

MANDEKRISECENTRE I DANMARK

EN UNDERSØGELSE AF
TILBUD TIL MÆND I KRISE

INDHOLDSFORTEGNELSE

Forsiden
Indholdsfortegnelse
Forord
Indledning
Anbefalinger og resultater

DEL 1 EN BESKRIVELSE AF FELTET "KRISECENTRE FOR MÆND I DANMARK"

Mandekrisecentre i Danmark

Horsens
Fredericia
København
Århus
Odense

Kort over mandekrisecentre i Danmark

Fem krisecentre for mænd

Horsens
Fredericia
København
Århus
Odense

Andre tilbud til mænd

Rådgivninger under mandecentret

Tilbud til voldelige mænd

Finansiering af mandekrisecentre
i Danmark

Omkostningen ved at redde en mand i krise

Alternativet til hjælp og forebyggelse

Personalet på krisecentrene

Statistik fra Statsforvaltningerne

DEL 2 MÆND I KRISE – VIDEN OG METODER

VIDEN

Når livsscriptet krakelerer

Hvordan kan en krise forstås?

Krisens fire faser

- chokfasen
- Reaktionsfasen
- Reparationsfasen
- Ny start fasen

Modeller til håndtering af et samlivsbrud

OVERSIGT

Sorgprocessen

Den helhedsorienterede model

Den psykologiske model

Belysning af de tre modeller

Model 1 – sorgprocessen

Model 2 – Den helhedsorienterede model

Model 3 – Den psykologiske model

Mandekrisecentrenes arbejdsmodel

– Den helhedsorienterede indsats (model 2)

– Det emotionelle samlivsbrud

– Det juridiske samlivsbrud

– Det økonomiske samlivsbrud

– Børn og samlivsbrud

– Det sociale samlivsbrud

– Det psykologiske samlivsbrud

Sygefravær og samlivsbrud

– Datagrundlaget

– Omfanget af sygefravær

– Konflikt og sygefravær

– Kan sygefravær reduceres?

– Støtte uden intervention

Køn og krise

Mænd og sundhedsvæsenet

Mænd og nære relationer

Mænd og deres dilemma

METODE

Empowerment – mænd kan og vil selv

Empowerment i praksis

Tjeklisten

Ny faderrolle og andre relationer

Et forløb set i tid

Netværk

Børn

Ny faderrolle og andre relationer

Den optimale ordning giver tryghed

Samlivsbrud – påvirker det børnenes fremtid?

Samlivsbrud – er det kostbart for samfundet?

Samlivsbrud – påvirker det eksamen og skolegang?

Arbejdsmarkedet

– Bolig

– Økonomi

– Fotoalbum og identitet

– Når manden er flyvefærdig

Ophold på et mandekrisecenter

– Design og funktionalitet

– Manden, krise og kommunikation

– Krisen, kroppen og kajakken

Mandehistorier fra hverdagen

Michael – en pendler mellem poler

Ole – gearet i højt tempo

– Fra sansemenneske til symbolmenneske

– Afslutning og efterværn

DEL 3 ANBEFALINGER

Mænd i krise

– behandling eller forebyggelse?

Mænd – det ekstreme køn

Ingen tilbud til mænd

Ændring af lovgivningen

Ny formulering af servicelovens § 109

Anbefalinger

DEL 4 BILAG

Bilag 1. Undersøgelsens metode

Bilag 2. Skilsmisse eller samlivsbrud eksemplificeret ved Joseph Guttman: *Divorce in a Psychosocial Perspective*

Bilag 3 Rådgivning af mænd i krise

Mænd, maskulinitet og rådgivning

Bilag 4 Fokusgrupper på Mandecentret

Bilag 5 Formidling og kommunikation

Bilag 6 Statsforvaltningens statistik

Forældremyndighed og bopæl

Samvær

Inddragelse af børn

Andet

DEL 5 KILDER

Primære kilder

Sekundære kilder

FORORD

Manden har kun to ben at stå på. Hans ene ben hedder arbejdet, og det andet hedder familien. Men hvis det ene af dem forsvinder, så vælter manden. For uden arbejde og familie mister han sin identitet og sit livsgrundlag. Socialt set gør det manden til et sårbart køn.

Hver gang en mand går ned, er det et enormt produktivitetstab for samfundet. Uanset om han ikke får den uddannelse hans kompetencer og talent taler for, eller om han ender i køen af arbejdsløse. Står han endelig der, så reagerer manden som regel langt stærkere og mere selvdestruktivt end kvinder gør i samme situation. For mænd i krise reagerer nemlig stærkt, og derfor rammes de ofte langt hårdere af arbejdsløshed og samlivsbrud.

Her taler statistikken for hjemløse i Danmark sit tydelige sprog. I den seneste opgørelse over de hjemløse i Danmark er der en markant forskel på mænd og kvinder. 78 procent af de hjemløse er mænd, og 22 procent er kvinder, og mere end halvdelen af dem, 53 procent, befinder sig i aldersgruppen 30 til 49 år.¹ En bredere undersøgelse fra Rådet for Socialt Udsatte om sundhedsprofiler for socialt udsatte² medtager hjemløse, alkohol og stofmisbrugere, prostituerede og sindslidende. Her er der også en markant overvægt af mænd, nemlig 73 procent. Mænd er stærkt overrepræsenterede i statistikkerne over socialt marginaliserede. Men hvorfor er de det?

1 "Hjemløshed i Danmark. National kortlægning", 2009, SFI.

2 "SUSY Udsat – sundhedsprofiler for socialt udsatte i Danmark 2007, 2008, Rådet for Socialt Udsatte.

Fordelingen af pladser på krisecentret til mænd og kvinder på landsdækkende plan er sådan, at der er 20 pladser til mænd i krise, og 650 pladser til kvinder*.

En af årsagerne er mænds reaktion på et samlivsbrud. Fra SAND, De hjemløses Landsorganisation, ved vi, at historien om den hjemløse mand ofte begynder med et samlivsbrud, der sætter gang i den sociale deroute.³ Hvis vi vil bryde mønsteret i den tragiske årsagssammenhæng, så må og skal samfundet tage et større ansvar og opruste den sociale indsats for mænd i krise. Så kan mænds sociale deroute stoppes, før skaden er sket.

Det ville give et helt forkert billede af mandekrisecentrenes arbejde i det sociale felt, hvis denne redegørelse efterlod det indtryk, at mandekrisecentrene hovedsagelig opsøges og benyttes af socialt marginaliserede mænd. Det er ikke tilfældet. Den sociale profil favner lige fra mænd med en beskedent indkomst til mænd med en høj indtægt, fra chaufføren til den højt betalte TV-journalist. Der er altså tale om ellers velfungerende mænd, som blot føler, at de efter et samlivsbrud er endt i en eksistentiel blindgyde, som de ikke selv magter at manøvrere sig ud af. Her har indsatsen fra mandekrisecentrene atter og atter vist sig som nøglen, der kunne åbne døren til en ny fremtid for disse mænd.

En anden væsentlig erfaring fra arbejdet på mandekrisecentrene, som vi her vil pege på, er den moderne mands profil. Det er vores erfaring, at den moderne mand og far forlængst er trådt ud af den patriarkalske skabelon, som der ofte refereres til i kønsdebatten i medierne. Som omsorgsperson for sine børn er vor tids far både lige så engageret og deltagende, som moderen er det. Enhver skeptiker behøver blot vandre en tur på gaden for at møde en karavane af unge fædre med barnevogn.

³ Ifølge socialjuristen Ole Skou fra SAND, landsorganisationen for hjemløse

* Disse tal baserer sig på oplysninger fra LOKK – Landsorganisationen af Kvindekrisecentre

Det skal være muligt at fokusere på mænd i krise og øge den sociale indsats for dem, uden at det omgående bliver mødt med krav om et tilsvarende og øget fokus på kvinder. Indsatsen for kriseramte mænd og kvinder er ikke to separate projekter i konkurrence mod hinanden, men bør betragtes som et fælles projekt, hvor målet er et bedre liv for begge køn efter et samlivsbrud. Som det fremgår af de indsamlede fakta i denne redegørelse, så fortæller de klart og entydigt, at indsatsen for mænd i krise er stærkt underprioriteret og nærmest ikke er beskrevet i lovgivningen. Det bør der rettes op på.

Set fra en juridisk synsvinkel stilles fædre og mødre ellers lige i forældreansvarsloven, når det gælder børnenes krav på samvær med begge forældre. Men i den daglige praksis ved landets statsforvaltninger oplever fædrene en helt anden virkelighed, nemlig, at de langt fra er ligestillet med ekssamleveren, når det gælder samvær og omsorg for børnene. I 90 procent af alle samlivsbrud er det stadig mødrene, der bliver bopælsforælder for børnene. Der sker nærmest per automatik, uanset om det er manden, der har været den primære omsorgsperson gennem børnenes opvækst, og uanset at det er børnenes ønske, at de helst vil bo hos far. Om det samme mønster kan findes i Statsforvaltningernes afgørelser i forældrenes tvister, om hvem der er den primære omsorgsforælder, og hvem der derfor skal være bopælsforælder, det ved vi ikke, for det er ikke undersøgt. Men det kunne være oplagt at få belyst praksis i forbindelse med evalueringen af forældreansvarsloven.

Spørger man mændene om årsagen, så er de ikke i tvivl. På møderne i Statsforvaltningen ser de sig omgivet af kvindelige sagsbehandlere, psykologer, børnesagkyndige m.fl. I den situation føler mange mænd sig så fremmedgjorte og diskriminerede, at de nærmest kapitulerer før udvekslingen af synspunkter er begyndt. Man behøver blot forestille sig den omvendte situation. Hvilken politisk reaktion ville det ikke udløse, hvis statsforvaltningen var domineret af mandlige sagsbehandlere? Oplevelsen af diskrimination i den forvaltningsmæssige praksis er et problem, som man i ligestillingens navn bør sætte på den politiske dagsorden og finde en løsning på.

Erfaringen fra det daglige arbejde for mænd i krise er en kilde til stadig opmuntring. Nogle mænd er så hårdt ramt af deres samlivsbrud, at de virker

helt paralyserede. Men som det fremgår af denne redegørelse, så kan rådgivning og støtte undertiden udrette små mirakler. Mange mænd vil nemlig meget gerne selv handle og tage ansvar for deres liv, når de først er blevet motiverede og sat i gang. Når mænd er i krise, både kan og vil de godt tage imod en fremstrakt hånd. Der skal bare være et mandekrisecenter, som giver dem en hjælpende hånd.

Målet for denne redegørelse har primært været rent empirisk at indsamle informationer og elementær viden om feltet – tilbud til mænd i krise. Det er vor hensigt løbende at opdatere denne redegørelse med nye erfaringer og refleksioner over de udfordringer og vilkår, der knytter sig til arbejdet med mænd i krise. Denne redegørelse er næppe mere end en beskeden begyndelse, den første trædesten i en række der forhåbentlig vil styrke indsatsen gennem øget viden om området.

Arbejdet og indsamlingen af materialet blev indledt i foråret 2010. Den foreliggende redegørelse er skrevet af Jan Andersen (Black Horse Media Production) og Winnie Berndtson (sekretariatsleder for mandecentrene). Der rettes en stor tak til alle ansatte og frivillige på mandekrisecentre, der gavmildt har delt deres erfaringer og viden med forfatterne.

Med ønsket om en god læselyst til alle.

September 2010

INDLEDNING

UNDERSØGELSE AF BEHOV FOR KRISECENTRE OG RÅDGIVNINGER TIL MÆND

Formålet med undersøgelsen er at få et overblik over de tilbud, der i dag er til mænd i krise og på denne baggrund skabe et beslutningsgrundlag for at formulere en politik for dette socialpolitiske felt. I dag er der ikke en formuleret politik på det socialpolitiske område for mandekrisecentre, men kun for kvindekrisecentre, der i den sociale lovgivning har både formålsbeskrivelse og finansiering⁴.

Forskning, undersøgelser og tilgængelig viden fra praktisk erfaring med hjælp til mænd i kriser, findes der heller ikke meget af, så denne undersøgelse kan ikke afdække alt, men den kan afdække de nuværende tilbud og deres erfaringer med arbejdet og pege på behovet for yderligere viden om det at hjælpe mænd i krise.

Undersøgelsen er finansieret af SATS puljen og er beskrevet således i ansøgningen inden for fire hovedoverskrifter, der er et første bud på, hvad der *kunne* indgå i undersøgelsen:

1. Kortlægning af mænds behov i en skilsmisssituation

- Eksisterende erfaringer fra mandecentret
- Viden fra mandeforskning
- Eksisterende litteratur

2. Beskrivelse af eksisterende tilbud

- Offentlige tilbud
- Private tilbud
- Beskrivelse af de behov de forskellige tilbud dækker
- Hvilke tilbud eksisterer ikke i dag, og hvilke bør etableres?

4 Lov om Socialservice §109.

3. Afdækning af i hvor høj grad mænd bruger og ønsker at bruge tilbuddene

- Faktuelle oplysninger fra tilbuddene
- Generel undersøgelse af hvad mændene selv ønsker
- Hvordan kan eksisterende tilbud evt. gøres bedre?

4. Hvor gode er tilbuddene til at hjælpe kriseramte mænd?

- Fastlægning af succeskriterier og indikatorer
- Interviews med mænd
- Interviews med ansatte og frivillige i tilbuddene.⁵

Ovenstående bud på, hvad der kunne indgå i undersøgelsen, har været rammen for det videre arbejde med et projektdesign og tilrettelæggelsen af undersøgelsen. I forhold til pkt. 1. og de eksisterende erfaringer fra mandecentret er undersøgelsen udvidet betydeligt, da ikke bare mandecentret København bliver belyst, men også mandecentrene i Århus og Odense, samt krisecentrene for mænd i Horsens og Fredericia er medtaget for empirisk at afdække hele feltet af krisecentre for mænd i Danmark.

Der er i forhold til pkt. 2 sket en mere detaljeret beskrivelse af de fem krisecentre for mænd for at give en bedre forståelse af det metodiske arbejde med mænd. Det er ikke prioriteret at beskrive de øvrige tilbud i samme omfang – de er dog oplyst i denne indledning for at give et overblik over feltet.

I forhold til det at belyse mænds brug af tilbuddene, pkt. 3, er der brugt data om antal brugere, rådgivninger mv. fra de fem krisecentre for mænd, samt data fra en ekstern undersøgelse af mandecenter København fra oktober 2008, udarbejdet af Socialt Udviklingscenter (SUS)⁶

I forhold til en egentlig effektmåling af hvor gode tilbud og metoder er til at efterkomme behovene hos mændene, er der i denne undersøgelse ikke foretaget en sådan måling. Det er udført for mandecenter København i ovennævnte evaluering fra 2008, og det er data herfra, der er anvendt.

Tidsmæssigt er undersøgelsen foretaget fra marts til juni 2010 med mande-

5 Ansøgning om midler fra SATS puljen, sept. 2007.

6 "En mulighed for at få sat livet sammen igen", SUS, oktober 2008.

centret København som projektansvarlig.

I undersøgelsen indgår som nævnt de to ældste krisecentre for mænd, Horsens Krisecenter for mænd og “Stedet” i Fredericia. De to centre var fra 1988/1990 og frem til 2007 de eneste tilbud til mænd med bomulighed. Herudover indgår mandecentrene, der blev etableret i København i 2006 og i Odense og Århus i 2008.

Mandekrisecentrene i Horsens og Fredericia har en bred målgruppe i form af hjælp til kriser i alle livssituationer, mens mandecentrene i København, Odense og Århus er målrettet forebyggelse af social deroute i forbindelse med parforholdskriser.

Undersøgelsen omfatter fakta om de enkelte centre; målgruppe, antal brugere, tilbud, aktivitet, metodisk tilgang mv. i beskrivelsen af det enkelte krisecenter. Herudover indgår et faktuel afsnit om finansiering og et andet om bemanning med lønnet personale og frivillige.

Undersøgelsen er foretaget som en kombination af desk research efter eksisterende viden og forskning i feltet, og ved indhentning af viden i form af besøg og interviews med frivillige og medarbejdere i de fem undersøgte centre. Se mere om undersøgelsens metode i bilag.

UNDERSØGELSEN ER STRUKTURERET I FIRE DELE

Del 1 Fakta om krisecentre til mænd

Del 2 Viden og forskning om mænd, kriser og hjælp til mænd

Del 3 Anbefalinger på grundlag af undersøgelsen

Del 4 Bilag 1

Del 5 Kilder

ANBEFALINGER OG RESULTATER

UNDERSØGELSEN AF MANDEKRISECENTRE I DANMARK

For få år siden ville en undersøgelse af tilbud til mænd i krise næppe kunne fylde en pixibog. Fra slutningen af 80'erne og frem til 2006 var der kun to krisecentre med tilbud målrettet mænd. Inden for de sidste tre år er antallet øget til fem krisecentre med bomulighed og fem rådgivninger dedikeret mænd i krise efter et samlivsbrud.

Den socialpolitiske udvikling er nærmest sket på trods, for selv i år 2010 er der endnu ikke formuleret en socialpolitisk linje for indsatsen på dette underprioriterede område. Forskning og viden om mænd og deres behov og adfærd er i vækst, men stadig langt fra at kunne dokumentere de erfaringer, metoder og hypoteser, som der arbejdes med i den daglige rådgivning på mandekrisecentrene. Da arbejdet først for alvor er gået i gang inden for de seneste år, er der heller ikke lavet dokumentation af effekten af krisecentrenes arbejde.

Danske arbejdspladser mister hvert år over een milliard kroner som følge af mænds krise i forbindelse med samlivsbrud

Det er vanskeligt at opgøre de menneskelige omkostninger i form af lidelse og forringet livskvalitet, hver gang et samliv bryder sammen. Den norske undersøgelse "Sorg uten blomster" har forsøgt at beregne de omkostninger en mands samlivsbrud medfører for hans arbejdsgiver. Af undersøgelsen fremgår det, at et samlivsbrud udløser 46 tabte arbejdsdage, hvoraf de 18 dage er

manglende og lav produktivitet over en periode på syv til otte måneder. De hårdest ramte er anslået at have omkring 100 tabte arbejdsdage, de lettest ramte anslået omkring 5. Omsat til danske forhold koster hver mands samlivsbrud gennemsnitligt arbejdsgiveren ca. 75.000 kr. Hvis man estimerer antallet af samlivsbrud pr. år til ca. 20.000, så vil den samlede omkostning for arbejdsgiverne, offentlige som private, beløbe sig til ikke under 1,5 milliard kroner årligt. Det er altså betydelige ressourcer, der hvert år går tabt som følge af de menneskelige kriser som et samlivsbrud udløser. Hertil skal lægges de indirekte følgeomkostninger for familien og det offentliges sociale udgifter.

Unødvendige menneskelige og økonomiske omkostninger kan reduceres

Med en professionel og kompetent indsats er det muligt at minimere samlivsbruddets menneskelige, økonomiske og sociale omkostninger for alle involverede parter, herunder ressourcetabet for arbejdsmarkedet, ultimativt ved at sikre at nogle mænd ikke ryger helt ud af arbejdsmarkedet i en social deroute. Det viser alle erfaringer fra de fem eksisterende krisecentre for mænd i Horsens, Fredericia, København, Århus og Odense. Med den kompetente og nødvendige indsats kan mænd hurtigere bringes på fode igen og blive selvhjulpne inden for en langt kortere tidshorisont, end uden den samme hjælpeindsats.

I fuld skala anslås forsigtigt at mandekrisecentre kan spare samfundet for over en halv milliard kroner om året

Mandecentret har beregnet at arbejdsgiverne vil spare omkring en halv milliard kroner pr. år, såfremt alle mænd, der kommer i krise, anvender Mandecentrets tilbud. Det er med andre ord en rigtig god forretning at give mænd i krise den nødvendige støtte. Derudover er det menneskeligt set det mest anstændige at gøre. I dag er der kun i 5 danske byer mulighed for hjælp. Det koster ca. 40.000 kr. at finansiere et tre måneders ophold på Mandecentret og at gøre en kriseramt mand menneskeligt og økonomisk i stand til at klare sig som selvforsørgende og aktiv på arbejdsmarkedet. De mænd, der opsøger mandecentret for udelukkende at modtage rådgivning, står typisk for en udgift på ca. 3.500 kr. for et rådgivningsforløb.

Det politiske valg

Det er et politisk valg at udvikle, bevare status quo, eller at nedprioritere arbejdet på feltet. Uanset hvilket perspektiv man vælger at betragte problemfeltet fra, det være sig den sociale, menneskelige, økonomiske eller ligestillingsmæssige vinkel, så er der både substantielle og principielle argumenter for at styrke den forebyggende indsats for mænd i krise. Ikke mindst fordi alternativet er forbundet med så store menneskelige og sociale omkostninger for såvel de ramte mænd som for samfundet.

Mænd i krise skal på den socialpolitiske dagsorden med tilhørende finansiering

På grundlag af denne undersøgelse vil vi pege på to nødvendige tiltag

1. mænd i krise skal sikres mod social udstødelse
2. tilbud til mænd skal basere sig på valid viden om mænds særlige behov

Der bør derfor afsættes midler til

1. at de eksisterende tilbud kan fortsætte de næste fem år og
2. at der parallelt hermed kan iværksættes en mere omfattende undersøgelse af konsekvenserne af mænds samlivsbrud og hvilke hjælpetilbud der skal iværksættes for at imødegå disse.

Omkostningerne hertil er anslået til 15 mil. kr. pr. år over de næste fem år

En anden mulighed er at ligestille mænd med kvinder på dette område i lovgivningen. I princippet er dette meget nemt. Det kan ske med en mindre ændring af §109 i serviceloven, der populært kaldes for “kvindekrisecenterloven”, og §110, der handler om herberger og forsorgshjem. Ved at ændre ordet “kvinder” til “personer”, og ordet “moderen” til “forælderen” vil den nuværende lovparagraf kunne sikre det sociale krisearbejde, der allerede finder sted på mandekrisecentre.

I §110 beskriver teksten socialt udsattes behov, når det er gået galt. De eksisterende mandekrisecentre kunne være dækket af denne lovparagraf, såfremt den blev anvendt i et forebyggende perspektiv med midlertidige ophold til personer der p.g.a. af manglende bolig er i fare for en social deroute.

Da der mangler et lovgrundlag på området, føler ingen regionale eller kom-

munale myndigheder sig forpligtet til at finansiere et botilbud til mænd, der er i krise i forbindelse med samlivsbrud. Og hvis de ville hjælpe, har de stort set ingen tilbud at henvise til.

MANDECENTRE I DANMARK



DEL 1 EN BESKRIVELSE AF FELTET “KRISE- CENTRE FOR MÆND I DANMARK”

MANDEKRISECENTRE I DANMARK – EN HISTORISK OVERSIGT

Historien om krisecentre for mænd i Danmark er ganske kort og let fortalt. Der er nemlig ikke så mange og deres historie strækker sig kun 30 år tilbage. Som det vil fremgå af denne redegørelse blev de første tilbud om hjælp til mænd i krise oprettet og drevet af behjertede mennesker. Denne redegørelse giver det første samlede overblik over indsatsen på området – hjælp til mænd i krise.

Det er en udbredt misforståelse, at krisecentre for mænd er en del af forsorgshjem og herberger, der primært er beboet af mænd. For brugerne af krisecentre for mænd adskiller sig fra herberg ved *ikke* at have misbrugende og psykisk syge som målgruppe. Alle mandekrisecentre har afgrænset deres målgruppe til at være mænd i krise, der er i fare for at ende i misbrugsproblemer og udstødelse, hvis de står alene med at håndtere deres krise og ikke har mulighed for at modtage hjælp.

Som introduktion til redegørelsen om de fem centre, Horsens mandekrisecenter, Fredericia Krisecenter “Stedet” og mandecentret i København, Odense, Århus, kommer her først en kort skitse med historien om de fem krisecentre for mænd.

Horsens krisecenter for mænd⁷

Initiativtageren og idémanden til centrets oprettelse var diakon Svend Åge Jensby. Gennem sit arbejde som krisevagt på krisecentret for kvinder opdagede han, at der bag hver kriseramt kvinde står en lige så kriseramt mand. På en stiftende generalforsamling i april 1988 startede 20 frivillige krisevagter derfor Horsens Krisecenter (HKM) for mænd, der er landets første og dermed det ældste.

I starten kørte centret kun som rådgivningscenter; men i 1990 stillede Horsens Kommune et lille hus til rådighed for Horsens krisecenter for mænd. Huset blev indrettet med plads til at huse fire brugere. På centrets officielle fødselsdag 2. juli 1990 åbnede Krisecentret på Vimmelskaftet 20 i Horsens. På få kvadratmetre med to 2-sengs værelser befandt krisecentret sig gennem 22 år på samme adresse, indtil det i april 2010 flyttede til en ny adresse med 230 nyistandsatte kvadratmetre på Tobaksgården 9. Opdateringen af krisecentret blev hjulpet på vej af udsendelsen “Den hemmelige millionær” med Mogens Nørregaard fra it-firmaet Miracle som millionæren, samt Velux Fonden og TrygFonden.

Da Horsens krisecenter fra starten var det eneste af sin art i Danmark blev det hurtigt landskendt. Derfor kom der brugere til krisecentret fra hele landet. Det gør der stadig.

“Stedet” – Fredericia krisecenter for mænd⁸

“Stedet” – Center for mænd i Krise begyndte sit virke 1. juni 1995 på adressen Sjællandsgade 17A. Inden da havde en gruppe med Aase Kaae i spidsen forsøgt at skabe økonomisk og lokalemæssig baggrund for et særligt tilbud

7 www.horsenskrisecenter.dk.

8 www.mandekrisecenter.dk

til mænd – “Krisecenteret Stedet”. Hensigten var dengang at skabe et center for mænd, som svarede til Fredericia Krisecenter for kvinder.

Da den ambitiøse plan ikke umiddelbart lod sig realisere blev der indgået en aftale med Nicolai-tjenesten⁹ om at dele lokalerne i Sjællandsgade 17. Her etablerede “Stedet” en rådgivning med én sengeplads til helt akutte situationer. 1. september 1998 bliver sengeantallet udvidet til to og antallet af overnatninger steg til 356 på et år.

1. juni 2000 flyttede “Stedet” til en adresse i Oldenborggade, hvor der med hiv og sving (sofaen i stuen, madras i køkken og kontor) kunne være fem overnattende på flersengsværelser. Arbejdet med parterapi og personlig rådgivning blev intensiveret. I sommeren 2003 flyttede centeret en etage op, hvilket gav mulighed for fire permanente sengepladser, stadig på flersengsværelser. I en periode var der også tale om tre udslusningslejligheder.

I løbet af den 10-årige periode er belægningen på de fire sengepladser nu på omkring 75-80 procent, dvs. over 1000 overnatninger årligt. Samtidig fungerer “Stedet” som et værested for tidligere beboere samt for mænd, der ønsker anden støtte end overnatning.

Oktober 2010 flytter “Stedet” til den nye adresse, Prinsessegade 81 A, 7000 Fredericia, hvor krisecentret er sikret ophold i tre år gennem en bevilling fra satspuljemidlerne. Det nye Sted rummer 400 m² og er nyistandsat og indrettet som børne- og handicapvenligt krisecenter for mænd.

“Stedet” er medlem af Landsforeningen af Væresteder (LVS). Driften af “Stedet” er lagt i hænderne på en række frivillige mænd og kvinder. Via en telefonordning er der tale om et døgntilbud til mænd i krise.

Mandecentret København¹⁰

Mandecentret blev startet af Thorkil Vestergaard-Hansen (1946-2009). Efter flere års erfaring fra frivilligt arbejde for hjemløse og gadens folk undrede

9 Samtaletjeneste under den sociale organisation Kirkens Korshær.

10 www.mandecentret.dk

han sig over, at der ikke var noget tilbud om støtte til mænd, der gik ned efter et samlivsbrud.

Gennem arbejdet i værestedet Fundamentet i Holmbladsgade på Amager, et værested Thorkil Vestergaard-Hansen oprettede på eget initiativ i midten af 1990'erne, hørte han atter og atter den samme historie, at alt for mange mænd kom på en social deroute med misbrug, tab af arbejde og bolig efter et samlivsbrud.

Thorkil Vestergaard-Hansen begyndte derfor at undersøge, hvor mændene kunne få hjælp efter et samlivsbrud. Han fandt snart ud af, at det ikke var muligt, for tilbud til mænd i krise fandtes stort set ikke, på nær et par mindre krisecentre i Jylland. Thorkil Vestergaard-Hansen beskrev sit projekt og fik tilsagn fra politikere om støtte til et krisecenter, hvor mænd kunne få rådgivning og midlertidig bolig i en skilsmisssituation.

Målet var at forebygge og undgå en social deroute, hvor mænd i krise endte i værestedet i Holmbladsgade – bolig- og arbejdsløse og uden kontakt til børnene. Centret blev derfor etableret med fire succeskriterier, der fokuserer på at sikre mændene mod den sociale deroute:

- der skal etableres en første base efter en negativ begivenhed, hvor manden kan komme uden forpligtelser og få dækket de mest basale behov og få en første kontakt med mennesker, der lytter og forstår.
- understøttelse af mandens egne ressourcer og selvforståelse, som skal hjælpe ham til at komme videre med sit liv på en positiv måde.
- manden skal have værktøjer og metoder til at udvikle et netværk med kontakter til de personer og grupper, som han har behov for, herunder den del af det offentlige hjælpesystem, som er relevant og nødvendigt i den konkrete situation.
- manden skal sikres en god kontakt med børnene, således at disse kan få den bedste støtte fra ham som fader til dem.

I starten af 2006 bar arbejdet frugt med den første bevilling på 12,5 mill. kr fra statens SATS pulje, der sikrede etablering af det første mandekrisecenter i København. I 2008 kom centre i Århus og Odense til.

Ved årsskiftet 2009-2010 blev der åbnet lokale rådgivninger i Viborg, Aalborg, Herning, Guldborgsund og Esbjerg udelukkende med frivillige som rådgivere og for private midler.

Fælles for de fem centres historie er, at de er oprettet i privat regi, hvor mennesker har set behovet for hjælp og har etableret et tilbud med hjælp. Det har således været et ønske om at give konkret hjælp til mænd i krise, der har gjort det muligt at etablere de første centre, som det skete for små midler i Horsens og Fredericia eller med en større offentlig bevilling i København. Horsens og Fredericia krisecentre er startet under beskedne økonomiske vilkår og faciliteter og med frivillige rådgivere. Begge krisecentre er baseret på socialt engagerede mennesker, der observerede mænds behov fra arbejdet med kvinder på kvindekrisecentrene.

Mandecentrene er etableret med professionelt ansatte som drivkraft i projektet og ud fra et ønske om målrettet at hjælpe mænd og børn med en forebyggende strategi for derved at forebygge mænds sociale deroute i forbindelse med parforholdsbrud og skilsmisser.

Krisecentrene har fra første færd været fokuseret på det konkrete rådgivnings- og hjælpearbejde, og dermed har de ikke i større grad været optaget af at sætte en social og politisk dagsorden, fx i form af at sikre, at mænd og børn opnår lighed med kvinder og børn, og at de sikres samme hjælp i kriser udløst i forbindelse med et sammenbrud af parforholdet.

Det første initiativ til at påvirke den politiske dagsorden tog de fem centre ved i fællesskab at indkalde til en konference på Christiansborg i januar 2010, hvor spørgsmålet blev sat på dagsordenen og diskuteret med repræsentanter fra de politiske partier. Synspunkter fra de politiske partiers repræsentanter er dokumenteret som videointerviews på mandecentrets hjemmeside¹¹. Konferencen har ført til et forsat arbejde med at sikre en lovgivning for området og en løsning på, hvordan arbejdet på mandekrisecentrene skal finansieres.

11 www.mandecentret.dk – vælg M2M/mandekonference2010

Som det fremgår af kortet med de fem centre og deres geografiske placering, så er der ganske få af dem og der kan for mange mænd i krise være en længere rejse til hjælp og rådgivning. I store dele af landet er der i dag reelt ikke et tilbud om hjælp til mænd i krise.

Mandekrisecentre med tilbud til mænd i Danmark

I dette afsnit vil der være en nærmere præsentation af de fem krisecentre til mænd, samt en kort præsentation af andre tilbud til mænd. Tilbud, der ikke er tilknyttet mandekrisecentrene, men på forskellige måder arbejder med mænd og er målrettet mænd i krise. Her præsenteres de fem eksisterende mandekrisecentre i kronologisk rækkefølge. Beskrivelsen er lavet på grundlag af skriftligt og elektronisk materiale om centrene, samt ved interview med lederne af centrene, der har givet en beskrivelse af centrenes organisation, antal brugere mv. Formålet er at belyse feltet og ikke at sammenholde eller sammenligne de enkelte centres arbejde.

Horsens Krisecenter for mænd

Navn

Horsens Krisecenter for mænd.

Etableringsår

1988.

Organisering

Forening.

Formål

At drive krisecenter for mænd, hvor mænd kan henvende sig anonymt med deres problemer til samtaler/ophold døgnet rundt (vedtægter §1).

Målgruppen

Mænd i krise udsat for samlivsbrud, psykisk og fysisk vold. Mænd der har mistet bolig, arbejde eller er i en sorgsituation.

Afgrænsning fra målgruppen

Stofmisbrugere, personer i metadonbehandling og aktive alkoholikere.

Antal værelser

4 værelser (fra sommeren 2010, før da fire senge i to værelser).

Antal brugere

Beboere: 805 overnatninger (2009).

Mænd i rådgivning

246 rådgivninger ud af 697 henvendelser (2009).

Tilbud til mænd

Rådgivninger: Rådgivning via samtaler med personligt fremmøde, telefoniske samtaler og i grupper (selvhjælpsgrupper) Der arrangeres aktiviteter som mændene på centret selv foreslår, så som fisketure [o.lign.](#)

Fysiske aktiviteter

Centret betaler for fysisk træning 1 gang ugentlig.

Andre aktiviteter

Gæsteforedrag hos organisationer og virksomheder.

Samarbejdspartnere

Krigsveteraner, traumecentre, ludomani-centre, Sund By, Politiet, Statsforvaltningen, sociale myndigheder, frivillige mv.

Formidling

www.horsenskrisecenter.dk, foldere, besøg og oplæg hos samarbejdspartnere.

“Stedet” – Fredericia krisecenter for mænd

Navn

“Stedet” – Fredericia krisecenter for mænd.

Etableringsår

1995.

Organisering

Forening.

Formål

At være et tilbud til mænd som Fredericia Krisecenter er det for kvinder.

Målgruppen

Mænd i krise i samlivsbrud, mænd udsat for vold, mænd der bliver forladt og er alene, og mænd der går psykisk ned.

Afgrænsning

Stedet kan ikke have aktive misbrugere og mænd med psykiske lidelser.

Antal værelser

5 og 1 for handicappede (fra efteråret 2010).

Antal brugere

Beboere: 18 til 27 årligt.

Mænd i rådgivning

Ca. 260 årligt, heraf 24 ved personligt fremmøde.

Tilbud til mænd

Rådgivning: Samtaler og evt. henvisning til andre tilbud, der har behandling, hvor det er nødvendigt. Ture som bowling, bio og besøg i Danfoss Univers.

Fysisk aktivitet

Ikke særlige tilbud.

Andre aktiviteter

Deltager i møder med andre sociale organisationer, kommunen mv. for at formidle viden om tilbuddet.

Samarbejdspartnere

Politiet, sociale myndigheder, frivillige organisationer, mandekrisecentre mv.

Formidling

www.mandekrisecenter.dk, folder, omtale i medierne.

Mandecentret København

Navn

Mandecentret København

Etableringsår

2006

Organisering

Projekt under den frivillige forening Fundamentet¹², der har til formål “at lave socialt arbejde, hvor behovet er størst” (vedtægter).

Formål

Det er mandecentrets formål at forebygge mænds sociale deroute i forbindelse med parforholdsbrud ved at tilbyde midlertidig bolig og rådgivning.

Målgruppen

Mænd i krise i forbindelse med skilsmisse og parforholdsbrud, og deres børn – boende eller som samværs-børn.

Afgrænsning

Mænd der ikke er misbrugende eller har psykiske lidelser, der skal behandles.

Antal værelser

10 værelser til midlertidigt ophold og 2 værelser der primært bruges til weekend-samvær mellem børn og fædre.

¹² www.fundamentet.dk

Antal brugere

Beboere: 50 årligt.

Mænd i rådgivning

350 årligt.

Tilbud til mænd

Rådgivning: Samtaler med personligt fremmøde og telefonrådgivning. I mindre omfang parsamtaler og samtaler med børn.

Fokusgrupper – tematiserede mandegrupper over 8 mødegange. (se bilag).

Fysisk aktivitet

Kajaksejls og instruktion, og sportsaktiviteter som løb, fitness, squash, svømning, badminton, samt afspænding. Herudover er der fælles spising for beboerne en gang ugentligt på centret, hvor deltagelse er obligatorisk, og der arrangeres udflugter og sociale arrangementer for mænd og deres børn.

Andre aktiviteter

Dokumentation og vidensformidling, fyraftensmøder, besøg på centret, oplæg i andre organisationer mv.

Samarbejdspartnere

Socialcentre, kvindekrisecentre, Dialog mod vold, Lokks etniske team (Landsforeningen af Kvinde Krisecentre), psykiatrien på Bispebjerg Hospital, Den sociale Højskole, Forældrefonden, herberger i København, praktiserende læger, kriminalforsorgen, ATV i Roskilde (Alternativ til Vold), Servicestyrelsen, Statsforvaltningerne, og internationale relationer fx gæster fra Afrika, Latinamerika, Asien (COWI Consult), og Mellemøsten (Dansk Palæstinensisk Forening), og den norske forening Reform.

Formidling

Hjemmeside med hjælp til selvhjælp – se bilag om hjemmesiden.

Online rådgivning med video –

se www.mandecentret.dk. Foldere om tilbud, oplæg i andre organisationer og besøg. Hjemmeside og foldere er fælles med mandecenter Århus og Odense.

Mandecentret Århus

Navn

Mandecentret Århus.

Etableringsår

Oktober 2008.

Organisering

En del af Fundamentet, som afdelingen i København.

Formål

Det er mandecentrets formål at forebygge mænds sociale deroute i forbindelse med parforholdsbrud ved at tilbyde bolig og rådgivning.

Målgruppen

Mænd i krise i forbindelse med skilsmisse og parforholdsbrud, og deres børn.

Antal værelser

2

Antal brugere

Beboere: 8 årligt.

Mænd i rådgivning

162 (2009) fordelt på 869 samtaler.

Mænd i rådgivning

324 (1. august 2010) fordelt på 1618 samtaler.

Tilbud til mænd

Rådgivning: Samtaler ved personligt fremmøde og som telefonrådgivninger. Fokusgrupper, parsamtaler og familierådgivning (mand, kvinde og børn).

Fysik aktivitet

Fodbold.

Andre aktiviteter

Bisidder i Statsforvaltningen, socialcentre m.fl., formidling af viden i form af møder, besøg på centrene, deltagelse i netværk, gæsteforedrag m.m.

Samarbejdspartnere

Samarbejdsaftale med Århus Kommune, Socialcentre, jobcentre, Socialvagten, Psykiatrisk skadestue Risskov, Familierådgivere, læger og psykologer i Region Midtjylland, Frivilligcenter og relevante frivillige foreninger, Mødrehjælpen, Netværksgrupperne i Århus, Foreningen Far, Dialog mod vold, Center for selvmordsforebyggelse, Sund By Århus, mandarbejdspladser fx Århus Oliefabrik, Offerrådgivningen, Boligforeninger og gratis retshjælp i samarbejde med et lokalt advokatfirma.

Formidling

Hjemmeside med hjælp til selvhjælp, online rådgivning, foldere mv. Fælles formidling med København og Odense.

Mandecenter Odense

Navn

Mandecentret Odense.

Etableringsår

Oktober 2008.

Formål

Det er mandecentrets formål at forebygge mænds sociale deroute i forbindelse med parforholdsbrud ved at tilbyde rådgivning.

Organisering

En del af Fundamentet, som afdelingen i København.

Målgruppen

Mænd i krise i forbindelse med skilsmisse og parforholdsbrud, og deres børn.

Antal værelser

0 (bevilling til 2 værelser)

Antal brugere

Mænd i rådgivning: 151 (2009)

Tilbud til mænd

Rådgivning: Samtaler ved personlig fremmøde og som telefonrådgivning og rådgivning af par.

Fysiske aktiviteter

Pt. ingen. Herudover har centret netværksgrupper og akutmedarbejdere (samtaler straks for de mænd der har brug for tryghed).

Andre tilbud

Foredrag og deltagelse i debatmøder og netværk.

Samarbejdspartnere

Centret har en samarbejdsaftale med Odense kommune. Herudover samarbejdes med Dialog mod Vold, Alkoholrådgivningen i Odense, Kirkens Korshær, Kvindekrisecenter Odense, Frivilligcentret, Netværkskontakten i Odense m.fl.

Formidling

Hjemmeside med hjælp til selvhjælp, online rådgivning, foldere mv. Fælles formidling med København og Århus.

Tilbud til mænd udover de undersøgte krisecentre

Undersøgelsen omfatter tilbud til mænd i krise med bomulighed, men der findes også andre tilbud rettet til mænd. Nogle har karakter af behandlingstilbud eller rådgivninger, andre retter sig også mod mænd, men ikke specifikt for mænd alene. Der er nedenfor oplistet en række tilbud, foreninger og institutioner, der også i deres offentlige fremtræden¹³ henvender sig til mænd: Tilbud i form af rådgivning eller anden hjælp:

Svendbjerggård i Hvidovre er et krisecenter og forsorgshjem drevet af Frelsens Hær. Stedet har blandt andet mænd med samlivsproblemer og deres børn som målgruppe. Stedet drives finansieringsmæssigt som forsorgshjem (§110 i Lov om social service)¹⁴.

Boligfonden for enlige mødre og fædre¹⁵ (nu Forældrefonden) – har som formål at hjælpe enlige mødre og fædre og deres børn særligt med bolig. Herudover ydes rådgivning til enlige mødre og fædre, og der drives kollegium og kvindekrisecentre. Forældrefonden ligger i København og har ca. 50 lejligheder her.

Foreningen Far¹⁶, der giver juridisk rådgivning til fædre i samværssager, sager om forældremyndighed mv. Foreningen har rådgivninger i flere byer og har eksisteret i mere end 30 år.

Mødrehjælpen¹⁷, rådgiver både mødre og fædre om børn. Der er telefonrådgivning og personlig rådgivning i København, Århus og Odense.

Rådgivninger under mandecentret

I 2009 og 2010 oprettede organisationen Fundamentet på eget initiativ og risiko fem lokale/regionale manderådgivninger i Danmark. Alle rådgivnin-

13 Hjemmesider, folder, omtale – hvor de selv gør opmærksom på mænd som målgruppe.

14 www.psykiatri-region.dk

15 www.boligfonden.org

16 www.foreningenfar.dk

17 www.moedrehjaelpen.dk

ger er oprettet i samarbejde med lokale frivillighedscentre og er bemanded med frivillige. Rådgivningerne tilbyder en fælles basispakke med telefonisk rådgivning og rådgivning med personligt møde efter aftale på centret. De lokale mandecentres rådgivninger følger samme formål og målgruppe, som mandecentrene i København, Århus og Odense. Centrene abonnerer på faglig opkvalificering og alle indgår i regionale netværksgrupper, hvor de kan trække på den faglige ekspertise, som organisationen råder over

Mandecentret Aalborg

Etableret

Januar 2010.

Antal brugere:

53 (efter første halvår) som modtagere af personlig rådgivning. Gennemfører også telefonisk rådgivning.

Andre aktiviteter

Bisidder ved møder i Statsforvaltningen, banken, socialkontoret mv. Herudover har centret også tilbud om fokusgrupper.

Mandecentret Herning

Etableret

Januar 2010.

Antal brugere

50 (efter første halvår) som modtager personlig og telefonisk rådgivning.

Mandecentret Viborg

Etableret

December 2009.

Antal brugere

114 (efter første halvår), heraf 94 ved personligt fremmøde.

Andre aktiviteter

Bisidder ved møde i socialforvaltning og i retten. Møder i virksomheder, fagforeninger, kommuner, medier og samtaler med advokater, journalister, psykologer og psykiatere.

Mandecentret Guldborgsund

Etableret

Februar 2010.

Antal brugere

76 (efter første halvår) som personlig rådgivning og 36 telefoniske.

Andre aktiviteter

Samarbejde med det lokale kvindekrisecenter, blandt andet med fælles arrangement om børn i skilsmisser. Herudover har afdelingen fået rådgivning i Maribo.

Mandecentret Esbjerg

Etableret

Juni 2010.

Antal brugere

18 (efter første 1½ måned) ved personligt fremmøde og 25 ved telefonisk rådgivning.

Andre aktiviteter

Møder med psykiatrisk skadestue og firmaet Vita om overvåget samvær, samarbejde med politiet.

Tilbud til voldelige mænd:

I søgningen på tilbud til mænd findes en række tilbud, der er relateret til problematikker på kvindekrisecentrene. Kvindekrisecentrene tager sig af at beskytte og hjælpe kvinder udsat for fysisk eller psykisk vold. Der er ofte tale om mødre, der har børn med på centrene. I forhold til denne voldsproblematik er der oprettet en række tilbud til behandling af mænd ud fra devisen – hvis hun skal beskyttes, så skal manden behandles til at ændre adfærd.

ATV, Alternativ til Vold, tilbyder gratis og anonym behandling af voldelig adfærd hos mænd. Tilbuddet har eksisteret siden 2003 i Danmark og kommer oprindeligt fra Norge, hvor der er mere end 20 års erfaring med metoden. Behandlingen foretages af psykologer og tager i gennemsnit 1 år¹⁸.

18 www.alternativtilvold.dk

Dialog mod Vold¹⁹, behandling af voldelig adfærd, med tilbud i København, Århus og Odense. Tilbuddet retter sig både mod mænd og kvinder med voldelig adfærd og kan i København også omfatte tilbud til børn. Behandlingen er terapeutiske forløb både individuelt og i grupper.

Manderådgivningen i Aalborg kommune, behandling af voldelige mænd, der startede som et privat tilbud men siden 2007 har været en del af Aalborg kommune.

Manderådgivningen i Herning kommune – psykologhjælp til voldelige mænd. Tilbuddet er etableret under Herning Kommune, men dækker en række andre kommuner omkring Herning. Tilbuddet var tidligere finansieret af Ringkøbing amt og lukket med nedlæggelsen af amterne. I 2010 er det genåbnet finansieret af Socialministeriet.

Som noget nyt i feltet er der startet forsøg fx hos Odense Kvindekrisecentre med inddragelse af mændene i arbejdet med at få kvinderne videre. Der tilbydes fx parsamtaler for par, der ønsker at blive sammen og arbejde med at få vold ud af deres forhold.

Der findes altså en række aktører både offentlige og private, der har tilbud til mænd. Nogle specifikt til mænd eller kun til mænd og nogle mest for mænd. Og på den private arena er der både frivillige rådgivninger, offentligt finansierede tilbud i private projekter og organisationer og private, kommercielle tilbud.

19 www.dialogmodvold.dk

Finansiering af mandekrisecentre i Danmark

Som tidligere nævnt findes der i de sociale love en beskrivelse af tilbud til kvinder i krise med særligt fokus på kriser udløst af fysisk og psykisk vold i parrelationen²⁰. Med dette følger også en finansiering af tilbuddene, der aftales mellem stat, regioner og kommuner. Da mænd i krise ikke er defineret i de sociale love er området henvist til at finde finansiering som sociale udviklingsprojekter i de statslige, regionale og kommunale puljer og bevilninger, der måtte være at søge. Indtil 2006 har området med krisecentrene i Horsens og Fredericia haft et lokalt og regionalt fokus på finansiering.

I nedenstående tabel er givet et overblik over finansiering fordelt på statslige udviklingsmidler – SATS pulje; anden offentlig finansiering – fx PUF og §18 midler, der er statslige og kommunale frivilligmidler, og privat finansiering fra fonde og privatpersoner. Oplistingen er ikke udtømmende, men giver et overblik over de midler der anvendes på området, og hvor de kommer fra.

20 §109 i Lov om Social Service.

Tabel:
 Oplysningerne er indhentet ved forespørgsel til lederne af de enkelte krisecentre. I tabellen er anden offentlig finansiering kommunale frivilligmidler (§18-midler) og Tips- og Lotto-midler. Privat finansiering dækker over både penge fra fonde og privatpersoner. Tallene for 2011 er udelukkende de kendte SATS pulje-bevillinger, idet der endnu ikke er tildelt PUF og §18 midler for 2011.

FINANSIERING AF MANDEKRISECENTRE I DANMARK						
	2006	2007	2008	2009	2010	2011
Horsens						
SATS					829.000	829.000
Anden offentlig	100.000	105.000	120.000	106.000	80.000	
Private					600.000	
Fredericia						
SATS					166.000	166.000
Anden offentlig	59.000	59.000	59.000	59.000	59.000	
Private					180.000	
København						
SATS	5.500.000	3.500.000	3.600.000	3.600.000	1.800.000	
Private	790.000		600.000	25.000		
Århus						
SATS			1.200.000	1.100.000	1.150.000	600.000
Private					10.000	
Odense						
SATS			1.200.000	1.100.000	1.150.000	600.000
Private						
I alt						
SATS	5.500.000	3.500.000	6.000.000	5.800.000	5.095.000	2.195.000
Offentlig støtte	159.000	164.000	179.000	165.000	139.000	
Privat støtte	790.000		600.000	25.000	790.000	

I ovenstående tabel er medtaget finansiering af krisecentrene fra 2006, hvor det første SATS pulje-finansierende krisecenter kom til i København. Siden har alle centre fået midler fra SATS puljen. Indtil da har krisecentret i Horsens og Fredericia været drevet for meget få midler. Som eksempel kan nævnes, at Horsens krisecenter i 2004 blev drevet for bare 180.000 kr. Heraf kom ca. 120.000 kr. fra det offentlige og resten primært fra brugerbetaling. København og Århus har først i 2010 søgt andre offentlige midler med henblik på drift i 2011 og frem i form af statens frivilligmidler (PUF) og de kommunale frivilligmidler (§18).

Ud over de offentlige bevillinger har centrene modtaget en række større private bevillinger i forbindelse med konkrete aktiviteter eller projekter og ikke til finansiering af driften. Horsens har i 2010 modtaget større donationer fra en række fonde og firmaer i forbindelse med flytning til større og bedre lokaler, hvor det nu er muligt at have enkeltværelser og bedre plads til børn. København har modtaget en større donation i forbindelse med etablering af centret og midler til udarbejdelse af en evaluering af det første års arbejde i samarbejde med ekstern evaluator²¹.

Endelig har centrene indtægter fra egenbetaling fra mændene, der bor på centrene. Her tages en opholdstakst, der typisk er den samme som taksten for ophold på herberg eller forsorgshjem (§110 institutioner i Serviceloven). Så rådgivningen er gratis for brugerne, men der betales for ophold, enten af manden selv eller en sjælden gang som betaling fra mandens hjemkommune. Kommunal betaling aftales fra gang til gang, da der er ikke et formaliseret og automatisk betalingstilsagn, når en mand indflytter på et krisecenter for mænd.

Den markante udvikling af området, når det gælder tilførsel af midler, er altså sket ved hjælp af SATS puljens udviklingsmidler til udvikling af socialt arbejde og stadig med brug af frivillige. Midlerne er givet til området fra 2006 og har betydet, at antallet af pladser til mænd i krise og deres børn er steget fra 4 værelser med 8 senge til 22 værelser med 24 senge. Ud over at finansiere sengepladser, så er der også et betydeligt antal brugere i rådgivning i de enkelte centre – som beskrevet i de tidligere afsnit.

21 "En mulighed for at få sat livet sammen igen", oktober 2008, SUS, Socialt Udviklingscenter.

Omkostningen ved at redde en mand i krise

Da den største del af finansieringen af krisecentrene i perioden fra 2006 og frem til i dag kommer fra det offentlige udviklingsmidler, er det interessant at beregne, hvad det koster samfundet at hjælpe en mand i krise ud af samme krise og tilbage til en situation, hvor han kan klare sig selv menneskeligt, økonomisk og som selvforsørgende og aktiv på arbejdsmarkedet.

Som eksempel i regnestykket er København anvendt, da det er her, der er givet den største bevilling, og dermed bliver krisecenteret det dyreste tilbud. Der er beregnet ud fra et årligt driftstilskud på 3,6 mill. kr., da det er det højeste beløb, der er givet. København har 12 værelser som redegjort for i de tidligere afsnit, og der er ca. 50 brugere af værelserne om året og herudover 350 mænd i et rådgivningsforløb.

Herudover er det antaget, som forudsætning, at ca. 2/3 af midlerne bruges på beboerne i centret og ca. 1/3 af ressourcerne anvendes på rådgivning af mænd, der ikke bebor centret. Fordelingen er taget ud fra, hvordan det lønnede personale fordeler tiden på hhv. beboerne og mænd, der kommer i rådgivning.

Med disse forudsætninger fås nedenstående samfundsmæssige omkostninger ved at redde en mand i krise:

	Samlede omkostninger	Omkostninger pr. plads pr. år ved 12 værelser	Omkostninger pr. mand
Mænd der bor på krisecenter (50 mænd)	2.400.000 kr.	200.000 kr.	48.000 kr.
Mænd der bruger rådgivning (350 mænd)	1.200.000 kr.	–	3.500 kr.

Note: I omkostningerne indgår lønnede medarbejdere, husleje, aktiviteter og administration.

En mand, der har behov for at bo på et krisecenter i 3 måneder koster samfundet 48.000 kr. i disse beregninger og med den måde krisecenteret i København organiserer sig på i dag, hvor en del af arbejdet løses af frivillige

og medarbejdere i tilskudsordninger²². Der er her kun regnet på de rene omkostninger. I dag er det sådan, at mænd, der bor på centret, betaler 2.800 kr. pr. mdr. i husleje, hvilket betyder, at de selv bidrager med 8.400 kr. i et 3 måneders forløb. Mændene har selv omkostningerne til forsørgelse mv. i perioden, der betales kun for husleje.

En mand, der har brug for rådgivning og personlig støtte for at klare sig gennem en krise, koster i gennemsnit 3.500 kr. for et rådgivningsforløb. Både når det gælder at bo på centret, og når det gælder rådgivninger, er der naturligvis stor forskel på hjælpens længde og intensitet, så der er tale om gennemsnitspriser på det nuværende antal brugere.

Hvad det koster samfundet at redde en mand, er i sig selv interessant at se på, da vi alle er bevidste om, at kriser ikke bare har personlige omkostninger, men også omkostninger for de nære relationer som fx børnene, men også for samarbejdet, hvor vi som individer bidrager med fx vores arbejdskraft. Der er i denne undersøgelse ikke fundet udregninger i forhold til en dansk sammenhæng, men en norsk undersøgelse²³ har belyst omkostningerne ved at undersøge det sygefravær, der følger af samlivsbrud.

Den norske undersøgelse "Sorg uten blomster" peger på, at der er store udgifter forbundet med det sygefravær, der følger efter et samlivsbrud. Rapporten er beskrevet nærmere i afsnittet *Sygefravær og samlivsbrud* i Del 2 i denne undersøgelse. Rapportens hovedkonklusion er, at det har betydelige omkostninger på arbejdspladserne. Et samlivsbrud er beregnet til at koste 46 mistede arbejdsdage, hvoraf de 18 er manglende produktivitet i en periode over 7-8 måneder og resten er fraværsdage i form af sygefravær mv. Et samlivsbrud koster altså over 2 måneders fuldtidsarbejde ifølge undersøgelsen.

ALTERNATIVET

Hvis ellers velfungerende mænd ikke modtager den støtte og hjælp, de kan få på mandecentret og andre mandekrisecentre, hvilket alternativ har de da?

22 Der er tale om en variation af fx frivillige, praktikanter fra uddannelsesinstitutioner, personer i arbejdsprøvning, revalideringsforløb, fleksjob og løntilskud.

23 "Sorg uten blomster", Frode Thuen m.fl., 2006.

“Married people, like any other people, must continue to grow as individuals if they are not to stagnate”

Det fremgår med al ønskelig tydelighed af de sociale statistikker for udstødte og marginaliserede, hvor mænd er overrepræsenterede.

For mange af de mænd, der opsøger og opholder sig på herberger og væresteder for hjemløse, gælder der det forhold, at deres sociale deroute ofte er begyndt med et hårdt samlivsbrud, hvor de ikke fik den hjælp eller støtte, de havde behov for. Smerten og sorgen dulmer disse mænd typisk med et stigende misbrug af alkohol og medicin, der kan ende i en fatal udstødelse af arbejdsmarkedet, indtil derouten ender med den definitive kapitulation, hvor den kriseramte mand kaster håndklædet i ringen og ender på gaden som hjemløs.²⁴

Hvad det koster samfundet og erhvervslivet i sociale udgifter og tabt produktivitet er ikke opgjort i en dansk sammenhæng, men den norske undersøgelse “Sorg uten roser” giver en kvalificeret indikation af problemets omfang og størrelse. Dette er nærmere beskrevet i Del 2.

Når far går i opløsning, har det ikke kun betydning for ham selv. Hans krise spreder sig som ringe i vandet, og en af følgevirkningerne kan være, at børnene rammes i form af en dysfunktionel skolegang med dårlige resultater, indsats af skolepsykolog og specialundervisning. En hård skilsmisse opleves ikke kun af de voksne men i høj grad også af børnene, der lever i usikkerhed om fremtiden og dermed i utryghed. Så den forebyggende indsats handler ikke kun om at redde manden – men har også som sigte at redde far.

24 Mønsteret er evident og genkendeligt for mandecentrets social-faglige jurist, Ole Skou, der arbejder i de hjemløses landsorganisation, foreningen Sand.

Personalet på centrene

Området har som nævnt i forbindelse med finansiering først de seneste år undergået en professionalisering. I takt med statslig finansiering til området, er det også blevet muligt at professionalisere området og få lønnede ledere og ansatte. Samtidig har området fastholdt sin tradition for frivillighed. Som det ses i nedenstående tabel, er der forsat en høj grad af frivillighed:

Krisecenter	Frivillige	Lønnet personale
Horsens	20	2 fuldtid og 1 deltid
Fredericia	3	1 fuldtid
Århus	6	1 fuldtid
Odense	5	1 fuldtid
København	6	3 fuldtid og 2 deltid

Note: Tallene i tabellen er ca. tal indhentet i forbindelse med interview på krisecentrene og er udtryk for antallet af frivillige og lønnede i foråret 2010.

Ud over frivillige og lønnet personale har flere af centrene også tilknyttet medarbejdere i løntilskudsjob, fleksjob, praktikanter og medarbejdere i revalidering. I tallene er der ikke nærmere redegjort for, hvor meget tid de frivillige bruger i centrene, men det varierer fra faste vagter flere gange om ugen til deltagelse i konkrete aktiviteter engang imellem, fx en enkelt gang om måneden. Det første er dog mere hyppigt end det sidste. De frivillige deltager i samtaler med mændene ved fremmøde og som telefonrådgivning. Som det ses er andelen af lønnet personale beskeden i forhold til antallet af frivillige, og frivillige er en forudsætning for at kunne arbejde med det antal brugere, der i dag får rådgivning eller bor på centrene.

Ud over de fem centre skal det også nævnes, at der drives fem rådgivninger i regi af mandecentrene udelukkende med frivillige i Frivillig Centrene i: Esbjerg, Viborg, Herning, Aalborg og Guldborgsund.

Området er generelt præget af frivillighed, og der er først efter 2006 sket en professionalisering i form af lønnet personale, hvor både mandecentrene er oprettet med lønnet personale og Horsens og Fredericia har fået mulighed for kontinuerligt lønnet personale i form af SATS pulje-bevillinger. Kendetegnet er dog stadig, at en stor del af rådgivningen gives ved hjælp af

“The most enduring pain of divorce is likely to come from the co-parental divorce”

frivillig arbejdskraft og typisk af frivillige med faglig baggrund i forhold til arbejdsopgaven – at rådgive.

STATISTIK FRA STATSFORVALTNINGEN

Samlivsbrud og konflikter – set med Statsforvaltningens statistik

I forbindelse med denne undersøgelse har vi fået adgang til de statistikker, der føres over Statsforvaltningernes arbejde med skilsmisser, forældremyndighedssager og sager om børns bopæl. Skilsmisssagerne vedrører kun par, der har været gift, og som derfor skal have separation og skilsmisse behandlet ved Statsforvaltningen. Ugifte par kan gå fra hinanden uden Statsforvaltningen er inde over sagen, men er der uenighed om børns bopæl, samvær og forældremyndighed, så er Statsforvaltningen også inde over her. Derfor kan antallet af skilsmisser og antallet af sager i Statsforvaltningerne vedr. børns forhold ikke umiddelbart sammenholdes, da der kan være bopæls-, samværs- og forældremyndighedssager, uden der er en skilsmisse.

Vi har fået tallene for 2007, 2008 og 2009, men da Forældreansvarsloven først trådte i kraft 1. oktober 2007, har vi nedenfor kun medtaget tallene for de to hele år; 2008 og 2009.

Nedenstående statistik er udtræk fra statsforvaltningernes registreringssystem fra årene, hvor de røde tal er fra 2008 og sorte fra 2009:

1. januar 2008-31. december 2008

1. januar 2009-31. december 2009

Tallene er opgivet for de fem regioner Statsforvaltningerne dækker. Her er medtaget et udvalg af de spørgsmål, der er udtryk for konflikt i skilsmisssager og parforholdsbrud. Hele materialet er vedlagt som bilag.

Sager om forældremyndighed og børnenes bopæl

Det første spørgsmål handler om de sager, hvor der er uenighed om forældremyndighed eller barn/børns bopæl hos far eller mor, og hvor sagerne kan indbringes for retten.

Hvor mange uenighedssager om forældremyndighed behandler Statsforvaltningerne (inklusiv afgørelser om bopæl)?

Nordjylland	Midtjylland	Syddanmark	Sjælland	Hovedstaden	i alt
1.209	2.351	3.005	2.060	3.874	12.112
1.170	2.781	3.373	1.988	3.710	13.022

Som det ses af tallene, er der ganske mange sager, hvor forældre er uenige om forældremyndighed eller uenige om, hvor barn eller børn skal bo. Det samlede tal svarer til, at Statsforvaltningerne har mere end 1.000 sager om måneden, hvor forældre er uenige om, hvem af dem eller om de begge skal have forældremyndighed eller bopæl for børn. I disse sager registreres det hvor mange af Statsforvaltningerne, der når frem til en forligsmæssig løsning med forældrene, og hvor mange af sagerne, der ender med en afgørelse ved en domstol.

De to spørgsmål – forældremyndighed og bopæl – er de eneste spørgsmål, der i Forældreansvarsloven kan indbringes for en domstol. Dette sker dog først, når Statsforvaltningen har konstateret, at der ikke kan findes en forligsmæssig løsning.

Hvor mange af disse sager ender med en forligsmæssig løsning i Statsforvaltningen, og hvor mange sager bliver indbragt for domstolen?

Sagerne kan løses eller indbringes for retten, enten med begge spørgsmål eller kun med spørgsmålet om bopæl, da forældre godt kan være enige om den fælles forældremyndighed, men ikke kan blive enige om, hvem der skal have barn/børns bopælsadresse. Derfor er tallene opdelt i tal, hvor begge spørgsmål indgår og tal for rene bopælssager.

“The psychic divorce means the separation of self from the personality and the influence of the ex-spouse”.

a) forligsmæssig løsning i sager om forældremyndighed og bopæl

Nordjylland	Midtjylland	Syddanmark	Sjælland	Hovedstaden	i alt
553	1.193	1.127	1.159	1.431	5.463
502	1.240	1.416	1.295	1.546	5.999

b) indbragt for retten i sager om forældremyndighed og bopæl

Nordjylland	Midtjylland	Syddanmark	Sjælland	Hovedstaden	i alt
343	750	849	636	1.100	3.678
361	716	823	541	1.078	3.519

Tager vi tallene fra 2009, så løses 6.000 sager ved, at forældrene opnår enighed under behandlingen i Statsforvaltningen og 3.500 indbringes for retten, fordi der ikke kan findes en løsning. I forhold til at se på tallene med konflikt-perspektivet er det glædeligt, at mange sager finder en løsning ved forlig, men det skal huskes, at der er tale om tallene for de formelle løsninger – sager, der har fået en afgørelse. Den reelle løsning skal først efterfølgende afprøves og findes i samarbejdet mellem forældrene i dagligdagen.

Sager om samvær

Sager, der kun handler om samvær, kan ikke indbringes for retten, og derfor skal der enten indgås en aftale mellem forældrene, eller også træffer statsforvaltningen en afgørelse om samvær, dvs. Statsforvaltningen fastsætter en samværsaftale som forældrene skal sørge for gennemføres.

Hvor mange samværs-sager behandler statsforvaltningerne?

Nordjylland	Midtjylland	Syddanmark	Sjælland	Hovedstaden	i alt
1.443	3.002	3.004	2.130	3.594	13.173
1.252	3.645	3.221	2.248	4.258	14.624

“Fraskilte er folk, der ikke fik et godt og vellykket ægteskab – men de er også mennesker, som ikke ville nøjes med et dårligt ægteskab eller parforhold”.

Hvor mange sager ender med en forligsmæssig løsning i statsforvaltningerne?

Nordjylland	Midtjylland	Syddanmark	Sjælland	Hovedstaden	i alt
1149	2.152	2.096	1.522	2.351	9.270
872	2.640	2.271	1.466	2.612	9.861

Hvor mange sager ender med en afgørelse i statsforvaltningerne?

Nordjylland	Midtjylland	Syddanmark	Sjælland	Hovedstaden	i alt
500	1.021	1.008	899	1.799	5.227
464	1.152	1.044	951	1.910	5.521

Når der ses på sager, der kun handler om samvær, så er der også mere end 1.000 sager om måneden til behandling i statsforvaltningerne i 2009, og statsforvaltningerne opnåede forligsmæssige løsninger i mere end 9.000 tilfælde i 2009. I 5.500 tilfælde måtte statsforvaltningerne træffe en afgørelse, da forældrene ikke kunne finde en forligsmæssig løsning. Det samlede antal sager om samvær i 2009 på 14.600, er de sager statsforvaltningen har behandlet. Tallene for forligsmæssige løsninger 9.800 og afgørelser 5.500 bliver mere end de 14.600, der er det samlede tal. Dette kan forklares ved, at sagerne kan rejses et år og afgøres i det efterfølgende, men også at forældre selv kan lave aftaler, der indsendes og registreres i statsforvaltningen, men hvor der ikke er sket en behandling her.

Andre aktiviteter hvor der ikke træffes afgørelser

Statsforvaltningerne har med Forældreansvarsloven andre opgaver end at træffe myndighedsafgørelser. Forvaltningerne tilbyder også rådgivning og mægling

i form af børnesagkyndig rådgivning, som kan gives til begge eller den ene af forældrene og konfliktmægling, der har til formål at mægle parterne til et forlig.

Antallet af konfliktmæglinger

Nordjylland	Midtjylland	Syddanmark	Sjælland	Hovedstaden	i alt
72	119	86	120	237	634
81	148	92	74	257	652

Antallet af børnesagkyndige rådgivninger

Nordjylland	Midtjylland	Syddanmark	Sjælland	Hovedstaden	i alt
274	653	844	616	717	3.104
200	716	1.040	365	518	2.839

I forhold til antallet af sager i statsforvaltningerne, må antallet af mæglinger betegnes som begrænset. Og mæglinger i statsforvaltninger er som hovedregel et enkelt møde, hvor et konkret spørgsmål tages op, fx uenighed om bopæl eller samvær, eller mægling med det formål at få en samværsaftale til at fungere. Det kan derfor ikke påregnes, at statsforvaltningerne i større omfang bidrager til at løse konflikter i forbindelse med parforholdsbruddet. Dels er statsforvaltningerne begrænset til at tage sig af de specifikke områder, hvor de i kraft af Forældreansvarsloven kan træffe afgørelser eller har mulighed for at mægle, og dels er der i statsforvaltningerne ikke ubegrænsede ressourcer, og derfor prioriteres de opgaver, der skal løses, før de opgaver der er et tilbud.

DEL 2 MÆND I KRISE — VIDEN OG METODER

I denne er der samlet viden og erfaringer fra arbejdet med mænd i krise. Del 2 er struktureret i to hovedinddelinger. Den første er “viden”, hvor der er samlet en række forfattere og forskeres analyse og arbejde med krise, og særligt med kriser i forbindelse med skilsmisser og samlivsbrud. Når der her er fokus på mænds kriser udløst af parforholdsbrud, skyldes det, at mandecentrene har denne problematik som målgruppe, ligesom Horsens og Fredericia også får de fleste henvendelser fra mænd med denne baggrund.

Den anden hovedinddeling er benævnt “metoden” fordi dette afsnit omhandler det konkrete arbejde, der foregår i de fem mandekrisecentre i Danmark, hvilket er belyst med udgangspunkt i dagligdagen på mandecentret København. Centeret i København har fra første færd arbejdet med udvikling og optimering af metoder til at hjælpe mænd i krise, og mandecentret København har, som det eneste af de fem centre, undergået en ekstern evaluering, der kan bidrage til at belyse resultaterne af dette arbejde. Som det fremgår i afsnittet om fakta om de enkelte centre, så er målgrupper og tilbud til mændene i de fem centre meget lig hinanden.

VIDEN:

Når livsscriptet krakelerer

For ethvert menneske opleves en krise som et unikt og dramatisk forløb, hvor den enkelte krise er udløst af en særlig situation og har et særligt forløb.

En krise kan betragtes fra forskellige synsvinkler, alt efter det teoretiske og metodiske udgangspunkt for en analyse af krisen. Der findes og anvendes ikke én veldefineret model for samtalerne med de mænd, der opsøger mandekrisecentre. Trods forskellig historik og organisatorisk forankring har der alligevel udkrystalliseret sig den samme hovedmodel for bearbejdning af mænds kriser, som vi her vælger at kalde den “helhedsorienterede indsats”, fordi den arbejder med såvel den psykiske, som den praktiske og konkrete, side af et samlivsbrud.

For at belyse og forstå, hvad der kan udløse krisen i forbindelse med et samlivsbrud, refereres der her til forskningen i “livsscripts”. Denne forskning har vist, at mennesker har en meget ens idé om, hvordan et “almindeligt” liv forløber i vores kultur, og at vi bruger denne idé om det almindelige liv til at navigere efter, når vi vil fortælle om vores eget liv. Ifølge studiet “Culture and Coherence: The acquisition of cultural life scripts and the development of coherence in life stories” af Annette Bohn og Dorthe Berntsen, Det Psykologiske Institut i Aarhus, så er danskerne mere enige om, hvordan et liv ser ud end i andre lande.²⁵

Forestillingen om “det almindelige liv” er blevet kaldt “det kulturelle livscript”. Dorthe Berntsen fra Psykologisk Institut ved Aarhus Universitet og David Rubin fra Duke University i USA fandt frem til det kulturelle livscript ved at bede unge voksne om at forestille sig forløbet af et helt almindeligt liv for et nyfødt barn af deres eget køn. Personerne blev så bedt om at nævne de vigtigste begivenheder, som de troede ville komme til at ske i det nyfødte barns liv og derefter at skønne, hvor gammelt barnet ville være, når begivenhederne fandt sted. Det var forbløffende, hvor enige folk var i deres livsscripts, og det på trods af, at instrukserne lægger op til meget individuelle

25 Annette Bohn: Forestillinger om et almindeligt liv. Magasinet Humaniora, Juni 2010, s. 32 til 35

svar. Selvom livet bliver betragtet som et individuelt projekt, så viser denne forskning, at vi i store træk er enige om, hvordan det almindelige liv skal se ud. Denne enighed findes hen over generationer i Danmark – helt ned til en forventning om, at “man” bliver gift, når man er 27 år, og får børn, når “man” er 28 år (det på trods af, at gennemsnitsalderen for førstegangsfødende i Danmark ligger på ca. 32 år). Livsscriptet forankrer os i vores kultur og giver os en ide om, hvad vi har i vente af livet. Selvfølgelig kan vi ikke vide, om vores liv vil indeholde de begivenheder, som livsscriptet lægger op til, men det giver os en rettesnor for, hvad vi kan forvente af fremtiden.

Når vores liv så afviger fra livsscriptet, eller hvis vores fremtidsforestillinger ikke er synkroniserede med livsscriptet, bruger vi det alligevel som afsæt for at forklare, gennem vores livshistorie, hvorfor vores liv eller fremtidsforestillinger blev anderledes end forventet. På denne måde kan vi bekræfte over for os selv, at det liv, vi har levet eller vil leve, er det rette for os.

Men en afvigelse fra et livsscript kan også opleves som en fiasko, fordi alle identificerer og måler sig i relation til det livsscriptet foreskriver for os som et normalt livsforløb. Træder vi uden for livsscriptet forlader vi “det gode liv” og de normer, der gælder for det, og så står vi en negativ anormalitet, som vi først kan ændre ved at beslutte os for et nyt livsscript for den næste fase af vores liv. Det er netop dette aspekt, der kan udløse en krise i forbindelse med et parforholdsbrud. Vi har en forventning om, at vores liv indeholder en familie og børn – det eneste rigtige gode liv - og den forestilling brydes negativt ved et samlivsbrud. Vi er først tilbage på sporet af “det gode liv”, når vi har redefineret vores livsscript.

Hvordan kan en krise forstås?

En krisereaktion opstår, når en persons ressourcer ikke formår at klare de krav og belastninger, der opstår i forbindelse med et samlivsbrud. Adfærd og personlige reaktioner er typisk præget af følelsesstyring og handlingslamelse. En krise kan opstå som følge af en pludselig opstået hændelse, som et samlivsbrud, en voldsepisode, et pludseligt dødsfald, en afskedigelse m.v.²⁶

26 Viden om kriser og krisehåndtering i Region Syddanmark, pjece 2009

Langvarige belastninger, så som langvarige spændinger og konflikter, sorg, stress, mobning m.m., kan også udløse krisereaktioner. Selve den manifesterede årsag, der ender med at udløse krisereaktionen, kan virke tilfældig og fremtræde som uvæsentlig og uden nogen umiddelbar eller synlig hændelse eller årsag.

Samlivsbrud kan let indeholde begge elementer – den langvarige spænding og konflikt frem til den definitive beslutning træffes og lander som et chok for den part, der er modtager af beslutningen – oftest manden.

Krisereaktionens omfang og alvor er bestemt af den samlede belastning (fysisk, psykisk og social), som skal sammenholdes med de ressourcer, personen har til rådighed til håndteringen af disse belastninger. Belastningen kan enten være subjektivt oplevet eller manifesteret som objektive årsager, men begge har betydning for personen og omgivelserne, uanset om de er bevidste eller skjulte og ubevidste for personen. En krise kan ikke udelukkende forstås eller forklares ud fra den udløsende hændelse eller den aktuelle situation, som personer stod i, da krisen manifesterede sig.

En krisereaktion er aldrig et individuelt og isoleret anliggende for den kriseramte. Situationen vil påvirke familie, kollegaer, det sociale netværk m.fl. omkring den kriseramte. Det er kun naturligt, at der reageres, og rådgiver, det sociale netværk og arbejdspladsen bør være indstillet på, at der er plads til, at den kriseramte har behov for at dele sine følelser med deres nærmeste omgivelser, som bør drage omsorg for at lytte og støtte den kriseramte.

Krisehjælpen på mandekrisecentrene sigter mod at

- nedtrappe konflikter omkring samlivsbruddet
- forebygge skader, som den kriseramte er i risiko for at forvolde på sig selv og sine omgivelser.
- lindre og afhjælpe den smerte eller handlingslammelse, der låser den kriseramte.
- forebygge, at den kriseramte får langvarige psykiske problemer under og efter krisen.
- forebygge, at den kriseramte isoleres socialt eller på anden måde får sekundære sociale skader som følge af krisen.

- forebygge tab af arbejdsevne hos den kriseramte.
- skabe læring og udvikle evnen til at håndtere u hensigtsmæssig adfærd og reaktioner.

Fra evalueringen af mandecentret i Købehavn ved vi, at det, mændene søger og har fået mest hjælp til, er deres personlige og følelsesmæssige situation²⁷. I forhold til den personlige rådgivning har 72 procent af mændene fået hjælp til at få et overblik, 70 procent har oplevet, at der blev lyttet til dem, 67 procent oplever, at de har fået hjælp til at kunne gøre noget selv, og 53 procent nævner muligheden for at kunne vise deres følelser.

God krisehjælp

God krisehjælp er den rigtige hjælp på det rette tidspunkt og i det rigtige omfang. Hvad, der er mest hensigtsmæssigt, afgøres af den konkrete situation. Der kan ikke opstilles konkrete og nøglefærdige opskrifter på indsatsen. Den psykiske førstehjælp er en central komponent i den helhedsorienterede krisebearbejdelse, og den psykiske krisebearbejdning kan opdeles i tre indsatser og problemfelter. Som guideline for rådgiverens optimale indsats bør den sigte mod følgende tre aspekter – det rådgiveren bør gøre, det rådgiveren bør undgå og rådgivningsfunktionen i forløbet

Det rådgiveren bør gøre er

1. at få ro på situationen
2. at udvise positiv autoritet
3. at udvise omsorg og være empatisk
4. at være lyttende og tålmodig
5. at være åben og ærlig
6. at fastholde kontakten til virkeligheden
7. at motivere til fysisk aktivitet
8. at yde hjælp med praktiske og konkrete problemer
9. at bruge fysisk kontakt efter behov
10. at opsøge og formidle nødvendig information
11. at motivere til ansvar for egen problemløsning

²⁷ SUS, 2008, s. 23.

12. at acceptere den kriseramtes smerte og sorg
13. at acceptere egne og den kriseramtes begrænsninger
14. at sige fra uden at afvise.

Det er vigtigt at rådgivningen undgår

1. at stille en "diagnose"
2. at dominere den kriseramte med egne følelser og oplevelser
3. at forsøge at trøste
4. at bruge tomme fraser eller bebrejdelser
5. at give eller opstille urealistiske løfter
6. at virke omklamrende
7. at acceptere alt fra den kriseramte
8. at forhandle
9. at spille "Askepot" dvs. at bekræfte myten om at en uretfærdig undertrykkelse udløser en triumferende belønning

Rådgiverens funktion i processen er, at han

1. gradvist formår at trække sig tilbage
2. opretholder kontakten til manden og sikrer et positivt efterværn
3. hjælper hverdagens rutiner på vej
4. er opmærksom på mærkedage, milepæle (fejre succeser)

En krise kan vare fra få timer og op til seks til otte uger eller mere.

Krisens fire faser

Psykiateren Johan Cullberg²⁸ forstår krisen som en proces, der forløber gennem fire faser: Chokfasen, den reaktive fase, reparationsfasen og nyorienteringsfasen, heraf er det dog kun de to første faser som forstås som den egentlige og aktive krise, hvor de to efterfølgende forløber uden, at den ramte er i en egentlig krisetilstand.

28 Johan Cullberg (f. 1934), svensk psykiater af psykodynamisk-eksistentiel orientering, professor i Stockholm. Han er især kendt for udbredelsen af teorier om traumatiske kriser. På dansk foreligger bl.a. *Krise og udvikling* (1975, da. 1976) og *Dynamisk psykiatri i teori og praksis* (1984, da. s.å.).

Chokfasen

(varighed: fra minutter til døgn)

Denne fase er kendetegnet ved, at den ramte reagerer unaturligt og uden følelser. Den kriseramte reagerer ikke på det skete, eller også reagerer han hysterisk med skrigen eller overdreven latter. Selvom de følelsesmæssige reaktioner i denne fase endnu ikke er indtrådt, har den kriseramte i denne fase brug for fysisk omsorg og frihed fra ansvar – det er ofte et problem, at nogle mennesker i chokfasen umiddelbart virker totalt upåvirkede af hændelsen og derfor ikke ønsker af få denne omsorg.

Reaktionsfasen

(efterfølgende 6-8 uger)

I reaktionsfasen rammes den kriseramte ofte af modstridende følelser, som er knyttet til hændelsen og dens konsekvenser. Dette skaber indre kaos og forvirring, og krisens reelle virkelighed presser sig på og kan resultere i sorg og en oplevelse af meningsløshed og resignation.

Reparationsfasen

(efterfølgende ca. 4 måneder)

Ved indgangen til denne fase afsluttes den akutte krisereaktion. Personen har fundet en ny balance tilpasset hændelsen og er således en anden, end før krisen ramte personen. Denne nye balance kan have gjort personen klogere på sig selv, men kan også være en uhensigtsmæssig balance, som hæmmer personen fremover. Personen kan igen håndtere hverdagen, og personen begynder igen at forholde sig til nutiden.

Ny start fasen

(efterfølgende ca. 1/2 år)

Gennem denne afsluttende fase begynder personen at forholde sig realistisk til den aktuelle hændelse. Blikket rettes igen fremad, og personen kan tale om hændelserne på en mere afklaret måde uden at blive overvældet af følelserne. Fremtiden bliver igen interessant for den kriseramte, og nye kontakter stiftes.

“Socialarbejdere, der arbejder med empowerment, må vise forståelse for den dynamik, der skaber magtesløsheden og dens konsekvenser, for at kunne udvikle en ekspertise i anvendelse af praktiske færdigheder i empowerments tjeneste.”

Fra evalueringen af mandecentret i København ved vi, at det kun er 10 procent af mændene der henvender sig for hjælp umiddelbart i forbindelse med bruddet²⁹ – inden for de første 14 dage. 28 procent af mændene henvender sig inden for 1 måned, mens 18 procent henvender sig mellem en og tre måneder efter bruddet. Og 42 procent henvender sig fra tre måneder efter bruddet og op til et år efter. Undersøgelsen blev foretaget, da mandecentret havde været i drift i ca. 1 år. Den høje andel af sene henvendelser kan skyldes, at der før oprettelsen ikke var tilbud til kriseramte mænd i København, men at de benyttede tilbuddet, da muligheden opstod, uanset hvor de stod i deres personlige krise.

Alle centre oplever, at mænd er i chok midt i eller efter et samlivsbrud, men hovedparten af henvendelserne er fra mænd, der befinder sig senere i forløbet, og som er præget af modløshed, indre kaos og forvirring (reaktionsfasen), samt fra mænd, der har gennemlevet den akutte krisereaktion, men som står alene med den uoverskuelige opgave at skulle håndtere en hverdag og et nyt liv. Som udgangspunkt er krise og sorg sunde reaktioner, der hjælper en kriseram person fra en tilstand af mental ubalance mellem psyke og virkelighed til en ny og anderledes balance – en tilpasning til virkeligheden. Professionel hjælp og støtte kan fremme og sikre, at processen fra chokfasen til nyorienteringsfasen forløber med større effektivitet og mindre omkostninger for den kriseramte mand og samfundet.

29 SUS, 2008, s. 59.

I evalueringen fra København svarer 89 procent af mændene, at de har henvendt sig for at få hjælp til personlige problemer som frustration, tristhed og manglende overblik, som eneste eller en af flere grunde til henvendelsen – mens kun hhv. 21 procent og 15 procent selv angiver økonomi og erhvervs-mæssige problemer som grunden til henvendelsen³⁰. Så der synes at være en stor ærlighed hos mændene omkring de personlige problemer, et samlivsbrud giver. Der er ikke mange – kun 11 procent – der slet ikke nævner det som årsag. Mændene ønsker altså hjælp til at håndtere den følelsesmæssige del af krisen og kun i mindre omfang de praktiske forhold.

Modeller for håndtering af kriser i et samlivsbrud

I det følgende fokuseres der på tre modeller for arbejdet med mænd i krise hentet fra standardværket “Divorce in Psychosocial Perspective” af Joseph Guttmann³¹, hvor han beskæftiger sig med analysen og modeller for krisearbejdet.

De tre modeller er vist nedenfor med de karakteristika, der er for de enkelte modeller. Modellerne viser hvor forskellige syn og perspektiver, man kan lægge på den samme begivenhed. Perspektiver, der har stor betydning for, hvordan man griber arbejdet med at hjælpe en kriseramte mand an.

30 SUS, 2008, s.60.

31 “Divorce in Psychosocial Perspective” af Joseph Guttmann (rettes til)

KRISE MODELLER

1. SORGPROCES

SORGPROCES

FORNÆGTELSE

TAB

DEPRESSION

VREDE

2. DEN HELHEDSORIENTEREDE INDSATS

EMOTIONELLE

JURIDISKE

ØKONOMISKE

SAMVÆR

NETVÆRK

PSYKISKE

FYSISKE

3. DEN PSYKOLOGISKE MODEL

DESILLUSION

OPBRUD

PASSIVITET

FYSISK ADSKILLELSE

ANDEN VOKSENALDER

INVESTERING I FREMTIDEN

Belysning af de tre modeller

Lad os kigge nærmere på de tre modeller for forløbet i et samlivsbrud.

Model 1 – Sorgprocessen

Her betragtes et samlivsbrud som en sorgproces, som fokuserer på at bearbejde den psykiske oplevelse som en sorg. Denne proces undlader at gribe fat i alle de konkrete og praktiske spørgsmål, som også har stor betydning for processens videre forløb efter en stabilisering af den kriseramte mand. Sorgprocessen forløber i faser, der er beskrevet således:

- **Fornægtelse af samlivsbruddet**

Manden undlader at forholde sig til bruddet. Han er låst af smerte og chok og formår derfor ikke at handle og bevæge sig positivt videre efter bruddet.

- **Tab og depression**

Manden når en erkendelse af, at samlivet er slut, men til dette hører ofte en smerte eller sorg, der gør, at han har følelsen af at have mistet alt, og ikke kan se formål med livet.

- **Vrede og ambivalens**

Vreden kan her ses som en følelse, der udtrykker, at manden er i en uønsket situation, og vreden kan være rettet mod ham selv som skyldfølelse eller mod samleveren, fordi denne har truffet beslutningen om ophør af samliv. Og manden kan opleve en vrede mod eks-samleveren men samtidig have et ønske om, at alt bliver som før.

- **Orientering mod ny livsstil og ny identitet**

Manden er nu også følelsesmæssigt afklaret med bruddet og har mere fokus på det nuværende liv.

- **Accept af nye rutiner og livsbetingelser i hverdagen**

Model 1 fokuserer og fordyber sig især på den emotionelle del af krisen og oplevelsen af krisen.

Model 2 – helhedsorienterede indsats

Her arbejdes der med et samlivsbrud som en helhed af emotionelle og konkrete behov og spørgsmål, som skal bearbejdes sideløbende for at opnå en mental og social stabilisering af mandens samlede livssituation.

Her er ikke tale om en proces, hvor forskellige faser afløser hinanden, men om forskellige positioner der er i spil på forskellige tidspunkter, og hvor flere

godt kan være i spil samtidig, og de enkelte positioner kan godt være i spil flere gange i forløbet.

- Den emotionelle skilsmisse og bearbejdelsen af den – følelserne.
- Den juridiske skilsmisse med fokus på de formelle regler – separation, samværsaftaler, bodeling mv.
- Den økonomiske skilsmisse – fx salg af bolig, ny økonomi som enlig mv.
- Den samarbejdende skilsmisse med enighed om den definitive ophævelse af samliv og deling af børn og fælles eje – forhandlingerne om det der fortsat er fælles fx børn.
- Netværksskilsmissen hvor familie, venner og kolleger støtter og hjælper den fraskilte – er der nogen der kan hjælpe, eller står manden alene.
- Den psykiske skilsmisse arbejder med at skabe afstand til skilsmisens emotionelle følger.
- Den fysiske skilsmisse arbejder med den fysiske oplevelse af savn og sorg og de spændinger eller forløsninger, som kendetegner den fysiske skilsmisse – oplevelser af svært ved at sove, ingen appetit, uro, angst for fremtiden mv.

Model 3 – Den psykologiske model

Skilsmissen som en psykologisk proces.

- Desillusion og opgivelse håb, tro og tillid til fremtiden. Starter allerede når hverdagen melder sig i ægteskabet og skal tages alvorligt, så der sker en fælles forventningsafstemning – ellers ender det med brud
- Opbrud med fokus på frigørelsen, hvor det gælder om at definere nye mål for livet efter bruddet, og hvor han begynder at orienterer sig uden for forholdet.
- Uengageret skilsmisse kendetegnes af passivitet efter skilsmissen og opgivelse af alle egne interesser – han siger bare ja for at få det overstået.
- Fysisk adskillelse – beskrives som det mest traumatiske ved skilsmissen – da den rummer ensomhed, usikkerhed, og behovet for ny identitet.
- Sorg – der indeholder tab af livslyst, depressive tanker, men også vrede. Depression kan ses om den internaliserede sorg og vrede som den eksternaliserede, og begge er udtryk for skyld.
- Anden voksenalder – kendetegnes af det eksistentielle spørgsmål, som mange mænd oplever i alderen 35 til 41, hvad vil jeg nu med mit liv? Og det kan opleves både som negativt – han vil helst have det liv, der nu er ødelagt i familien – eller positivt som en frihed til at gøre ting, der ikke var muligt i parforholdet.

- Investering og hårdt arbejde – er en del af skilsmissen og her tager manden styring i sit liv fx ved et energisk engagement i at skaffe ny bolig, nye venner, ny hverdag mv.

Alle erfaringer viser, at mænd ikke, eller meget sent, opsøger hjælp, og at de derfor har en langt større risiko for social marginalisering end kvinderne.³²

Mandekrisecenternes arbejdsmodel

Vi vil nedenfor følge argumentationen hos Joseph Guttman i skildringen af model 2 – det helhedsorienterede krisearbejde. Den faglige argumentation for de øvrige modeller findes i Del 4 som bilag.

Når model 2 er valgt, som den der her skal redegøres mere detaljeret for, så skyldes det, at den meget præcist kendetegner det arbejde, der finder sted på mandekrisecentrene, uanset om indsatsen sker på de første krisecentre i Horsens og Fredericia, eller om den sker på de senere tilkomne mandecentre. Kombinationen på centrene er et miks af hjælp til det praktiske, fx en midlertidig bolig på centret og det emotionelle – at dele sorgen, få trøst, lære at bruge vreden konstruktivt, gå fra de destruktive og depressive tanker til et nyt og mere optimistisk syn på livet, og dermed en ny livsappetit. Alle fem centre arbejder med alle aspekter og perspektiver på skilsmissen, hvilket fremgår af de tilbud om aktiviteter, der er beskrevet under gennemgangen af de fem centre.

Den helhedsorienterede indsats (model 2)

Samlivsbruddet beskrives som en proces med seks elementer af Joseph Guttman i “Divorce in a Psychosocial Perspective”³³. Trods modellens anglo-amerikanske kontekst svarer den i princippet til den indsats, som mandekrisecentrene arbejder med, hvorfor vi her vil dykke ned i skildringen af dens metodiske implikationer, som forfatteren ser det.

32 Svend Åge Maden m.fl. se teksten “Køn og Rådgivning” (s. 39)

33 Joseph Guttman i “Divorce in a Psychosocial Perspective”

En skilsmisse (parforholdsbrud) kan betragtes fra følgende vinkler

1. det emotionelle samlivsbrud
2. det juridiske samlivsbrud
3. det økonomiske samlivsbrud
4. børn og samlivsbrud
5. det sociale samlivsbrud
6. det psykologiske samlivsbrud

Mandekrisecentrene anvender og inddrager modellens aspekter i arbejdet med kriseramte mænd. Erfaringerne viser nemlig, at mænd responderer positivt på en konkret og handlingsorienteret model, og at metoden også fungerer som en positiv katalysator i bearbejdelsen af den emotionelle turbulens, så kontrol og balance genvindes med en mere effektiv progression, hvis der fokuseres på konkrete og målrettede opgaver i krisearbejdet. En konkret og målrettet opgave kan både bestå af noget praktisk og følelsesmæssigt. Fx kan frustrationer og manglende overblik hænge sammen med manglende ro og søvn. En konkret og målrettet opgave kan derfor være at finde ro om aftenen, ved fx ikke at læse mails eller sms'er fra ekssamleveren, men ved kun at gøre ting, manden finder behag ved at gøre.

Det emotionelle samlivsbrud

Det emotionelle samlivsbrud er en proces, hvor samlivet gradvist opløses. I denne første fase sker der typisk det, at den ene part reducerer sit emotionelle engagement i relationen til partneren. Som en enhed kan familien sagtens fungere som hidtil, men kvaliteten af relationen er forandret. Familielivet kan måske forekomme at fungere bedre, mere roligt og afslappet, fordi den emotionelle spænding i forholdet er blevet neutraliseret af en bevidst eller ubevidst retræte fra samlivet, frem for at tage konfrontationen med samleveren og problemerne. At negligere problemer akkumulerer blot flere, indtil det kritiske punkt er nået.

“Married people, like any other people, must continue to grow as individuals if they are not to stagnate”³⁴

34 Bohannan, 1968, s. 36, citeret efter Joseph Guttmann, s. 36

Mennesker i parforhold, som alle andre mennesker, skal uafbrudt udvikle sig som individer, hvis de ikke vil ende med at stagnere. Hvis parforholdet kommer til at indtage 2. pladsen i forhold til alle de udfordringer, vi ellers bydes som voksne med karriere, interesser og fritidsaktiviteter m.m., så er alle betingelser for det emotionelle samlivsbrud til stede.

Det juridiske samlivsbrud

De fleste juridiske systemer i den vestlige verden er ikke særligt hensynfulde over for de menneskelige behov, som partnerne i et parforhold har før, under og efter et samlivsbrud. Der skeles ikke til den følelsesmæssige tilstand, parterne er i. Advokater er selvskrevne til at tage sig af de formelle problemer og klientens snævre interesser, men er måske knapt så trænede i at håndtere de menneskelige problemer i en konflikt. Derfor er advokater i sagens natur ofte med til at optrappe fjendtligheden mellem parterne, frem for at nedtrappe den, da advokatens opgave er at sikre, at hans eller hendes klient opnår det optimale i en konflikt – at få ret. Derfor kan behandlingen af et samlivsbrud ved en domstol som ramme ofte blive til en rodet og beskidt affære, hvor der fokuseres på modpartens mangler og uduelighed, fx i rolle som forælder.

Med Forældreansvarsloven fra 2007 er der taget afsæt i netop det forhold, så retssager først kan startes, når statsforvaltningerne har været inde over sagen og ikke formår at finde en løsning for samarbejdet mellem to forældre. Tidligere kunne parterne rejse en sag ved blot at hyre en advokat.

Fælles børn er dog fortsat genstand for mange sager i retten. I 2009 blev der i Danmark indbragt 3.519 sager for retten vedr. forældremyndighed og bopæl og yderligere 1.253 sager, der kun omhandlede bopælsspørgsmålet.

*“The most enduring pain of divorce is likely to come from the co-parental divorce”*³⁵
(Den mest vedvarende smerte i forbindelse med et samlivsbrud opstår ofte i forbindelse med den fælles forældremyndighed)

Et samlivsbrud separerer godt nok de voksne fra hinanden, men det er en

35 Bohannan, 1968, s. 45

triviel sandhed, at børn knytter et livslangt bånd mellem de voksne forældre efter et samlivsbrud, de forbliver i et forældreskab, som kan tage mange former. Vigtigst af alt for børnene er dog, at samarbejdet finder en form, så de kan fungere i de nye livsrammer. Men det er naturligvis bedst, når forældrene tager ansvar og finder en løsning i fællesskab. Det betyder ikke, at forældrene skal være socialt eller fysisk sammen om børnene – det kan bestå i en aftale om at respektere hinandens måde at være forældre på og ikke blande sig i det, der foregår hos den anden part.

Det er indlysende, at en domstol er et dårligt sted at afgøre disse familiesager. Dels skal børnene i lang tid leve i uklarhed om deres daglige livsramme, dels tager retssager lang tid og koster mange ressourcer, og dels ender de med en løsning, som mindst en af forældrene finder uacceptabel. Og dermed er grunden ofte lagt til fortsat chikane og brudte aftaler, hvor børnene er gidsler. I denne sammenhæng må retslige afgørelser betragtes som et nødvendigt onde, når forældrene ikke kan eller vil tage ansvar.

Jura og administrativ praksis er underlagt kulturelle normer i samfundet. Tidligere fik faderen i den europæiske kulturkreds altid tilkendt forældreskabet. I 2010 er tendensen den modsatte, nemlig, at det er moderen til børnene, som i 90 procent af alle tilfælde bliver bopælsforælder. Det afspejler ikke nødvendigvis konflikt, for i langt de fleste tilfælde er forældrene enige om, at det skal være sådan. Mødre anses, bedømt efter vor tids kulturelle normer, at være de bedst egnede til at yde omsorg for børnene, med mindre der er tale om stærke mentale defekter hos moderen. Det forhold afspejles også i praksis ved domstolene og i statsforvaltningen. Det kan være vanskeligt at finde et grundlag for en "retfærdig" dom, når der i langt de fleste tilfælde er tale om to lige egnede forældre, men hvor børnene skal have én bopælsadresse.

Det økonomiske samlivsbrud

Socialøkonomisk betragtes familien ofte som en økonomisk enhed, hvor ejendom og bohave er fælleseje mellem mand og kone. Uden begge parters gensidige assistance og support vil familien ikke være i stand til at fungere. Derfor betragtes ejendom og værdier i hovedprincippet som fælles ejendom.

Om delingen er der flere hovedsynspunkter, som kan gøre sig gældende, og historie og tradition viser mange variationer. Det ene og traditionelle synspunkt er, at en mand er ansvarlig for at brødføde sin familie. Det andet synspunkt er, at delingen af fælles ejendom i en eller anden grad skal afspejle ansvaret for, hvem der i forholdet har ansvar for et samlivsbrud.

I den europæiske kultur er der, trods alle ligheder, mange kulturelle og historisk funderede variationer i lovgivningen, som dikterer vidt forskellige regler for mandens økonomiske ansvar ved et samlivsbrud. I en sammenligning mellem Skandinavien og Tyskland er der langt større forskel end antaget. I Tyskland er en mand, som følge af et langt mere konservativt og traditionelt kønsrollemønster, forpligtet til en livslang forsørgelse af en tidligere samlever, såfremt denne er arbejdsløs eller uden midler. En mand er også forpligtet til at underholde sine børn indtil det 18. år. I Skandinavien er den gensidige forpligtelse i økonomisk forstand langt mindre. Her er der sjældent tale om forsørgelse mellem de voksne, da begge anses for at kunne forsørge sig selv, og derfor er der normalt kun tale om bidrag til fælles børn.

Børn og samlivsbrud

Børnenes rettigheder i en skilsmisse er beskrevet i Forældreansvarsloven og er primært børns ret til fortsat at have begge forældre i deres liv, og loven lægger op til, at dette sker ved at forældrene tager ansvaret for at lave aftaler om de fælles børn, også efter samlivsophør, heraf kommer at sager først kan gå i retten efter at statsforvaltningen har været inde over. Som beskrevet i publikationen "Far, skilt og børn"³⁶, der er tolv fortællinger fra fædre om deres oplevelser af at være far i en skilsmisse, så oplever fædre en stor forskel og ubalance i forældrenes mulighed for at opdrage og stimulere børnenes under deres opvækst og uddannelse, idet de oplever, at samvær sker på moderens præmisser, da en mor i den samfundsmæssige kontekst defineres som primær omsorgsperson og derfor skal have favorable vilkår for sin omsorg – dvs. være tilfreds med den samværsordning, der af Statsforvaltningen træffes for børnene.

36 Mandecentret, 2009

Det ulige forhold er ofte årsagen til megen smerte hos fædre og årsag til konflikt mellem forældrene. Fædre oplever undertiden, at mødre anvender børnene i kampen mod dem, eller at de opdrager fælles børn, så der opstår en distance mellem børn og deres fædre. Omvendt føler mødre, at fædre underminerer moderens autoritet, selvom hun har hovedansvaret for at børnenes dagligdag fungerer. Forældrenes forskellige muligheder skaber ofte følelser præget af mistillid og mistænksomhed, som skader samarbejdet om børnene.

Det sociale samlivsbrud

Et samlivsbrud er ikke bare tab af en familie og den kærlighed, der skabte den, men også et tab af det sociale netværk familien var en del af. I mange forhold har kvinder, som familiens sociale entreprenører, stået for de sociale relationer omkring familien, og derfor kommer det som en overraskelse for mange mænd, hvor "Palle alene i verden" de er under og efter et samlivsbrud. Især hvis kvinden og børnene forbliver i det fælles hjem, for så forsætter familiens sociale netværk i samme spor, nu bare uden manden. De nære relationer, som manden fx havde med andre mænd i ungdomsårene, er der typisk ikke meget tilbage af, og de relationer, der fx kan være på jobbet – hvor det stadig er mere almindeligt for mænd at konkurrere på styrke, og ikke på svaghed og sårbarhed, de egner sig ikke for en mand i krise. Nogle mænd oplever glæde i at finde støtte hos deres nærmeste biologiske familie – forældre, søskende mv., den del af familien, der måske ikke har været stor kontakt til, da kvindens familie ofte har været prioriteret højere i det fælles hjem.

Det er også en erfaring fra mandekrisecentrenes arbejde, at det kan være en fordel af lave en arbejdsdeling mellem de, der kan hjælpe under krisen og de, der kan være et "frirum" fra krisen. Det kan være rart at have helt almindelige relationer til kollegaer, sportskammerater og familien og så bruge mandekrisecentrene til den primære krisehjælp. På den måde er der steder, hvor mænd kan føle sig ligeværdige med andre, selvom en del af livet er kaotisk og uafklaret.

Det psykologiske samlivsbrud

*“The psychic divorce means the separation of self from the personality and the influence of the ex-spouse”.*³⁷

(Den psykiske samlivsbrud er en adskillelse af jeg’et fra personligheden og indflydelsen fra den tidligere samlever)

Processen kan betragtes som en frigørelse fra det gamle jeg og opbygningen af et nyt jeg og en ny personlig identitet, med nye mål for livet. Processen er en fase, hvor det fraskilte par genvinder deres individuelle autonomitet, så de atter etablerer sig som selvstændige og uafhængige individer. Den psykiske separation er måske den vigtigste og mest konstruktive. Det er i denne fase, at de fraskilte udvikler en balanceret og afrundet identitet og uafhængighed. Her lærer de fraskilte at leve alene uden støtten fra ekspartneren og uden nogen at bebrejde for fejl og misforståelser, der begrænser deres personlige udvikling.

*“Fraskilte er folk, der ikke fik et godt og vellykket ægteskab – men de er også mennesker, som ikke ville nøjes med et dårligt ægteskab eller parforhold”.*³⁸

For nogle fungerer ægteskabet som et tilflugtssted, der er sikret mod presset for at skulle modnes og kampen for autonomitet. Blandt disse mennesker finder man en tendens til at forsætte med den oprindelige livsstil og rutinerne fra det gamle parforhold og praktisere de samme løsninger i håndteringen af problemerne i det nye parforhold. Men livet efter et samlivsbrud åbner muligheden for at finde nye løsninger på gamle og velkendte problemer.³⁹

Bohannans analyse⁴⁰ af samlivsbrud, og processen derefter, er en af de mest citerede og anvendte modeller i faglitteraturen. Ved at beskrive hver “etape” af samlivsbruddets mangeartede og flerdimensionelle dramaer hjælper forfatteren med at sortere og strukturere en kompleks helhed, så den kan håndteres i mere forståelige og overskuelige segmenter. Hans seks områder udgør en vigtig kilde

37 Guttman, s. 39

38 Bohannan, s. 54, citeret efter Guttman

39 Guttman, s. 39

40 Bohannan, op. cit., note 14

til forståelse af de udfordringer, som alle fraskilte møder efter et samlivsbrud. Ikke alle oplever lige store udfordringer inden for alle felter, men alle oplever kompleksiteten og følelsen af, at hele livet og alle dele af livet er på spil, er sat til debat, skal nytænkes, og at det er en umulig proces at være alene om.

Derfor har det stor betydning for mændene, at de ansatte og frivillige rådgivere, som de møder på mandekrisecentre, forstår helheden og kompleksiteten, også selvom de hver især kan have faglige styrker inden for et særligt felt. Og derfor er det ikke uvæsentligt at konstatere, at de fem eksisterende centre arbejder med den helhedsorienterede indsats i mødet med mændene. En ting er dog ikke med i denne fremstilling med de seks områder for samlivsbruddet, og det er den fysiske belastning fra et samlivsbrud, og samspillet mellem den psykiske belastning det er at gå igennem et parforholdsbrud, og sådan som det manifesteres rent fysisk i form af manglende fokus, flere sygedage, træthed mv.

En norsk undersøgelse har beskæftiget sig med de samfundsmæssige konsekvenser, som et samlivsbrud udløser i form af øget sygefravær, lavere produktivitet m.m. Følgevirkningerne af et samlivsbrud bliver ikke inden for de rammer familien definerer. Arbejdsgiver og kolleger bliver i høj grad inddraget i den sociale begivenhed.

Sygefravær og samlivsbrud

Ifølge den norske undersøgelse fra 2006, "*Sorg uten blomster – En undersøkelse av omfanget av sykefravær og annet fravær ved samlivsbrud*", så er der en signifikant sammenhæng mellem sygefravær og samlivsbrud. Fraværet koster nemt en arbejdsgiver mere end to måneders fravær fra arbejdspladsen. Undersøgelsen er udarbejdet af *Foreningen 2 Foreldre*⁴¹.

Som belyst i de tidligere afsnit om krise og samlivsbrud er det en ganske indgribende forandring i mandens liv, når han står i et samlivsbrud. I den situation ender mange mænd med at blive låst i passivitet og lammelse, indtil de får den rigtige støtte og rådgivning, og som evalueringen fra København viser, så kan der gå tid, før mænd opsøger hjælp. Vendepunktet indtræffer

41 Download: <http://www.nav.no/systemsider/S%C3%B8k?queryparameter=sorg+uten+blomster>

først, når den kriseramte mand gradvist formår at håndtere sine følelser og hverdagens mange praktiske gøremål.

Det opløftende ved den norske undersøgelse er, at den peger på en banal og indlysende løsning, nemlig at rådgivning og støtte rettet mod mandens samlede livssituation kan få ham hurtigere og mere smertefrit gennem en krise efter et samlivsbrud.

Kigger man på det danske arbejdsmarked, så er omfanget af sygefravær og tab af produktivitet i forbindelse med et samlivsbrud ikke belyst eller undersøgt, men det er her en hypotese, at der ikke vil være stor forskel på en norsk og dansk kontekst. Ud over undersøgelser af de personlige og familiære omkostninger i forbindelse med et samlivsbrud, så findes der ikke tilgængeligt materiale, der kan belyse omkostningerne på det danske arbejdsmarked for det enkelte menneske, arbejdsgiveren og samfundet.

Datagrundlaget

Den norske "Foreningen 2 Foreldre" gennemførte i efteråret 2005 en undersøgelse med det formål at undersøge sammenhængen mellem samlivsbrud og sygefravær fra arbejdspladsen. Undersøgelsen er tilgængelig på internettet.⁴²

Både demografisk og socioøkonomisk og kulturelt er der så store ligheder mellem Norge og Danmark, at det forekommer relevant at inddrage undersøgelsens resultater som et realistisk og troværdigt billede, der gør det relevant at bruge den som en indikator af forholdene på det danske arbejdsmarked. I Danmarks Statistik er der ikke samkørt data over frekvensen af skilsmisser med fraværstatistikken.

Et samlivsbrud er en stor psykisk belastning for de involverede, og for mange giver det sig udslag i fysiske reaktioner i form af søvnproblemer, manglende appetit, vægttab, smerter i hoved og ansigt m.m. I den norske undersøgelse fandt man ud af, at der er en direkte og påviselig sammenhæng mellem sygefravær, og andre former for fravær, i forbindelse med et samlivsbrud.

42 Se note 33

Omfanget er af en sådan størrelse, at der vil være betydelige ressourcer at spare for den enkelte, samfundet og såvel private som offentlige arbejdsgivere, hvis man formår at tackle samlivsbruddet på en mere hensigtsmæssig måde, end det nu sker.

Omfanget af sygefravær

I Norge tager hver fjerde af de ansatte, der oplever et samlivsbrud, sygedage. Heraf er 50 procent sygemeldt i mere end en måned. Sygefraværet er, ifølge den norske undersøgelse, især knyttet til psykiske problemer og depressioner, som kan være af langvarig karakter. 18 procent af de, som tager sygefravær, er sygemeldte i mere end et år. En del glider helt ud af arbejdsmarkedet. Ifølge *Sorg uten Blomster* udgør sygefraværet i gennemsnit 20,5 dage per ansat. Dertil kommer, at den ansatte gennem længere tid er langt mindre produktiv, og at det arbejde, som den ansatte producerer, er af væsentlig lavere kvalitet som følge af nedtrykthed, søvn- og koncentrationsproblemer. Der regnes i undersøgelsen med, at denne periode udgør 7,7 måneder eller 212 arbejdsdage. Omregnet til arbejdsdage skønnes den lavere produktivitet at svare til et tab på 18 fulde arbejdsdage⁴³.

For samlivsbrud med børn indebærer det, at forældrene, ud over tabet af kærlighed og omsorg, måske også kastes ud i konflikter om børn og økonomi. Følelsen af en turbulent og uoverskuelig livssituation får mange til at anvende megen energi og tid på at håndtere den forvirring og de problemer, som skal løses for at finde sig til rette i en ny livssituation. I gennemsnit anslår den norske undersøgelse, at det svarer til otte arbejdsdage. Med et forsigtigt skøn anslår den norske undersøgelse, at det samlede antal arbejdsdage, som den ansatte er fraværende og uproduktiv, udgør i alt 46 dage, altså mere end to måneders arbejde.⁴⁴

Konflikt og sygefravær

Undersøgelsen viser en klar sammenhæng mellem sygefravær og det konflikt-niveau, der kan være i forbindelse med et samlivsbrud. Jo højere konflikt-ni-

43 *Sorg uten blomster*, s. 6.

44 *Sorg uten bomster*, s. 7

veauet er, og jo længere konflikten varer, desto større er sygefraværet for den ansatte. Jo hurtigere et forældrepar får afgjort alle spørgsmål om bodeling og samvær med fælles børn og jo mindre, de er fanget i en belastende og resourcekrævende konflikt, des hurtigere er de tilbage i et normalt liv. Konflikt påvirker sygefraværet negativt.

Undersøgelsen viser også, at der er en sammenhæng mellem længden af sygefraværet og uddannelsesniveaue og indtægtsforhold. Høj uddannelse og god økonomi giver et lavere sygefravær. I denne kategori er det også typisk, at forældrene lettere indgår aftaler om samvær og økonomi, før de flytter fra hinanden, hvilket også medvirker positivt til at begrænse sygefraværet. Billedet af samlivsbruddet i Norge svarer til danske forhold, hvor det også er kvinderne der oftest tager initiativet til at ophæve et samliv⁴⁵. Selvom kvinderne derfor mentalt og praktisk er meget tidligere ude end mændene og derfor har orienteret sig om pligter og rettigheder, så er der alligevel en stor repræsentation af langtidssygemeldte blandt kvinderne. Som sammenligning fremgår det, at 58 procent af mændene i den norske undersøgelse ikke undersøger deres rettigheder, før de fraflytter fælles bolig i forbindelse med at samlivsbrud.

Undersøgelsen *Sorg uten blomster* viser med al tydelighed, at sygefraværet er højt for de arbejdstagere, som har børn i forbindelse med et samlivsbrud. Her er der ofte tale om et længere sygefravær, og heraf oplever en mindre del en direkte marginalisering.

Kan sygefravær mindskes?

Den norske undersøgelse *Sorg uten blomster* viser med al ønskelig tydelighed, at der for arbejdsgiverne kan være meget at vinde ved at iværksætte tiltag, der formår at reducere omfanget af de problemer, der erfaringsmæssigt opstår i forbindelse med et samlivsbrud for de ansatte. Et af de tiltag, som undersøgelsen peger på, er, at arbejdsgiveren viser større forståelse for den fokusering, som de ansatte må og vil have på familien i den fase af deres liv,

45 Rodgers, Emma (2006): "Australia's families, Income and Jobs", Melbourne Institute of Applied, Economic and Social research og Rapport om forsknings- og praksiserfaringer vedrørende mænd i krise Udarbejdet af Kenneth Reiniche for mandecentret (København 2007)

hvor de skal håndtere et samlivsbrud, og at mænd ofte vil engagere sig mere i de omsorgsforpligtelser, som de får i rollen som enlige fædre. Endelig bør man som arbejdsgiver være opmærksom på, at der bliver en større kønslig balance i forbindelse med barns første sygedag m.m.

Støtte uden intervention

Under et samlivsbrud vil medarbejderen have behov for støtte, men også respekt for privatlivets sfære. Det, man som arbejdsgiver og omgivende kollegaer kan gøre, er at lade alle initiativer sigte mod at skabe en god arbejdsatmosfære for at styrke arbejdsrollen for medarbejderen. Som arbejdsgiver kan man være formidler til eksterne og mere neutrale instanser, som kan tilbyde målrettet og specialiseret rådgivning og støtte til den ansatte, så alle følsomme problemer varetages som et fortroligt og anonymt forløb.

På alle arbejdspladser bør det legaliseres, at et samlivsbrud naturligvis har omkostninger for både den ansatte og arbejdspladsen gennem en periode. Der findes allerede arbejdspladser, som har det som en del af deres beredskab, at de giver den ansatte en samtale om, hvad arbejdspladsen kan tilbyde af støtte for den ansatte til at komme så smertefrit gennem et samlivsbrud som muligt, hvilket er tilfældet i en virksomhed som IBM Danmark. Her får medarbejderen en samtale, hvor man taler om, hvordan virksomheden kan omlægge arbejdsindsatsen for at aflaste den ansatte i en periode. De ansatte bliver desuden spurgt om, hvorvidt de har behov for nogen at tale med, og her får de mulighed for at vælge en psykolog, som ikke er tilknyttet virksomheden. Enkelte har i den forbindelse valgt mandecentret København som deres rådgiver, fordi mandecentrets helhedsorienterede indsats har været den optimale løsning for dem.

Således sikrer IBM den ansatte støtte, rådgivning og anonymitet uden at virksomheden i den forbindelse intervenserer i den ansattes privatliv. På den måde anerkender virksomheden, at de ansatte i et samlivsbrud har brug for en særlig støtte, og at denne støtte bedst sker ved at sikre de ansattes privatliv.

Med Familierådgivningen i Danmark er der kommet en billig rådgivning af samlevende i parforhold, som ikke har økonomiske ressourcer til at benytte

sig af denne facilitet i forbindelse med afklaringen af parforholdets skæbne. Center for Familieudvikling tilbyder i samarbejde med Familiestyrelsen parforholdskurser for problemramte, separerede og skilte. Med konkrete råd er det hensigten at give hjælp til bedre kommunikation, håndtering af problemer i parforholdet, og gennem det bedre forældresamarbejde mellem de voksne at give en gave til børnene, som Center for Familieudvikling skriver i deres pjece.⁴⁶

Undersøgelsen *Sorg uten blomster* peger på, at megen af den arbejdstid, som den ansatte anvender under et samlivsbrud, går til at orientere sig om rettigheder og pligter i den nye livssituation. Den ansatte har behov for information om formelle og juridiske spilleregler, og det kunne, ifølge undersøgelsen, være en oplagt opgave for arbejdspladsen at ligge inde med denne information, eller det kunne være en del af den ydelse, som en ekstern partner kunne levere.

Køn og krise

I Danmark er det usædvanligt at inddrage kønnet, når man taler om arbejdet med at udvikle metoder inden for social og psykologisk rådgivning. Diskussionen af kønnets betydning er stort set fraværende, i hvert fald når det gælder rådgivning og forståelse af mænds særlige og kønsbestemte adfærd og deres psykiske reaktionsmønstre. Dette opleves fx, når der er socialrådgiverpraktikanter på mandecentret i København. De giver udtryk for vanskeligheden med at diskutere køn i det sociale arbejde på deres studie, og de har, ligesom med forberedelsen af denne undersøgelse, haft vanskeligt ved at finde relevant materiale til belysning af dette spørgsmål.

I undervisningen af socialrådgiverne på Den Sociale Højskole i København tales der om parametre og vilkår for det sociale arbejde, og her falder det helt naturligt at inddrage økonomi, etnicitet, religion og familie m.m. Til gengæld opstår der ofte en konflikt, hvis kønnet inddrages, som et af parametrene. Det bliver opfattet som "dårlig stil" og til dels dårligt "håndværk" at inddrage mænds køn i det sociale arbejde. Socialrådgiveren er per definition et "hun" kønnet væsen, og borgeren med den sociale begivenhed er et "han" kønnet væsen.

46 Download folder på: www.familieudvikling.dk/fileadmin/filer/Foldere/Terapi_folder.pdf

Sådan forholder det sig stadig på en ellers tidssvarende uddannelsesinstitution. Kan det skyldes en klar og markant overvægt af kvindelige studerende? Kan det være fordi, 80 procent af de socialt udstødte er mænd? Kan det være fordi, mænd er i markant overtal blandt de hjemløse? Eller skyldes det, at hovedparten af misbrugerne og 75 procent af de langtidsindlagte på landets psykiatriske hospitaler er mænd?

De faktuelle forhold er evidente, men for praktikanterne giver det ingen mening, at der ikke undervises i mænds specifikke handle-mønstre og reaktioner på modgang og andre sociale begivenheder i deres liv, såfremt kønnet og den særlige "kønnede" adfærd hos mænd ikke inddrages i uddannelsen af en socialrådgiver. Specielt set i lyset af at mænd ofte er mere udsatte end kvinder i forbindelse med et samlivsophør og tab af arbejde. Det virker kritisabelt, at værdidebatten gøres "kønsneutral" i forbindelse med undervisningen i arbejdet med de socialt udsatte.

For en mandlig praktikant virker det paradoksalt, at det eneste køn i debatten er – kvindekønnen. Hvis de politiske mål om ligestilling, ligeløn og lige rettigheder skal tages alvorligt på det socialpolitiske område, så er det tvingende nødvendigt, at der forskes langt mere i mænd og deres specifikke adfærd og reaktionsmønstre. Set i det lys vil det være formålstjenligt, at der på socialrådgiverstudiet indføres et "undervisningsmodul", der fokuserer på det særlige kompleks af problemer, der er knyttet til mænd, så socialrådgiverne bliver bedre rustede til at arbejde i den del af det sociale felt. Og at denne indsats sker åbenlyst, i stedet for indirekte. Det vil føre til en større forståelse af manden som et kønnet og socialt væsen, og det faktum at hverken mænd eller kvinder kan betragtes som et neutrum.⁴⁷

Mænd og sundhedsvæsenet

Der findes dog undersøgelser i en dansk sammenhæng med afsæt i sundhedsvæsenet. I det følgende diskuteres køn og rådgivning af mænd på grundlag af en artikel af Svend Aage Madsen i *Psykolog Nyt*⁴⁸.

47 Denne problematik er beskrevet af socialrådgiver-studerende, Peter Hem

48 Svend Aage Madsen: Mænd i psykoterapi, *Psykolog Nyt*, 19. år, 2008, s. 3-9

Hvorfor fokusere på mænd og deres psykologiske profil? Fordi der er markante forskelle mellem mænd og kvinder i forhold til psykiske sygdomme og behandlingen af dem. Der er fx registreret dobbelt så mange kvinder med en depression, og der er dobbelt så mange kvinder i behandling for lidelsen som mænd. Samtidig er der det paradoks, at der er næsten tre gange så mange mænd, der begår selvmord, selvom der er en nøje sammenhæng imellem depression og selvmord.⁴⁹

Kigger man på den rådgivning og støtte, samfundet giver inden for sundhedssystemet, så er der store forskelle på, hvordan kønnene anvender mulighederne. I 2006 fik kvinder 128.000 ydelser (kontakter) fra en psykolog via Sygesikringen, mens mænd modtog 36.000 ydelser. Hvilke særlige og faglige forhold gælder for hjælp til mænd med psykiske problemer, da de ikke i lige så høj grad som kvinder får hjælp?

Når mænd opsøger kontakt med læger og sundhedsvæsenet får de sjældent åbnet for de psykiske problemer. Derfor registrerer sundhedsvæsenet ikke selvmordstruede mænd, før det er for sent, og de har begået selvmord eller forsøgt sig med det, mest fordi sundhedsvæsenet ikke anser dem for depressive og selvmordstruede.

Årsagen hertil kan være, at disse mænd har en aggressiv adfærd, et misbrug, et manglende samarbejde med lægen og sundhedssystemet samt vanskeligheder ved at tage imod hjælp. Ved nærmere analyse viser det sig ofte, at mænd med psykiske problemer havde været præget af hjælpeløshed, desperation og depression, der for det meste var kombineret med en aggressiv og udadreagerende adfærd samt manglende impuls kontrol, der kan vise sig som vold mod andre, voldtægt, blufærdighedskrænkelser, misbrug af børn, vold og trusler, misbrug, spirituskørsel mv. Forhold som vi ikke forbinder med depression men med uacceptabel adfærd, der skal stoppes.

Analyserne i den svenske undersøgelse 'Gotlanderfaringen'⁵⁰ førte til for-

49 Svend Aage Madsen: Mænd i psykoterapi, Psykolog Nyt, 19. år, 2008, s. 4

50 Rutz, Wolfgang et al. 1995, Prevention of male suicides: lessons from Gotland study. Lancet 25

modninger om eksistensen af en særlig 'mandlig depression', eller at der hos mænd hyppigere optræder symptomer og tilstande, der ikke traditionelt kan henføres til depression. Hidtil er selve depressionens væsen blevet defineret ved neddæmpede og indadvendte reaktioner med elementer af selvnedvurdering og skyldfølelse. På mange måder er sådanne tilstande forbundet med reaktioner, der oftere tillægges kvinder end mænd. Det er en af grundene til, at depression ofte betegnes som en typisk kvindelig lidelse, når den betragtes i et køns perspektiv.

De særlige symptomer, man hyppigere (men ikke kun) ser hos mænd, er i den europæiske, psykiatriske forskningstradition defineret ved: Irritabilitet, nedtrykthed, lav impuls kontrol, vredesudbrud og udadreageren, aggressiv adfærd, tendenser til at irettesætte andre og det at være uforsonlig. Dertil kommer en lav stresstærskel, rastløshed, risikoadfærd og socialt grænseoverskridende adfærd samt misbrug, herunder specielt alkohol.

Generel utilfredshed med sig selv og egen adfærd. Sådanne tilstande identificeres ikke så ofte med depression og psykiske problemer hos mænd, og derfor får mænd ikke den behandling de har brug for. Forklaringen på mænds adfærd skal altså findes i kønnet, en mindre tendens til at opsøge hjælp kombineret med to-tre gange så høj selvmordsrate, og det viser med al tydelighed, at der behov for at være særligt opmærksom på opsporing af psykiske problemer hos mænd. Dertil kommer, at det gælder om at få mænd bragt i rådgivning og behandling, samt at der udvikles tilbud, der er skræddersyede og relevante for mænd.

I den freudiansk funderede psykologi forklares drenge og mænds problemer med nære relationer som et tab af det maskuline, hvilket igen betyder, at drengen for at være dreng må lægge afstand til nærhed lig svaghed, og derfor blokerer for alle stærke følelser, så som sorg, tvivl, skyld m.v., der hensætter ham i en tilstand af svaghed. I det perspektiv er det kun vrede og aggression, som er tilladt.⁵¹

51 Madsen, Svend Aage, s. 6

Inden for den normale maskulinitets rammer er der ikke megen plads til at være ked af det, eller at 'mærke efter' tilstande hos sig selv. Reaktionen over for det modsætningsfyldte eller over for smertelige forhold, viser sig derfor oftere i handlinger, hvor formålet er så hurtigt som muligt at komme over tvivl og smerte. Sådanne handlinger kan ytre sig som ekstrem adfærd, f.eks. i form af vold, eller ved at dulme smerten med alkohol og stoffer, eller i sidste instans ved det fatale selvmord, der ikke er et råb om hjælp men vælges som en hurtig udvej af et følelsesmæssigt problem, eller som drab, f.eks. som et jalousidrab.

Mænd og nære relationer

En anden reaktion kan være at trække sig tilbage fra nære relationer. Det at skabe distance til andre mennesker føles for mange mænd som en lettere måde at håndtere en følelsesmæssig problematik på. Det kan skyldes, at mænd ikke i samme grad som kvinder er engagerede i at tale om relationer og følelser, og at mænd har en langt mindre motivation for at dvæle i en smertetilstand for at udforske den, hvilket er langt mere naturligt for kvinder. Hos mænd findes den optimistiske forestilling, at problemer går over af sig selv, og hvis ikke, så kan der opstå en spontan trang til at handle sig ud af de følelsesmæssige problemer. Her ser vi reaktioner som benægtelse, dæmpning gennem bedøvelse, bagatellisering af problemer og modstand imod at 'overreagere'. At have problemer fylder mange mænd med oplevelsen af svaghed, der kan give en følelse af kaos og lammelse, der i sidste instans kan lede til irrationelle og selvdestruktive handlinger.

Mænds livslange dilemma

Hos mænd viser en generel trang til frihed, autonomi, og kontrol sig ofte som en ambivalent konflikt med behovet for nærhed, omsorg og tilknytning.

For mange mænd er ambivalensen mellem nærhed, tilknytning og omsorg på den ene side, og trang til frihed, autonomi og kontrol på den anden, et livslangt dilemma. Det er en problemstilling, som en del mænd oplever, og som det er nødvendigt at reflektere over fra flere vinkler. Tankerne, om at friheden vil lette oplevelsen af smerten, kolliderer med de følelser alternativet vækker, nemlig at det at være alene og på afstand også bliver en smertefuld, ensom og såret tilstand. Vi ser derfor ofte et temaforløb i mange mænds liv, hvor de

skiftevis pendler mellem nærhed med en partner og familien, for derefter at føle sig bundne og overvældet af relationen, der opleves som en spændetrøje, hvorefter de søger frihed og frigørelse fra bånd og forpligtelser.

I 'frihedens' position oplever mænd så ensomhed, forladthed og tomhed, hvilket får dem til atter at søge ind i nære relationer. De nære relationer er både dragende og kvælende på én og samme tid for en del mænd. Denne problemstilling får ofte et afledt udtryk i mange mænds modstand mod at blive for afhængige, og ikke mindst som en ulyst mod at være afhængige af andres hjælp til løsning af egne psykiske problemer. Hvilket også ofte viser sig som vanskeligheder ved at opsøge hjælp og støtte, således som det er meningen med rådgivningen og den terapeutiske indsats.

Fænomenet kommer desuden til udtryk ved, at mange mænd opsøger rådgivning og psykoterapi med udgangspunkt i et pres. Mange mænd tilskyndes til at opsøge hjælp fra deres koner, hospitalspersonalet eller fra en sundhedsplejerske eller en praktiserende læge. Det kan også være pres fra mandens omgivelser, fx arbejdsgiveren, familie, venner eller en domstol. Det er forhold, der skal tages i betragtning i et rådgivningsforløb.

I mandekrisecentre har mændene overvundet barrieren mod at søge hjælp, men det er væsentligt at møde mændene med et tilbud, de kan tage imod og blive i. På centrene opleves det af alle rådgivninger som væsentligt for mange mænd, at centrene kan arbejde med mændene anonymt, hvis de ønsker det. Og at rådgivningen ikke er en del af det offentlige system, hvor de registreres som et problem – en registrering der senere kan dukke op i en anden og uønsket sammenhæng.

På alle rådgivninger arbejdes der målrettet med, at manden bevarer kontrollen over forløbet, at det er hans ønsker, der sættes på dagsordenen og hans ønsker om hjælp, som der arbejdes med. Ingen rådgivninger arbejder efter en skabelon med et fast forløb eller et fast indhold i forløbet. Det betyder ikke, at medarbejdere og frivillige ikke kan foreslå manden hjælp og støtte, han kan profitere af, men at hjælpen vælges til, så manden bevarer kontrollen over forløbet.

Efter denne belysning af krisen, forskellige tilgange til kriser og særlige forhold der gør sig gældende for mænd i krise, ser vi i næste afsnit om “metode” nærmere på, hvordan der arbejdes konkret i mandekrisecentrene, og hvilke metodiske tilgange, der er til arbejdet.

METODE

Empowerment – mænd vil og kan selv

Empowerment er en begrebslig forståelse af udvikling og hjælp til mennesker, der tager udgangspunkt i at give personer mulighed og motivation for selv at handle i deres aktuelle livssituation. Empowerment defineres derfor som det at opnå kontrol over eget liv, dvs. at opnå kontrol over de kritiske og afgørende faktorer, der fastholder det enkelte menneske i afmagt eller undertrykkelse, hvor de har mistet kontrollen over eget liv.

Alle mennesker har behov for at leve et godt liv. Fundamentet for det er at opleve sammenhæng i tilværelsen, således at den opleves som begribelig, håndterbar og meningsfuld. Begrebet empowerment betyder magt, kraft og styrke, som oversat til det psykosociale liv betyder vækst i erkendelse, indsigt og selvforståelse, der går hånd i hånd med en evne til at handle med “magt, kraft og styrke”. Empowerment er både en proces og et mål i sig selv.

I sundhedssektoren tager empowerment udgangspunkt i den af Aaron Antonovsky⁵² beskrevne salutogenetiske tankegang, som søger efter årsagerne til en sundhedssituation, med fokus på den enkeltes ressourcer og muligheder i løsningen af den.

På mandekrisecentrene arbejdes der målrettet med empowerment for at forbinde erkendelse og indsigt med aktiv handlen på det grundlag, at det er mandens behov og forventninger, der tages udgangspunkt i og ikke i lovgivningens formelle eller rigide krav.

Begrebet stammer oprindeligt fra det sociale arbejde i det sene 1800-tal, og det

52 Aaron Antonovsky (1923-1994) var professor i medicinsk sociologi og er kendt for den salutogenetiske idé og teorien om en Oplevelse Af Sammenhæng (OAS) (engelsk: Sense of Coherence SOC)

har udviklet sig gennem det 20. århundrede. Begrebet opstod i forbindelse med socialt arbejde i "settlement houses" i de nordamerikanske storbyer. I det private og sociale arbejdes tilbud arbejdede man ud fra de behov, de udstødte kom med, og ikke ud fra lovgivningens og samfundets formelle krav. Det sociale arbejde baserede sig på tre elementer: direkte tilbud, forskning og sociale reformer.

En af de meste kendte ledere af settlement houses var Jane Addams⁵³, der har beskrevet de pædagogiske metoder i de tilbud, hun lancerede. Jane Addams mente, at sociale klienter, som ikke har haft mulighed for at udvikle egne evner og personlighed, er uden evne til at mobilisere egen kraft og vilje og derfor ikke kan modtage formel instruktion og vejledning til forandring af deres egen livssituation. Ifølge Jane Addams skal formidlingen ske gennem en social og venlig atmosfære. Metaforisk talt skal viden og indsigt formidles, så bindemidlet mellem rådgiver og klient er fællesskab og god vilje.

Det var ildsjæle som Jane Addams, der udviklede faglige hjælpeindsatser for de socialt udsatte i USA og England, som får æren for udviklingen af begrebet 'Empowerment' i det sociale arbejde. Ifølge Richard Lee Stevens, lektor ved Den sociale højskole i København, tages der i socialt arbejde, baseret på empowerment, udgangspunkt i de enkelte individers behov og ønsker, og ikke i systemets muligheder eller de professionelt uddannedes opfattelse af, hvad der er brug for.

I en analyse af begrebets kernelementer anvendt i pædagogisk arbejde, der principielt ikke adskiller sig fra socialt arbejde, beskriver Richard Lee Stevens i et foredrag begrebet empowerment.⁵⁴

53 Laura Jane Addams (6. september 1860-21. maj 1935) var en amerikansk feminist, sociolog og socialarbejder. I 1931 delte hun Nobels fredspris med Nicholas Murray Butler.

54 Hvad er empowerment i det pædagogiske arbejde? Oplæg til Netværksmøde Københavns Kommune, Pædagogik, og Læring, 25. februar 2008 af Richard Lee Stevens, Lektor, Mag. Art i Kultursociologi, Den Sociale Højskole i København.

Empowerment i socialt arbejde skal

- Hjælpe brugere til at se sig selv som en agent for forandring af sociale problemer.
- Hjælpe brugere til at kunne anvende socialarbejderens viden og færdigheder.
- Hjælpe brugere til at forstå socialarbejdere som partnere i løsning af sociale problemer.
- Hjælpe brugere til at se "magtesløshed" som en vej til at opnå en reel påvirkning af sit eget liv.

Richard Lee Stevens skelner mellem empowerment i følgende varianter afhængig af den samfundsmæssige kontekst begrebet indgår i

- En liberalistisk variant, hvor empowerment handler om individers og familiers evne til bedre at kunne forfølge egne mål, men hvor der ikke stilles spørgsmål ved samfundets ulighedsskabende strukturer.
- En social liberal og socialdemokratisk variant, hvor de eksisterende velfærdsinstitutioner skal reformeres, og hvor der i højere grad skal ske en inddragelse af "klienten", men hvor der grundlæggende ikke stilles spørgsmål ved eller fremsættes ønske om at pille ved de strukturer eller vilkår i samfundet, der producerer ulighed, disintegration, social eksklusion og manglede social rummelighed.
- En samfundskritisk variant, der fokuserer på kollektiv bevidstgørelse og en aktiv handlen i ændringen af livsbetingelserne for de underprivilegerede grupper.
- En samfundsforandrende empowerment, hvor perspektivet er at fokusere på dialektikken mellem levevilkår og rettigheder og ændringer i den subjektive bevidsthed, selvopfattelsen og evnen til at handle.

“Socialarbejdere, der arbejder med empowerment, må vise forståelse for den dynamik, der skaber magtesløsheden og dens konsekvenser, for at kunne udvikle en ekspertise i anvendelse af praktiske færdigheder i empowermentstjeneste⁵⁵.”

55 Richard Lee Stevens, februar 2008.

I praksis kan empowerment skabe en frugtbar udvikling med udgangspunkt i udvikling af de tilgængelige og disponible ressourcer hos brugerne af de sociale hjælpesystemer, hvad enten det foregår i offentligt eller privat regi. Fordelen ved empowerment i socialt arbejde er

- at det er en proces med en facilitator og en handling, der tager udgangspunkt i brugerens egne behov og interesser, heraf en større motivation.
- at metoden kan skabe social kapital og frigøre ressourcer og udvikle sociale kompetencer ved at indgå i sociale netværk.
- at det hjælper klienten til at navigere i en verden, hvor der udvikles 'stammer' og 'stammefællesskaber' på arbejdspladser, i det civile og lokale samfund.

Empowerment på mandekrisecentre

I forlængelse af ovenstående kan det konstateres, at begrebet empowerment er en ganske god beskrivelse af, hvad der arbejdes med på de fem mandekrisecentre. På mandekrisecentre arbejdes med mændenes selvforståelse og selvindsigt, forstået som indsigt i egen livssituation, større selvtillid og selvverd, større tillid til egen dømmekraft, samt større tillid til systemet – læs Statsforvaltningen. Der arbejdes med forbedring af kompetencen til at handle og håndtere problematikker som det at 'genindmelde sig i samfundet', at kunne anvende, kommunikere og henvende sig til de offentlige myndigheder og institutioner, det være sig børnehave, skole, kommune og Statsforvaltningen, samt at finde frem til nye målsætninger for fremtiden. I forlængelse af redegørelsen for begrebet empowerment skal en række principper for samtalen på mandekrisecentre kort omtales, da det at "empower" mændene, som Richard Lee også omtaler, kræver en bevidsthed hos socialarbejderen, eller her rådgiverne på mandekrisecentre:

1. Motivation til forandring skal komme fra manden selv og ikke pådømmes af en rådgiver. Inderst inde ved manden godt, hvad han vil, og hvad han kan. Det skal rådgiveren stole på.
2. Det er mandens opgave, ikke rådgiverens, at finde og sætte ord på en løsning af hans problematik. Men rådgiveren kan under samtalen bistå manden med at konkretisere de personlige værdier og mål.
3. Forsøg på overtalelse er ikke en effektiv metode til løsningen. Rådgiveren kan dog i mange tilfælde bidrage med vigtige informationer, der kan bidrage til mandens beslutningsgrundlag.

4. Rådgiverens rolle som samtalepartner er at være lyttende, spørgende og tilbageholdende.
5. Rådgiveren er styrende, når det gælder om at fastholde mandens fokus på de centrale problemer og spørgsmål og på, at han arbejder med problemerne, men det skal ikke være styrende, når det drejer sig om at definere mål og valg af metoder. Rådgiver fungerer som en katalysator for en konstruktiv proces, hvor manden stimuleres til selv at reflektere logisk og realistisk over sin situation. På den måde mobiliserer manden sin egen ekspertise og egne kræfter i forsøget på at finde en personlig løsning på problemerne.
6. "Parathed" til forandring er et produkt af interaktion mellem rådgiveren og manden. Derfor skal modstand mod forandringer ikke opfattes som et karaktertræk hos manden, men som en reaktion på rådgiverens indsats.

En anden måde at beskrive samtaler på er ved begrebet "den motiverende samtale", der bygger på den amerikanske psykolog, Carl Rogers', principper om klientcentreret behandling.⁵⁶ Den afspejler et menneskesyn og en holdning til manden, som baserer sig på følgende principper:

1. Mandens opfattelse af sig selv er afgørende for hans handlinger. Han skal være overbevist om, at han kan foretage ændringer og handling.
2. Mandens tillid forudsætter, at rådgiveren har tillid til manden. Rådgiveren skal tro på manden og møde ham med en ubetinget og positiv indstilling.
3. Rådgiveren skal vise manden empati og prøve at forstå ham, som han er og ham som menneske i hans situation, dvs. vise evne til at forstå alle aspekter af mandens indre kaos, vrede og smerte – rumme hele manden.

Ingen af de fem mandekrisecentre reklamerer med bestemte forløb for mændene. Alle har i deres henvendelser til brugerne en vifte af tilbud, et tilbud om at være anonym og omtaler tilbud som støtte – altså ingen færdige pakker – men et unikt møde med netop manden og hans situation.

Nedenfor er beskrevet, hvordan der arbejdes i praksis med udgangspunkt i mandecentre København, hvor medarbejderne er interviewet specifikt om det metodiske i deres arbejde.

56 Carl Rogers, 1951

Empowerment i praksis – beskrivelse af et kontaktforløb

I det følgende er rådgivningen på mandecentret København anvendt til illustration af et forløb.⁵⁷

Det første møde

Når en mand henvender sig til mandecentret, er den første opgave for rådgiveren at vurdere, hvorvidt mandens problemstillinger kræver mere end en rådgivning. Hvis der er tale om akut krise, inviteres manden straks til en samtale på centret. En ikke uvæsentlig del af at forstå hvordan manden har det, er at kunne se fysisk, hvordan han har det – at kunne mærke ham og ikke kun høre ham. Derfor bruges telefonisk rådgivning sjældent i starten af forløbet. Ved den første samtale prøver manden sammen med kontaktpersonen at få et overblik. Til dette er udviklet et redskab i form af et skema, som rådgiveren kan bruge til at få overblik og spørge ind til mandens situation. Skemaet bruges ikke som spørgeguide, da det er vigtigt, at manden får lov til selv at beskrive sin situation og komme ind på de ting, han finder væsentlige – hele grundprincippet i empowerment. Så en samtale skal ikke igennem alle spørgsmål, men det er en hjælp til at huske alt det, der kan være og ofte er på spil i en skilsmisse.

Til første møde er afsat halvanden time, men nogle samtaler afsluttes hurtigere. Den første samtale anvendes til at sætte ord på problemerne – det kalder vi “udluftning”. For rådgiveren er der således primært tale om at lytte for at kunne opdele mandens problemer i overskuelige begreber og indsatser. Efter et samlivsbrud er mænds hukommelse nedfrosset, så de er ikke gode til at huske detaljer og enkeltheder. Afdækningen af mandens problemstillinger kan tage en rum tid. For manden er det helt essentielt, at han under samtalen opnår en klar oplevelse af, at der kommer en vis orden i kaos, og at der er et alternativ til håbløsheden. For rådgiveren består opgaven i at hjælpe manden til at navigere gennem sin livssituation. Processen fungerer lige så snart, der er etableret en vis grad af tillid mellem mand og rådgiver.

Nogle rådgivere aftaler en egentlig “working agreement” med manden un-

57 Teksten baserer sig på et interview med den socialfaglige ansvarlige på mandecentret København, Mark Hinchely

der den første eller anden samtale. Denne aftale fastlægger, hvad der skal arbejdes med i forløbet – hvad er det for et mål, manden gerne vil nå? Det kan senere justeres, men fungerer som et konkret pejlemærke.

I processen fastholder rådgiveren, at initiativet ligger hos manden. Tidsrammen for en samtale er normalt en time, dette for at manden arbejder fokuseret og målrettet med de valgte emner og oplever, at han når frem til konklusioner og løsninger og ikke bare sidder og snakker samtale efter samtale.

Forpligtet straks fra start

En aftale kan godt indgås, selvom mændene er i krise, kede af det, uden håb og frustrerede, da første opgave typisk kan være at få afklaret, hvad der udløser den negative tilstand, og hvad der kan gøres ved den. Ved at lave en working agreement straks efter indflytning sikres det, at ingen mænd overlades til en uforpligtende “nu må vi se, hvad der sker” indsats, men at manden i stedet støttes og motiveres til at tage ansvar for sit eget liv, og at han oplever glæden ved at kunne tage fat og løse problemerne.

Som tidligere omtalt er det relativt få mænd, der henvender sig til mandekrisecentre med en decideret og hård krise, hvor manden er handlingslammet. Dette drejer sig om cirka 10 procent. Mange mænd henvender sig efter 14 dage til en måned efter et samlivsbrud. I den mellemliggende tid har de selv tumlet med kriseproblematikken. Det skaber normalt ophobet vrede, afmagt og håbløshed, hvor de ender i en situation, hvor de ikke kan holde kaos og smerten ud, før de kontakter mandecentret for at få hjælp og rådgivning. Så er de ikke i chokfasen, men i reaktionsfasen, hvor meningsløshed og resignation fylder mest, og de er derfor i fare for en social deroute, hvis de ikke får hjælp til at se egne ressourcer og muligheder – og bliver “empoweret”.

Et forløb set i tid

Frekvensen mellem de enkelte samtaler forløber normalt således:

Fase 1 (første 1-1½ måned)

1-2 samtaler pr. uge, alt efter hvor meget resignationen fylder og hvor svært, det er for manden at mobilisere egne ressourcer til handling.

TJEKLISTE VED INDFLYTNING



NAVN:
KONTAKT PERSON:
ICE-NR. (NØDSITUATION):

INDFLYTNINGSDATO

UDSKRIVNING

BOLIG:	Hvor søges der bolig (geografi): Type bolig og huslejeniveau: Hvor opskrivet (boligselskab, andet):
ANDET END BOLIG:	FX: Samvær: Følelser: Statsamt: Økonomi:
OPLYSNING OM PERSONEN:	FX: Alder: Arbejde: Uddannelse:
GIFT ELLER SAMLEVENDE:	
BØRN:	Fælles: Alder: Samværsfar:
NETVÆRK:	Familie: Venner: Kollegaer: Andet:
FORVENTNINGER TIL MC:	

Fase 2 (de næste 1-2 måneder)

Samtaler med 14 dages mellemrum. Med særligt fokus på det der lykkes, de problemstillinger der bliver løst.

Fase 3 (efterfølgende måned)

Forløbet afsluttes med et tre ugers interval og med en successiv og naturlig udfasning, der fx kan omfatte telefonisk rådgivning, så manden bevarer muligheden for at blive bekræftet og fastholdt i succeserne, og i at han kan selv.

I forløbene er der udefrakommende faktorer, der nogen gange definerer, hvor hurtigt manden kan være i en fremadrettet proces. Dette gælder særligt arbejdet med Statsforvaltningen, da der i skilsmisser og parforholdsbrud med børn er et arbejde her. Generelt er der acceptable ventetider i Statsforvaltningen. Denne ventetid anvendes på at forberede manden til det kommende møde:

- hvad der skal ske på mødet?
- hvor skal manden lægge sit fokus?
- hvad er vigtigt for manden at få sagt, og ikke mindst,
- at lytte til hvad der bliver sagt, så han kan give korte og præcise svar med fokus på det, han ønsker.

En del af forberedelsen kan være rollespil, hvor mændene får kendskab til eget reaktionsmønster og får mulighed for at agere hensigtsmæssigt. Det, at en far fx bliver spurgt: "Hvorfor vil du gerne have samvær med dine børn?" – kan både virke stødende og nedværdigende. Det vil han jo, fordi han er deres far og gerne vil vise dem omsorg, opdrage og passe på dem.

Så meget om strukturen i forløbet – nu lidt mere om indholdet. Som det fremgår af de tidligere afsnit om hvad der er på spil i en skilsmisse, er der en række temaer, som også ses gentaget i tjeklisten ovenfor, og som naturligt indgår som indholdet i samtalerne.

Netværk

Det sociale netværk, manden havde ved samlivsbruddet, er relateret til familien, og det er typisk kvinden, der som familiens sociale entreprenør vedli-

geholder kontakterne i netværket. Derfor mister manden sit sociale netværk ved et samlivsbrud. Mandecentret tillægger det stor betydning for mandens samlede psykosociale situation, at han straks begynder at investere kræfter i at opbygge et nyt socialt netværk, primært for at forebygge ensomhed og social deroute gennem de alternativer, der tilbyder sig til et "sundt" netværk. Alternativet er ofte en social deroute via selvvalgt isolation og et eventuelt misbrug, der anvendes som hjælp til at undgå at se ensomheden i øjnene.

Mændene kan genopdage gamle venner og bekendte, de kan få andre relationer til kollegaer, de kan finde helt nye fællesskaber, og de får typisk også en ny relation til egne familiemedlemmer, fx de søskende de ikke har set så meget til, mens parforholdet bestod.

Børn

En oplagt opgave for fædrene er at opbygge en ny relation til deres børn. Det er ikke et arbejde der skrives på et blankt stykke papir, men der er stor forskel på at være "mor nummer to" i det fælles hjem, hvor manden godt nok er far, men i den ramme er det ofte mor som definerer faderrollen eller i det mindste hende, der har haft en afgørende indflydelse på fars måde at være far på. Dette er et af de felter, hvor mændene, som tidligere omtalt, kan opleve bruddet som en frihed. Nu kan manden være den far *han* gerne vil være om end det er med tab af sin familie, som han som hovedregel allerhelst vil være faderrollen i.

Ny faderrolle og andre relationer

At være far efter samlivsbrud fører til forandringer. Ud over egen krise skal fædre også kunne håndtere egne børn og deres reaktioner på et samlivsbrud og de ændringer, det indebærer for børnenes dagligdag. Der arbejdes under hele forløbet derfor med at sikre, at børnene bevarer kontakten til deres fædre, og at fædrene, selvom de står et vanskeligt sted i livet, er tilgængelige for børnene. Børn og fædre skal opbygge en ny dagligdag, der ofte også fører til en ny relation, hvor far skal udfylde sin faderrolle med det, han finder er vigtigt for børnene. For nogle fædre er det en forsættelse af det daglige ansvar for børnene, for andre betyder det, at de nu skal være eneansvarlige for børnene, hvilket de i familien ikke altid har praktiseret i særligt stort omfang.

Selv i 2010 er det ikke usædvanligt, at en far har arbejdet meget for at sikre økonomien, mens mor har været mere sammen med børnene i hjemmet.

De fleste mænd er topmotiverede, når de tager fat på den nye rolle, der giver dem et positivt syn på det fremtidige liv, og en lyst til at tage fat og gøre det godt

.

Den optimale ordning giver tryghed

I forhold til samvær og aftaler om børn bliver fædre hjulpet med at finde en god løsning for børnene, der svarer til deres alder og det, de har været vant til. Rådgivningen er ikke determineret af et ønske om en bestemt samværsordning som den bedste. Den optimale ordning vil altid være den, der giver børnene tryghed og samvær med begge forældre, og en ordning begge forældre bakker op om. Fædre får hjælp til at lave frivillige aftaler med børnenes mor, når det er muligt. Hvis en sag om samvær skal i Statsforvaltningen, forberedes fædre på mødet, så dagsordenen fokuserer på børnenes behov, og ikke på de voksnes uenigheder.

Samlivsbrud – påvirker det børnenes fremtid?

Og der er rigtig god grund til at have fokus på, at de voksne og på mandekrisecentre fædre hjælpes til at have fokus på deres børn i en skilsmisse. I en rapport fra Det samfundsvidenskabelige Institut i Aarhus har forskeren Astrid Würtz Rasmussen⁵⁸ undersøgt konsekvenserne for børnene efter forældrenes samlivsbrud og sammenlignet dem med børn fra stabile kernefamilier. Undersøgelsen peger entydigt på negative konsekvenser for børnene. Børn i skilsmisseprocessen har vanskeligheder med at koncentrere sig om skolegangen. De får ofte lavere karakterer end børn fra kernefamilier, uanset hvilket socialt miljø de kommer fra.

Ifølge undersøgelsen har børn fra skilsmissehjem en markant højere risiko for at ende i kriminalitet, blive syge og ende med ingen eller en dårligere uddannelse, end børn fra kernefamilier. Det viser en foreløbig undersøgelse

58 Undersøgelsen "Structure Changes and Children's Health, Behavior, and Educational Outcomes" af Astrid Würtz Rasmussen, PhD (Econ), fra Aarhus School of Business, Aarhus Universitet fra 2009 viser, at en skilsmisse rammer hårdere, end mange antager.

af 35.000 danske børn født i de første otte måneder af 1985. Kun 35 procent af de børn, der har oplevet flere ændringer i deres forældres kærlighedsliv, begynder på en gymnasial uddannelse, inden de bliver 20 år. Det gør 60 procent af børnene fra kernefamilier derimod, bare som et eksempel på de markante forskelle.

I et interview i Berlingske Tidende⁵⁹ udtaler Astrid Würtz Rasmussen:

“Jeg er selv overrasket over resultaterne af mine foreløbige undersøgelser. Det er en af de første undersøgelser på verdensplan, der antyder, at skilsmisser påvirker børn i negativ retning helt op i tyveårsalderen, også når der reguleres for social baggrund”.

Samlivsbrud er kostbart for samfundet

Undersøgelsen viser desuden, at langt flere skilsmissebørn har en plettet straffeattest, når de fylder 20 år, end børn fra kernefamilier. I samme interview peger organisationen Børns Vilkår på, at samfundet tager for let på skilsmisser.

“Undersøgelsen bekræfter, hvad vi hele tiden har haft fornemmelsen af. Skilsmisser kan gå ud over børnenes fremtid. Det gør skilsmisser til et stort og dyrt problem. Det er blevet så almindeligt at blive skilt, at samfundet slår det hen”, siger Bente Boserup, der leder Børns Vilkårs rådgivningstelefon for forældre og børn.

Samlivsbrud påvirker eksamen og skolegang

Skolelederne kalder undersøgelsen overraskende. “Men når vi tænker på, hvor meget skilsmisseforløb betyder for mange børns skolegang, så er det jo egentlig ret logisk”, siger Anders Balle formand for organisationen Skolelederne. Han fortæller, at børn i skilsmisseprocessen ofte ikke kan koncentrere sig om skolegangen. De får ofte lavere karakterer, end de ellers ville have fået uanset hvilket socialt miljø, de kommer fra.

59 Berlingske Tidende, webudgaven, 8. september 2010

Undersøgelsens foreløbige resultater er:

- Undersøgelsen sammenholder oplysninger om 35.000 børns bopæl, uddannelse, hospitalsindlæggelser og domme for kriminalitet. Oplysningerne stammer fra Danmarks Statistik.
- 14.700 af de 35.000 børn har været igennem en eller flere skilsmisser eller andre ændringer i forældrenes kærlighedsliv, fra de var nul, til de blev 18 år.
- Kun 35 procent af de børn, hvis forældre har været igennem tre eller flere ændringer i kærlighedslivet, begynder på en gymnasial uddannelse, inden de bliver 20 år – det gør 60 procent af kernefamiliebørnene derimod
- 12 procent af de børn, hvis forældre har haft tre eller flere ændringer i kærlighedslivet, har en dom for kriminalitet i en alder af 20 år, mens det samme kun gælder for seks procent af de børn, hvis forældre bliver sammen.
- 11 procent af de børn, som må igennem tre eller flere ændringer i forældrenes skiftende kærlighedsliv, bliver indlagt på hospitalet, mens det samme kun gælder 7 procent af de børn, hvis forældre bliver sammen.⁶⁰

Undersøgelsen giver ikke kun anledning til at sætte børns oplevelser af skilsmisser på dagsordenen, men også til et fokus på at få mere viden. Når undersøgelsen fx beskæftiger sig med “tre eller flere ændringer i forældres kærlighedsliv” gør dette så en forskel i forhold til børn der oplever én ændring – fx fra familie til alene med far og mor – eller fra familie til én ny “bonus-far” og/eller “bonus-mor”. Og kan der registreres nogen forskel i fx skilsmisser uden konflikt og med konflikt – umiddelbart kunne det jo være antagelsen, at der hvor forældrene ikke er optaget af egen konflikt, har de mere overskud til at se og være opmærksomme på børnene og hjælpe dem.

Arbejdsmarkedet

Straks fra dag 1 skal der sættes ind for at forebygge en udstødelse af arbejdsmarkedet, og for de mænd, som allerede står uden for arbejdsmarkedet, skal kontakten hurtigst muligt genetableres. Det samme gælder uddannelse. Er manden allerede sygemeldt, støttes han til hurtigst muligt til at komme tilbage på arbejdet evt. med en aftale om nedsat tid i en periode. Her betyder det rigtig meget, at mandekrisecentre tilbyder en midlertidig bolig, da usikkerhed

60 Berlingske Tidende, webudgaven, 8. september 2010

omkring boligsituationen gør det nærmest umuligt at passe et arbejde. Hvis der ikke er en bolig som et fast forankringspunkt i livet, er det vanskeligt at bestride et arbejde. Herudover gør fællesskabet på mandekrisecentre også, at mændene, personalet og de frivillige bakker hinanden op i at få en hverdag med et arbejde til at fungere. At fastholde et arbejde eller på anden måde at komme ud blandt andre og være en *almindelig* del af samfundet, det styrker også manden i troen på, at han besidder de ressourcer, som han har brug for. Hvis han lever i social isolation, får han ikke denne bekræftelse.

Bolig

Ved et samlivsbrud skal den ene eller begge forlade den fælles bolig. Hvis kvinden har økonomisk mulighed for at blive i det fælles hjem, er det ofte det, der sker. Det spiller sikkert også en rolle, at det er mændene som bliver vraget, når ekspartneren vil skilles. Det stiller mand og kvinde i en vidt forskellig udgangsposition, idet kvinden har forberedt sig og måske har arrangeret sig med en samlet en pakke før den definitive melding bliver artikulert, mens manden typisk er uforberedt, lammet og chokeret, når bomben endelig springer.

Når beslutningen om et samlivsbrud er meddelt, så tror mange mænd naivt på, at de kan tale sig ud af problemerne og tale sig tilbage i forholdet med deres ekspartner. Her vil de fleste mænd opdage, at et ønske om skilsmisse fra kvindens side er definitivt og ikke er en invitation til dialog om en ny fremtid for parret. Manden vil typisk blive bedt om at "skrive under" på separationen og flytte, når bomben er sprunget.

Ud over konkret at skulle finde en ny bolig og have råd til det, kan boligen også spille en central rolle for mandens relation til børnene, fordi boligmangel af ekspartneren anvendes som et hårdtslående argument i konfliktsager om samvær: "Der er jo ingen trygge boligforhold at udlevere børnene til ved samværet", lyder argumentet.

Ved boligmangel risikerer fælles børn altså at opleve endnu et brud, hvis de mister kontakten til faderen. Derfor er det for mandecentret af afgørende betydning at mændene, så hurtigt som det er hensigtsmæssigt og muligt, får

etableret sig med normale boligforhold, men også fordi en bolig vil stabilisere deres egen nye livssituation.

På alle mandekrisecentre arbejdes der med at tilbyde plads til fædre og deres børn, og der tilbydes derfor løsninger, hvor fædre kan leje sig ind for en weekend for at have samvær med børn i trygge rammer. Det kan være aktuelt for fædre, der i en periode fx bor i fremlejet værelse, men som på denne måde kan opretholde samværet med deres børn.

Økonomi

Mange mænd mister overblik over deres økonomi i en skilsmisse eller et samlivsbrud. Som mand skal han ud af den gamle økonomi og ind i en ny – det er dyrt at blive skilt. Omkostningerne ved at bo alene er højere end ved at bo sammen i et parforhold, og der går som regel et stykke tid efter bruddet, før der er et overblik over, hvad det koster at komme ud af det gamle forhold, specielt hvis en bolig skal sælges.

Derfor kan der i lang tid være usikkerhed om økonomien. Mændene kan derfor træffe fatale økonomiske beslutninger, og årsagen er ofte, at de ikke kan overskue deres fremtid. Ofte får de derfor anskaffet en ny og alt for dyr bolig, som de så kort efter indflytningen må forlade igen. Derfor hjælper mandecentret med at få et overblik over mandens samlede økonomi, dvs. gældsposter, betalingsordninger og andre forpligtelser, herunder forpligtelser tilbage fra det gamle forhold, samt et overblik over de usikkerheder, der kan være. Det er hårdt at starte forfra og på bar bund i livet. Derfor skal det helst lykkes, så manden ikke ender på gaden kort tid efter, han har fået genetableret sig.

Forfra uden historie

Med til at forværre mandens økonomi er ofte, at manden flytter fra hjemmet uden at tage noget med sig af det fælles bohav. At etablere sig på bar bund i et nyt hjem er en kostbar opgave, når det gælder alt fra gryder, potter og pander til møblering af alle rum, lige fra stue til børneværelset.

Fotoalbum og identitet

Mænd tager ganske få ting med sig efter et samlivsbrud. Derfor ligner de fleste af de hjem, som fraskilte mænd etablerer sig i, et opslag, der er revet ud af et katalog fra Ikea. Derfor er mændenes nye hjem ofte uden sjæl og historie. Der mangler det personlige og historiske aftryk.

Familiens fotoalbum ender typisk hos ekspartneren. I mandens nye liv er han derfor uden minder fra sin familie og alle de lykkelige stunder, som de havde sammen. Derfor får de negative erindringer om samlivet lettere ved at dominere hans tanker, når han ikke har adgang til noget så banalt, som familiens fotoalbum. Der kan også være tale om en racerbane til sønnen, som far købte for at far og søn kunne lege sammen. Nu står racerbanen hos mor. Det samme gælder datterens kæreste bamse. Den står også hos mor. Det gælder mange af de effekter, som binder børn og en far sammen i en fælles historie, effekter som er med til at give børnene tryghed i faderens nye hjem, fordi de kan identificere sig med disse ting.

Fra andet socialt arbejde, fx ved tvangsfjernelse, ved man, at det har stor betydning for barnet, at det får mulighed for at tage en bamse eller andet symbol- og historiebærende legetøj med sig til det nye hjem. Det giver barnet tryghed og kontinuitet i livet.

Når manden er flyvefærdig

For de mænd, der bor på et mandekrisecenter, sker der en afgørende ændring, når de fraflytter. For nogen er der kun brug for en enkelt opfølgende samtale – de er kommet videre – for andre er det hyggeligt lige at ringe sammen med deres rådgiver et par gange inden for den første måned eller to. For andre er boligspørgsmålet blevet løst, men så begynder et nyt rådgivningsforløb, der kan forsætte som en “working agreement”, en aftale med ambulanseråd-givning, hvor mand og rådgiver typisk taler en til to gange om ugen i den kritiske fase. Det at skulle bo alene er for nogle mænd et kritisk skridt, da mange ikke har prøvet at bo alene før. De er flyttet hjemmefra og sammen med kæresten eller med nogle venner, i et bofællesskab på kollegier [o.lign.](#) At bo alene er en helt ny livserfaring.

Efter en måned er der typisk samtaler hver anden uge. Hvis aftalerne løber med mere end en måneds afstand, afrundes og afsluttes rådgivningen. Manden er selvkørende, når der ikke er grund til at støtte hans positive udvikling længere.

Mandecentret runder rådgivningsforløbet af med en afsluttende samtale, hvor mand og mandecentret evaluerer mål, ophold og forløbet med indikation af, hvad der gik godt og skidt i processen, og hvad der kunne have været grebet an på en mere hensigtsmæssig måde. Livet leves som bekendt forlæns, men det forstås baglæns.

Ophold på et mandekrisecenter

Hjælp til mennesker i krise omhandler både den personlige udvikling, som det enkelte menneske gennemgår og den sammenhæng, som det indgår i. Et ophold på et mandekrisecenter handler ikke kun om at være boligløs, det handler i større eller mindre grad om, at hjælpen gives i den rigtige fysiske ramme. Mænd i krise vil ikke kunne modtage ambulante hjælp, fordi de i perioder så vil være overladt til sig selv. For at belyse det forhold skal der her gives en mere detaljeret beskrivelse af, hvad de fysiske rammer betyder for en vellykket indsats med hjælp til mænd i krise. Der tages her udgangspunkt i forholdene på mandecenter København.

Krisearbejdet handler om den individuelle hjælp til mennesket i krise, men vi vil også gerne sætte fokus på fællesskabets betydning og de fysiske rammer, da det er oplevelsen fra det daglige arbejde, at det har stor betydning for mænd i krise, og måske især for mænd. Som behandlet i tidligere afsnit om krisen har mænd i særlig grad en tendens til at vælge den sociale isolation frem for at opsøge hjælp og støtte.

Efter et samlivsbrud er tag over hovedet et akut problem for mange mænd. For disse er der meget få alternativer til sofaen hos venner og familien. Der er 22 pladser til mænd og børn, og 650 pladser til kvinder og børn på landets krisecentre.

Som tidligere nævnt har en del mænd prøvet at klare, eller bare overleve kri-

sen, uden hjælp, før de kontakter et mandekrisecenter. En del af de mænd, som opsøger mandecentret, og som bliver indlogerede, er derfor så slidte, at de kører helt nede på fælgene. De er typisk tappet for energi, selvværd og livsglæde. Undertiden bryder de sammen, når de træder ind over dørtærsklen til et mandekrisecenter.

Design og funktionalitet

Centret råder over 12 møblerede enkeltværelser. Værelserne er udstyret med sovesofa og bord, lænestol, klædeskab, skrivebord og stol, samt fladskærm til TV og PC med adgang til Internettet. På hver etage er seks beboere fælles om køkken og alrum til madlavning og ophold. Endvidere er der et børnerum, samtalerum, bad og toiletter, vaskerum, tagterrasse, møde- og konferencerum, samt lokaler til kontor og administration.

Indretningen er sket på grundlag af bevidste og æstetiske valg med den hensigt at gavne målgruppen – mænd i krise. Indretningen er enkel, funktionel, overskuelig og lys, og møblement og udsmykning betoner kvalitet.

Indretningen af mandecenter København skal give mændene en oplevelse af at være omgivet af “overskud” – og ikke underskud. Derfor er der valgt en æstetik og et gennearbejdet design med fokus på – det gode design. Æstetisk design og indretning er et signal fra de rumlige omgivelser med betydning for mændenes oplevelse af det psykologiske klima, de er omgivet af. Tanken er, at det fysiske og rumlige overskud forplanter sig til den kriseramte mand og får ham til at se lidt lysere på sin livssituation. Håbet er, at omgivelsernes kvalitet får betydning, som en art mental katalysator for mandens psykiske tilstand, så han gradvist oplever en positiv psykisk habitus spire i håbløshedens mørke. Rum, design og arkitektur gør nemlig noget ved vort indre.

På mandecentrets boligdel kan mændene lade op og opbygge relationer til de andre beboere på centret. I samværet med de andre beboere kan de ventilere deres frustrationer, vrede og sorg og i samtaler med de andre beboere fortælle deres historie, sådan som de oplever den, og lytte til andres historier. Det er personalets erfaring, at denne udveksling af personlige livshistorier sætter gang i en udvikling, der får mændene til at se nye perspektiver i deres egen

historie, når de spejler den i andres erfaringer. De opdager måder at komme videre på, når de fortæller og spejler sig i de andres oplevelser.

“Hvis der ikke havde været for mandecentret, ville jeg nok have begået selvmord eller endt i misbrug eller noget helt tredje”.

Citat: Samtale med en mand i køkkenet

Udsagnet er typisk for mænd i den fase, hvor de kun kan se den negative udvej. Lignende udsagn er blot én af flere brikker i samme mønster, der tegner et billede af den fortvivlelse mange mænd gennemlever efter et samlivsbrud. De har det elendigt og hager sig fast i livet med det yderste af neglene.

Manden, krisen og kommunikationen

Kommunikationen i mandecentrets grafiske og digitale design søger enkle linjer og klare udsagn, der er solidarisk med mandens situation. Vi taler i øjenhøjde med hinanden i et rå og ubarberet udtryk. Derfor er det visuelle design renset for overflødig flødeskum og barberet ned til et operationelt minimum. Kommunikationen tager udgangspunkt i mandens kaotiske situation, og den bestræber sig på at give et operationelt modspil til den. Hvad ønsker manden og hvad har han brug for? En mand i krise har brug for enkle budskaber, han kan handle og navigere efter her og nu, når hjernen er lammet og tankerne paralyserede af en flodbølge af følelser om børn, ekskonen og fremtiden.

Derfor betoner kommunikationen enkle og slagkraftige udsagn til manden, fordi han er konfronteret med en indre tumult af følelser og værdier i en uafklaret livssituation. Her skal kommunikationen sigte mod at formidle muligheder for kontrol, styring og det at sætte nye mål for fremtiden.

Mænd der opsøger et mandekrisecenter ved godt, at det ikke nytter noget at fortrænge alle de uafklarede følelser i alkohol eller stofmisbrug. Problemerne ender alligevel med at poppe op til overfladen.

Black Horse⁶¹ forsøger at lægge en diskret ironisk distance til den højspændte

⁶¹ Black Horse Media Production er et kommunikations- og mediabeureau der er samarbejderspartner med mandecentret, www.black-horse.dk

problematik efter et samlivsbrud, fordi et gran af humor er nødvendigt for at kunne håndtere en altopslugende konflikt. Distancen åbner en sprække til lidt frisk luft, og humor øger evnen til at opleve egne problemer med større overblik og sans for proportionerne.

“Sprogligt forsøger vi på mandecentret at kommunikere i øjenhøjde med mændene i forenkede og usentimentale budskaber, der har respekt for mændenes mentale situation. Vi søger at give udtryk for en solidaritet med brugerne og bevidst at undgå den omklamrende og bløde ”talen ned” jargon, som er så udbredt i det socialpædagogiske miljø, hvilket mange mænd reagerer allergisk overfor. Vi opfordrer ikke mænd til at dvæle i deres følelser, fordi det efter vor opfattelse ikke harmonerer med en maskulin tilgang til deres livsproblematik. I stedet forsøger vi at være konkrete og praktiske med fokus på de muligheder, mænd har for at handle sig fri af den fastlåste situation, der hindrer dem i at komme videre i livet som mand og menneske”, udtaler Mark Hinchely, socialfaglig ansvarlig på mandecentret.

Krisen, kroppen og kajakken

På mandecenter København anvendes fysiske aktiviteter som en vigtig del af bearbejdningen af en krise. Centret har derfor ansat en fysioterapeut som en del af det faste personale, og fysiske tilbud er en del af arbejdet med alle mænd, der bor på centret. Afsættet er, som det siges til mændene:⁶²

“Du kan vælge mellem lykkepiller eller løbesko. De har den samme effekt, men bivirkningen er utrolig forskellig. Piller gør dig passiv, mens løbeskoene gør dig aktiv og giver dig kontrol over din situation”.

De fysiske aktiviteter får mændene ud af værelset og huset, så de ikke isolerer sig med deres depressive tanker. Mænd i krise kan have en tendens til, at de negative følelser lammer dem med passivitet. Konsekvensen er, at de opholder sig på værelset det meste af døgnet. Når mænd i krise bliver fysisk aktive vil de opleve deres muskulatur, vejrtrækning, sener, led og hjerte arbejde. Det giver dem mulighed for at mærke sig selv og deres krop. Når den spændes

62 Afsnittet om de fysiske aktiviteter på mandecenter København baserer sig på interview med psykomotoriker Morten Elnef

op med fysisk aktivitet vil de opleve styrke, energi, velvære og afslappelse. Fysisk aktivitet på mandecentret er også forbundet med et socialt fællesskab, idet træningen sker sammen med andre mænd. Gennem den fysiske aktivitet opbygges der relationer, som ofte udvikler sig til en personlig kontakt, hvor mænd lukker op for deres personlige oplevelser fra deres samlivsbrud. Den fysiske aktivitet skaber tillid og trang til at åbne en dør til de problemer, der nager og plager den enkelte mand. Han får lettere ved at åbne sig og lytte til andres historier. Men den største gevinst ved fysisk aktivitet er uden tvivl, at det flytter mandens fokus fra konflikter, bitterhed, sorg og depressionen, både under og efter den fysiske aktivitet udøves. På mandecentret er det vores erfaring, at den fysiske aktivitet kan være en katalysator for mange mentale og følelsesmæssige processor, der er gavnlige for at genvinde balance, overskud, livsglæde, selvtillid og bedre handlekompetencer samt en ny appetit på livet.

Sammenfattende konkluderer Sundhedsstyrelsen i sin rapport, at: "Efterlever man Sundhedsstyrelsens anbefalinger for fysisk aktivitet reduceres risikoen for psykiske lidelser. Undersøgelser har vist, at fysisk aktivitet har samme effekt, som antidepressiv medicin har på svært depressive seniorer. Endvidere reducerer fysisk aktivitet risikoen for demens. Undersøgelser har dokumenteret et 40 procent fald i Alzheimers hos fysisk aktive personer (Kirk 2002). Fysisk aktivitet forebygger kronisk træthed (Sundhedsstyrelsen, håndbog 2005)".⁶³

Mandecenter København har de samme positive erfaringer med fysiske aktiviteter for mænd, nemlig, at det er muligt at reducere afhængigheden af antidepressiv medicin. Arbejdet med at aktivere mændene fysisk på mandecentret svarer til de anbefalinger og erfaringer, som Sundhedsstyrelsen i 2006 beskrev i rapporten – Fysisk aktivitet og evidens.⁶⁴ Ud over forebyggelsen af livsstils- og folkesygdomme er fysisk aktivitet også gavnligt for det mentale velvære, idet "det (er) bevist, at der er en positiv sammenhæng mellem fysisk aktivitet og kognitive processer, som forudsætter læring (Sibley BA & Etnier

63 Fysisk Aktivitet og Evidens. Livsstilssygdomme, folkesygdomme og risikofaktorer mv. Sundhedsstyrelsen 2006.

Se www.sst.dk/publ/Publ2006/CFF/Fys_evi/Fysisk_aktivitet_Evidens.pdf

64 op. cit., s. 3

JL 2003). Alt dette er væsentligt i forhold til evidensen for, at fysisk aktivitet er livsforlængende i både livskvalitet og år. (Stelter 1999), (Jensen 1999 & 2000), (Bruun, Jensen 2000), (Fox K 1997, Calfas KJ, Taylor WC 1994, Steptoe A, Butler N 1996, Herskind M 1998, Ommundsen Y, Bar-Eli M 1999). En svensk undersøgelse (Bunkeflo projektet) har dokumenteret forbedrede indlæringssevner, og et tilsvarende australsk studie opregner positiv effekt på de psykosociale evner.

Sundhedsstyrelsen opregner en lang række negative konsekvenser som følge af fysisk inaktivitet, herunder risikofaktorer som tabte leveår, belastende sygdomme, sygefraværsdage, større sundhedsudgifter m.m., der kun understreger fordelene ved at være fysisk aktiv, selvom den mentale og individuelle motivation typisk mangler efter et samlivsbrud.⁶⁵ Meget tyder på, at fysisk inaktivitet er farligere end at ryge.

Undersøgelser fra Statens Institut for Folkesundhed viser, at der er en sammenhæng mellem uddannelseslængden og forekomsten af personer, der er fysisk aktive i fritiden. Der er færrest fysisk aktive blandt personer med mindre end 10 års uddannelse (12 procent), mens den største andel af fysisk aktive ses blandt personer med en uddannelse på 15 år eller længere (30 procent). De mindst fysisk aktive i fritiden er gruppen blandt separerede (14 procent) og folk med enkestand (7 procent).⁶⁶

Professor i psykiatri, ledende overlæge, Poul Videbech, påpeger i en artikel om motion og depression på sitet www.netdoktor.dk, at der ganske rigtigt kan konstateres positive resultater ved at anvende motion og fysisk aktivitet til at dæmpe depression, men at den faktuelle viden hviler på et spinkelt og usystematisk grundlag. Han forsøger selv at svare på spørgsmålet – Hvordan virker motion på psyken? – med hypotesen, at motion og fysisk aktivitet efterligner den virkning medicin giver ved behandling af depression.

“Selvom mange oplever en positiv effekt af fysisk træning, ved vi ikke hvilke

65 Op. cit.,s. 8

66 Op. cit.,s. 16

mekanismer, der ligger bag. Det rent psykologiske velvære og fornemmelse af at gøre noget ved sin situation, spiller sikkert en stor rolle. Men derudover kan det velvære, man oplever efter motion, skyldes øget forekomst af serotonin i hjernen, fordi vi ved, at serotoninproduktionen øges i bestemte områder af hjernen ved rytmiske bevægelser som fx løb. Dvs. at motionen måske efterligner medicinens virkning.

Der kan også være tale om sænkning af stresshormonet cortisol eller faktorer, der påvirker hjernens vækst. Helt nye undersøgelser tyder nemlig på, at såkaldte nerve-vækst faktorer (som fx stoffet BDNF) frigives, når vi motionerer og påvirker visse hjerneområder (bl.a. hippocampus), så de kan regenerere. Aktuel dansk forskning vil søge at afdække dette”.⁶⁷

Poul Videbeck er skeptisk over for, at motion og fysisk aktivitet er en mirakelkur mod depression, idet “mange depressive lider af træthed og har svært ved at tage sig sammen til at bevæge sig, og dermed skabes en ond cirkel, fordi inaktivitet i sig selv giver øget træthed”, og at undersøgelserne af sammenhængen mellem motion og depression viser et relativt stort frafald blandt de personer, som indgik i undersøgelsen.

Blandt de positive effekter fremhæver Poul Videbeck dog, at “ser man på de bedre af undersøgelserne, tyder de dog på, at motion har en effekt på linje med fx kognitiv terapi, i hvert fald over for let til moderat depression. Undersøgelserne tyder på, at det er vigtigt, at man træner intensivt og ikke kun moderat”.⁶⁸

En tur i kajakken har været en stor succes på mandecentret København. For mænd i krise er det at manøvrere med en kajak noget nyt og uvant. Det giver et element af usikkerhed og udfordring, som tvinger manden til at fokusere mere på manøvreringen af kajakken end på sin mentale krise. Kan jeg holde balancen, falder jeg i vandet, kan jeg padle og styre kajakken samtidig? Det kræver fuld koncentration og opmærksomhed. Dertil kommer, at hver tur

67 www.netdoktor.dk/sygdomme/fakta/motiondepression.htm

68 Op. cit.

kræver forberedelse, instruktion, tjek ind og tjek ud med kajakken før hver tur. På vandet skal alle fokusere 100 procent på opgaven med at styre kajakken. Der er al opmærksomhed bundet med at holde balance og komme fremad. Når der er styr på det elementære, bliver der overskud til at opleve andre deltagere på turen og spejle sig i dem. Det giver deltagerne en positiv social oplevelse, hvor ensomheden afløses af et positivt socialt fællesskab med en god og hyggelig atmosfære. Det åbner for relationer og oplevelser i et fællesskab, hvor man er ligestillet med de øvrige i gruppen.

En tur på havet i kajak skaber en naturlig træthed, fordi alle bruger muskler, sanser og kognitive færdigheder. Hver tur er en succesoplevelse, hvor de fleste bevæger sig fra usikkerhed til mestring af de færdigheder, som en tur i kajakken kræver. Det giver mændene selvværd, og de oplever, at det er muligt for dem at lægge den altdominerende krise ned i en skuffe de timer, det tog at gennemføre turen. Gennem de sociale relationer med de andre i samme situation oplever mange mænd det som et billede på deres situation, hvor det usikre og uoverskuelige overvindes og bliver overskueligt, ikke mindst fordi andre har det på samme måde som jeg, og de er kommet videre!

Sammenfattende er det erfaringen på mandecenter København, at den fysiske tilgang til en krise rummer positive muligheder og aspekter, der primært giver den kriseramte mand mulighed for at opleve en pause fra krisen og at opnå øget selvvindst og selvudvikling sideløbende med opbygningen af et større selvværd. Den store udfordring efter et ophold på mandecentret vil bestå i at fastholde den fysiske aktivitet som i det daglige livsmønster. I forhold til de ressourcer mandecentret investerer i den fysiske aktiviteter, så høster mændene et stort udbytte af denne aktivitet. Det er de meldinger mandecentrets personale modtager fra mændene.

Der er flere fordele ved et besøg i et træningscenter: Når mændene går en tur i træningscenteret vil kropsholdningen ofte være slap og rundrygget, og øjnene er typisk rettet mod jorden. Når mændene vender tilbage fra træningscenteret, er der kommet "tonus" på kropsholdningen, dvs. at ryggen er rank, og at der er øjenkontakt med omverdenen.

At opbygge en god relation med ligeværdighed, tryghed og tillid mellem rådgiveren og manden er alfa og omega i et vellykket rådgivningsforløb. Uden en positiv relation kommer der ikke noget konstruktivt og fremadrettet ud af et rådgivningsforløb. Og her er kajakken et værktøj til at opbygge god relation til rådgiverne, og internt mellem mændene.

Eksempel på inddragelse af fysisk aktivitet og træning på mandecentret.

Mandehistorier fra hverdagen

Michael – en pendler mellem poler

Der skulle ikke meget til at stresser Michael. Hos ham lå tærsklen meget lavt. Derfor havde han store vanskeligheder med at overskue sin livssituation, dvs. at håndtere sine følelser og de enkle daglige rutiner som at vaske tøj og at møde rettidigt på arbejde. Hvis han mødte.

Med Michael forsøgte vi at arbejde med et tempo, der gav ham overblik og mulighed for at sige til sig selv – puha, det er godt nok hårdt, men det er mest mine tanker, som spiller mig et puds. I Michaels tilfælde blev der arbejdet med at få tempoet ned som en genvej til at han kunne kigge på sig selv og gradvist acceptere de følelser, han havde efter et hårdt samlivsbrud.

Hans høje eller lave tempo var et udtryk for, at han hverken ville eller kunne magte at se sine følelser i øjnene. Han havde aldrig været ked af det tidligere, ellers havde han tacklet forbigående kriser ved at gøre sig hård eller at arbejde sig ud af problemerne. Når Michael arbejdede så hårdt og i et så højt tempo, så var det hans måde at undgå at få kontakt til sine følelser. Dem fortrængte han ved at knokle på arbejdet.

Ved at erkende og registrere det tempo Michael kørte sit liv i, blev han bedre til at tackle sin livssituation, og dermed fik han mulighed for at kontrollere den. Michael pendlede nemlig mellem to grundtempi. Et tempo med enten 20 eller 200 km i timen. Mentalt skiftede humøret mellem manisk og letargisk, og følelserne fulgte samme mønster. Enten var han meget, meget ked af det eller euforisk glad. Der var ingen nuancer mellem de to yderpunkter. Hans mentale og følelsesmæssige tilstand var polariseret.

Derfor brugte han utrolig mange kræfter på at holde sammen på sig selv. Men ved at arbejde med tempoet fik vi også arbejdet med nuancerne i hans følelser, så han fik et større repertoire at referere til. Hans verden fik flere farver end sort og hvid.

Er man ked af det, behøver man ikke bure sig inde og vente på, at dommedag nærmer sig. Michael begyndte at reflektere over sit indre liv gennem en læreproces, der gjorde ham i stand til at håndtere og forstå sine tanker og indre liv. At være ked af det eller plaget af tankemylder kan også have helt trivielle årsager som fx et søvnunderskud. Her viste den fysiske aktivitet sig som et godt middel til at stoppe tankemylderet, fordi Michael brændte en masse energi af og derved sikrede sig en god nattesøvn og en bedre hverdag

Ole – gearet i højt tempo

Gennem lang tid havde Ole klaget over fysiske smerter og ondt i ryggen. Følelsesmæssigt var Ole ikke så medtaget; men han havde behov for at få aktiveret sit motoriske bevægelsesapparat og styrket sine muskler. Ofte kan man begynde at arbejde fysisk som en genvej til at blive bedre til at håndtere og rumme de vanskelige følelser, der manifesterer sig som tankemylder eller depressive tanker. Når mænd oplever et fysisk overskud, motiveres de til at tage fat på tanker og de emotionelle problemer.

Under overfladen hos Ole var der problemer med selvværd og overdreven selvkritik. Det overbeviste Ole om, at han aldrig kunne vende tilbage til arbejdsmarkedet eller møde en kvinde at starte et nyt liv med.

Ved hjælp af den fysiske aktivitet blev der opbygget en god og tillidsfuld relation, som er 80 procent af et vellykket rådgivningsarbejde på mandecentret. Derefter kommer de metodiske overvejelser. Den fysiske aktivitet var et redskab til at åbne Ole op. Han begyndte at træne to gange om ugen. Han fik forbedret sit selvværd og selvtilliden, der voksede i takt med progressionen i den fysiske træning.

Fra sansemenneske til symbolmenneske

Fysisk aktivitet kan være en katalysator for mange mentale og følelsesmæssige

processer. For mænd kan det være en genvej til at finde styrke og motivation til at tage fat på de psykologiske problemer. I det moderne samfund er sanser og fysisk aktivitet og kommunikation trådt i baggrunden og overtaget af en sprog- og symbolverden, som giver livet en kompleksitet, der øger distancen til basale sider af den menneskelige væren. Gennem fysisk aktivitet genfinder vi os selv som et biologisk væsen, lærer vores krop og vores følelser at kende.

Afslutning og efterværn

Når mandens akutte og langsigtede problemer i relation til skilsmissen er løst, så er mandecentrets mission fuldført, og rådgivningen kan afsluttes. Mandens mentale sorgproces kan godt løbe videre, men her vil mandecentret typisk have givet manden de nødvendige redskaber, så han selv kan agere uden mandecentrets støtte og indsats.

For manden er der altid mulighed for at aftale en opfølgende samtale, hvilket en del mænd benytter sig af. Den finder typisk sted to måneder efter afslutningen af et rådgivningsforløb. Det åbne tilbud sigter mod at hjælpe manden med belyse, hvordan det er gået siden rådgivningsforløbet og for eventuelt at håndtere nye problemer, som den pågældende ikke ser sig i stand til at håndtere. En del mænd ringer og kontakter mandecentret efter seks måneder, fordi de synes, at de har et problem, de ikke kan håndtere. Men fordi rådgivningsforløbet har udstyret dem med redskaber, så kræver det som regel kun en kortere samtale i telefonen at finde en løsning for manden.

Et nyt rådgivningsforløb påbegyndes udelukkende, såfremt der viser sig en dramatisk ændring i mandens situation, eller hvis der viser sig en ny problemstilling, som fx at et godt samarbejde om børnene med ekspartneren er ophørt. Her vil der typisk være behov for en ny indsats.

DEL 3 ANBEFALINGER

MÆND I KRISE – BEHANDLING ELLER FOREBYGGELSE?

I januar 2010 afholdt Landsforeningen af rådgivninger og krisecentre for mænd i Danmark en konference på Christiansborg med titlen “Hjælp – mænd i krise”.

Konferencens formål var at formidle viden om feltet og motivere de indbudte politikere og deltagere til at sætte et større politisk fokus på det faktum, at næsten 80 procent af de udstødte og marginaliserede er mænd. Den frapperende overrepræsentation af det mandlige køn er konstant, men den sociale debat i medierne og blandt politikerne handler kun sjældent om denne problemstilling. Debatten om køn og det sociale liv for mænd og kvinder handler i stedet om kvinders underrepræsentation i toppen af samfundet, hvor mænd traditionelt sidder i ledende poster. Politisk udtrykkes der vilje til at gøre noget ved den problemstilling i form af motiverende kampagner eller kvoteringer ved hjælp af lovgivning, hvor der især sigtes mod erhvervslivets top og den akademiske verden.

Skal der lovgives om mænds og kvinders repræsentation i samfundets top, så burde man kunne forvente en tilsvarende interesse for mænds overrepræsentation i samfundets bund, og at der tages et politisk initiativ og ansvar for den skæve fordeling af den sociale indsats, når det gælder mænd i krise og social nød. Eller at det i det mindste er genstand for politisk bevågenhed gennem en debat om, hvordan man kan tackle problemstillingen, at 80 procent af alle marginaliserede til stadighed består af mænd uanset en langvarig social indsats.

Det ekstreme køn

Mænd beskrives undertiden som det ekstreme køn⁶⁹, men det er næppe en naturlov, at de skal være ekstremt overrepræsenterede i samfundets bund. Det bør vække en interesse for at se nærmere på den årsagssammenhæng, som fører til det nedslående faktum. I Del 2 i afsnittet viden om mænd i kriser har vi fremdraget undersøgelser, der peger på, hvilke årsager der kan ligge bag, at mænd i højere grad end kvinder er disponerede for, at en krise kan være starten på en social deroute. To forhold synes at gå igen.

Det ene er, at mændene værdsætter autonomitet og derfor selv ønsker at løse og håndtere vanskelige og uoverskuelige problemstillinger i en kaotisk fase i deres liv, hvilket gør dem sårbare og tilbageholdende med at opsøge hjælp og støtte, hvilket ofte først sker, når en krise er eskaleret og har låst dem i resignation og magtesløshed. Viljen til at tage ansvar for sit liv er en god egenskab, men det er skidt, når man skal være alene om at håndtere noget så indgribende i livet som et samlivsbrud.

Et andet forhold er, at sundhedssystemet og samfundets tilbud til mænd er få og i alt for ringe grad gearet til, at mænd gerne vil og selv kan tage aktion på deres aktuelle livssituation, også når det ikke går så godt. Derfor er der, som beskrevet med afsæt i det danske og svenske sundhedsvæsen, behov for også at forholde sig til mænd som et køn med særlige og andre reaktionsmønstre end kvinder, hvis vi f.eks. taler om depressioner, hvor sundhedssystemets måde at konstatere og bearbejde en depression finder sted på grundlag af en typisk kvindelig profil for det at konstatere og behandle en depression, selvom vi godt ved, at mænd og kvinder har vidt forskellige måder at reagere på, når de rammes af en depression. Når vi i dette afsnit fremsætter anbefalinger for en øget og optimal indsats for mænd, er der altså behov for at se på den metodiske tilgang i forhold til det sociale arbejde med mænd og ikke udelukkende på omfanget af tilbud.

Ingen tilbud til mænd

Et tredje forhold, der kunne inddrages, er den almene opfattelse af, at et

69 Hans Bonde: Det ekstreme køn. Sport, politik og maskulinitet. 2008.

samlivsbrud er en privat sag. Det skygger for de fatale konsekvenser, et samlivsbrud kan have for voksne og børn. Nogle voksne mestrer at gennemleve samlivsbruddet og at tage ansvar for børnene i en livsfase, hvor de voksne også har det svært. Men det kræver et stort overskud at mobilisere ansvarlighed og enighed om at komme igennem et samlivsbrud på den mest hensigtsmæssige måde. Få og ubetydelige konflikter kan eskalere, når kontoen for fysiske, følelsesmæssige og økonomiske ressourcer er i bund, hvilket er normen efter et samlivsbrud. Både den refererede norske undersøgelse “Sorg uten blomster” om sygefravær i forbindelse med et samlivsbrud og undersøgelsen af hvordan børn fra et samlivsbrud klarer sig sammenlignet med børn i kernefamilier, er begge tydelige indikatorer på, hvor vigtigt det er at støtte både børn og voksne til etablering af en ny tilværelse.

Baggrunden for etablering af krisecentre for mænd tager afsæt heri. I det offentlige regi og system er der ingen tilbud, der er målrettet mænd. Derfor har private organisationer påtaget sig ansvaret for at etablere dette tilbud. De første så dagens lys i Horsens og Fredericia i 1990'erne, og siden fulgte København, Århus og Odense i perioden fra 2007 til 2008.

Ændring af lovgivningen

På konferencen “Hjælp – mænd i krise!” deltog politikere fra seks partier⁷⁰ i en debat om emnet. De havde alle et bidrag til problemstillingen, men debatten afslørede, at der mangler viden inden for feltet: Hvor stort er behovet, hvad er der specielt behov for, og skal der være særlige tilbud til mænd m.m.

De deltagende politikere på konferencen gav flere bud på en styrket indsats for mænd i krise, og de viste alle stor vilje til at få igangsat konkrete initiativer på området. Der var bud på alt, lige fra finansiering til mere viden og debat om hvilke paragraffer i Serviceloven⁷¹, der kunne tages i anvendelse.

Her præsenteres de to paragraffer, der var og er i spil under paneldebatten på

70 Vivi Kier (Det konservative Folkeparti), Ellen Trane Nørby (Venstre), Pernille Vigsø Bagge (Socialistisk Folkeparti), Pia Adelsteen (Dansk Folkeparti), Line Barfod (Enhedslisten) og Lone Dybkjær (Det radikale Venstre).

71 Lov om Social Service – Serviceloven – LBK nr. 979 af 1. oktober 2008.

konferencen, altså om hvorvidt der skal være tilbud til mænd, og hvordan de i så fald skal finansieres. Paragraf 109 i Serviceloven, der populært kaldes for “kvindekrisecenter paragraffen”, og paragraf 110, der er paragraffen for herberger og forsorghjem, hvor mænd, som tidligere nævnt, udgør 80 procent af brugerne.

I kvindekrisecenter-paragraffen – §109 – hedder det bl.a.:

“Kommunalbestyrelsen skal tilbyde midlertidigt ophold i boformer til kvinder, som har været udsat for vold, trusler om vold eller tilsvarende krise i relation til familie- eller samlivsforhold. Kvinderne kan være ledsaget af børn, og de modtager under opholdet omsorg og støtte.

Stk. 2 Optagelse i boformen kan ske anonymt ved egne henvendelse eller ved henvisning fra offentlige myndigheder.

Stk. 4. Kommunalbestyrelsen skal tilbyde støtte og vejledning fra en familierådgiver til kvinder med børn på boformer efter denne bestemmelse. Rådgivning gives i forhold til bolig, økonomi, arbejdsmarked, skole, daginstitutioner, sundhedsvæsen mv.

Stk. 5. Kommunalbestyrelsen skal tilbyde psykologbehandling til alle børn, der er fyldt 6 år, og som ledsager moderen under dennes ophold i boformer efter denne bestemmelse.”⁷²

Ny formulering af §109

Hvis ordet “kvinder” udskiftes med “personer”, og ordet “moderen” udskiftes med “forælderen”, så ville den nuværende lovparagraf fint kunne dække over det sociale krisearbejde der allerede finder sted på mandekrisecentre, hvis man altså tager udgangspunkt i lovens bogstav.

Det er nemlig i altovervejende grad mænd, der oplever “tilsvarende kriser i relation til familie- eller samlivsophør”, der opsøger og bruger de eksisterende pladser på mandekrisecentre. Det er ikke i overvejende grad mænd, der

72 Lov om Social Service, §109.

oplever fysisk vold eller som italesætter det som et problem, men i høj grad mænd, der oplever psykisk vold i form af trusler, f.eks. at de ikke får deres børn at se, hvis de ikke parerer de ønsker, kvinden har i forhold til børns bopæl, samvær, betaling, bodeling mv. Og mandekrisecentrene opsøges af mænd, der oplever en eksistentiel livskrise i forbindelse med et samlivsophør, da de oplever, at alle forhold i deres liv er sat på spil, og at de skal have fundet et nyt indhold og en ny retning for næste fase i deres liv.

I forhold til den støtte, der skal gives børnene, er det i dag også et stort problem, at børn og mødre har en ret og krav på denne ydelse fra samfundet, når de opholder sig på et kvindekrisecenter, mens de børn, der bor med deres far på et mandekrisecenter, ikke har samme ret til dette tilbud.

Den anden paragraf – §110 – kendt som herbergsparagraffen, har til gengæld mange mænd i deres tilbud i dag. Her hedder det blandt andet:

“Kommunalbestyrelsen skal tilbyde midlertidigt ophold i boformer til personer med særlige sociale problemer, som ikke har eller ikke kan opholde sig i egen bolig, og som har behov for botilbud og for tilbud om aktiverende støtte, omsorg og efterfølgende hjælp.

Stk. 2. Optagelse i boformer efter stk. 1 kan ske ved egen henvendelse eller ved henvisning fra offentlige myndigheder.

Her kunne mandekrisecentrene fint passe ind i lovens bogstav, for mændene er personer med særlige sociale behov, målt med erfaringerne fra mandekrisecentrene, men ikke som de beskrives i den nuværende sociale lovgivning. Mænd i krise indgår ikke i lovgivningens målgruppe, selvom man kan forebygge den sociale deroute ved at yde støtte, omsorg og hjælp i form af rådgivning og boformer med personale. Det bekræftes, når mandekrisecentrene henvender sig til kommunernes socialforvaltninger, der ikke ser det som deres forpligtigelse at finansiere tilbud til mænd, der er i fare for at indlede en social deroute. Hvis mænd under en krise henvises til herberger, hvor målgruppen udgøres af misbrugende og marginaliserede og uden for arbejdsmarkedet, forstærker det blot den sociale deroute. Hertil kommer, at fædre ikke har mulighed for at have deres børn boende eller på besøg.

Anbefalinger

Som anbefaling til at løfte arbejdet på feltet vil vi på grundlag af denne undersøgelse pege på to elementer:

- hvordan sikrer vi tilbud til mænd i krise, så vi ændrer den omfattende udstødelse af mænd?
- hvordan sikres en mere valid viden om mænds særlige behov ved tilrettelægningen af tilbud til mænd?

I forhold til en fortsat udvikling af feltet vil vi her skitsere to spor: Fortsat udvikling og Lovgivning nu.

1. Fortsat udvikling:

Formål

- der skal sikres en fortsat udvikling af feltet, der bygger på både empirisk viden fra det konkrete arbejde med mændene i de eksisterende og nye centre og på viden baseret på yderligere undersøgelser og forskning inden for feltet.

Finansiering

Der afsættes en pulje på Finansloven eller i Socialministeriet på 15mill. kr. de næste 5 år (2011-2015), i alt 75 mill. kr. Heraf reserveres der hvert år 2 mill. kr målrettet ny viden og forskning i feltet med henblik på at udvikle det metodiske arbejde med mænd i krise, i boformer og i rådgivning.

Succeskriterier

- at det nuværende antal sengepladser og rådgivningstilbud som minimum opretholdes
- at der med basis i denne offentlige finansiering kan søges private midler
- at der kan arbejdes med de organisatoriske rammer for mandekrisecentrene, f.eks. i form af social-økonomiske virksomhedsmodeller
- at sikre et solidt beslutningsgrundlag for en fremtidig lovgivning på området

2. Lovgivning nu

Formål

Skabe basis for udvikling af feltet ved at indskrive mænds krise og tilbud til mænd i krise som en del af den sociale lovgivning. Dette kan ske som anvist ovenfor eller på andre måder ved selvstændige og nye lovparagraffer.

Finansiering

Hvis §109 eller §110 vælges som udgangspunkt, følges samme

finansieringsmodel, som er gældende for tilbuddene i dag, når det gælder tilbud med bomulighed for mænd. Når det gælder rådgivninger kan det forudsættes, at disse medfinansieres af kommunale og statslige frivilligmidler (§18 og PUF midler).

Succeskriterier

- at udvikle et landsdækkende tilbud til mænd i krise med en geografisk nærhed i hele landet. En model kunne være 20 mandekrisecentre med botilbud, 40 rådgivninger til mænd i krise i år 2020. (20-40-20 modellen).

Begge modeller bygger på, at området er forholdsvis nyt, og at der derfor er brug for forsat at indsamle viden men også at fremskaffe ny viden i form af evalueringer, casestudier og forskning i feltet.

Begge modeller tager udgangspunkt i, at der er behov for en basal finansiering for at sikre en forsat udvikling af feltet, og at området bevarer sin indsats af frivillige. Det er ikke forudsat eller ønsket, at der sker en 100 procent professionalisering af tilbuddene, så det kun er lønnet personale – hverken på bomulighederne eller i rådgivningerne. Men det er ønskeligt at kunne sikre en kontinuitet i kompetenceudviklingen på krisecentrene og dermed fastholde kvalitet og fremdrift gennem ansættelser.

Det er i de nævnte modeller ikke fastlagt, om tilbuddene skal ligge i privat eller offentligt regi eller i en kombination. Det er dog væsentligt at fremhæve, at alle eksisterende centre arbejder med, at målgruppen kan henvende sig anonymt, og at brugere ikke registreres, som det sker i det offentlige hjælpesystem.

Det er et politisk valg at udvikle, bevare status quo eller at nedprioritere arbejdet på feltet. Uanset hvilket perspektiv man vælger at betragte problemfeltet fra, det være sig den sociale, menneskelige, økonomiske eller ligestillingsmæssige vinkel, så synes der at være både substantielle og principielle argumenter for at styrke den forebyggende indsats for mænd i krise. Ikke mindst fordi alternativet er forbundet med så store menneskelige og sociale omkostninger for individ og samfund.

DEL 4 BILAG

BILAG 1. UNDERSØGELSENS METODE

Undersøgelsens forløb

Udarbejdelsen af denne undersøgelse er sket i to forløb. Det første fra marts 2010 til juni 2010, hvor der er indsamlet viden i form af desk search på eksisterende materialer (litteratur, tidsskrifter, hjemmesider mv.) og via interviews i de eksisterende mandekrisecentre.

Det andet forløb fra juli 2010 til september 2010, hvor Jan Andersen, Black-Horse Media Production, og Winnie Berndtson, sekretariatsleder i mandecentrene, har udarbejdet denne undersøgelsesrapport på baggrund af det indsamlede materiale.

Undersøgelsens omfang

I indsamling af viden om det eksisterende arbejde på mandekrisecentrene er i undersøgelsens rapport afgrænset til de fem krisecentre, der i dag har bemandet personale: Horsens Krisecenter, "Stedet" i Fredericia, mandecentrene i København, Århus og Odense.

I forhold til eksisterende viden er der i undersøgelsen medtaget viden om kriser og kriseforløb med særligt fokus på kriser efter et samlivsbrud. Derudover er der medtaget viden om metodiske tilgange til at forstå mænds kriser og arbejdet med at hjælpe mænd i krise. Denne viden er ikke kun relateret til samlivsbrud, men er hentet fra fx sundhedssektoren. Der er i forbindelse med indsamlingen af viden også anvendt både national og international litteratur og undersøgelser.

Afgrænsningen til primært at se på mænd i krise efter et samlivsbrud er foretaget, da det i alt overvejende grad er disse mænd, der er brugere af de fem krisecentre. Horsens Krisecenter og Stedet i Fredericia har defineret en

breder målgruppe, mens mandecentrene udelukkende fokuserer på mænd i krise efter et samlivsbrud, hvoraf følger, at hovedparten af brugerne relaterer sig til denne gruppe.

Undersøgelsens metode

Undersøgelsen bygger udelukkende på den kvalitative metode i form af semi-strukturerede interviews og indsamling af viden via desk search.

Vidensindsamling fra eksisterende kilder

Datagrundlaget på feltet, i form af faktuelle oplysninger i tilgængeligt materiale i databaser som Danmarks Statistik og Personalestyrelsen (www.pst.dk), er særdeles sparsomt. Der er fx ingen registrering af mænd i krise eller omfanget af samlivsbrud, ud over den årlige opgørelse over skilsmisser. Derfor relaterer en del af materialet til undersøgelser, der tangerer problemstillinger i grænselandet til feltet, da der ikke findes undersøgelser med et specifikt fokus på den problemstilling, der knytter sig til mænd på krisecentre i Danmark.

I forbindelse med arbejdet har det været muligt at få adgang til statistisk materiale fra statsforvaltningernes arbejde, som der refereres til i undersøgelsen. Det fulde materiale er vedlagt som bilag.

Interview

Interviews har været struktureret som semi-strukturerede interviews med ledere, medarbejdere og frivillige på de krisecentre, der er organiseret i foreningen Landsforeningen af rådgivninger og krisecentre for mænd – i alt 10 centre og rådgivninger

Interviews er gennemført for at afdække fakta om de enkelte centre (antal brugere, aktiviteter, finansiering mv.), og for at afdække centrenes tilgange til det at arbejde med mænd; hvilken betydning det har, om der er en bevidsthed om det maskuline køns specifikke særtræk mv. Personalet har været frit stillet i valget af, hvad de har ønsket at fokusere på. Det har været muligt for alle informanter at fremlægge erfaringer, ideer og synspunkter, som de har skønnet er af betydning for belysningen af deres arbejde og metoder.

For at være sikker på at belyse alle relevante temaer, som “personalet” fra krisecentrene fandt det vigtigt at inddrage i forbindelse med det daglige virke, blev alle interviews tilrettelagt som åbne interviews for at indfange flest mulige erfaringer, ideer og forslag med relevans for de problemstillinger, som rapporten her søger at belyse.

Følgende personer er blevet interviewet:

Horsens Krisecenter

Anne-Grethe Holst, koordinator (daglig ledelse)

Annet Felt, frivillig

“Stedet” – Center for mænd i krise, Fredericia

Carsten Nicolaysen, leder

Bjørn Medom Nielsen, formand for krisecenter og formand for Landsforeningen af rådgiver og krisecentre for mænd.

mandecenter København

Winnie Berndtson, sekretariatsleder i mandecentrene i Danmark

Ole Skou, juridisk bistand for mandecentrene Danmark

Jan Lindell, ansvarlig for rådgivning og parsamtaler

Mark Daniel Hinchely, socialfaglig ansvarlig for beboerne

Morten Elnef, afspændingspædagog og ansvarlig for trivsel i centrets boafdeling

Jørgen Juul Jensen, coach

mandecenter Odense

Jan Skaarup, centerleder

Michael Jessen, rådgiver – frivillig

Thomas I. Olsen, rådgiver – frivillig

Jens Agerbo, rådgiver – frivillig

mandecenter Århus

Kim Nidam, centerleder

Alexandra Trzebuchowska, rådgiver

Tove Land, rådgiver (telefonisk interview)

Patrick Fyrst, frivillig

mandecenter Aalborg

Jesper Rousing, centerleder – frivillig

Niels, rådgiver – frivillig

Karl-Otto Sandvik, rådgiver – frivillig

mandecenter Viborg

Morten Ebdrup, centerleder frivillig

mandecenter Esbjerg

Per Strunge, centerleder – frivillig

Jan Haderup, centerleder – frivillig

Herudover er gennemført interview med:

Black Horse Media Production

Jan Andersen og *Peter Yde*, konsulenter på hjemmeside, video produktion, materialer, medierådgivning mv. (www.black-horse.dk)

Interviewene er ikke udskrevet i fuld længde men er anvendt som reference for den faktuelle information og til beskrivelsen af arbejdet på centrene.

Den skriftlige undersøgelse

Produktet fra undersøgelsen, i form af denne rapport, er yderligere afgrænset i forhold til det materiale, der har været indsamlet for at belyse problemstillingen.

Anvendelsen af materialet er sket ud fra en faglig prioritering med fokusering på fakta om eksisterende tilbud til mænd i krise og indholdet i disse tilbud. Formålet har været at belyse eksisterende viden om mænds kriser i relation til samlivsbrud og viden om mænds specifikke reaktion på krisen og den deraf følgende tilrettelæggelse af hjælpen.

Som bilag i litteraturlisten er der medtaget anvendt litteratur (primære kilder) og ikke anvendt litteratur (sekundære kilder), idet vi gerne vil formidle viden om feltet – mænd i krise – i et bredere perspektiv, end det har været muligt

i denne undersøgelse. De sekundære kilder kan anvendes som inspiration til videre fordybelse i de problemstillinger, der knytter sig til feltet.

Finansiering

Undersøgelsen er finansieret af SATS pulje midler og overgives derfor til Socialministeriet som en opdatering af ministeriets viden om feltet og som et – forhåbentlig – nyttigt redskab for ministeriets arbejde på området.

BILAG 2. SKILSMISSE OG SAMLIVSBRUD

Megen litteratur beskæftiger sig med skilsmissen, samlivsbruddet og eftervirkningerne. Nogle beskæftiger sig med den virkning et samlivsbrud har på børn og familier, andre med de juridiske og sociologiske aspekter ved et samlivsbrud, og andre igen har fokus på de fraskilte mødre og fædres liv. Den største del af litteraturen er kendetegnet ved den praktiske fokusering på spørgsmål og problemer en skilsmisse rejser.

Få bøger har dog forsøgt at samle og tilbyde en integreret oversigt over den massive mængde af teoretisk og forskningsmæssig litteratur om fraskilte voksne og deres børn. Dertil kommer, at der på nuværende tidspunkt ikke findes et samlet overblik over, hvad et samlivsbrud, eller en skilsmisse, har for implikationer set som en psykologisk proces i en større social sammenhæng. En af de få forskere der har forsøgt at fremstille et samlet og omfattende billede af et samlivsbrud som et socialt, personligt og psykologisk fænomen, er Joseph Guttman med bogen “Divorce in a Psychosocial Perspective”⁷³ fra 1993. Bogen gennemgår Joseph Gutmans teori og forskning om skilsmisse med et særligt fokus på de vigtigste hovedpersoner i dette drama: moderen, faderen, børnene og den samfundsmæssige kontekst, så læseren præsenteres for en socialpsykologisk teori om den proces, der kendetegner et samlivsbrud.

For at give et grundigere indblik i Joseph Gutmans forklaringsmodel skal der her gives en mere udførlig redegørelse for de aspekter, Joseph Guttman fremhæver ved skilsmisens generelle faser og forløb.

73 Joseph Guttman: Divorce in a Psychosocial Perspective, London & University of Haifa 1993

Joseph Guttman: Divorce in a Psychosocial Perspective⁷⁴

Skilsmisse eller ægteskab. Begge begivenheder er komplekse psykologiske og sociale fænomener for de involverede. For alle, der oplever et samlivsbrud, vil det altid være en unik begivenhed. Alligevel er der nogle fælles træk ved forløbet, der gør, at man kan tale om visse generelle træk i alle individuelle historier.

Trussel eller udfordring? Principielt kan en eksistentiel begivenhed som et samlivsbrud betragtes som en trussel eller en udfordring. Men meget af det videre forløb afhænger af i hvilket perspektiv, man vælger at se på bruddet. Oplever man den definitive adskillelse som en katastrofe, sætter det et helt andet personligt forløb i gang, end hvis man vælger at betragte bruddet i et positivt perspektiv. Her kan man vælge at se på forløbet som en proces, der går fra den personlige krise til muligheden for ny start på livet med vækst og udvikling. Processen begynder ved de første seriøse overvejelser om et brud til igangsætningen af de formelle procedurer frem til den definitive separation, og processen slutter med muligheden for at genopbygge et nyt og produktivt og komfortabelt liv.

Lad os kigge på tre af de fire modeller for et samlivsbrud, som de er beskrevet af Joseph Guttman i "Divorce in a Psychosocial Perspective". Den fjerde model har ikke relevans for arbejdet på mandekrisecentrene. Ifølge Joseph Guttman er der altså tale om at betragte krisen som:

- En sorgproces
- En psykosocial proces med seks faser
- En psykologisk proces

Et samlivsbrud, oplevet som en sorgproces, er tæt på oplevelsen af et dødsfald hos et nærtstående familiemedlem. Denne model har ifølge en teoretiker som Wiseman⁷⁵ fire stadier, der består af benægtelse, tab, depression, vrede og ambivalens, sat nyorientering mod ny livsstil og identitet, og endelig en accept af et liv i nye rammer.

74 Joseph Guttman is a Senior Lecturer in the Department of Special Education at the University of Haifa and his research interests include Single-parent Families, and Parent-child Relationships.

75 Wiseman, 1975, citeret efter Guttman.

Benægtelsen

Længe før et samlivsbrud indtræffer, er det muligt at identificere de stressfaktorer, som leder til selve samlivsbruddet. Benægtelsen af disse stressfaktorer er med til at holde samlivet kørende. Her vil begge parter typisk bekræfte, at samlivet er tilfredsstillende og opfylder de forventninger, de har til samlivet, trods problemer og uoverensstemmelser i hverdagen. I denne fase vil begge henføre personlige uoverensstemmelser til eksterne faktorer for at undgå at åbne overvejelser om muligheden for et samlivsbrud. På dette niveau kan samliv fungere, uanset frustrationerne og den skrøbelige balance i familien, gennem lang tid.

Nogle forsøger at tage fat på en problemløsning for at forbedre samlivet, som ofte bunder i hverdagens trivialiteter. Men selv trivielle uenigheder kan udløse en krise, som det ikke lykkes parterne at kontrollere. Og her ophører benægtelsen som en *modus vivendi*.

Tab og depression

Uanset om kilden til stress og frustration i parforholdet skyldes interne eller eksterne faktorer, så er begge parter ved at slippe grebet om de konstruktive løsninger, og det åbner en erkendelse af, at der er noget grundlæggende galt i parforholdet. Psykisk vil parret opleve sorg, depression, en oplevelse af ensomhed, og en manglende evne til åbent og ærligt at kunne kommunikere med hinanden om følelser og gensidige behov. På dette stadie er samlivet ved at være tømt for kærlighed og konstruktive muligheder.

Vrede og ambivalente følelser

Når et samlivsbrud nærmer sig som en realistisk mulighed, der afløser den fælles tillid til fremtiden, så vil en følelse som vrede begynde at manifestere sig. Vrede er ofte en kilde til depression, og den opstår, når spørgsmål om børn, samvær, deling af bohave, underholdsbidrag og mange andre praktiske spørgsmål skal afgøres. Vælger parterne at lade sig repræsentere af en advokat, vil der ofte være tale om en optrapning af en konflikt, fordi advokater sjældent vil moderere deres klienters krav for at minimere de friktioner, som det indebærer for livet efter et samlivsbrud.

Diskussioner om store og små spørgsmål forøger blot frustrationerne til en ond spiral, der efterlader en oplevelse af smerte og uretfærdighed. Disse følelser kommer ikke nødvendigvis åbent frem, men ofte i en senere fase og i mere indirekte form som ukontrollerede og ukonstruktive reaktioner. Jo mere det lykkes begge parter at arbejde sig gennem fasen med vrede og tvetydige følelser mod hinanden, og uden at kigge tilbage på fortiden med vrede, vil de være i stand til at finde strategier for et mere konstruktivt samarbejde i en erkendelse af, at alt, der kunne gøres for at redde samlivet, er blevet gjort. Det giver mulighed for at forlige sig med den nye livssituation.

Ny livsstil og identitet

I denne fase er samlivsbruddet blevet en realitet. Og her består udfordringen i at udvikle en ny identitet og finde sig til rette i en ny livsstil lige netop der, hvor alle er mest berørt af samlivet, nemlig det personlige, professionelle, seksuelle og sociale område. Det vanskeligste udfordring er at definere en ny identitet til erstatning af det billede, som lå i faste rammer gennem samlivet. For begge parter vil et ægteskab eller et papirløst parforhold være en væsentlig del af deres selvidentitet. De mønstre, man har levet efter, skal erstattes af nye livsmønstre. Den opgave falder det ikke alle lige let at løse.

Nogle kaster sig ud i seksuelle eksperimenter uden perspektiv, mens andre vælger af frygt og usikkerhed dydens smalle vej og undgår derved at indgå i emotionelle og forpligtende relationer.

Accept og et nyt livsafsnit

Accept kommer, efterhånden som den fraskilte person begynder at få nogle følelser for sig selv som en passende person socialt, seksuelt og fagligt.

“Accepten af det ny liv indtræffer gradvis, når den fraskilte person begynder at have følelser for sig selv som en acceptabel social, seksuel og artikuleret person”⁷⁶. I denne fase opstår et ønske om at investere i langtidsholdbare relationer og evnen til at acceptere andre, lige som at blive accepteret af andre. Det er på det grundlag, at der kan bygges en ny identitet og et nyt liv.

76 Wiseman, 1975, s. 211, citeret efter Guttman

Følelsen af vrede mod den tidligere samlever erstattes med forståelse og samarbejde om børn og andre spørgsmål. I denne fase er det muligt at etablere en ny parforholdsrelation, som kan vise sig at være funderet på et mere solidt grundlag, forudsat at de problemer og konflikter, som var inde i billedet i det forrige forhold, er blevet løst på en acceptabel og god måde.

Denne model for et samlivsbrud bygger på teorier beskrevet af Kubler-Ross⁷⁷, der beskriver den gradvise progression i den psykologiske udvikling under en krise. Men fordi denne teori fokuserer på det individuelle samlivsbrud og de emotionelle og psykologiske dimensioner, så negligerer denne opfattelse af et samlivsbrud som sorgproces det signifikante forhold mellem parret og betydningen af hele den sociale livsramme omkring samlivsbruddet.

MODEL 2 – den helhedsorienterede indsats

Samlivsbruddet beskrives som en seks-fase proces af Joseph Guttmann i “Divorce in a Psychosocial Perspective”. Trods modellens angloamerikanske kontekst svarer den til den metode og indsats, som mandekrisecentrene arbejder med.

Sammenlignet med en mere psykologisk tilgang fokuserer denne model på et mere helhedsorienteret syn på et samlivsbrud, og den betragter processen som seks parallelle og simultane forløb. De seks forløb består af indsatser på følgende områder:

1. den emotionelle
2. den juridiske
3. den økonomiske
4. den børne-, forældremyndighed og bopæls rettede
5. den sociale
6. den psykologiske

Mandekrisecentrene anvender og inddrager modellens aspekter i arbejdet med kriseramte mænd. Erfaringerne viser nemlig, at mænd responderer positivt på en konkret og handlingsorienteret model, og at metoden også fungerer

77 Kubler-Ross, E. (London, 1969). On death and dying

som en positiv katalysator i bearbejdelsen af den emotionelle turbulens, så kontrol og balance genvindes med en mere effektivt progression ved at fokusere på konkrete og målrettede opgaver.

Den emotionelle indsats ved et samlivsbrud

Det emotionelle samlivsbrud er en proces, hvor samlivet gradvist opløses. I denne første fase sker der typisk det, at den ene part reducerer sit emotionelle engagement i relationen til partneren. Som en enhed kan familien sagtens fungere som hidtil, men kvaliteten af relationen er forandret. Familielivet kan måske forekomme at fungere bedre, mere roligt og afslappet, fordi den emotionelle spænding i forholdet er blevet neutraliseret af en bevidst eller ubevidst retræte fra samlivet, frem for at tage konfrontationen med problemerne. At negligere problemer akkumulerer blot flere, indtil det kritiske punkt er nået.

“Married people, like any other people, must continue to grow as individuals if they are not to stagnate”⁷⁸

Mennesker i parforhold, som alle mennesker, må fortsætte med at udvikle sig som individer, hvis de ikke vil ende med at stagnere. Men den vestlige kultur promoverer forandring, effektivitet og tempo, og det dræner parforholdet for energi og tid. Hvis parforholdet kommer til at indtage en andenplads i forhold til alle disse udfordringer, så er alle betingelser for det emotionelle samlivsbrud til stede.

Det juridiske samlivsbrud

De fleste juridiske systemer i den vestlige verden er ikke særligt hensynfulde over for de menneskelige behov, som et par har før, under og efter et samlivsbrud, hvor der ikke skeles til den følelsesmæssige tilstand. Advokater er selvskrevne til at tage sig af de formelle problemer og klientens snævre interesser, men jurister er utrænede til at håndtere de menneskelige problemer i en konflikt, selvom der findes eksempler på det modsatte. Derfor er advokater i sagens natur ofte med til at optrappe fjendtligheden mellem parterne frem

78 Bohannon, P. J. (New York, 1968) *Divorce and after*, citeret efter Guttman, s. 36

for at nedtrappe den. Derfor kan behandlingen af et samlivsbrud med en domstol som ramme ofte blive til en rodet og beskidt affære.

Den økonomiske skilsmisse

Socialøkonomisk betragtes familien ofte som en økonomisk enhed, hvor ejendom og bohav er fælleseje mellem mand og kone. Uden begge parters gensidige assistance og support vil familien i princippet ikke være i stand til at forøge formue og ejendom. Derfor betragtes ejendom og værdier i hovedprincippet som fælles ejendom. Om delingen er der flere hovedsynspunkter, som kan gøre sig gældende, selvom historie og tradition viser mange variationer. Det ene og traditionelle synspunkt er, at en mand er ansvarlig for at brødføde sin familie. Det andet synspunkt er, at delingen af fælles ejendom i en eller anden grad skal afspejle ansvaret for, hvem der i forholdet har ansvar for et samlivsbrud.

I den europæiske kultur er der, trods ligheder, mange kulturelle og historisk funderede variationer i lovgivningen, som dikterer vidt forskellige regler for mandens økonomiske ansvar ved et samlivsbrud. I en sammenligning mellem Skandinavien og Tyskland er der langt større forskel end antaget. I Tyskland er en mand som følge af et langt mere traditionelt kønsrollemønster forpligtet til en livslang forsørgelse af en tidligere samlever, såfremt denne er arbejdsløs eller uden midler. En mand er også forpligtet til at underholde sine børn indtil det 18. år. I Skandinavien er den gensidige forpligtelse i økonomisk forstand langt mindre.

Samlivsbrud med fælles forældremyndighed

“The most enduring pain of divorce is likely to come from the co-parental divorce”⁷⁹

Den mest vedvarende smerte i forbindelse med et samlivsbrud opstår ofte i forbindelse med den fælles forældremyndighed. – men det afhænger vel af evnen til at indgå gode aftaler

79 Bohannon, P. J. (New York, 1968) Divorce and after, citeret efter Guttman, s. 45

Et samlivsbrud separerer godt nok de voksne fra hinanden, men det er en triviell sandhed, at børn knytter et livslangt bånd mellem de voksne forældre efter et samlivsbrud.

Tidligere fik faderen i den europæiske kulturkreds altid tilkendt forældreskabet. I 2010 er tendensen den modsatte, nemlig at det er moderen til børnene som i 90 procent af alle samlivsbrud får tilkendt forældreskabet. Mødre anses, bedømt efter vor tids kulturelle normer, at være de bedst egnede til at yde omsorg for børnene, med mindre der er tale om stærke mentale defekter hos moderen. Det ulige forhold afspejler praksis ved domstolene og i statsforvaltningen.

Børnenes rettigheder

Børnenes rettigheder til samvær med deres fædre er stadig ulige fordelt i forhold til moderens muligheder. Ofte er faderen henvist til korte og præarrangerede møder med børnene. Det giver stor forskel og ubalance i forældrenes mulighed for at præge og stimulere børnenes under deres opvækst og uddannelse. Dette ulige forhold er ofte årsag til megen smerte og konflikt mellem forældrene. Fædre oplever, at mødre anvender børnene i kampen mod dem, eller at de opdrager fælles børn, så der opstår en distance mellem børn og deres fædre. Omvendt føler mødre, at fædre underminerer moderens autoritet, selvom hun har hovedansvaret for at børnenes dagligdag fungerer. Forældrenes forskellige muligheder skaber ofte følelser præget af mistillid og mistænksomhed, som skader samarbejdet om børnene.

Fællesskab og samlivsbrud

Et samlivsbrud er ikke bare tab af en familie og den kærlighed der skabte den, men også tab af det sociale netværk, hvilket ofte overrasker mange mænd, fordi gamle venner og bekendtskaber ikke overlever et samlivsbrud, endsige den support og solidaritet, som de havde ventet fra det sociale netværk.

Det psykiske samlivsbrud

“The psychic divorce means the separation of self from the personality and the influence of the ex-spouse.”⁸⁰

80 Guttman, op. cit., s. 39

Den psykiske samlivsbrud er en adskillelse af jeg'et fra personligheden og indflydelsen fra den tidligere samlever. Processen kan betragtes som en frigørelse fra det gamle jeg og en opbygning af et nyt jeg og en ny personlig identitet.

Processen er en fase, hvor de fraskilte par genvinder deres individuelle autonomitet, så de atter etablerer sig som selvstændige og uafhængige individer. Den psykiske separation er måske den vigtigste og mest konstruktive. Det er i denne fase, at de fraskilte udvikler en balanceret og afrundet identitet og uafhængighed. Her lærer de fraskilte at leve alene uden støtten fra eks-partneren og uden nogen at bebrejde for fejl og misforståelser, der begrænser deres personlige udvikling.

“Fraskilte er folk, der ikke fik et godt og vellykket ægteskab – men de er også mennesker, som ikke ville nøjes med et dårligt ægteskab eller parforhold”.⁸¹

For nogle fungerer ægteskabet som et tilflugtssted, der er sikret mod presset for at skulle modnes og kampen for autonomitet. Blandt disse mennesker finder man en tendens til at forsætte med den oprindelige livsstil og rutiner fra det gamle parforhold og praktisere de samme løsninger i håndteringen af problemerne i det nye parforhold. Men livet efter et samlivsbrud åbner muligheden for at finde nye løsninger på gamle og velkendte problemer.⁸² Bohannans⁸³ ofte citerede analyse af samlivsbrud og processen derefter er en af de mest citerede og anvendte modeller i faglitteratur. Ved at beskrive hver “etape” af samlivsbruddets mangeartede og flerdimensionelle drama, hjælper forfatteren med at sortere og strukturere en kompleks helhed, så den kan håndteres i mere forståelige og overskuelige segmenter. Hans seks etaper udgør en vigtig kilde til forståelse af de udfordringer, som alle fraskilte møder efter et samlivsbrud. Men modellen er kun i begrænset omfang en hjælp til de, der ønsker en dybere forståelse af den emotionelle turbulens og forvirring, som er en indbygget del af enhver skilsmisse.

81 Bohannan, P. J. (New York, 1968) *Divorce and after*, citeret efter Guttman, s. 54

82 Guttman, op. cit., s. 39

83 Bohannan, op. Cit.

MODEL 3 – den psykologiske model

Samlivsbrud og skilsmisse som en psykologisk proces

Den tredje model for en forståelse af et samlivsbrud er den psykologiske analyse af et samlivsbrud. Kessler's (1975) analyse er baseret på mange års klinisk arbejde med voksne i forskellige faser af et samlivsbrud. Kessler inddeler processen i syv etaper: desillusion, erosion, frigørelse, fysisk separation, sorg, andet voksenliv, udforskning og hårdt arbejde. Etaperne forløber ikke nødvendigvis i denne rækkefølge, men efter hver persons psykiske beredskab.

Desillusion

Det emotionelle samlivsbrud begynder fra dag et efter hvedebrødsdagene. Desillusion og realisme begynder at flytte ind, så snart den romantiske forblændelse aftager, og forskelle og vanskeligheder indfinder sig. Hvis begge parter ikke tager sig af de problemer, der opstår, så vil de gradvis fokusere på de negative aspekter ved forholdet. Desillusion er en integreret del af alle lange forhold, men frem for at splitte forholdet kan det vendes til at styrke relationen, hvis begge parter formår at tilpasse deres forventninger til hinanden til et mere realistisk niveau.

Når forskellene kommer ud i det fri og eksponerer de psykologiske og adfærdsmæssige forskelle, så tvinges parret til at separere deres idealistiske koncept for deres ideal partner fra den jordnære realisme. Hvis denne perception og manøvre lykkes, så vil parret være skånet for fremtidige skuffelser.

Med tiden vil nogle opleve, at de fokuserer mere og mere på det negative. Man svinger mellem idealisering og komplet skuffelse, og mere og mere energi investeres i negative aspekter ved samlivet. På overfladen ser alt normalt ud, men hvis det lykkes at tage fat på den indirekte kommunikation før en eskalering til åbne konflikter, kan det lykkes at håndtere disse problemer på en konstruktiv måde. Men uden en moden og motiveret vilje til at tage fat på problematikken vil den udvikle sig i negativ retning.

Erosion

Ganske få mennesker besidder evne og erfaring at styre sig gennem en desillusion, og så følger en etape med erosion. Smerten, depressionen og vreden fra

desillusionen bryder ud i lys lue. Skuffelse og manglende tilfredsstillelse over samlivet bliver mere akut, og årsagerne hertil mere bevidste. I denne etape er begge parter stadig stærkt engageret i hinanden, men deres kommunikation baserer sig på negative temaer. Alle slag og sår er dybe, fordi der stadig er kærlighed i parforholdet. Men den nye kommunikationsstil bliver den væsentligste hindring for et godt forhold, fordi den bliver til hverdagens normalitet. Verbal eller nonverbal kommunikation, åbenlys eller som maskeret adfærd, er den gængse måde at såre, ignorere eller at undgå hinanden. Disse vaner har en tendens til at slå rødder i hverdagen, og kan være vanskelige at ændre. Det vigtige er i denne situation at finde det rigtige balancepunkt mellem at give og tage fra forholdet, som bedømmes af en meget sensitiv sensor. Behovet for emotionel tilfredsstillelse motiverer undertiden til illegale affærer, fordi parforholdet virker utilfredsstillende.

Frigørelse

Her er der en signifikant investering i parforholdet. En følelse af ligegyldighed tager over. Glæden, spændingen, tålmodigheden og viljen til at give og dele bliver erstattet af hobbyer, arbejde og andre stimulerende aktiviteter. Begge behøver ikke være lige bevidste om, at de befinder sig i denne etape, men her er risikoen for et definitivt samlivsbrud stort. Det er muligt at identificere denne fase som præget af stressende stilhed, reduceret verbal kommunikation og vedvarende undvigelse af intime relationer. Parterne mister orienteringen af fortid og fremtid og begynder at tænke mere over livet efter et samlivsbrud. Forestillinger, om hvordan det er at leve alene, begynder at dominere, og der træffes undertiden økonomiske forberedelser, den seksuelle attraktionsværdi testes, og mentalt begynder man at øve sig på situationen, hvor man skal leve uden sin partner. Den indre forvirring og jakobskamp dominerer med negative konklusioner.

Fysisk adskillelse

“Fysisk adskillelse er det mest traumatiske aspekt af hele den følelsesmæssige skilsmisseproces”.⁸⁴

84 Kessler, (1975), s. 28, citeret efter Guttman, s.42

Det er her, at hvert individ konfronteres med ensomheden, usikkerheden, forvirringen og deres behov for at opbygge en ny identitet. Her er det af betydning at identificere, hvilken af de to partnere, som tog initiativet til samlivsbruddet. Den partner, der tog initiativet, har mentalt frigjort sig og forberedt sig på den nye livssituation og er derfor langt bedre rustet til at klare den nye udfordring. Mentalt er de også langt bedre rustet til at bevare deres personlige værdighed, eftersom de ikke er den part, der bliver fravalgt, hvilket er en ydmygelse, der især sætter dybe spor hos mænd. Omvendt kan der også melde sig følelser af skyld og skuffelse, som let forandrer sig til vrede. Skyldfølelsen opstår ved synet af den smerte, som beslutningen om et samlivsbrud udløser hos samlever og børn, og skuffelsen kan opstå som en følelse af at have kapitulert i relation til de udfordringer, som parforholdet stod i.

Ensomheden er vanskelig at håndtere, når den abrupt indtræder efter år med et tæt familieliv og en samhørighed, der har været parrets reference. Men det er også ensomheden, der åbner en dør til indre refleksioner. "Ud af ensomheden vokser kreativitet, en stærk vilje, mod og et dybt engagement".⁸⁵ For at høste frugten af det er personen nødt til at konfrontere sig selv med angsten og frygten for den ukendte fremtid. Kessler peger på tre kilder til angsten:

- usikkerheden ved det sociale miljøes reaktion og utrygheden ved at håndtere sit eget liv
- angsten ved at bryde med gamle vaner og rutiner
- angsten ved kravet om at skulle gendefinere sig selv i samme takt som man oplever og erfarer det nye liv.

Sorgen

Sorgen er et spind af vrede, krænkelser, ensomhed og hjælpeløshed⁸⁶. Sorg er den proces, hvor begge parter forsøger at frigøre sig fra den psykologiske præsens af den anden. Erindringer fra den fælles fortid truer med at oversvømme orienteringen mod den nye og uafhængige fremtid. Disse erindringer kan ryste selvtilliden. I denne sorgproces er vrede og depression væsentlige komponenter. Vreden baserer sig på den bitterhed, som er ophobet gennem

85 Kessler, (1975), s. 32

86 Kessler, (1975), s. 36

samlivet, og der anvendes typisk megen energi på at udpege partnerens mange fejl og mangler i samlivet. Vreden kan undertiden få såvel destruktiv som selvdestruktiv karakter. Men hvis vreden kan kanaliseres og forandres til positiv energi anvendt til frigørelse og som motivation for at bygge et nyt og uafhængigt liv op, så kan det blive en konstruktiv komponent.

Depression er også en integreret del af en sorgproces. Det er den anden side af vreden, og begge er et udtryk for skyld. Vreden er eksternaliseret skyld og depression er den internaliserede version⁸⁷. Når samlivsbruddet er en erkendt realitet, vendes den akutte og turbulente sorg ofte til depression og bedrøvet jeg-er-ked-af-det.

Nyt og andet voksenliv

I denne etape vil man se det største spring fremad i selv-rehabiliteringen. Her er der mulighed for at opleve glæde over lettelsen, friheden og den nye appetit på livet efter et samlivsbrud. Her er det muligt at kigge tilbage på fortiden med en vis afklaret objektivitet og uden vrede. Alt i alt har samlivsbruddet reduceret den vrede og frustration, som et ulykkeligt samliv var årsag til. Det daglige stress og pres, som havde sin rod i samlivet, er forsvundet, og det er muligt at kigge på fremtiden i et afklaret og optimistisk lys. Det er muligt at realisere ønsker og håb, som ikke lod sig realisere i samlivet. Nogle overreagerer på den nye frihed, hvilket kan have både positive og negative implikationer. Negative, hvis friheden anvendes til flugt fra den nye hverdags udfordringer og efterbearbejdelsen af samlivsbruddets realiteter.

Udforskning og hårdt arbejde

I denne fase har den fraskilte selv grebet om styringen af sit liv, og her opstår en ny appetit på at udforske det nye liv. Her opstår en oplevelse af "frit valg" på alle hylder og et ønske om at realisere nogle af de valgte mål. Evnen til at give og modtage er genvundet, og der er både motivation og evne til at indgå nye parforhold, og nu ikke ud fra en svag position, men fra en stærk og uafhængig, ikke passiv, men aktiv og deltagende position. Behovet for oplevelser for oplevelsens skyld minimeres, og der opstår et behov for at

87 Guttman, s. 43

censurere og afgrænse oplevelser og parforhold til de meningsfulde. De personer, som er nået hertil, kan kigge tilbage på fortiden og den distance, de har tilbagelagt med tilfredshed over de personlige og praktiske problemer, de har overvundet.

I en afsluttende kommentar peger Guttman⁸⁸ på, at Kesslers model for en forståelse af et samlivsbrud nok er den dybeste psykologiske forklaring på de erfaringer, der er forbundet med et samlivsbrud, men at teorien har sin begrænsning ved at ignorere kompleksiteten og bredden af erfaringer i samlivsbruddet som et socialt fænomen.

BILAG 3 RÅDGIVNING AF MÆND I KRISE

Mænd, maskulinitet og rådgivning

Mænd bliver ofte karakteriseret som uvillige til at søge hjælp, når de har problemer med livet. Populære stereotyper skildrer mænd som modvillige til at bede om anvisninger og rådgivning, når de er fortabte, og at de har det svært ved at dele sårbare følelser med venner og familie, og at de undgår at opsøge hjælp fra professionelle fagfolk.

En stor mængde empiriske undersøgelser understøtter den populære opfattelse, at mænd tøver med at søge hjælp fra sundhedsvæsenets professionelle fagfolk. Mænd er mindre tilbøjelige end kvinder til at opsøge hjælp med problemer så forskellige som depression, stofmisbrug, mentale og fysiske handicap, samt andre stressende begivenheder i et livsforløb. (Husaini, Moore, & Cain, 1994; McKay, Rutherford, Cacciola, & Kabasakalian-McKay, 1996; Padesky & Hammen, 1981; Thom, 1986; Weissman & Klerman, 1977).

Den empiriske forskning kombineret med den almene opfattelse om mænds manglende evne til at søge hjælp rejser vigtige spørgsmål for psykologer og samfundsforskere. Hvorfor har mange mænd så svært at bede om hjælp? Hvilken betydning har maskuline normer, stereotyper og beslægtede ideologier for mænds motivation og adfærd, når de står i en livssituation, hvor

88 Guttman, s. 44

de har behov for at opsøge hjælp og rådgivning? Hvordan kan psykologer, rådgivere og andet sundhedspersonale integrere en større forståelse af sociale normer og ideologier om maskulinitet i en analyse af, hvordan man optimerer mænds anvendelse af samfundets sundhedsydelse? Det er spørgsmål, som forfatterne, Michael E. Addis og James R. Mahalik, stiller i artiklen – “Men, Masculinity, and the Context of Help seeking”⁸⁹, hvor vi her vil redegøre for hovedsynspunkterne.

Effektiv indsats og større tilgængelighed

Traditionelt benytter mænd især de uformelle muligheder for at søge hjælp hos venner, familie og kolleger; men undersøgelsen af hvordan mænd søger hjælp, kan få betydning for, hvordan det er muligt at forbedre mænd og kvinders liv. I et helt andet perspektiv åbner det også for en potentiel reduktion af de nationale sundhedsudgifter, hvis der kan udvikles mere effektive interventioner baseret på en bedre forståelse af mænds maskulinitet, og hvordan den styrer mænds valg og psykologiske adfærd.

Forfatterne peger på, at studier af problematikken gennem de sidste fire årtier viser det samme billede, nemlig at mænd i forskellige aldre uanset nationalitet og etnisk og racemæssig baggrund søger professionel hjælp med langt mindre hyppighed end kvinder. Sammenlignet med kvinder er mænd sjældne gæster hos praktiserende læger og andre medicinske sundhedsspecialister. Når mænd søger hjælp, så stiller de langt færre spørgsmål end kvinder. For mænd rapporteres der desuden et højere niveau for stofmisbrug, og de er mere tilbøjelige end kvinder til at have oplevet psykosociale problemer, der skyldes et alkohol- eller narkotikamisbrug. Det samme billede tegner sig, når det gælder hjælp med psykiske problemer som angst, depressioner, stress eller andre emotionelle problemer.

Set fra en psykologisk vinkel forklarer forfatterne kønsforskellen som et udtryk for en social konstruktion gennem de kønsrollemønstre, som samfundet og kulturen promoverer i form af normer, værdier og ideologier. Og det har konsekvenser på det individuelle plan, når stereotypiske normer for maskulin

89 American Psychologist, January, 2003

adfærd kommer i konflikt med det enkelte individs behov for at få løst en personlig og konkret problematik. Ifølge forfatterne peger undersøgelser på, at denne problematik desuden har en social slagsside, dvs. jo lavere uddannelse og dårligere jobs, des vanskeligere er det for mænd at formulere sig om mentale og emotionelle problemer.

Socialisering og den sociale konstruktion af maskulinitet

Fra et socialt konstruktivistisk perspektiv, så konstrueres den maskuline strategi i et samspil med den kontekst, manden agerer i. Som eksempel angiver forfatterne de mandlige atleter, som ikke giver udtryk for oplevelse af intens fysisk smerte under en konkurrence, men som fortsætter med at konkurrere på trods af alvorlige skader. Intensiteten, engagementet, hjertet og sejheden belønnes med ros, fordi det er en typisk maskulin kvalitet. Denne form for etiketter styrker identifikation med den følelsesmæssige stoicisme, hvor den ideelle stoiker er upåvirket af modgang og præget af fasthed og koldblodighed. I den sportslige verden er fysisk sejhed en positiv og typisk maskulin kvalitet, men set i et andet perspektiv er det en kvalitet med negative implikationer, hvis man kigger på evnen til at tage vare på egen omsorg i forbindelse med f.eks. en fysisk skade.

Et andet aspekt ved at søge hjælp er, at det kan stille manden svagt. Her er der især tale om de hierarkier og magtrelationer, som findes på enhver arbejdsplads, hvor det at vise sig "svag" kan gøre den pågældende sårbar i forhold til den position og indflydelse, som den pågældende forsøger at fastholde. Det kan være et motiv for manden til ikke at opsøge hjælp under en personlig krise.

Mænd er påvirket af de normer for maskulinitet, som kommunikeres i den virkelighed, de er en del af. Det kan være i form af medier og underholdningens beskrivelse af hvordan "rigtig" maskulin adfærd belønnes, fordi den følger anerkendte påbud og sammenhængende maskuline normer. Beskrivende maskuline normer fungerer som forbilleder for en mand, når han ser, hvad og hvordan de fleste andre mænd gør i en lignende situation, som han befinder sig i. For eksempel skjuler eller maskerer mænd ofte deres følelser og depression, fordi depression og følelser opfattes som "ikke-normative" og negativ adfærd, fordi

det ikke er noget særligt hyppigt træk ved maskulin adfærd i offentligheden, som kan observeres som typisk egenskab for en mand.

Påbudsnormer har altså indflydelse på opfattelsen af, hvad der er normal og acceptabel maskulin adfærd, og det kan begrænse repertoire af handlemuligheder for en mand i krise. Idealbilledet af manden, som det ser ud i den stereotypiske version, er, at han er robust, stærk og uafhængig. Mænd har kontrol over deres liv, og de burde ikke have problemer, når der opstår problemer.

Det normative billede lever af, at mænd kan iagttage, hvordan de populære mænd handler, tænker og føler. Som for eksempel når mænd gennem medierne oplever, at populære mænd er velhavende, glade, sunde og selvsikre, så forstærker det billede blot opfattelsen af at være fattig, deprimeret eller fysisk svag med helbredsproblemer, når manden står i en eksistentiel livskrise og mangler selvtillid, overskud og evne til at handle.

Der er naturligvis en signifikant variation i, hvordan mænd forholder sig i en krisesituation, og hvilke normative variationer af maskuline forbilleder, som de orienterer sig efter. Men en mand, der generelt er i overensstemmelse med normen for den følelsesmæssige stoicisme, den kontrollerede, faste og koldblodige mand, han vil efter al sandsynlighed føle, at det at opsøge hjælp for en depression er en potentiel trussel mod hans selvværd.

Har jeg mulighed for at gøre gengæld?

Mænd kan være mere tilbøjelige til at søge hjælp, hvis de har udsigt til at yde en form for gengæld. Desuden kan "ikke-normative" problemer bedre håndteres, hvis de drøftes i et forum, hvor der er en vis form for ligeværd og gensidighed mellem deltagerne. Hvis en mand står for at skulle bruge hjælp til at reparere sin bolig efter en oversvømmelse, så vil han sandsynligvis bede om hjælp til at løse dette problem fra familie, venner og bekendte. Det er legitimt, fordi han opfatter problemet som et "normativt problem", og fordi han på et senere tidspunkt er sikret mulighed for at gengælde den hjælp, han beder om med en lignende hjælp.

Men hvis en mand føler sig deprimeret, og her gælder der det synspunkt,

at depression er en “ikke-normativ” maskulin adfærd, og at han ikke føler sig i stand til at gengælde for hjælpen til andre, der også er deprimerede, så kan han være mindre tilbøjelig til at opsøge hjælp. Derfor giver det mening at oprette mandegrupper som et sted, hvor denne form for gensidig hjælp er omdrejningspunktet for det terapeutiske arbejde.

Set fra et andet perspektiv kan gensidigheden også ses som en måde at bevare status og selvværd, idet man som mand undgår en “gæld” og ved, at man i gruppen mærker sig selv som en stærk og kompetent mand i samspillet med de andre. Og det er netop derfor, at der til stadighed oprettes Fokusgrupper på mandecentrene, fordi de er en tilbagevendende succes.⁹⁰

– Hvad risikerer jeg at tabe, hvis jeg beder om hjælp?

Feministiske og socialkonstruktivistiske teoretikere har fremhævet, hvordan maskuline normer for selvstændighed og uviljen mod afhængighed modvirker mænds motivation til at opsøge professionel hjælp fra det offentlige sundhedssystem, fordi det fastholder dem i oplevelsen af kontrol og magt over deres egen livssituation. Ifølge disse teorier kan en negativ psykologisk tilstand efter et samlivsbrud derfor bidrage til, at en mand føler sin frihed og autonomi truet. Derfor gælder det om, når man arbejder med tilbud om støtte og rådgivning til mænd, at der skabes et klima af frihed og autonomi for rådgivningen af manden. Han vil have hænderne på rattet og styre kurseren undervejs.

Nogle mænd er mindre tilbøjelige til at søge hjælp, jo mere de opfordres til det af insisterende personer, der er tæt på dem: Ved at overholde en anmodning om at få professionel hjælp, kan en mand opleve et tab af kontrol over beslutningsprocessen. Bestræbelserne på at bevare kontrollen ved at parere professionel hjælp kan altså etablere en truet selvopfattelse, selvom bevarelsen af selvstændighed sker med betydelige omkostninger (heraf idéen om at en rigtig mand altid hjælper sig selv). Som med andre grundlæggende socialpsykologiske mekanismer, er det igen klart, hvordan variationer i konteksten for at søge hjælp både kan moderere indflydelse af kønnede normer eller

90 Se bilag om Fokusgrupper/Mandegrupper

potentielt forstærke den aktive konstruktion af, hvordan manden oplever sin maskuline identitet.

Hjælp, problemer og betingelser

Til hvilke problemer og under hvilke betingelser, er mænd så motiverede til at søge hjælp? Her drager forfatterne Michael E. Addis og James R. Mahalik følgende konklusion:

Mænd er tilbøjelige til at søge hjælp til problemer, som de opfatter som påtrængende og usædvanlige, og hvis problemerne er af central betydning for deres identitet. Mænd er mindre tilbøjelige til at opsøge hjælp, hvis grupper af andre mænd, som spiller en rolle for dem, anser deres problemer for at være i konflikt med gruppens normative maskulinitet. Mænd vil altså være mindre tilbøjelige til at søge hjælp, hvis de kan se, at det indebærer en afvisning fra en vigtig social gruppe, som de identificerer sig med og indgår i. Afvisningen vil påvirke deres selvopfattelse og kategorisere den som afvigende, og i det perspektiv vil omkostningerne for manden være for store i forhold til nytten af den hjælp, som han føler et behov for at modtage. Det gælder i udpræget grad, hvis mænd føler, at de må ofre en del af deres selvstændighed ved at søge hjælp.

Empiriske erfaringer fra arbejdet med mænd i krise på mandecentrets rådgivninger kunne bidrage til en mere komplet redegørelse for de påvirkninger, som mænd er udsat for, når de befinder sig i en livssituation, hvor de burde opsøge hjælp for at klare en krise, men som undlader det, selvom det truer deres sociale, mentale og fysiske livskvalitet.

På mandekrisecentrene er der behov for at udvikle nogle praktiske modeller, der forklarer, hvorfor nogle mænd under visse betingelser søger hjælp til nogle problemer, og hvorfor andre ikke gør det. Teoretisk set skulle disse modeller give mulighed for en forståelse af de maskuline determinanter, som stiller sig i vejen for at mænd i krise opsøger den hjælp, de har behov for, uanset om de vælger at benytte formelle eller uformelle tilbud. Hvordan kan man bedst overvinde de normative modeller og barrierer, som mænd orienterer sig efter?

Konklusion og perspektiver for fremtiden

Der er ikke megen tvivl om, at de kendte og traditionelle sundhedstjenester og rådgivninger er underudnyttede af mange mænd, når de oplever en bred vifte af problemer i livet. Det er også sandsynligt, at en række maskuline ideologier, normer og kønsroller spiller en central og nedslående rolle for mænds motivation for at opsøge hjælp. Psykologer og andre rådgiveres evne for at forstå og arbejde med mænds adfærd, problemer og livssituation er, trods variation, stadig begrænset.

Selvom samfundsforskere fra andre fag er begyndt at udforske, hvordan køn agerer i forskellige sammenhænge og livssituationer, så betragtes problematikken "maskulinitet" stadig som en intern og individuel "variabel", der er formet af kulturelle normer og ideologier, der [med variation] har indflydelse på individuelle mænds personlighed og adfærd.

Mænds problemer med at få adgang til sundhedsydelser kan således tilskrives et misforhold mellem de disponible tjenesters tilbud og procedurer, og så de traditionelle maskuline kønsroller, der betoner betydningen af selvværd, emotionel kontrol og magt over egen livssituation. Det efterlader kun to muligheder: Udskift mændenes identitet, så den er tilpasset sundhedstjenesterne, eller reformer sundhedstjenesterne tilbud, så de passer den "gennemsnitlige" mands behov. Begge tilgange bygger på generaliseringer om mænd og maskulinitet og kan således ikke tegne et billede af problematikken, som rummer alle de variationer og nuancer, der gælder for alle mænd på tværs af alle situationer.

Professionelle rådgivere skal være opmærksomme på de hindringer, der er, for at mænd søger rådgivning, støtte og hjælp. Derfor bør de uddannes til effektivt at håndtere denne dynamik i deres arbejde med mænd.

Tilgængelighed er et centralt omdrejningspunkt for en succesfyldt indsats for mænd. På mandecentrets rådgivninger er det en evident erfaring, at lokale tilbud har en helt afgørende betydning for afdækning af det skjulte behov for hjælp og støtte, som findes blandt mænd. Før åbningen af hver rådgivning var der få henvendelser fra området. Efter åbningen af lokale rådgivninger har antallet af henvendelser afdækket et stort behov.

Endelig er der et udtalt behov for at skabe flere alternative og utraditionelle fora til det formelle sundhedssystem, så mænd ikke oplever, at deres selvverd og kontrol over deres livssituation ændres eller trues i forbindelse med den hjælp, de opsøger. Der er behov for at afprøve og udvikle internet-diskussionsgrupper, life-coaching workshops, fokusgrupper og andre kreative strategier.

BILAG 4 FOKUSGRUPPER PÅ MANDECENTRET

Dette tilbud findes i København, Århus, Aalborg og Odense
Udarbejdet af gruppeledere: Jørgen Juul Jensen og Jan Lindell, august 2010.

På mandecentret har der siden 2007 løbende været fokusgrupper for seks til otte mænd pr. gruppe. En fokusgruppe definerer vi som en samtalegruppe, hvor mænd mødes med andre mænd for at drøfte fælles problemer og for at komme videre efter en skilsmisse.

Til og med foråret 2010 har der været ni fokusgrupper. I starten af september 2010 startede den tiende gruppe op. Fokusgruppen ledes af en eller to medarbejdere fra mandecentret.

Med navnet fokusgruppe gives der et klart signal om, at der sættes fokus på et særligt tema fra gang til gang, når gruppen mødes. Det er ikke noget ideelt navn, men mandecentret ser det som et vigtigt signal til de interesserede mænd, så de får en ide om, hvad det går ud på, før de tilmelder sig.

Dette papir beskriver arbejdet med fokusgrupperne, herunder de metoder der har været anvendt og den læring, der er gjort efter fire års arbejde med fokusgrupper.

Gruppeprocessen

Hvad er det som gør det muligt at hjælpe mænd på en bedre og mere hensigtsmæssig måde i en gruppe?

Som ledere af fokusgrupperne er vi overbeviste om, at deltagerne besidder ressourcer, som gør det muligt for mændene at hjælpe sig selv og hinanden ved at dele følelser og viden med hinanden. I gruppen åbner det for en kon-

struktiv proces, hvor der udveksles måder at tackle hverdagens udfordringer på, hentes inspiration til at ændre fastlåste positioner og opfattelser, samt udveksles ideer, forslag og alternativer, som giver deltagerne mod på at afprøve nye koncepter for livet efter en skilsmisse.

Gennem forløbet udvikles der undertiden personlige relationer og netværk, fordi deltagerne kan identificere sig med den livssituation, de øvrige også befinder sig i.

Formålet med fokusgrupperne

Formålet er at styrke mandens muligheder for at bearbejde sin livssituation og komme videre i livet på en positiv måde. Rammen herfor kan beskrives på følgende måde:

- Manden får mulighed for at fortælle sin historie i et trygt miljø, herunder også at sætte ord på følelser og akutte vanskeligheder.
- Manden får mulighed for at træne kommunikative færdigheder, herunder at arbejde med hvordan man kan lytte og stille spørgsmål.
- Manden får mulighed for at lade sig inspirere af de andres historier, og hvordan de har tacklet særlige situationer for at komme videre i livet.
- Manden får mulighed for at gennemgå en proces og at sætte sig nye mål i livet efter en skilsmisse.
- Manden får mulighed for at trække på de andre deltagere mellem møderne, så han kan stifte netværk eller venskaber.
- Manden får mulighed for at forsætte relationen med de andre deltagere i gruppen, efter at det formelle forløb er afsluttet.

Strukturen på fokusgrupperne

Grupperne mødes hver 14. dag i mandecentret. To gange er det forsøgt at skabe et mere intensivt forløb med kortere intervaller, så deltagerne mødtes hver uge, men dette er vanskeligt for mændene at prioritere i en travl hverdag.

Intervallerne på 14 dage giver en rimelig tid til at arbejde med de spørgsmål, der var fokus på under den seneste møde. Grupperne mødes cirka otte gange med deltagelse af gruppelederne. Gruppen mødes hver gang kl. 17 på mandecentret på Christianshavn.

Mødernes varighed: Fra to til to en halv time pr. gang.
Deltagelse koster 150 kr. til lidt mad undervejs.

Deltagelse

Rekrutteringen til grupperne sker ved kontakten til de mænd, der under et rådgivningsforløb har vist interesse for at deltage i en gruppe. Noget tilsvarende sker i relation til de mænd, som i en kortere periode har været eller som er bosat på Mandecentret. Der er en stigende interesse for at deltage i fokusgrupperne.

Antallet af deltagere er højere end de seks til otte ved starten af grupperne, fordi erfaringen siger, at nogle falder fra efter 1 til 2 gange, og fordi en større gruppe skaber mere dynamik og flere kontakter mellem mændene. Det vægter lederne højt, da de fleste mænd mangler kontakt og mulighed for at tale med andre mænd i en tilsvarende situation. Det første møde har stor betydning. Nogle mænd sidder uroligt i stolen den første gang, og det er tydeligt, at de afkoder, om mødet er noget for dem. Men undervejs oplever lederne i løbet af aftenen en så stor grad af deltagelse, at det motiverer de fleste. Enkelte har formuleret det således:

“De andre deltagere er helt almindelige, og det er muligt for mig at tale om alle de *vanskelige* emner”.

Frafald kan skyldes problemer med at få tidspunktet til at stemme overens med børnepasning og andre gøremål og så den ustabile og kriseagtige situation, mændene befinder sig i. Men nogle har også givet den begrundelse for fravær, at de syntes, at de er et andet sted i deres proces end de øvrige mænd i gruppen. Disse mænd er som regel længere fremme i deres bearbejdning af skilsmissem.

Gruppeledernes rolle

Gruppeledernes rolle er at få gang i processen mellem deltagerne. De er som en art katalysatorer, der anvender inspirerende metoder. Det sker med korte oplæg til temaet på hvert møde.

Det har vist sig nødvendigt at styre forløbet, så vurderinger og gode råd mellem mændene ikke tager overhånd og fastlåser den enkelte. Lederne

ønsker at fremme en proces, hvor lederne bidrager til, at den enkelte bliver set, hørt og forstået for det selvarbejde, han gør, og så han kan anvende de andres historier som en kilde til inspiration.

Lederne fortæller undervejs om, hvordan forskellige mænd har oplevet og tacklet skilsmisssituationer, og hvordan de har oplevet deres egen skilsmisse og tab. Det er et led i den gensidige udveksling af erfaring og inspiration.

Gruppelederne holder sig fri af rollen som eksperter, der kan melde ud om, hvad der er rigtigt og forkert. Som ledere er det målet at bidrage til, at mændene bliver eksperter i deres liv. Tilgangen er derfor en empowerment tilgang som i mandecentrets individuelle rådgivning.

Temaer – der kommer i spil i “arbejdsprocessen”

Ved hvert møde fokuserer lederne som omtalt tidligere på et tema. Typiske temaer har været:

- Min nuværende situation og hvor jeg gerne vil bevæge mig hen
- Det vigtigste for mig i livet – og som mand
- Min kommunikation med min eksamlever
- Min smerte og sorg
- Min kontakt til mandlige venner og hvordan jeg får nye
- Hvordan skaber jeg nye netværk, hvor børnene indgår
- Mit fundament og mine næste skridt
- Bevidstgørelse omkring den bevægelse jeg har foretaget under deltagelsen i fokusgruppen
- Hvordan kan der komme noget godt/positivt ud af noget, der gør så ondt?

Resultater

Når mændene mødes i en gruppe og fortæller deres historier, bliver hver enkelt mand mere klar og bevidst på sig selv og sine egne værdier, håb og livsprincipper. Det sker, når han oplever sig hørt og set, og når han oplever, at han ikke er den eneste, der føler, som han gør, og at hans historie kan bidrage til inspiration for de andre.

Omvendt bidrager det at lytte til de andres historier til, at han kan se sin egen

med nye perspektiver. I fokusgruppen sætter mænd ord på alt det, der ikke kan siges andre steder. Derfor er fokusgruppen ofte et givende og muntert sted at være. Nogle deltagere har fremhævet, at de har belastet deres omgivelser med snak om deres skilsmisse, og at samtalerne i fokusgruppen giver mulighed for at tale med andre i deres netværk om andet end skilsmissen. Det kan være rart bare at tale om almindelige ting med kollegaer, venner og bekendte.

Der er et gennemgående træk, at mændene er blevet skilt på kvindens foranledning, og at det er kommet overraskende og chokerende for mændene. Flere har nævnt, hvordan skilsmissen har ført til isolation og selvmordstanker. Det åbner for spørgsmålstejn til mandens forståelse som mand. Her er det gavnligt for mændene at få en viden om, at det er helt almindeligt som mand at have to stærke værdisider, som det kan være vanskeligt at kombinere. På den ene side står ønsket om autonomi og på den anden side ønsket om at være i nære relationer.

De fleste af de mænd, der har været aktive i en fokusgruppe, betragter deres deltagelse som et væsentligt bidrag i deres proces med at blive mere afklarede med sig selv og komme videre i livet. I det følgende gengives udtalelser fra et par deltagere:

“Mit møde med fokusgruppen slår alt. De lytter til dig, og du lytter til dem. Det er det bedste, man kan foretage sig.”

“Det er rart at sætte ord på, hvad jeg har det svært med, og dejligt, at jeg ikke er alene om at have det svært.”

“Det er en dannelse, der foregår, når vi får udvidet vores horisont, får sat andre ord på vores historier, og at vi får forståelse for vores situation.”

“Jeg ved ikke, hvor jeg ville have været i dag, hvis det ikke havde været for fokusgruppen.”

“Det har været fantastisk at komme væk fra hjemmets fire vægge, og allerede på vej herind kan jeg trække vejret mere frit.”

“Nu er jeg mere klar på mig selv og parat til at gå videre med mit liv.”

“Jeg har en fremtid, selvom jeg har mistet kvinden i mit liv.”

Efter at det formelle forløb i fokusgruppen er afsluttet, lægger lederne op til, at mændene selv kan fortsætte gruppen og holde kontakten, og mandecentret lægger gerne lokaler til.

Metoder og teoretiske tilgange

Fokusgrupper er et spændende projekt, som lederne betragter som en løbende læringsproces, hvor udfordringen for lederne består i åbent at arbejde og udvikle nye tilgange og metoder. Lederne har som medarbejdere hver gang tilstræbt at tage en runde, hvor mændene på skift er i fokus. Nogle gange som en kort status med “siden sidst” runde. Det giver mulighed for at stille spørgsmål til den mand, der er i fokus på mødet.

Andre gange har lederne startet med temaet, så runden så vidt muligt med det samme har fokus på temaet. Lederne indleder ofte med et kort oplæg om temaet, eller de skriver en række coachende og inspirerende spørgsmål til temaet på en Whiteboard. Nogen gange har deltagerne herefter talt sammen om temaet – to og to. Her er der som regel en livlig og åben diskussion, som forplanter sig til resten af mødet. Lederne har ligeledes løbende forsøgt at anvende arbejdsmetoder som anvendelse af billedkort, værdikort, sangtekster og metaforer fra sportens verden, som f.eks. “træningsbanen”.

Gruppeledere har en relativt fri, processtyrende og coachende rolle, hvor lederne har forsøgt at få bevæget de mange historier frem mod en større erkendelse omkring skabelsen af ny identitet, og hvad det for mændene hver især vil sige at være mand. Indimellem har lederne også inddraget kulturen og de normale forventninger, som mange oplever som et pres på sig, og som de også selv bliver formidler af i forhold til andre mænd. Sigtet er at give støtte til fokuspersonens modstand mod de normer, som leder til en udbredt selvdisciplinering, og at bruge skilsmissen som inspiration til at bevæge sig mere frit i livet som mand, så han spiller en mere aktiv rolle i ændringen af sit liv. Som en mand udtrykte det: *“Skilsmissen er det værste og det bedste, der er sket i mit liv”*.

Lederne har anvendt et *systemisk perspektiv* for at få så mange perspektiver som muligt på skilsmissem, på det at være en familie og det at være mand. Hensigten er at inspirere processen i gruppen. Den enkeltes perspektiv er logisk nok, ifølge vedkommendes egne præmisser, men ved at høre på de andres perspektiver uden at have hovedet fuld af egne ord og tanker, får manden en større forståelse for, hvorfor han selv handler som han gør.

Det systemiske perspektiv har været udvidet med et *narrativt perspektiv*, hvor problemerne bliver set med distance af manden. Det giver oplevelsen af, at det ikke er manden selv, der er problemet. Det er problemet, der er problemet.

Denne distance er god som modgift mod de stigmatiserende vurderinger og konklusioner om egen identitet, som mange medbringer til møderne i fokusgruppen. Det er en proces, der bidrager til at mændenes egne historier om problemerne ofte mister tyngde, mens fortællingerne og handlingerne, der bekræfter og styrker mandens værdier, drømme og livsprincipper, bliver stærkere og tydeligere. Det er intentionerne i livet, der er omdrejningspunkt for samtalerne, og her spiller relationer til andre en meget betydningsfuld rolle.

På handlesiden inddrager lederne elementer fra *kognitiv adfærdsterapi*, hvor den enkelte mand vælger at arbejde med at omstrukturere negative automatiserede tanker om sig selv og skilsmissem med mere konstruktive tanker, og søge at omsætte disse til nye strategier og praksisser, som nu kan afprøves. Igennem samtalerne finder den enkelte frem til de små skridt, og hvis de ikke virker, kan andre afprøves.

Her spiller fokusgruppens trygge miljø en betydningsfuld rolle. Her er det muligt at eksperimentere sig frem til, hvad der virker i den enkeltes liv i. Derved lettes næste skridt med at føre det ud i hverdagslivet. Hvis det eventuelt skulle fejle, er der mulighed for at komme tilbage til trygge omgivelser og dele frustrationen og erfaringen med de andre.

Arbejdet med fokusgrupper er i dag en integreret del af arbejdet med mændene også i mandecentrets øvrige afdelinger og frivillige rådgivninger, og arbejdet udvikles fortsat.

BILAG 5 FORMIDLING OG KOMMUNIKATION

Kommunikation og formidling og søgningen til mandecentret fra målgruppen er og har været påvirket af eksponeringen i medierne. Hver gang mandecentret har været i de elektroniske eller trykte medier, har der været en umiddelbar respons i form af øget kontakt fra mænd i krise efter et samlivsbrud. Denne respons betoner vigtigheden af mediarbejdet og markedsføringen af mandecentres rådgivning, faciliteter og tilbud.

Med dagligdagen besat af rådgivning og servicering af boligafdelingen har der ikke været ressourcer til at deltage i den politiske debat og eksponere erfaringerne fra arbejdet med mænd i krise, så erfaringerne er blevet tilgængelige for offentligheden, politikere og de professionelle organisationer og institutioner. En stærkere eksponering af erfaringerne fra arbejdet med mænd i krise på mandecentrene kunne nuancere og supplere den offentlige debat med faktuel viden, der kunne tjene som modvægt til de tendentiøse udmeldinger, der undertiden kidnapper debatten på familieområdet.

Formål og funktionalitet på websitet www.mandecentret.dk – Sitet blev lanceret i foråret 2010.

GENERELT

Formålet var at ændre sitet fra et statisk, æstetisk og indholdstungt site til et lettere, mere fokuseret og dynamisk site. Hensigten var at betjene brugerne med deres mest akutte behov, møde dem i øjenhøjde og kommunikere mere direkte med brugerne.

Kommunikation og indhold og struktur i tre niveauer:

FORMÅL

Niveau 1

Brugerne

Sitets primære formål er et stærkere fokus på brugernes behov og forventning om hurtig adgang til vigtig information i en akut livssituation. Brugernes egne historier er væsentlige, både som illustration af livets barske virkelighed for offentligheden, og som læring og indsigt for andre mænd. Det er også

væsentligt at illustrere mandecentrenes faciliteter for at imødegå det fejlslagne billede, som trives i dele af offentligheden, nemlig at mandecentret er en pendant til mændenes hjem på Vesterbro.

Niveau 2

Offentligheden

Sitets sekundære formål er at give offentligheden, finansielle bidragsydere, politikere og andre beslutningstagere et indtryk af den faglige lødighed og det engagement, som arbejdet på mandecentrene hviler på. Holdninger og debatskabende input til medierne kan også være relevante på dette niveau, samt værdier og andre parametre, som mandecentrene finder det væsentligt at skilte med ud fra en markedsføringsmæssig betragtning.

Niveau 3:

Viden og interne forhold

Sitets formål er at være en markør af den viden og de aktiviteter, personer og andet, der understreger den faglige vinkel og indsigt, som findes på mandecentret. Andre emner kan her placeres efter kategorien "interne" begivenheder.

Dynamisk præsentation – flere oplevelser

Formidlingen på sitet skal opleves som mere dynamisk, fokuseret og oplevelsesrig. Det skal sikre bedre betjening af brugerne, og at de besøgende bruger mere tid på at anvende sitet.

INDHOLD

Forenkling og fokusering

Informativt sigter sitet mod en mere fokuseret opgave. Som følge heraf skal der ske en skarpere prioritering af informationen på sitet.

Sitet skal adskille sig fra den gængse norm på nettet, hvor mange store sites har udviklet sig til et "pulterkammer", fordi skidt og kanel lægges på sitet, fordi det er teknisk muligt. Det nye site prioriterer stram lancering af information og begivenheder. Målet er at sikre en stærkere gennemslagskraft, troværdighed og anvendelighed for brugerne. Sitet rummer **kun** væsentlige

informationer. Behov uden for denne kategori formidles gennem parallel menu på underliggende niveau eller via andre kanaler.

Kommunikativt budskab

Sitet sigter mod at kommunikere i et mundret, konkret og tankevækkende sprog, som en personlig og engageret dialog med brugerne af sitet. Målet er at undgå det kancelliagtige, institutionaliserede eller “socialpædagogiske” floskelsprog, der hærger sites af lignende art, og som derfor fremmedgør brugerne af www.mandecentret.dk

Stærk og forenklet formidling

Formidlingen baserer sig på video som den primære kanal, fordi levende billeder og lyd er den stærkeste kommunikation på nettet. Oplevelsen af en personlig dialog på nettet skaber engagement, identitet, troværdighed og læring gennem den spejling, som brugerne vil opleve i videoformidlingen, hvor der tales i øjenhøjde mellem brugere og afsender.

Teknisk og video

Alle produktioner er optaget i professionelt HD format med professionel lys-sætning og redigering. Der er aftalt og godkendt længde, slogans og anden grafisk præsentation af intro og afslutning m.m. mellem mandecentret og producenten, Black Horse Media Production – www.black-horse.dk

Content/indhold

Produktion af indholdet på sitet blev aftalt med mandecentret. Videooptagelserne er foretaget via en forudgående produktion af drejebog med skitse-ring af indhold og struktur. Interviews af personalet og andre er sket med instruktion før hver optagelse.

Strukturen

Sitet arbejder med et hovedsite, hvor alle de generelle informationer ligger, og en serie geografiske undersites – København – Odense – Århus – Aalborg – Guldborgsund – Viborg – Herning – Esbjerg, hvor de lokale aktiviteter og informationer placeres.

SITE MED 4 KANALER

Struktur og disponering af sitet mandecentret 2009

- Sitets åbningsside er dynamisk og oplevelsesbetonet.
- Åbningssiden arbejder med fire indgangskanaler med fire prioriterede temaer for sitet.
 1. Introduktion og portræt af mandecentret – hvilke tilbud har mandecentret?
 2. Ro på nu!
 3. Rådgivning af mænd med behov for hjælp i en akut skilsmisssituation eller konflikt om børn m.m. Mandecentrenes medarbejdere orienterer om intro til centrene, jura, børn, samtaler, coaching, sociallovgivningens muligheder, om det at bo på centret, samtaler og andre relevante temaer.
 4. Der er arbejdet med "5 Steps Videoer", der kort og kontant informerer om hvad, hvordan og hvorfor mænd skal agere efter et brudt parforhold.
 5. Nyheder og aktiviteter
 6. – der er principielt to muligheder for lancering af mande-nyheder:
 7. nyhederne er primære nyheder produceret og bearbejdet af mandecentrene eller
 8. nyhederne er samlet op fra alle tilgængelige kilder og lanceres via nyhedskanalen på sitet. Der skal i så fald findes ressourcer til dette job.
 9. Nyheder i den korte version lanceres gennem dynamisk nyhedsteaser i toppen af sitet. Omfang og indhold og hvad der er realistisk, skal afklares. Nyheder med længere tekster lanceres i selve nyhedskanalen.
 10. M2M – mand til mand – er en serie videoer, hvor mænd fortæller om deres skilsmisse, og hvordan de tackler den. Disse videoer er en pendant til pjecen med de 12 skilsmisshistorier udgivet af mandecentret i år 2009, men her altså skilsmisse som "live performance" fortalt af rigtige og levende skilsmissemænd.
 11. Hensigten er, at alle brugere/mænd vil kunne spejle sig i disse social-realistiske fortællinger, der rummer et utal af overraskende aspekter og erfaringer. Kanalen vil også kunne vise sig som et aktiv i forhold til offentligheden, politikerne og medierne.

CPH, ODENSE OG ÅRHUS M.FL.

Disse sub-sites indeholder samme 4-kanals struktur og samme dynamiske præsentation og temaer:

1. nyheder og aktiviteter,
2. Tilbud (samtaler, coaching, botilbud osv.)
3. kontaktinformationer og
4. galleri med billeder af interiør og andet fra centrene.

VIDENSDELING – LINK TIL MANDEVIDEN

På sitet er der et sub-site, MC PRO, hvor der er placeret adgang til den viden og erfaring, som mandecentret opsamler. MC PRO er

1. en emneopdelt side med vidensdeling, mediekit, egne publikationer osv. Denne side er en enkel og objektiv side med links til artikler, rapporter, og andre materialer m.m.
2. adgang til kontaktinformationer – easy to find.
3. Nyhedsbreve – kronologisk listede.
4. Impressum – andre oplysninger om mandecentrets historie, begivenheder m.m.

BILAG 6 STATISTIK

Nedenstående statistik er udtræk fra statsforvaltningernes registreringssystem fra

1. oktober 2007-31. december 2007

1. januar 2008-31. december 2008

1. januar 2009-31. december 2009

FORÆLDREMYNDIGHED OG BOPÆL

1. Hvor mange uenighedssager om forældremyndighed behandler statsforvaltningerne (inklusive afgørelser om bopæl)?

Nordjylland	Midtjylland	Syddanmark	Sjælland	Hovedstaden	i alt
323	515	554	351	854	2.597
1.209	2.351	3.005	2.060	3.874	12.112
1.170	2.781	3.373	1.988	3.710	13.022

Note: Alle afgørelseskoder er medtaget i dette tal, dvs. også koder for henlagt på grund

af passivitet, trukket tilbage, oversendt til anden myndighed eller indbragt for retten. Afgørelseskoder for videresendelse til andre tilbud i statsforvaltningen, koder for påklage til familiestyrelsen eller udeblivelser er dog ikke medtaget.

2. Hvor mange uenighedssager om bopæl behandler statsforvaltningerne?

Nordjylland	Midtjylland	Syddanmark	Sjælland	Hovedstaden	i alt
41	83	73	36	83	316
284	787	951	628	876	3.526
416	1.122	1.327	764	1.099	4.728

Note: Alle afgørelseskoder om bopæl er medtaget i dette tal, dvs. også koder for henlagt på grund af passivitet, trukket tilbage, oversendt til anden myndighed eller indbragt for retten. Afgørelseskoder for videresendelse til andre tilbud i statsforvaltningen, koder for påklage til familiestyrelsen eller udeblivelser er dog ikke medtaget.

3. Hvor mange af disse sager ender med en forligsmæssig løsning i statsforvaltningerne, og hvor mange sager bliver indbragt for retten?

a) forligsmæssig løsning i sager om forældremyndighed og bopæl, jf. spm. 1

Nordjylland	Midtjylland	Syddanmark	Sjælland	Hovedstaden	i alt
105	276	199	288	262	1.130
553	1.193	1.127	1.159	1.431	5.463
502	1.240	1.416	1.295	1.546	5.999

Note: Tallet angiver alle realitetsafgørelser (for både forældremyndighed og bopæl), der er kodet med "fuld enighed" og inkluderer således ikke f.eks. henlæggelser, oversendelser m.v.

b) indbragt for retten i sager om forældremyndighed og bopæl, jf. spm. 1

Nordjylland	Midtjylland	Syddanmark	Sjælland	Hovedstaden	i alt
99	173	150	100	306	828
343	750	849	636	1.100	3.678
361	716	823	541	1.078	3.519

Note: Tallet angiver, hvor mange afgørelser, der samlet er kodet med "Indbragt for retten" for både forældremyndigheds- og bopælssager.

c) forligsmæssig løsning i sager vedr. bopælsafgørelser, jf. spm. 2

Nordjylland	Midtjylland	Syddanmark	Sjælland	Hovedstaden	i alt
5	15	9	11	4	44
61	176	171	112	162	682
80	264	354	131	221	1.050

Note: Tallet angiver alle realitetsafgørelser (for bopæl), der er kodet med "fuld enighed" og inkluderer således ikke f.eks. henlæggelser, oversendelser m.v.

d) indbragt for retten i sager vedr. bopælsafgørelser, jf. spm. 2

Nordjylland	Midtjylland	Syddanmark	Sjælland	Hovedstaden	i alt
17	27	25	10	30	109
77	241	283	182	255	1.038
135	271	317	213	317	1.253

Note: Tallet angiver, hvor mange bopælsafgørelser, der er kodet med "Indbragt for retten".

4. I hvor mange sager behandles der også spørgsmål om samvær?

Nordjylland	Midtjylland	Syddanmark	Sjælland	Hovedstaden	i alt
6	24	11	11	34	86
16	74	79	17	53	239
20	106	143	32	112	413

Note: Tallet inkluderer alle realitetsafgørelser, der er kodet som "samværsafgørelser afledt af en forældremyndighedssag", men kun kodninger for "fuld enighed", "Overvejende enighed" eller "Uenighed/afgørelse".

5. I hvor mange sager træffes der en midlertidig afgørelse om hhv. forældremyndighed eller bopæl?

a) midlertidig afgørelse i sager vedr. forældremyndighed

Nordjylland	Midtjylland	Syddanmark	Sjælland	Hovedstaden	i alt
7	8	6	6	32	59
39	34	44	44	119	280
46	45	60	49	157	357

Note: Tallene inkluderer kun realitetsafgørelser, dvs. afgørelser kodet som "fuld enighed", "overvejende enighed" eller "uenighed/afgørelse".

b) midlertidig afgørelse i sager vedr. bopæl

Nordjylland	Midtjylland	Syddanmark	Sjælland	Hovedstaden	i alt
4	9	3	0	12	28
21	42	42	25	47	177
32	45	55	54	59	245

Note: Tallene inkluderer kun realitetsafgørelser, dvs. afgørelser kodet som "fuld enighed", "overvejende enighed" eller "uenighed/afgørelse".

6. I hvor mange sager behandles sagen med både juridisk og børnesagkyndig ekspertise?

Nordjylland	Midtjylland	Syddanmark	Sjælland	Hovedstaden	i alt
146	237	318	83	415	1.199
398	917	1.590	432	2.228	5.565
185	1.063	1.666	478	1.671	5.063

Note: Tallet omfatter udelukkende tværfaglige sagsbehandlingsmøder (ikke konfliktmæglings m.v.)

SAMVÆR:

1. Hvor mange "rene" samværsager behandler statsforvaltningerne?

Nordjylland	Midtjylland	Syddanmark	Sjælland	Hovedstaden	i alt
278	624	592	435	814	2.743
1.443	3.002	3.004	2.130	3.594	13.173
1.252	3.645	3.221	2.248	4.258	14.624

Note: Tallene inkluderer kun realitetsafgørelser, dvs. afgørelser kodet som "fuld enighed", "overvejende enighed" eller "uenighed/afgørelse".

2. Hvor mange sager ender med en forligsmæssig løsning i statsforvaltningerne?

Nordjylland	Midtjylland	Syddanmark	Sjælland	Hovedstaden	i alt
184	448	420	279	429	1.760
1149	2.152	2.096	1.522	2.351	9.270
872	2.640	2.271	1.466	2.612	9.861

Note: Tallene inkluderer kun realitetsafgørelser, dvs. afgørelser kodet som "fuld enighed" eller "overvejende enighed"

3. Hvor mange sager ender med en afgørelse i statsforvaltningerne?

Nordjylland	Midtjylland	Syddanmark	Sjælland	Hovedstaden	i alt
100	190	179	186	429	1.084
500	1.021	1.008	899	1.799	5.227
464	1.152	1.044	951	1.910	5.521

Note: Tallene inkluderer kun realitetsafgørelser, dvs. afgørelser kodet som "Uenighed/ afgørelse"

4. Hvor mange midlertidige afgørelser træffes der?

Nordjylland	Midtjylland	Syddanmark	Sjælland	Hovedstaden	i alt
6	31	24	8	57	126
33	93	79	55	178	438
34	94	109	67	170	474

Note: Tallene inkluderer kun realitetsafgørelser om "midlertidigt samvær" eller "ændring af midlertidigt samvær", dvs. afgørelser kodet som "Unighed/afgørelse"

5. I hvor mange sager behandles sagen med både juridisk og børnesagkyndig ekspertise?

Nordjylland	Midtjylland	Syddanmark	Sjælland	Hovedstaden	i alt
141	269	392	148	210	1.160
633	1.224	2.251	772	1.492	6.304
466	1.620	2.601	1.052	2.192	7.931

Note: Tallet omfatter udelukkende tværfaglige sagsbehandlingsmøder (ikke konfliktmæglings m.v.)

6. Hvor mange sager vedrører deleordninger?

Nordjylland	Midtjylland	Syddanmark	Sjælland	Hovedstaden	i alt
0	2	5	1	0	8
15	22	35	17	61	150
11	58	47	8	78	202

Note: Det bemærkes, at der er tvivl om, hvorvidt dette konsekvent kodes, eller om man blot koder f.eks. som fuld enighed. Tallet må derfor anses som usikkert.

7. Hvor mange overvåget samvær er der i statsforvaltningerne?

Nordjylland	Midtjylland	Syddanmark	Sjælland	Hovedstaden	i alt
10	13	5	43	23	94
38	58	21	104	111	332
36	44	45	97	168	390

INDDRAGELSE AF BØRN:

1. Antallet af sager, hvor børn er inddraget (fordelt på samtaler med børn, børnesagkyndige undersøgelser, forligsbestræbelser etc.)

	Nordjylland	Midtjylland	Syddanmark	Sjælland	Hovedstaden	i alt
Samtaler	35	142	79	137	124	517
	246	646	461	673	682	2.708
	274	577	450	655	634	2.590
Børnesagkyndige undersøgelser	2	5	2	4	14	27
	91	26	25	32	52	226
	22	45	41	59	102	269
Initiativret	0	5	0	0	2	7
	2	7	0	2	0	11
	0	12	1	5	2	20

Note: Forligsbestræbelser er ikke mulige at måle

2. Børnenes alder

	Nordjylland	Midtjylland	Syddanmark	Sjælland	Hovedstaden	i alt
under 7 år	5	17	2	18	12	54
	14	78	27	84	80	283
	29	80	40	95	60	304
8 år	4	16	8	9	13	50
	21	55	57	88	70	291
	23	71	62	81	86	323
9 år	2	18	13	14	13	60
	39	104	59	78	80	360
	31	69	53	83	78	314
10 år	5	16	9	16	20	66
	34	100	61	91	94	380
	31	83	62	85	100	361
11 år	2	17	9	20	17	65
	27	68	76	89	110	370
	45	69	61	73	87	335
12 år	4	10	13	19	20	66
	29	83	62	90	85	349
	34	72	65	80	79	330
13 år	6	15	10	15	13	59
	30	63	53	56	69	271
	30	54	43	68	78	273
14 år	1	10	5	7	5	28
	21	43	33	47	55	199
	24	35	30	46	32	167
over 15 år	4	12	9	10	8	43
	31	52	33	50	39	205
	27	44	34	44	34	183

ANDET

1. Antallet af konfliktmæglinger

Nordjylland	Midtjylland	Syddanmark	Sjælland	Hovedstaden	i alt
17	22	14	29	56	138
72	119	86	120	237	634
81	148	92	74	257	652

Note: Tallene inkluderer afgørelser kodet som "fuld enighed", "overvejende enighed" eller "uenighed/afgørelse", men omfatter her også afgørelser kodet som "Videre til andre tilbud", idet konfliktmæglingen i disse tilfælde må antages at være gennemført.

2. Antallet af børnesagkyndige rådgivninger

Nordjylland	Midtjylland	Syddanmark	Sjælland	Hovedstaden	i alt
60	60	42	139	188	489
274	653	844	616	717	3.104
200	716	1.040	365	518	2.839

Note: Tallene inkluderer afgørelser kodet som "fuld enighed", "overvejende enighed" eller "unenighed/afgørelse", men omfatter her også afgørelser kodet som "Videre til andre tilbud", idet rådgivningen i disse tilfælde må antages at være gennemført.

3. Antallet af møder inden for 30 dage

Nordjylland	Midtjylland	Syddanmark	Sjælland	Hovedstaden	i alt
306	526	219	325	1.134	2.510
510	987	861	1.111	2.214	5.683
645	1.376	2.325	1.867	2.543	8.756

4. Antallet af møder efter 30 dage

Nordjylland	Midtjylland	Syddanmark	Sjælland	Hovedstaden	i alt
285	568	1.075	632	822	3.382
1.239	1.498	2.488	1.214	1.615	8.054
1.851	2.138	1.549	2.585	1.937	10.060

5. Antallet af børnesagkyndige undersøgelser fordelt på de forskellige typer af sager

	Nordjylland	Midtjylland	Syddanmark	Sjælland	Hovedstaden	i alt
Samvær	2	4	2	2	14	24
	14	23	18	28	47	130
	21	8	33	47	92	221
Forældre-myndighed	0	0	0	0	0	0
	0	2	5	0	0	7
	1	9	3	4	0	17
Blandet (samvær/fm)	0	1	0	0	0	1
	5	0	2	4	5	16
	0	8	5	8	10	31

DEL 5 KILDER — EN OVERSIGT

De primære kilder, der indgår i undersøgelsen, er anvendt, mens de sekundære er medtaget som reference og til inspiration for læsere, der vil fordybe sig feltet.

PRIMÆRE KILDER

Divorce in a Psychosocial Perspective: Theory and Research

Joseph Guttman, University of Haifa
Hillsdale, New Jersey 1993

Skilte fedre – Omsorg, mestring og livskvalitet

Knut Oftung
Det samfundsvidenskabelige fakultet,
Universitetet i Oslo, 2009
Download på dette link: www.duo.uio.no/publ/iss/2009/96059/Oftung.pdf

Men, Masculinity, and the Contexts of Help Seeking

Michael E. Addis *Clark University*
James R. Mahalik *Boston College*
January 2003 • *American Psychologist*
Copyright 2003 by the American Psychological

Association, Inc. 0003-066X/03/\$12.00
Vol. 58, No. 1, 5–14 DOI: 10.1037/0003-066X.58.1.5

Men's Resistance to Seeking Help: Using Individual Psychology to Understand Counseling-Reluctant Men

Ryan A. McKelley
The journal of Individual Psychology, Vol. 63, No. 1, Spring 2007
O20C7 by the University of Texas Press, P.O. Box 7819, Austin, TX 78713-7619
Editorial office located in the College of Education at Georgia State University.

Mænd i Psykoterapi

Svend Aage Madsen, *Psykolog Nyt* 19, årgang 2008

HJÆLP – MÆND I KRISE. Hvordan finder mænd tilbage til livet efter kaos, konflikt, sorg og sammenbrud?

Publikation om mandekrisecentre i Danmark
Mandecentret, København 2009

En mulighed for at få sat livet sammen igen.

Evaluering af mandecentrets aktiviteter og resultater.

Udført af SUS – Socialt Udviklingscenter (2008)
Mandecentret 2009

Hjemløshed i Danmark 2009. National kortlægning.

SFI – Det Nationale Forskningscenter for Velfærd.

Download: www.sfi.dk/Default.aspx?ID=4681&Action=1&NewsId=2300¤tPage=2&PID=9267

Viden om kriser og krisehåndtering

Udarbejdet af Morten Holler og Mette Nayberg,
Dansk Krisekorps
og psykolog Edtvar Krogh, HR Region Syddanmark, Pjece
Februar 2009

www.regionsyddanmark.dk/dwn81647

Far, skilt og børn. 12 fortællinger om skilsmisser.

mandecentret, København 2008
Kan downloades fra www.mandecentret.dk under MC PRO

Rapport om forsknings- og praksiserfaringer vedrørende mænd i krise.

Kenneth Reiniche (2006)

En mulighed for at få sat livet sammen igen

SUS, Socialt udviklingscenter (2008)

To Hjem – Én familie.

Børn og forældres erfaring med deleordning.
Hanne Søndergaard Jensen (2009). Udarbejdet for Statsforvaltningen i Hovedstaden.

Fysisk Aktivitet og Evidens.

Livsstilssygdomme, folkesygdomme og risikofaktorer. Et opslagsværk til rådgivning og presedækning. Udgivet af Sundhedsstyrelsen (2006)
www.sst.dk

Når far er i krise.

Interview med chefpsykolog Svend Aage Madsen
Psykolog Nyt Nr. 1, 2007

Mænd i Psykoterapi.

Svend Aage Madsen
Psykolog Nyt Nr. 19, 2008

Cultural Life Scripts and Individual Stories

Af Dorthe Berntsen og Annette Bohn

In: Memory in Mind and Culture.

P. Boyer & J. Wertsch (EDS.)
Cambridge University Press, pp. 62-82

Forestillinger om et almindeligt Liv

Af Annette Bohn

magasinet Humaniora

Juni 2010

Lov om Social Service, LBK nr. 979 af 1. oktober 2008, Indenrigs- og Socialministeriet (nu Socialministeriet)

Websites:

www.mandecentret.dk

www.mandekrisecenter.dk/

www.mandecentre.dk/

www.foreningenfar.dk

www.moedrehjaelpen.dk

www.mandeterapeut.dk

www.tomasfriis.dk

www.alternativtilvold.dk

www.dialogmodvold.dk

www.boligfonden.org

<http://www.nemm.dk/>

<http://www.familieudvikling.dk/>

<http://www.informaworld.com/smpp/title~content=t904385540-link=cover>

www.psykiatri-region.dk

Video:

www.youtube.com/results?search_query=mandecentret&aq=f

SEKUNDÆRE KILDER

Handlemuligheder i socialt arbejde

– et casestudie om kommunal frontlinjepraktik på beskæftigelsesområdet

af Dorte Caswell, Ph.d.-afhandling, april 2005. Institut for Samfundsvidenskab & Erhvervsøkonomi.

Roskilde Universitetscenter.

Præsentation af anstrengelses-belønningsmodellen (“the effort reward model”) – den nye stressmodel

Ugeskrift for Læger 165/40. 29. september 2003, side 3815

Indsatsen over for særligt udsatte børn

Forældremyndighed / samvær

Statsamtet Ribe, december 2004.

www.statsamt.dk

<http://www.ft.dk/samling/20041/almudel/reu/bilag/156/129176.pdf>

Bachelorprojekt – efteråret 2003

“Skilsmisse i drengenhøjde”

bachelorgruppe bacS0116

Gerda Green Nielsen

Vold mod mænd i Danmark

Omfang og karakter – 2008

Udgivet i et samarbejde mellem

Statens Institut for Folkesundhed, Syddansk Universitet. og Minister for Ligestilling

www.lige.dk eller www.si-folkesundhed.dk

**Parforhold og medier i en reflektiv modernitet
– en undersøgelse af mænds refleksioner over
samliv og medier**

af Kresten Kay, Bjørn Ribers og Kåre Wenzel
speciale ved Roskilde Universitetscenter – februar
2007

Institut for psykologi og institut for kommu-
nikation

Arbejdsliv, forældreskab og køn

**– forhandlinger af løn og barsel i tre moderne
virksomheder**

Af Lotte Bloksgaard, Ph.d.-afhandling, Indle-
veret til bedømmelse i marts 2009

Evaluering av REFORM

– ressurscenter for menn Sluttrapport

Statskonsult 1. oktober 2004

In the Room with Men

A casebook of therapeutic change
American Psychological Association 2006

Beyond the Crisis of Masculinity

A Transtheoretical Model for Male-Friendly
Therapy
Gary R. Brooks

Men at Midlife

Michael P. Farrell and Stanley D. Rosenberg
Auburn House Publishing Company 1981

Men Talk

Stories in the Making of Masculinities
Jennifer Coates, Blackwell Publishing 2003

Direct social work practice Theory and Skills,

Seventh Edition

Dean H. Hepworth

Ronald H. Hepworth

Ronald H. Rooney

Glenda Dewberry Ronney

Kimberly Strom-Gottfried

Joan Larsen

Thomson Brooks/Cole

“Bære eller bryte”

Kommunikation og relasjon i arbeid med men-
nesker

Odd Harald Røkenes og Per-Halvard Hanssen

**Social Support for Divorced Fathers’ Par-
enting:**

Testing a Stress-Buffering Model

David S DeGarmo, Joshua Patras, and So-
pagna Eap,

Fam. Relat. 2008 Januar 2;

57(1): 35-48. doi:10.1111/j.1741-

3729.2007.00481.x.

Using the Stages of Change

By John C. Norcross, Ph.D and James O.
Prochaska, PH.D.

Harvard Mental Health letter, May 2002

**Processes and Stages of Change: Counseling
With the Transtheoretical Model of Change**

John. V. Petrocelli

Journal of Counseling & Development –

Winter 2002 -volume 80

Crisis Group Therapy with the Separated and Divorced

Author(s): Edward Hassall and Dorothy Madar Source: *Family Relations*, Vol. 29, No. 4, Family Stress, Coping and Adaptation (Oct., 1980), pp. 591-597 Published by: National Council on Family Relations Stable www.jstor.org/stable/584476

Patterns of Coping in Divorce and Some Implications for Clinical Practice

Author(s): Kenneth Kressel Source: *Family Relations*, Vol. 29, No. 2 (Apr., 1980), pp. 234-240 Published by: National Council on Family Relations Stable www.jstor.org/stable/584079

Factors Related to the Adjustment of Divorcing Men

Author(s): Stephen W. White and Bernard L. Bloom Source: *Family Relations*, Vol. 30, No. 3 (Jul., 1981), pp. 349-360 Published by: National Council on Family Relations Stable www.jstor.org/stable/584028

The Noninstitutions: Divorce, Desertion, and Remarriage

Author(s): Sharon Price-Bonham and Jack O. Balswick Source: *Journal of Marriage and Family*, Vol. 42, No. 4, Decade Review (Nov., 1980), pp. 959-972 Published by: National Council on Family Relations Stable www.jstor.org/stable/351835

When Husbands File for Divorce Author(s): Ruth B. Dixon and Lenore J. Weitzman Source: *Journal of Marriage and Family*, Vol. 44, No. 1 (Feb., 1982), pp. 103-115 Published by: National Council on Family Relations Stable URL: <http://www.jstor.org/stable/351266>

Journal of Divorce & Remarriage

Publication details, including instructions for authors and subscription information: www.informaworld.com/smpp/title~content=t792306891

Communication of the Decision to Divorce: A Retrospective Qualitative Study

Joseph M. Guminaa
California School of Professional Psychology,
Alliant International University, San Francisco,
California, USA

Response to Commentaries on the Problem of Masculinity

Michael E. Addis
Clark University Psychology of Men &
Masculinity © 2010 American Psychological
Association 2010,
Vol. 11, No. 2, 109–112

The Missing Discourse of Gender

DOI: 10.1177/00100002030004004
The Counseling Psychologist 2002 30: 567
Lucia Albino Gilbert and Jill Rader;
Online version: <http://tcp.sagepub.com/content/30/4/567>

Application of the Competency Model to Clinical Health Psychology

Professional Psychology: Research and Practice
Copyright 2008 by the American Psychological Association 2008, Vol. 39, No. 6, 573–580
Christopher R. France, Ohio University

Professional Development: Training for Professionalism as a Foundation for Competent Practice in Psychology Professional Psychology: Research and Practice

Copyright 2005 by the American Psychological Association
2005, Vol. 36, No. 4, 367–375
Nancy S. Elman
Pennsylvania State University

The role of stress in divorce: A three-nation retrospective study Guy Bodenmann & Linda Charvoz

Journal of Social and Personal Relationships
Copyright © 2007 SAGE Publications (www.sagepublications.com),
Vol. 24(5): 707–728. DOI:
10.1177/0265407507081456
September 2008

Implications for Diversity Competence Integrating Practice Guidelines Into Professional Training:

The Counseling Psychologist 2009 37: 519 originally published online 11 and Melissa Corpus Suzuki, M. Carole Pistole, Patricia Arredondo, Michael Duffy, Brenda X. Mejia Marie L. Miville, Changming Duan, Roberta

L. Nutt, Charles A. Waehler, Lisa
Online version: <http://tcp.sagepub.com/content/37/4/519>

Using the PRECEDE Model to Plan Men's Health Programs in a Managed Care Setting

Health Promot Pract 2006 7: 186
Margaret George Meador and Laura A. Linnan
Online version: <http://hpp.sagepub.com/content/7/2/186>
DOI: 10.1177/1524839904270502

Extending Cultural Competence through Systems Change: Academic, Hospital, and Community Partnerships

J Transcult Nurs 2007 18: 68S
Noel J. Chrisman
Online version: http://tcn.sagepub.com/content/18/1_suppl/68S
DOI: 10.1177/1043659606295692

The Process of Cultural Competence in the Delivery of Healthcare Services: A Model of Care

J Transcult Nurs 2002 13: 181
Josepha Campinha-Bacote
DOI: 10.1177/10459602013003003
Online version: <http://tcn.sagepub.com/content/13/3/181>

Targets of Change and Interventions in Social Work: An Empirically Based Prototype for Developing Practice Guidelines

Aaron Rosen, Enola K. Proctor and Marlyns Staudt

DOI: 10.1177/1049731502250496

Research on Social Work Practice 2003 13: 208

Online version: <http://rsw.sagepub.com/content/13/2/208>

A Review of Men's Health and Masculinity

Craig F. Garfield, Anthony Isacco and Timothy E. Rogers

AMERICAN JOURNAL OF LIFESTYLE MEDICINE 2008 2: 474

DOI: 10.1177/1559827608323213

Online version: <http://ajl.sagepub.com/content/2/6/47>

Male Emotional Intimacy:

How Therapeutic Men's Groups Can Enhance Couples Therapy

ROBERTGARFIELD, M.D – *Fam Proc* 49:109–122, 2010

Men's Help Seeking for Depression:

The Efficacy of a Male-Sensitive Brochure About Counseling

Joseph H. Hammer and David L. Vogel

The Counseling Psychologist 2010 38: 296

originally published online 17 November 2009

DOI: 10.1177/0011000009351937

Online version: <http://tcp.sagepub.com/content/38/2/296>

Dynamic professional boundaries in the healthcare workforce

Susan A. Nancarrow and Alan M. Borthwick

Sociology of Health & Illness 2005 ISSN 0141–9889, pp. 897–919

doi: 10.1111/j.1467-9566.2005.00463.x

“Mind the Gap...”

Protecting Children in Family

Law Cases

Powerpoint by Daryl Higgins & Rai Kapiew

Australian Government

Australian Institute of Family Studies

Marriage and Relationship Education:

A lifecourse perspective

Alan Hayes

Powerpoint

Australian Government, Australian Institute of Family Studies

Fathering After Separation Train the Trainer Workshop Package

Produced by Marymead Child and Family Centre

Australian Government

Challenges Faced by Fathers in a Divorce Support Group

Produced by Marymead Child and Family Centre

Australian Government

Fathering After Separation A Program for Separated Fathers

Produced by Marymead Child and Family Centre

Australian Government

**A Cube Model for Competency Development:
Implications for Psychology Educators and
Regulators**

Emil Rodolfa Russ, Bent Elena Eisman, Paul
Nelson, Lynn Rehm, Pierre Ritchie, Professional
Psychology: Research and Practice 2005, Vol.
36, No. 4, 347–354

**Facilitating father engagement:
The role of Family Relationship Centres**

RICHARD J FLETCHER

Family Action Centre, Faculty of Health, The
University of Newcastle, New South Wales

AMY L VISSER

Family Action Centre, Faculty of Health, The
University of Newcastle, New South Wales

Journal of Family Studies (2008) 14: 53-64

**The Effectiveness of a Divorce Education Pro-
gram on Father Involvement**

Emily M. Douglas

Journal of Divorce & Remarriage, Vol. 40(3/4)
2004

www.haworthpress.com/web/JDR

**A Model of Divorce adjustment for Use in
Family Service Agencies**

Ruth Griffith Faust

National Association of Social Workers Inc. 1987

**Factors Related to the Adjustment of Divorc-
ing Men**

Stephen W. White and Bernard L. Bloom

Family Relations July 1981

**Men, Relationships and Relationship Services:
*Putting the Cart Before the Horse? Papering
over the Cracks?***

A paper by Noel Giblett.

(NoelGiblett.com.au)

Published in *Psychotherapy in Australia*, Vol.5
No. 2, February 1999.

Andet: Danmarks statistik – Statistik Banken

PRODUCERET AF

MANDECENTRET KØBENHAVN 2010

www.mandecentret.dk

BLACK HORSE MEDIA PRODUCTION 2010

www.black-horse.dk