

PSYKISK PARTNERVOLD MOD MÆND

Tekst: **Jørgen Juul Jensen**
og **Christina Karstens**

Et relationelt perspektiv

Artiklen belyser, hvordan mænd kan være udsat for vold i deres parforhold, og hvordan psykisk vold kan opstå i hverdagslivet. Der vises, hvordan det i et samtaleforløb kan være frugtbart at arbejde med en helhedsorienteret og relationel tilgang og mod, at manden får styrket sin selvrespekt, sine ressourcer, værdier og sin handleevne. Desuden er en kortlægning af mandens rolle i volden afgørende for, hvor fokus skal være i samtaleforløbet. Der tages udgangspunkt i forskning samt i viden og erfaringer fra et treårigt projekt for voldsramte mænd i Mandecentret, som sigtede mod at styrke mændene til et liv uden vold.

En skilsmisse, et brudt parforhold eller vold fra en nær relation kan skabe en voldsom livskrise og mistrivsel. Kriseramte mænd udgør en sårbar og overset gruppe, som ofte har svært ved selv at opsøge hjælp. Derfor har Mandecentret siden 2006 ydet en vigtig indsats for at støtte mænd i at forebygge eller bryde en social deroute, så hver enkelt mand bliver i stand til at varetage hverdagen med egen bolig, arbejde og overskud til at være en god far for sine børn. Der er ofte tale om meget komplekse livssituationer med mange overlappende problemstillinger.

Mandecentret leverer en helhedsorienteret indsats, hvor dét at være udsat for vold kan spille sammen med andre problematikker. De seneste seks år har vi haft et øget fokus på mænd udsat for vold. På den baggrund fik Mandecentret i årene 2016-2018 projektmidler fra Ligestillingsministeriet til at udvikle og drive et specialiseret botilbud til den del af målgruppen, som er udsat for vold i nære relationer (Mandecentret 2020). I projektet fulgte vi 58 voldsramte mænd, som i løbet af den treårige projektperiode tog midlertidigt ophold på Mandecentret.

Projektet har bidraget til et mere systematisk arbejde med voldsramte mænd i Mandecentret og et engageret samarbejde med andre relevante organisationer. I 2017 etablerede Mandecentret den nationale enhed 'Lev Uden Vold' i et samarbejde med Dialog mod Vold, Mødrehjælpen, Landsorganisation af Kvindekrisecentre og Danner.

MAGT OG PSYKISK VOLD

I vores tilgang til parforholdsproblematikker og den opståede vold i relationen finder vi det frugtbart at se på, hvordan magt udfoldes på alle niveauer. Vi forstår derfor ikke magt i nære relationer som noget, der på forhånd er givet, eller som kun udøves af den ene part i et forhold, men som en dynamisk og flydende størrelse, der optræder på forskellige måder i de enkelte relationer og situationer. I samtalerne kan man derfor med fordel gå på opdagelse efter, hvad der konkret er foregået i mandens relationer, og hvordan eventuelle magtkampe og konflikter har udviklet sig og udspiller sig i hverdagslivet.

"Volden begynder tit i det små i hverdagslivet. Mændene oplever, hvordan den psykiske vold kommer snigende – ofte i form af, at den kvindelige partner begynder at devaluere mandens tanker, værdier og evner. Når dette fortsætter og udvikler sig til fysisk vold, opleves det af manden som en yderligere understregning af, at han ikke er noget værd.

Et fokusområde kan for eksempel være, når en kvindelig dominans udvikler sig til psykisk vold i form af gentagen og langvarig latterliggørelse og ydmygelse. Det er forhold, der fremhæves i en rapport fra det norske Ligestillings- og Familiedirektorat (Bufdir 2017). Her anbefales det, at psykisk vold sættes på dagsordenen som en central krænkelse af mænd, og at bevidstheden samtidig øges om, at denne vold har alvorlige konsekvenser for mændene. Rapporten peger også på behovet for dels at få analyseret denne vold nærmere og at få udviklet gode værktøjer, så hjælpeinstanserne bliver bedre til at afdække volden mod mænd og kan tilbyde kvalificeret hjælp. I dansk sammenhæng har der i de senere år været fokus på at forstå psykisk vold i nære relationer, og vi ser det også som en nøgle til at forstå fysisk vold og andre voldsformer. Lev Uden Vold (2018) har i et notat defineret psykisk vold som "gentagne handlinger som nedgør, ydmyger, krænker, manipulerer, truer eller isolerer. Handlingerne kan ske i affekt eller være planlagte og have til formål at kontrollere eller begrænse den voldsudsattes livsudfoldelse".

I vores samtaler i Mandecentrets rådgivning fortæller mændene om, hvordan volden udvikler sig over tid, og hvordan volden ofte eksploderer i forbindelse med et parbrud. Volden begynder tit i det små i hverdagslivet. Mændene oplever, hvordan den psykiske vold kommer snigende – ofte i form af, at den kvindelige partner begynder at devaluere mandens tanker, værdier og evner. Når dette fortsætter og udvikler sig til fysisk vold, op-

levs det af manden som en yderligere understregning af, at han ikke er noget værd. Mange fortæller også om en social kontrol eller en jalousi, som begrænser dem i at se venner og familie. Archer har i forbindelse med arbejdet med voldsramte mænd netop peget på, hvordan mændene oplever en meget høj grad af psykisk aggressivitet fra den kvindelige partner (Archer 2000).

MANDECENTRET RÅDGIVNING TIL MÆND

Mandecentret er et botilbud under Servicelovens § 110, som sikrer hjælp til mænd i forbindelse med parbrud og/eller voldsudsættelse. Har manden børn, kan de også bo i Mandecentret. Ved udflytning kan der tilbydes efterværn.

Opholdet finansieres af mandens hjemkommune. Manden kan selv tage kontakt til Mandecentret, men kan også henvises fra andre, som fx offentlige myndigheder.

Beboere må ikke have ubehandlet misbrug eller psykisk sygdom.

For mænd med egen bolig tilbydes ambulant rådgivning.

Mandecentret har botilbud i Aalborg, Aarhus, Esbjerg, Odense og København med i alt 65 bopladser og 10 nødpladser.

Læs mere på www.mandecentret.dk

Den mest udbredte form for psykisk vold forekommer, når en kvindelig partner bruger sin position som mor som en trussel mod mandens fortsatte samvær med de fælles børn eller direkte forhindrer samværet mellem far og barn/børn. Den psykiske vold ses her som en isolation af et barn og en forælder fra hinanden. Da 86 % af de børn, som ikke længere bor sammen med begge deres forældre, har mor som bopælsforælder, er det oftest faren og barnet, der isoleres fra hinanden. I Mandecentrets treårige voldsprojekt havde 1/3 af de fædre, der var udsat for vold, ingen kontakt til deres børn, og 1/3 havde kun sporadisk samvær med deres børn (Mandecentret 2020).

I samfundet trives der mange forhåndsforestillinger, som knytter sig til dét at være mor, for eksempel en forestilling om at kvinden er den bedste omsorgsgiver, især for de mindre børn (Pettersen 2017). Det er forestillinger, som stadig åbenlyst trives, og som trækker tråde helt ind i retspraksis omkring mænds muligheder for samvær med deres børn og mænds manglende muligheder for at blive tildelt barnets bopæl. Vi oplever det derfor som en frugtbar udvikling, ikke mindst for børnene, at isolation af en forælder fra sit barn nu anerkendes som grov psykisk vold (Straffeloven § 243, pr. 1 april 2019).

STYRKELSE AF JEG'ET

Mandecentrets arbejde med voldsudsatte mænd indeholder næsten altid et arbejde med jeg-styrkelse. Hvis manden igennem længere tid har været udsat for ydmygelser, hvor han er blevet udstillet, nedgjort og afvist, lider selvværdet ofte et knæk. Mandens selvtilid, selvaccept og selvrespekt kan være skrøbelig efter volden, og han har svært ved at se, hvordan han skal klare sig uden familien. Manden har brug for igen at mærke, at han er ok som menneske, som mand og som far. Han har ligeledes brug for at påbegynde et arbejde med sin selvforståelse og med sin selvomsorg.

I mandens arbejde med sin selvforståelse er det et vigtigt tema at arbejde med evnen til at lytte, sætte ord på

sine intentioner og at kunne holde fast i sig selv. Grænsesætning kan blive afgørende, og det er derfor vigtigt at sætte lys herpå, så manden bliver bevidst om, hvordan og hvornår hans værdier bliver overskredet, og hvordan han kan sætte grænser på en opbyggelig måde. Det kan blive en vigtig indgang til hans arbejde med at udvikle sine ressourcer og rodfæste sine værdier, så han bliver i stand til at bevæge sig fri af volden.

I samtalerne er vi optaget af at gå på opdagelse i det sprog, som mændene bruger, når de taler om volden. Ofte indikerer deres sprogbrug, at de ikke selv opfatter volden som vold. De indleder måske med vendinger, som at "det går dårligt derhjemme", at "hun er voldsom for tiden", eller "hun må være psykisk syg", til at "hun giver mig dask", eller "hun kaster ting i hovedet på mig". De sidste sætninger antyder overgangen til fysisk vold. En overgang som kunne ses hos langt hovedparten af de mænd, som vi talte med i voldsprojektet.

Hvis manden er meget påvirket af situationen, kan det være vigtigt at støtte ham til at sætte ord på hændelserne og hjælpe ham til at forstå, at der kan være tale om vold, og hvilke effekter det har på ham. Det kan gøre det lettere for ham at indse det uholdbare i situationen. At han får en forståelse af sin egen respons i form af eget kropssprog, de ord han har sagt og hans adfærd. Det kan danne indgang til et sporskifte og bidrage til, at han handler mere bevidst på volden og de situationer, den opstår i.

EN RELATIONEL TILGANG TIL SAMTALER OM VOLD

De fleste af de mænd, som vi møder i Mandecentret, er meget afhængige af deres parforhold og deres familie. Mændene kæmper for at bevare dette fundament i deres liv, også når vold er til stede i relationen, og det kan blive på bekostning af egen selvrespekt, selvværd og selvtilid. Mændene tænker ofte, at de har en form for kontrol med volden og håber, at den ikke rettes mod børnene, hvis de bliver i forholdet. Vi oplever også, at

volden for mange mænd er blevet et integreret og 'normaliseret' element i deres liv.

I de fleste samtaler fortæller mændene, at de har holdt parforholdets problemer for sig selv og efter bedste evne prøvet at håndtere det så godt som muligt. De fortæller, at de synes, det er flovt, at de ikke kan få det til at fungere, og mange vil ikke bekymre den nære familie med problemerne. Det kan også være svært at involvere venner, når man ikke har været vant til at tale om personlige problemer. Når mændene kontakter os, er de imidlertid oftest så fyldt med afmagt, at der ikke skal meget til, før de åbner op og fortæller om de svære problemstillinger, som de har gået med så længe.

Mændene kan være bange for den kvindelige partners reaktioner og opgiver ofte over tid aktivt at kommunikere med hende og får dermed ikke sat ord på egne tanker og følelser. Manden kan føle sig magtesløs og opleve skam over ikke at slå til og ikke kunne leve op til de traditionelle normer og forestillinger om, hvad der kendetegner en mand. Lars J. Sørensen er i sin bog *Skam – medfødt eller tillært* inde på nogle af de alvorlige konsekvenser heraf: "Når skam er værst, er den blevet til lede ved sig selv, selvhad og akut eller langsomt selvmord." (Sørensen 2013 s.42). Når en mand i krise har trukket

sig væk fra sin partner i længere tid, kan det imidlertid også lede til en udadreagerende adfærd i form af aggressivitet og i værste fald grov vold.

Når kommunikationen er mangelfuld, bliver det svært for begge parter, og ingen føler sig hørt og forstået. En selvretfærdig kamp kan begynde, hvor man gensidigt fastholder hinanden i de kendte positioner, og hvor begge parter typisk ender som tabere. Når afmagten bliver for voldsom, kan selvfølelsen rammes, og volden kan øges. Når volden har fundet sted gennem mange år, kan det være yderst svært at lægge den bag sig, og det har først mulighed for at ske, når parterne slipper ud af de kendte destruktive positioner.

For at manden kan få en forståelse af sig selv, sin egen respons på volden og måden at knytte an til andre på, er det vigtigt at være nysgerrig på, hvordan relationen var i starten af forholdet, og hvordan den har udviklet sig over tid. Hvornår der første gang var tale om alvorlige konflikter, og hvordan konflikterne udviklede sig til vold. Om der er tale om et længerevarende mønster, eller om volden er udløst af en særlig livssituation, såsom alvorlig sygdom, at blive forældre eller et brud mellem parterne. Her kan det være givtigt at fokusere på mandens tilknytningshistorik, så han får øje på, hvordan samspillet til andre har været tidligere, og hvordan dette trækker tråde ind i hans aktuelle måde at være i relationer på.

KORTLÆGNING AF MANDENS ROLLE

Det er vores erfaring fra samtaler med par, at der godt kan være forskel på, hvor ofte de to parter i et forhold hver især tager initiativ til volden, på alvorligheden af volden og på, hvor stor effekten er på dem hver især. Der kan også anvendes forskellige voldsformer af henholdsvis kvinden og manden. Det er bestemt ikke nemt, men vi finder det vigtigt i samtalerne at dykke ned i hele det komplekse samspil, der foregår i et hverdagsliv, og som kan lede frem til, at der opstår vold i relationen, uden at der altid er en entydig udøver og en udsat. Når man kun har samtaler med den ene part,



MANDECENTRETS KATEGORIER FOR RELATIONEL VOLD

I det følgende har vi skitseret de kategorier, vi finder hensigtsmæssige, med afsæt i nogle typiske eksempler hentet fra rådgivningssamtaler i Mandecentret.

Han er udsat for vold, og han udøver ikke selv vold

Det kan fx være en mand, som gennem mange år er blevet nedvurderet og kontrolleret af sin partner, og som oplever, at volden er eskaleret, efter at parret har fået børn. Både den psykiske og den fysiske vold.

Han udøver modvold som et forsvar mod den vold, han er udsat for

Det kan være en mand, som er udsat for gentagne tilfælde af psykisk og fysisk vold. Da hun truer med at forhindre ham i at se sine børn, slår det klik for ham, og han udøver modvold.

Der er indbyrdes vold, og begge parter udøver vold

En voldsom konflikt udvikler sig mellem to parter og kommer til udtryk i indbyrdes vold, både psykisk og fysisk vold. Under samtalen viser begge parter mærker frem som tegn på den fysiske vold.

Han udøver vold og partneren udøver ikke vold

Han har fortalt om, hvor grov hans partner er, og om, hvordan hun prøver at tirre ham. Han er udsat for ubehagelige ting, som dog ikke har karakter af vold. Til gengæld har hans aggression og hans slag klart en voldelig karakter.

Han udøver vold og partneren udøver modvold i forsvar

Han har gennem lang tid nedvurderet hende og kontrolleret hendes liv. Fx forhindrer han hende i at have kontakt med familie og venner. Da han angriber hende fysisk, tager hun en køkkenkniv og rammer ham i armen.

kan det i praksis være yderst svært at afklare, hvem der er den primære voldsudøver, og hvornår der er tale om modvold. Vi vil dog anbefale at søge et relationelt perspektiv.

Har man udelukkende samtaler med manden, kan det ud over at udforske hans perspektiv, være hjælpsomt at spørge, om han har gjort noget tilsvarende mod sin partner, og hvordan han tænker, at hun oplever situationen. Desuden at gå på opdagelse i børnenes perspektiv – og eventuelt andre involverede fagpersoners. Selvom volden ikke er mandens skyld, kan det være frugtbart at få et blik på den måde, han selv har bidraget ind i en konfliktoptrapning. Det er noget nemmere at få de forskellige perspektiver frem, når man har et par

til samtale, hvor begge har den intention at finde en vej videre uden at skade hinanden eller børnene. Parsamtaler kan dog kun tilrådes, hvis der ikke er et entydigt magtforhold, og der ikke er tale om meget grov vold.

Vi er også optaget af, at der i en række tilfælde er to initiativtagere, det vil sige to udøvere, så volden har karakter af indbyrdes vold. Sara Dokkedal og Ask Elklit (2019) har set på hovedkonklusionerne i en lang række forskningsbaserede artikler, baseret på kvantitativ dataanalyse omkring indbyrdes vold i parforhold kendetegnet ved, at to parter udøver vold mod hinanden. Resultaterne kaster lys på, hvordan konflikter eskaleres, og viser vigtigheden af at inddrage dynamikkerne i relationen for at forstå, hvordan voldelige mønstre

udvikles. Partnervold ses her mest som et symptom på en række forskellige problemer i relationen. Især har forskerne identificeret ændringer relateret til alkoholforbrug, tilknytning, kommunikation, jalousi, mental sundhed og tilfredsheden med relationer.

Som samtalepartner er det vigtigt at udforske dynamikken i relationen, og hvem der udøver hvilke voldelige handlinger, hvis man vil yde den bedst mulige indsats. Det kan, som det fremgår, være meget komplekst og kan heller ikke i alle tilfælde lade sig gøre. I faghæftet *Under Radaren. Vold mod mænd i nære relationer* udgivet af Mandecentret (2020) har vi, inspireret af *Respect* i England (2013), opridset nogle kategorier, som vi anbefaler, at man forsøger at rubricere volden efter – se boks forrige side. Vi tænker, at det kan være afgørende for, hvilke forhold der skal lægges vægt på i samtalerne. Hvis manden selv har reageret med aggressivitet og vold, så kan der fx være brug for hjælp til håndtering af vrede.

SAMMENFATTENDE

Konklusionen er, at man må forstå vold i et helhedsperspektiv og se den sammen med andre belastninger i mandens historie og hverdagsliv. Man kan med fordel være opmærksom på, hvordan vold kan opstå af usunde dynamikker i de nære relationer, og på parternes forskellige perspektiver på volden. Vi har i artiklen fokuseret på, hvordan en mand kan blive ramt på sit selvværd og sin selvrespekt og sin måde at være i livet på. Han kan have brug for at påbegynde et arbejde med sin selvforståelse, og her er en jeg-styrkelse altid vigtig, samtidig med evnen til at opbygge gensidige relationer. Et samtaleforløb kan bidrage til, at han får udfoldet sine ressourcer og værdier og finder veje til et liv uden vold.

Vi ser her en klar mulighed for de psykoterapeuter, som udvikler en specialiseret viden om vold i nære relationer. Gerne indsatser, som har en tidlig og forebyggende karakter. Under alle omstændigheder er det vigtigt med en vis viden, så man kan gribe samtaler meningsfuldt an eller henvise til fagpersoner med en specialiseret viden.

LITTERATUR:

- Archer, John: *Sex Differences in Aggression Between Heterosexual Partners: A Meta-Analytic Review*. *Psychological Bulletin*. Vol 126, no.5. p. 651-680. 2000.
- Dokkedal, Sara & Ask Elklit: *Understanding the Mutual Partner Dynamic of Intimate Partner Violence: A Review*. *Partner Abuse*, 10(3) 2019.
- Juul Jensen, Jørgen et al.: *Mandecentrets arbejde med mænd udsat for partnervold*. I: Oldrup, Helene (red.): *Vold i familien – viden for fagfolk*. Akademisk Forlag 2020.
- Lev uden Vold: *Socialfaglig definition af psykisk vold i nære relationer*. <https://levuden vold.dk/wp-content/uploads/2018/10/socialfaglig-definition.pdf> 2018
- Mandecentret: *Under Radaren. Vold mod mænd i nære relationer*. Mandecentret 2020.
- Martin, Luke & Ippo Panteloudakis: *Toolkit for Work with Male Victims of Domestic Violence*. *Respect* 2013.
- Pettersen, Camilla Fossum (2017): *Samværsabotasje. Norske fedre deler sine historier*. Aschehoug.
- Proba samfunnsanalyse (2017). *Den mannlige smerte – menns erfaringer med vold i nære relasjoner*. Rapport 2017-02. Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet
- Sørensen, Lars J: *Skam – medfødt eller tillært. Når skam fører til sjælemord*. Hans Reitzels forlag 2013.



Jørgen Juul Jensen er cand.mag. i samfundsfag og kultursociologi og har bl.a. en narrativ uddannelse fra Dispuk. Seniorrådgiver i Mandecentret – med fokus på voldsramte mænd.



Christina Karstens er pædagog og psykoterapeut fra Human Education Group. Er rådgiver i Mandecentret Aalborg.