

Peter har ladet mange knytnæver falde over sine kærestes. Han blev selv slået som barn

# WOMAN

TIL KAMP MOD VOLDEN

Alt for mange danske kvinder bliver udsat for vold af deres kærestes – og alt for mange tier det ihjel. Det vil Woman lave om på med en artikelserie, der skal få de blå mærker frem i lyset. Læs artiklerne i Woman i februar, marts og april.



PETER:

“Jeg bankede min kæreste”

Alle kærestepar skændes. Men Peter og hans kærestes skænderier er anderledes. Peter argumenterer nemlig ikke kun med ord. Han bruger knytnæver. Først den dag hans hænder er smurt ind i blod, og kæresten ligger mishandlet på gulvet, søger han hjælp

Tekst: PIA FJORBACK /// Foto: CHRISTINA LYKKE

**D**u må jo gerne være anonym.” Det er en komplet fremmed mands stemme, der kommer ud af telefonrøret. Alligevel har ordene en enorm betydning for 31-årige Peter Lund. De bliver startskuddet til et helt forandret liv. To gange har han meldt afbud til det fortrolige møde i sidste øjeblik. Men denne gang overvinder han sin frygt og møder op i Manderådgivningen i Aalborg. “Jeg havde det ad helvede til med mig selv. Og når du har det sådan, er det sidste, du har lyst til at fortælle om, dine følelser,” siger Peter og fortsætter: “Jeg var sikker på, at rådgiveren ville dømme mig, når jeg fortalte alt om alt det lort, jeg havde gjort.”

Peter sidder overfor mig i stolen i de selv samme lokaler, som han fuld af selvhad, angst og skyldfølelse trådte ind i for over to år siden.

Men der er ingen bebrejdelser i Manderådgivningen. Tværtimod.

Peter får for første gang

lov til at åbne op og tale hudløst ærligt om, hvordan han har været tæt på at slå sin kæreste ihjel. Og hvordan han konstant ser de mennesker for sig, der har været ofre for hans temperament. Skuldrene er trukket op om ørerne, og øjnene skuler. Men efter få minutter i selskab med rådgivningens ansatte, begynder Peter langsomt at slappe af. De første ord kommer over hans læber, og han mærker, at han kan gå til bekendelse.

## To personligheder

Det er to år siden. Da Woman møder ham, sidder han roligt tilbagelænet i stolen. Der kæderyges en del smøger. For selv om Peter tydeligvis er mere afslappet, og ansigtsudtrykket er en del mildere, end da han første gang sad i stolen, er emnet stadig uhyre svært at tale om. Men han

har indvilliget i at give os et indblik i den gamle Peter. Ham, som ingen turde sætte sig ved siden af i bussen. Men som nu er milevidt fra den store, men på ingen måde frygtindgydende mand foran mig.

“Skyldfølelsen sidder stadig i mig,” erkender Peter. “Men jeg kan ikke gøre mine handlinger om, så det er bedre at koncentrere mig om de ting, jeg *kan* gøre noget ved.”

Den samme holdning har han til sin far, som knytnæverne også sad løst på i Peters barndom. Det vil han ikke tale om.

“Skyldfølelsen sidder stadig i mig, men jeg kan ikke gøre mine handlinger om”

“Selvfølgelig er det en stor del af grunden. Min far skulle nok fortælle mig, at jeg ikke duede til noget, og der stammer mit dårlige selvværd formentligt fra. Men det har jeg ikke forsket mere i. Jeg vil hellere se fremad og fokusere på det, jeg kan opnå i fremtiden.”

Vi bevæger os alligevel tilbage i fortiden. Til da Peter er 19 år og har fået sin første seriøse kæreste. De tilbringer stort set alle dage sammen, og det giver ham et afbræk i den konstante følelse af vrede, han bærer rundt på. Det er en befrielse at få afledt de negative tanker, der popper op hele tiden: At han ikke er god nok. At han ikke kan finde ud af de job, han tager. Og at han er en utilstrækkelig kæreste. Peter forstår ikke, hvorfor han skal tænke sådan om sig selv, for han betragter sig som en mand med et kæmpe selvværd. Når tankerne alligevel dukker op, bli-

ver han vred og frustreret.

Især på byture er han konstant på vagt. Det er han også den aften, hvor han er med kæresten på diskotek og står med hende på dansegulvet. Peter er ikke specielt god til at danse, men de har det sjovt. Indtil en tilfældig mand tager kæresten på røven, og hun smiler tilbage til ham. Situationen er ydmygende, men den retfærdiggør ikke Peters reaktion: Han slår for første gang en kvinde. Og kvinden er hans egen kæreste!

Da lussingen falder, bliver hun så chokeret, at hun styrter ud af diskoteket. Hun taler aldrig til ham igen, og Peter får et par uger senere at vide, at hun er blevet kæreste med den mand, der grånsede på hende. Det er han ligeglad med. Han fortryder ikke et sekund, at han slog hende.

“Hun havde ført mig bag lyset. Jeg havde på fornemmelsen, der var noget galt, og hun bekræftede det den aften. Så jeg følte, at jeg gjorde det rigtige. Jeg havde den regel, at jeg ikke skulle binde mig til nogen, der kunne risikere at forsvinde. Derfor var jeg altid kold over for mine kærester. Hvis de smuttede, var jeg ligeglad. Jeg følte aldrig, det var mig, der havde et problem.”

## Følelseskold og lukket

Den holdning til andre mennesker er han ikke alene om at have. Som alle de andre mænd, der har besøgt Manderådgivningen, er Peters problem et dårligt selvværd kombineret med en elendig evne til at kommunikere sine følelser. Derfor slår han i stedet. Også kæresterne, når de gør noget, han ikke bryder sig om. Og selv om han prøver at bløde op for lussingerne med blomster og middage i dagene efter slagene, smutter de altid efter et par måneder.

For Peter er det ligegyldigt. Han er hurtigt videre. Ligesom med alle jobbene, han forlader efter få måneder. Selv jobbet i vuggestuen, som han elsker og får stor ros for, finder han en undskyldning for at løbe fra, når tankerne om, at han ikke kan finde ud af det, tager over.

Endnu en kæreste skrider. Denne gang med hans bedste ven. Hun har sikkert ikke betydet meget mere end de andre, men vennens svigt er stort, og Peter viser det ved at banke ham og smadre vinduerne i kærestens lejlighed. Igen fortryder han ikke sine handlinger. De fortjente det jo, og det var den eneste naturlige måde for ham at vise det på. Et øjeblik bliver han ked af det. Peter pakker i stedet det hele sammen og gemmer det dybt inde i rodet blandt de andre indkapslede, svære følelser.

Lige så lukket er han, da han møder den kvinde, han senere får barn med. Han er 23 år. Hun

## VOLD I TAL

- \* Statistikken viser et fald i partnervold mod kvinder. I 2000 var der godt 42.000 årlige tilfælde mod nu 28.000.
- \* Ofre for partnervold ender hyppigere på skadestuen end andre voldsofre. Derfor anses partnervold generelt for at være grovere end anden vold.
- \* I 2004 og 2005 var der tilsammen 1.178 anmeldte tilfælde af partnervold. I 98 % af tilfældene stod mændene bag.

KILDE: RAPPORTEN MÆNDS VOLD MOD KVINDER, 2007. STATENS INSTITUT FOR FOLKESUNDHED



“Det var mig, der havde problemet.  
Min kæreste kunne intet have gjort”

## HER KAN MÆND FÅ HJÆLP

Der findes seks behandlingssteder for mænd, der har brug for hjælp til at undgå fysisk og psykisk vold:

**Manderådgivningen i Aalborg:**  
manderaad.dk

**Dialog mod vold i København, Århus og Odense:**  
dialogmodvold.dk

**Alternativ til vold i Roskilde:**  
atv-roskilde.dk

**Krisecenter Odense:**  
Telefon: 65 91 1328  
Mail: krisecenter@odense.dk

er 18 – og voldsomt forelsket i ham. Muligvis af den grund bliver hun, selv om hun får en lussing i ny og næ. Hun lærer lynhurtigt at følge reglerne, og Peter synes faktisk, forholdet går godt.

“Jeg fik jo min vilje. Det var altid hende, der bøjede sig, så for mig var alle problemerne væk,” siger han med et lille, ironisk smil. For det var de ikke. Dæmonerne i hans hoved voksede sig derimod større.

Forholdet fortsætter, og to år efter bliver hun gravid, og han tager en uddannelse som elektriker. Ønsket om et normalt familieliv er stort. Efter sønnens fødsel åbner Peter sig fuldstændigt for sin kæreste. Nu er der ingen hemmeligheder længere om fortid eller andet rod i hans liv. Kun jalousien, der vokser i takt med kærligheden til hende, holder han for sig selv.

Til sidst fylder den hele forholdet. Er hun hos en veninde, tropper han op og tjekker, at der ikke er andre mænd. Får hun tilfældigt øjenkontakt med en mand på gaden, er konsekvensen ikke til at komme udenom.

“Det handlede vel om kontrol. Vores forhold udviklede sig til et rent diktatur, hvor mit ord var lov. Jeg følte, at hvis jeg ikke bevarede kontrollen, mistede jeg hende.”

Men uanset hvor meget kæresten indretter sig efter Peter, vokser de fiktive billeder i hans hoved. Han videoovervåger hende og får kammeraterne til at ringe, hvis de ser hende i bybilledet. Til sidst får de nok og trækker sig fra ham. Inden opfordrer en enkelt ham dog til at få hjælp. Men for Peter, må det være vennen, der har brug for

hjælpen, hvis han er så forstyrret, at han mener, at Peter er jaloux!

## Tæt på at slå ihjel

“Jeg blev efterhånden så bange for at miste hende, at mistroen tog over. Jeg blev overbevist om, at hun havde en anden og ville finde beviser for det. Jeg prøvede vel at opnå en sikkerhed for, at hun aldrig forlod mig. Så jeg sørgede for, hun blev lukket inde i vores lille cirkel og ikke havde forbindelse til andre.”

Peter får, hvad han vil. Kæresten stopper med at se andre, og hendes selvstændighed er for længst væk. Men det er stadig ikke nok. For Peter har det værre end nogensinde, og det går ud over kæresten. Hvad, han ikke kan indse, er, at det er ham selv, han har det dårligt med. Ikke hende. Selv om logikken var en anden dengang, kommer hans svar hurtigt på spørgsmålet, om hun kunne gøre noget anderledes:

“Det var mig, der havde problemet. Hun kunne intet have gjort!”

Da problemerne står på, prøver han dog ihærdigt at overbevise sig selv om det modsatte. Alligevel presser andre tanker sig på.

“Et eller andet sted vidste jeg godt, det var forkert, så skyldfølelsen kom oftere og oftere. Det blev jeg pissesur over, men jeg troede, det var hende, jeg blev sur på. For det var jo hendes egen skyld, når jeg slog,” forklarer Peter om den logik, han havde.

Så i stedet for at være medfølelse skubber han hende væk, og hvad som helst antænder ham.

“Hvis hun bare sad på den forkerte måde. Selv om hun gjorde alt, hvad jeg ønskede, ville hun aldrig kunne tilfredsstille mig. Jeg skulle nok finde noget, der var i vejen,” siger han.

I takt med at kontrollen øges, vokser intensiteten af volden også. Fra lussinger til slag og spark på kroppen. Alligevel opfatter han det aldrig som ‘rigtig vold’, for det efterlader ikke mén på hendes krop.

“I hvert fald ikke fysisk,” tilføjer han stille.

En dag kommer han hjem og ser, at der ikke er støvsuget. Der står også en smule opvask. Der irriterer ham. Irritationen vokser og udmunder til sidst i et skænderi.

“Der skete vel det, der sker, når man ser rødt. Jeg husker ikke noget, men pludselig vågnede jeg op og så blod på mine hænder. Hendes stemme var trængt igennem til mig: ‘Vil du ikke nok stoppe med at slå, Peter?’. Det var sådan en blid stemme. Som et barns. Jeg kan stadig høre den,” siger han.

I dag er han pinefuldt bevidst om, at han kunne have slået hende ihjel, hvis ikke stemmen havde stoppet ham.

Kæresten flytter hen til sin søster og fortæller ham et par dage efter i telefonen, at deres forhold er forbi. Det er allerede gået op for ham, da han står bøjet over hendes blodige ansigt og opfatter, hvad han har gjort. Han ser ind i såret af hendes flækkede øjenbryn. Læben er flækket, ribbenene er bøjet, og den dag i dag hører hun dårligere på det ene øre.

“Jeg havde mistet kontrollen. Eller den smule kontrol, jeg trods alt havde, når jeg slog. Jeg havde aldrig troet, jeg kunne skade hende så meget. Det, jeg havde gjort, kunne jeg simpelthen ikke finde en undskyldning for, som jeg plejede. Det kunne kun være min skyld!”

For første gang bliver Peter ked af det. For al-

## HVEM SLÅR?

Voldelige mænd fordeler sig bredt på alder og samfundslag – fra bistandsklienter til direktører. Eneste fællestræk er, at de har meget lavt selvværd og ekstremt svært ved at udtrykke deres følelser.

Man hjælper bedst en voldsmand ved at tale åbent om problemet og assistere med at finde behandling. Ofre for vold bør fortælle andre om problemet. Uanset hvor meget de anstrenger sig, vil de ikke kunne klare det på egen hånd.

KILDE: HENRIK MUNKHOLM, MANDERÅDGIVNINGEN, AALBORG

vor. I et par måneder befinder han sig i en dyb depression, hvor han drømmer om hendes maltrakterede ansigt om natten.

## Tildækker spejlbillede

Konstant ser han de mennesker for sig, han har mishandlet. Spejlene i hjemmet dækker han til eller tager ned, for han kan ikke holde ud at se på sig selv. Han ser heller ikke andre mennesker, og sønnen bliver anbragt hos Peters mor.

“Det var, som om jeg stod i tredjeperson og pludselig kunne se alt det lort, jeg havde lavet. Til sidst var jeg så langt ude, at jeg tænkte, at jeg lige så godt kunne gøre en ende på det hele.”

Men da det er sortest, formår han alligevel at stille sig selv et dilemma: Enten får han hjælp, eller også opgiver han at være far for sin søn, for han er simpelthen ikke værdig til at bære det ansvar. Kærligheden til sønnen vinder, og langt om længe overvinder han sig selv til at betro sig til en bekendt, der før har hjulpet ham af med proble-

“Det var forfærdeligt for mig at dele det med andre, og jeg fortalte heller ikke hele sandheden”

mer. En dag befinder han sig pludselig i nærheden af hans lejlighed og bestemmer sig for at gå ind og tale med ham.

“Det var forfærdeligt for mig at dele det med andre, og jeg fortalte heller ikke hele sandheden. Jeg kunne ikke sige noget om min kæreste.”

Men Peter erkender, at han ikke kan styre sit temperament, og at han har et problem med vold. Det kan venen ikke hjælpe med, men han

ved, hvem der kan. Kort tid efter har han – med Peters tilladelse – lavet en aftale med rådgivningscentret, der heldigvis har tid til ham.

Først der får han en forklaring på alle sine mørke tanker. Men endnu vigtigere får han en forståelse for, hvad der skal til, for at han kan holde knytnerne i lommerne, når raseriet kommer brusende op i ham.

Vejen dertil er ikke nem. Peter skal mentalt starte helt forfra. Han skal konstant bede hjernen om at slappe af, og langsomt reagerer kroppen på det. Sværest af alt skal han lære at åbne op for de følelser, som, han som barn vidste, var smartest at gemme væk.

Langsomt bevæger han sig ud af depressionens mørke, og efter et halvt år med de ugentlige samtaler hos Manderådgivningen kommer de første opture. Begejret over fremskridtet sætter han gang i alt for mange projekter og opbruger al sin energi. Først efter et års tid lærer han at finde en sund balance, så humøret ikke tager de drastiske op- og nedture. Efter en pause på tre år, hvor Peter er i terapi de to af dem, har han og kæresten fundet sammen igen.

“Nu kan jeg sige til mig selv: Jeg er tilfreds med mig selv. Jeg har det ikke godt med det, jeg har gjort, men jeg er stolt af de fremskridt, jeg har opnået. Når en mand kigger på min kæreste, tænker jeg ikke længere: ‘Nu er hun mig utro’. I stedet tænker jeg, hvor heldig jeg er, at jeg er sammen med hende.”

Hans forandring fra voldsmand til en person, der er i kontakt med sine følelser, bemærker hun så småt et lille år efter, hun har forladt ham. Når de skal ordne samværet med sønnen, er han ikke længere den opførende mand, hun kender alt for godt. Hun møder derimod en person, som hun kan lave aftaler med i fordragelighed. Hun kan oven i købet tale med ham om sine personlige problemer.

Nu har de lige haft syv måneders jubilæum som kærestere, og han har aldrig været i nærheden af at lægge hånd på hende siden.

“Da vi talte om at finde sammen, sagde jeg, at det skulle være et forhold på lige fod. Kom de små tegn frem igen, måtte vi gå fra hinanden. Det, tror jeg, gjorde hende en lille smule tryk ved det hele.”

I de syv måneder beviser Peter hele tiden, at han mener det, han har sagt. Og i dag kan hun sagtens flytte rundt på møblerne eller skælde ham ud, fordi han ikke har smidt sokkerne i vasketøjskurven uden problemer.

“Før i tiden var det envejsskommunikation. Nu går det begge veje, og vi er to om at sige, hvis der er noget, der ikke er godt. Det vil tage lang tid, før hun stoler 100 procent på, at der ikke sker noget. Men jeg ved, jeg aldrig vil gå over grænsen. Det har jeg opnået for meget til.”

## LÆS MERE

Bogen *I kærlighedens vold* forklarer baggrunden for vold i parforholdet. Den er skrevet af Per Straarup Søndergaard og Henrik Munkholm, der har haft flere hundrede voldelige mænd i behandling. I bogen giver de metoder og teknikker videre til at bryde ud af de destruktive mønstre.

Udgivet på Documentas i 2006. Kan købes hos boghandlen eller på saxo.com. Pris 229 kr.

