



## DET PSYKOLOGISKE FAKULTET



*Psykisk misbruk i intime relasjoner*

*Konsekvenser og behandling*

HOVEDOPPGAVE

*profesjonsstudiet i psykologi*

**Beate Lavik**

Høst 2017

## **Forord**

Min motivasjon for å skrive om psykisk misbruk har gradvis vokst ut fra det privilegiet det er å bli betrodd en annens historie. Jeg er beæret over at mennesker i min livsvei har fortalt meg om sine erfaringer med psykisk misbruk og vold, og vil her takke de det gjelder. En gang jeg var i kontakt med en representant for et krisesenter fikk jeg høre kommentaren: «Psykisk vold? Det er mye verre enn den fysiske.» Dette vekket min nysgjerrighet, og jeg ante at det lå mye erfart kunnskap i disse ordene. I min fremtidige praksis som psykolog vil jeg komme til å møte mennesker som har gjennomlevd og overlevd voldelige relasjoner, og har også behov for at noen skjønner den gjennomgripende, ødeleggende effekten et emosjonelt misbruk har hatt på dem. Jeg ønsker med denne oppgaven å yte rettferdighet til de overlevende etter psykisk vold som av samfunnet oversees, misforstås og underrapporteres. Jeg tilegner oppgaven til dem.

Tusen takk til min veileder Jan Skjerve som har fulgt meg gjennom oppturer og nedturer i skriveprosessen, bidratt med konstruktive innspill og hjulpet meg i mål.

Jeg vil takke min kjære ektemann Stian, som gjennom alle mine studieår har vært en bauta og en støttespiller. Ditt utrettelige engasjement for mine studier har vært en forutsetning for at jeg kunne gjøre dette. Varme takke-klemmer går også til mine tre flotte tenåringsbarn Johannes, Elias og Magdalena som har ventet tålmodig på mamma, heiet og delt gleden over oppgaver som ble bestått. Dere er GULL! En stor takk går til min makeløse venninne Kristin som alltid har trodd på meg, oppmuntret meg, lyttet og vist stor interesse for psykologien. Så vil jeg takke mine foreldre og svigerforeldre som har støttet og hjulpet hele familien denne tiden. Men mest av alt takker jeg Gud for muligheten!

## **Abstract**

Psychological violence is a specific part of Intimate Partner Violence (IPV) that has received a lesser amount of attention in both society and in research. This form of abuse causes seemingly invisible scars, and its victims suffer greatly. Understanding psychological abuse is essential to be able to provide sufficient help. The aim of this literature review is to explore the research on experiences and effects of this abuse, investigate why it seems to go under the radar of formal and informal instances in society, and find factors that predict healing. A brief presentation of available theories in the field is provided. The discussion sheds light on the importance of knowledge about psychologically abused victims, and recommendations for treatment and future research is presented.

## **Sammendrag**

Psykisk vold er en spesifikk del av partnervold som har fått mindre oppmerksomhet både i samfunnet og i forskning. Denne formen for misbruk forårsaker tilsynelatende usynlige arr, og ofrenes lidelse er dyp. Å forstå psykisk misbruk er essensielt for å kunne tilby tilstrekkelig hjelp. Formålet med denne litteraturstudien er å undersøke forskning av opplevelsene og effektene av dette misbruket, undersøke hvorfor det ser ut til å bli oversett av formelle og uformelle instanser i samfunnet og finne faktorer som predikerer heling. Det gis en kort presentasjon av tilgjengelige teorier på feltet. Diskusjonen belyser viktigheten av kunnskap om ofre for psykisk misbruk, og gir anbefalinger for behandling og fremtidig forskning.

## Psykisk misbruk i intime relasjoner

### Konsekvenser og behandling

*«Inger» fikk 20–30 kontrollerende sms'er fra mannen sin hver dag mens hun var på jobb. Hvis det gikk 40 minutter og hun ikke svarte, fikk hun beskjed om at det var totalt uakseptabelt, og at hun kunne «vente seg». Hun fikk ikke ha venner eller eget sosialt nettverk. Han overvåket hvem hun ringte eller mailet til. Og kontakten med hennes nærmeste familie ble også nøye kontrollert. Inger var lenge overbevist om at hun ikke ville overleve et brudd. Først da hun begynte å frykte at hun og barna kanskje ikke ville overleve hvis de ble værende, kontaktet hun politiet i smug og anmeldte mannen. - Hvis mange opplever det samme som meg, skal det svært mye til før det blir reist tiltale mot dem som driver terrorregime hjemme og utøver psykisk vold, sier hun. - Det er et paradoks at det sivile rettsapparatet mener han ikke er skikket til å være sammen med sine barn, mens det strafferettslig ikke er nok bevis til å reise tiltale, til tross for at jeg har en mengde truende sms'er og mailer å vise til. - I ettertid er det vanskelig å forstå at jeg kunne leve i dette helvetet i så lang tid. I samtale med etterforsker ved familievoldsavsnittet forsto jeg at dette skjer hyppigere enn vi tror, og i alle miljøer og bydeler, sier hun. Den psykiske volden begynte gradvis. Mot slutten av forholdet var det eneste hun var opptatt av å holde ham i godt humør for barnas skyld, prøve å unngå kjefting, iskald nedlatenhet og trusler. - Han banket aldri noen av oss, men brukte sin størrelse og kunne være fysisk truende uten å slå, forteller hun. - Det hadde vært mye lettere om han slo. Da hadde vi reist tidligere, og da er jeg overbevist om at vi hadde blitt hørt på en helt annen måte. Mot andre var mannen sjarmerende og utadvendt, forteller hun. (Skogstrøm, Letvik & Dragland, 2016. Aftenposten.)*

«Ingers» historie gir et innblikk i hvordan det er å leve i et forhold preget av psykisk vold. Den forteller om et terrorregime i hjemmet, om en frykt for ikke å overleve og om hvor

vanskelig det var å bli hørt og trodd av det offentlige. Historien til «Inger» reiser spørsmål om hvorvidt samfunnet virkelig evner å ta på alvor at psykisk vold er farlig. «Inger» hadde foretrukket fysisk vold framfor psykisk, fordi hun mener hun hadde hatt større sjanse for å bli tatt på alvor da, og hadde tidligere våget å bryte ut av forholdet. Hun peker på paradokset i at mannen ikke ble straffet for sitt tyranni i familien og samtidig regnet for å være for farlig til å være sammen med sine egne barn. Å lese om «Inger» gir en anelse om at det er mye rundt psykisk vold som ikke vites, som kanskje er tabubelagt eller vanskelig å skjønne og akseptere. Denne oppgaven vil omhandle forskning vedrørende psykisk misbruk i parforhold, og faktorer knyttet til dette.

### **Psykisk misbruk og partnervold**

Menneskerettighetserklæringen (FNs generalforsamling, 1948) slår fast at alle mennesker er født frie, med samme menneskeverd og menneskerettigheter, at alle har rett til liv, frihet, sikkerhet, og at ingen må utsettes for slaveri, trelldom, tortur, nedverdiggende behandling eller nedverdiggende straff. Alle mennesker har videre rett til å bevege seg fritt, tenke fritt, mene fritt og ytre seg fritt. Likevel opplever svært mange å bli fratatt sine rettigheter av mennesker som hever seg over dem av ulike grunner. Hvordan ser dette ut når det skjer i den mest intime relasjonen mellom mennesker, i et forpliktende kjærlighetsforhold mellom to parter?

Psykisk misbruk er en dimensjon av partnervold (på engelsk Intimate Partner Violence, IPV). Det er en ikke-fysisk, subtil voldsform som er vanskelig å oppdage og forstå (Maiuro, 2015). Psykisk misbruk er neglisjert sammenlignet med fysisk og seksuelt misbruk og overskygges ofte av disse (Jewkes, 2010). Loring (1994) definerer det som «en pågående prosess der et individ systematisk reduserer og ødelegger en annen persons indre selv» (s. 1). Follingstad (2009) viser til flere definisjoner som fokuserer mer på psykiske konsekvenser av

misbruket enn på hvilke handlinger som utgjør det. Et stort spekter av ikke-fysiske strategier konstituerer det psykiske misbruket, for eksempel verbal aggresjon, ydmykkelser, trusler, isolasjon og dominerende kontrollering. Strategiene kan opptre samtidig med annen vold eller alene, og skadene kan være av traumatiserende art (Loring, 1994; Taft, Murphy & Creech, 2016).

Studier om partnervold generelt indikerer at dette er et globalt helseproblem (Tani, Ingoglia & Smorti, 2016) og et brudd på menneskerettighetene (Potthoff & Babcock 2015). I Norge ble vold mot kvinner erkjent som et helseproblem i slutten av 70-årene da kvinnebevegelsen satte tematikken på dagsordenen (Jonassen, 2013). De tidligste studiene om vold mellom partnere i hjemmet ble utført innenfor sosiologi og kriminologi og undersøkte hvordan handlingene brøt med kulturelle normer og menneskers rettigheter (Maiuro, 2001). NOU 2003;31 «Retten til et liv uten vold» (Justis- og politidepartementet, 2003) slår fast at menns vold mot kvinner er et alvorlig samfunnsproblem verden over. En samfunnsøkonomisk analyse fra 2012 anslår at vold i nære relasjoner koster den norske stat 4,5-6 mrd kroner årlig (Rasmussen, Strøm, Sverdrup & Vennemo, 2012).

Vatnar (2004) uttaler at forståelsen av partnervolden endres over tid og knytter seg til hvordan volden defineres. Ulike definisjoner og forståelser av partnervolden kan gi forskjellige tall på forekomst. Norske undersøkelser viser at 75 000 - 150 000 (2-4%) av befolkning blir utsatt for vold i nære relasjoner (Rasmussen, Strøm, Sverdrup & Vennemo, 2012). Disse tallene handler kun om fysisk vold eller trussel om fysisk vold. Seksualisert, økonomisk og annen psykisk vold enn trussel om fysisk vold er ikke regnet med. Det antas derfor at tallene for psykisk misbruk i realiteten er mye høyere, da denne voldsformen som nevnt er vanskeligere å avdekke. Amerikanske studier antyder at 1 av 4 kvinner i USA utsettes for partnervold (Krebs, Breiding, Browne & Warner, 2011; Potthoff & Babcock, 2015), mens

forekomsten av psykisk misbruk viser seg svært vanskelig å anslå. Jewkes (2010) oppsummerer at forekomsten av psykisk misbruk rangerer mellom 9% - 70%. Vatnar (2004) peker på at tallet på voldsutastte som søker hjelp på legevakt er misvisende, da kvinner som får hjelp gjerne oppgir helt andre årsaker til problemene sine. Det er sannsynlig at psykisk vold sjeldnere anmeldes til politiet enn andre typer vold.

Samfunnet har et viktig ansvar for å ta stilling mot partnervold, men vektlegger fysiske voldshandlinger sterkere enn psykiske. Blåmerker, beinbrudd, kutt og sår er synlige beviser på vold. Handlinger som skader det psykiske i mennesket er ikke like åpenbare, og langt vanskeligere å avdekke. Psykiske skader i form av fryktresponser, unngåelsesadferd, utmattelse og tristhet, tar lengre tid å lege. De ulike formene for misbruk og mishandling vurderes juridisk som voldshandlinger, og omtales i Straffelovens § 282: Mishandling i nære relasjoner. Paragrafen slår fast at det er straffbart å utøve «trusler, tvang, frihetsberøvelse, vold eller andre krenkelser, alvorlig eller gjentatt mishandling» mot ektefelle/samboer. § 283b krever strengere straff dersom mishandlingen er særlig grov og utført på en smertefull måte eller får betydelige smerter som følge. Loven omtaler ikke psykisk eller fysisk vold spesifikt, men trusler, frihetsberøvelse og krenkelser er begreper som kan relateres til begge voldsformene.

Hvordan domstolene fanger opp psykisk vold er et betimelig spørsmål. Fraværet av domsavsigelser mot voldsutøvere som har begått psykisk mishandling, står i sterk kontrast til både kliniske og empiriske funn som tilsier at den psykologiske volden er den mest skadelige voldsformen (Maiuro, 2015; Lawrence, Yoon, Langer & Ro, 2009). Uten bevissthet og kunnskap om hva psykisk vold er, og hvordan den skader og gir ringvirkninger, er det vanskeligere å stå opp for dens samfunnsmessige betydning sammenlignet med fysisk vold (Justis- og beredskapsdepartementet, 2013). Politi, rettsvesen, NAV, fastleger, barnevern,

media og psykisk helsevern er alle samfunnsaktører som møter, behandler eller omtaler ofre for vold. Dermed er det viktig at de har nok kunnskap til å kunne møte ofre også for psykisk vold med troverdighet og respekt. Dette er holdninger som tilrettelegger for at flere forteller om voldserfaringer, og flere kan da få hjelp.

I motsatt fall er negative holdninger til IPV-ofre stigmatiserende og til hinder for åpenhet om temaet. Stigma forstås som en sosialt evaluerende interaksjon som truer ens identitet eller er «resultat av å besitte en sosialt devaluert identitet» (Overstreet & Quinn, 2013, s. 2). Det antas å ha både interne og eksterne konsekvenser; førstnevnte i form av lavere selvtillit og høyere nivå av skam, frykt og unngåelse, sistnevnte i form av eksklusjon, diskriminering og fordommer (Crowe & Murray, 2015). Negative merkelapper er en annen måte å beskrive stigma på som gjerne innebærer en påpekning av forskjeller, en «oss»- og «de»-tankegang som kan føre til diskriminering og tap av status og makt (Murray, Crowe & Brinkley, 2015). Stigmaets sosiale konnotasjoner leder til en forståelse av at stigma er kulturelt betinget og knyttet til stigmatiserte identiteter, deriblant ofre for IPV. Negative kulturelle holdninger om partnervold bidrar til stigmatiserende adferd som de-legitimerer mennesker som opplever partnervold (Overstreet & Quinn). Det offentlige hjelpeapparatet må være oppmerksom på dette.

### **Fagfeltet**

Den store variasjonen i forekomst kan komme av at måtene å måle psykisk vold på er lite konsistente og at den teoretiske forståelsen av fenomenet er for dårlig operasjonalisert (McHugh, Rakowski & Swiderski, 2013). Tradisjonelle holdninger om at volden utøves hovedsakelig fra mann til kvinne kan også gi skjeve tall på forekomst av psykisk vold, og antakelsen er at psykisk vold også foregår fra kvinne til mann og derfor underrapporteres.



Underrapportering kan ha årsaker som bunner i stigmatisering eller manglende kunnskap om hva psykisk vold er.

I følge Kelly og Johnsons (2008) oppsummering ble partnervolden for alvor erkjent som samfunnsproblem i USA på 70-tallet og resulterte i at det ble stiftet krisesentre og annen assistanse for misbrukte kvinner. De neste to tiårene ble det utført sosiologiske studier om familie-/hjemmevold og mishandlede kvinner, flere med representative, nasjonale utvalg. Resultatene fra disse studiene var svært forskjellig fra de tall som forelå hos politi, sykehus og krisesentre som omhandlet forekomst, utøvelse av volden, alvorlighetsgrad og kontekst. For eksempel viste undersøkelsene at menn og kvinner var begge likeverdige utøvere av partnervold, noe som var i strid med erfaringer fra de ulike samfunnsaktørene. Senere vokste empirien rundt partnervold, og viste nødvendigheten av å nyansere mellom de forskjellige typene, eller mønstre, av vold (Kelly & Johnson, 2008).

Johnson (2009) har klarlagt omfattende mangler og svakheter ved partnervoldsforskningen. Disse innebærer at det er en splittet oppfatning om kjønnes rolle i utøvelsen av partnervold, at det mangler differensiering av ulike typer partnervold, at det ikke finnes dekkende teoretiske modeller for de ulike typene partnervold og at det er lite kvalitativ forskning på hvilke dyadiske prosesser som påvirker voldsutøvelse. Amerikanske nasjonale undersøkelser viser typisk at det er kjønnsymmetri i partnervoldsutøvelsen, mens mindre undersøkelser der utvalget er strategisk (fra krisesentre, politi og lignende) viser en klar tendens til at kvinner blir utsatt for vold av menn (Langhinrichsen-Rohling, 2010). Å skille ut, kategorisere og sortere hvilke typer partnervold som finnes, synes nødvendig for å oppnå forståelse for kompleksiteten av fenomenet, og det er viktig for forskningsfeltet for at undersøkelser kan baseres på noenlunde felles grunnlag (operasjonalisering for eksempel). Modeller for partnervold er videre viktig for å forstå den psykiske volden i settingen for IPV

og erkjenne at denne opptrer både alene og sammen med fysisk og seksuell vold (Krebs, Breiding, Browne & Warner, 2011). Et annet viktig element som må tas høyde for i forskning er at partnervolden kan være situasjonsbestemt eller opptre systematisk (Johnson, 2009) og forekommer således i vidt forskjellige kontekster som har betydning for hvordan volden oppleves. Johnson (2005) finner det problematisk at metodologisk og teoretisk svake studier anbefaler retningslinjer for intervensjoner mot partnervold, i form av både forebygging og behandling. Metodologiske unøyaktigheter gir misvisende resultater, og de kan ha store konsekvenser dersom intervensjoner bygges på disse.

Ved undersøkelser av viktimisering tas det i liten grad høyde for multiple voldsopplevelser fra nåværende og forhenværende forhold. Det er derfor hensiktsmessig at forskningen vurderer samhandlingen fra flere typer partnervold, og at partnervolden i klinisk setting anerkjennes som en del av en potensielt omfattende voldspreget hverdag. Ut fra denne tankegangen vil vi få bedre kunnskap om totaliteten av skadeomfanget, noe som vil være uvurdelig for å kunne sette inn riktige tiltak når det gjelder forebygging og intervensjoner (Krebs, Breiding, Browne & Warner, 2011).

## **Begreper**

Pape og Stefansen (2004) peker på at voldsbegrepet er i endring (jfr. Vatnar, 2004) og har gått fra å handle om aggressive handlinger til å omfatte også konsekvensene av volden. I det engelske språket ligger begrepet aggresjon tett opp til voldsbegrepet og brukes ofte synonymt. Berkowitz (1993) definerte aggresjon som: «Enhver form for adferd hvis intensjon er å skade noen fysisk eller psykologisk.» (s. 3). Han omtaler aggresjon som en voldelig handling og fokuserer på voldsutøverens handlinger. Begreper som kan brukes om den psykiske voldsutøvelsen er *verbal aggresjon* og *verbalt misbruk*, og sier noe om voldens art eller form. *Psykisk misbruk* og *emosjonelt misbruk* er begreper som fanger opp

voldsopplevelsen fra den utsattes side, og antyder hvilke skader misbruket kan få. De to sistnevnte begrepene angir rammene for denne oppgaven som vil undersøke voldsopplevelsen fra offerets perspektiv. *Misbruk* er det norske ordet for «abuse», der prefikset mis- betyr feil/gal bruk. Bruk er forklart som «nytte; forbruke; ha for vane» i De Caprona (2013, s. 1556). Litteraturen snakker om *psychological abuse* i den forstand at det eksisterer en skjevhet i maktforholdet mellom partnere og i oppfatningen av menneskelig verdi.

Ordene *abuse* og *aggression* brukes noe ukritisk om hverandre i omtalen av psykisk partnervold. Berkowitz (1993) oppsummerer at aggresjon kommer av sinne; en adferd med overlagt målsetting om å skade en annen. I artikler der aggresjon er brukt som variabel, synes det ofte som at dynamikken mellom partene kan ligne nokså normale konfliktsituasjoner. Fordi mange studier ikke har operasjonalisert begrepet aggresjon, men kun presenterer hvilke spørsmål som i undersøkelsen er brukt for å hente ut informasjon om dette, kan det være lett å undervurdere omfanget av psykisk vold. Begge parter i et parforhold kan ensidig eller gjensidig agere mot hverandre når følelsene blir for sterke. Det antas å være svært normalt, og er gjerne opphavet til diskusjoner og krangler.

Hammerlin (2014) nyanserer familievold gjennom uttrykk som at «krenkelser, undertrykkelse, makt- og voldsbruk er et konstant, kompakt og strukturelt trekk ved familielivet» (s. 134), og framholder at en eksistensiell voldsbegrepsforståelse er essensiell for å forstå det undertrykte og krenkede livet. Eid (2012) sier at krenkelser «skrives inn i kroppen» (s. 255). Krenkelser handler om erfaringer som er knyttet til misbruk og overgrep. Det tyske verbet «kränken» har betydninger som forringelse, skadeliggjøring, fornedring eller svakeliggjøring. Erfaringen krenkelse innebærer sansemessig og/eller følelsesmessig smerte, og begrepet må derfor forstås fenomenologisk, argumenterer Eid. Krenkelsens natur er grenseovertredende, noe som logisk fordrer at grenser finnes (jfr. menneskerettighetene, se

over) og synes grunnleggende viktig for mennesket og menneskekroppens selvbevarelse og overlevelse. Eids analyser leder til en bedre forståelse av hvorfor psykologisk litteratur ofte omtaler ofre for psykisk misbruk som overlevende (survivors), mens Ford-Gilboe et al., (2009) framhever betydningen av sosiale og personlige ressurser som et premiss for selvbevarelse gjennom og etter misbruk.

Begrepet *coercive control* (CC, oversatt til *tvingende kontroll* på norsk) er hentet fra litteratur om hjernevasking på 70-tallet (Stark, 2006). CC utgjør en kontekst av kontroll og makt som partnervold utøves i. Dette er en kontekst som må forstås i rammene av relasjonen i stedet for å knyttes til situasjonsbestemte hendelser (Johnson, 2006). Stark (2006) drar betydningen enda lengre og anfører at begrepet kontroll ikke bare må forstås eller reduseres til en voldelig handling, men «konseptualiseres som en politisk struktur og konsekvens som inngir sosial makt og mening» (s. 1023). Isdal (2000) framholder at makt alltid inngår i vold, men presiserer skillet mellom makt og maktmisbruk med å uttrykke at de «mektige» har ansvar for at ikke deres posisjon blir misbrukt i den hensikt å gjøre makt til vold. Makt er motsetningen til avmakt, og det er når en kjenner på avmakt at behovet for kontroll melder seg (Isdal, 2000). Når kontroll forstås i lys av diskriminering istedenfor bare som et iboende trekk eller handlingstendens hos voldsutøver, oppfattes den i større grad som samfunnsrelevant fordi undertrykking er prinsipielt galt (Stark, 2006). Tvingende kontroll som kontekst for voldsutøvelse sammenfaller med Hammerlins (2004) beskrivelser av den totalitære familiens iboende undertrykkelsesstruktur og massive makt- og disiplineringspress. Når kontroll, maktmisbruk og disiplinering skjer på mikronivå, innenfor et intimt/romantisk forhold og i den «private sfære», har samfunnet en tendens til å tone ned alvorlighetsgraden av undertrykkelsen. Derfor blir også konsekvensene usynlige og gjennomslipplige.

Litteraturen bruker flere begreper for å omtale de mennesker som blir rammet av den psykiske volden. For eksempel bruker Arriaga og Capezza (2005) ordet «target», altså målet eller objektet for voldsutøvelsen. Streker (2012) uttaler at bruken av begrepene offer og overlevende assosieres med forskjellige betydninger. Offer refererer til opplevelsen av å leve under konstant misbruk, mens overlevende er et begrep som belyser den psykologiske helingsprosessen som finner sted i etterkant av misbruksopplevelser. Et annet begrep er *den utsatte*, som ofte blir brukt i denne oppgaven som motparten til den utøvende part av volden. I oppgaven vil begrepsbruken forøvrig variere for å tilpasse språkbruken etter kontekst.

### **Oppsummering av teoretiske rammeverk for partnervold**

Flere forskningsartikler om IPV adresserer problemet med manglende enhetlig teori rundt partnervold (eksempelvis Follingstad, 2009; Potthoff & Babcock, 2015; Rodríguez-Carballeira, Porrúa-García, Escartín, Martín-Peña & Almendros, 2014), mens det begynnende tilfanget av teori i liten grad anerkjennes av forskningsfeltet. De eksisterende teoretiske perspektiver på partnervold generelt, og psykisk vold spesielt, gir verdifull innsikt i og forståelse av partnervold. I det følgende oppsummeres noen «modeller» for IPV og psykisk misbruk. Dette er ikke blitt gjort før, men kan bidra til en bredere og mer nyansert fenomenforståelse og fungere som en nyttig tilnærming til den etterfølgende presentasjonen av forskningen omkring psykisk misbruk. Følgende teoretiske sammenstillinger oppsummeres: Isdals voldsbegreper, Makt- og kontrollhjulet, Johnsons typologi, en hierarkisk taksonomi av psykisk misbruk og et rammeverk (The tip of the iceberg) for å avdekke psykisk misbruk. Et ytterligere perspektiv på det psykiske misbruket gis gjennom den kjente volds-syklusen om fysisk vold. Hensikten med en slik sammenstilling/oppsummering er å vise hva som allerede finnes av systematisk teoritenkning på feltet, hvordan psykisk misbruk er en del av partnervolden og en alvorlig voldsform i seg selv og å vise at det psykiske misbruket er et

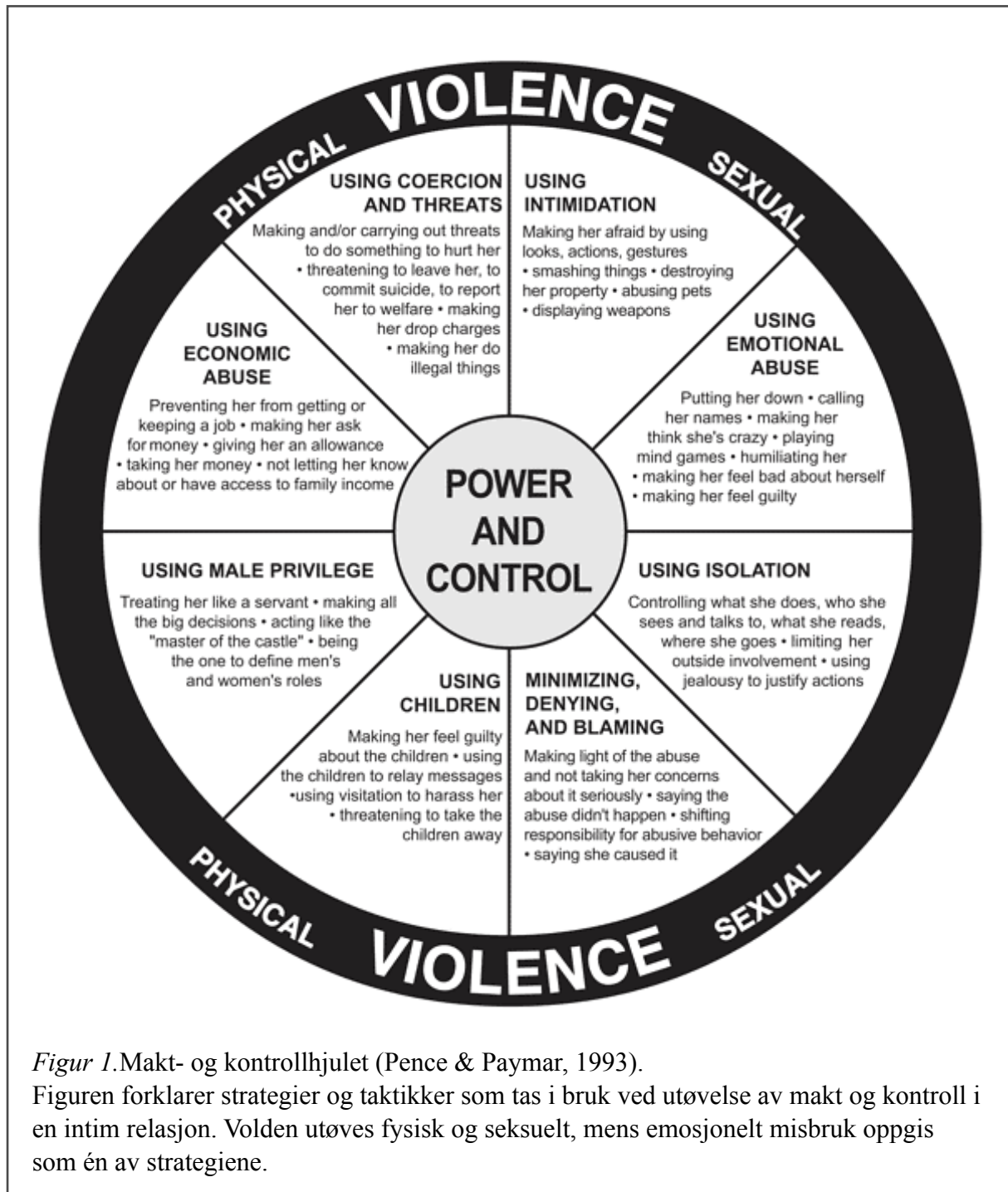
multifaktorielt konstrukt (jfr Rodríguez-Carballeira, Porrúa-García, Escartín, Martín-Peña, & Almendros, 2014).

**Isdals voldsbegreper.** Isdal (2000) presenterer seks typer vold, som også inngår i partnervolden; fysisk vold, seksuell vold, materiell vold, psykisk vold, latent vold og motvold. Den fysiske volden oppsummeres som alt mellom å holde, dytte, klype til alvorlig lemlestelse og drap, og rammer individets fysiske eksistens. Seksuell vold strekker seg fra seksuell trakassering til brutal voldtekt/seksuell tortur. Det er en makthandling mer enn et uttrykk for seksuell drivkraft, og kvinner er en overrepresentert gruppe av ofre for seksuell vold. Den materielle volden handler om å ødelegge ting for å skremme eller påvirke. Som regel er det lite tilfeldig hva som ødelegges; volden krenker mest når ting som har spesiell betydning for offeret ødelegges. Psykisk vold defineres som «... alle måter å skade, skremme eller krenke på som ikke er direkte fysiske i sin natur, eller måter å styre eller dominere andre på ved hjelp av en bakenforliggende makt eller trussel» (Isdal, 2000, s. 49). Psykisk vold oppsummeres gjennom 7 undergrupper: Direkte trussel, indirekte trussel, degraderende/ydmykende adferd, kontroll, utagerende sjalusi, isolering og emosjonell vold. Handlingene skaper avstand, ødelegger kjærlighet, og er i sin natur en måte å gjøre andre mindre på når en selv har behov for å bli større. Latent vold betegner muligheten eller risikoen for vold, og virker i kraft av sin mulighet. Denne forklares ofte ved hjelp av stemningsbeskrivelser. Motvold er når den som innledningsvis eller vanligvis utsettes for vold, bruker vold tilbake mot utøveren. Det er ikke nødvendigvis det samme som selvforsvar, selv om det kan være det også.

Isdal poengterer at bak all vold ligger målet om å påvirke gjennom å påføre den andre noe vondt, og dette vonde skaper ubehag. Det er uhyre viktig at vold kalles vold, for ved bruk av riktig betegnelse vil ubehaget kunne få sin bekreftelse. Da blir volden også mer synlig og lettere å reagere på. Volden sees som relasjonelle handlinger, har en bestemt funksjon og er

kommunikativ. Isdals sammenstilling av voldsformer må forstås på gruppenivå, og hans kliniske erfaring ligger til grunn for måten han presenterer disse på.

### Makt- og kontrollhjulet



Figur 1. Makt- og kontrollhjulet (Pence & Paymar, 1993).

Figuren forklarer strategier og taktikker som tas i bruk ved utøvelse av makt og kontroll i en intim relasjon. Volden utøves fysisk og seksuelt, mens emosjonelt misbruk oppgis som én av strategiene.

Ut fra tanken om at vold utøves for å kontrollere adferd, presenterte Pence og Paymar (1993) dette teoretiske rammeverket som hjelpemiddel for å forstå adferden til menn som

utøver vold på hjemmebane. Slike handlinger er å ligner med dominerende taktikker som brukes i opprettholdelsen av samfunnsmessig gruppediskriminering, som for eksempel rasisme, og mange voldsutøvere er preget av kulturelle budskap som de rettferdiggjør og forsvarer sine dominerende handlinger og holdninger med. Budskapene kan eksempelvis handle om forventninger til hvordan en skal behandle sin kone. (Pence & Paymar, 1993). Makt- og kontrollhjulet (figur 1) omfatter både fysisk og seksuell vold, der den psykiske volden forstås som et innkapslet element som fasiliterer de andre to voldsformene. Figuren er selvforklarende med henhold til hva som ligger bak partnervold. Den danner også bakgrunnen for Johnsons (2011) beskrivelse av tvingende kontroll innenfor parrelasjonen der det utgjør et destruktivt, voldelig mønster.

**Johnsons bidrag.** Mye tyder på at Johnsons (2011) teori rundt partnervold er den mest helhetlige og omfattende på feltet. Hans typologi tar utgangspunkt i kontroll som kontekst for voldsutøvelse. De tre viktigste typene er: 1) Intim terror (IT) hvor vold brukes for å ta kontroll over partneren. Volden kan være av både fysisk og seksuell karakter, og et mangfold av det Johnson (2011) kaller «ikke-voldelige kontrolltaktikker» (s. 290). Disse består av eksempelvis trusler, skremmende oppførsel, bevoktning, klandring av offeret og utnyttelse av mannlige privilegier. De som oppsøker krisesentre er oftest ofre for denne typen vold, og Johnson anser den for å være prototypen av kvinnemishandling. 2) Voldelig motstand er når vold utøves som en respons på intim terror. Den kan forekomme som instinktive reaksjoner på partnerens vold, eller som en reaksjon på å bli utsatt for vold over tid. I noen tilfeller ender det med drap som en eneste utvei fra et voldelig forhold. 3) Situasjonell parvold (situational couple violence, SCV) eskalerer fra en vanlig konflikt, går over i aggresjon og ender med vold. Johnson hevder at dette er den vanligste voldsformen i partnervold, og den er



ofte kjønnsymmetrisk. Her er det situasjoner som utløser spenninger eller emosjoner som får den ene eller begge partene til å ta i bruk vold.

Type	Nature	Categories
Indirect	Context	<p><b>1. ISOLATION:</b> Separating or distancing the other person from her circle of relationships and significant spaces, seeking maximum seclusion at home.</p> <p><b>1.1. Isolation from the family:</b> Separating or distancing the other person from her family.</p> <p><b>1.2. Isolation from friends and social support network:</b> Separating or distancing the other person from her friends and the network of people in her social environment.</p> <p><b>1.3. Isolation from work, studies and interests:</b> Separating or distancing the other person from her interests and educational and work activities.</p> <p><b>1.4. Isolation at home:</b> Seeking the maximum seclusion of the other person at home, even seeking to distance the other person from her social environment by forcing a change of address.</p> <p><b>2. CONTROL AND MANIPULATION OF INFORMATION:</b> Filtering and manipulating the information that reaches the other person, forcing her to keep quiet about abuse and restricting any search for new information on the matter.</p> <p><b>2.1. Manipulation of information:</b> Self-centredly manipulating information addressed to the other person, or withholding information as the abuser sees fit.</p> <p><b>2.2. Concealing abuse:</b> Forcing the other person to keep quiet about abuse and forbidding any attempt to seek outside help or information on the matter.</p> <p><b>3. CONTROL OF PERSONAL LIFE:</b> Keeping the other person under surveillance and maintaining control over activities of everyday life, the children and shared belongings.</p> <p><b>3.1. Control over/abuse of finances:</b> Taking unilateral decisions on the management and use of goods, money and debts in joint ownership, leading to serious excesses.</p> <p><b>3.2. Control over children:</b> Unilaterally imposing decisions affecting the children's lives and development (education, nutrition, relationships)</p> <p><b>3.3. Control over everyday activities and use of time:</b> Scrutinizing the other person's activities and use of time, attempting to make the other person's life revolve as much as possible around the abuser.</p> <p><b>3.4. Sexual coercion:</b> Forcing the other person to perform or watch unwelcome sexual acts.</p> <p><b>3.5. Control-debilitation of physical and mental health:</b> Imposing a pattern of conduct that undermines the physical and mental health of the other person (through exhaustion, sleep restriction, physical abuse, incitement to drug abuse) or preventing the other person from treating health problems by consulting professionals and using standard treatments.</p>
		<p><b>4. EMOTIONAL ABUSE:</b> Actions intended to influence the feelings and emotions of the other person, in order to manipulate that person and gain her submission.</p> <p><b>4.1. Self-interested activation of positive emotions:</b> Offering calculated expressions of love or making pleasant promises to the other person, following abuse, in order to obtain her forgiveness and forestall distancing or separation. Also, offering forgiveness or more lenient treatment than usual for some misdemeanour that the other person has been accused of.</p> <p><b>4.2. Intimidation and threats:</b> Threatening the other person to make her aware of the physical, psychological or other harm that may come to her, her children or the people around her if she does not do as she is told.</p> <p><b>4.3. Contempt for, humiliation and rejection of the other person:</b> Attacking the other person by showing an attitude of contempt and rejection through insults, slurs, taunts, ridicule, defamation, slander and other defamatory tactics.</p> <p><b>4.4. Contempt for roles:</b> Disregarding or offending the reputation and dignity of the other person as a partner, as carer and educator of the couple's children or as a working professional.</p> <p><b>4.5. Manipulation of blame:</b> Making the other person feel guilty for some attitude, behaviour or omission the perpetrator is accused of, and unilaterally blaming the victim for it.</p> <p><b>4.6. Disregard for the other person's emotions and ideas:</b> Belittling or showing indifference to the other person's feelings, emotions or ideas, even going so far as to forbid their expression.</p>
Direct	Emotion	<p><b>5. IMPOSITION OF ONE'S OWN THINKING:</b> Discrediting the other person's ideas and imposing one's own point of view.</p> <p><b>5.1. Denigration of critical thinking:</b> Discrediting and rejecting the other person's reasoning when it does not agree with that of the abuser.</p> <p><b>5.2. Redefinition of reality:</b> Rejecting the other person's perception of a problem situation, minimizing or denying any personal responsibility and reinterpreting it in a self-interested way.</p> <p><b>5.3. Self-interested idealization of the bond of dependence:</b> Inducing or reinforcing heavily the other person's belief in the importance of mutual dependence, where the bond between the partners is perpetual and indestructible, and where commitment must be total to overcome all difficulties.</p>
	Cognition	<p><b>6. IMPOSITION OF A SUBSERVIENT ROLE:</b> Imposing one's authority on the other person, forcing her into a subservient role at the service of the demands and whims of the abuser.</p>
	Behaviour	

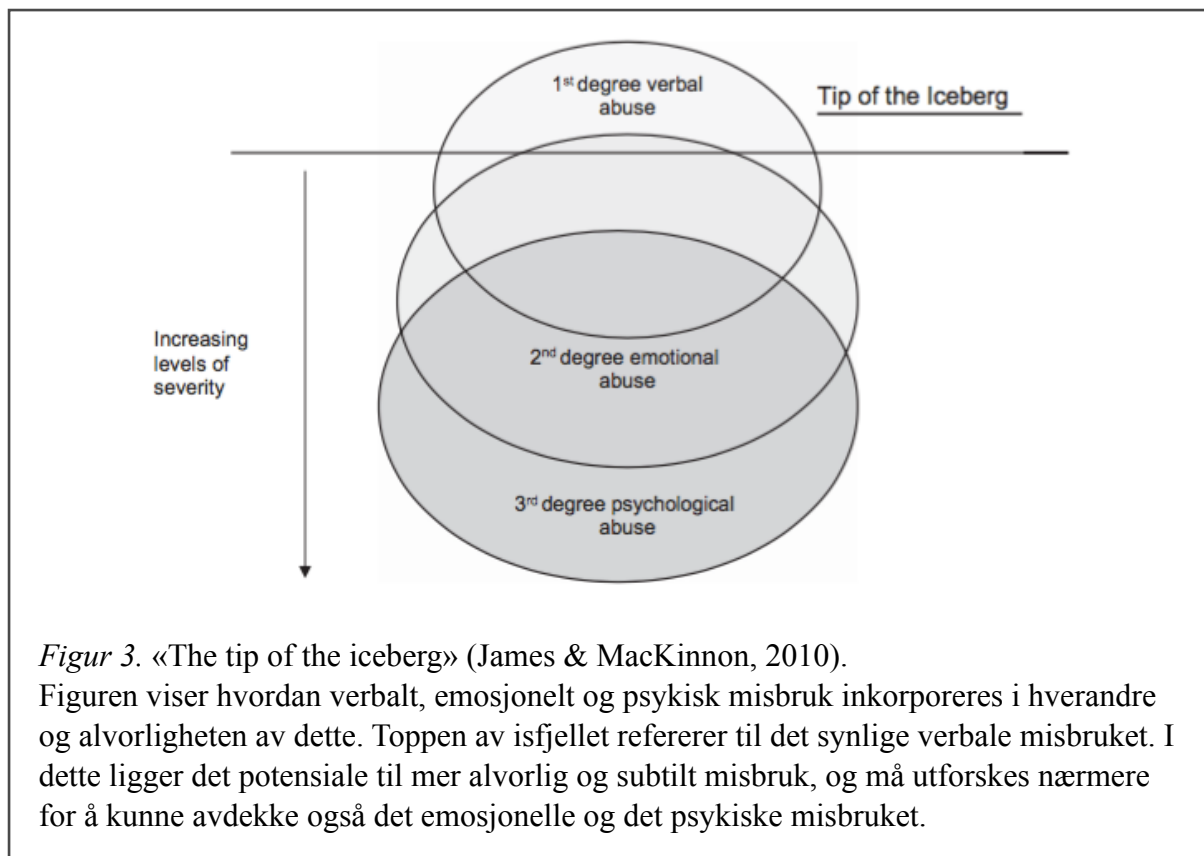
*Figur 2.* Hierarkisk taksonomi av psykisk misbruk (Rodríguez-Carballeira, Porrúa-García, Escartín, Martín-Peña & Almendros, 2014).  
 Figuren viser kategorier og definisjoner av psykisk misbrukende handlinger, inndelt etter måter det påvirker offeret på (omgivelser/kontekst, emosjonelt, kognitivt og adferdsmessig), og etter om handlingene er direkte eller indirekte.

Alle tre voldstypene kan variere i frekvens, men det er IT som ansees som den mest brutale (Johnson, 2005). Johnson advarer mot å la være å operasjonalisere skillene mellom de ulike typene partnervold fordi det kan få store konsekvenser, som feilaktige generaliseringer og misoppfattelser. Han framholder også at det er mest menn som utøver IT, mens begge kjønn er involvert i SCV (Johnson, 2006).

**Hierarkisk taksonomi av psykisk misbruk.** Rodríguez-Carballeira, Porrúa-García, Escartín, Martín-Peña og Almendros (2014) utarbeidet en klassifisering av psykisk misbruk og hvilke komponenter som inngår i dette, samt nye definisjoner slik at forståelsen for denne voldsformen blir mer presis, og at en lettere skal kunne utvikle presise og adekvate redskaper for å avdekke slik vold. Figur 2 viser klassifiseringen. Også alvorlighetsgraden av de enkelte komponentene ble skåret av profesjonelle psykologer og sosialarbeidere. Det emosjonelle misbruket ble vurdert som det mest alvorlige, deretter kontroll av personlig liv, og så isolasjon.

«**The tip of the iceberg**». Gjennom sitt rammeverk identifiserer James og MacKinnon (2010) ikke-fysisk vold mellom familiemedlemmer, deriblant partnere. Særlig viktig i deres modell er skillet mellom emosjonelt og psykisk misbruk som forklares på følgende måte: I litteraturen brukes *emosjonell* når det relateres til følelser, og *psykologisk* er en bredere term som omfatter både følelsesmessig, moralsk, kognitiv og intellektuell fungering. Tre elementer bidrar til å avgjøre alvorlighetsgraden av misbruket. Dette er hvor lenge det har vart, misbrukerens intensjoner og effektene det har på den utsatte.

Modellen presenterer tre nivå av misbruk: Verbalt, emosjonelt og psykologisk. Nivå én består av det verbale misbruket som identifiseres som ordbruk, tonefall og kroppsspråk som samlet kommuniserer fiendtlighet. Intensjonen er å såre, degradere, fornærme, ydmyke, latterliggjøre og nedverdige den andre. Varighet kan variere fra noen minutter til flere timer,



og det verbale misbruket forekommer ofte gjensidig. Derfor kan misbruket kontekstuellt ansees som en konflikt på dette nivået. Det neste nivået er det emosjonelle misbruket som gjerne foregår over mye lengre tid, som uker, måneder, år. Målet for misbruket er den andres emosjonelle fungering, og intensjonen er å skade, straffe eller å oppnå føyelighet.

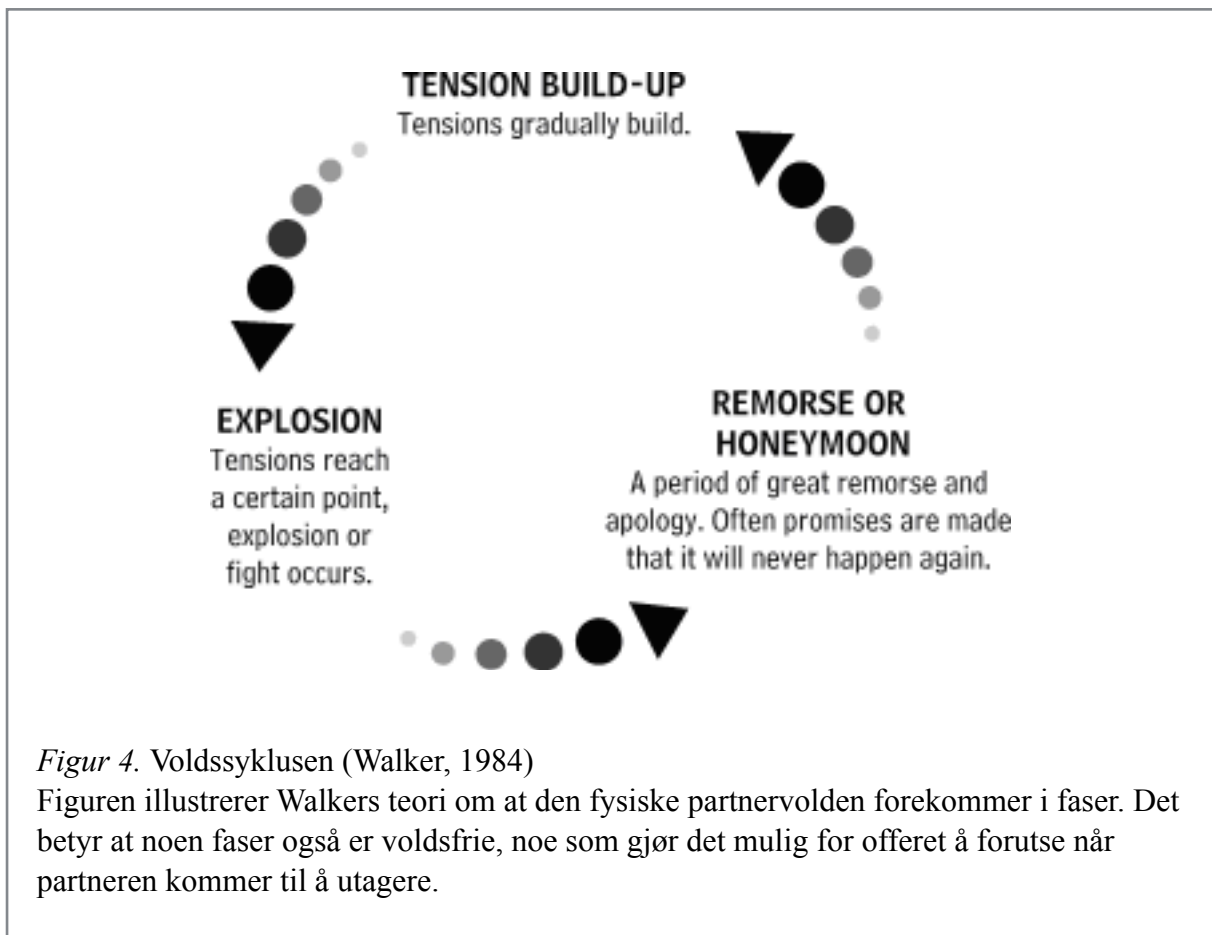
Misbrukerens taktikker kan være åpne og direkte, og for eksempel innebære mye verbalt misbruk, eksplosive sinneutbrudd, trusler om å skade dyr eller familiemedlemmer. Mer skjulte taktikker som å nekte og anerkjenne den andre, tilbakeholde informasjon eller fravær av kommunikasjon er også svært destruktive. Denne formen for misbruk er paradoksal i den forstand at offeret ofte er knyttet til misbrukeren og ikke villig til å avbryte forholdet. Dette kommer av forvirringen misbruker skaper ved å utvise både destruktiv og kjærlig adferd.

På det tredje nivået kjennetegnes det psykologiske misbruket av at offerets selvfølelse og sosiale kompetanse gradvis svekkes og ødelegges, og her inkorporeres nivå 1 og nivå 2.

Misbrukerens metoder er mer kontrollerende og destruerende i sin karakter. Bedrag, manipulasjon og skremmende adferd utsletter identitetsfølelse. Bevisste kontrolltaktikker foregår gjennom isolering, ydmykelser og skam, samt at misbruker over tid får offeret til å tro at han/hun er utilstrekkelig og en dårlig make. Den utsatte får en oppfatning av at misbruket er fortjent, og holder det derfor skjult, og får posisjon som underdanig i forholdet.

James og MacKinnon poengterer at det er betydelig overlapp mellom de tre nivåene, og figur 3 viser hvordan det verbale misbruket kan gli over i emosjonelt misbruk over tid, som igjen kan utvikle seg til psykologisk misbruk når maktbalansen er forskjøvet og offeret ikke lenger har en klar forståelse av eget selv. I terapeutisk praksis ser man gjerne «toppen av isfjellet» (s. 124) som er det verbale misbruket på nivå 1. Terapeuten kan se og oppfatte forakt, men ikke et langvarig mønster av misbruk, med mindre en tar i bruk dette rammeverket for å utforske tendenser til og manifestasjoner av emosjonelt og psykologisk misbruk. James og MacKinnon anbefaler at utforskning av dette skjer separat for hver av partene.

**Voldssyklusen.** Walker (1984) utviklet en modell kjent som voldssyklusen. Modellen har som hensikt å identifisere partnervoldens faser slik at den utsatte kan bryte sirkelen (figur 4). Den første fasen beskriver hvordan spenningen bygges opp sammen med en økende følelse av fare. Den andre fasen består av selve voldsutøvelsen, og den tredje fasen omfatter anger og kjærlighetserklæringer. Den siste fasen er voldsfri og brukes til å styrke kjærlighetsrelasjonen. Syklusen gjentar seg som et systematisk mønster og de gjenkjennbare fasene muliggjør at offeret kan forutse når den fysiske volden vil komme. Imidlertid argumenterer andre for at det psykiske misbruket foregår mer lineært enn det fysiske (Follingstad & Dehart, 2000; Loring, 1994). Dette synes å være en kontinuerlig



misbruksprosess som eskalerer heller enn å gjenta seg i sykliske faser, følgelig er der ingen perioder som er voldsfrie.

### Formålet med oppgaven

Å ta psykisk vold på alvor handler om å anerkjenne den som voldsform og kriminell handling, ha kunnskap til å kunne gjenkjenne denne typen vold, tro på ofrenes historier og anerkjenne at misbruket forårsaker alvorlige psykiske lidelser. Psykologer og fagfolk i hjelpeapparatet har et spesielt ansvar for å bryte ned stigma og rettferdiggjøre ofrenes behov for hjelp.

Studien vil sammenfatte forskning om hva emosjonelt misbruk er, hvordan det påvirker den som er utsatt for det, hva som bidrar til å undertrykke kunnskapen og bevisstheten om det, og hvordan hjelpeapparatet best kan møte og behandle ofre for psykisk misbruk. Å studere psykisk vold med en psykologfaglig tilnærming, løfter tematikken inn i en

helsefaglig ramme, og underbygger oppgavens kliniske ståsted. Rodríguez-Carballeira, Porrúa-García, Escartín, Martín-Peña, & Almendros (2014) peker på at misbrukets strategier er å ramme offerets emosjoner, kognisjon og adferd. De helsemessige problemer som psykisk vold medfører etterlyser nødvendigheten av tilpassede behandlingsformer og en bevisstgjøring av terapeuter i behandlingsapparatet. Det vil potensielt skape større aksept for at problemet er omfattende, og legitimere ofrenes vanskelige livssituasjon, både mens de lever i et psykisk voldelig forhold, og etterpå når de skal forstå seg selv og hvor de psykiske vanskene kommer fra. Det vil videre kunne underbygge nødvendigheten av å utarbeide redskaper for å avdekke psykisk vold, og av å implementere kunnskap om dette i de helsefaglige utdanningene. Ikke minst vil det være opplysende også i forhold til andre voldsformer som seksuell eller fysisk vold, som sjelden opptrer uten den psykiske volden.

Oppgaven har 4 hovedmålsetninger:

- 1) Presentere en dybdeforståelse av hvordan det oppleves å bli psykisk misbrukt av en partner.
- 2) Undersøke innhold i stigma knyttet til partnervold for å finne en forståelse av hvorfor psykisk vold og dens konsekvenser så knapt oppnår samfunnsmessig gyldighet.
- 3) Undersøke hvilke konsekvenser misbruket har for dem som opplever det.
- 4) Løfte fram hva forskningen sier om hva som fostrer heling etter psykisk misbruk.

Avslutningsvis vil funnene diskuteres.

## **Metode**

### **Prosess og design**

Da jeg startet med litteratursøk om psykisk vold oppdaget jeg at dette var et vidtfavnende begrep. De engelske begrepene *psychological* og *violence* dannet, sammen med engelse begreper for *parforhold*, utgangspunktet for litteratursøkene. Søkene avdekket et stort

mangfold av engelske begreper som beskrev det samme fenomenet: psychological violence, psychological abuse, psychological aggression, emotional abuse, verbal abuse, verbal aggression, intimate partner violence, intimate terror, situational couple violence, dating violence, dating aggression. Etter de innledende søkene endte jeg opp med rundt 1700 artikler. Den rikholdige og usystematiske begrepsbruken gjorde avgrensning vanskelig. I tillegg omhandlet det meste av forskningen partnervold generelt, det vil si sammensetningen av fysisk, psykisk og seksuell vold i parforhold. Derfor endte det med at jeg «manuelt» søkte gjennom en stor del av artiklene, og plukket ut de som var relevante når det gjaldt risikofaktorer, sårbarhet, forebygging, behandling og kjønnsfordelingen i psykisk voldsbruk, tematikk som jeg opprinnelig ønsket å utforske.

Jeg oppdaget også at forskningen på dette feltet var teoretisk og metodologisk fragmentert, eksempelvis ved lite, dårlig eller inkonsistent operasjonalisering av den psykiske volden. I tillegg spriket utvalgene i de empiriske studiene hovedsakelig i to retninger - strategiske eller representative utvalg. Videre var det lite bevissthet rundt hvilke utvalg som gav hvilke resultater. Dette førte til lite sammenfallende resultater når det gjaldt forekomst, maktbalanse og symmetrien av volden mellom partene i et forhold. Jeg fant også sterke kontroverser rundt feministiske tilnærmelser til forskningen på partnervold. Å gi en komplett, systematisk framstilling av hva psykisk vold er på dette grunnlaget syntes nærmest umulig innenfor rammene av denne oppgaven, og jeg ble noe desillusjonert over hvordan forskningsfeltet framstod. Det ble tydelig at jeg måtte finne ut hvilke begreper som ble brukt for å beskrive maktbruk fra den ene partneren mot den andre som forårsaket langvarig psykisk lidelse. De begreper som syntes mest passende til dette formålet var *emosjonelt misbruk* og *psykologisk misbruk*.

Den komplekse prosessen som har preget arbeidet med hovedoppgaven sammenfaller i metodisk utforming med en modell for kvalitativt forskningsdesign av Maxwell (2005). Modellen presenterer et forsker-rammeverk som fungerer som en plan eller protokoll for elementer i forskningen som skal harmonisere med hverandre gjennom studien. Maxwell fremmer en refleksiv framgangsmåte som speiler virkeligheten i prosessarbeidet ved kvalitativ forskning, der kontinuerlig pendling mellom de ulike komponentene av studien er nødvendig for å integrere alle aktivitetene gjennom forskningsprosessen. Komponentene omfatter målsettingen med studien, det konseptuelle rammeverket, forskningsspørsmålene, metode og validitet. De er tett knyttet sammen, går over i hverandre og informerer hverandre, og speiler mitt arbeid med litteraturstudien. Jeg hadde en klar plan, men snart virket alt nokså kaotisk og vanskelig, mye på grunn av det fragmenterte forskningsfeltet som gav få tydelige og ensartede svar. Jeg forsøkte å arbeide planmessig med stoffet, men etter en stund opplevdes det som at stoffet arbeidet med meg. Jeg måtte endre, revidere og oppdatere ettersom ny innsikt gjorde seg gjeldene. Aktiviteter som kjennetegnet arbeidet var å søke opp og samle litteratur, skrive tekst, og konfrontere validitet, ha målsettingen tydelig foran meg, sørge for bred konseptforståelse, utvikle forskningsspørsmål, og forplikte meg til valg av metode. Dette utgjorde en nødvendig prosessuell helhet. Framgangen lå i økt kunnskap, suksessive revideringer, og distinkte tilpasninger etter forskningsfeltets betingelser. Mange ganger var jeg i tvil om framgangsmåte, hvorvidt jeg greide å favne relevante studier i forhold til problemstillingene mine og om jeg klarte å gi en god nok framstilling av fenomenet, gitt de premisser som lå til grunn for oppgaven og jungelen av tilgjengelig litteratur på området. Valgene jeg har tatt er influert av både målsettingen, motivasjon, nyoppdagelser underveis og faglig modning, som igjen informerer forskningsspørsmålene og metoden. Den noe personlige innfallsvinkelen er også en direkte konsekvens av at arbeidet fikk en slik kvalitativ



tilnærming, og er i tråd med Maxwells (2005) interaktive design som henspiller på at forskeren selv er et viktig redskap i undersøkelsen. Forskeren motiveres og tar avgjørelser ut fra sine personlige, intellektuelle og praktiske mål og styres ut fra ønsket om å oppnå noe. I dette tilfellet handler det om å løfte bevisstheten og kunnskapen om psykisk vold.

### **Avgrensning og søkestrategi**

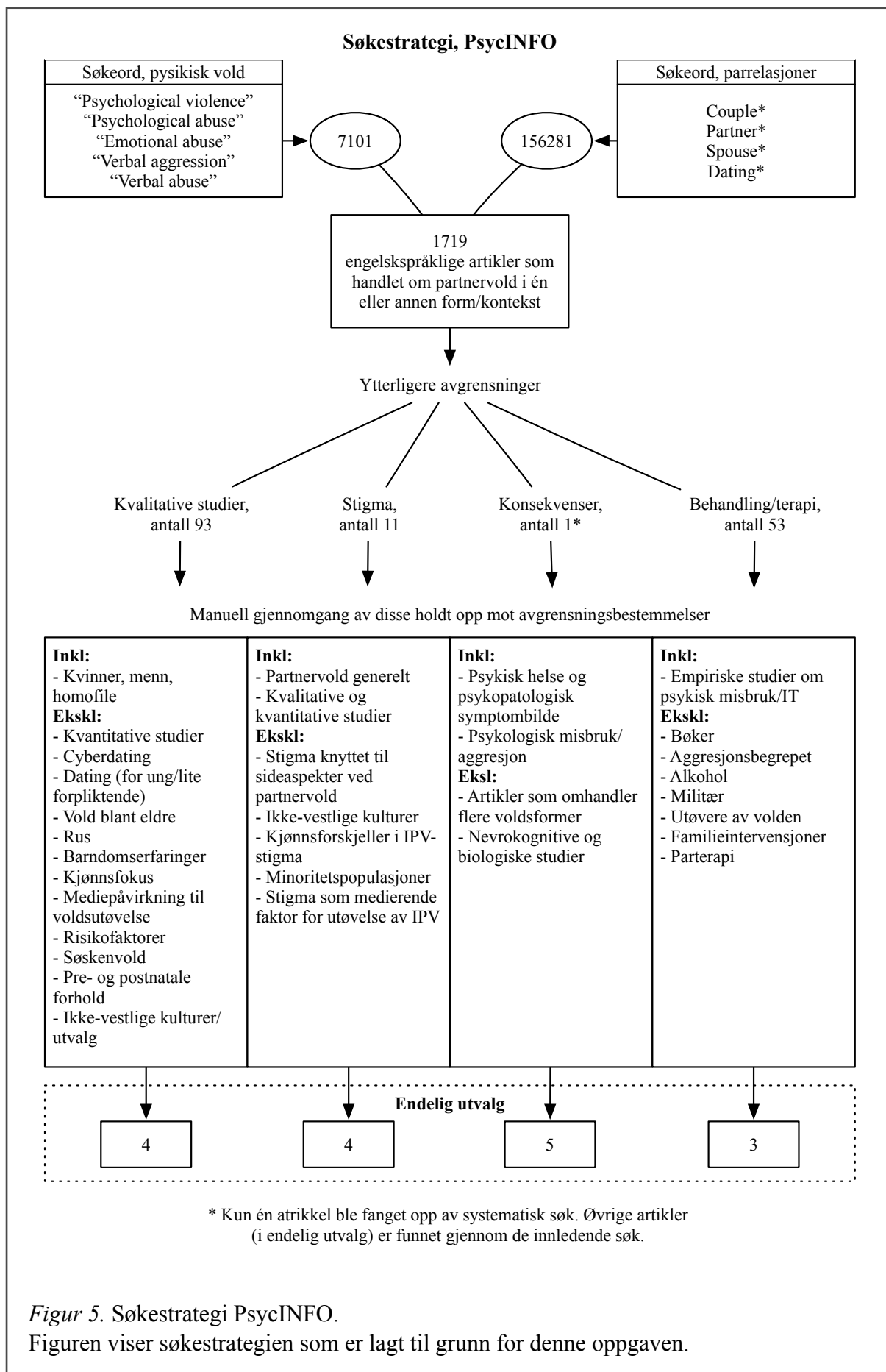
Bakteppet for den endelige avgrensningen er influert av min kjerneinteresse i tematikken, nemlig hvordan psykisk misbruk oppleves, mulige mekanismer som forårsaker underrapportering, søkelys på konsekvenser og behandlingsrelevante tema. Gjennom dette ønsket jeg å understreke viktigheten av å høyne den samfunnsmessige kunnskapen i et første steg mot forebygging og avdekking. Denne avgrensningen har klinisk relevans gjennom å øke den psykologfaglige bevisstheten omkring psykisk misbruk og følger av dette. I rammene av det psykologiske behandlingsapparatet kan opplevelsene av misbruket gyldiggjøres og anerkjennes. Symptomer og diagnostiske manifestasjoner som det psykiske misbruket etterlater seg, vil belyse alvorligheten av volden og framprovosere en økt samfunnsmessig bevissthet. Økt fokus og kunnskap om problemet blant terapeuter vil gi bedre og mer tilrettelagt behandling, og gi aksept utad mot andre deler av hjelpeapparatet for at denne typen vold finnes og er farlig. Når psykologstanden setter psykisk misbruk på dagsplanen, vil det potensielt kunne skape samfunnsmessig og rettslig presedens slik at det psykiske misbruket i større grad blir kriminalisert og får rettslige og juridiske konsekvenser for utøver. Forebygging starter med økt bevissthet, og det forebyggende arbeidet er viktig i klinisk psykologi.

Ettersom litteraturen var såpass inkonsistent måtte jeg som nevnt foreta flere revideringer av min opprinnelige plan, noe som innebar en veksling mellom litteratursøk, forsøk på å finne inklusjons- og eksklusjonskriterier, og revisjoner av disposisjonen.

Underveis måtte jeg passe på å ikke miste av syne mitt opprinnelige formål som var å utforske det psykiske misbruket. Utvalgsriterier framstod problematisk; skulle jeg inkludere artikler som studerte dating violence (dating kjennetegnet av lite forpliktelse, lav alder og relasjonelt uerfaren)? Var psychological aggression dekkende for omtalen av psykisk vold (kjefting, banning, verbal utagering)? Skulle jeg inkludere hvilke kontekster volden oppstod i (kulturelle, ruspåvirkning, patriarkalsk kjønnsforståelse)? Skulle jeg undersøke hvilke dynamikker som var underliggende for voldsutøvelse i parforholdet (maktbalanse, personlighetstrekk, tilknytningsstil)? Skulle jeg inkludere studier som undersøkte grad av symmetri i voldsutøvelse, og kunne jeg innlemme studier som omtalte partnervold generelt i en oppgave som skulle handle om psykisk vold - en underkategori av partnervold? Spørsmålene virket uendelige, men prosessen var nyttig og førte til min endelige avgrensning. På et tidspunkt leste jeg den første kvalitative artikkelen om emosjonelt misbruk, noe som klargjorde retningen for hvilket fokus jeg endelig bestemte meg for å ta.

På denne bakgrunn foretok jeg en gradvis mer og mer målrettet utvelgelse av artikler fra den poolen jeg satt med av fragmentert forskning på feltet. Utvalget av artikler avspeilet i begynnelsen min altfor brede tilnærming til tematikken, og det ble nødvendig å bestemme en endelig avgrensning. Jeg beholdt fokus på dybdeforståelsen av psykisk misbruk, stigmatproblematikk for partnervold generelt, psykiske konsekvenser av psykisk misbruk og perspektiver for heling. Så foretok jeg nye, mer spesifiserte søk, for å fange opp artikler jeg muligens hadde gått glipp av i første omgang. Appendix A viser full oversikt over alle de 16 endelig utvalgte artiklene.

Modellen (figur 5) viser litteratursøk, metodisk framgangsmåte og forklarer avgrensningen og strategien jeg brukte for å samle inn de endelige artikler. Den gir også noe informasjon om fagfeltets mangfoldighet.



*Figur 5. Søkestrategi PsycINFO.*

Figuren viser søkestrategien som er lagt til grunn for denne oppgaven.

Søkemotorer som er brukt er PsycINFO til hovedsøkene, og Google Scholar til støttesøk. Den internetbaserte oversettelsesressursen easytrans.org er brukt i overføringen av engelsk tekst og terminologi til norsk for å sikre at essens og forståelse er så presis som mulig.

### **Datamateriale**

Til det første forskningsspørsmålet har jeg valgt ut fire artikler som er kvalitative i sin framstilling, og der utvalgene var strategisk rekruttert. Dette for å gi en opplevelsesnær fremstilling av misbruket sett fra offerets side. Det fantes få publiserte studier som spesifikt undersøkte psykisk viktimisering kvalitativt, og ingen studier med menn som ofre for kvinners psykiske misbruk. I alt var det vanskelig å finne studier som kun undersøkte opplevelsen av å bli emosjonelt misbrukt, mens det fantes flere studier om tilleggsutfordringer til det psykiske misbruket. For eksempel var noen studier knyttet til rusmisbruk, svangerskap/fødsel/barsel og barndomstraumer i kombinasjon med psykisk misbruk. Kvantitative studier med representative utvalg (for eksempel «national sample studies» fra USA) analyserte voldshandlinger og følelsesmessige reaksjoner for å kategorisere disse og avgjøre hva som konstituerer psykisk misbruk. Forutbestemte antagelser, telling av voldelige handlinger eller antall måneder og år misbruket hadde foregått var styrende for disse studiene. Imidlertid ble ofrenes egne spesifikke erfaringer og de gjennomgripende skadene på selvet og identitet mer sannferdig rapportert gjennom fenomenologiske, kvalitative undersøkelser.

Til det andre forskningsspørsmålet er fire artikler om stigma i forhold til generell partnervold valg ut. Studiene adresserer stigma knyttet til den tabubelagte hjemmevolden, og gir en implisitt forståelse for hvilke utfordringer med stigma som ofre for den enda mer usynlige psykiske partnervolden opplever. Studiene er både kvalitative og kvantitative i utforming, og én av dem en litteraturstudie som gir innsiktsfull informasjon om hvilken rolle IPV-stigma spiller for enkeltindivider og samfunn. Jeg har ikke inkludert studier som

omhandler kjønnsforskjeller, minoritetsstatus og stigma som en medierende faktor for utøvelsen av partnervold fordi det faller utenfor kjernetematikken for denne oppgaven som er å forstå de nakne prosessene knyttet direkte til det psykiske misbruket.

Det tredje temaet handler om hvilke psykologiske konsekvenser det psykiske misbruket etterlater seg. Fem artikler med både representative og strategiske utvalg oppsummerer de vanligste psykologiske symptomene etter psykisk misbruk og hvilke faktorer som påvirker symptomutvikling. Studiene har alle fokus på psykisk viktisering, men ett av dem sammenligner fysisk og psykisk vold for å belyse alvorligheten av den psykiske voldsformen. Artikler som analyserer flere voldsformer ble utelatt fra det endelige utvalget, det samme gjaldt for nevrokognitive og biologiske studier. Dette for å beholde et klinisk og opplevelsesnært fokus med den hensikt å høyne en samfunnsmessig bevissthet om at psykisk vold bidrar til kjente psykiske lidelser.

Det fjerde temaet handler om helingsprosessen og tilbyr en forståelsesramme for hva som fostrer bedring etter psykisk misbruk. De tre valgte studiene er empiriske i sin utforming, én kvalitativ og to kvantitative. Jeg lette etter empirisk støttede behandlingsmetoder for psykisk misbrukte, noe som viste seg var nærmest ikke-eksisterende. Jeg fant kun én og inkluderte derfor to artikler som også omhandlet aspekter for bedring (recovery). Det fantes mye forskning om behandling av IPV generelt, for eksempel traumebehandling som var kognitivt orientert og/eller adferdsorientert. Avgjørelsen om å snevre inn søkene til det som kun handler om bedring etter psykisk misbruk og dermed få opp et magert datamateriale, er med på å peke på hvor mangelfullt dette feltet er. Det understøtter også ønsket om å presentere et reneest mulig bilde av den psykiske volden og dens omfattende konsekvenser. Videre er valget om å inkludere artikler som bare omhandler faktorer for bedring bevisst rettet mot å ansvarliggjøre flere deler av hjelpeapparatet enn den psykiske helsetjenesten. Også

krisesentre, familievernkontor, politi, advokater og medisinsk helsepersonell trenger kunnskap om hvilke faktorer som fostrer bedring, og mange kan tilby støtte og hjelp uten at det heter terapi.

## **Resultater**

Funnene som presenteres her viser noen aspekter ved offerposisjonen i psykisk misbruk. De fire hovedkategoriene gjenspeiler søkestrategienes fire avgrensingsområder. Det første temaet (del 1) beskriver forløp av psykisk misbruk i en parrelasjon og hvordan utøvelse, opplevelse og virkning utgjør prosesser innenfor dette forløpet. Her er opplevelsesdimensjonen i fokus, og virkningene av misbruket beskrives i form av opplevde belastninger. Det andre temaet (del 2) forklarer hvordan stigma forvansker en allerede krevende situasjon i en hverdag med psykisk misbruk. Ofrenes opplevelser med stigmatisering fra hjelpeapparat og nettverk presenteres og angir en forståelsesramme for hvordan opplevd IPV-stigma kan hindre offeret i å søke hjelp fra formelle og uformelle instanser. Det tredje temaet (del 3) oppsummerer de vanligste psykologiske konsekvensene etter psykisk viktimisering. Her fokuseres det på hvordan følgene av misbruket fører til psykopatologi, og hvilke faktorer som påvirker symptomutvikling. Det fjerde temaet (del 4) handler om helingsprosessen etter psykisk misbruk. For å gi god støtte og behandling er det viktig å forstå det psykiske misbrukets spesifikke funksjoner, hva som skades og hvilke faktorer som påvirker bedring av symptomer.

### **Forløp av psykisk misbruk - utøvelse, opplevelse og virkning**

*Mine dager og hele mitt liv ble styrt av hans sinnstilstand. Hans raseri kan ikke beskrives. På dårlige dager ble raseriet utløst av ingenting. Min tilstedeværelse var nok.. Jeg husker at jeg følte hans sinnstilstand umiddelbart når han kom hjem, måten han åpnet ytterdøren... og hvordan pusten hans gikk når han kom inn i gangen... og skrittene når han*

*kom inn i stuen.. Jeg ble gradvis tilintetgjort... verdiløs... Jeg var verdt mindre enn en hundedritt under skoene hans. Det finnes ikke et eneste ukvemsord jeg ikke har fått slengt etter meg - i frådende, lysende raseri... Han marsjerte rett inn i meg, trampet meg på tærne med sin tunge kropp, dyttet meg, tok tak i meg, truet meg med knyttneven millimeter fra ansiktet mitt, fortalte meg hvor fristet han var til å banke meg... Men jeg fikk aldri et eneste blåmerke. Aldri. - Anonym II, diskusjonsforum klikk.no.*

Deltakerene i studiene så det emosjonelle misbruket som den verste voldsformen i parforhold (Lammers, Ritchie & Robertson, 2005; Morse, 2003; Queen, Nurse, Brackley & Williams, 2009; Woodyatt & Stephenson, 2016). Det ble vurdert som utpreget vanskelig å gjenkjenne misbruket som misbruk. Beskrivelsene av det psykiske misbruket tegnet et bilde av et mønster av kontroll (jfr CC). En samlet oppsummering av psykisk krenkende handlinger fra studiene er: Sterk begrensning, isolasjon fra familie/venner/arbeidsliv, fysisk og verbalt truende adferd, skremselsstrategier, raseri, mentale og følelsesmessige angrep (manipulering), destruering av offerets eiendeler, drepe/mishandle offerets kjæledyr, verbal aggresjon, bruk av nedverdiggende kallenavn, kritikk, ekstreme krav og forventninger, konsekvent avvising, tilbakeholdelse av emosjonell omsorg og ømhet, hindre offeret i å søke medisinsk hjelp, avbrutt søvn, fravær av kommunikasjon i lange perioder/ignorering, underminering av offerets selv, fornektelse av offerets ideer og forslag, uttrykke avsky mot offeret, og trusler om å drepe/forlate offeret eller begå selvmord. Noen informanter forklarte at misbruket dreide seg om mer enn kontroll (Queen, Nurse, Brackley & Williams; Woodyatt & Stephenson). Den misbrukende partneren tok den andre i eie, som en besettelse, og fikk vedkommende til å føle seg brukt og som en ikke-person. Handlingene ble på et mer overordnet plan kategorisert etter hersketeknikker som dominerende, kontrollerende, manipulerende og diskriminerende, og som subtile/åpenbare eller direkte/indirekte. Selv om disse kategoriene var utydelige og ikke

samsvarte mellom studiene, var de betegnende for å forstå at volden utgjorde et systematisk mønster, var omfattende og langvarig i sin utforming og karakter, og ikke begrenset til enkeltsituasjoner.

Handlingene forårsaket frykt, underdanighet, sterk ensomhet, desperasjon, skam, håpløshet, tristhet, skyldfølelse, paranoide følelser, forvirring, følelse av utilstrekkelighet, tap av selvtillit, redusert selvfølelse og redusert identitetsfølelse. Ofrene klarte ikke å fungere eller tenke, men handlet ut fra formålet om å ikke provosere eller på noen måte vekke misbilligelse. Deres selvkonsept, fungering og personlighet var gjennomsyret av disse følelsene og utgjorde en overbevisende virkelighetsoppfatning av at de var prisgitt partneren i ett og alt, at alt skulle skje på partnerens vilkår (Morse). Mange opplevde en form for aksept eller resignasjon, da de trodde at det var normalt for kvinner å føle seg slik, at ingen andre kunne elske dem, eller at de trodde dette var deres eneste sjanse til å finne kjærlighet i livet (Lammers, Ritchie & Robertson). Følelsen av å ikke være i stand til å ta vare på seg selv førte paradoksalt nok til takknemlighet over å ha funnet denne partneren, for en kunne neppe finne noen som var bedre (Morse). Ofrene levde således i en form for uvitenhet i og med at de ikke skjønnte at de ble utsatt for vold.

I tre av studiene (Lammers, Ritchie & Robertson; Morse; Queen, Nurse, Brackley & Williams) var alle ofrene kvinner, og alle forholdene var avsluttet. Kvinnene beskrev hvilken avgjørende betydning det hadde at de begynte å bli bevisst på at handlingene/adferden til partneren var misbrukende i sin karakter. Ofrene ble altså gradvis klar over hva de hadde blitt utsatt for, hvordan det hadde endret dem, og de ble i stand til å knytte negative endringer hos seg selv til partnerens misbruk. Dette ble et vendepunkt (Morse) som gav innsikt og førte til at de omsider var i stand til å ta et standpunkt til volden/om å forlate partneren (Queen, Nurse, Brackley & Williams). Videre medførte det gjerne et voldsomt sinne da de så sammenhengen



mellom sin egen emosjonelle smerte og partnerens destruktive adferd (Lammers, Ritchie & Robertson). Bevisstgjøringsprosessen var et skifte som pågikk langsomt og krevde kontakt med mennesker utenfor parforholdet eller tilgang på bøker og informasjon utenfra. En særlig opprivende voldshendelse opplevd som en krise (for eksempel en trussel som medførte at offeret ble redd for sitt liv eller livet til sine barn) kunne vekke bevisstheten om misbruket (Morse), og beskrives av Queen, Nurse, Brackley og Williams som et definerende øyeblikk som gav plutselig innsikt.

Å gi slipp på partneren emosjonelt var helt nødvendig for å løsrive seg fra vedkommende, men var svært krevende på grunn av det sterke emosjonelle grepet partneren hadde om dem. Vendepunktet medførte en endring i energinivå og var starten på en løsrivelsesprosess. Det kunne komme både før og samtidig som avslutningen av forholdet. Den emosjonelle løsrivelsen kom som et resultat av den nyervervede bevisstheten om misbruket, og kunne manifestere seg gjennom voldsomme sinneutbrudd, hevntanker, eller kynisk planlegging av hvordan en skulle avslutte forholdet. Imidlertid var det ikke alle deltakerne som klarte å avslutte forholdet, men ble fri først når partneren forlot dem (Lammers, Ritchie & Robertson). Det kan tenkes at disse aldri klarte å løsrive seg fra partneren emosjonelt så lenge de var i et forhold med vedkommende. Flere opplevde en umiddelbar økning i personlig styrke etter at de hadde løsrevet seg emosjonelt fra partneren og avsluttet forholdet. De ble motiverte for framtiden på tross av sterkt uttalte ettervirkninger av volden. Med en alvorlig skadet selvaktelse startet gjerne helingsprosessen med at ofrene gradvis begynte å se seg selv i et mer positivt lys (Morse). Å gjenoppdage egne styrker ble viktig for å finne seg selv igjen, sine evner, ferdigheter og personlige mål.

Den økende bevisstheten var som sagt avhengig av stimuli utenfra, hjulpet fram av bøker, samtaler med venner og familie, informasjon gjennom arbeidsplassen og TV (Morse;

Queen, Nurse, Brackley & Williams). Spesielt var sosialisering og kontakt med venner og nettverk et viktig premiss for at ofrene skulle kunne bedømme partnerens adferd som uakseabel. Et støttende nettverk spilte i så måte en viktig rolle i valideringen av kvinnenes erfaringer med det emosjonelle misbruket og bidro i stor grad til den innsikten som var nødvendig for løsrivelsesprosessen. Én kvinne fant stor støtte i å snakke med andre som hadde opplevd det samme, en annen vektla betydningen av venninnens tålmodighet når hun hadde gjentakende behov for samtale om misbruket (Morse).

Psykiske plager ble i alle studiene knyttet til det emosjonelle misbruket, og fysiske plager ble nevnt av Morse og Queen, Nurse, Brackley og Williams. Plagene varte i mange år etter at forholdet tok slutt og minnet ofrene om misbruket. Queen, Nurse, Brackley og Williams oppdaget at de beveget seg mellom forskjellige «verdener» som var forent med hverandre mens de fortalte: Fortid, som representerte misbruket, fremtid, som representerte håp og planer for hvor de engang ville komme, og nåtid, som var intervjusituasjonen der mange følelser kom til overflaten. Grenseoppgangene mellom disse «verdenene» var flytende og uten klare grenser, slik at «i dag ble en del av i går og i går ble en del av i morgen» (Queen, Nurse, Brackley & Williams, 2009, s. 242). Plagene og samtalene omkring misbruket knyttet ofrene ufrivillig til voldsopplevelsene, og noen så på dette som arr som en bar med seg videre i livet og preget framtidige relasjoner (Woodyatt & Stephenson). Det opplevdes for mange smertefullt å fortelle om misbruket, og intervjusituasjonene vekket vonde minner som var krevende å fortelle om (Morse). De utviste mot, og motivasjonen for å være med i studiene var at de ønsket å hjelpe andre til å unngå å havne i samme type forhold (Queen, Nurse, Brackley & Williams).

Queen, Nurse, Brackley og Williams fant at det psykiske misbruket ikke hadde noen klar begynnelse eller slutt. Likevel synes det ut fra ovenstående oppsummering at

misbruksforholdet har et gjenkjennelig forløp. Prosesser av følelser, handlinger og innsikt gjennom misbruket tyder på at begynnelsen var forskjellig fra slutten. Slutten refererer her til prosessen rundt avslutningen av forholdet og ikke rundt avslutningen av misbruket, fordi funksjonene av misbruket (og av og til selve misbruket) fortsatte lenge etter at forholdet var slutt. Kjærlighetsforholdets startfase var preget av den utøvende partnerens endring fra å være kjærlig til å bli psykisk voldelig (Morse) og en veksling mellom kritikk og kjærlighet. Dette medførte mye forvirring for den utsatte (Lammers, Ritchie & Robertson) og utløste en usikkerhet som undergravde den utsattes selvtillit over tid. Gjennom tiden ble misbruket stadig mer intenst, i takt med offerets minkende selvfølelse, selvtillit og selvaktelse. Ofrene opplevde en suksessiv økning av selvtvil. Frykt ble en normalitet som førte til underdanighet, som igjen ble en overlevelsesstrategi og en beskyttelsesmekanisme. En informant beskriver at selve misbruket var sekundært i forhold til frykten for partneren (Queen, Nurse, Brackley & Williams). Misbruket ble hverdagslig og livet dreide seg om å finne emosjonelle, mentale og fysiske strategier for å «lette, håndtere og unngå emosjonelt misbruk» (Queen, Nurse, Brackley & Williams, 2009, s. 241).

Den ene studien (Woodyatt & Stephenson) skiller seg fra de andre ved at den studerer psykisk misbruk i likekjønnede (homofile/bifile mannlige) relasjoner. Disse mennene hadde alle opplevd psykisk misbruk og skulle drøfte hva som konstituerte og forårsaket dette heller enn å fortelle om egne konkrete erfaringer. Likevel gjennomsyret egne erfaringer deres bedømmelser av misbruket. De omtalte det som en subtil voldsform som er vanskelig å avdekke og er lite synlig, og de vurderte den emosjonelle volden som den mest skadelige, varige og som setter dypest spor. Dette er i tråd med kvinnenens oppfatning av psykisk vold. Videre er erfaringer med misbruksstrategier og virkningene av misbruket opplevelsesmessig de samme som kvinnenens erfaringer. Imidlertid forklarte mennene mer om hvilke dynamiske

prosesser i relasjonen som er utslagsgivende for hva som driver misbruket, og studien antyder at disse skiller seg noe fra prosessene i heterofile relasjoner. De tre studiene med kvinnelige ofre tilbyr ingen distinkt forståelsesramme for hvilke dyadiske krefter som egger og opprettholder det psykiske misbruket.

### **Innhold i og konsekvenser av IPV-stigma**

*Tror du virkelig noen vil tro på meg? De vil tenke at hvis det var så ille så ville jeg gått for lengst, eller at jeg er paranoid fordi han er jo en så ålreit fyr. - Anonym, diskusjonsforum på klikk.no*

I følge Overstreet og Quinn (2013) manifesterer stigma seg som negative reaksjoner som signaliserer forutinntatte holdninger til IPV-ofre, for eksempel at de har seg selv å klandre for å ha havnet i et slikt uføre. Forfatterne belyser hvordan det kulturelle stigmaet påvirker enkeltindivider til å internalisere IPV-stigma og forvente det dersom de innehar en identitet som partnervoldsoffer. Internalisert stigma handler om å inkorporere andres negative holdninger om partnervolden, og se seg selv som svak og håpløs og partnervolden som skammelig. Overstreet og Quinn refererer spesielt til to kontekster som utgjør et slikt selvstigma. Den ene var opplevelsen av negative/fordømmende holdninger ved avsløring av volden, det andre var hvis volden var av psykologisk art. Forventet stigma refererer til «i hvilken grad folk frykter eller forventer stigmatisering (fordommer eller diskriminering) dersom andre visste at de ble utsatt for IPV» (Overstreet & Quinn, 2013, s. 5). Opplevelser av at venner og familie ikke viste sin støtte da misbruket ble avslørt, utløser følelsen av å være svak og dum siden en fortsetter i forholdet. Dette bidrar til at offeret kvier seg for å søke hjelp, og forventninger om negative holdninger på arbeidsplass og blant helsepersonell reduserer ytterligere offerets ønske om å be om hjelp.

Holdningene kom til syne gjennom møter med ulike offentlige etater, som politi/nødetat, rettssystemet, medisinsk personell, krisesentre, foreldrerelaterte ressurser, religiøse institusjoner og jobb/utdanning (Crowe & Murray, 2015). Partnervoldsofrene opplevde mest stigma i rettssystemet, politi- og nødetater og blant psykisk helsepersonell, og noe mindre men likevel betydelig fra krisesentre, religiøse institusjoner, medisinsk personell, og foreldrerelaterte ressurser (for eksempel lærere/skole).

Partnervoldsofrene beskriver opplevelsene av de negative holdningene de har møtt i disse instansene (Crowe & Murray, 2015; Murray, Crowe & Brinkley, 2015). De innebærer diskriminering, tap av status og makt, isolasjon, avvisning, uprofesjonalitet, å bli stemplet som det sorte får, sosial eksklusjon og stereotypisering. Holdninger som offentlig ansatte utviste kunne komme til uttrykk gjennom beskyldninger om at offeret søkte hjelp for oppmerksomhetens skyld. Andre fortalte om at de mistet jobben som en direkte konsekvens av å ha blitt utsatt for vold av partneren, eller de fikk høre at de måtte skjerpe seg. Psykisk helsepersonell utviste uprofesjonalitet ved at de ikke evnet å forstå hva misbruket hadde gjort med ofrene. Videre opplevde mange å ikke bli trodd når de fortalte om partnervolden.

Skyld, skam og hemmeligholdelse var funksjoner av merkelappene som de opplevde å få fra offentlige instanser. Avvisning vekket både skyld- og skamfølelse. Følelsen av å bli bedømt som skyldig i misbruket forsterket skamfølelsen, som igjen førte til at ofrene ønsket å skjule volden isteden for å fortelle om den. Tanker om at en ikke var berettiget hjelp men heller burde ordne opp i problemene selv gjorde seg gjeldende. Både avvisning og uprofesjonalitet medførte vegring mot psykologisk behandling og redusert tro på det offentlige hjelpeapparatet. Dette gjorde at ofrene heller søkte hjelp mer indirekte; altså unnlot å fortelle om det egentlige problemet og oppgav andre årsaker til behovet for hjelp (Crowe & Murray, 2015). Å bli stemplet som familiens sorte får førte også til at offeret følte seg

medansvarlig for misbruket (Murray, Crowe & Brinkley, 2015). Ofrene opplevde således at de ikke passet inn, eller ble behandlet annerledes av familie og/eller andre.

Forskjellige personer opplevde forskjellig nivå av stigma. Ofre for verbalt og emosjonelt misbruk opplevde de høyest nivåene, og ofre for fysisk og seksuelt misbruk opplevde noe mindre stigma (Murray, Crowe & Brinkley, 2015). Type forhold, voldsform og kjønn ser også ut til å ha varierte effekter på opplevelser med stigma. Eckstein (2015) fant at type partnervold (intimate terrorism; IT, og situational couple violence; SCV) predikerte stigma mer enn kjønn. Som vi husker spesifiserer ikke IT og SVC hvorvidt voldsutøvelsen er av fysisk, psykisk eller seksuell karakter, men skiller mellom et varig mønster av kontroll og makt (IT), og vold som er situasjonsbestemt og oppstår mer eller mindre tilfeldig (SCV). IT-ofre opplevde mer stigma enn SCV-ofre, og ofre for både psykisk og fysisk mishandling opplevde å bli stigmatisert. Menn som var i IT- eller SCV-forhold, og var utsatt for fysisk misbruk, opplevde ikke stigmatisering, mens menn som opplevde psykisk misbruk gjennom SCV (ikke IT) ble stigmatisert. Kvinner opplevde stigma etter fysisk IT men ikke etter fysisk SCV, mens det psykiske misbruket kvinner var utsatt for både i IT- og SCV-relasjoner førte til opplevelser av stigma. I alt tydet det på at mer stigma var forbundet med intim terror og psykisk misbruk enn med situasjonell partnervold. Eckstein antyder at maktforholdet i IT er mer i ubalanse enn i SCV, og at offeret derfor skjuler misbruket. Internalisert stigma bidrar til en følelse av personlig ansvar for volden, når det egentlig er et samfunnsansvar å gripe inn, og bidrar til at offeret ikke søker hjelp. Dette vil vanskeliggjøre identifiseringen av ofre for psykisk vold, og er et viktig funn med tanke på forebygging og avdekking av denne voldsformen.

## Konsekvenser av det psykiske misbruket

*Problemene er bl.a. traumer, at jeg føler meg ødelagt og har svært nedsatt livskvalitet.*

*- Trenger råd, Doktoronline.no.*

Litteraturgjennomgangen viser at sammenhengen mellom partnervold og mentale helseproblemer er sterkere ved psykisk misbruk enn ved fysisk misbruk. Dette viste seg også å stemme der de to voldsformene opptrådte sammen (Pico-Alfonso, 2005). Studiene viste sammenhenger mellom psykisk misbruk og symptomer på PTSD, depresjon, angst, somatisering og generell livsfungering. Begge kjønn hadde symptomer etter psykisk viktisering (Lawrence, Yoon, Langer & Ro, 2009), og kjønnsforskjeller i forekomst ble ikke funnet (Começanha, Basto-Pereira & Maia, 2017). Kjønnsforskjeller var imidlertid synlig når det gjaldt grad av symptomatologi hvor kvinner oppgav mest symptomer (Lawrence, Yoon, Langer & Ro).

Studiene presenterer flere faktorer ved psykisk misbruk som spiller en rolle i utviklingen av symptomatologi som gjelder depresjon, angst og PTSD. Når det gjelder depresjon varierer resultatene noe angående symptomendring over tid. Lawrence, Yoon, Langer og Ro (2009) fant at symptomene ikke endret seg over tid, men heller varierte i styrke ved hver måling. Começanha, Basto-Pereira og Maia rapporterte reduserte nivåer av depresjonssymptomer jo mer tid som hadde gått etter bruddet, men flere symptomer dersom en hadde en historikk med psykisk misbruk. Estefan, Coulter og VandeWeerd (2016) viste at depresjonssymptomer ble redusert over tid ettersom frekvensen av voldsbruk gikk ned. Likevel hadde 22% fortsatt depressive symptomer etter 2 år. De sterkeste predikatorene for depresjon var selve misbruket og bekymring knyttet til om misbrukeren tar kontakt. Rogers og Follingstad (2014) viste at en andel av depresjonssymptomene kan predikeres av blant

annet oppfattet negativ endring hos seg selv, religiøs involvering og forekomsten av psykisk misbruk.

Ved angst fant man heller ikke symptomendring over tid, men symptomene kunne variere i styrke ved målingene, slik som ved depresjon. Økning i fysisk viktivering var assosiert med økning i angstsymptomer for begge kjønn (Lawrence, Yoon, Langer & Ro). Et annet funn var at angstsymptomene ble høyere hvis den utsatte hadde en historikk med psykisk IPV fra før (Começanha, Basto-Pereira & Maia). Rogers og Follingstad indikerte at tre faktorer var avgjørende i forhold til om angst-nivåene var kliniske eller ikke kliniske: å ha opplevd psykisk misbruk, se seg selv som sårbar og grad av villighet til å avsløre mindre ønskelige aspekter ved seg selv. Rogers og Follingstad finner følgende prediktorer på angstsymptomer: offerets tendens til å se seg selv som sårbar for sykdom og skade, tilbøyelighet til å respondere sosialt ønskelig, offerets oppfatning av negativ endring ved egen person og forekomsten av psykisk misbruk.

Når det gjelder posttraumatiske stresssymptomer (PTSS) fant man en klar sammenheng med IPV, og det psykiske misbruket var hovedbidragsyteren for utviklingen av PTSD (Começanha, Basto-Pereira & Maia, 2017; Pico-Alfonso, 2005). De som hadde opplevd psykisk misbruk i tidligere forhold og av andre enn intim partner, var mer utsatt for å utvikle PTSS i nåværende forhold. Faktorer som ikke var assosiert med PTSD var hvorvidt partnerne bodde sammen eller ikke, samtidig seksuell vold eller nylig opplevd IPV av alle tre typer (Pico-Alfonso). Começanha, Basto-Pereira og Maia fant at jo eldre en var, desto høyere nivå av PTSS, mens Pico-Alfonso derimot ikke fant forskjeller i alder på de som hadde PTSS etter psykisk IPV. Utvalgene var imidlertid forskjellige med henhold til gjennomsnittsalder (23,5 vs. 44,16 år), type utvalg (studenter vs. individer fra en type krisesentre) og antall deltakere (661 vs. 127), noe som kan være årsaken til sprikende resultater.



Generelt viser Rogers og Follingstad at flere variabler relatert til psykisk misbruk gir mentale helseproblemer enn selve misbruket. Spesielt var to variabler framtrepende. Den ene var offerets oppfatning av egen negativ endring i personlighetstrekk og den andre var oppfatningen av å være sosialt isolert eller fremmedgjort. Førstnevnte predikerte depresjonsdiagnoser, depressive symptomer og dårlig fungering i jobb og privatliv, og sistnevnte predikerte kliniske nivåer av somatisering, somatiseringssymptomer, og framtidige tanker om selvmord. En viktig faktor som ser ut til å være sterkt medvirkende til utvikling av symptomatologi etter psykisk misbruk er frykt. Estefan, Coulter og VandeWeerd (2016) viser at frykten for å bli kontaktet av misbruket eller å bli misbrukt av denne igjen bidro til mental u-helse, og kunnskap om hva eks-partner er kapabel til skremmer. Varighet og frekvens av det psykiske misbruket er faktorer som særlig påvirker symptomene. Høy frekvens av misbruket assosieres med depresjonsutvikling. Andre faktorer som forsterker symptomutviklingen var problematisk samarbeidsklime omkring foreldreomsorg og mangel på offentlige ressurser, for eksempel arbeid. Det å være i arbeid utgjorde 75% mindre risiko for depresjon enn om man var arbeidsledig (Estefan, Coulter & VandeWeerd, 2016).

### **Helingsprosessen - perspektiver for støtte og behandling**

*Hvordan kan en psykolog best hjelpe meg og hvilke behandlingsmåter anbefaler du når jeg har store problemer etter å ha blitt mishandlet psykisk og utsatt for bl.a. emosjonell voldtekt? Problemene er bl.a. traumer, at jeg føler meg ødelagt og har svært nedsatt livskvalitet. - Trenger råd, doktorline.no.*

Blasco-Ros, Sánchez-Lorente og Martinez (2010) utforsket hvilken kurs mental helse tar etter psykisk og fysisk partnervold kombinert, og psykisk partnervold alene. Resultatene indikerer at mental helse tar forskjellig kurs alt etter om en var eksponert for fysisk og psykisk vold samtidig eller kun psykisk vold. Kvinner som var eksponert for fysisk og psykisk vold

samtidig var i en klar bedringsprosess når det gjaldt depresjon, angst og PTSD-symptomatologi gjennom de tre årene, mens ingen bedring ble funnet hos de som hadde vært utsatt for kun psykisk misbruk. Sistnevnte hadde høyere nivå av angst- og depressive symptomer og PTSS enn ikke-misbrukte etter tre år.

Videre analyser viste hvilke faktorer som bidrar til enten bedring eller forverring av kvinnenens mentale helse. Sosial støtte bidro til signifikant bedring for alle de tre diagnosene, og opphør av IPV medførte bedring for depresjon og PTSD. Høyt inntak av psykofarmaka predikerte opprettholdelse av alle de tre mentale lidelsene, og spesielle livshendelser bidro til at PTSD fortsatte. IPV spilte også en rolle for den mentale helsen mellom første og andre måling. For 65,21% av kvinnene som opplevde psykisk misbruk hadde partnervolden fortsatt, men kun for 12,12% for de som opplevde begge voldsformene (for halvparten av disse ble partnervolden redusert til kun psykisk). Opphør av fysisk vold bidro til bedring av depressive og PTSD-symptomer. Studien understøtter at psykisk IPV er svært skadelig for kvinners mentale helse og gjør at sannsynligheten for mental bedring reduseres.

Czerny (2014) undersøkte hvordan partnervoldsofre re-forhandler sine fysiske, emosjonelle grenser etter misbruk. Forhandling må her forstås som en indre endringsprosess. Hun så også på hvordan dette bidro til heling i lys av identitetsutvikling når et individ går fra å se seg selv som offer til overlevende. Czerny identifiserte 5 faser av re-forhandlingsprosessen som samsvarer med forløp av misbruk (se del 1). Disse beskriver reisen fra misbruk og mot heling og gjenvinnelse av identitet. Fase 1: Å anerkjenne hvem en var tidligere. Ofrene kunne beskrive egen identitet og hadde kunnskap om hvem de var før misbruket. Dette hjalp dem til å forstå hvilken utrustning og hvilke læringsmodeller på godt og vondt de hadde med seg inn i det misbrukende forholdet, og hvorvidt de var i stand til å gjenkjenne tidlige signaler som kunne indikere fremtidig misbruk. Fase 2: Å oppleve

misbruket. Ofrene gav inngående beskrivelser av det faktiske misbruket, fysisk, psykisk og seksuelt. De beskrev også egne mangler på fysiske og emosjonelle grenser, ikke som en mangel ved seg selv, men som en måte å overleve på. Videre skildret de hvordan de mistet seg selv, noe de først ble klar over i ettertid. Dette skjedde subtilt og gradvis. Fase 3: Å forlate partneren. Dette bestod i å komme til et kritisk punkt gjennom å ha kontakt med andre. De søkte og hadde behov for bekreftelse, tok læring av grensesetting hos andre og begynte selv å sette fysiske og emosjonelle grenser. Fase 4: Å implementere faste grenser: Dette innebar å sette faste fysiske grenser. Selve bruddet (flytte fra eller kaste ut partner) var en slik tydelig grensesetting. Emosjonell grensesetting involverte blant annet å bryte det emosjonelle båndet de hadde til partneren og en uvillighet til å være sårbar. Fase 5: Å utvise fleksibilitet. Dette innebar villighet til å være sårbar igjen og å demonstrere fleksibilitet i større grad enn i forrige fase. Viktig ved denne fasen var å ta tilbake sitt eget selv, og kjenne på selvtillit og selvverd.

En forutsetning for heling var selve bruddet og den etterfølgende kognitive restruktureringen. Et viktig funn var at selvtillit og selvverd var direkte knyttet til personens evne til å sette grenser. Kvinnenes opplevelse av å miste seg selv var omfattende. Kommunikasjon med og støtte fra andre var uvurderlig når det gjaldt å oppdage misbruket og begynne å sette grenser. Grensene var viktige for å skape tid og rom for å gjenkjenne misbruket og gi det navn. Grensesettingen var et steg mot å finne trygghet. Den ble for streng og for lite fleksibel i begynnelsen av frykt for å bli skadet igjen. Med tiden styrket den selvfungeringen og fungerte som et premiss for å gjenopprette relasjonen til andre og seg selv. Å sette grenser var en selvivaretagende handling som økte selvtilliten og bemyndiget personen, og gjorde vedkommende i stand til å se seg selv som overlevende istedenfor offer. Imidlertid strevde mange med å bevege seg fra fase 4 til 5, og forfatter peker i den forbindelse

på at helingsprosessen for mange er en pågående prosess som en ikke nødvendigvis blir ferdig med.

Den eneste studien som foreslår en spesifikk behandlingsform for viktimisering etter psykisk misbruk, er Reed og Enright's (2006) studie om Tilgivelsesterapi (Forgiveness Therapy, FT). En kort innføring er nødvendig for å forstå grunnlaget for denne behandlingsmetoden: Forfatterne beskriver tilgivelse som en bestemmelse om å gi opp bitterhet og respondere med godvilje overfor overgriperen. De poengterer den selvstyrkende verdien som ligger i dette valget, og presiserer at begrepet ikke må forveksles med å skulle unnskyldes eller forsones seg med partner eller glemme hva denne har gjort. Målet er dermed ikke å ignorere uretten som er begått, men å fasilitere egne personlige kvaliteter og styrker. Terapiforløpet innebærer utforskning av misbruket, vurdering av tilgivelse som et alternativ, ta avgjørelsen om å tilgi, faktisk tilgi (som innebærer sorgarbeid over smerte og urett, revidere synet på misbrukeren, gi opp bitterhet, og utvikle godhet overfor vedkommende), gi mening til den urettmessige lidelsen, få psykologisk utløp og finne ny mening og nytt mål. Reed og Enright anbefaler ikke å gi denne typen behandling umiddelbart etter misbruket, men tilby den noen år senere etter at pasienten er stabilisert etter traumeopplevelsene. FT oppsummeres i fire faser: Avdekning, avgjørelse, arbeid og oppdagelse. Hensikten med FT for emosjonelt misbrukte kvinner er å fjerne barrierer for bedring som ofte manifesterer seg som lært hjelpeløshet og anklagende lidelse, og gjennom dette endre offer-statusen til status som overlevende. Videre er det fokus på å redusere bitterhet, øke moralske kvaliteter og integrere tidligere traumer fra det emosjonelle misbruket med nåværende positive, styrkende moralske valg.

FT ble testet ved å sammenligne effekten av denne og alternativ terapi (AT). AT fungerte som kontroll og innebar sinnevalidering, sorgarbeid, bevisstgjøring av selvet og

interpersonlige ferdigheter. Således reflekterte AT tradisjonelle behandlingsintervensjoner og var ment å skulle sammenfalle så godt som mulig med elementene i FT. Deltakere ble randomisert til hver sin terapigruppe, FT og AT, og begge gruppene hadde samme terapeut. De ble alle målt på forskjellige variabler, deriblant psykiske lidelser, mestring, forståelse av meningen med lidelsen, og narrativ («gammel» eller «ny» historie som avgjør om en forstår seg selv som offer eller overlevende). Etter behandlingsforløpet og ved «follow-up» sammenlignet forfatterne pre- og posttestene for begge gruppene. FT-deltakere viste økning i å tilgi partner, selvaktelse, mestring, finne mening i lidelse, og tenderte mer mot status som overlevende enn som offer. De hadde signifikant reduksjon i symptomer på angst, depresjon, PTSD, og bedringen var signifikant større enn AT-gruppens. De hadde også vedvarende reduksjon i depresjonssymptomer ved oppfølging senere mens AT-gruppens symptomer forble moderate som ved start. Videre viste FT økning i selvaktelse som ikke bare vedvarte men også fortsatte å øke ved oppfølging. Forfatterne fant også økning i hverdagsmestring som er særlig viktig for ofre for IPV, da de gjerne har levd i en tilstand av lært hjelpeløshet. Ofrene klarte også i større grad å finne mening i lidelsen, noe som promoterte moralske valg og bedring av traumesymptomer. Det forelå også et tydelig skifte i hvordan ofrene så på seg selv, og det hadde betydning for bedring fra anklagende lidelse.

### **Diskusjon**

Denne studien har et sparsomt datatilfang. Det manglet ikke på forskning om IPV, og heller ikke psykisk misbruk var ustudert. Imidlertid framstår mangelen på en helhetlig teori i partnervoldsforskningen som et hovedproblem. Forskningsfeltet står overfor en metodologisk utfordring som svekker validiteten i studiene. Dette omhandler utvalg, operasjonalisering, definisjoner og teoretiske innfallsvinkler til fenomenet. Et annet problem er tendensen til å studere fenomenet i et feministisk rammeverk, noe som er gjenstand for mye debatt. Da er det

viktigere at feltet konsentrerer seg om å studere fenomenet i et psykologisk rammeverk, slik at det gir forskningsmessig og fagklinisk nytteverdi. Kjønnroller og -symmetri er absolutt en viktig faktor, men da må det vektas slik at funnene utdyper forståelsen av forskjeller og likheter mellom kjønnene og ikke tas til inntekt for partiarkalske røster eller likestilling. En grundig modell som imøtekommer disse utfordringene, vil potensielt gi en tydeligere retning til forskningen.

Problemene med å anslå forekomst er knyttet til de metodologiske utfordringene. For å adressere dette problemet er det påkrevd å sørge for klarhet i hva man egentlig studerer/måler. Studerer man aggresjon, voldshandlinger eller misbruk? Eller virkningene av dette? Videre må man få klarhet i hvem man studerer. Er det mennesker som har opplevd IPV eller mennesker som kan ha opplevd det? Er det unge i uforpliktende forhold eller voksne i forpliktende relasjoner? Dernest er det viktig å være bevisst på *når* studerer man dette. Er det mens volden pågår eller etter et brudd? Og til slutt må en spørre seg om hvordan man kan avgjøre at symptomer er konsekvenser av den psykiske volden og ikke av andre ting. Dette blir ytterligere utfordrende hvis det ikke er enighet om hva den psykiske volden konstituerer.

I fraværet av en samlet teori og en omforent begrepsbruk er risikoen til stede for at jeg kan ha gått glipp av viktige studier, fordi jeg ikke har brukt de riktige søkeordene. Søkeord må reflektere det mest sentrale ved fenomenet, og dersom det ikke er en felles oppfatning av eller god operasjonalisering av fenomenet, kan det resultere i mangelfull dekning av forskning på feltet. De mange studiene jeg har gjennomgått har blitt redusert til 16 endelige artikler, nøye utplukket etter veloverveide utvalgsriterier. Jeg erkjenner at det eksisterer svært få artikler som var nyttige for det fokuset jeg hadde valgt, hvilket er et funn i seg selv.

På generelt grunnlag er det for få studier om hvert tema til å dra konklusjoner, men det er sannsynlig at resultatene likevel er interessante i forhold til problemstillingene og kan gi verdifulle antydninger om tematikken.

### **Opplevelsen av å bli psykisk misbrukt**

Funnene fra de fire studiene gir god innsikt i et fenomen som det er forsket lite på, og de gir en dybdeforståelse på individnivå. Psykisk misbruk består både av psykisk krenkende handlinger og negative konsekvenser av disse. Beskrivelser fra ofrene gir innsikt i hvordan de opplever å bli «fanget» i et destruktivt mønster av maktovergrep og ufrihet og oppsummerer opplevelsen av tvingende kontroll. Det som er oppsiktsvekkende er at virkningene som misbruket etterlot ikke bare oppstod av og til, men etablerte seg som en stabil, iboende og altopplukende virkelighet for ofrene. Ofrene opplevde at skillelinjene mellom misbruk og virkning var diffuse, og i lys av Eids (2012) beskrivelser av at krenkelser skrives inn i kroppen er det forståelig at skadene «gjøres» i form av både handlinger og virkninger. Funnene gir således forklaringer på hvilke handlinger som bidro til de alvorlige ettervirkningene, hvordan ettervirkningene manifesterte seg hos den utsatte og hvilke psykologiske prosesser som medførte økende forståelse av misbruket hos ofrene selv.

Fra et psykologfaglig ståsted med bedring og behandling som hovedmål, er det viktig å forstå *hvordan* dette skjer. Misbruket medførte endring i kognitive skjema som kan tolkes i rammene av betingning. Misbruket vekker aversive responser som frykt og andre negative følelser. Konsekvensene er ubehagelige og får offeret til betrakte krenkelsene som farlige. Fryktens funksjon er å sikre overlevelse ved å unngå fare, og den utsatte tar derfor i bruk forskjellige strategier for å beskytte seg selv og unngå partnerens krenkelser. Bekyttelsesmekanismer og unngåelsesadferd kan medføre lav fungering, symptomutvikling og endrede kognitive skjema angående en selv og parrelasjonen. Imidlertid er selve

kjærlighetsrelasjonen et element som forvirrer. Den personen en er sterkest knyttet til og som en forventer godhet og trygghet fra, representerer fare og forårsaker frykt. Derav kom forvirringen, som var en følelse alle deltakerne fortalte om.

I et traumeperspektiv etablerer virkningene av misbruket seg som traumeopplevelser og preger individets verdensanskuelse. De sammenfaller med Janoff-Bulmans (1992) definisjon på traume, som beskriver at de traumatiske hendelsene forårsaker en endring i våre forestillinger om verden og selvet. Nye forestillinger inntar plassen for de gamle og innebærer en fullstendig revisjon av tidligere oppfatninger og er svært negative og truende. Loring (1994) viser til hvordan trusler mot selvet fører til en form for indre død og argumenterer derfor for at emosjonelt misbruk er en traumatisk opplevelse.

Funnene tyder på at det psykiske misbruket kjennetegnes mer av et lineært forløp enn av en syklus (jfr. voldssyklusen til Walker (1984), se figur 4). Fraværet av gode perioder og de mange krenkende handlingene utgjorde et konstant trykk av nedverdiggelse. Det rammet ikke bare der og da, men manifesterte seg som kontinuerlig grenseoverskridelse og forårsaket alvorlig lidelse.

Valget om å bruke kvalitative studier for å utdype opplevelsene av å bli misbrukt psykisk var tatt med hensikt for å kunne forstå følelser og erfaringer som er selvopplevd. Her beskrives handlingene fritt og ut fra eget levd liv, og styrken i funnene ligger i dybdeforståelsen av erfaringene og prosessene de gjennomgikk. Dette er kunnskap som er viktig å spre, fordi det kan avhjelpe ofre som finner det vanskelig å gjenkjenne det psykiske misbruket. Med tanke på forebygging kan dybdekunnskap om psykisk vold og dens skadevirkninger bidra til at ofre kommer seg fortere ut av det skadelige forholdet og får hjelp på et tidligere stadium. I kvantitative studier er kategorier av voldshandlinger definert av forskere, og deltakerne må svare på forhåndsbestemte spørsmål. Den rikholdige



fenomenologiske informasjonen fra denne studien er et godt utgangspunkt for kvantitative studier i arbeidet med å designe enda mer presise undersøkelser av den psykiske volden.

Gjennom disse studiene har vi hørt stemmene til 29 kvinner og 64 menn. Det framstod som nevnt meget komplisert for ofrene å forstå hva de opplevde før etter at de hadde opplevd det. Funnene styrkes av at alle deltakerne hadde vært ute av det misbrukende forholdet en tid før intervjuene. Informantenes pålitelighet er en essensiell del av kvalitative intervju (Kvale & Brinkmann, 2010), og et premiss for å få sannferdige resultater er derfor at ofrene har fått opplevelsene på avstand og mulighet til å sette misbrukserfaringene i perspektiv. Følgelig hadde de en større grad av forståelse for spørsmålsstillingen i intervjuet enn om intervjuet hadde foregått mens de fremdeles var i det misbrukende forholdet. Selv om opplevelsene deres er individuelle, samsvarer de med hverandre. Det synes plausibelt å forvente at lignende kvalitative studier vil finne tilsvarende resultater uten at de dermed kan generaliseres som et universelt fenomen. For eksempel kan studier fra ikke-vestlige kulturer gi resultater som divergerer fra nevnte studier.

Dataene reflekterer heterofile kvinners og homofile/bifile menns opplevelser. Det er en svakhet at funnene ikke viser hvordan menn i heterofile forhold og kvinner i lesbiske forhold opplever å bli psykisk misbrukt av sine partnere. Funnene fra denne litteraturgjennomgangen antas likevel å gi tilstrekkelig grunnlag for å vite noe om alvorlighetsgraden av psykisk misbruk, slik at en også kan være oppmerksom når heterofile menn og lesbiske kvinner opplever det. Det anbefales for fremtidig forskning at det undersøkes hvordan heterofile menn og lesbiske kvinner opplever den tvingende kontrollen, følelsen av å miste seg selv, om de i lik grad som heterofile kvinner levde uvitende om at de ble misbrukt emosjonelt, om det å bli isolert opplevdes likt for dem og om frykten var like altoppslukende.

## Stigma knyttet til partnervold

Funnene tilsier at kulturelle holdninger gjør seg gjeldende for enkeltindivider som internalisert og/eller forventet stigma. Individer som bar merkelappen IPV-offer opplevde et bredt spekter av negative holdninger fra det offentlige. Andres negative bedømmelser påvirket personen og manifesterte seg som følelser av skyld og skam fordi en ikke oppfylte disse og egne forventninger. Sett i lys av at stigma truer ens sosiale identitet, gir dette forståelse for selvfølgelig som IPV-ofre levde i. Videre bidro det til at ofrene skjulte misbruket og lot være å be om hjelp. Stigmaets konsekvenser er således katastrofale ut fra det vi vet om hvordan det er å leve under psykisk misbruk og kan forstås som en tilleggsbelastning til selve misbruket.

Stigmatisering gir uttrykk for en sosial norm som kommuniserer hva som aksepteres eller ikke aksepteres ut fra kulturelle føringer (jfr. poenget med at stigma er kulturelt betinget). IPV-stigma kommuniserer at partnervoldsofre har seg selv å takke for problemene sine og nedtoner erkjennelsen av IPV som et samfunnsmessig problem. Sosiale normer legger i så måte premissene for hvordan partnervolden oppfattes. For ofrene blir det da vanskelig å bli hørt, vanskelig å bli trodd og vanskelig å få hjelp. I partnervoldsforskningen er det derfor viktig å adressere hvordan de sosiale normene er til hinder for å få belyst temaet bredt nok og for å hjelpe mennesker til å forlate destruktive parforhold. En rådende oppfatning er at det er mest kvinner som utsettes for partnervold. Dette er synlig også i den norske handlingsplanen mot vold i nære relasjoner (Justis- og beredskapsdepartementet, 2013) og NOU 2003:31 (Justis- og politidepartementet (2003)), og i majoriteten av studiene på feltet er kvinner ofre. Imidlertid er det uklokt å ikke ta høyde for at menn også er ofre for psykisk misbruk, da dette kan danne grunnlag for å trekke gale konklusjoner. Det bidrar også til sterkere tabu og ytterligere styrking av den tradisjonelle oppfatningen.

Den ene studien viser hvordan mannlige og kvinnelige partnervoldsofre opplever stigma forskjellig. Kvinner opplevde stigma etter fysisk og psykisk IT og psykisk SCV, mens menn opplevde stigma etter psykisk situasjonsbestemt vold (SCV) og ikke etter systematisk kontrollerende vold (IT). En forklaring på sistnevnte kan ha sammenheng med tabu-aspektet; gjennom psykisk SCV blir en degradert og føler skam over å måtte finne seg i dette som mann. SCV oppstår også mer spontant og forstyrrer ens daglige fungering. I og med at psykisk IT kommer snikende, oppleves dette gjerne ikke like stigmatiserende, kanskje fordi det foregår i det skjulte og ikke påvirker hans posisjon utad. I et evolusjonistisk perspektiv ligger mannens styrke i hans fysiske framtoning og kapasitet, noe som kan ha en forklarende funksjon på hvorfor menn opplever stigma etter psykisk men ikke fysisk SCV. Mannen er evolusjonært sett kvinnen fysisk overlegen, og føler seg dermed ikke reelt truet. At kvinner ikke opplever stigmatisering etter fysisk SCV kan handle om at dette gjerne vekker mer sinne enn frykt, og gjør at kvinnen har mer behov for rettferdighet og gjenopprettelse enn beskyttelse. Evolusjonært innebærer kvinnens rolle i hjemmet at hun har omsorg for familien, administrerer hverdagen og er emosjonelt orientert. Når dette trues gjennom mønster av emosjonelt og/eller fysisk misbruk, og gjennom situasjonsbestemt psykisk misbruk, truer det hennes grunnleggende identitet, rolle og posisjon i hjemmet. I møte med det offentlige vil kvinner kjenne skam over å ikke greie å ivareta sitt ansvar, over å la seg trykke ned, og over nederlaget ved å ikke lykkes som hustru, mor og kvinne. Begge kjønn kan oppleve skam, forlegenhet og usikkerhet - komponenter som inngår i stigmaopplevelsen.

Stigmaets problem later til å være tosidig: Offerets tendens til ikke å fortelle og samfunnets tendens til ikke å forstå. Begge bidrar til å opprettholde forutinntatte holdninger om IPV-ofre. Når den utsatte ikke forteller om traumatiske opplevelser med misbruk fra parforholdet, informeres heller ikke hjelpeapparatet som skal bistå dem. Dette fører til at

hjelpeapparatet har for lite erfaring med partnervold og er gjerne usikker på hvordan ofrene bør bli møtt. Følgelig er deres imøtekommenhet preget av lite kunnskap og kan komme til uttrykk gjennom fraser og antakelser som signaliserer en fiendtlig innstilling til ofrene, noe som igjen fører til at ofrene kan kvi seg for å be om hjelp. Forståelsen for denne effekten leder til viktigheten av å spre kunnskap om partnervold inn i hjelpeapparat og offentlige etater for å øke forståelsen for denne gruppen voldsutsatte, og følgelig dempe negative holdninger slik at flere søker hjelp.

Litteraturstudien (Overstreet & Quinn, 2013) var verdifull ved at den kommuniserte kulturens viktige betydning for forståelsen av individuelle opplevelser av stigma. Den kvalitative og den ene kvantitative studien overlappet hverandre med henhold til stigmaopplevelser og gav nyttig informasjon om stigma fra hjelpeinstanser. Den siste studien undersøkte IPV-stigma i forhold til hvilken type misbruk og hvilken type parforhold IPV oppstod i og hadde som sagt interessante kjønnsmessige resultater. IPV-stigma er med dette belyst fra flere kanter, men kun fra offerets ståsted. Det ville vært nyttig å undersøke hvordan offentlig ansatte vurderer sine egne holdninger til partnervoldsofre. Dette kunne gitt en større bredde til forståelsen av IPV-stigma og vist hvorvidt partnervoldsofre på grunn av sin skjøre selvfungering og økte sensitivitet overfor andres vurderinger, tolker andres holdninger som mer fordomsfulle enn de faktisk er. Mer forskning om stigmaopplevelser ut fra mannens perspektiv ville også vært nyttig for å forstå hvilke føringer samfunnet legger angående menns viktigmisering. Studiene sier også lite om *hvorfor* det er forbundet med stigma å bli utsatt for partnervold og hva som ligger bak de forutinntatte holdningene. Handler oppfatningene for eksempel om at kvinner generelt er svake? Er de naive/enkle som ikke prøver å komme seg ut av forholdet? Eller er oppfatningen at partnervold er et privat anliggende? En utforskning av

slike spørsmål ville styrket studien og fungert som en rettesnor i forhold til hvilken type kunnskap som bør vektlegges i eventuelle holdningskampanjer.

### **Psykiske vansker**

Det fremkom av studiene at det psykiske misbruket var den dimensjonen av partnervold som gav flest og mest alvorlige helseproblemer. Misbrukets konsekvenser fordelte seg over flere psykologiske diagnosekategorier, der de vanligste var PTSD, angst, depresjon og somatisering. Dette er funn som synes troverdige sett i lys av de graverende psykisk krenkende handlingene som utgjorde misbruket (se del 1). Symptomene var langvarige og varte lengre enn den misbrukende relasjonen. Eksempler på faktorer som påvirket utvikling og opprettholdelse av symptomer, var negativ endring i selvkonsept, mangel på sosial støtte, tid (både lengden på forholdet og tid som var gått etter brudd), historikk (andre IPV-forhold eller traumatiske barndomsopplevelser) og frykt. De mange faktorene som bidro til symptomatologi nyanserer forståelsen av hvordan skadene oppstår.

Når det gjelder samfunnets ansvar for å ta den psykiske partnervolden på alvor, er det nødvendig å legge til grunn forskningsfunn om konsekvensene av misbruket. Som nevnt i innledningen er den samfunnsmessige kostnaden av partnervold meget høy, og det er rimelig å anta at de omfattende psykiske belastningene forårsaker en del av disse kostnadene. Dette er viktig kunnskap som tilsier at forebyggende arbeid mot partnervold er nødvendig.

Forskningsfeltets dreining i definisjoner av psykisk partnervold ut fra dens konsekvenser mer enn fra dens handlinger kan med fordel overføres til systemrettet arbeid på samfunnsplan.

Konsekvensene setter psykisk misbruk i perspektiv, og det er først når en forstår disse, at en forstår alvoret ved denne voldsformen. En annen dimensjon ved samfunnets ansvar i forhold til psykisk vold omhandler rettssystemet. «Ingers» historie belyser problemet med at det ikke var nok beviser for å få mannen straffedømt. Patologi og diagnoser som kan knyttes direkte til

misbruket bør tillegges vekt i slike saker og sidestilles med fysiske diagnoser som forekommer etter fysisk vold. En interessant vinkling vil være å sammenholde de psykologiske konsekvensene av psykisk misbruk med lovverk og menneskerettigheter da ulovligheten av psykisk vold kan presiseres og eksemplifiseres ut fra dens konsekvenser.

Det var uklart i alle utenom én studie om kriteriene for de aktuelle diagnosene var oppfylt. Med andre ord viser ikke studiene hvorvidt det er snakk om formelle diagnoser eller kun symptomer, noe som peker på behovet for ytterligere oppmerksomhet i fremtidig forskning. Videre undersøker studiene symptomatologi kun hos mennesker en *vet* har vært utsatt for psykisk misbruk. En annen innfallsvinkel kan være å undersøke hvor stor del av diagnosene som settes i psykisk helsevern, som avspeiler psykisk misbruk eller partnervold. Antakelsen om mørketall for psykisk misbrukte kan trolig underbygges ved en slik undersøkelse, da vi ut fra funn om stigma aner at pasienter gjerne oppgir andre årsaker enn misbruk som grunnlag for å be om hjelp.

De psykiske lidelsene som utgjør konsekvenser av psykisk misbruk, peker på at psykisk misbruk gjør syk. Mennesker settes ut av funksjon og fungerer ikke i samfunnet. Diagnosene i seg selv er alvorlige og tydeliggjør viktigheten av å øke kunnskap og bevissthet om psykisk misbruk i intime relasjoner.

### **Faktorer som fostrer heling etter psykisk misbruk**

Et viktig funn var at sosial støtte i stor grad bidro til symptomlette for ofre for psykisk misbruk. Dette er et verdifullt element å ta med seg innen psykisk helsevern og i det offentlige hjelpeapparatet generelt. Møter med mennesker er sosiale handlinger som gir de offentlig ansatte muligheten til å bidra positivt i menneskers liv. Også andre nettverk som familie og venner spiller en betydelig rolle, når det gjelder offerets helingsprosess slik vi så i del 1 av funnene.

En annen helende faktor var reforhandling av personlige grenser. Dette var en prosess som fasiliterte indre endring hos ofrene. Forløpet av det psykiske misbruket fungerte som et utgangspunkt for granskning, erkjennelse og bearbeidelse av den misbrukende relasjonen. Prosessen muliggjør heling fordi offeret må ta stilling til hva som gikk tapt underveis og forstå seg selv i lys av misbruket. Dette imøtekommer funnet om at selvfølelse og identitet skades eller ødelegges under misbruk, da økende grensesetting styrker individets selvfungering på sikt. Videre peker det på viktigheten av å holde fokuset på misbruket og den destruktive relasjonen i behandling. I behandling vil det således være nyttig å ha fokus på opplevelsene og i særlig grad opplevelsen av å ha mistet seg selv.

Det er også hensiktsmessig å vite hvilke faktorer som kan være til hinder for bedring. Fortsettelse av det misbrukende forholdet er en slik faktor, det samme er stort inntak av psykofarmaka. Sistnevnte taler for psykologisk behandling, som igjen bekrefter funnet om viktigheten av sosial støtte.

Den eneste undersøkelsen som er utført med tanke på utvikling av behandling for psykisk misbrukte, er studien om Forgiveness Therapy. Personens eget valg om å tilgi, og mestringspotensialet som ligger i dette, vektlegges. Metoden er lovende og gir gode resultater i form av reduserte symptomer på PTSD, angst og depresjon og økt selvfølelse. Behandlingen har assosiasjoner til humanistiske verdier som fremholder viktigheten av personlige behov, valg og ansvar der målet er å oppnå sitt fulle potensiale gjennom personlig vekst (Passer & Smith, 2008). FT ser ut til å være direkte rettet mot det som er mest skadet hos psykisk misbrukte, nemlig selvet. Forfatterne legger ikke skjul på at FT er krevende for pasienten, og understreker at behandlingen må foregå noen år etter at forholdet er slutt av hensyn til offerets behov for distanse, trygghet og stabilitet. Effekten av FT ble testet mot tradisjonelle behandlingsintervensjoner. Imidlertid hadde det vært interessant å sammenligne FT med

traumeterapi og kognitive behandlingsformer som en vet har effekt i behandlingen av traumer etter generell partnervold (se Eckhardt, Murphy, Whitaker, Sprunger, Dykstra & Woodard, 2013).

Spørsmålet om *når* behandlingen skal starte avhenger av flere forhold, oppsummert av funnene i denne studien. 1) Offeret må ha en viss erkjennelse av at relasjonen er usunn og ønske om hjelp. 2) Det avhenger av om offeret får hjelp når han/hun søker det. Kapittelet om stigma viser at enkelte opplever at noen barrierer må forseres for å bli trodd/tatt på alvor med sin historie. 3) Å starte behandling før en er ute av forholdet kan by på utfordringer. En blir sterkt begrenset og isolert av misbrukeren og har derfor kanskje ikke mulighet til å oppsøke hjelp selv om en gjerne vil. Dersom det lykkes å starte behandlingen på dette tidspunkt, bør behandlingen i starten ha fokus på å hjelpe personen ut av forholdet. Senere kan en ta fatt på den virkelige bearbeidelsen. 4) Dersom vi snakker om traumebehandling, er det et poeng at personen er stabilisert før bearbeidningen tar til. Frykt er trolig en hemmende faktor for behandling, og det er en forutsetning at personene føler seg trygg på tidspunktet for behandling. Også dette underbygger nødvendigheten av å hjelpe personen ut av forholdet.

Behandlere i psykisk helsevern må være spesielt oppmerksomme når det gjelder å gjenkjenne misbruket hos pasienten. I henhold til ovenstående funn er hemmeligholdelse, det å oppgi sekundære årsaker til sine plager og samfunnsmessig stigma spesifikke utfordringer som kjennetegner denne pasientgruppen. Den anvendelige The Tip of the Iceberg-modellen (James & MacKinnon, 2010, se figur 3) foreslår en måte å gjenkjenne det psykiske misbruket på for behandlere. Dette gjøres gjennom å merke seg pasientens fortellinger om verbal aggresjon, videre undersøke hvorvidt det foreligger emosjonelt misbruk som rammer pasientens emosjonelle fungering, og til slutt utforske psykisk misbruk som rammer ens selvfølelse og sosiale kompetanse.



Det mest oppsiktsvekkende funnet i denne delen var fraværet av studier om intervensjoner i møte med psykisk viktimisering. Det er rimelig å anta at intervensjoner som er rettet mot generell partnervold, vil ha god effekt også ved psykisk misbruk (se for eksempel Iverson, Gradus, Resick, Suvak, Smith & Monson, 2011; Johnson, Zlotnick & Perez, 2011; Kubany et al, 2004). Likevel er mangelen på spesifikt rettede studier en begrensning ved feltet fordi det psykiske misbruket innebærer så mange krenkende taktikker og strategier, både skjulte og åpenbare, at skadene skjer på flere nivå og ofte uten at offeret fornemmer destruktiviteten i det. Det at Blasco-Ros, Sánchez-Lorente og Martinez (2010) fant mer destruktive og langvarige skader for psykisk misbrukte enn for fysisk og psykisk misbrukte, taler for nødvendigheten av å forske mer på dette samt å utforske de spesifikke behovene som melder seg i behandlingen av psykisk misbrukte.

### **Oppsummering og videre anbefalinger**

Målet med denne studien har vært å få en større forståelse av psykisk misbruk og dets effekter, med håp om at det potensielt kan ha praktisk nytteverdi for behandlere i hjelpeapparatet (se Maxwell, 2005). Studien er formet ut fra fagfeltets betingelser. Mangfoldet av begreper, modeller og utilstrekkelige teorier fremstår som en utfordring, mens noen få grundige empiriske studier, begrepsutgreiinger og begynnende forsøk på en samlet konseptforståelse står siden som positive trekk ved feltet. Forskningsspørsmålene er influert av både målene for studien og det konseptuelle rammeverket. De avklarer at studien handler om opplevelsedimensjonen av både psykisk misbruk og stigma, samt psykologiske konsekvenser og bedring etter denne voldsformen. Metoden er valgt ut fra målsettingen og forskningsspørsmålene, og en litteraturstudie er et godt hjelpemiddel for å lære noe om alle de fire fokusområdene. I tillegg avdekker den områder der forskningen er mangelfull. Metodisk har studien vært utfordrende på grunn av mangelen på omforent fenomenforståelse. Validitet

må forstås mer som et mål enn et produkt (jfr. Maxwell, 2005) i denne studien, da datatilfanget har vært knapt. Resultatene som er rapportert antas troverdige ut fra de premisser forskningsfeltet representerer, men om de er representative for partnervoldsofre generelt, gjenstår det mye forskning for å finne ut av.

Det viktigste funnet i oppgaven er at psykisk misbruk har en omfattende effekt på offeret. Et vesentlig funn er betydningen av sosial støtte for å klare å forstå misbruket, klare å bryte med partneren, våge å søke hjelp, forsterke bedring og forsterke effekten av behandling. Den mest åpenbare begrensningen med studien er mangelen på data om menn i heterofile forhold, noe som er viktig for å få et balansert bilde av hvordan psykisk misbruk oppleves av de som utsettes for det. Viktigheten av å spre kunnskap om IPV og psykisk vold i samfunnet er understreket fordi det kan ha en forebyggende effekt. Informasjonen bør være rettet mot hvordan det oppleves å bli psykisk misbrukt, hvilke skadelige konsekvenser det innebærer og hvilke faktorer som bidrar til bedring av disse. Målet må være å redusere stigma slik at flere får hjelp, og å øke den generelle bevisstheten om dette i befolkningen, slik at færre involverer seg i voldelige intime relasjoner.

Det er et stort potensiale for fremtidig forskning for å bedre kunnskapen om psykisk misbruk i parforhold. Å samle feltet til en mer helhetlig teori vil være nyttig for å vise hva vi vet og hva vi ikke vet om dette fenomenet. Per dags dato synes det viktig å forske mer på både kvinners og menns opplevelser av psykisk misbruk, hvilken rolle maktbalanse spiller for utøvelse av psykisk vold i parrelasjoner og på risikofaktorer for voldsutøvelse og for å bli offer for psykisk vold. Videre er det behov for å utarbeide behandlingsformer som er tilpasset denne pasientgruppen, samt gjøre studier vedrørende forebygging.

### Referanser:

- Arriaga, X. B., & Catezza, N. M. (2005). Targets of partner violence: The importance of understanding coping trajectories. *Journal of Interpersonal Violence, 20(1)*, 89–99. doi: 10.1177/0886260504268600
- Berkowitz, L. (1993). *Aggression: Its causes, consequences, and control*. New York: McGraw-Hill Book Company.
- Blasco-Ros, C., Martinez, M., & Sánchez-Lorente, S. (2010). Recovery from depressive symptoms, state anxiety and post-traumatic stress disorder in women exposed to physical and psychological, but not to psychological intimate partner violence alone: A longitudinal study. *BMC Psychiatry, 10(1)*, 98. doi: 10.1186/1471-244X-10-98
- Começanha, R., Basto-Pereira, M., & Maia, Â. (2017). Clinically speaking, psychological abuse matters. *Comprehensive Psychiatry, 73*, 120–126. doi: 10.1016/j.comppsy.2016.11.015
- Crowe, A., & Murray, C. E. (2015). Stigma from professional helpers toward survivors of intimate partner violence. *Partner Abuse, 6(2)*, 157–179. doi: 10.1891/1946-6560.6.2.157
- Czerny, A. B. (2014). *Delineating self: how individuals renegotiate boundaries after experiencing intimate partner violence* (Doctoral dissertation, The University of North Carolina at Charlotte). Hentet fra <https://search.proquest.com/openview>
- De Caprona, Y. (2013). *Norsk etymologisk ordbok: Tematisk ordnet*. Oslo: Kagge.
- Eckhardt, C. I., Murphy, C. M., Whitaker, D. J., Sprunger, J., Dykstra, R., & Woodard, K. (2013). The effectiveness of intervention programs for perpetrators and victims of intimate partner violence. *Partner Abuse, 4(2)*, 196–231. doi: 10.1891/1946-6560.4.2.196

- Eckstein, J. J. (2016). IPV stigma and its social management: The roles of relationship-type, abuse-type, and victims' sex. *Journal of Family Violence, 31*(2), 215–225. doi: 10.1080/03637750902828412.
- Eid, J. T. (2012). Levd kropp – en analyse av Anna Luise Kirkengens tenkning. *Michael 2012 9*(3), 254–67. Hentet fra <http://www.dnms.no/pdf>
- Estefan, L. F., Coulter, M. L., & VandeWeerd, C. (2016). Depression in women who have left violent relationships: the unique impact of frequent emotional abuse. *Violence Against Women, 22*(11), 1397–1413. doi: 10.1177/1077801215624792
- FNs generalforsamling. (1948). *Verdenserklæringen for menneskerettigheter*. Paris. Hentet fra [www.fn.no](http://www.fn.no)
- Follingstad, D. R. (2009). The impact of psychological aggression on women's mental health and behavior: The status of the field. *Trauma, Violence, & Abuse, 10*(3), 271–289. doi: 10.1177/1524838009334453
- Follingstad, D. R., & Dehart, D. D. (2000). Defining psychological abuse of husbands toward wives: Contexts, behaviors, and typologies. *Journal of Interpersonal Violence, 15*(9), 891–920. doi: 10.1177/088626000015009001
- Ford–Gilboe, M., Wuest, J., Varcoe, C., Davies, L., Merritt–Gray, M., Campbell, J., ... Wilk, P. (2009). Modelling the effects of intimate partner violence and access to resources on women's health in the early years after leaving an abusive partner. *Social Science & Medicine, 68*(6), 1021–1029. doi: 10.1016/j.socscimed.2009.01.003
- Hammerlin, Y. (2004). Når det ikke–synbare blir gjort synlig. *Suicidologi, 9*(1), 3–7. Hentet fra <http://www.journals.uio>

- Hammerlin, Y. (2014). Når fysisk og psykisk vold blir en reduksjonisme. *Tidsskrift for norsk legeforening*, 18, 134. doi: 10.4045/tidsskr.14.0939.
- Isdal, P. (2000). *Meningen med volden*. Oslo: Kommuneforlaget.
- Iverson, K. M., Gradus, J. L., Resick, P. A., Suvak, M. K., Smith, K. F., & Monson, C. M. (2011). Cognitive-behavioral therapy for PTSD and depression symptoms reduces risk for future intimate partner violence among interpersonal trauma survivors. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 79(2), 193–202. doi: 10.1037/a0022512
- James, K., & MacKinnon, L. (2010). The tip of the iceberg: A framework for identifying non-physical abuse in couple and family relationships. *Journal of Feminist Family Therapy*, 22(2), 112–129. DOI: 10.1080/08952831003787867
- Janoff-Bulman, R. (1992). *Shattered assumptions*. New York: Simon and Schuster.
- Jewkes, R. (2010). Emotional abuse: a neglected dimension of partner violence. *The Lancet*, 376(9), 851–852. doi: 10.1016/S0140-6736(10)61079-3
- Johnson, D. M., Zlotnick, C., & Perez, S. (2011). Cognitive behavioral treatment of PTSD in residents of battered women's shelters: results of a randomized clinical trial. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 79(4), 542–551. doi: 10.1037/a0023822
- Johnson, M. P. (2005). Domestic violence: it's not about gender—or is it? *Journal of Marriage and Family*, 67(5), 1126–1130. doi: 10.1111/j.1741-3737.2005.00204.x
- Johnson, M. P. (2006). Apples and oranges in child custody disputes: Intimate terrorism vs. situational couple violence. *Journal of Child Custody*, 2(4), 43–52. doi: 10.1300/J190v02n04\_03
- Johnson, M. P. (2009). Langhinrichsen–Rolling's confirmation of the feminist analysis of intimate partner violence: comment on «Controversies involving gender and intimate

- partner violence in the United States». *Sex Roles*, 62(3–4), 212–219. doi:10.1007/s11199-009-9697-2
- Johnson, M. P. (2011). Gender and types of intimate partner violence: A response to an anti-feminist literature review. *Aggression and Violent Behavior*, 16(4), 289–296. doi: 10.1016/j.avb.2011.04.006
- Jonassen, W. (2013). Fra kvinnemishandling til vold i nære relasjoner. Regjeringens handlingsplaner mot vold. *Tidsskrift for kjønnsforskning*, 37(1), 46–62. (doi-nummer utilgjengelig).
- Justis- og beredskapsdepartementet (2013). *Et liv uten vold: Handlingsplan mot vold i nære relasjoner*. St.meld. Nr 8 (2014–2017). Oslo: Justis- og beredskapsdepartementet/Fagbokforlaget. (doi-nummer utilgjengelig).
- Justis- og politidepartementet (2003). *Retten til et liv uten vold – Menns vold mot kvinner i nære relasjoner*. NOU 2003:31. Oslo: Statens forvaltningstjeneste. (doi-nummer utilgjengelig).
- Kelly, J. B., & Johnson, M. P. (2008). Differentiation among types of intimate partner violence: Research update and implications for interventions. *Family Court Review*, 46(3), 476–499. doi: 10.1111/j.1744-1617.2008.00215.x
- Krebs, C., Breiding, M. J., Browne, A., & Warner, T. (2011). The association between different types of intimate partner violence experienced by women. *Journal of Family Violence*, 26(6), 487–500. doi: 10.1007/s10896-011-9383-3
- Kubany, E. S., Hill, E. E., Owens, J. A., Iannce–Spencer, C., McCaig, M. A., Tremayne, K. J., ... Williams, P. L. (2004). Cognitive trauma therapy for battered women with PTSD (CTT-BW). *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 72(1), 3–18. doi: 10.1037/0022-006X.72.1.3

- Kvale, S. & Brinkmann, S. (2009). *Det kvalitative forskningsintervju* (2nd ed.). Oslo: Gyldendal norsk forlag.
- Lammers, M., Ritchie, J., & Robertson, N. (2005). Women's experience of emotional abuse in intimate relationships: A qualitative study. *Journal of Emotional Abuse, 5*(1), 29–64. doi: 10.1300/J135v05n01\_02
- Langhinrichsen-Rohling, J. (2010). Controversies involving gender and intimate partner violence in the United States. *Sex Roles, 62*(3–4), 179–193. doi: 10.1007/s11199-009-9628-2
- Lawrence, E., Yoon, J., Langer, A., & Ro, E. (2009). Is psychological aggression as detrimental as physical aggression? The independent effects of psychological aggression on depression and anxiety symptoms. *Violence and Victims, 24*(1), 20–35. doi: 10.1891/0886-6708.24.1.20
- Loring, M. T. (1994). *Emotional abuse*. New York: Lexington Books/Macmillan.
- McHugh, M. C., Rakowski, S., & Swiderski, C. (2013). Men's experience of psychological abuse: Conceptualization and measurement issues. *Sex Roles, 69*(3–4), 168–181. doi: 10.1007/s11199-013-0274-3
- Maiuro, R. D. (2001). *Psychological abuse in violent domestic relations*. New York: Springer Publishing Company.
- Maiuro, R. (Ed.). (2015). *Perspectives on verbal and psychological abuse*. New York: Springer Publishing Company.
- Maxwell, J.A. (2005). *Qualitative research design: An interactive approach* (2nd ed.). California: Sage Publications, Inc.
- Morse, M. A. (2003). *An exploration of women's experiences of emotional abuse* (Doctoral dissertation, University of Georgia). Hentet fra <https://getd.libs.uga.edu>

- Murray, C. E., Crowe, A., & Brinkley, J. (2015). The stigma surrounding intimate partner violence: A cluster analysis study. *Partner Abuse, 6*(3), 320–336. doi: 10.1891/1946-6560.6.3.320
- Overstreet, N. M., & Quinn, D. M. (2013). The intimate partner violence stigmatization model and barriers to help seeking. *Basic and Applied Social Psychology, 35*(1), 109–122. doi: 10.1080/01973533.2012.746599.
- Pape, H., & Stefansen, K. (2004). *Den skjulte volden. En undersøkelse om Oslobefolkningens utsatthet for trusler, vold og seksuelle overgrep*. Oslo: Nasjonalt kunnskapssenter om vold og traumatisk stress.
- Passer, M. W., & Smith, R. E. (2008). *Psychology: The science of mind and behavior* (3rd ed.). Boston, MA: McGraw.Hill.
- Pence, E., & Paymar, M. (1993). *Education groups for men who batter: The Duluth model*. New York: Springer Publishing Company.
- Pico-Alfonso, M. A. (2005). Psychological intimate partner violence: The major predictor of posttraumatic stress disorder in abused women. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews, 29*(1), 181–193. doi: 10.1016/j.neubiorev.2004.08.010
- Potthoff, A. L., & Babcock, J. C. (2015). Factors Mediating and Moderating the Relationship between Abuse and Commitment. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma, 24*(1), 68–83. doi: 10.1080/10926771.2015.982239
- Queen, J., Nurse, A., Brackley, M. H., & Williams, G. B. (2009). Being emotionally abused: a phenomenological study of adult women's experiences of emotionally abusive intimate partner relationships. *Issues in Mental Health Nursing, 30*(4), 237–245. doi: 10.1080/01612840802701257



- Rasmussen, I., Strøm, S., Sverdrup, S., & Vennemo, H. (2012). *Samfunnsøkonomiske kostnader av vold i nære relasjoner*. Oslo: Vista Analyse.
- Reed, G. L., & Enright, R. D. (2006). The effects of forgiveness therapy on depression, anxiety, and posttraumatic stress for women after spousal emotional abuse. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 74*(5), 920–929. doi: 10.1037/0022-006X.74.5.920
- Rodríguez–Carballeira, Á., Porrúa-García, C., Escartín, J., Martín–Peña, J., & Almendros, C. (2014). Taxonomy and hierarchy of strategies of psychological abuse in intimate partner relationships. *Anales de Psicología/Annals of Psychology, 30*(3), 916–926. doi: 10.6018/analesps.30.3.154001
- Rogers, M. J., & Follingstad, D. R. (2014). Women’s exposure to psychological abuse: Does that experience predict mental health outcomes? *Journal of Family Violence, 29*(6), 595–611. doi: 10.1007/s10896-014-9621-6
- Skogstrøm, L., Letvik, H., & Dragland, L.L. (2016). Offer for psykisk vold: Det hadde vært mye lettere om han hadde slått. Aftenposten: <https://www.aftenposten.no>
- Stark, E. (2006). Commentary on Johnson’s «Conflict and control: Gender symmetry and asymmetry in domestic violence». *Violence Against Women, 12*(11), 1019–1025. doi: 10.1177/1077801206293329
- Streker, P. J. (2012). «*I wish that he hit me*»: the experiences of people who have psychoemotionally abused others (Doctoral dissertation, Victoria University). Hentet fra <http://vuir.vu.edu.au>
- Taft, C. T., Murphy, C. M., & Creech, S. K. (2016). *Trauma–informed treatment and prevention of intimate partner violence*. Washington DC: American Psychological Association.

- Tani, F., Ingoglia, S., & Smorti, M. (2016). Do Communication Patterns Predict the Psychological Abuse in Young Adults Romantic Relationships? *BPA–Applied Psychology Bulletin (Bollettino di Psicologia Applicata)*, *64*(275), 3–13. (doi–nummer utilgjengelig).
- Vatnar, S. K. B. (2004). Partnervold og kvinnemishandling. *Tidsskrift for norsk psykologforening*, *41*(12), 969–970. (doi–nummer utilgjengelig).
- Walker, L. E. (1984). *The Battered Woman Syndrome*, New York: Springer Publishing Company.
- Woodyatt, C. R., & Stephenson, R. (2016). Emotional intimate partner violence experienced by men in same–sex relationships. *Culture, Health & Sexuality*, *18*(10), 1137–1149.  
doi: 10.1080/13691058.2016.1175027

Kasusvignetter fra resultatdelen hentet fra [klikk.no/forum](http://klikk.no/forum) og [forum.doktoronline.no](http://forum.doktoronline.no)

Figur av «Voldssyklusen» er hentet fra [fresno.courts](http://fresno.courts)

## Appendiks A

Oversikt over artiklene som utgjør datamaterialet, inndelt etter tema. Det gis en kort oversikt over essensen i studiene og de funn som var relevante for denne oppgaven.

Forfattere/referanse	Målet med studien	Metode og utvalg	Funn
Forløp av psykisk misbruk - utøvelse, opplevelse og virkning			
Lammers, M., Ritchie, J., & Robertson, N. (2005). Women's experience of emotional abuse in intimate relationships: A qualitative study. <i>Journal of Emotional Abuse</i> , 5(1), 29–64.	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Undersøke hvilke dynamikker som ligger under for emosjonelt misbruk.</li> <li>* Undersøke hvilken innflytelse dette hadde på kvinnene.</li> <li>* Utforske hvordan beskrivelser av kjønnsroller er implisert i feministiske oppfatninger av emosjonelt misbruk.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Kvalitativ</li> <li>* 7 kvinner</li> <li>* Gruppesesjoner over 4 mnd. med «memory work».</li> <li>* Kvinnene fortalte sine opplevelser og var selv med på å analysere den sosiale meningen som lå i minnene fra misbruket. Forskernes og deltakernes analyser ble sammenlignet.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Resultater viste tre typer misbrukende adferd som alle var kontrollerende: Dominant (som skremmer), stille (som avviser) og subtil (som underminerer).</li> <li>* Analysene avdekket flere temaområder: Virkning av misbruket, Emosjonell ensomhet, desperasjon, skyld, forvirring, frykt, redusert selvfølelse, redusert identitet, sinne og løsrivelse fra misbruk.</li> </ul>
Morse, M. A. (2003). <i>An exploration of women's experiences of emotional abuse</i> (Doctoral dissertation, University of Georgia).	<p>Undersøke:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* Hvordan kvinnene tillegger mening til sin historie, oppfatning, og opplevelse av emosjonelt misbruk.</li> <li>* Hvilke faktorer som er assosiert med deres involvering i emosjonelt misbrukende forhold.</li> <li>* Hvilke faktorer som påvirker brudd og bedring fra emosjonelt misbruk.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Kvalitativ</li> <li>* Strategisk utvalg og «snowballing»</li> <li>* 7 kvinner</li> <li>* Intervju (2 kontaktpunkter)</li> <li>* Kvalitative analyser</li> </ul>	<p>Funn som svarer på artikkelens forskningsspørsmål 1 og 3 (spm.2 er ikke relevant for denne oppgaven):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* Type emosjonelt misbruk: De mange misbrukende handlingene ble identifisert.</li> <li>* Bevissthet om emosjonelt misbruk: Kom til syne gjennom kontakt med eksterne kilder.</li> <li>* Hvilken rolle støttende nettverk spiller: Andres bekreftelser var viktig for å erkjenne misbruket og bryte med partner.</li> <li>* Helingsprosessen: Selve bruddet var et premiss for selvstyrking etter ødelagt selvfølelse.</li> </ul>

Forfattere/referanse	Målet med studien	Metode og utvalg	Funn
<p>Queen, J., Nurse, A., Brackley, M. H., &amp; Williams, G. B. (2009). Being emotionally abused: a phenomenological study of adult women's experiences of emotionally abusive intimate partner relationships. <i>Issues in Mental Health Nursing</i>, 30(4), 237–245.</p>	<p>* Utforske og beskrive hvordan kvinner opplevde å leve under psykisk vold</p>	<p>* Kvalitativ * Intervju-undersøkelse * 15 deltakere * Hermeneutiske analyser (Diekelmann's tilnærming)</p>	<p>Opplevelsene var knyttet til 7 hovedtema som viste aspekter ved misbruket fra begynnelse til slutt: * Føle seg fanget * Definerende øyeblikk * Dissosiere fra seg selv * Fikse og tilpasse adferd og omgivelser * Påpasselig manipulasjon * Ubønhørlig terror * Ta et standpunkt</p>
<p>Woodyatt, C. R., &amp; Stephenson, R. (2016). Emotional intimate partner violence experienced by men in same-sex relationships. <i>Culture, Health &amp; Sexuality</i>, 18(10), 1137–1149.</p>	<p>Å beskrive homofile og bifile menns oppfatninger av emosjonelt misbruk i likekjønnede mannlige forhold, inkludert definisjonerforløpere og opplevelser.</p>	<p>* Kvalitativ * Grupperesjoner over 5 mnd. * 64 deltakere fordelt på 10 grupper. * Stedbasert utvalgsmetode (rekruttering fra f.eks homovennlige barer/ klubber) * Kvalitative analyser.</p>	<p>* Definisjoner av emosjonell vold ut fra åpenbare handlinger som verbal aggresjon, dominans og kontroll, og og subtile som manglende kommunikasjon og passivitet. * Denne voldsformen oppfattet som mer ødeleggende enn fysisk vold. * Forløpere for volden: Sjalousi, usikkerhet, maktforskjeller, manglende kompatibilitet og internalisert homofobi. * Opplevelser av emosjonell vold: Subtil voldsform, vanlig i likekjønnede forhold, mer skadelig enn andre voldsformer, inngangsport for andre typer vold.</p>

Forfattere/referanse	Målet med studien	Metode og utvalg	Funn
Innhold i og konsekvenser av IPV-stigma			
<p>Crowe, A., &amp; Murray, C. E. (2015). Stigma from professional helpers toward survivors of intimate partner violence. <i>Partner Abuse, 6</i>(2), 157–179.</p>	<p>Undersøker:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* I hvilken grad vanlige konseptbeskrivelser av stigma passer med erfaringer fra misbruk i parforhold.</li> <li>* Hvorvidt overlevende etter partnervold opplevde stigmatisering i møte med ulike hjelpeinstanser og eget nettverk.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Kvalitativ og kvantitativ (vektlegging av kvalitative data).</li> <li>* E-survey (219 deltakere) og dybdeintervju (12 kvinner)</li> <li>* Forhåndsbestemt koding av stigmaopplevelser som innbefattet skam, skyld, diskriminering, tap av status, isolasjon, avvisning, uprofesjonalitet.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Kategorier av hjelpeinstanser: Politi/nødetat, rettsystem, medisinsk personell, psykisk helsepersonell, krise-/familiesentre, foreldrerelaterte ressurser, religiøse institusjoner, jobb/utdanning.</li> <li>* Flest stigmaopplevelser med rettsvesen og politi/nødetater: Avvisning, skyldfølelse, diskriminering og uprofesjonelle holdninger.</li> <li>* Nest flest stigmaopplevelser med psykisk helsepersonell og i jobb/utdanning: Avvisning, skyldfølelse, tap av status og diskriminering.</li> <li>* Noe mindre stigmaopplevelser i møte med krise/familiesentre, religiøse institusjoner, medisinsk helsepersonell og foreldrerelaterte ressurser: Variasjon av alle typer stigmaopplevelsene.</li> </ul>
<p>Eckstein, J. J. (2016). IPV stigma and its social management: The roles of relationship-type, abuse-type, and victims' sex. <i>Journal of Family Violence, 31</i>(2), 215–225.</p>	<p>Undersøke hvilken rolle type voldsrelasjon (IT/SCV), type misbruk (fysisk/psykisk) og kjønn spiller for opplevelsen av stigma.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Kvantitativ</li> <li>* E-survey</li> <li>* 345 deltakere (både kvinner og menn)</li> <li>* Klyngeanalyser, regresjonsanalyser</li> </ul>	<p>Resultater:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* Kvinner hadde gjennomsnittlig mer viktigmisering enn menn, mens begge kjønn opplevde stigma ifht. IPV.</li> <li>* IPV type predikerte stigma mer enn kjønn.</li> <li>* Fysisk og psykisk mishandling var positivt assosiert med stigma.</li> <li>* IT-ofre rapporterte mer stigma enn SCV-ofre.</li> <li>* Der var kjønnsforskjeller etter hvilken voldsrelasjon og hvilken type misbruk ofrene hadde opplevd.</li> </ul>

Forfattere/referanse	Målet med studien	Metode og utvalg	Funn
<p>Murray, C. E., Crowe, A., &amp; Brinkley, J. (2015). The stigma surrounding intimate partner violence: A cluster analysis study. <i>Partner Abuse, 6(3)</i>, 320–336.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Finne ut hvilke typer stigma som forekommer samtidig.</li> <li>* Undersøke hvorvidt individuelle erfaringer med stigma er forskjellig ut fra hvilke(n) type(r) misbruk de var utsatt for.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Kvantitativ</li> <li>* Lempelig (convenience) utvalg</li> <li>* 343 deltakere (263 av disse var kvinner)</li> <li>* E-survey</li> <li>* Klyngeanalyser</li> <li>* 12 typer stigma målt (skam, diskriminering, sort får, isolasjon, merkelapp, tap av makt, tap av status, skyld, hemmeligholdelse, separasjon, sosial eksklusjon, stereotype).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Stigmaerfaringene forekom i tre nivåer: lav, moderat og høy.</li> <li>* Hvor mange som opplevde hvilke type misbruk: Fysisk: 53%, Emosjonelt: 66%, Verbalt misbruk: 61%, Seksuelt misbruk: 40%.</li> <li>* 4 klynger: <ul style="list-style-type: none"> <li>- klynge 1: lavt nivå av stigma. Få opplevelser med hver av de 12 typene stigma.</li> <li>- klynge 2 og 3: moderat nivå av stima. Typer stigma: sort får, skyldfølelse, skam og separasjon.</li> <li>- klynge 4: høyt nivå av stigma, mange opplevelser med hver av de 12 typene stigma.</li> <li>- De høyeste nivåene av stigma var assosiert med høye nivå av emosjonelt misbruk.</li> </ul> </li> </ul>
<p>Overstreet, N. M., &amp; Quinn, D. M. (2013). The intimate partner violence stigmatization model and barriers to help seeking. <i>Basic and Applied Social Psychology, 35(1)</i>, 109–122.</p>	<p>Søker å:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* Angi bakgrunnen for hvordan man kan forstå IPV-stigmatisering ved å plasere den inn i en sosialpsykologisk kontekst.</li> <li>* Presentere en stigmatiseringsmodell ut fra litteratur som støtter modellen.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Litteraturstudie.</li> <li>* Søkemotorer: PsycInfo, PubMed, Scopus.</li> <li>* Inkluderte: empiriske studier men mennesker som hadde opplevd IPV, fokuserte på tematikk omkring hjelpe-søking og barrierer for dette, amerikanske studier.</li> </ul>	<p>Resultater:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* At kultur ligger under for stigmatiseringi samfunnet.</li> <li>* At forventet og internalisert stigma er individuelle stigmaopplevelser som er betinget av kulturelle stigma.</li> <li>* At grad av stigmaets sentralitet og fremtredenhet i personens identitet modererer graden av forventet og internalisert stigma.</li> </ul>

Forfattere/referanse	Målet med studien	Metode og utvalg	Funn
Konsekvenser av det psykiske misbruket			
Começanha, R., Basto-Pereira, M., & Maia, Â. (2017). Clinically speaking, psychological abuse matters. <i>Comprehensive Psychiatry</i> , 73, 120–126.	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Stadfeste assosiasjonen mellom sosio-demografiske variabler og psykisk IPV, undersøke</li> <li>* Finne prevalens</li> <li>* Se på om det er symmetri i psykisk voldutøvelse/ gjensidighet mellom kjønnene.</li> <li>* Utforske hvorvidt psykisk IPV predikerer mentale helseproblemer (PTSS, depresjon, angst).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Kvantitativ</li> <li>* 661 deltakere (universitets-studenter)</li> <li>* e-survey, og oppgav demografisk info, info om traumatiske, depressive og angst-symptomer, hvorvidt de hadde vært utsatt for IPV generelt og psykologisk IPV spesielt.</li> </ul>	<p>Psykisk IPV korrelerer med PTSS, depr + angst-symptomer, samt med varighet av det voldelige forholdet og hvor lang tid det har gått siden brudd. En historikk med PTSS var den sterkeste predikatoren for alle variabler. Sterkest assosiasjon mellom psykisk IPV og PTSS.</p>
Estefan, L. F., Coulter, M. L., & VandeWeerd, C. (2016). Depression in women who have left violent relationships: the unique impact of frequent emotional abuse. <i>Violence Against Women</i> , 22(11), 1397–1413.	<p>Undersøke hvilke kontekstuelle forhold som eksisterer mellom type/ frekvens av IPV, samfunnsmessige ressurser og forhold (transport, bofasiliteter, sysselsetting, sosial støtte) og den emosjonelle helsen over tid hos kvinner som har vært i voldelige situasjoner.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Kvantitativ</li> <li>* Pilotstudie over to år, data hentet fra et pågående program som tilbød hjelp til overlevende etter IPV.</li> <li>* Pretest- og posttestundersøkelse før og etter involvering i programmet.</li> <li>* 156 kvinner</li> <li>* Bivariate korrelasjoner og regresjonsanalyser</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Sterk og stabil relasjon mellom tidligere frekvent emosjonelt misbruk og langvarig depresjon hos ofrene.</li> <li>* Flere faktorer hadde en signifikant assosiasjon til depresjon: Frekvens av misbruk, helse, økonomi, bofasiliteter, transport og sosial støtte, og kan ha bidratt til opprettholdelse av symptomer.</li> </ul>
Lawrence, E., Yoon, J., Langer, A., & Ro, E. (2009). Is psychological aggression as detrimental as physical aggression? The independent effects of psychological aggression on depression and anxiety symptoms. <i>Violence and Victims</i> , 24(1), 20–35.	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Klargjøre den psykologiske aggresjonens natur hos nygifte (ikke relevant for denne oppgaven).</li> <li>* Forklare hvordan forløp av psykologisk viktimitisering er assosiert med forløp av depresjons- og angstsymptomer.</li> <li>* Klargjøre psykisk og fysisk viktimitisering sin innflytelse på depresjons- og angstsymptomer.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Kvantitativ</li> <li>* 103 gifte par deltok</li> <li>* 4 målinger over 2-3 år</li> <li>* Variabler: Demografi, viktimitisering (fysisk/ psykisk) og symptomatologi (angst/ depresjon)</li> <li>* Korrelasjonsanalyser, chi-square og vekstkurve analyser.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Begge kjønn viste sterk assosiasjon mellom psykisk viktimitisering og symptomer.</li> <li>* Kvinner hadde mer symptomatologi enn menn.</li> <li>* Når psykisk viktimitisering økte, økte symptomene hos begge kjønn.</li> <li>* Økt fysisk viktimitisering viste ikke symptomendringer, men økt fysisk vold gav økte angstsymptomer og økt psykisk vold gav økte symptomer for depresjon.</li> </ul>

Forfattere/referanse	Målet med studien	Metode og utvalg	Funn
<p>Pico-Alfonso, M. A. (2005). Psychological intimate partner violence: The major predictor of posttraumatic stress disorder in abused women. <i>Neuroscience &amp; Biobehavioral Reviews</i>, 29(1), 181–193.</p>	<p>Undersøke PTSD-symptomatologi hos kvinner som har vært utsatt for IPV (fysisk, psykisk og seksuell), og hvordan andre voldsopplevelser fra livet (misbruk i barndom og annen viktimitisering i voksen alder) bidrar til utviklingen av PTSS.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Kvantitativ</li> <li>* 127 kvinner rekruttert fra hjelpesentre for voldsutsatte kvinner</li> <li>* Spørreskjema utført vha intervju over 4-6 møter.</li> <li>* Variabler: Demografi, IPV-variabler, historikk med viktimitisering, PTSD-symptomer.</li> <li>* ANOVA, faktoranalyser, hierarkiske regresjonsanalyser.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 28% hadde PTSD, 80% av disse relaterte symptomene til IPV.</li> <li>* Psykisk viktimitisering i voksen alder (også andre enn partner) predikerte PTSD, og psykisk IPV var hovedpredikatoren for PTSD, etterfulgt av seksuell og fysisk.</li> <li>* Hvorvidt partene bodde sammen eller ikke var ikke av betydning for tilstedeværelsen av PTSD.</li> <li>* Frykt utløst av psykisk misbruk opplevdes mer alvorlig enn fysisk vold og påvirket psykologisk fungering.</li> </ul>
<p>Rogers, M. J., &amp; Follingstad, D. R. (2014). Women's exposure to psychological abuse: Does that experience predict mental health outcomes? <i>Journal of Family Violence</i>, 29(6), 595–611.</p>	<p>Undersøke om forekomsten av psykisk misbruk predikerer spesifikke helsemessige utfall sammenlignet med andre variabler som er forbundet med de samme utfallene.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Kvantitativ</li> <li>* E-survey</li> <li>* 361 kvinner fra IPV-forhold (psykisk misbruk)</li> <li>* Variabler: Kliniske nivåer av depresjon, angst og somatisering, symptomer på depresjon, angst og somatisering, funksjonsproblemer i livet generelt, på jobb og hjemme, nåtidige og framtidige suicid-tanker.</li> <li>* Statistiske analyser.</li> </ul>	<p>Flere faktorer enn selve misbruket spilte en rolle for utviklingen av nevnte psykologiske konsekvenser: Eksisterende relasjonelle skjema, negativ endring i personlighet som følge av psykisk misbruk, sosial isolasjon og fremmedgjøring, oppfattet fare/skade/innflytelse av det psykiske misbruket. Ulike kombinasjoner av disse variablene utgjorde 57%-99% av variansen av mental u-helse.</p>



Forfattere/referanse	Målet med studien	Metode og utvalg	Funn
<b>Helingsprosessen - perspektiver for støtte og behandling</b>			
Blasco–Ros, C., Martinez, M., & Sánchez–Lorente, S. (2010). Recovery from depressive symptoms, state anxiety and post- traumatic stress disorder in women exposed to physical and psychological, but not to psychological intimate partner violence alone: A longitudinal study. <i>BMC Psychiatry</i> , 10(1), 98.	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Utforske kursen av mental helse over tre år.</li> <li>* Avgjøre hvilke faktorer som bidrar til enten bedring eller forverring av mental helse.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Kvantitativ (del av longitudinell studie)</li> <li>* 33 kvinner utsatt for fysisk og psykisk misbruk, 23 kvinner utsatt for kun psykisk misbruk (kontrollgruppe på 35 uten IPV-erfaring)</li> <li>* Re-intervjuet tre år etter første studie - strukturerte intervju</li> <li>* Variabler: Demografi, medisinsk behandling, utviklinge av IPV innen parforholdet, historikk av viktimering og sosial støtte.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Mental helse (angst, depresjon, PTSD og suicidal adferd) tar forskjellig kurs etter hvilken type misbruk de var utsatt for.</li> <li>* Psykisk viktimering var mer skadelig og sjansene for bedring redusert sammenlignet med fysisk og psykisk misbruk kombinert.</li> <li>* Sosial støtte predikerte bedring.</li> <li>* Høyt inntak av psykofarmaka predikerte at psykologiske lidelser vedvarte .</li> </ul>
Czerny, A. B. (2014). <i>Delineating self: how individuals renegotiate boundaries after experiencing intimate partner violence</i> (Doctoral dissertation, The University of North Carolina at Charlotte).	Utforske reforhandling av personlige grenser i helingsperspektiv etter psykisk misbruk.	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Kvalitativ</li> <li>* Intervju</li> <li>* Kvalitative analyser</li> <li>* 11 deltakere (av disse var 1 mann)</li> <li>* Rekruttert fra byrå som hjelper og støtter ofre for IPV</li> </ul>	Reforhandlingsprosessen bestod av 5 faser som reflekterte forløpet av det misbrukende forholdet og avslutningen av dette: Anerkjennelse av tidligere selv, opplevelsen av misbruket, bryte med partneren, implementering av grenser, og tilegne seg fleksibilitet. Prosessen innebar en kognitiv restrukturering der særlig oppfatning av selvverd forandret. Kontakt med andre gjennom forløpet var essensielt for bedring.
Reed, G. L., & Enright, R. D. (2006). The effects of forgiveness therapy on depression, anxiety, and posttraumatic stress for women after spousal emotional abuse. <i>Journal of Consulting and Clinical Psychology</i> , 74(5), 920–929.	Sammenligne effekten av Forgiveness Therapy (FT) med ordinære terapeutiske intervensjoner (AT).	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Kvantitativ</li> <li>* 20 psykisk misbrukte kvinner</li> <li>* Randomisert til to terapigrupper (FT og AT)</li> <li>* Behandlingsforløp over 8 mnd</li> <li>* Variabler som ble målt og sammenlignet mellom gruppene: Psykisk misbruk, grad av interpersonlig tilgivelse, selvaktelse, symptomer på angst depresjon og PTSD, grad av mestring og selv-narrativ.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* FT-gruppen viste økning i å tilgi partner, selvaktelse, mestring, finne mening i lidelse og positiv selv-narrativ. Reduksjon i symptomer på angst, depresjon og PTSD, samt negativt selv-narrativ. Funnene var signifikante ifht AT-gruppen som viste lite endring.</li> </ul>

