

ALLE HAR
RETT TIL ET
LIV UTEN
VOLD



likestillingscenteret

KUN

SKEIV OG VOLDSUTSATT?

Mange av oss blir utsatt for vold av en partner, tidligere partner eller et nært familiemedlem.

Det kan gjøre situasjonen vond og komplisert at det er noen som skal være glad i deg som utsetter deg for vold. Det er vanlig å føle kjærlighet og omsorg overfor voldsutøver. Dere har gjerne en felles historie, kanskje også felles familie, venner og nettverk. Dersom voldsutøver er noen du er eller har vært forelsket i og er knyttet til, kan det være vanskelig å

oppdage signaler om at noe er galt, eller å forutse at voldsepisoder kan skje. Forskning viser også at det er lite tilgjengelig informasjon om skeive parforhold og vold. Vold er alltid utøvers ansvar, men du kan oppleve at personen som utøver vold skylder på deg, og fremstiller deg som provoserende og vanskelig å leve med.

OPPLEVER DU AT DIN PARTNER, TIDLIGERE PARTNER, ET FAMILIEMEDLEM ELLER NOEN I DIN NÆRE OMGANGSKRETS

- Slår, klyper, biter, dytter, tar tak i deg, kaster ting eller berører deg på andre måter som er ubehagelige eller gjør deg redd?
- Skjeller deg ut, ydmyker deg og truer deg?
- Bruker ditt kjønn eller din seksualitet som grunnlag for å true deg, skremme deg eller å såre deg?
- Truer med å skade deg, andre du er glad i, eller dine kjæredyr?
- Ødelegger tingene dine?
- Gjør uønskede seksuelle tilnærmelser eller tvinger deg til uønsket seksuell kontakt?
- Nekter å ha beskyttet sex?
- Hindrer deg i å jobbe eller å studere og bruke fritida di på hva du vil?
- Kontrollerer tilgangen din til penger og krever redegjørelse for penger du bruker?
- Nekter deg tilgang til medisinsk behandling eller hormoner?
- Kontrollerer hva du ser på tv, sjekker din datamaskin og mobiltelefon?
- Sprer bilder av deg uten ditt samtykke?
- Bruker feil personlig pronomen om deg med vilje?
- Bruker din immigrasjonsstatus eller etnisitet mot deg?
- Bruker ditt funksjonsnivå mot deg, nekter deg hjelp eller bruker assistansebehov som argument for at du må akseptere å bli utsatt for vold?
- Kontrollerer din sosiale omgang eller råder deg fra å ha kontakt med venner, familie, arbeid eller LHBT-nettverk?
- Presser eller tvinger deg inn i ekteskap uten ditt samtykke?
- Får deg til å tvile på din egen kjønnsidentitet eller seksuelle orientering?
- Presser deg følelsesmessig eller truer med å skade seg selv, om du forlater hen eller ber om hjelp utenfra?
- Skylder på alkohol eller rus for sin egen kontrollerende atferd?

SVARER DU JA PÅ ET AV DISSE PUNKTENE, KAN DET VÆRE AT DU ER UTSATT FOR VOLD I NÆRE RELASJONER.

DET FINNES FOLK SOM KAN HJELPE

KRISESENTER

Alle kommuner har et krisesentertilbud som er gratis og døgnåpent, året rundt. Krisesentrene tilbyr midlertidig beskyttet botilbud for voldsutsatte. Du trenger ikke å overnatte på krisesenteret for å få hjelp, krisesentrene tilbyr også samtale og veiledning, både via oppmøte og på telefon. Ved fysisk oppmøte kan du ha med deg en støtteperson om du ønsker det.

Krisesenteret krever ingen bevis for at du er utsatt for vold for å gi støtte og veiledning. Du trenger heller ikke ønske å anmelde voldsutøver før du tar kontakt med krisesenteret. Du kan være anonym når du snakker med dem hvis du vil.

Volds- og overgrepslinjen	116 006
Hjelpetelefon seksuelt misbrukete	800 57 000
Mental helses telefontjeneste	116 123
Røde Kors-telefonen for tvangsekteskap og kjønnslemlestelse	815 55 201

På dinutvei.no finner du oversikt over hjelpetilbud og lover og rettigheter.

NETTVERK OG HJELPETJENESTER FOR SKEIVE:

FRI

Foreningen for kjønns- og seksualitetsmangfold. Samtaletjeneste for voksne skeive.

regnbuetelefonen.no

SKEIV UNGDOM

Ungdomstelefon og chattjeneste for alle under 30 år.

ungdomstelefonen.no

SKEIV VERDEN

Nasjonal interesseorganisasjon for LHBTIQ+-personer med minoritetsbakgrunn.

skeivverden.no

SALAM

Organisasjon for skeive muslimer.


frivillig.no/salam.norge

YOUCHAT

Helseutvalgets anonyme samtaletilbud for unge skeive.

helseutvalget.no





Skeive er mer enn dobbelt så ofte utsatt for vold som andre. Skeive er

- nesten tre ganger så ofte utsatt for trusler*
- seks ganger så ofte utsatt for voldtekt*
- Transpersoner er særlig utsatt og opplever mer diskriminering og vold enn ciskjønnede LHB-personer.*

ULIKE FORMER FOR VOLD OG DISKRIMINERING

Det å oppleve homofobi eller transfobi fra samfunnet rundt seg er en del av hverdagen til mange skeive. Dette er en stor belastning, som kan gjøre det vanskelig å oppsøke hjelp.

Noen ganger kan kjønnsidentitet eller seksualitet bli brukt av voldsutøver i nær relasjon for å kontrollere, svekke eller isolere voldsutsatte. Personer med liten eller ingen erfaring fra tidligere skeive forhold er ekstra sårbare. De kan i noen tilfeller oppleve at vold normaliseres og framstilles som en vanlig del av et forhold.

Det kan noen ganger være vanskelig å skille mellom positiv bekreftelse og utnyttelse. Sårbarheten øker også der det er stor aldersforskjell.

Totalt sett er skeive mer voldsutsatt, og mange opplever å bli utsatt for flere ulike typer vold. For den som er utsatt for vold kan det gi lite mening å skille mellom de ulike typene vold og hva motivet bak er. Det er viktig for hjelpeapparatet å se dette i sammenheng for å forstå den psykiske og fysiske belastningen de lever med.

MINORITETSSTRESS

Mange som tilhører, eller antas å tilhøre en minoritet, erfarer å bli møtt med uvitenhet, stereotypier og fordommer. Dersom man føler at man hele tiden må vurdere risiko ved situasjoner, personer og steder kan dette bli stressende og slitsomt. Minoritetsstress kan også oppstå dersom det er sider ved identiteten din som blir oversett. Dette kan for eksempel være at din seksuelle orientering blir ignorert av folk du bryr deg om.

Hvis du har en annen minoritetsidentitet i tillegg til å være skeiv, for eksempel en funksjonsnedsettelse, samisk bakgrunn eller innvandrerbakgrunn, kan minoritetsstresset øke. Det er heller ikke uvanlig at personer med flere ulike minoritetsidentiteter opplever flere ulike former for vold, både seksuell, fysisk og verbal vold.

Hatkriminalitet

Hatkriminalitet er straffbare handlinger som er rasistisk motivert eller på annen måte er begrunnet i negative holdninger rettet mot en person eller gruppe på bakgrunn av hudfarge, religion, livssyn, seksuell orientering, kjønnsidentitet og kjønnsuttrykk eller nedsatte funksjonsevne.

NEGATIV SOSIAL KONTROLL OG ÆRESRELATERT VOLD

Negativ sosial kontroll er forskjellige former for press, trusler og tvang som har som formål å få individer til å følge normene eller verdiene til familien eller en sosial gruppe. Dette kan være en religiøs menighet, en gruppe basert på etnisk fellesskap, eller storfamilien. I noen fellesskap er det tabu å være lesbisk, homofil, bifil, interkjønn eller transperson. Når personen står fram kan det oppfattes som ærestap for familien eller gruppen og brukes som begrunnelse for æresrelatert vold eller tvangsekteskap.

Noen fellesskap anser også funksjonsvariasjon som en straff fra gud eller bevis på foreldrenes synder. Unge funksjonsvarierte kan derfor oppleve negativ sosial kontroll, som vil forsterkes om man også er skeiv.



TIL DEG SOM JOBBER I HJELPEAPPARATET

Jobber du i hjelpeapparatet, eller om du skal snakke med noen som jobber i hjelpeapparatet, kan det være greit å kjenne til oversikten som står under. Forskning tyder på at vold i nære relasjoner er preget av asymmetriske maktforhold med en primærutøver, enten det dreier seg om skeive eller heterofile forhold. Samtidig kan man finne noen særskilte faktorer knyttet til vold i nære relasjoner blant skeive:

- Trusler om å avsløre seksuell orientering og kjønnsidentitet til familie, venner eller kollegaer
- Tilbakeholdelse av medisin eller å forhindre behandling som trengs for å uttrykke den utsattes kjønns- identitet
- Økt isolasjon på grunn av mangel på støtte fra familien eller sosiale sikkerhetsnett
- Voldsutøver kan begrense eller kontrollere tilgang til miljøer og møteplasser som er relevante for å komme ut og å bli kjent med sin egen kjønnsidentitet og seksuelle orientering
- Voldsutøver kan manipulere og overbevise partner om at ingen vil tro på at hen er utsatt for vold, gjennom å bruke heteronormative myter om aggresjon og vold. Eksempler på denne typen myter er at kvinner ikke kan utøve vold, eller at menn ikke kan være ofre for vold i nære relasjoner

- Voldsutøver kan manipulere den voldsutsatte til å tro at vold er en normal del av et likekjønnet kjærlighetsforhold, eller presse partner til å bagatellisere vold for å beskytte omdømmet til LHBTI-samfunnet
- Voldsutøver kan gi inntrykk av at volden er gjensidig eller at den utsatte samtykker til å bli utsatt for vold
- Voldsutøver kan true med å ringe politiet og si at det er hen selv som er utsatt for vold i forholdet

- Den utsatte kan bli gjort usikker på sin egen kjønnsidentitet eller seksuelle orientering
- Den utsatte kan tro at hen fortjener å bli utsatt for vold på grunn av internaliserte negative holdninger til seg selv
- Den utsatte kan tro at det ikke er hjelp tilgjengelig på grunn av opplevd homo/transfobi i støttetjenester og hjelpeapparat



BARRIERER

Flere faktorer kan hindre personer som bryter med normer for kjønn og seksualitet fra å søke hjelp når de utsettes for vold i nære relasjoner. Den nasjonale trygghetsundersøkelsen viser at skeive føler seg mer utrygge i samfunnet enn andre grupper.

Minoritetsstress og negative erfaringer med offentlige tjenester kan være en medvirkende faktor til at voldsutsatte ikke søker hjelp. Opplevelser med å bli mistrodd på grunn av fysikk, utseende eller kjønnsuttrykk i møte med støtteapparatet bidrar til mistillit til hjelpetjenester. For eksempel kan voldsutsatte som er større og leses som sterkere ut enn partner oppleve at det er vanskelig å bli trodd. For personer som tilhører flere minoriteter vil barrierene kunne være flere og mer sammensatte.



Å SKAPE TRYGGE ROM

Jobber du med vold i nære relasjoner er det viktig å aktivt signalisere at det er trygt å snakke om kjønn og seksualitet, for å skape en trygg ramme og for å anerkjenne og synliggjøre at vold også finner sted i skeive relasjoner.

TIPS FOR Å SKAPE TRYGGE ROM:

- Lær deg og bruk ord og begreper for kjønn og seksualitet, les for eksempel Bufdirs lhbt-ordliste.
- Si «partner», eller «kjæreste» i stedet for «mannen din» eller «dama di». Kjønnsnøytralt og inkluderende språk kan gjøre det enklere for den du snakker med å åpne seg. Du kan spørre om hvilke pronomen den du snakker med foretrekker.
- Bruk inkluderende språk, i tekst og i presentasjoner.
- Sørg for at kjønns- og seksualitetsmangfold er eksplisitt nevnt på hjemmesider og i brosjyrer/ plakater dere bruker.
- I lokalet: vær tydelig på at dere tilbyr tjenester for alle: Bruk regnbueflagg, legg fram brosjyrer og heng opp plakater som tar opp problemstillingene, bruk oppslagstavler aktivt. Bakerst finner du en side med ulike prideflagg. Heng gjerne denne opp på veggen!
- Husk at skeive kan ha flere minoritetstilhørigheter. Ikke alle skeive er etnisk norsk og funksjonsfrisk!
- Søk kunnskap! Sørg for at du og dine kollegaer tar de kurs som tilbys, så dere har oppdatert kunnskap om hvordan man kan nå hele befolkningen.

ORDLISTE

BIFIL

En bifil person kan tiltrekkes av og/eller forelske seg i flere kjønn.

CISPERSON

En person som identifiserer seg med det kjønn man fikk tildelt ved fødsel. For eksempel en person som har penis, ble tildelt kjønned gutt ved fødsel, og som ser på seg selv som gutt.

HEN (PRONOMEN)

Et kjønnsnøytralt pronomen som brukes om personer som ikke identifiserer seg som kvinne eller mann. Det kan også brukes når en persons pronomen er ukjent eller kjønn ikke spiller noen rolle.

HOMOFIL

En som tiltrekkes av og/eller forelsker seg i personer av samme kjønn.

IKKE-BINÆR

En person som ikke opplever å passe inn i kategoriene "mann" eller "kvinne". Noen identifiserer seg som noe midt i mellom kvinne og mann, andre identifiserer seg bare som mennesker. Dette har ikke sammenheng med hvordan kroppen ser ut, men handler om kjønnsidentitet.

INTERKJØNN - variasjon i kroppslig utvikling

Et paraplybegrep for mange normalvariasjoner i kroppslig utvikling, som bryter med medisinske forventninger til hvordan en hankjønn- eller hunkjønnskropp skal være. Variasjonene kan gjelde alt fra ytre genitalia til kromosom-nivå.

KJØNSSIDENTITET

Hvilket eller hvilke kjønn en selv kjenner at man er. Hvilken kropp vi er født med avgjør ikke hvilket kjønn vi opplever oss som.

LESBISK

Homofile kvinner, altså kvinner som blir tiltrukket av og/eller forelsket i kvinner, blir ofte kalt lesbiske.

NORMER

Uskrevne regler og ideer i samfunnet. Normer skaper forventninger til hvordan vi skal oppføre oss og til hvordan vi skal være og idealer som forteller hva som er ønskelig og fordelaktig, og hva som ikke er det. De som bryter med normene, merker at de finnes. Normbrudd medfører sanksjoner, alt fra stygge blikk og spørsmål til hatkriminalitet og sosial utfrysning. Parnormen, tokjønnsnormen, cis-normen, heteronormen er noen eksempler på normer som sanksjoneres når de brytes.

SEKSUELL ORIENTERING

Seksuell orientering handler om hvilke ord man bruker når man skal beskrive sin egen seksualitet. Hvem man tiltrekkes av seksuelt og romantisk.

SEKSUELL PRAKSIS

Seksuell praksis handler om hva slags seksuell omgang en har. Det trenger ikke å være samsvar mellom identitet, tiltrekning og hvem man har sex med. For eksempel kan en mann praktisere sex med andre menn og samtidig identifisere seg som heterofil.

SKEIV

En samlebetegnelse for seksuelle orienteringer, kjønnsuttrykk og kjønnsidentiteter som bryter med samfunnets forventninger om at man skal være heterofil og ciskjønned.

TRANSPERSON

Motsats til cisperson. En som identifiserer seg som helt eller delvis noe annet enn det kjønned man ble tildelt ved fødsel. Transpersoner kan også bruke andre termer som trans, transmann, transkvinne, transkjønnet eller ikke- binær om seg selv.



REGNBUEFLAGG



TRANSFLAGG



SAPMI PRIDE - SAMISK PRIDEFLAGG

7 PUNKTER Å HUSKE:

1. Vold i nære relasjoner finner sted også i skeive forhold
2. Det er alltid ujevne maktforhold i relasjoner preget av vold
3. Vold kan skje i mange typer samlivsformer
4. Vold i nære relasjoner handler ikke om størrelse eller styrke, eller om hvem som ser mest maskulin eller feminin ut
5. Kvinnelige voldsutøvere er ikke mindre voldelige
6. Seksuell vold skjer også i likekjønnede parforhold
7. Det er ikke enklere for skeive enn for heterofile å forlate voldelige forhold