Hos Mandecentret føler mange mænd, at de for første gang møder forståelse og accept

Morten Kjær Egebjerg, som er direktør for Mandecentret i Danmark, fortæller, at rollen som offer eller som kriseramt ikke er én, mænd gerne tager på sig, for mænd vil gerne se sig selv som handlekraftige. Og det vil resten af samfundet ofte også.

Fotograf Daniel Hjorth

Karina Luise Andersen er
cand. mag. og er redaktør på STOF

Hos Mandecentret kan mænd få hjælp, når deres ægtefælle eller kæreste er voldelig; når skilsmissen er endt med beskyldninger og manglende samvær med børnene; når den faste bolig er skiftet ud med sofaen hos venner; eller når livet helt generelt er svært. Mandecentret håber særligt på at nå mændene, inden de måske tyr til rusmidler som lindring.

AF KARINA LUISE ANDERSEN

I Mandecentrets botilbud, som udgør rygraden i den indsats, som Mandecentret i Danmark yder, er der i alt ca. 30 ansatte og 50 frivillige fordelt på fem afdelinger i Aarhus, Odense, København, Esbjerg og Aalborg. De ansatte og frivillige består af psykoterapeuter, coaches, pædagoger, jurister og socialrådgivere. I 2018 har Mandecentrets afdelinger haft kontakt med 2.000 mænd i alt, som fordeler sig over alle socialgrupper i befolkningen. Knap 150 mænd fik en midlertidig bolig på Mandecentrets botilbud, og 800 mænd fik personlig sparring og praktisk rådgivning i forbindelse med skilsmisse, konflikt og vold.

Hos Mandecentret ved de dog, at ud over dem, de hjælper, er der mange flere mænd, som har behov for hjælp. Men det kan være svært både for mændene selv - og for mange mennesker i samfundet - at forstå, at mænd kan have så stort behov for hjælp, at de må opsøge en af Mandecentrets afdelinger.

Morten Kjær Egebjerg, som er direktør for Mandecentret i Danmark, fortæller, at rollen som offer eller som kriseramt ikke er én, mænd gerne tager på sig, for mænd vil gerne se sig selv som handlekraftige. Og det vil resten af samfundet ofte også. For mange mænd kan det derfor opleves som et tabu og et nederlag at befinde sig i en situation, hvor de er nødt til at bede om hjælp.

Vold i familien

"Ca. hver femte mand, som henvender sig til Mandecentret, har oplevet vold imod sig af et sådant omfang, at det bliver den væsentligste faktor bag henvendelsen til os. 100 % af disse mænd har oplevet psykisk vold, og ca. 81 % har oplevet fysisk vold. Omkring 90 % af mændene har oplevet vold fra en kvindelig partner," fortæller Morten Kjær Egebjerg I mange tilfælde tier mændene om at blive udsat for vold af frygt for, at de selv vil blive beskyldt for volden - eller for at være voldelig selv, hvis de eksempelvis har forsøgt at holde deres partner fast for at undgå slag. Mændene kan også være bange for, at ingen vil tro på dem, eller at andre vil være uforstående overfor, hvorfor de ikke bare forlader deres voldelige partner. Mænd er jo ofte fysisk stærkere end deres hustru eller kæreste, og mange mennesker har derfor ofte vanskeligt ved at betragte mænd som ofre for psykisk eller fysisk vold. Ej heller i egentlig livsfare på samme måde som kvinder udsat for vold. Ifølge Morten Kjær Egebjerg viser tal fra England dog, at ét ud af tre partnerdrab er en mand, som slås ihjel af sin kvindelige partner.

Men det er ikke kun omverdenen, som har svært ved at betragte mænd som ofre for vold. Morten Kjær Egebjerg fortæller, at mange af mændene, der kommer til Mandecentret, også selv kæm-

per med at se sig som voldsudsatte. Volden mod mændene kan dog i nogle tilfælde have så grov karakter, at centret er nødt til at afvise at tilbyde mændene et botilbud, fordi de pågældende oplever stalking i en sådan grad, at centrets sikkerhed sættes på spil.

Mænd, der er udsat for vold, tør ofte ikke flytte fra deres hjem og ægteskab, selv om de mistrives. De frygter at miste kontakten til deres børn. Det sker også – ligesom for mange kvinder i samme situation - at mænd udsat for vold nogle gange "vænner" sig til volden og derfor stadig elsker deres partnere og ikke ser det som en mulighed at forlade dem.

For Morten Kjær Egebjerg er det dog væsentligt at understrege, at vold i familien er vigtigt at sætte fokus på, uanset ofrets eller udøverens køn, og at vold mod kvinder derfor fortjener mindst lige så meget opmærksomhed som hidtil i samfundet. Men han er glad for, at der er kommet fokus på, at mænd også kan være ofre for vold og have brug for hjælp. Og i organisationen 'Lev uden vold', som Morten Kjær Egebjerg er formand for, deltager organisationerne Mandecentret, Dialog mod vold, Mødrehjælpen, Danner og LOKK – Landsorganisationen af Kvindekrisecentre - i en samlet indsats mod vold i familien.

Skilsmisse og samvær

Otte ud af ti af mændene, der søger hjælp hos Mandecentret, kommer af andre primære årsager end vold. Morten Kjær Egebjerg fortæller, at i alt bliver ca. 30.000 mænd skilt fra deres ægtefæller hvert år. Ud af disse vil 600-800 mænd i løbet af to-tre år opleve en så omfattende krise, at de bliver funktionelt hjemløse. Ca. 5.000 andre vil have så store problemer med at få samarbejdet om de fælles børn til at fungere med deres eks-ægtefælle, at børnene risikerer at miste kontakten til den ene forælder. I ca. 80 % af tilfældene vil det være faderen, som barnet mister kontakten til, og indimellem er der beskyldninger involveret, som mændene oplever behov for hjælp til at håndtere.

Det er som oftest også risikoen for helt at blive afskåret fra at se sit barn efter skilsmisse, som får mændene til at opsøge hjælp.
"Her kan Mandecentret ikke kun hjælpe konkret med sagen, men også være med til at forhindre en personlig deroute for mændene," fortæller Morten Kjær Egebjerg.
"Mænd vil rigtig gerne handle, men på bunden af krisen er dette svært. Til gengæld er den stærke handlingsorientering så en fordel senere i forløbet, og vi ser mange gå videre til stærke liv efter krisen, fordi de har lært sig en proaktiv krisehåndtering og fundet endnu dybere kontakt til sig selv. Her er den personlige sparring, og at manden får sin egen bolig og bevarer gode ressourcer i behold, faktisk det allervigtigste at udvikle."
Mange af de mænd, der kommer hos Mandecentret, og som benytter sig af deres botilbud, er blevet bolig løse efter parbrud eller skilsmisse. Dette kan blandt andet skyldes, at manden har mistet det sociale netværk, han var en del af sammen med sin hustru eller kæreste, at manden ikke står på lejekontrakten, at konfliktniveauet er højt parterne imellem, eller at manden ønsker at sørge for, at hustruen og børnene har en bolig, hvorefter han selv flytter ud, men har svært ved at finde - og få råd til - en anden bolig.

Mandecentret kan hjælpe mænd efter skilsmisse med rådgivning omkring samvær, hjælp til jobsøgning, hjælp til at få styr på økonomien og ikke mindst til bearbejdning af følelser omkring bruddet og savnet af børnene via et forløb hos en terapeut eller i mandegrupper. Centret hjælper også med at være bisiddere i socialforvaltningen og med kontakt til sagsbehandlere.

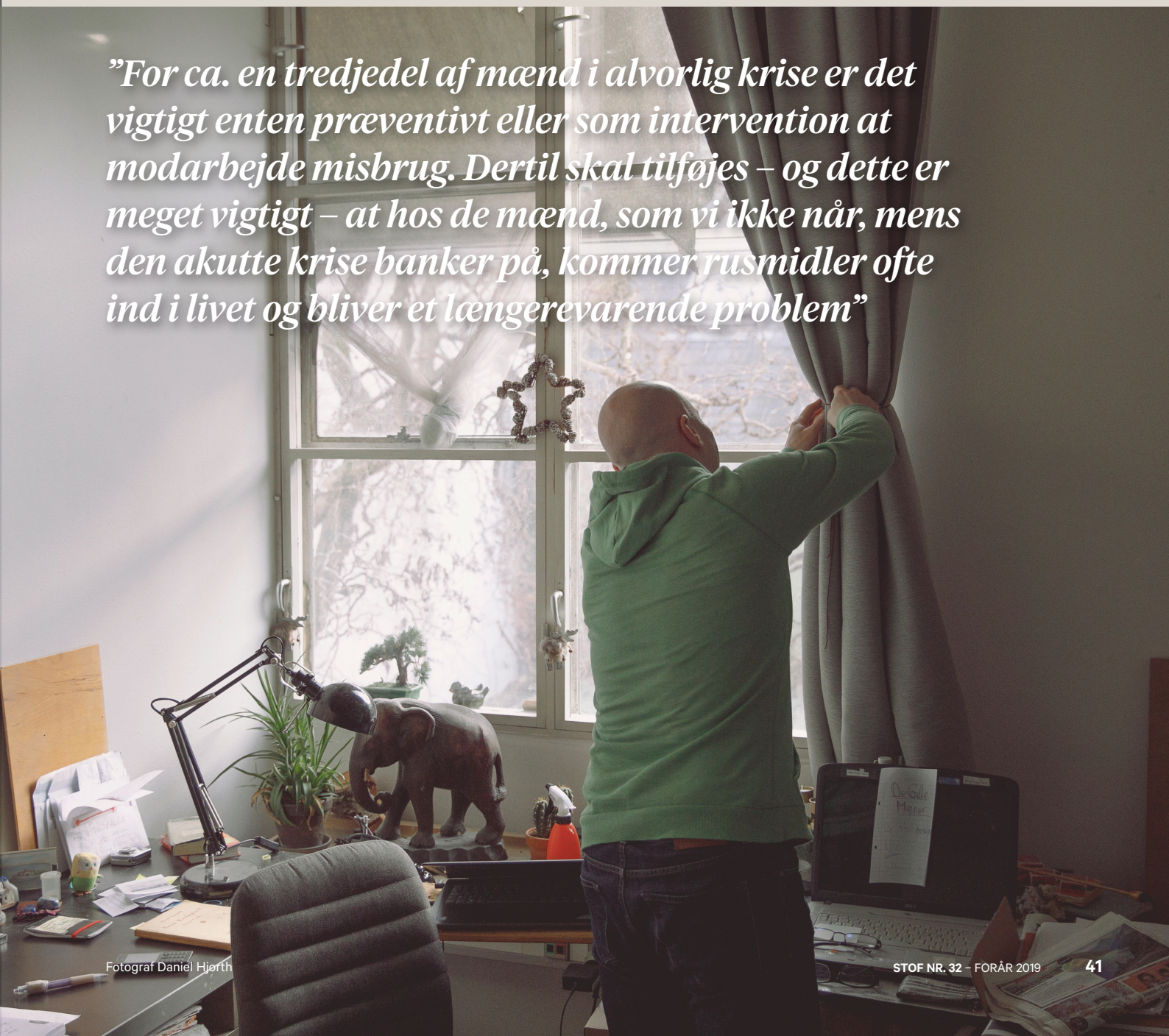
Det er vigtigt for Morten Kjær Egebjerg at understrege, at han ikke ønsker at sætte fokus på skyld mod partnere eller mod systemet i forhold til de problematikker, som mænd kan opleve i forbindelse med skilsmisse. Men han vil gerne oplyse om, hvilke ulykkelige situationer der kan opstå, og hjælpe skilsmissepar til at håndtere dem. Derfor er der også mulighed for, at kvinder kan deltage i samtaler med deres (eks)mænd hos ét af Mandecentrets afdelinger. Han siger: *"Vi tror særligt, at en relationel tilgang til krise og vold i parforhold er vigtig at komme frem til. Det hænger ikke sammen med at retfærdiggøre den ene part, men simpelthen med basal logik om, at uanset om der er én eller to udøvere af vold eller aggression, og uanset om en krise er ensidig eller rammer begge i et par, så er det vigtigt at få afdækket, hvad der er sket i relationen, og hvordan børnene bedst bringes videre i livet på trods af det, som er sket, og så vidt muligt med kontakt til begge deres forældre i et fast samarbejde. Der kan vindes rigtig meget for mange børn, kvinder og mænd ved en tidligere og stærkere familieindsats."*

Når krisen sætter ind, gør rusmidlerne det ofte også

Hos Mandecentrets botilbud er det muligt at bo med sine børn eller at have dem på samværsbesøg, og særligt af den årsag tillades der ingen former for problematisk forbrug af rusmidler, og der holdes et 100 procent stoffrit miljø. Hvis mænd, der henvender sig til Mandecentret, har et problem med stoffer eller alkohol, henviser centret dem til rusmiddelbehandling hos deres samarbejdspartnere først.
"For ca. en tredjedel af mænd i alvorlig krise er det vigtigt enten præventivt eller som intervention at modarbejde misbrug. Dertil skal tilføjes – og dette er meget vigtigt – at hos de mænd, som vi ikke når, mens den akutte krise banker på, kommer rusmidler ofte ind i livet og bliver et længerevarende problem,", siger Morten Kjær Egebjerg og uddyber:
"Rusmidler fungerer ofte som en lindring for mændene. Det har blot den ulempe, at den kan skabe afhængighed og fratage manden konkrete handlemuligheder i livet. Dette bliver i givet fald selvforstærkende, men kan heldigvis brydes i rigtig mange tilfælde, selv om det kan tage lang tid. Derfor samarbejder vi også med specialister i rusmidler, både gen-

nem løbende dialog og erfaringsudveksling og konkret for de mænd, som har behov for behandling."

Morten Kjær Egebjerg vil gerne opfordre mænd til at opsøge Mandecentret, inden krisen rammer dem så hårdt, at rusmidlerne bliver fast lindring for dem. Han siger, at den vigtigste opgave, Mandecentret har, er at møde og lytte, så mændene gradvist igen finder kontakt med det indre menneske, som måske er blevet fortrængt delvist i parforhold eller under brud og skilsmisse. Som han forklarer: *"Mange mænd har sagt til os, at mødet med Mandecentret var første gang, de mødte den grad af forståelse og accept af mandens udgangspunkt og ståsted i livet."*



"For ca. en tredjedel af mænd i alvorlig krise er det vigtigt enten præventivt eller som intervention at modarbejde misbrug. Dertil skal tilføjes – og dette er meget vigtigt – at hos de mænd, som vi ikke når, mens den akutte krise banker på, kommer rusmidler ofte ind i livet og bliver et længerevarende problem"

Fotograf Daniel Hjørth

Christian fortæller, at den bedste hjælp, han modtog hos Mandecentret, var den støtte, opbakning og trygge base, han fik til at komme videre i sit liv, og at han hele tiden er blevet styrket og støttet hos centret til at gøre noget godt for sig selv.

Fotograf Daniel Hjorth

Christian i Mandecentrets lokaler i København

Christian, 43 år

Christian er en af de mænd, der har stor glæde af Mandecentret. I forbindelse med en svær tid efter sin mors død og i en stresset hverdag fik han stoffer og alkohol for tæt ind på livet. I 2018 boede han i ét af centrets botilbud i næsten et år og flyttede sidst på året i egen bolig. Han fortæller, at han ikke kendte til Mandecentret, inden han kom i kontakt med dem, men det gjorde hans svigerfar: *"Grunden til at jeg havnede på Mandecentret, var, at jeg grundet uretmæssigt indtag af medicin på min arbejdsplads mistede mit job og min autorisation som sygeplejerske. Efterfølgende gik min kone fra mig, og jeg blev hjemløs og boede i en periode på sofaer hos venner og bekendte. Min daværende svigerfar kunne se, at jeg havde det afsindigt skidt, og kontaktede Mandecentret på mine vegne."*

Christian fortæller, at den bedste hjælp, han modtog hos Mandecentret, var den støtte, opbakning og trygge base, han fik til at komme videre i sit liv, og at han hele tiden er blevet styrket og støttet hos centret til at gøre noget godt for sig selv. Og så kalder han det en gave at have mødt både personale og de andre beboere på centret, som alle har inspireret ham på hver deres måde. Han fortæller: *"Jeg er nu blevet bosat i egen lejlighed med kæmpe hjælp fra Mandecentret. Nu mangler jeg bare at få min autorisation som sygeplejerske tilbage. Det er en lang og sej proces, og jeg har svært ved at få andre jobs. Men jeg har fået et rigtig fint forhold til min ekskone og til min datter, som jeg ofte ser, og mangler altså blot min autorisation for at være tilbage på fuld 'power' efter min deroute."*

Christian har dog erfaret, at udenforstående har haft svært ved at forstå, hvad Mandecentret er for noget, og at nogle forveksler det med Mændenes Hjem. Og han har også oplevet, at mange mennesker ikke rigtigt kan begribe, at mænd kan have brug for krisecentre. *"Jeg tror, det er vigtigt at huske, at både mænd og kvinder blot er mennesker med problemer af variable størrelser og med forskellige indgangsvinkler. Alle kan havne i en livskrise... det har jeg selv kunnet konstatere efter at have talt med mange mænd i en lignende situation som min. Ikke nødvendigvis med misbrug i bagagen, men som følge af parbrud, hvor manden bliver sat helt ud i "grøften" med meget lille mulighed for at komme ind i kampen igen,"* siger Christian og fortæller, at han til enhver tid vil fortælle sin historie for at udbrede kendskabet til krisecentret for mænd, så flere mænd, der har det svært, kan få hjælp. Og det er Morten Kjær Egebjerg glad for: *"Vi trænger til forbilleder, som tør stå frem og fortælle, at kriser rammer de fleste mennesker i løbet af livet, og at det allervigtigste i en krise er at dele den med nogen. Der er mange mænd, som ikke ser muligheden for proaktiv krisehåndtering, og rigtig mange, som ikke søger hjælp – eller gør det ret sent. Vi mener, der skal meget større bevidstgørelse til, om hvad det vil sige at være mand og være i krise."*

Læs mere om Mandecentret på www.mandecentret.dk