

PRZEMOC WOBEC MĘŻCZYŹN

Raport z badania przemocy wobec mężczyzn



SEXED
PL

×

Uber

×

Y&LOVERS

IDEA PROJEKTU

Coraz więcej mówi się o wyzwaniach natury **psychicznej, społecznej i kulturowej**, z jakimi zmagają się dziś **mężczyźni**. Wiemy, że plagą jest uciekanie w nałogi oraz izolacja. Dramatyczne są też statystyki dotyczące **samobójstw**.

↳ **84%** samobójstw w Polsce popełniają mężczyźni

↳ **4 na 10** dorosłych mężczyzn w Polsce odczuwa wysoki poziom samotności

Dlatego **Fundacja SEXEDPL** oraz **Uber Polska**, które od lat wspólnie angażują się w inicjatywy związane z bezpieczeństwem i przeciwdziałaniem przemocy, postanowiły zapytać mężczyzn o ich doświadczenia, aby jeszcze lepiej edukować w zakresie rozumienia, dostrzegania i przeciwdziałania przemoc, o której mówi się dużo rzadziej.

Raport to pierwsze tak szerokie badanie, które inauguruje start nowej kampanii edukacyjnej wspierającej działanie **Antyprzemocowej Linii Pomocy SEXEDPL**.

KEY FINDINGS

Przemoc powszechna,

ale niewidzialna. Ponad **6 na 10** mężczyzn w Polsce doświadczyło jakiejś formy przemocy – najczęściej **emocjonalnej**. Jednak temat pozostaje tabuizowany, a doświadczenia mężczyzn bagatelizowane.

Milczenie karmi przemoc.

2 na 3 mężczyzn, którzy doświadczyli przemocy, nigdy nie szukało pomocy, a połowa z nich nawet tego nie rozważała. Tymczasem doświadczenie specjalistek i ekspertów pracujących z osobami doświadczającymi przemocy pokazuje, że to właśnie wsparcie jest najskuteczniejszym narzędziem w walce z przemocą.

Normy społeczne blokują. Aż **7 z 10** Polaków uważa, że mężczyźni trudniej przyznać się do doświadczenia

przemocy niż kobiecie.

62% wierzy, że mężczyzna, który mówi o przemocy, jest postrzegany jako „**mniej męski**”. Towarzyszy im wstyd, lęk przed wyśmianiem i przekonanie, że „**facet musi radzić sobie sam**”. To prowadzi do izolacji i pogłębia poczucie osamotnienia.

Przemoc ma realne konsekwencje.

Prawie **8 z 10** mężczyzn, którzy jej doświadczyli, mówi, że wpłynęła ona na ich zdrowie psychiczne i codzienne funkcjonowanie. Najczęściej towarzyszą im: bezsilność, smutek, samotność, lęk i poczucie winy.

Brak systemowych rozwiązań.

8 z 10 mężczyzn nie wie, gdzie szukać pomocy w razie zetknięcia się z przemocą. **2/3** uważa, że obecny system wsparcia jest stworzony głównie dla

kobiet. Brakuje dedykowanych miejsc i narzędzi, które byłyby bezpieczne, dostępne i dopasowane do męskich potrzeb.

Spółeczna świadomość nie nadąża

za skalą zjawiska. Choć większość mężczyzn potwierdza, że przemoc wobec ich grupy jest poważnym problemem, temat wciąż **nie funkcjonuje w debacie publicznej**. To powoduje, że mężczyźni przeżywają krzywdę w samotności, bez realnego wsparcia otoczenia i instytucji.

METODOLOGIA

Prevalence CHECK

Badanie ilościowe

CAWI (Computer Assisted Web Interview);

N=1000

Badanie na ogólnopolskiej,
reprezentatywnej próbie mężczyzn.



DEEP DIVE

Badanie ilościowe

CAWI (Computer Assisted Web Interview)

N=203

Badanie mężczyzn,
którzy doświadczyli przemocy.



EXPERTS ON CALLS

Badanie jakościowe

Wywiady z 9 Osobami Ekspertkami
Antyprzemocowej Linii Pomocy SEXEDPL.



×

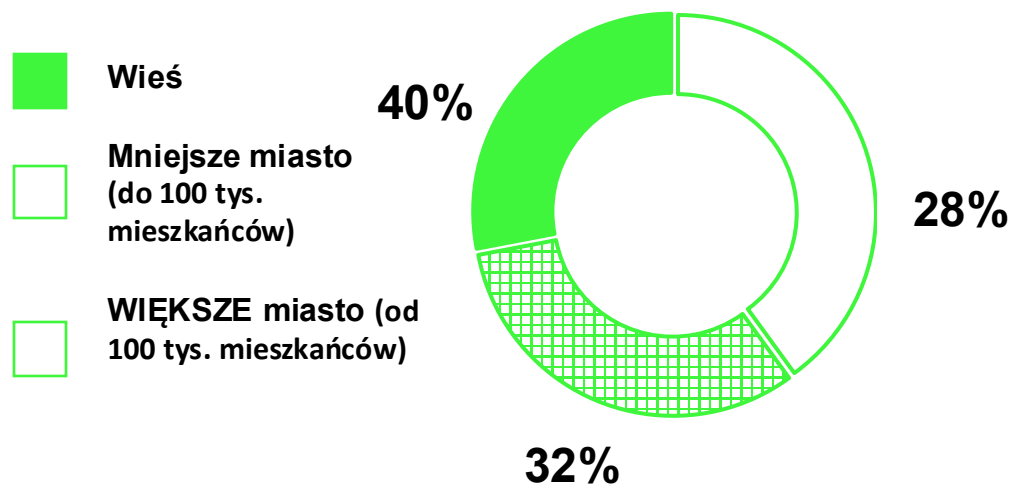
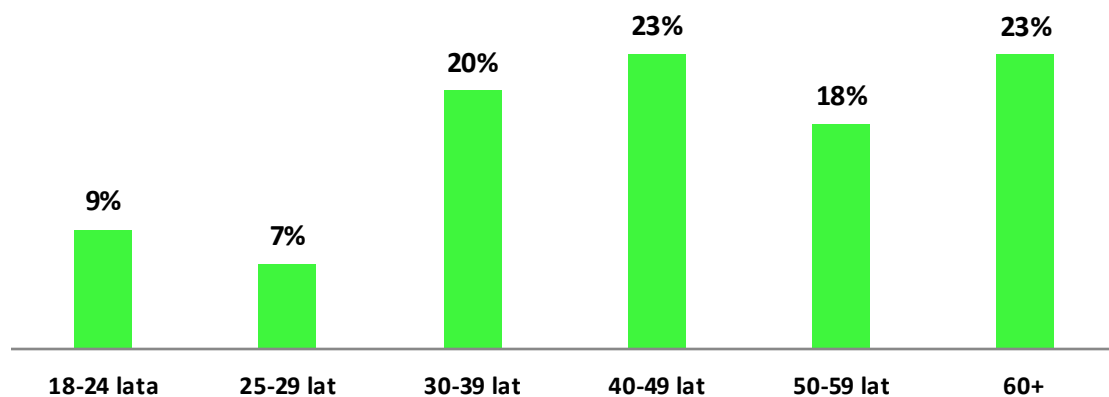
Uber

×

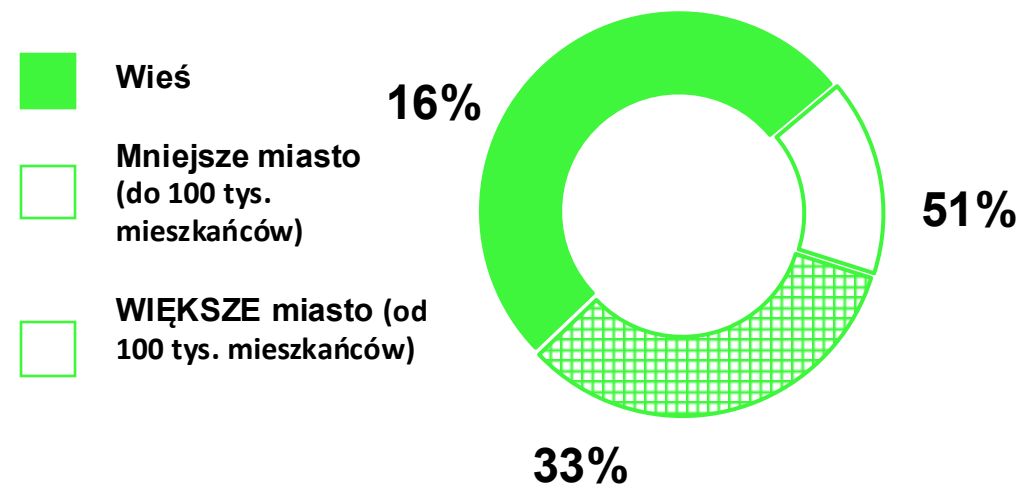
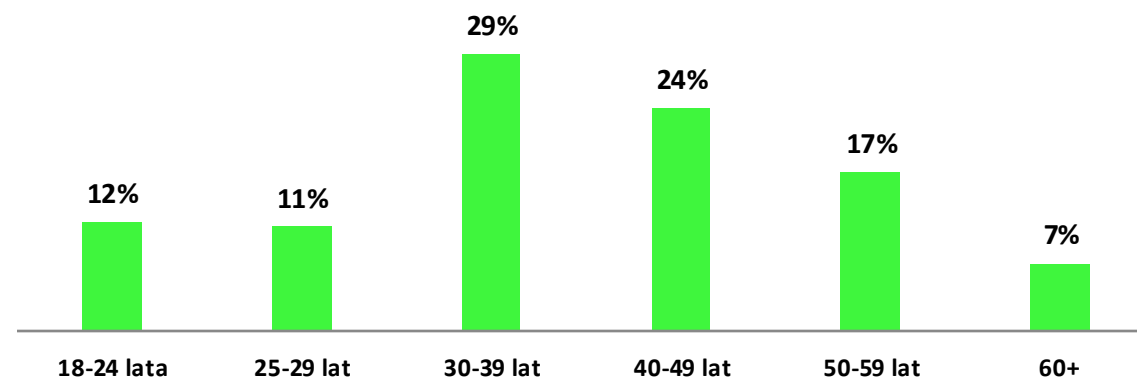
Y&LOVERS

KOGO DOTYCZY BADANIE

N=1000 mężczyzn,
próba reprezentatywna



N=200 mężczyzn,
którzy doświadczyli przemocy



PRZEMOC WOBEC MĘŻCZYŹN



×

Uber

×

Y&LOVERS

SKALA PRZEMOCY

63%

mężczyzn doświadczyło
przemocy.

NORMALIZACJA PRZEMOCY

63% polskich mężczyzn doświadczyło przemocy.

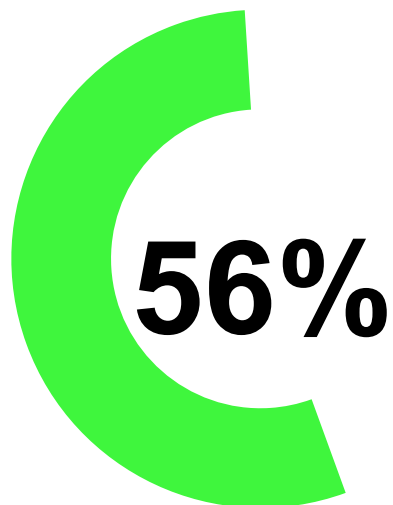
Jest ona normalizowana – sprowadzana do „twardej szkoły życia”, elementu dorastania czy dowodu siły. Takie podejście sprawia, że realne cierpienie zostaje ukryte pod warstwą stereotypów, a krzywda mężczyzn nie jest traktowana z należytą powagą.

Wielu form przemocy, takich jak wyzywanie czy zastraszanie mężczyźni w ogóle nie definiują jako „przemocy”, co osłabia potencjał walki ze zjawiskiem.

PRZEMOC EMOCJONALNA NAJPOWSZECHNIEJSZĄ FORMĄ PRZEMOCY

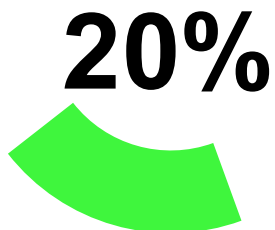
PRZEMOC EMOCJONALNA

Manipulacja, zastraszanie, wykluczenie, izolacja, mobbing, cyberprzemoc i in.



PRZEMOC FIZYCZNA

Naruszenia nietykalności fizycznej, bicie, zadawanie bólu, rzucanie przedmiotami i in.



% mężczyzn, którzy doświadczyli tego rodzaju przemocy

NAJCZĘŚCIEJ ATAKOWANA JEST PSYCHIKA

Przemoc emocjonalna jest najczęstszą formą przemocy wobec mężczyzn – trudną do uchwycenia, często bagatelizowaną.

Ponad połowa polskich mężczyzn doświadczyła manipulacji, zastraszania, wykluczenia, mobbingu czy hejtu w internecie. Tymczasem świadomość, że taka przemoc może zostawiać ślad, naruszać poczucie dobrostanu psychicznego i wymagać wsparcia pozostaje marginalna.

MĘŻCZYŹNI NIE SZUKAJĄ POMOCY

2 NA 3

mężczyzn, którzy doświadczyli przemocy

NIE szukało pomocy w związku z tym doświadczeniem.

↳ **w tym 1 na 3**

zastanawiał się nad zwróceniem się o pomoc, ale **tego nie zrobił.**



POMOCY?!

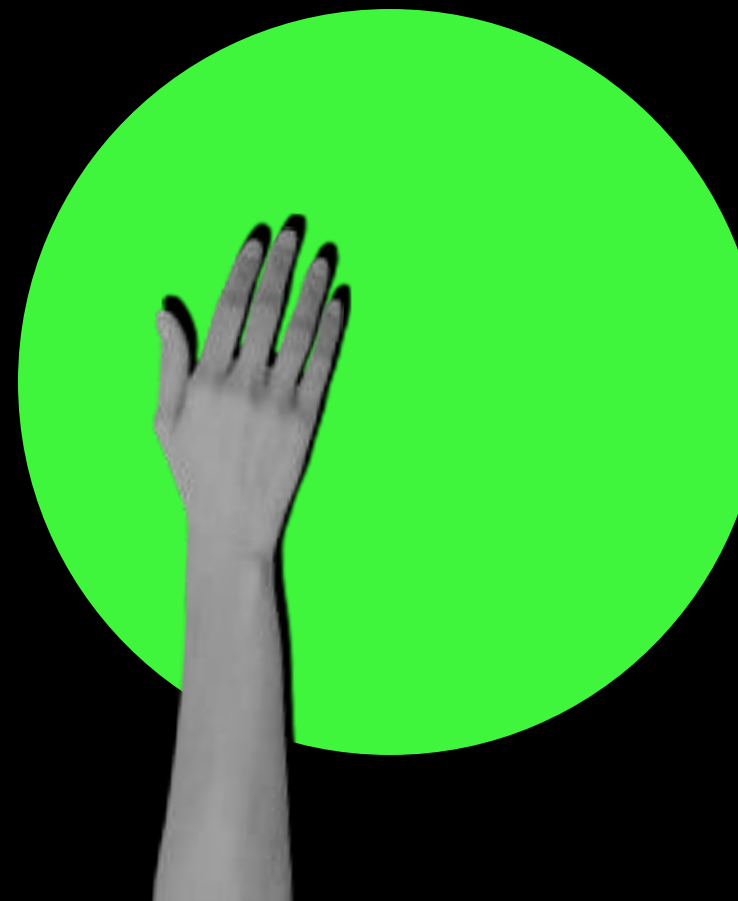
Bariera w dostępie do wsparcia wynika także z lęku, wstydu i poczucia, że instytucje nie są do mężczyzn skierowane.

By temu przeciwdziałać **potrzeba silnych kampanii społecznych, zmian w instytucjach i w kulturze.**

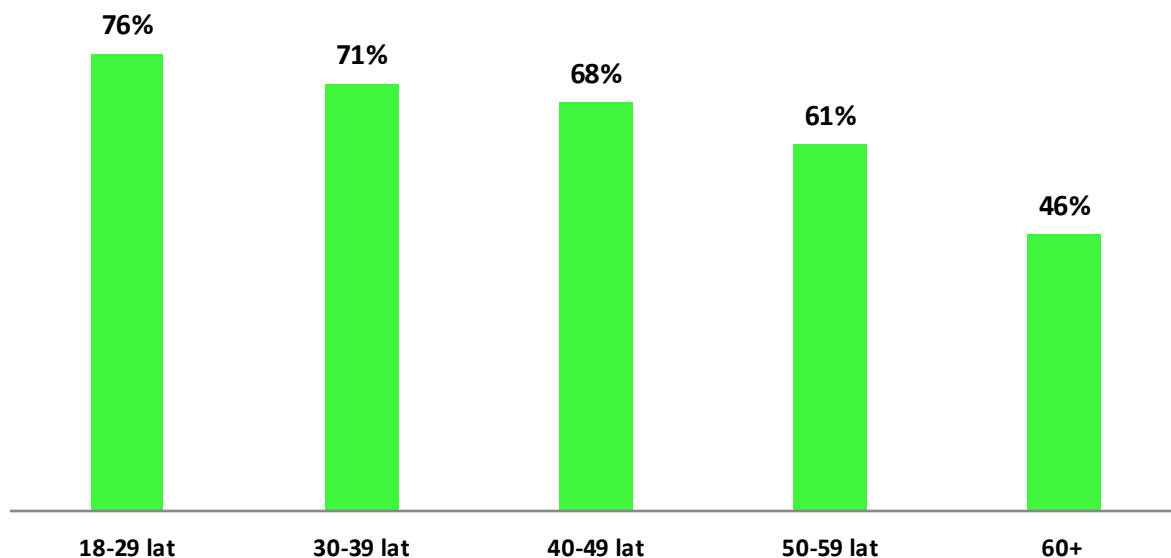
Z ANTYPRZEMOCOWEJ LINII POMOCY SEXED

To jest straszne, ale kobiety wiedzą, że inne kobiety też doświadczają przemocy. Widziały w telewizji, czytały w internecie, rozmawiały z innymi kobietami o tym. Wstydzą się też, ale wiedzą, że tak bywa. (...) Mężczyźni częściej myślą, że **oni są jedyni, których to spotkało**. Że żaden mężczyzna w ich kręgu tego nie doświadczył. Są w tym doświadczeniu bardziej samotni.

Osoba Ekspercka ANTYPRZEMOCOWEJ LINII POMOCY SEXEDPL



PESELE PRZEMOCY



% mężczyzn, którzy doświadczyli tego rodzaju przemocy

RÓŻNICE POKOLENIOWE

Młodszy mężczyźni lepiej rozumieją, czym jest przemoc, szybciej potrafią ją zidentyfikować i nazwać.

Z ANTYPRZEMOCOWEJ LINII POMOCY SEXED

Starsi mężczyźni mają zakorzenione, że **facet ma poradzić sobie sam ze wszystkim** (...) Młodszy lepiej są w stanie zidentyfikować przemoc i są bardziej otwarci na wsparcie. Choć nadal to najczęściej kobiety dzwonią, wprost mówiąc: „doświadczam przemoc, co mam zrobić?”.

Osoba Ekspertka ANTYPRZEMOCOWEJ LINII POMOCY SEXEDPL



×

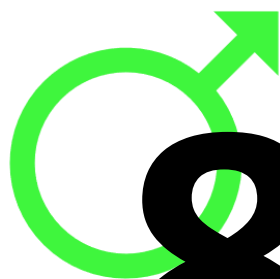
Uber

×

Y&LOVERS

SPRAWCY I SPRAWCZYNIE PRZEMOCY

KTO STOSUJE PRZEMOC WOBEC MĘŻCZYŹN?

 **88%**

MĘŻCZYŹNI

68% 

KOBIETY

MĘŻCZYŹNI CZĘŚCIEJ DOŚWIADCZAJĄ PRZEMOCY ZE STRONY MĘŻCZYŹN

To mężczyźni częściej stosują przemoc wobec mężczyzn: fizyczną (18% vs. kobiety 15%) i emocjonalną (53%, vs. kobiety 42%).

Z ANTYPRZEMOCOWEJ LINII POMOCY SEXED

To jest nieczęste i o tym się nie mówi, więc mężczyznom brakuje języka do nazywania tego, czego doświadczają i identyfikacji ich emocji. Dzwonią pytając: „czy to jest normalne, że coś tam... ?” Jeden Pan opisywał sytuację, w której partnerka rzuciła w niego szklanką i mówiła, że jestem nieudacznikiem. Nie nazwał tego przemocą sam z siebie, raczej usprawiedliwiał, ja pomogłam mu nazwać to jako przemoc.

Osoba Ekspertka ANTYPRZEMOCOWEJ LINII POMOCY SEXEDPL



SPRAWCY PRZEMOCY

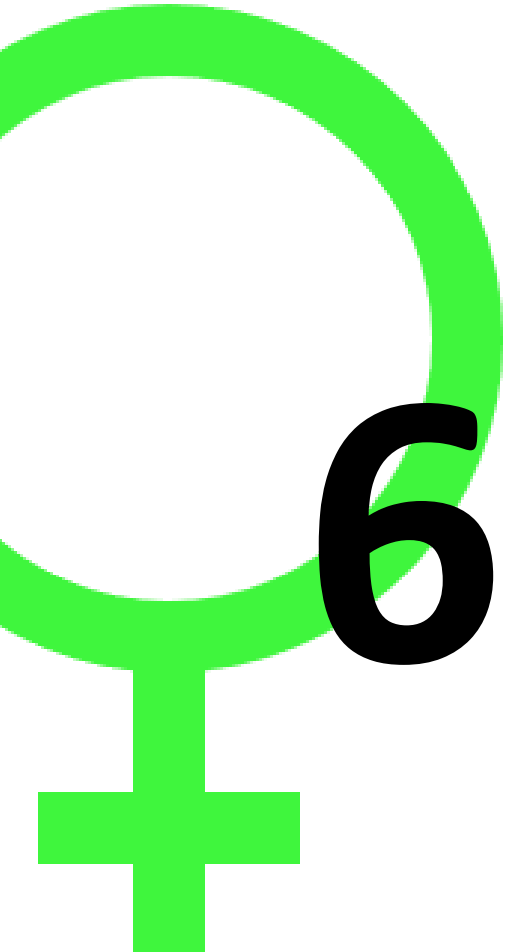
88%

Mężczyźni najczęściej doświadczają przemocy ze strony innych mężczyzn:

- obcy mężczyźni – 41%
- koledzy – 33%
- przełożeni – 26%
- współpracownicy – 24%
- ojcowie – 14%
- policjanci – 11%
- nauczyciele – 11%
- partnerzy romantyczni – 6%



SPRAWCZYNIE PRZEMOCY



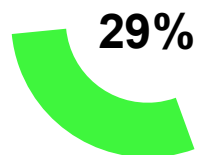
68%

Gdy mężczyźni doświadczają przemocy od innych kobiet są to najczęściej:

- obce kobiety – 24%
- koleżanki – 20%
- partnerki romantyczne – 19%
- matki - 14%
- nauczycielki – 13%
- współpracowniczki - 12%
- przełożone - 11%

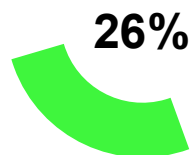
NAJPOWSZECHNIEJSZE FORMY PRZEMOCY EMOCJONALNEJ

% mężczyzn, którzy doświadczyli tego rodzaju przemocy



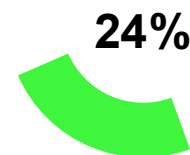
Manipulacja

czyli działania mające na celu zniekształcenie percepcji rzeczywistości, wywoływanie poczucia winy lub zależności np. gaslighting (manipulowanie drugą osobą tak, aby podważała ona swoje postrzeganie rzeczywistości), przekręcanie faktów, szantaż emocjonalny.



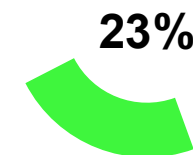
Naruszenie dobrostanu psychicznego

np. wyśmiewanie, ośmieszanie, zmniejszanie poczucia własnej wartości, wyzywanie się emocjonalne.



Zastraszanie

np. groźenie użyciem siły lub wyrządzeniem krzywdy, straszenie konsekwencjami społecznymi, emocjonalnymi zawodowymi, szantażowanie ujawnieniem prywatnych informacji, groźby wobec bliskich.



Wykluczenie

np. ignorowanie, milczenie jako kara, wykluczanie z decyzji lub wydarzeń.

FORMY PRZEMOCY EMOCJONALNEJ

% mężczyzn, którzy doświadczyli tego rodzaju przemocy

22%



Nadużycie władzy i pozycji

np. mobbing, nękanie, upokarzanie lub
zastraszanie przez osoby
w pozycji władzy.

20%



Ataki i nękanie w środowisku cyfrowym

np. hejtowanie i obrażanie w sieci.

16%



Izolowanie

np. nastawianie przeciw innym ludziom,
ograniczanie kontaktów
z rodziną lub znajomymi.

OBLICZA PRZEMOCY SEKSUALNEJ, FIZYCZNEJ I EKONOMICZNEJ

% mężczyzn, którzy doświadczyli tego rodzaju przemocy

PRZEMOC SEKSUALNA

21%



Słowne przekraczanie granic

np. składanie niestosownych propozycji w sytuacji, w której ktoś nie czuje się w pozycji, by stanowczo to przerwać, natarczywe, niestosowne zaczepki.

7%



Naruszenie granic intymności

np. zmuszanie do aktywności seksualnej, dotykanie bez zgody, wymuszanie seksu poprzez szantaż lub obietnice gratyfikacji.

PRZEMOC FIZYCZNA

20%



Naruszenie nietykalności fizycznej

np. bicie, zadawanie bólu, rzucanie przedmiotami itd.

PRZEMOC EKONOMICZNA

9%



Kontrola i ograniczanie w sferze finansowej

np. wydzielanie środków do życia, zabieranie pieniędzy, blokowanie dostępu do środków, zakazywanie pracy i posiadania własnych pieniędzy.

PRZEMOC ZOSTAWIA ŚLAD



76%

mężczyzn, którzy doświadczyli przemocy, mówi,
że ta sytuacja **miała wpływ**
na ich zdrowie psychiczne
i/lub codzienne funkcjonowanie.

PSYCHICZNE BLIZNY

Konsekwencje przemocy wykraczają daleko poza pojedyncze zdarzenia. Dotykają życia osobistego, zaburzając poczucie bezpieczeństwa i własnej wartości, wpływają na relacje z rodziną, partnerami i znajomymi, mogą utrudniać codzienne funkcjonowanie w pracy, szkole czy w kontaktach społecznych.

Przemoc pozostawia trwałe ślady w psychice i odbija się na codziennym życiu.

NIECH MĘŻCZYŹNI TEŻ PŁACZĄ

60%

mężczyzn zgadza się, że
w społeczeństwie panuje przekonanie, że
„mężczyzn nie da się skrzywdzić”.

PRZEMOC WOBEC TWARDZIELI

Głęboko zakorzenione przekonanie o „odporności emocjonalnej”
mężczyzn utrudnia wyrażanie cierpienia
i blokuje przed szukaniem wsparcia.

Dlatego kluczowe jest redefiniowanie męskości, dawanie
mężczyznom przestrzeni na wyrażanie krzywdy.

Z ANTYPRZEMOCOWEJ LINII POMOCY SEXED

Mężczyźni często czują, że nie mają prawa doświadczać krzywdy, no bo przecież są mężczyznami. Oni to wprost mówią, że jak **jestem facet, to sobie sam powinienem poradzić. A jest im ciężko.**

Osoba Ekspertka ANTYPRZEMOCOWEJ LINII POMOCY SEXEDPL



×

Uber

×

Y&LOVERS

EMOCJONALNE SKUTKI PRZEMOCY

48%

BEZSILNOŚĆ

40%

SMUTEK

38%

ZŁOŚĆ

29%

SAMOTNOŚĆ

28%

ZAGUBIENIE

23%

LĘK

23%

POCZUCIE BYCIA
NIEZROZUMIANYM

20%

POCZUCIE
WINY

15%

WSTYD ODRĘTWIENIE/ ZAMROŻENIE EMOCJONALNE

15%

PRZECIĄŻENI EMOCJAMI

Przemoc rodzi wiele różnych emocji, które nie mieszczą się w stereotypowych wyobrażeniach tradycyjnej (i toksycznej) męskości.

Bezsilność, smutek, złość, samotność i zagubienie to naturalne reakcje, które wymagają uwagi i zrozumienia.

Z ANTYPRZEMOCOWEJ LINII POMOCY SEXED

Na początku rozmowy często słyszę: nie chcę czasu zajmować, nie wiem w sumie, po co dzwonię, i nie wiem, czy to dobre miejsce, ale... Mężczyźni są bardzo **pogubieni** w tym czego doświadczają, nie są pewni, czują duże **zagubienie, lęk i wstyd**.

Dzwonią z dominującym **poczuciem bezsilności** – nie wiedzą, jak działać. Oraz z **osamotnieniem** – czują, że nie mają się z kim podzielić krzywdą, więc taka anonimowa linia, jest często pierwszym krokiem, by zacząć o tym rozmawiać.

Osoba Ekspertka ANTYPRZEMOCOWEJ LINII POMOCY SEXEDPL



ŚWIADOMOŚĆ PRZEMOCY

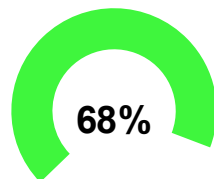
Zachowania, które są uznawane za przemoc przez większość

% mężczyzn, którzy uznają dane zachowanie za przemoc



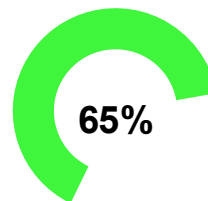
Naruszenie nietykalności fizycznej

np. bicie, zadawanie bólu, rzucanie przedmiotami itd.



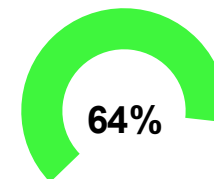
Zastraszanie

np. groźenie użyciem siły lub wyrządzeniem krzywdy, strasznie konsekwencjami społecznymi, emocjonalnymi zawodowymi, szantażowanie ujawnieniem prywatnych informacji, groźby wobec bliskich



Naruszenie granic intymności np.

zmuszanie do aktywności seksualnej, dotykane bez zgody, wymuszanie seksu poprzez szantaż lub obietnice gratyfikacji



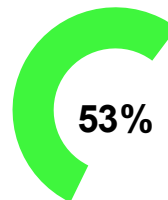
Nadużycie władzy i pozycji

np. mobbing, nękanie, upokarzanie lub zastraszanie przez osoby w pozycji władzy



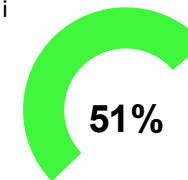
Naruszenie dobrostanu psychicznego

np. wyśmiewanie, ośmieszanie, zmniejszanie poczucia własnej wartości, wyzywanie się emocjonalne



Ataki i nękanie w środowisku cyfrowym

np. hejtowanie i obrażanie w sieci



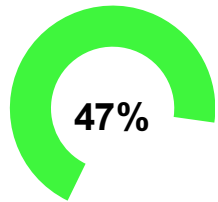
Słowne przekraczanie granic np.

składanie niestosownych propozycji w sytuacji, w której ktoś nie czuje się w pozycji, by stanowczo to przerwać, natarczywe, niestosowne zaczepki

ŚWIADOMOŚĆ PRZEMOCY

Zachowania, które są uznawane za przemoc przez mniej niż 50% mężczyzn

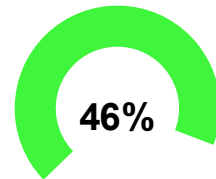
% mężczyzn, którzy uznają dane zachowanie za przemoc



Kontrola i ograniczanie

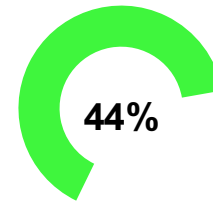
w sferze finansowej

np. wydzielanie środków do życia, zabieranie pieniędzy, blokowanie dostępu do środków, zakazywanie pracy i posiadania własnych pieniędzy



Manipulacja

działania mające na celu zniekształcenie percepcji rzeczywistości, wywoływanie poczucia winy lub zależności np. gaslighting (manipulowanie drugą osobą tak, aby podważała ona swoje postrzeganie rzeczywistości), przekręcanie faktów, szantaż emocjonalny



Izolowanie

np. nastawianie przeciw innym ludziom, ograniczanie kontaktów z rodziną lub znajomymi



Wykluczanie

np. ignorowanie, milczenie jako kara, wykluczanie z decyzji lub wydarzeń



Manipulacja jest najczęstszą formą nadużycia wobec mężczyzn (29% mężczyzn jej doświadczyło).

TEMAT TABU



×

Uber

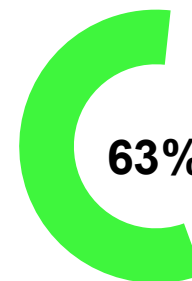
×

Y&LOVERS

TEMAT TABU

77%

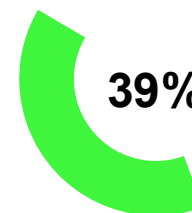
mężczyzn **NIE** czuje, że Polska jest gotowa, żeby mówić o przemocy wobec mężczyzn.



63%

Mężczyzn doświadczyło przemocy...

...tymczasem TYLKO



39%

mężczyzn zna innego mężczyznę,
który doświadczył przemocy.

MILCZENIE MĘŻCZYŹN

Dane pokazują głęboką rozbieżność między skalą problemu a świadomością społeczną.

Temat wciąż pozostaje społecznie niewidoczny, a brak przestrzeni do rozmowy i wzajemnego wsparcia utrudnia mężczyznom zgłaszanie doświadczeń i szukanie pomocy. Dlatego mężczyźni przeżywają przemoc w osamotnieniu i bez społecznego wsparcia.

Z ANTYPRZEMOCOWEJ LINII POMOCY SEXED

Mężczyźni czasem przyznają, że jest to **pierwszy raz** kiedy mówią o swojej krzywdzie, bo nie mają z kim pogadać, albo już próbowali i nie dało to żadnego rezultatu. Kumple ich wyśmieją, albo powiedzą – no co Ty – facet jesteś, rodzina jest po stronie żony, a oni mają poczucie, że instytucje to działają tylko przeciwko im.

Osoba Ekspertka ANTYPRZEMOCOWEJ LINII POMOCY SEXEDPL



×

Uber

×

Y&LOVERS

S.O.S.

81%

**mężczyzn nie wie lub nie ma pewności
gdzie szukać pomocy.**

WSPARCIE INSTYTUCJONALNE POTRZEBNE OD ZARAZ

Mężczyźni dostrzegają ogromną lukę w dostępności informacji i instytucji pomocowych. Brakuje dostosowanych do mężczyzn form wsparcia i wiedzy społecznej o tym, gdzie i jak można otrzymać pomoc, co utrudnia reagowanie na przemoc i szukanie wsparcia.



Z ANTYPRZEMOCOWEJ LINII POMOCY SEXED

Wielu mężczyzn dzwoni i pyta: „co ja mam teraz zrobić?”, szukają informacji jak działać. Nie wiedzą, gdzie to zgłosić. Dzwonią, żeby dowiedzieć się, jakie są możliwe ścieżki.

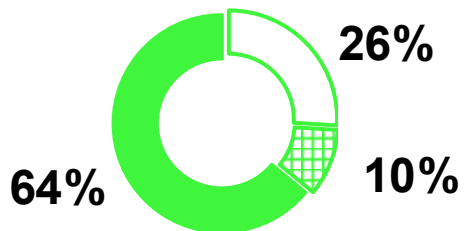
Wtedy krok po kroku przeprowadzam ich przez różne procesy i wybieramy najlepsze dla niego rozwiązanie. Kobiety wiedzą, szukają tych informacji w internecie, już gdzieś dzwoniły najczęściej, mężczyźni nic, oni od tematu uciekają.

Osoba Ekspertka ANTYPRZEMOCOWEJ LINII POMOCY SEXEDPL

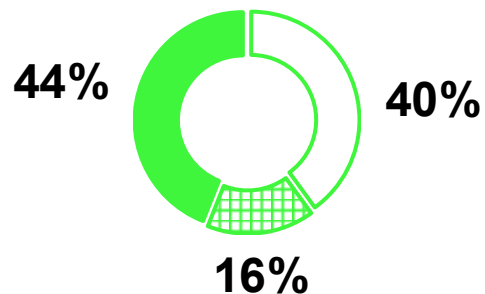


ZNAJOMOŚĆ INSTYTUCJI POMOCOWYCH

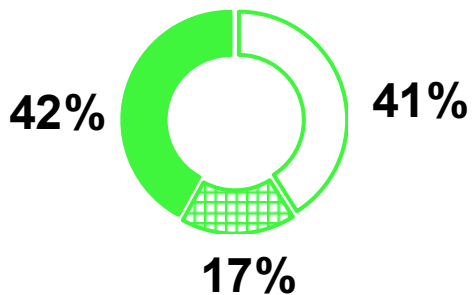
Niebieska Linia



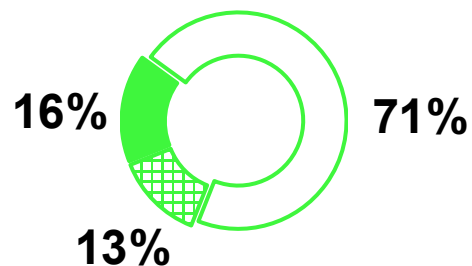
Darmowa pomoc psychologiczna



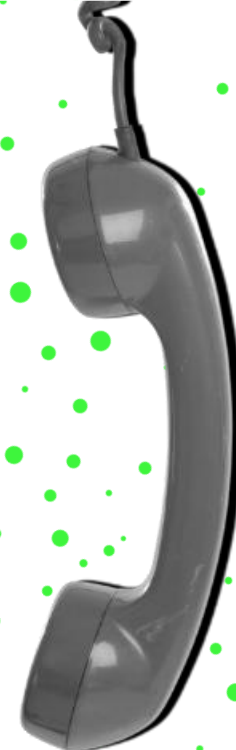
Fundacje pomagające osobom, które doświadczyły przemocy



Antyprzemocowa Linia Pomocy SEXEDPL



- Tak, słyszałem o tym
- Nie jestem pewny
- Nie, nie słyszałem o tym



× Uber × Y&LOVERS

POMOC DEDYKOWANA MĘŻCZYZNOM

66%

mężczyzn uważa, że system wsparcia dla osób doświadczających przemocy jest dostosowany głównie do kobiet.

58%

mężczyzn uważa, że **potrzebne są specjalne miejsca wsparcia** (np. Telefon zaufania) dedykowane tylko mężczyznom.

MĘSKIE WSPARCIE

Wsparcie, które istnieje, jest postrzegane jako niedopasowane do mężczyzn przez 2/3 z nich.

Wobec ogromnych barier mężczyzn w poszukiwaniu wsparcia warto wprost komunikować, że istnieją bezpieczne, skuteczne systemy wsparcia dedykowane właśnie im.

STRACH PRZED ORGANIZACJAMI

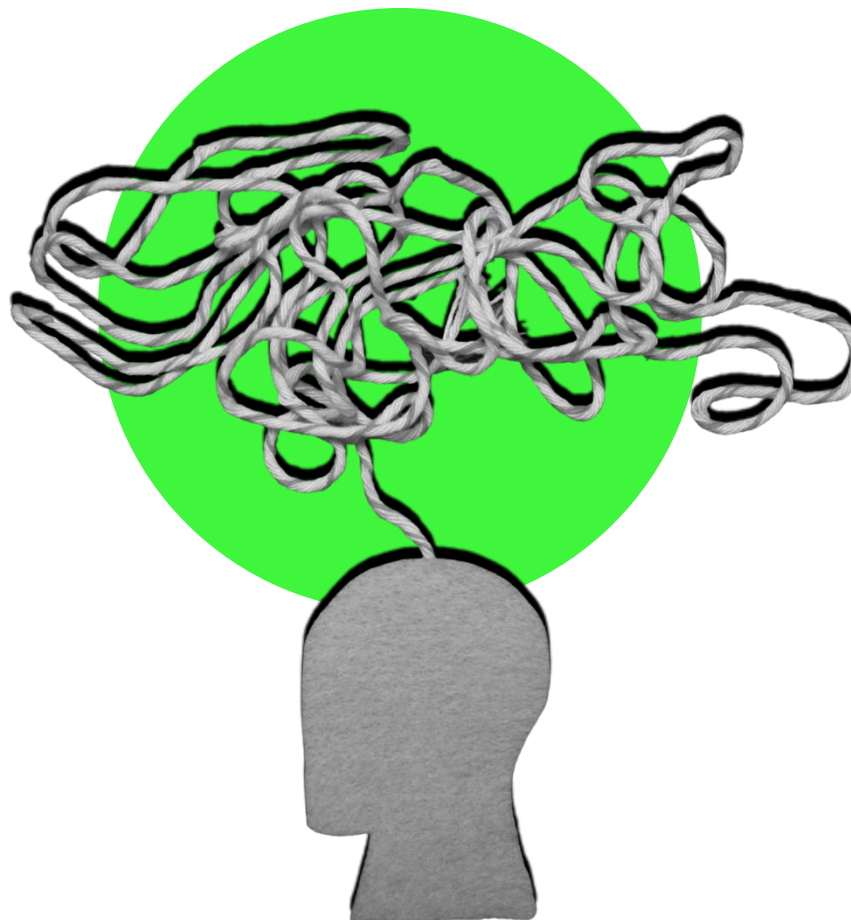
% mężczyzn, którzy zgadzają się ze stwierdzeniem

52%

mężczyzna, który zgłasza przemoc, ryzykuje, że zostanie uznany za sprawcę.

54%

mężczyźni są często niesłusznie oskarżani o przemoc, gdy w rzeczywistości to oni jej doświadczają.

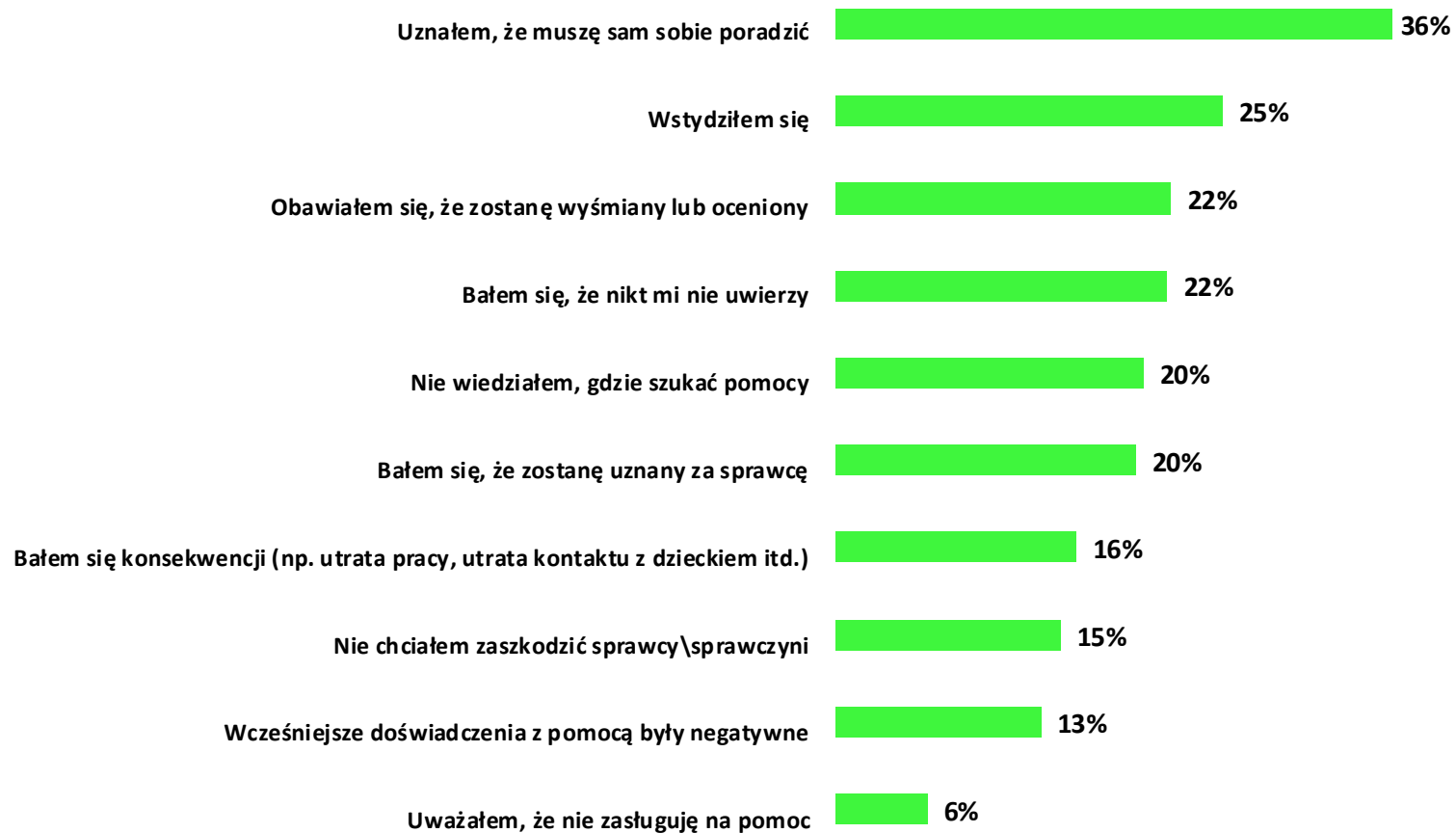


SAMI, BEZ WSPARCIA

Ponad połowa polskich mężczyzn jest nieufna wobec instytucji pomocowych – obawiają się wyśmiania przez służby, braku poważnego traktowania, a nawet możliwości bycia oskarżonymi o przemoc.

POWODY MILCZENIA

Dlaczego mężczyźni NIE szukają pomocy?



BLOKADY PRZED SZUKANIEM POMOCY

Społeczne (i wewnętrzne) oczekiwania, by mężczyzna zawsze radził sobie sam, nie okazywał słabości i zachowywał „twardość”, sprawiają, że większość rezygnuje z poszukiwania wsparcia.

REAKCJA NA PRZEMOC

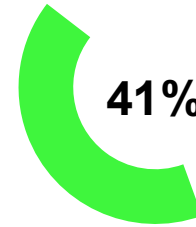
Jak zareagowałbyś, gdyby Twój bliski (np. kolega, brat, sąsiad) powiedział Ci, że doświadcza przemocy?



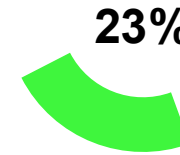
Porozmawiałbym z nim
i wysłuchał



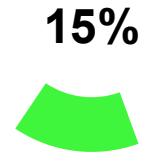
Zachęciłbym do szukania
pomocy



Zapytałbym, czego ode mnie
oczekuje/ czego potrzebuje



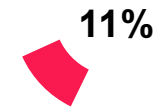
Zgłosiłbym to odpowiednim
służbom



Powiedziałbym
mu o swoim doświadczeniu

JESTEM I WSPIERAM

Pomimo poczucia, że instytucje są przeciwko męskim sprawom, mężczyźni czują męską solidarność. Chcą sobie pomagać nieoficjalnymi kanałami (poprzez rozmowę, szukanie wspólnych rozwiązań).



Nie wiedziałbym, co zrobić



Uznałbym, że to jego sprawa

TOKSYCZNA MĘSKOŚĆ



×

Uber

×

Y&LOVERS

TOKSYCZNA MĘSKOŚĆ ZAMYKA USTA

% mężczyzn, którzy zgadzają się ze stwierdzeniem

62%

mężczyzna, który przyznaje się do doświadczenia przemocy, jest postrzegany jako **mniej męski** przez osoby w swoim otoczeniu.

PRAWDZIWYCH MĘŻCZYŹN TEŻ DOTYKA PRZEMOC

Doświadczenie przemocy nie tylko narusza poczucie bezpieczeństwa, ale też jest dla mężczyzn wyzwaniem tożsamościowym.



WALCZĄC ZE SPOŁECZNYMI MITAMI

% mężczyzn, którzy zgadzają się ze stwierdzeniem

70%

Temat przemocy wobec mężczyzn jest często **bagatelizowany**.

57%

Przemoc wobec mężczyzn występuje **częściej, niż się powszechnie uważa**.

PRZEMOC MUSI WYJŚĆ Z CIENIA

Skala zjawiska jasno dowodzi, że przemoc wobec mężczyzn to realny i poważny problem społeczny, który wymaga uwagi. To nie jednostkowe przypadki, lecz doświadczenie obecne w życiu wielu mężczyzn, wpływające na ich zdrowie psychiczne, relacje i funkcjonowanie. Brak odpowiedniej reakcji instytucji oraz niedostateczna świadomość społeczna sprawiają, że problem pozostaje w cieniu, a mężczyźni dotknięci przemocą często pozostają bez wsparcia.

Z ANTYPRZEMOCOWEJ LINII POMOCY SEXED

Mężczyźni często dzwonią, bo nie mają z kim o tym porozmawiać, ich koledzy mówią – “no co ty, ogarnij się, przecież ty facet jesteś”. Kolejne próby szukania pomocy w społeczeństwie spotykają się z niedowierzaniem i wyparciem, więc mężczyźni chowają te emocje.

Oni szukają wtedy **wysłuchania, potwierdzenie tego co podejrzewają, że tak nie powinno być, że to przemoc.**

Osoba Ekspercka ANTYPRZEMOCOWEJ LINII POMOCY SEXEDPL



×

Uber

×

Y&LOVERS

WALCZĄC ZE SPOŁECZNYMI MITAMI

% mężczyzn, którzy zgadzają się ze stwierdzeniem

73%

Mężczyźni trudniej przyznać się do doświadczenia
przemocy niż kobiecie.

STOP STEREOTYPOM

Silnie zakorzenione normy społeczne nakazują
mężczyznom powściąganie emocji
i nieokazywanie słabości. Tego typu stereotypy
skutecznie blokują możliwość otwartego mówienia o
własnych doświadczeniach przemocy, ograniczają
gotowość do sięgnięcia po pomoc
i podtrzymują społeczne milczenie wokół problemu
przemocy wobec mężczyzn.

CZAS Z TYM SKOŃCZYĆ!



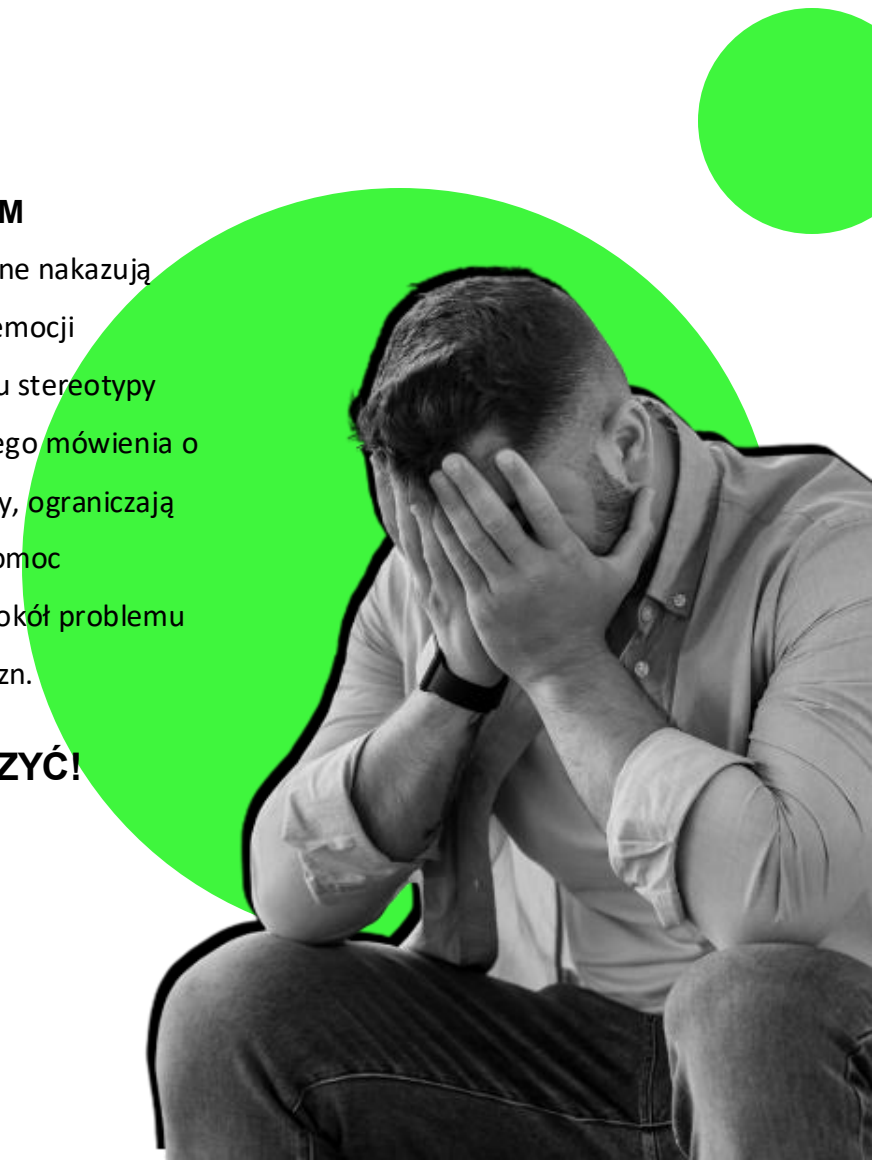
×

Uber

×

Y&LOVERS

O10. [...] Powiedz na ile zgadzasz się z każdym z nich.
Badanie CAWI, Mężczyźni; N=1000
Y&LOVERS, 2025



POTRZEBNE DZIAŁANIE



×

Uber

×

Y&LOVERS

NIE IGNORUJ PRZEMOCY

58%

mężczyzn uważa, że przemoc wobec mężczyzn jest **poważnym problemem**.

STOP BAGATELIZACJI

Temat przemocy wobec mężczyzn nie może być ignorowany ani bagatelizowany – zarówno przez społeczeństwo, jak i instytucje. Brak reakcji utrwala milczenie, izolację ofiar i trudności w szukaniu wsparcia, dlatego konieczne są działania **edukacyjne, informacyjne oraz systemowe**, które pozwolą traktować przemoc wobec mężczyzn z należytą powagą i zapewnią im dostęp do adekwatnej pomocy.



EDUKUJ SPOŁECZEŃSTWO

KAMPANIA SPOŁECZNA POTRZEBNA OD ZARAZ

Istnieje realna potrzeba edukacji i tworzenia przestrzeni do rozmowy o tym zjawisku – zarówno w kontekście rozpoznawania przemocy, jak i dostępnych form wsparcia.

Mężczyźni chcą czuć, że ich doświadczenia są traktowane poważnie, a sięganie po wsparcie nie jest oznaką słabości.

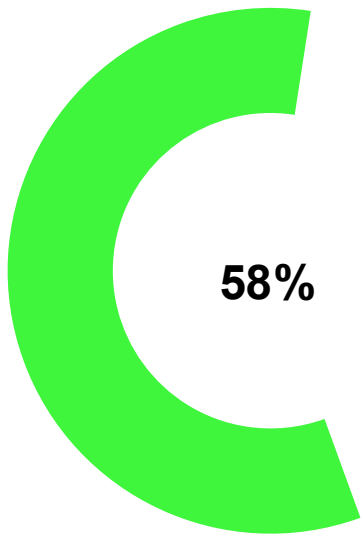
58%

mężczyźni chcą **wiedzieć więcej** na temat przemocy wobec mężczyzn i tego jak można na nią **reagować**.

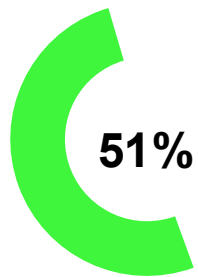


MIEJSCA POMOCY

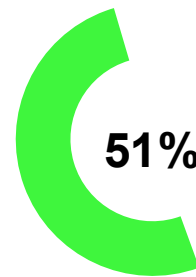
Gdzie Twoim zdaniem powinna być prowadzona edukacja na ten przemocy wobec mężczyzn?



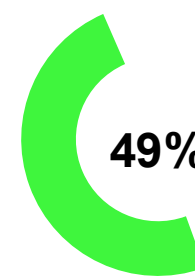
W mediach



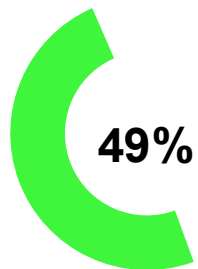
W szkole



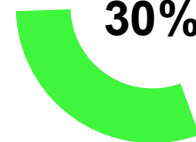
W kampaniach prowadzonych przez organizacje społeczne lub fundacje



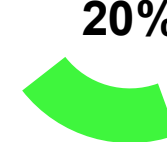
W internecie/ w mediach społecznościowych



W kampaniach prowadzonych przez instytucje państwowe
np. ministerstwa, samorzady



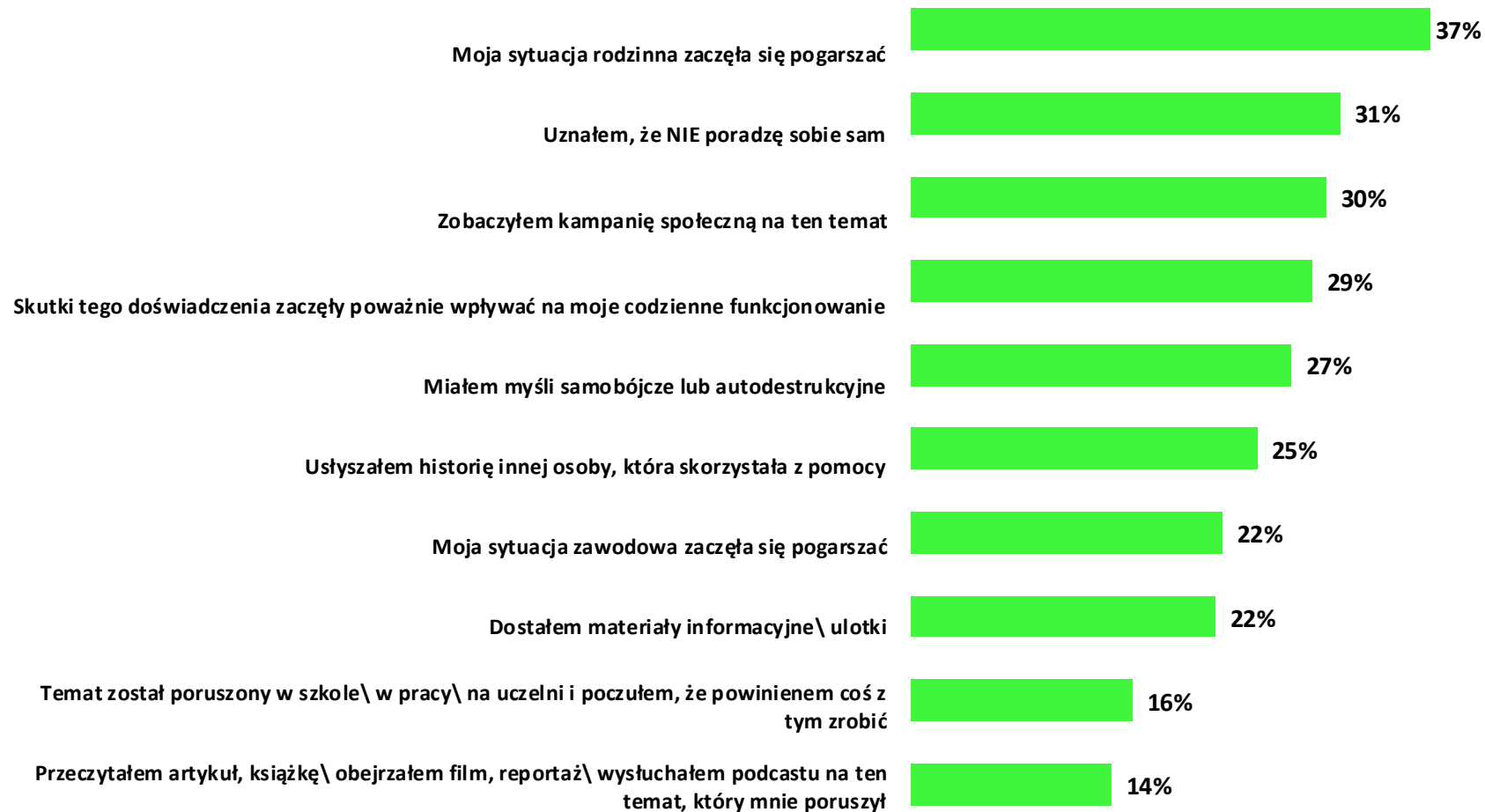
W pracy



W Kościele lub innych wspólnotach religijnych

JAK WSPIERAĆ SZUKANIE POMOCY

Dlaczego mężczyźni szukają pomocy?



GŁOSY INNYCH

Mężczyźni decydują się zgłosić przemoc nie tylko w dramatycznych sytuacjach, ale także pod wpływem społecznych sygnałów i przykładów z otoczenia. 30% wskazuje, że impulsem była kampania społeczna, 25% – historia innego mężczyzny, który skorzystał z pomocy, a 22% – otrzymane materiały informacyjne lub ulotki. To podkreśla, jak istotna jest **widoczność problemu w przestrzeni publicznej i rola edukacji, historii oraz dostępnych informacji w motywowaniu do sięgnięcia po wsparcie.**

CZAS NA NAS

58%

mężczyzn chciałoby, aby powstała
kampania społeczna poświęcona przemocy
wobec mężczyzn.



53%

mężczyzn uważa, że
marki powinny wspierać inicjatywy
przeciwdziałające przemocy
wobec mężczyzn.

ODPOWIEDZ NA ICH POTRZEBY

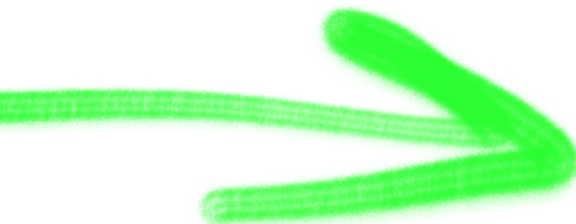
Mężczyźni oczekują działań
edukacyjnych oraz aktywnego
zaangażowania instytucji oraz marek w
podnoszenie świadomości i tworzenie
dostępnych form wsparcia dla mężczyzn
doświadczających przemocy.

CZAS DZIAŁAĆ!

NIE WIESZ GDZIE SZUKAĆ POMOCY?

ANTYPRZEMOCOWA
SEXEDPL

LINIA POMOCY



zadzwoń, jeśli chcesz
porozmawiać z ekspertem
lub ekspertką sexedpl

Nasza **Antyprzemocowa Linia Pomocy** jest skierowana do osób, które **doświadczają bądź doświadczyły** przemocy, jak i do tych, które są jej **świadkami oraz do sprawców.**

Dzwoniąc do nas, uzyskasz informacje i narzędzia, które pomagają w radzeniu sobie z sytuacjami przemocowymi. Szukamy rozwiązania odpowiedniego do sytuacji: **anonimowo i bezpłatnie**, dbając o bezpieczeństwo i komfort osoby dzwoniącej.

PN-ND 10-22
720 720 020



×

Uber

×

Y&LOVERS

LIDER BADANIA



SPONSOR STRATEGICZNY

ANTYPRZEMOCOWEJ LINII POMOCY SEXEDPL
ORAZ BADANIA
“PRZEMOC WOBEC MEŹCZYŹN”

Autorki badania:



Marysia Perschke

Research Specialist

marysia@ylovers.pl



Gabi Grzelak

Research Specialist

gabi@ylovers.pl



Anna Maria Szutowicz

CEO

annamaria@ylovers.pl

LIDER MERYTORYCZNY

BADANIE & OPRACOWANIE RAPORTU



x

Uber

x

Y&LOVERS