



*Også vold mot  
menn er lovbrudd.*

Illustrasjon fra filmen *Rettsalen*

FAKTABROSJYRE OM

# MENN UTSATT FOR VOLD I NÆRE RELASJONER

reform  
RESSURSSENTER FOR MENN

# VOLD I NÆRE RELASJONER

Vold i nære relasjoner utøves av personer som står oss nær. Ofte rammer volden oss der vi skal føle oss aller tryggest – hjemme.

Vold i nære relasjoner inkluderer partner-vold, kjærestevold, vold utøvet av eller mellom foreldre og vold utøvet av voksne barn mot en eldre forelder.

Volden kan være fysisk, psykisk, seksuell, økonomisk eller materiell.

Gjentakende vold innebærer ofte en kombinasjon av flere former for vold.

«Det var mye jeg fant meg i for barnas skyld. Det var uaktuelt å skulle forlate dem i et voldelig hjem og jeg var redd for at jeg som mann ikke skulle få omsorgsretten alene» Mann, 36

## EKSEMPLER PÅ FYSISK VOLD:

- Du er blitt lugget
- Du er blitt kløpet
- Du er blitt sparket
- Du er blitt slått med flat hånd
- Du er blitt ristet eller dyttet voldsomt
- Du er blitt banket opp
- Du er blitt fysisk angrepet på andre måter

**17 % menn og 17 % kvinner oppga i en omfangsundersøkelse at de har vært utsatt for en eller flere av de nevnte formene for vold fra nåværende eller tidligere partnere.**

Kilde: «Vold og voldtekt i Norge» en nasjonal forekomststudie fra NKVTS i 2014.

# FYSISK OG PSYKISK PARTNERVOLD

Fysisk styrke kan virke beskyttende mot partner vold. Vanligvis er menn sterkere enn kvinner. Men det fysiske styrkeforholdet gir bare en begrenset forståelse av volden. Det er ikke uvanlig at kvinnelige voldsutøvere bruker gjenstander eller overrumpler mannen i uventede situasjoner. Da hjelper det lite at han er sterkere enn henne.

Menn er heller ikke alltid fysisk sterkere enn sin partner. I de fleste tilfellene er det heller ikke de kroppslige skadene som er mest alvorlige. Ødeleggelse av gjenstander som har stor affeksjonsverdi for mannen og andre former for materiell vold krever ikke fysisk styrke.

Vedvarende psykisk belastning ved at partner utøver makt og kontroll er ned-

brytende. En form kan være å true med å frata menn kontakt med barna om de forlater hjemmet.

I mange tilfeller inngår nedrakking av personens mannlige selvbilde i volden. Det gjør det ekstra vanskelig å fortelle andre om volden man utsettes for.

Omgivelsenes latterliggjøring av voldsutsatte menn bidrar til at mange ikke vil avsløre situasjonen de står i. Å være offer bryter med deres eget og andres bilde av dem selv som menn.

Myten om at menn utsatt for vold ikke er «ekte mannfolk» bidrar til å isolere dem og til å øke voldsutøvers makt.



Illustrasjon fra filmen *Rettssalen*. Filmen vises på reklamekanalene på reklamefrie dager i høytidene. Den kan også ses på [reform.no](http://reform.no) og på YouTube.

«Jeg kunne ønske at folk forstod at skikkelige mannfolk også kan bli utsatt for vold av partner» Mann, 64

## EKSEMPLER PÅ PSYKISK VOLD:

- Partner kontrollerer hva du bruker tiden på
- Partner krever at du stadig må gjøre rede for hvor du har vært
- Partner er sjalu eller mistenksom overfor vennene dine

**31 % av både menn og kvinner oppga i et studie å ha blitt utsatt for minst en av disse formene for kontrollerende adferd fra partner.**

Kilde: «Vold og voldtekt i Norge» en nasjonal forekomststudie fra NKVTS i 2014.

# VOLDEN RAMMER ULIKE GRUPPER GUTTER OG MENN

## **MENN UTSATT FOR VOLD AV KVINNELIG PARTNER**

Mange menn blir utsatt for psykisk eller fysisk vold fra en kvinnelig partner eller kjæreste. Det er fortsatt lite forståelse for at det er slik, blant annet fordi gamle mannsroller påvirker oss til å mene at menn skal tåle mer enn kvinner.

## **BARN UTSATT FOR VOLD FRA MOR ELLER FAR**

I en nasjonal omfangsundersøkelse rapporterte 5 % å ha opplevd alvorlig fysisk vold fra en foresatt i barndommen. Voldsutøver kan være mor, far eller steforelder. I familier der mor er voldsutøveren har fedrene et særskilt ansvar for å beskytte barnet og seg selv.

Kilde: «Vold og voldtekt i Norge» en nasjonal forekomststudie fra NKVTS i 2014.

## **ELDRE MENN UTSATT FOR VOLD OG OVERGREP**

Etter fylte 70 utsettes anslagsvis fire til seks prosent av kvinner og menn for vold og overgrep. Volden de eldre utsettes for er ofte påført dem av partner, egne barn eller barnebarn.

Kilde: Juklestad og Eriksson «Åldre som brottsoffer» 2004.

## **MENN UTSATT FOR VOLD AV MANNLIG PARTNER**

Menn utsettes også for vold i homofile parforhold, selv om omfanget er usikkert. Det er fortsatt mye skam knyttet til det å være homofil, og dette kan også gjøre at terskelen for å søke hjelp blir høyere. Noen utsatte kan også være redd for negative reaksjoner innad i eget miljø.



«Det tok meg 24 år å bryte ut av ekteskapet. Da hadde jeg ingen selvtillit og vennene mine hadde gitt meg opp for lenge siden» Mann, 52

Illustrasjon fra filmen *Rettssalen*.





«Etter at vi giftet oss i hjemlandet vårt ble jeg med kona mi til Norge for å leve med familien hennes her. Jeg kjente ingen andre i Norge og familien hennes kontrollerte alle bevegelsene jeg gjorde. Familien hadde kontroll på økonomien, barna våre og det sosiale livet mitt. Jeg ble totalt isolert fra omverdenen.» Mann, 28

© ghutterteck.com

#### **GUTTER OG MENN SOM TVINGES TIL EKTESKAP**

Både jenter og gutter utsettes for tvang, press og trusler i forbindelse med ekteskap. Både homofile og heterofile gutter kan være utsatt. Kompetanseteam mot tvangsekteskap mottok 83 henvendelser om trusler, vold, ekstrem kontroll og kjønnslemlestelse som angikk gutter og menn i 2014.

Kilde: IMDIs arbeid mot tvangsekteskap, kjønnslemlestelse og alvorlige begrensninger av unges frihet. Rapport for 2014.

#### **GUTTER OG MENN UTSATT FOR VOLDTEKT OG SEKSUALISERT VOLD**

Sju prosent av norske menn oppga i en undersøkelse at de har opplevd å bli utsatt for voldtekt, seksuelle overgrep eller andre seksuelle krenkelser i løpet av barndommen. Overgriperne er både kvinner og menn. Seksuelle krenkelser mot menn i voksen alder er spesielt tabubelagt, og svært få forteller om krenkelser fra partner eller andre.

Kilde: «Vold og voldtekt i Norge» en nasjonal forekomststudie fra NKVTS i 2014.

#### **GUTTER OG MENN UTSATT FOR MENNESKEHANDEL**

Årlig er det et antall tilfeller der politiet mistenker at gutter og menn i Norge utsettes for menneskehandel i tilknytning til tvangsarbeid, tvangstjenester, sexhandel eller annen utnyttelse. Noen av disse utnyttet av egen familie. Et femtitalls gutter og menn var i 2014 under oppfølging som mulige ofre for menneskehandel.

Kilde: Rapport fra Koordineringsenheten for Ofre for Menneskehandel 2014.

#### **MENN SOM KOMMER TIL NORGE GJENNOM EKTESKAP OG SOM UTSETTES FOR VOLD**

I flere tilfeller blir menn som hentes til Norge gjennom ekteskap utsatt for vold, trusler og sosiale innskrenkninger fra partneren, dennes familie eller nettverk.

#### **HOMOFILE GUTTER UTSATT FOR VOLD I FAMILIE OG NÆRMILJØ**

Homofile gutter i ulike miljøer kan oppleve vold og trusler fra sine nærmeste, helt eller delvis på grunn av sin seksuelle orientering.

#### **TRANS-, QUEER- OG INTERSEKSPERSONER**

Å bryte med normer for kjønn og seksualitet er fortsatt svært tabubelagt, og disse gruppene er særlig utsatt med hensyn til vold, også fra nærstående. Mange av dem det gjelder er folkeregistrert som menn, men anser seg som kvinner.

# VOLDENS KONSEKVENSER

Erfaringene fra Reform og andre hjelpeinstanser er at menn som blir utsatt for vold i nære relasjoner hører til i alle samfunnslag. I mange tilfeller gjelder dette også menn som framstår som vellykkede og ressurssterke.

Vold får konsekvenser for dem som utsettes for den. Fysisk vold kan medføre alt fra blåmerker til tap av liv.

Handlinger som har et stort skadepotensial regnes som alvorlig fysisk vold. Dette innebærer at partner slår med knyttet hånd, sparker eller angriper fysisk på andre måter. Selv om slik vold

rammer flere kvinner enn menn, oppga 2 % av mennene i en nasjonal undersøkelse at de er blitt utsatt for alvorlig fysisk vold fra partner. Det er også grunn til å tro at det er betydelige mørketall her.

Kilde: «Vold og voldtekt i Norge» en nasjonal forekomststudie fra NKVTS i 2014.

Vold har også psykiske og relasjonelle konsekvenser. Når voldsutøveren er partner, søsken, forelder, venn eller en annen person som står den voldsutsatte nær, ødelegges tilliten og fortroligheten i forholdet. I mange tilfeller får vold i nære relasjoner alvorlige konsekvenser fordi den får pågå i det skjulte over tid.

«Det jeg fryktet aller mest var at jeg en dag skulle komme til å ta igjen. Da hadde jeg tapt alt.»

Mann, 37



## DETTE ER NOEN KONSEKVENSER AV VOLD:

- Fysiske skader
- Vedvarende redsel og opplevelse av utrygghet
- Søvnproblemer eller spiseproblemer
- Isolasjon og opplevelse av ikke å ha noen å prate om volden med
- Lav selvfølelse, slitenhet og lavt energinivå

## DETTE ER REAKSJONER SOM KAN VÆRE SÆRLIG FRAMTREDENDE HOS MENN:

- Selvmordstanker
- Redsel for å sprekke og ta igjen
- Redsel for ikke å bli trodd
- Skam, tap av selvfølelse og selvtillit som mann

# KRISESENTRENE ER OGSÅ TIL FOR MENN

Alle kommuner skal ha et krisesentertilbud. Det er lovpålagt at også menn skal omfattes av dette tilbudet. I de fleste tilfeller samarbeider flere kommuner om å drive eller støtte et krisesenter.

For å være i stand til å hjelpe kvinner, menn og barn utsatt for vold i nære relasjoner skal det kommunale krisesentertilbudet bestå av:

- Et rådgivningstilbud
- Et trygt midlertidig botilbud
- Hjelp og veiledning til å ta kontakt med andre deler av hjelpeapparatet

Kontakt ditt nærmeste krisesentertilbud om du selv er voldsutsatt, eller om du ønsker å hjelpe en mann som er utsatt for vold fra partner eller annen nærstående person.

Ansatte i krisesentertilbudet har kompetanse og erfaring med å hjelpe mennesker som er utsatt for vold i nære relasjoner. De kan hjelpe deg i en krise, og gi deg informasjon om hvor du kan få ytterligere hjelp.

Du kan også kontakte din kommunes helse- eller sosialtjeneste.

---

**ANSVARLIG UTGIVER:** Reform – ressurscenter for menn.  
Pb. 28 Sentrum, 0101 Oslo, post@reform.no, Tlf: 22 34 09 50, www.reform.no.  
Brosjyren er utarbeidet og produsert med tilskudd fra Justis- og beredskapsdepartementet

## NETTSIDER OG TELEFONNUMRE

### **krisesenter.com**

Gir deg oversikt over samtlige krisesentre i Norge.

### **bufdir.no**

Her finnes oversikt over familievernkontorene, krisesentrene og andre nasjonale hjelpetilbud for voldsutsatte i Norge.

### **politi.no** eller **telefon 02800**

### **voldsoffer.no** eller **telefon 22 16 40 00**

Landsforeningen for voldsofre.

**lh.no** eller **telefon 23 10 39 39** FRI - foreningen for kjønns- og seksualitetsmangfold (tidl. Landsforeningen for lesbiske, homofile, bifile og transpersoner).

**utsattmann.no** Organisasjon for menn utsatt for seksuelle overgrep.

**fmsø.no** Stiftelsen fellesskap mot seksuelle overgrep.

**Røde Kors-telefonen** om tvangsekteskap og kjønnslemlestelse. **Telefon 815 55 201**. Informasjon og veiledning i forhold til tvangsekteskap, kjønnslemlestelse og æresrelatert vold.

**Landsdekkende telefon** for incest- og seksuelt misbrukte og deres pårørende. Telefon 800 57 000.

**dinutvei.no** Nasjonal nettportal til hjelpetilbud, informasjon og kunnskap om vold i nære relasjoner, voldtekt og andre seksuelle overgrep.

**reform.no** Reform driver Mannstelefonen, en krise- og rådgivningstelefon for menn. **Ring 22 34 09 50** mandag til fredag på alle hverdager fra kl 17.00 til 20.00.