

# Kan hun ikke bare gå?

Av jurist Ingunn Eriksen

Artikkelen er trykket i *Embla* 2000:6 og ligger ute på *Krisesentersekretariatets nettside*

## Innledning:

Mye er blitt skrevet, sagt og forsket på når det gjelder kvinnemishandling. Likevel er det fremdeles slik at kvinner med høy og lav inntekt, kvinner med og uten utdanning, karrierekvinner, hjemmевærende, arbeidsledige, kvinner med og uten barn "finner seg i" å bli slått. Blant mishandlede kvinner finner vi også feminister. For utenforstående står det igjen ubesvarte spørsmål: Hvorfor går hun ikke? Hva er det som får en kvinne til å bli værende i et voldelig forhold?

Vold rammer tilfeldig – også når det gjelder den vold som utspiller seg i hjemmet. Men det er ikke tilfeldigheter som gjør at noen kvinner forblir i destruktive forhold. Det å forbli i et destruktivt forhold kan være en naturlig reaksjon. Den er ikke hensiktsmessig. Det er en prosess med veldefinerte utviklingstrinn som bl.a. kan forstås gjennom kunnskapen om medavhengighet og virkningen av vold. Dette bør hjelpeapparatet gripe mer fatt i.

## 1: MEDAVHENGIGHET

Medavhengighet er et begrep som oppstod i USA på 70-tallet knyttet til partnere og familiemedlemmer til alkoholikere og andre rusmisbrukere. Begrepet har senere vist seg å også ha gyldighet for andre forhold som preges av uforutsigbarhet for den ene part som fører til en følelse av avmakt. Medavhengighet er en reaksjonsprosess, og en beskyttelsesmekanisme (Beattie 1987).

Det kan diskuteres om medavhengighet er en diagnose, men bør i hvert fall anerkjennes som et meningsbærende begrep for de tusener av mennesker som gjenkjenner det tanke-, følelses- og handlingsmønstre som de har til felles.

Ikke alle som lever i risikorelasjoner blir medavhengige, men risikoen øker i takt med antallet dysfunksjonelle forhold man har hatt.

Kjernen i medavhengighet er at den medavhengige blir sterkt påvirket av den andres atferd, og forsøker som en reaksjon på dette å kontrollere denne atferden. Det handler om å miste sin identitet, om å miste kontakt med sine egne følelser, tanker, behov og ønsker. Den medavhengige kjenner seg ansvarlig for sin partners følelser, handlinger, behov og velbefinnende. Andre kjennetegn er utpreget lav selvfølelse, sterk skyldfølelse ved å prioritere seg selv og en redsel for å bli avvist og forlatt (Goldhor Lerner 1985)

Det er stor fare for å utvikle medavhengighet i mishandlingsforhold fordi det ligger i voldens natur at overgriperen har som målsetning å påvirke kvinnen, mens kvinnen vil gjøre alt hun kan for å unngå volden og forsøke å endre hans atferd. Medavhengighet til en voldelig mann, er også svært farlig fordi jo mer hun prøver å tilpasse seg hans atferd for å unngå vold og jo mer hun forsøker å endre hans atferd, jo mer medavhengig blir hun. Med andre ord, hennes kamp for å få slutt på volden knytter henne stadig sterkere til overgriperen.

Utenforstående kan synes at det er rart at en kvinne kan være glad i en mann som slår henne. Et hvert menneske har rett til egne følelser, og et hvert menneske er mer enn et voldsoffer

eller en voldsmann. Kjærlighet i mishandlingsforhold er knyttet til det verdifulle menneske man ser bak rollene og handlingene. Dertil kan paret ha lange og gode perioder som oppleves som ”det sanne bildet” av forholdet og som er grobunnen for den kjærlighet kvinnen føler for mannen.

Medavhengige har likevel vanskeligheter med å skille mellom hva som er kjærlighet og hva som har sitt utspring i medavhengighet. Kjærlighet kan enten forveksles med medlidenhet, eller med en for sterk lojalitetsfølelse. De gode periodene i forholdet kan bli tillagt for stor betydning. Kvinnen vil lete etter tegn som kan bety at mannen, eller forholdet er i ferd med å endres til det bedre. Hun griper begjærlig etter de tegn hun finner, for eksempel at han begynner å hente barna i barnehagen, eller at han kommer tidligere hjem. Sammenligner hun med hvordan det har vært før, så er dette en stor bekreftelse på at han er en ansvarsfull far og bryr seg om henne – han yter noe ekstra. Får hun hjelp til å se det i perspektiv, så vil hun se at i mange parforhold, er samme handling et uttrykk for en god praktisk innretning av familieforpliktelsene de har sammen – han yter det som er normalt å yte.

Vekslingen mellom gode og vonde perioder i forholdet, kan lett skape et tanke- og følelseskaos i kvinnen. Selv om kvinnen til en viss grad kan lære seg faresignalene for når det bygger seg opp et indre trykk i mannen, så vil vekslingen likevel være uforutsigbar og vilkårlig. Noen ganger venter hun seg slag, men blir gitt trøst og godhet. Den uventete omsorgen blir for henne en gave som fyller henne med takknemlighet, i verste fall føler hun at hun kommer i takknemlighetsgjeld.

I et slikt tanke- og følelseskaos, er det ikke anledning til dypere refleksjon.

Kvinnen trenger avstand slik at hun lettere kan se at det er et mønster i kaoset. Mønsteret består i at det er *han* som bestemmer når han skal være snill og god – og *han* som bestemmer når han skal slå. Han har i de aller fleste tilfelle fullstendig kontroll på når han skal ”miste kontrollen” (Jacobson 1998).

### **Portrett av et forhold**

Når kjærlighet forveksles med medlidenhet, forklarer kvinnen mishandlingen med grunner først og fremst i ham. Det er hun som får blåmerkene og ender på legevakten, men det er *han* som virkelig trenger hjelp. Hun ser hans voldsbruk som et utslag av at han er syk, at han hatt en vanskelig barndom, at han har manglende evne til å uttrykke følelser, eller at han har rusproblemer. Hun ser at han trenger hjelp og hun er den eneste som kan og vil være der for ham. Hun tviler på at han vil klare seg uten henne. I disse forholdene blir det gjerne en runddans, med beskyldninger om hvem som er verst og en evig kamp for å rettfærdiggjøre seg og sine reaksjoner (Norwood 1985).

I et forhold hvor volden har blitt systematisk, er det mannen som skaper og bevisst spiller på kvinnens overdrevne ansvarsfølelse ved å kreve at hun skal være den perfekte mor for hans barn, den perfekte elskerinne, den perfekte partner, noen ganger kan han også forlange at hun skal forsørge ham (Aasland 1992). Han vil sjeldent være fornøyd med henne, og hans forventninger vil stadig skifte slik at uansett hva hun gjør, så blir det galt. Hun forstår ikke spillereglene i forholdet. Hun er villig til å sette seg ned sammen med ham og finne ut hva som er problemet og komme til en felles løsning som fungerer greit for begge. Hun tror deretter at de har klart å løse opp i noe, og følger opp etter beste evne, til hun oppdager at spillereglene er endret. Han krever hennes fulle oppmerksomhet og alt dreier seg om ham. Han krever en betingelsesløs kjærlighet og hengivenhet som hun ikke lenger kan gi. Hun gir han forsikringer om at hans urimelige beskyldninger, mistanker og nedrakking ikke er berettiget, hun er glad i ham, hun er ikke utro, hun bryr seg ikke om noen andre, det er bare

ham for henne. Han kommer med sterke anklager, og hun kommer med sterke forsikringer hvis hun ikke har nådd det stadiet at han har klart å gjøre henne taus (Jacobson 1998)

Han påpeker så ofte hvor mislykket og udugelig hun er at hun ender opp med å tro på ham. Hennes ansvarsfølelse og lojalitet gjør at hun stadig forsøker å forbedre seg slik at han ikke har noe å utsette på henne. Det at hun har forsikret ham om sin kjærlighet gjør det ekstra vanskelig for henne å gå – for da har hun vel løyet hele tiden? Kvinnen kan dermed komme i den situasjon at hun vet at hun har mange gode grunner til å gå – men hun føler ikke at hun har en *rett* til å gå (Forward 1986)

En av de viktigste årsakene til at hun forblir i det helvete hun lever, kan være hensynet til at barna og faren trenger hverandre. Men de aller fleste kvinner vil føle at de har en *rett* til å gå dersom mannen truer og skader barna, eller at barna risikerer å bli morløse. Står valget mellom at barna risikerer å miste henne som mor eller at de mister kontakten med far, vil hun ha en sterk motivasjon til å forlate mannen. Barna blir en grunn utenfor henne selv. Hjelpeapparatet må bli flinkere til å bidra til at kvinnen får en økt forståelse av at hun har en individuell *rett* til å forlate mannen i stedet for ensidig å vise til gode grunner for å bryte ut. Den ekstreme lojaliteten må flyttes bort fra mannen og tilsynelatende barna – til henne selv. Ved å ta godt vare på seg selv, tar hun også best vare på barna. Hun må oppmuntres til å ikke ta over ansvaret for konfliktene i forholdet, men å overlate den til overgriperen som er den ansvarlige.

### **Snill pike**

Noen av de kvinnene som opplever å bli medavhengig til en voldelig mann, har vært det man kaller ”voksent barn”. Alle voksne mennesker er barn av sine foreldre. Begrepet voksent barn derimot brukes om barn som i barndommen har påtatt seg eller blitt pålagt en voksenrolle overfor forelder, søsken eller andre nærstående. Barnet har ikke fått lov til å være barn med alt hva det innebærer. Dette fører til at hun som voksen i mange tilfeller mangler en grunnleggende trygghet i motsetning til barn som har fått oppleve at hennes egne behov for omsorg og kjærlighet er blitt imøtekommet på en forutsigbar måte (Woititz 1983).

Denne gruppen barn er ofte forsømt av hjelpeapparatet. De har ikke en atferd som oppleves som problematisk for omgivelsene, kontra for eksempel barn fra samme bakgrunn som reagerer med en aggressiv eller hyperaktiv atferd. Det er de som blir definert som ”problembarn” som blir best sett og som tiltak rettes inn mot. Barn som derimot reagerer på dysfunksjonelle familiemønstre på en innadvendt måte, blir lettere oversett. Dette er barna som er lydige, pliktoppfyllende, ansvarsfulle, rolige og veloppdragne. De er ofte omsorgsfulle. De er de ”snille” barna. ”Flink pike”- syndromet er vel heller ikke ukjent.

Årsakene til at barnet går inn i en voksenrolle kan være mange, men fellesnevneren er at familiemønsteret har vært dysfunksjonelt på en eller annen måte. Det kan være snakk om alkoholisme hos omsorgspersonen, incest, voldsbruk eller alvorlige sykdom som preger resten av familien (Mellody 1989)

Voksenrollen vil som oftest være en hjelperrolle. Barnet er den som trøster når mor er lei seg, den som passer på småsøskenene når mor/far er full, den som beskytter småsøskenen når far slår mor, den som lager mat, som rydder bort tomflaskene, tømmer askebegrene. Barnet får et stort ansvar i forhold til alderen. Det at hun tilsynelatende mestrer ansvaret og bedømmes som ”voksen for alderen”, gjør at hennes følelsesmessige problemer blir undervurdert av familien og omgivelsene for øvrig.

Voksne barn kan ofte også gå under betegnelsen ”usynlige barn”.

Særtrekk ved det ”usynlige” barnet er at hun passer på å holde seg i bakgrunnen slik at hun ikke skal forårsake en ”katastrofe” når situasjonen er spent mellom mor og far, eller at familiesituasjonen er slik at det ikke er rom for henne.

Det usynlige barnet observerer, registerer, analyserer til hun til slutt kjenner omgivelsene bedre enn seg selv. Hun har mer kontakt med deres sinnsstemning enn sin egen (Black 1981)

Å ikke kunne forutse voksnes adferd fra dag til dag, gjør at hun er usikker på hva som er normalt. Regler og grenser i hjemmet er helt avhengige av omsorgspersonens sinnsstemning akkurat der og da. Noen ganger blir hun overlatt helt til seg selv, og får beskjed om at hun kan gjøre hva hun vil, mens andre ganger fører samme handling til kraftige konfrontasjoner og straff. Det blir viktig for henne å finne ut hvilket lune omsorgsperson er i for å vite hvilke regler som gjelder i dag, om hun kan fortelle om sine ønsker og behov, og om det er noe håp for at de kan bli oppfylt. Hun utvikler kraftige og følsomme ”antenner”.

Et usynlig barn har svake og utydelige grenser, og risikerer derfor at omgivelsene trækker over dem. Et grenseløst barn, er på mange måter et identitetsløst barn fordi grenser er det som tydeliggjør ”jeget” og skiller det fra omgivelsene. Når disse grensene mangler eller er svake, blir det vanskeligere for barnet å skille mellom hvem hun er i kraft av seg selv, og hva hun opplever. Opplever hun noe grusomt, så *er* hun grusom.

### **Konsekvenser av taushet**

Et annet særtrekk ved den dysfunksjonelle familien, er at kommunikasjon mangler, eller er forvirrende. Problemene ties i hjel. Barnet får ikke anledning til å prate om det hun opplever, og får dermed heller ingen bekreftelser utenfra på det som skjer. Tausheten som møter henne, får henne til å tvile på sin egen vurderingsevne. Dette skjer samtidig som raseriet som oppstår ved psykiske eller fysiske overgrep, blir omdannet til selvforakt. Denne forakten kan bli en del av hennes bagasje resten av livet. Hun må få anledning til å leve seg gjennom smerten, føle sinne og sorg og plassere ansvaret der det hører hjemme, ikke bare på et intellektuelt plan, men på en slik måte at hun følelsesmessig også blir befridd for skyld- og skamfølelse.

En mishandlet kvinne som har vært et ”usynlig barn” vil fort forsøke samme overlevelsesstrategi i parforholdet, som hun brukte i barndommen. Volden i seg selv – og voldsutøveren – minimerer kvinnen i den betydning at ”hun skal ikke tro at hun er verdt noe, hun er så ille at hun fortjener å bli slått”. Han ribber henne for integritet og verdighet. For å unngå ny vold, vil kvinnen gjøre seg mest mulig ”usynlig”. Hun vil si minst mulig for å unngå å provosere. Hun vil undertrykke sine egne behov og la hans komme i første rekke. Det oppstår samvirke mellom hans vold og hennes overlevelsesstrategi. *Hans* vold virker *utslettende* – *hennes* overlevelsesstrategi er i tillegg til å være livreddende, også *selvutslettende*.

## **2: VIRKNINGEN AV VOLD**

Viktimologien (læren om offeret) kan være med på å belyse hvorfor kvinner ikke ganske enkelt reiser seg og går fra sin voldelige mann. Flere kvinner, kvinner med sterk selvfølelse og fra harmoniske barndomshjem har også blitt i forholdet, stikk i strid med det hun ville ha trodd.

Viktimologi oppstod som vitenskap like etter andre verdenskrig, og har gått fra å være en ren kriminologisk disiplin til også å romme læren om aggresjoners virkning på offeret (Van Dijk 1999). Vi skiller mellom akutt krisereaksjon på vold og senvirkninger, såkalt post traumatisk stress syndrom (Kelber 1992)

Normal stressreaksjon på en traumatisk hendelse innebærer blant annet følelse av uvirkelighet, følelse av å være utenfor seg selv eller følelse av å være lammet. Hendelsen er så sterk at det er vanskelig å ta den inn. Benektelse blir en forsvarsmekanisme. Etter benektelse, vil man som oftest bevege seg inn i en ny fase dominert av sinne og raseri. En tredje fase er at man forsøker å finne en mening med hendelsen, man leter etter forklaringer i noe utenfor seg selv. Finner man ikke ytre årsaker, er det nærliggende å lete etter årsaker i seg selv. Dette er en forsvarsmekanisme som brukes for å oppnå følelse av kontroll. Finner man årsakene, har man også muligheter til å unngå at lignende kan skje igjen. Skyldfølelse kan lett oppstå i denne fasen.

En fjerde fase er følelsen av tap med påfølgende følelse av tristhet eller depresjon. Til slutt når man siste fase hvor man faller til ro og aksepterer virkeligheten som den er. Man er rede til å gå videre i livet. Varigheten av hver fase vil variere, og også rekkefølgen. Noen ganger vil man være i flere faser samtidig og svinge mellom dem. Uansett så er stressreaksjonen en naturlig og sunn prosess for å bearbeide sterke inntrykk og opplevelser (Lipson 1999).

Mishandlingsforhold er ofte turbulente. Det vil si at kvinnen kan oppleve å gå fra den ene krisen til den andre uten at hun får mulighet til å gå gjennom alle fasene av det som kan kalles normal stressreaksjon. Hun blir aldri ferdig med sinnet, eller sorgen, før hun går inn i en ny stressreaksjon med uvirkelighetsfølelse og benektelse. Hun befinner seg stadig i sjokktilstand, og dette kan være en viktig grunn til at hun ikke har krefter til å komme seg ut av forholdet. Mannens benektelse eller bagatellisering av volden og hans virkelighetsmanipulering vil også forsterke hennes naturlige reaksjon. Uvirkelighetsfølelsen kan bli kronisk. Hun kan til slutt begynne å lure på om det er hun som er gal. Stressreaksjonen kan ledsages av psykosomatiske symptomer som hodepine, kvalme, svimmelhet eller muskelsmerter. Mannen kan bruke hennes symptomer mot henne som et bevis på at det er noe galt med henne - uavhengig av hans vold.

En akutt krisereaksjon innebærer mye av det samme som en stressreaksjon, men styrken er mye kraftigere. Det er panikkreaksjoner med sterke angstsymptomer, mental forvirring, søvnløshet, mareritt, isolasjon og mistenksomhet (eventuelt paranoia).

Jo mer graverende vold en kvinne blir påført, jo sterkere krisereaksjon vil hun få. Hun blir fanget i et helvete av vold. Volden øker og truer hennes eksistens, mens krisereaksjonene reduserer hennes mulighet til å søke hjelp.

Post- traumatisk stress syndrom kan oppstå når en person opplever hendelser hvor det er fare for liv, alvorlig skade eller alvorlig krenkelse av ens integritet og hendelsen skaper intens frykt og maktesløshet (Kolk 1996).

Den traumatiske hendelsen gjenoppleves over lengre tid ved såkalte "flashbacks", ufrivillige synsbilder og tanker, og mareritt. Personen har sterke psykologiske reaksjoner på situasjoner, lyder, lukter, gjenstander og lignende som minner om hendelsen. Personen vil unngå disse "utløserne" ved bl.a. å fortrenge følelser og tanker knytter til traumat, og å unngå aktiviteter, steder og personer som vekker minner om traumat. Det oppstår en fremmedfølelse i forhold til omgivelsene og en redusert evne til å forholde seg nært til andre. Personen er deprimert, mister fremtidshåp og kan ha selvmordstanker.

Det er vedvarende spenningssymptomer som søvnløshet, irritabilitet/sinneutbrudd, konsentrasjonsvansker. Personen er på vakt mot farer, blir lett skremt og skvetter kraftig. Man definerer syndromet som akutt dersom symptomene har en varighet på 1-3 måneder, som kronisk dersom de varer over 3 måneder og som en forsinket reaksjon dersom syndromet starter først senere enn 6 måneder etter traumet (APA 1994)

### **Hos terapeuten**

Et menneske i krise som søker hjelp hos det profesjonelle hjelpeapparatet sier indirekte til terapeuten "Hjelp meg fordi jeg er maktesløs". Erkjennelsen av å være maktesløs og hjelpetrengende berører det aller innerste i et menneske. Voldshandlinger berører selve eksistensgrunnlaget for kvinnen. Mannen har bokstavelig talt kvinnens liv i sine hender. Selv om målet for terapien, er hjelp til selvhjelp, så vil kvinnens søken etter hjelp også innebære en overførsel av makt. Posisjonen som terapeut, er en maktposisjon. Denne makten må aldri misbrukes eller brukes med uforstand.

I terapi vil kvinnen ha stort behov for å bli sett, men kan veksle mellom ønsket å bli "usynlig" for terapeuten og ønsket om å oppleve en omsorgspersons erfarne blikk. Det å gjøre seg selv "synlig" for terapeuten (og omgivelsene) krever stort mot. Hun har god erfaring fra parforholdet, og evt. barndommen, at usynliggjøring har vært en beskyttelse for henne. Ved å synliggjøre seg er hun i terapirommet helt uten denne beskyttelsen. Hun er fullstendig prisgitt terapeutens profesjonalitet. Det kan være en svært skremmende situasjon. Hun trenger ikke bare terapeutens forståelse – men også hennes(/hans) anerkjennelse for den styrken hun viser ved å våge å tre frem. Det er viktig at hun ikke blir oppfattet som en forsagt, undertrykt kvinne med liten selvtillit. Hun er en kvinne som har aktivt (bevisst eller ubevisst) brukt "usynliggjøring" for å mestre livet sitt best mulig under de forutsetninger hun har hatt, i tillegg til at volden har utslettet hennes opplevelse av å ha verdi.

Når kvinnen viser en slik styrke, er det viktig at terapeuten klarer å skape en trygg atmosfære. Et terapeutisk virkemiddel for å imøtekomme kvinnens behov for å bli sett, er å gi henne hyppige tilbakemeldinger på hva terapeuten ser. Aktiv lytting innebærer at terapeuten gjentar med sine egne ord hva kvinnen har sagt, aktiv iakttagelse innebærer å gi tilbakemeldinger på hva hun registrerer at kvinnen føler og tenker (Crawford 1996).

Terapeuter kan ønske å være forsiktig med å tolke sin pasient/klient slik at hun ikke tillegger henne tanker og følelser som ikke er tilstede. Men i møte med en mishandlet kvinne som også har vært et usynlig barn, kan nettopp denne holdningen hos terapeuten virke mot sin hensikt. I denne situasjonen blir det viktig at terapeuten også viser evne og innsikt nok til å tolke for å være det speil hun trenger for å se seg selv.

Terapeuten vil også ha en viktig rolle for å hjelpe kvinnen ut av forvirringen om hva som er "normalt" eller ikke, hva hun burde finne seg i og hva som er uakseptabel atferd mot henne.

Man bør heller ikke overse at man kan dra nytte av kvinnens overlevelsesstrategi som usynlig barn. Hennes sterkt utviklede evne til å registrere og analysere sine omgivelser er en ressurs som hun kan bruke på seg selv når hun setter seg selv i fokus. Hun vil være en god veiviser både for seg selv og for sin terapeut inn i sitt indre landskap.

I det terapeutiske møte med det medavhengige voldsofferet, blir det også nødvendig å gripe fatt i hennes redsel for å bli avvist og forlatt. Denne redselen er en naturlig konsekvens av at hun har nådd et stadium hvor hun har mistet kontakt med sin indre kjerne, sin identitet,

kontakten med sine følelser, tanker, behov og ønsker. Terapeuten må formidle forståelsen av at er man forhindret fra å være til stede i sitt eget liv, er det opplagt at man er redd for å bli avvist og forlatt – selv av en voldelig partner. Når kvinnen er over den akutte krisefasen, vil hun ha behov for å bli gitt rom og tid til å tillate seg å sette fokus på seg selv slik at hun kan finne tilbake til den hun en gang var før hun ble påført vold. Ved økt identitetsfølelse og selvfølelse, vil hun også bli mindre redd for å være alene og vil føle seg mindre forlatt.

De aller fleste kvinner som overlever mishandlingsforhold utviser en enorm styrke bare ved å være i forholdet. Det er ikke *kun* snakk om at langvarig vold lammer handlekraften og pasifiserer kvinnen. Å være i et mishandlingsforhold dreier seg like mye om å bruke enorme krefter på å få en hverdag og et forhold til å henge sammen. Det er uante mengder med utholdenhet, ansvarsfølelse og administrering som ligger bak. Dette er noe som ikke må underkjennes av støtteapparatet. Det er ikke *bare* snakk om å bygge opp kvinnens selvfølelse, selvtillit, evne til å sette grenser og øke hennes selvrespekt. Det er likeså mye snakk om å gi henne anerkjennelse for styrken hennes – og samtidig bidra til økt forståelse for at mye av løsningen ligger i å *omkanalisere* den styrken hun faktisk besitter. Når man som utenforstående skal gi kvinnen anerkjennelse for styrken hun har, er det viktig å vite *hva* man skal anerkjenne. Det kreves en bevissthet om at kvinnen er sterk, men langvarig *vold* er *ikke* motgang som gjør sterk. Tvert imot, vold virker nedbrytende. Det er kvinnens *overlevelsesteknikker* som er hennes styrke.

Kvinnen blir møtt av hjelpeapparatet som en kvinne *med* problemer, og i verste fall blir hun møtt med holdningen at hun *er* problemet. Hun setter ikke grenser, hun lar seg undertrykke og herse med, hun svikter seg selv, hun har mistet seg selv osv. Hun trenger hjelp og blir objekt for hjelpeapparatets velvillige ekspertise i hvordan hun i beste fall skal håndtere sine problemer, i verste fall hvordan hun skal bli en annen.

Hjelpeapparatet må få større bevissthet om at ekspertisen sitter på begge sider av bordet. Man behøver ikke en universitetsgrad for å vite om sitt eget liv. Man lever med seg selv 24 timer i døgnet – det er god kvalifikasjon. Kvinnen er ekspert på sitt eget liv, hjelpeapparatet har ekspertise på å yte bistand.

Hun er ikke først og fremst en kvinne *med problemer*. Hun er en kvinne i en ekstrem livssituasjon med ressurser hun har brukt til å få en hverdagen til å gå rundt. Hun har også store problemer. De er ikke *bare* hennes problemer selv om de er lokalisert i *hennes* liv – vi har alle et ansvar som pårørende eller profesjonell å bidra til at mishandlingen ikke skjer igjen. Det er smertefullt å bli mishandlet fordi man ikke blir sett, hørt og forstått for deretter å bli sett og hørt av et hjelpeapparat som svikter.

### **Samfunnet**

Noen kvinner mister livet under forholdet, flere blir drept i bruddfasen og etter bruddet. En kvinnes redsel for å forlate sin voldelige partner, må aldri bagatelliseres eller bli møtt med ”at det er nok bare tomme trusler”. Stiller man først spørsmålet: ”Hvorfor går hun ikke”, så må samfunnet generelt, hjelpeapparatet spesielt, og hver enkelt av oss som medmennesker påse at hennes sikkerhet er ivaretatt så godt det overhodet er mulig.

Mannen representerer en fysisk overmakt som er lammende for kvinnen. Hans trusler er et effektivt middel til å holde kvinnen i forholdet. Begge to vet at dersom han virkelig ønsker å skade henne, så vil hun ikke være beskyttet hele tiden uansett krisesentre og voldsalarmer (som det for øvrig finnes for få av) og besøksforbud. Hun vet hva hun har opplevd av uprovosert vold hittil, det er ingen grunn til å tro at han ikke skal gjennomføre sine trusler i

det øyeblikket hun forsøker å flykte, ta ut separasjon eller anmelde ham. Det er isolasjonen av henne som har vært hans virkemiddel til å unngå å ta ansvar for sin voldsbruk. Oppheves isolasjonen, vil det bli desto mer påtrengende for han å bringe henne til taushet. Mange kvinner erfarer at ingen kommer selv om hun har ropt på hjelp. Dette gir henne en sterk opplevelse at ingen bryr seg.

Våger hun å anmelde forholdet, har hun ingen garanti for å bli møtt på en profesjonell måte av politiet. Noen har gode erfaringer med politiet, mens andre blir møtt med en tøff tone, skepsis, kritiske og pågående spørsmål i en situasjon hvor hun er mest sårbar. Hun sitter igjen med opplevelsen av å ikke bli trodd. Det skal ikke mye til før hun mister motet. På den ene siden er hun redd for hevnreaksjoner fra mannens side og på den annen side kan hun føle at politiet blir en ny overmakt.

Ved valget om å ”ta opp kampen ” med politiet for å bli trodd, eller å trekke anmeldelsen og gå tilbake til sin voldelige partner, så kan det fortone seg som ”tryggest” å velge den overmakt som er mest velkjent for henne, nemlig den voldelige partneren. Han har gjort alt han kan for å skremme henne fra å anmelde ham ved hjelp av trusler, men også med latterliggjørelse og ved å så tvil om hun kommer til å bli trodd. Når anmeldelsen er et faktum, fortsetter han med trusler og sterke bebreidelser, men vil likevel ha henne straks tilbake. Dersom hun føler at hun har blitt møtt med mistro eller bebreidelser fra politiet sin side, for eksempel i forbindelse med hvorfor hun ikke har fått dokumentert volden, så kan hun oppleve det ”tryggere” å trekke anmeldelsen og da blir veien hjem til overgriperen kort. Rettsvesenet virker skremmende på henne, kravene til rettssikkerhet for mannen fortone seg som stengsler for hennes egen rettssikkerhet, hennes trygghet og mulighet for oppreisning.

I en slik situasjon føler kvinnen seg veldig alene. Hun er redd for det ukjente og for å miste enda mer fotfeste. Han gir uttrykk for at hun har sviktet han, og virker redd for å miste henne. Hun gir etter for sin egen angst og går tilbake. For å døyve smerten, kaller hun det kanskje kjærlighet, i stedet for å ta det innover seg at det kanskje ikke er hennes kjærlighet han savner – det kan være noe så banalt som at han er redd for å tape ansikt og stå til ansvar for handlingene sine.

## **Sluttord:**

Grunnen til at jeg har lagt så stor vekt på det profesjonelle hjelpeapparatet i denne artikkelen, er at jeg mener at privat vold i all høyeste grad er et samfunnsanliggende.

Med økt kunnskap om hvordan vold påvirker kvinnen, er det på tide at samfunnet på alvor griper fatt i dette ansvaret og gir kvinnene et helhetlig hjelpetilbud.

Det er fremdeles mange i hjelpeapparatet rundt kvinnen som ikke har nok faglig kunnskap og kompetanse både når det gjelder viktimologi og når det gjelder medavhengighet. Her har utdanningsinstitusjonene en viktig oppgave både når det gjelder grunnutdanning og etter- og videreutdanning.

I tillegg må man gå inn for å øke kunnskapen til allmennheten om virkningen av vold, slik at vi alle blir flinkere til høre de tause ropene om hjelp.

Mishandling av kvinner er et vanskelig og kompleks problem, som krever bevisstgjøring og engasjement på mange plan. Det handler om vårt syn på kvinnen, og vår oppfattelse av hennes ansvar. Det handler om hvordan vi oppdrar våre barn og hvilken læring vi gir dem i det å være menneske. Alt for få barn får hjelp til å kjenne på følelser, til å være i god kontakt med seg



selv og andre, hvordan man går fram for å løse konflikter, hvordan man setter grenser og holder fast ved dem.

Vi voksne er barnas rollemodeller. Det er derfor viktig å ha et avklart forhold til vold selv. Vi må få en større bevissthet om hvilke verdier vi formidler gjennom å bagatellisere knuffing blant unger, gjennom å formidle vold som en normal del av samfunnet gjennom film og media. Vi må vise i ord og handling at vi tar avstand fra fysisk og psykisk vold.

Vold går i arv. At vi har vært offer for vold i vår egen barndom, må aldri bli en unnskyldning eller rettferdiggjøre at vi selv bruker vold mot våre egne barn.

Vi må skape større åpenhet om vold og dens omfang, slik at kvinnen ikke føler at det er *for tidlig* eller *for sent* å søke hjelp. Tidspunktet en kvinne velger for å søke hjelp, sier først og fremst noe om voldens virkning i hennes konkrete tilfelle og/eller om det eksisterer adekvat hjelpetilbud, mer enn å være et barometer på hennes karakterstyrke.

For å kunne hjelpe kvinnen, er det viktig med en holdningsendring. Uttrykk som "utsatt for vold" er uheldige på grunn av at det kan innebærer en tosidighet hvor offeret setter seg i en utsatt posisjon. Kvinnen blir "medskyldig" ved å ikke forlate denne posisjonen. En kvinne blir ikke utsatt for vold – hun blir *påført* vold. Det er høyst ufrivillig, og hun er ikke medskyldig i hans handlinger mot henne.

Tendensen til å tolke kvinner som lever i mishandlingsforhold som "svak" i betydning av lav selvfølelse, mangel på grensesetting, mangel på selvrespekt og manglende handlekraft gir et skjevt bilde av kvinnen – og blir en begrensende faktor når det gjelder effekten av å strekke ut en hjelpende hånd.

De fleste kvinner som lever i et forhold med vold, har prøvd det meste for å stoppe volden. Hun har vist sinne og fortvilelse, hun har truet, kjeftet, tryglet og grått, hun har satt betingelser, hun har hatt alvorlige samtaler og heftige krangler. Ingenting har nyttet i det lange løp, men dette er ikke ensbetydende med at hun ikke setter grenser.

Å tolke henne som svak fører ofte til at vi oppfatter mannen som den sterke i forholdet. Men vold handler om følelsen av avmakt – både hos offeret og overgriperen. Det blir derfor direkte feil å definere kun den ene part i et slikt destruktivt forhold som "svak". Mannen har ansvar for å takle sin avmaktsfølelse på en mer konstruktiv måte enn ved voldsbruk. Han trenger den indre styrke som kreves for å bryte med sine destruktive mønstre. Kvinnen er et offer for hans vold, ikke for sin egen "svakhet". Begrepene svak/sterk har derfor kun mening i den forstand at han er fysisk sterkere enn henne slik at han blir en fysisk overmakt.

Det er et paradoks at samfunnet setter et ensidig spørsmålstegn ved kvinnen som forblir i et forhold hvor hun blir påført vold. Det er få av oss som setter samme spørsmålstegn ved mannen som også forblir i det destruktive forholdet. *Han* er den som holder fast ved en kvinne som han har det så dårlig med at han bruker vold. Hvorfor går ikke *han*?

## Litteratur:

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION (APA): "*Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*" (1994)

BEATTIE, M: "*Codependence No More*" Hazelden Foundation (1987)

BLACK, C.: "*It Will Never Happen To Me*" Ballantine Books (1981)

CRAWFORD, C; McLAUGHIN, S: *"Tina's Prism"* R.C. Brayshaw & Co (1996)  
DJIK, J. J. M van: *"Introducing Victimology"* World Society of Victimology (1999)  
FORWARD, S.: *"Men who Hate Women & The Women who Love Them"* Bantrams Books (1986)  
GOLDHOR LERNER, H: *"The Dance of Anger – A Woman's Guide To Changing The Patterns of Intimate Relationship"* Harper & Row (1985)  
JACOBSON, N., GOTTMAN, J: *When Men Batter Women: New Insights into Ending When Men Batter Women: New Insights into Ending Abusive Relationships*, Simon & Schuster (1998)  
KELBER, R.J., BROM, D: *"Coping with Trauma: Theory, Prevention, and Treatment"*. Swets & Zeitlinger (1992)  
KOLK, B.A. van der; McFARLANE, A.C.; WEISAETH, L: *"Traumatic Stress. The Effects of Overwhelming Experience on Mind, Body and Society"* The Guilford Press (1996)  
LIPSON, S-A: *The little book of Crisis – how to cope with change* Frances Lincoln Lmt (1999)  
MELLODY, P; MILLER, A.W; MILLER, K: *"Facing Codependence"* Harper Collins Publisher (1989)  
NORWOOD, R: *"Women who Love Too Much – When you keep wishing and hoping he'll change"* Arrow Books Lmt (1985)  
WOITITZ, J.G: *"Adult Children of Alcoholics"* Health Communications Inc (1983)  
AASLAND, A.B: *"Kvinnemishandling på norsk. Om utvikling mot vold i moderne parforhold"* Universitetsforlaget (1992)