståelse för förlåtelseprocessen, med inriktning mot rättviseteorin. Problemformulering som ligger till grund är, om det går att förlåta onda gärningar fullt ut? Finns det någon rättvisa med tanke på

den obalans som uppstår genom ondskefulla gärningar?

Enligt vår definition av förlåtelse måste offret förlåta både gärning och gärningsman för att nå förlåtelse fullt ut. Vi är medvetna om att människor har olika åsikter om när de har förlåtit och att det finns olika steg i förlåtelsen men vår definition på förlåtelse fullt ut innebär att offret har förlåtit både gärningen och gärningsmannen.

Förlåtelse är ett svårt och stort begrepp som berör. Förlåtelsen är individuell och tolkningsbar och innehåller många definitioner. Människor förlåter utifrån sina behov och känslor vilket visar sig i människors sätt att gå vidare och det kan skilja sig åt. Vilket även tidigare internationell forskning visar. Det handlar också om identitet och omständigheter kring gärningen (Helmick & Petersen, 2001). Vissa människor har ett behov av att bearbeta sin sorg i ensamhet medan andra sörjer offentligt och vi vet inte hur vi själva skulle agera om det värsta skulle hända.

Respondenterna har inte använt alla de ord som vi har i vår definition men genom närbesläktade ord har vi kunnat utläsa den information som har varit viktig för vår slutsats. Vi har kunnat relatera dessa ord till vår definition. Bitterhet är ett ord som har förekommit i våra intervjuer och likartade begrepp som har figurerat i arbetet är till exempel att adrenalinet rinner till som kan tyda på aggression. Återkommande ord som respondenterna använt är försoning och kränkningar vilket vi tolkar som att det är ord som används vid vardagligt bruk.

Efter våra intervjuer och studerande av materiel har vi insett att ämnet förlåtelse engagerar människor och många har sina värderingar när det gäller definitionen på förlåtelse. Det finns ändå en grundvärdering som existerar i samhället, men sedan kan det variera utifrån vilka normer vi människor lever efter (Rawls, 1999). Det vi kan se utifrån våra respondenter som får representera tre olika perspektiv ser vi olikheter i definitionerna av våra begrepp som vi använder oss av i vår uppsats. Fördelen med vår metod är att vi har valt tre perspektiv som reflekterar olika delar av samhället. Vi har därmed fått en inblick för hur stor betydelse kyrkan har för våra kulturella värderingar i den här frågan. Vi har även inhämtat kunskap från en beteendevetare som har kunskap om förlåtelseprocessen och en psykoanalytiker/författare som har stor kunskap om hämnd. Det tredje perspektivet är de som är direkt berörda av frågeställningen förlåtelse. Vi har valt att ställa frågor utifrån deras kunskap och erfarenheter.

Därför har frågeställningarna varierat, men vi har också haft gemensamma nämnare som har bidragit till viktiga delar för att besvara vår frågeställning. Vi tycker att vi har fått en god översikt av förlåtelse genom våra intervjuer och litteratur som vi har läst. Förlåtelse är en aktiv handling som kräver att människan tar ställning. Förlåtelse är en återkommande process som påverkas av livets olika skeenden. Det jag har förlåtit idag kan ifrågasättas imorgon när livet är i en annan fas.

När vi har intervjuat våra respondenter om förlåtelse har de definierat förlåtelsen olika. Det har även framkommit att förlåtelse är viktig för människor av olika orsaker. Meningarna går isär om offret ska förlåta eller inte. Eftersom det handlar om vilken grad av brott som offret har utsatts för. Det kan vara mindre förseelser eller grova brott som offret ska ta ställning till. Oavsett gärning har förtroendet brutits och förövaren har frångått de grundläggande överenskommelserna som gäller i det sociala samarbetet enligt rättviseteorin. Reglerna för institutionen som människor ställer sig bakom och i samhället finns det definierat vad som är rätt och orätt. Dessa regler och normer förväntas människor att följa när de ska ingå samhället. Från våra intervjuer kan vi utläsa att våra respondenter anser att det finns begränsningar för vad som går att förlåta och några av våra respondenter menar att ondskefulla gärningar går inte att förlåta.

### ***7.1 Är det möjligt att förlåta onda gärningar fullt ut?***

När det gäller vår problemformulering som är, går det att förlåta fullt ut blir inte svaren lika eniga. Paret Rönqvist och Imanius anser att det går att förlåta. Det är ett val som varje människa kan göra. Nordell menar däremot att inte går att förlåta grova gärningar. Böhm anser att det inte går att förlåta svåra gärningar men att man kan försonas. Han menar också att hämnd försvårar försoningen och leder till skada för både offer och gärningsman. Lönnermark finner att vid förlåtelse helar man något som är trasigt men vid ondskefulla gärningar kan det vara svårt att förlåta gärningen. Det är svårt att påvisa att de svar vi har fått från respondenterna kan härledas till deras värderingar. Vi skulle kunna utgå ifrån att Lönnermark enbart har kristna värderingar men utifrån vår förståelse uppfattade vi biologiska influenser och det är naturligt eftersom människor även influeras av arv och miljö. Det var svårt att bedöma de andra respondenternas värderingar eftersom vi inte träffade dem personligen.

Paret Rönnqvists har tagit ett beslut och valt att förlåta gärningsmannen för att må bra. När människor förlåter kan det ofta bero på att de inte vill att gärningsmannen ska uppta en stor del av deras liv. Nordell har däremot inte förlåtit eftersom hon anser det vara illojalt mot dottern och det skulle inte kännas bra. Vid svårare skador och kränkningar kan det vara svårt att möta gärningsmannen och det kan också vara för gärningsmannen som inte vill mötas eftersom denne inte kommit till insikt. För vissa kan det vara viktigt att möta gärningsmannen oavsett om de har tänkt förlåta eller inte. Det behöver inte vara i medlingssyfte utan det kan vara för att ställa gärningsmannen till svars, att han ska se hur illa han har gjort offret eller offrets anhöriga. Andra vill inte träffa gärningsmannen eftersom de inte vill påminnas om att han finns. Desmond Tutu menar att den svaga ska förlåta den starka och den starka ska komma till insikt och förlåta sig själv. Samtidigt menar han att det inte går att påtvinga en förlåtelse för det går inte att förneka vad en gärning medför. Förlåtelsen är en process och samtidigt ett personligt val som offret själv måste ta ställning till om den ska förlåta gärningen eller inte.

Kränkningar som uppstår vid en oförrätt leder till förödmjukelse som kan vara svår att stryka ett streck över. Det finns människor som inte förstår att de har blivit kränkta och det finns människor som är lättkränkta. Det handlar om människors sätt att se på sitt eget värde och att bevara balansen. Inom rättviseteorin beskriver de om en obalans, en kränkning, där respekten från omgivningen inte längre existerar. Blir människor kränkta av en oförrätt skapas en obalans i relationen. Inom rättviseteorin menar de att människan strävar efter att bevara sina primära nyttigheter och vill ha respekt från sin omgivning. Blir det obalans kan hämndkänslor uppstå eller att offret inte kommer att kunna förlåta (Rawls, 1999). Var gränsen går för vad människor kan acceptera utan att bli trampade på är individuell. Genom att förlåta fullt ut enligt vår definition ska offret inte känna några negativa och destruktiva känslor till förövaren eller oförrätten. Böhm menar att det inte går att stryka ett streck över en kränkning. Oförrätten förstör tilliten och förtroendet. Det går inte att glömma en händelse men det går att försonas med vad som har hänt. Lönnermark pratade om den bitterhet som kan uppstå inför en oförrätt. Det är något som offret måste jobba med kanske under hela sitt liv. Om vi kopplar tillbaka det till vår frågeställning innebär det att människor inte kan förlåta fullt ut enligt vår definition. För att nå förlåtelse fullt ut ska upplevelsen av känslor som bitterhet inte finnas.

Hämnd har inte några positiva konsekvenser. Våra respondenter menar att hämnden skadar

och är en biologisk, primitiv känsla. Det är den första känslan som uppkommer vid kränkning men de flesta av oss har en motkraft som gör att vi inte alltid ger igen. Hämnd kan vara resultatet av ett missförstånd och bristande kommunikation. Det kan i sin tur leda till en hämndspiral utan slut. Syftet med allvarliga hämndhandlingar är att skada och oavsett om det är harmlösa vardagshämnden eller blodshämnden är det alltid negativt. Vi anser att man inte har förlåtit fullt ut enligt vår definition, om individen väljer att hämnas. Det är viktigt att se skillnad på hämndhandlingar och hämndtankar. De flesta realiserar inte sina hämndtankar utan de kan vara en sorts inre terapi för att bearbeta en svår händelse.

## **7.2 Upptäckter och insikter**

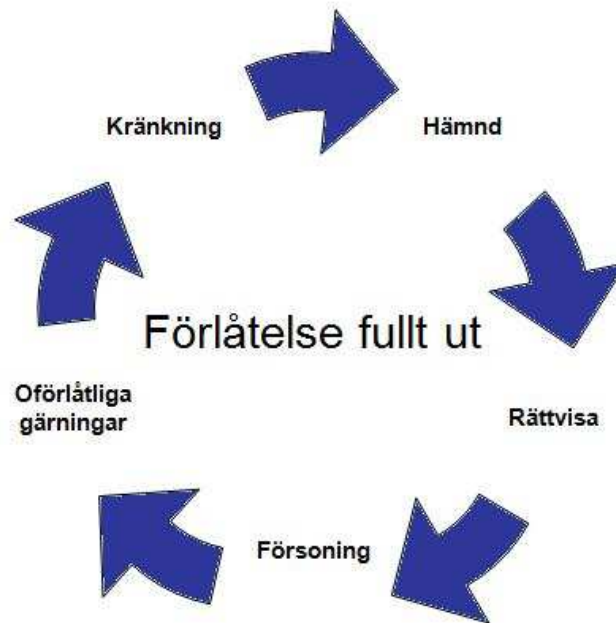
Genom vårt arbete har vi fått en bredare kunskap och nya infallsvinklar på ämnet förlåtelse. När vi valde respondenter till våra intervjuer ville vi försöka få en bredd där intervjuerna skulle reflektera olika perspektiv. Samtidigt ville vi att respondenterna skulle ha en omfattande kunskap inom området förlåtelse. En kunskap som våra respondenter delat med sig till oss och givit oss är en ökad förståelse när det gäller förlåtelse och försoning. Vi hade från början en tveksam inställning till möjligheten att förlåta och ville med vårt arbete hitta verktyg och lösningar för hur förlåtelsen kan bli möjlig. Vi har dock inte hittat de verktyg som vi har sökt. Det kanske inte finns något universellt tillvägagångssätt eftersom förlåtelse är individuell och varje människa bearbetar på sitt sätt. Genom vårt arbete har vi blivit mer medvetna om hur förlåtelseprocessen ser ut och att det är en livslång process. Vi har också fått större förståelse för skillnaden av begreppen förlåtelse och försoning. Förlåtelse är individuell och försoning kräver ett möte mellan offer och gärningsman. Ett par av våra respondenter anser dock att man försonas med händelser och det är något man själv kommer fram till efter att ha bearbetat händelsen. Genom försoningsmötet kan de uppnå respekt för varandra och på så sätt försöka återfå en balans och leva utan att känna bitterhet varje dag. Men det innebär inte att offret glömmer grova oförrätter utan genom försoningen kan de få en fungerande relation. Inte heller vid försoning, om vi utgår från vår definition, har någon förlåtelse skett fullt ut eftersom det inte är möjligt att glömma oförrätten.

Vi är medvetna om att resultatet som vi har fått i stort överensstämmer med vår definition. Ordet förlåtelse definieras inte på samma sätt av människor och det finns olika nivåer inom förlåtelse. Utifrån vår definition på att förlåta fullt ut ska offret inte känna några negativa och destruktiva känslor inför en gärning och gärningsman. Vi anser att det går att försonas med en

gärning och att människor lär sig att leva med den. Gärningen glöms inte bort utan finns kvar som en minnesbild (begynnelse-situationen).

Även om man förlåter en händelse har gärningsmannen förbrukat sitt förtroende och gjort anspråk på en annans frihet (frihetsprincipen). Genom gärningen så har förövaren brutit mot skälighetsprincipen. Det innebär att det finns en grund i samhället som bygger på gemensamma principer som samhällsmedborgare förväntas följa, en gemensam grundläggande överenskommelse. Vid en gärning så bryter man mot den överenskommelsen och minimerar den andres rätt till frihet. Att förlåta innebär inte att man genast får förtroendet tillbaka för den andre. Förtroendet mellan de berörda är skadad. Tilliten är skadad och relationen kan inte återställas till det som den en gång var, även om gärningsmannen och offret möts och försonas. Vi tror att det alltid kommer att vara ouppklarade känslor mellan de inblandade eftersom det är svårt att glömma oförrätter som har skadat självkänslan. Varje människa strävar efter att vara en god människa och skydda sina primära nyttigheter som självförtroende, självrespekt och det egna värdet enligt rättviseteorin. Människan ser till sina egna behov och förlåter för sin egen skull, utifrån ett egoistiskt synsätt (jämför egoistiskt – altruistiskt synsätt., Nilsson, 1999) och förlåter för att själv tjäna på det. Vid en kränkning blir det en obalans där individen inte känner sig respekterad av andra (Rawls, 1999). Vi menar att det är svårt att läka den skadan fullt ut och känslan av kränkning vid oförrätten kommer att finnas kvar. Det finns människor som blir kränkta upprepande gånger men som förlåter varje gång. Självfallet tycker vi att människor måste kunna förlåta. Det vi menar är att många människor kan se för lätt på förlåtelsen. Enligt rättviseteorin finns det grundläggande värderingar som speglar samhällets föreskrifter (differensprincipen) och attityder som innebär att goda människor förlåter.

Värderingarna skiljer sig mellan olika grupper i samhället. Straffet kan aldrig bli rättvist eftersom handlingar inte är mätbara. Om offret upplever straffet som rättvist är individuellt och grundar sig på individens normer och värderingar. Eftersom vi anser att rättvisan är individuell kan man aldrig nå en universell rättvisa. Om offret anser att gärningsmannen har fått ett rättvist straff betyder inte det att det är samma sak som att offret har förlåtit. Offret kan förlika sig med straffet men det är ingen garanti att de negativa och destruktiva känslorna försvinner i förhållande till gärningen och i så fall har inte offret förlåtit fullt ut.



Vi vill framhäva processen som varje människa måste jobba med och som är en livslång process, precis som Lönnermark menade. Minnesbilden av oförrätten kommer alltid att finnas kvar och då anser vi att det är mer en försoning än en förlåtelse fullt ut. Bearbetningen av svåra händelser är viktig för att komma närmare förlåtelsen. Det innebär inte att en förlåtelse fullt ut har skett men man kan förlika sig med oförrätten och ändå gå vidare i sitt liv.

Precis som Murphy (i Heberlein, 2005) anser vi att självrespekten kommer i konflikt med förlåtelsen. Vid en kränkning uppstår det en skada på det egna värdet. När människor förlåter läker inte skadan utan den finns kvar. Vissa gärningar är omöjliga att glömma och det finns tillfällen då människan begår våld på sig själv och sin självrespekt. Att inte stå upp för sig själv kan vara skadligt. Man får sätta en gräns för vad man kan förlåta så att det inte inkräktar på självrespekten. Människor ska inte förlåta för att de känner att omgivningen kräver det utan det är viktigt att de får bearbeta den kränkning som de har upplevt.

Är förlåtelsen alltid den rätta vägen att gå? Förlåter vi för att en god människa ska förlåta enligt samhällets normer? Kyrkan utgör grunden för de värderingar som människan följer i samhället. Vi strävar efter att vara goda människor och att vara moraliskt värdefulla personer vilket är ett kristet tankesätt. Värderingarna är en del av människan. De anses vara en självklarhet och är riktlinjer för människans beteende. Ett barns uppfostran påverkas av samhället. Det är inte bara den innersta cirkeln som genom familjen utgör grunden, utan

skolan och samhället som formar människan. Människan har inte ett fritt val. Vi anser att förlåtelsen är påverkad av omgivningen. Även om människan anser att valet är individuellt så vilar grunden för argumenten att förlåta på omgivningens förväntningar. Eftersom människan är en del av samhället uppvisar hon ett förväntat beteende.

Föräldrar kräver av sina barn att de ber om förlåtelse om de har gjort något dumt. Dels för att det är djupt inrotat i oss men också för att vi vet att det är viktigt för upprätthållandet av relationer. Då kan man ställa sig frågan om det alltid är rätt att förlåta? Det är vanligt förekommande att barn som bråkar uppmanas att ta i hand och dra ett streck över handlingen. Därefter förväntas allt vara bra igen. Förlåtelsen blir påtvingad genom att lägga locket på, barnen ser inte sitt värde utan låter sig bli förbigångna. Kränkta barn tappar sitt egenvärde och självkänslan undergrävs. Vuxna som arbetar med barn har en tendens att se lätt på förlåtelsebegreppet.

### ***7.3 Reflektioner utifrån tidigare studier***

När vi studerat ämnet förlåtelse genom litteratur, vetenskapliga artiklar och intervjuer har vi insett att förlåtelse inte har samma betydelse för människor. Det vi vill lyfta fram och det har även blivit tydligare för oss är att förlåtelse är en kränkning som skapar en skada på det egna värdet. En förlåtelseprocess ska inte påskyndas utan är en process som offret måste genomgå i sin egen takt och att det är en livslång process. Det kanske är därför som man inte kan förlåta fullt ut eftersom det kan hända saker som kan göra att förlåtelsen rivs upp. Det finns ingen logisk mall för hur förlåtelse skall se ut utan det varierar från varje individ som blivit utsatt för kränkning och man kan aldrig förutsäga hur man själv reagerar. Rönnqvist trodde innan han själv blev utsatt för den svåra gärningen att han skulle hämnas om någon skulle göra hans barn något ont. När situationen uppstod kände han inget begär att hämnas och det kan bevisa att det inte går att planera hur man ska reagera. Det finns ingen färdig handlingsplan när det gäller förlåtelse.

En intressant fortsättning av vårt arbete skulle vara att gå ut i skolorna och diskutera upplevelsen och erfarenheterna kring förlåtelse. Studera hur barn och ungdomars relation till förlåtelse och försoningsprocessen ser ut. Vår erfarenhet från skolan angående förlåtelse är mer fokuserad på att upprätthålla ett bra klimat i gruppen och där alla ska vara sams. Vi vill poängtera ännu en gång att vi tycker att det är bra om människor kan förlåta eller försonas



med oförrätter, men det är viktigt att inte glömma bort individen i sammanhanget. Alla har ett egenvärde och har rätt till att försöka läka den skada som uppstått vid kränkningen. Det är också viktigt att man inte bortser från det i själva förlåtelse- och försoningsprocessen.

Ämnet förlåtelse är ett svårt område eftersom det är människors känslor det handlar om. Vi kan inte uttala oss om vad andra människor känner och det finns inget rätt eller fel när det gäller förlåtelse. Precis som Desmond Tutu säger så är förlåtelse ett personligt val. Varje människa har sin definition på förlåtelse och har sin gräns för att bevara sin självkänsla. Vi får inte glömma vad en människa känner, för den känslan är rätt för den personen. Det spelar egentligen ingen roll vad omgivningen tycker för det är individens egenvärde som måste stå i fokus.

Under arbetets gång har vi pendlat mellan olika tankar och uppfattningar när det gäller förlåtelse och försoning. Vi inser att det finns olika utvecklingsfaser för att nå förlåtelse. Vi står fast vid att det inte går att glömma en grov kränkning och det grundar vi på vår definition *” att offret inte ska uppleva någon aggression, bitterhet, rädsla, sårbarhet, ångestfylldhet till förövaren/gärningen och återfått förtroendet till förövaren”*. För oss innebär det att offret ska ha gått vidare och inte ha några negativa eller destruktiva känslor till gärningen och gärningsmannen. Vi tror att människor kan försonas med förövaren eller gärningen för att kunna upprätthålla en relation och det är en nivå av förlåtelse.

Vägen genom livet är inte rak. Det händer saker som vänder upp och ner på tillvaron. Det goda kan inte existera utan det onda och som Lönnermark säger, ”det är omöjligt att gå ett helt liv utan att göra någon illa så därför är det fantastiskt att det finns förlåtelse”. För det är ett sätt att göra allt bra igen och det är tänkvärda ord för visst hade det varit bättre om det gick att förlåta alla gärningar, men människan är komplicerad. Ingen människa är lik någon annan, utan varje människa är unik med sina gränser och värderingar. En grov gärning går inte att förlåta fullt ut enligt vår definition, men genom försoning kan man förlika sig med gärningen och på så sätt hitta en väg för att gå vidare i livet.

## Referenser

### **Litteratur**

- Agell, A. & Malmström, Å. (2007). *Civilrätt*. Stockholm: Liber
- Arnold, J. C. (1999). *Förlåtelse trots allt*. Örebro: Libris
- Bibeln* (1981[1917 års översättning]) Stockholm: Svenska bibelsällskapet och Verbum Förlag AB
- Bryman, A. (2006). *Samhällsvetenskapliga metoder*. Malmö: Liber AB
- Böhm, T & Kaplan, S. (2006). *Hämnd och att avstå att ge igen*. Finland: WS Bookwell
- Heberlein, A. (2005). *Kränkningar och förlåtelse*. Stockholm: Thales
- Helmick, R & Petersen, R. (2001). *Forgiveness and reconciliation*, Tempelton Foundation Press, Philadelphia
- Kvale, S. (1997). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Lund: Studentlitteratur
- Lambis, A. (2007). *Reparativ rättvisa inom medling vid brott. Kan förlåtelse uppnå en läkande effekt?*. Luleå: Luleå tekniska universitet
- Lindström, L. (2001). *Förbön och helande. Förbörens religiösa innehåll ger kraft till förändring*. Läkartidningen, 98(34), 1-5
- Nilsson, B. (1996). *Socialpsykologi. Utveckling och perspektiv*. Lund: Studentlitteratur
- Petersson, B. (2000). *Förlåtelse*. Falun: Egmont Richter AB
- Rawls, J. (1996). *En teori om rättvisa*. Göteborg: Daidalos AB
- Sjödin, J. (2005). *Reparativ rättvis ur ett medlingsperspektiv*. Luleå: Luleå tekniska universitet
- Strelan, Peter. (2007). *The prosocial, adaptive qualities of just world beliefs: Implications for the relationship between justice and forgiveness*. Personality and Individual Differences. Vol 43(4) Sep 2007, 881-890. [Journal; Peer Reviewed Journal] Year of publication 2007
- Tutu, Desmond (2000), *Ingen framtid utan förlåtelse*, Norstedt, Stockholm
- Witvliet, Charlotte V.O.; Worthington, Everett L.; Root, Lindsey M.; Sato, Amy F.; Ludwig, Thomas E.; Exline, Julie J. (2008). *Retributive justice, restorative justice, and forgiveness: An experimental psychophysiology analysis*. Journal of Experimental Social Psychology, Jan 2008, Vol. 44 Issue 1, p10-25, 16p; DOI: 10.1016/j.jesp.2007.01.009; (AN 27734602)

## ***Intervju***

Böhm, Tomas. Psykoanalytiker och Författare. Telefonintervju 2009-02-06

Imanius, Birgitta. Telefonintervju 2009-05-15

Lönnermark, Lars-Göran. Emeritus. Intervju 2009-03-17

Nordell, Liz. Telefonintervju 2009-05-12

Rönnqvist, Jane & Kjell. Intervju via mail 2009-03-11

Thorleifsson, Dagur. Fil kand. i religionshistoria. Tidigare verksam som lärare inom teologiska fakulteten vid Reykjaviks Universitet. Telefonintervju 2009-04-02

## Bilaga 1

### ***Intervjufrågor till Tomas Böhm***

1. Hur ser din bakgrund ut?
2. Hur fick du det här intresset för ämnet hämnd?
3. Hur definierar du hämnd?
4. Finns det något positivt alternativt negativt med hämnden?
5. Kan hämnden vara att ignorera någon?
6. Är den bästa hämnden kan vara att vara likgiltig mot förövaren?
7. Vad händer efter hämnden? Får offret upprättelse och frid?
8. Tror du att hämnd är ett sätt att känna makt?
9. Vad tror du är anledningen till att vi människor vill hämnas?
10. Hur definierar du förlåtelse?
11. Hur mycket tror du att människor kan förlåta utan att förlora självkänslan och inte bli trampade på?
12. Finns det något negativt alternativt positivt med att förlåta?
13. Vad tror du skulle hända efter förlåtelsen? Vad händer efter det att man har förlåtit?
14. Vad tror du generellt är anledningen till att människor vill förlåta? När de förlåter?
15. Vi har läst en artikel om en familj som råkade ut för en tragisk händelse och de bestämde sig för att de skulle förlåta personen men inte gärningen? Tycker du att det finns någon skillnad mellan person och gärning?
16. Om man reder ut saker och ting och får en förklaring... är det lättare att förlåta då att man har förståelse för andras handling helt enkelt?
17. Kan det vara så att människan från början tänkt förlåta men det kanske förändras med tiden?
18. Har vi högre krav på någon som står oss nära och har svårare att förlåta personen?
19. Är det lättare att förlåta någon om man har hämnats?
20. Att det kan vara en slags rättvisa? Nu är det jämnt. Nu har jag hämnats och nu kan jag förlåta gärningsmannen.
21. När vi är inne på rättvisa... tror du att en mycket rättvis människa kan se rättvist på gärningsmannens straff?
22. En följdfråga där kan ju vara så att en människa som blir utsatt för ett svårt brott kanske

känner... att om gärningsmannen får ett långt fängelsestraff, men att människan ändå känner tillfredsställelse om den här gärningsmannen blir utsatt för olycka. Tror du att det kan vara så?

23. Vi tolkar det ju så att hämnden är väldigt primitiv medan förlåtelsen är sofistikerad och att förlåtelsen kräver ju mycket av en person

24. Tycker du att vårt samhälle... Du var ju inne på svar egentligen i första delen... Tycker du att vårt samhälle är uppbyggt så? Att människor är goda när de förlåter?

25. Men tror du att det finns en ond sida hos alla människor?

26. Nu har jag en fråga här som jag egentligen tycker att du har besvarat men jag kan ställa den igen ifall det är något mer du vill tillägga... När hämndspiralen bryts... tror du att det går att förlåta handlingen fullt ut?

27. Sedan undrar vi här tillslut... anser du själv att du är en förlåtande person??

28. Sedan har vi en fråga här som är från boken då fast egentligen har du besvarat den till en del här under intervjun. Då funderade vi väldigt mycket på det här när ni skriver om Rwanda hur människor förväntas förlåta sina grannar som kanske har mördat deras familj. Är det möjligt att man kan bo grannar efter sådana händelser?

## Bilaga 2

### ***Intervjufrågor till Jane & Kjell Rönnqvist***

1. Hur definierar ni förlåtelse?
2. Vad var er första tanke när beskedet kom om vad som hänt er dotter?
3. Vår fråga som vi har i vår uppsats är; är det möjligt att förlåta onda handlingar fullt ut? Kan ni säga att ni har förlåtit fullt ut och att ni inte känner någon aggression/ hämndtankar mot den mannen som berövade er dotters liv?
4. Hur definierar ni hämnd?
5. Har det funnits hämndtankar?
6. Tror ni att ni även kommer att förlåta gärningen?
7. Hur har livet förändrats för er efter förlåtelsen?
8. Hur såg processen ut för att nå förlåtelsen?
9. Vad tänkte ni om förlåtelse före det inträffade?
10. Vad känner ni inför gärningsmannen? Kan gärningsmannen göra något för att ni ska förlåta även gärningen?
11. Tror ni att det var lättare för er att förlåta gärningsmannen pga. att han missbrukade anabola steroider, för då visste ni att han kanske var förvirrad och inte den kille ni kände?
12. Om man reder ut saker och ting, får förklaringar, är det lättare att förlåta då? (Förståelse för andras handlingar).
13. Finns det något negativt med att förlåta?
14. Vad tror ni anledningen är till att människor vill förlåta?
15. Tror ni att människor från början inte tänkt förlåta, men att det förändras med tiden?
16. Har vi högre krav på någon som står oss nära och har därför svårare att förlåta personen ifråga?
17. Är det lättare att förlåta om man har hämnats?
18. Kan man tycka att ett straff är rättvist?
19. Tror ni att vårt samhälle är uppbyggt så att ”goda” människor förlåter? Tror ni att det finns en ond sida hos alla människor?
20. Tror ni att människor som blir utsatta för svåra händelser kan känna tillfredsställelse om gärningsmannen blir utsatt för olycka?
21. Vi undrar lite över hur vägen såg ut för er till förlåtelsen?

22. När anser ni att rättvisa har skipat? Är det när gärningsmannen fått sitt straff eller finns det något annat sätt?
23. Tycker ni att gärningsmannen i ert fall fått ett rättvist straff?
24. Hur ser ni på det här med upprättelse?
25. Är upprättelsen en viktig del för att kunna gå vidare?
26. Sedan undrar vi vem som skrev den fina dikten?

## Bilaga 3

### ***Intervjufrågor till Lars – Göran Lönnermark***

1. Hur ser din bakgrund ut?
2. Hur definierar du/ Kyrkan förlåtelse?
3. Vår fråga som vi har i vår uppsats är; är det möjligt att förlåta onda handlingar fullt ut?
4. Finns det oförlåtliga handlingar?
5. Hur definierar du/ Kyrkan hämnd?
6. Vi har intervjuat en familj vars dotter blev mördad och de har förlåtit gärningsmannen men inte gärningen. Anser du att det är möjligt?
7. Tror du att livet förändras efter att man förlåter?
8. Hur ser processen ut för att nå förlåtelse?
9. Om man reder ut saker och ting, får förklaringar, är det lättare att förlåta då? (Förståelse för andras handlingar).
10. Finns det något negativt med att förlåta?
11. Vad tror du anledningen är till att människor vill förlåta?
12. Tror du att människor från början inte tänkt förlåta, men att det förändras med tiden?
13. Har vi högre krav på någon som står oss nära och har därför svårare att förlåta personen ifråga?
14. Är det lättare att förlåta om man har hämnats?
15. Kan man tycka att ett straff är rättvist?
16. Tror ni att vårt samhälle är uppbyggt så att ”goda” människor förlåter? Tror ni att det finns en ond sida hos alla människor?
17. Tror ni att människor som blir utsatta för svåra händelser kan känna tillfredställelse om gärningsmannen blir utsatt för olycka?
18. Anser du själv att du är en förlåtande person?
19. Hur ser du på ”öga för öga tand för tand”?
20. Hur ser du på ”vänd andra kinden till”?
21. Följdfråga: Tror du att hämndspiralen kan stanna upp?



## Bilaga 4

### ***Intervjufrågor till Liz Nordell och Birgitta Imanius***

1. Hur definierar du förlåtelse?
2. Har din syn på förlåtelse förändrats efter den svåra händelse du var utsatt för?
3. Tror du att det är möjligt att förlåta svåra händelser fullt ut?
4. Finns det något negativt med att förlåta?
5. Vad tror du är anledningen till att människor vill förlåta?
6. Tror du att det är lättare att förlåta om man får förklaringar på varför det blev som det blev? (Förståelse för andras handlingar).
7. Har vi högre krav på någon som står oss nära och har vi därför svårare att förlåta personen i fråga?
8. Är det lättare att förlåta om man har hämnats?
9. Hur definierar du hämnd?
10. Har det funnits hämndtankar?
11. Kan man tycka att ett straff är rättvist?
12. Tycker du att gärningsmannen i ditt fall har fått rättvist straff?
13. När anser du att rättvisa har skipats? Är det när gärningsmannen får sitt straff eller finns det något annat sätt?
14. Tror du att vårt samhälle är uppbyggt så att ”goda” människor förlåter?
15. Tror du att det finns en ond sida hos alla människor?
16. Tror du att människor som blir utsatta för svåra händelser kan känna tillfredsställelse om gärningsmannen blir utsatt för olycka?
17. Hur ser du på det här med upprättelse?
18. Är upprättelsen en viktig del för att kunna gå vidare?
19. Anser du att det är skillnad på förlåtelse och försoning?



Förlåtelse

*Det finns kraft i förlåtelse.  
Öppna sinnet för vad vrede, hat  
och bitterhet gör med dig.  
Det urholkar själen.  
Det är mäktigt och självdestruktivt.  
Du skapar dina egna upplevelser,  
vilket innebär att när Du väljer ett  
beteende väljer Du också följderna,  
konsekvenserna av ett beteendet.*

*Det är upp till Dig att välja.*

*Motsatsen är frid, glädje och  
avslappning.*

*Makten att förlåta är makten att  
frigöra dig själv från hatets,  
oredens och bitterhetens bindningar.*

*Ta den makten och höj dig  
över smärtan.*

*Du är värd det, och alla Du älskar är värda det.*