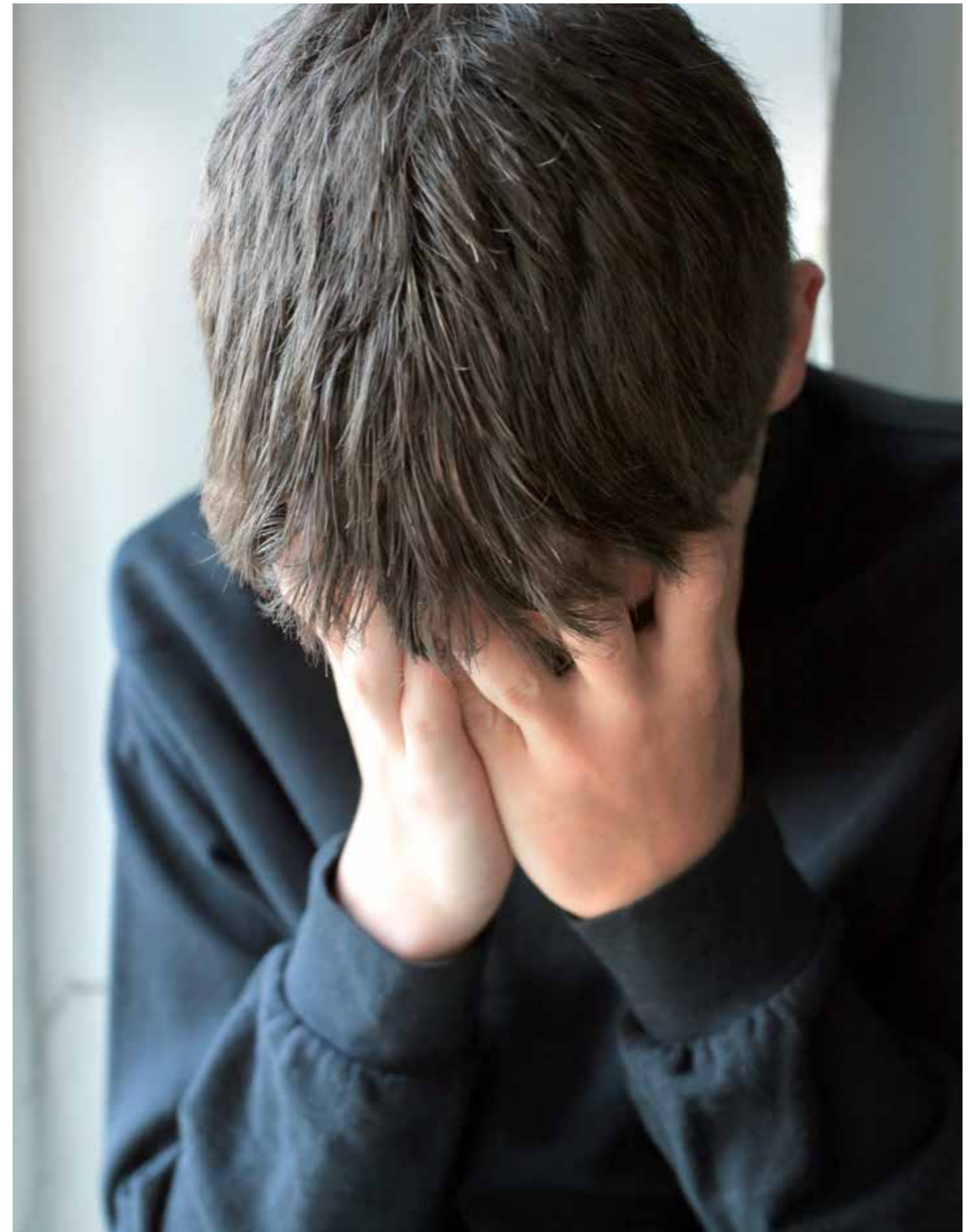




Voldens børn

En kvalitativ undersøgelse af børn og unge, der oplever vold i hjemmet

Udarbejdet af cand.pæd.pæd.psyk Carina Nielsen og sociolog Helle Dalgaard Lauridsen



Indhold

1.	Indledning	6	5.	Opsamlende konklusion	42
1.1	Formål med undersøgelsen	6	6.	Anbefalinger	44
1.2	Præsentation af børn og unge i undersøgelsen	7	6.1	Indsats for voldsudsatte børn	45
1.3	Læsevejledning	8	6.2	Bedre hjælp til børn i familier med delt samværsordning	45
2.	Teoretisk tilgang til behandling af voldsudsatte kvinder og børn	10	6.3	Mentorordninger	45
2.1	Målgruppe og indsats	11	6.4	Øget videndeling og tværgående samarbejde	46
2.2	Voldsudsatte mødre	11	6.5	Afslutning	46
2.3	Voldsudsatte børn	12	7.	Litteraturliste	48
3.	Metodiske overvejelser af den kvalitative undersøgelse	14	8.	Bilag	49
3.1	Enkeltmandsinterviews	15	8.1	Bilag 1 Interviewguiden	49
3.2	Udvælgelse af informationer	15	8.2	Bilag 2 Samtykkeerklæring og information om undersøgelsen	50
3.3	Interviewguiden	16			
3.4	Interviewsituationen	16			
3.5	Etiske overvejelser	17			
4.	Børn og unges fortællinger fra en barndom præget af vold	18			
4.1	At stå i midten	19			
4.2	Når mor rammes af volden, rammes børnene dobbelt	20			
4.3	Normalisering af volden	22			
4.4	En barndom præget af uforudsigelighed	23			
4.5	Når det er vanskeligt at regulere følelserne	24			
4.6	Følelse af at forsvinde fra omverdenen	25			
4.7	Vanskeligheder i skolen	26			
4.8	De sociale relationer	30			
4.9	Oplevelse af både støtte og svigt fra systemet	32			
4.10	At have et helle eller et skjulested	34			
4.11	Hjælp og støtte i Mødrehjælpen	35			
4.12	Børnenes reaktioner på volden i dag	36			
4.13	Håb og drømme for fremtiden – når det almindelige bliver ualmindelig vigtigt	39			

1. Indledning

Hvert år oplever ca. 28.000 børn at være vidne til vold i hjemmet¹. Ofte er børnene ikke blot vidner til volden – de oplever at stå midt i orkanens øje, hvor de ser, mærker og føler volden på egen krop. At stå lige der, har store konsekvenser for et barn.

Volden kan antage mange former. Vold kan være fysisk med lussinger, slag eller skub, men den kan også være af psykisk karakter. Den psykiske vold kan bære præg af voldsom skældud, trusler f.eks. om at blive forladt, om ødelæggelse af noget, som har værdi for barnet f.eks. sovedyr, computer eller at blive straffet for noget, som barnet ikke forstår. Det kan også være gentagende kritik og nedsettende udtalelser om barnets person, følelser eller adfærd. Eller barnet kan opleve manipulation af dets virkelighedsopfattelse, at blive ignoreret, ydmyget, at blive udstillet, hånet og latterliggjort, at blive udsat for svingende og uforudsigelig adfærd, overdreven og uberettiget placering af skyld og ansvar hos barnet. Barnet kan blive inddraget i forældrenes konflikter og blive bedt om at skulle tage stilling i forældrenes konflikter, at opleve, at den ene forælder konstant taler dårligt om den anden forælder til barnet, eller de kan være vidne til fysisk, psykisk og seksuel vold mod en af sine forældre. Barnet kan opleve at blive forhindret i kontakt med vigtige personer f.eks. bedsteforældre, venner eller den ene forælder. Disse eksempler er perspektiver, som Mødrehjælpen dagligt møder i projekt Ud af Voldens Skygge, som har til formål at give behandling til voldsramte kvinder og børn².

Selvom den psykiske vold ikke efterlader synlige ar, kan følgevirkningerne være mindst lige så alvorlige, som hvis barnet udsættes for fysisk vold. Psykisk vold påvirker barnets udvikling og kan sætte dybe spor i barnets psyke, som kan præge barnet helt ind i voksenlivet. Mange af de børn, som kommer i Mødrehjælpen, og som oplever vold i familien, kæmper med emotionelle vanskeligheder såsom angst, adfærdsproblemer, koncentrations- samt opmærksomhedsvanskeligheder og problemer med at etablere tillidsfulde relationer. Børnenes følelsesmæssige vanskeligheder og mangel på venskaber bevirker, at de ikke har de samme forudsætninger, som andre børn har, for at lege og udnytte de potentialer for udvikling og læring, der findes i legen. Børnenes koncentrationsvanskeligheder svækker desuden deres læring i skolen og daginstitutionen³. Volden, som barnet oplever i familien, har således en vidtgående pris.

1.1 Formål med undersøgelsen

Denne undersøgelse er udarbejdet i Mødrehjælpen – og er således ikke socialforskning – men er et forsøg på at skabe en øget opmærksomhed og viden om børn og unge, der vokser op i familier med partnervold samt at belyse, hvordan

denne vold har en pris for børn og unges generelle trivsel og udvikling.

Derfor gives i denne undersøgelse en stemme til seks børn og unge i alderen 12-16 år, som har erfaret voldens indgreb i deres familie, i skolen, i forhold til venner og fritid, men også hvordan volden har haft en pris for dem i forhold til deres selvforståelse og følelsesmæssige udvikling. I undersøgelsen vil de seks børn og unge kaste et tilbageblik på deres barndom, hvad den har været præget af, men også fortælle hvor de oplever at stå i dag, og hvad de håber og drømmer om for fremtiden.

På baggrund af børnenes og de unges udtalelser gives slutteligt anbefalinger på baggrund af perspektiver, som er fremkommet i undersøgelsen med fokus på udvikling af indsatsen for børn, der lever i voldsudsatte familier, herunder at bringe perspektiver til en national indsats for voldsudsatte i Danmark.

I Danmark er der endnu ikke udarbejdet dybdegående undersøgelser af vold-

¹ "Vold i nære relationer. Omfang karakter, udvikling og indsats i Danmark" af Karen Helweg-Larsen, Statens Institut for Folkesundhed i samarbejde med Ministeriet for Ligestilling og kirke (2012).

² For nærmere beskrivelse af projekt ud af Voldens Skygge se kapitel 2.

³ Mange af de børn, som Mødrehjælpen behandler i UVS, oplever trivselsvanskeligheder i deres daginstitution og skole. Socialstyrelsen fremhæver, at børn, som oplever vold i familien, kan være i øget risiko for mistrivsel og højt sygefravær i børnehave eller skole (Vidensportal).

ens betydning for barnet. Derfor er håbet med denne undersøgelse at bidrage med viden til dette område samt at tydeliggøre behovet for en særlig indsats ikke blot for mor og far, men også for barnet, som ofte oplever at stå midt i voldens orkan og må betale en høj pris – som Thomas udtaler i følgende citat:

“
Det var nederen,
at jeg fik taget
min barndom
fra mig.

Thomas 14 år

1.2 Præsentation af børn og unge i undersøgelsen

I undersøgelsen vil du blive præsenteret for følgende seks børn og unge⁴:

Laura

Laura er 12 år og bor sammen med sin lillesøster skiftevis hos sin mor og far i en 7/7-ordning.

Lauras barndom har været præget af fysisk og psykisk vold. Lauras mor og far blev skilt, da hun var fem år. Konflikterne

i familien har stået på, helt fra Laura var lille, og hun husker derfor ikke andet, end at konflikterne altid har været der. Laura fortæller, at indtil hun var fem år, oplevede hun vanskeligheder i forholdet til sin mor, og hun fortæller om, hvordan hun husker, at hendes far fik hende til at tro, at alt der skete i familien, var moderens skyld.

Frem til 5. klasse oplevede Laura udfordringer i skolen med at lære at læse, skrive og regne. Hun fortæller om, at udfordringerne i hjemmet medførte, at hun havde svært ved at koncentrere sig, fordi hun hele tiden tænkte på det, som skete derhjemme. I dag oplever Laura, at hun er blevet bedre til at lære til trods for, at hun stadig oplever svære udfordringer i familien.

Sofie

Sofie er 14 år. Sofie har ingen søskende og bor skiftevis hos sin mor og far i en 7/7-ordning. I sin fritid går Sofie til fodbold.

Sofies barndom har været præget af, at faderen har udøvet fysisk vold mod moderen, som er endt i besøg på skadestuen og politianmeldelser af faderen. Ud over at være vidne til den fysiske vold kan Sofie fortælle om den psykiske vold, som hun selv har været udsat for. Sofie var 10 år, da hendes forældre blev skilt. Hun fortæller om, hvordan hun oplevede, at konflikterne i familien blev værre efter skilsmissen, og hvordan hun i dag stadig

har svært ved at koncentrere sig i skolen.

Thomas

Thomas er 14 år og bor primært hos sin mor sammen med sin lillesøster. Hver anden weekend bor de begge hos Thomas' far.

Thomas er opvokset i Tyskland, men flyttede sammen med sin familie til Danmark, da Thomas var 9 år. 5 måneder efter familien ankommer til Danmark, bliver forældrene skilt. Thomas' barndom har været præget af vold og konflikter af forskellig karakter. Hvad der særligt fylder i tanker hos Thomas er bekymringen over søsterens depressive adfærd – en adfærd, som gør at han har svært ved at genkende sin søster, men også en adfærd, som han også selv tidligere har kæmpet med.

I fritiden er Thomas en gamer, og når han spiller computerspil med vennerne oplever han, at en anden verden åbner sig, hvor fortiden for en tid parkeres.

Marie

Marie er 14 år. Maries familie består af hendes mor, far, fars nye kæreste, storesøster og en halvlillesøster. I dag går Marie på kostskole.

Maries barndom har været præget af vold af både fysisk og psykisk karakter. Maries mor og far blev skilt, da Marie var

⁴ Der henvises til afsnit 3.4 Etske overvejelser om anonymisering af deltagerne i undersøgelsen.

6 år. Efter skilsmissen boede Marie og hendes søster ti dage hos deres far og fire dage hos deres mor. Faren får en ny kone, og Marie oplever igen på nært hold fysisk og psykisk vold. Sidstnævnte også rettet mod hende selv. Da Marie er 12 år, beslutter hun sig for udelukkende at bo hos sin mor. Dette var en svær beslutning, særligt med frygt for faderens reaktion.

I løbet af barndommen har Marie i 7 år gået til rollespil – en aktivitet som midt i det kaos, hun har oplevet i familien, har været et helle fra konflikterne i familien.

Mette

Mette er 15 år og går på en friskole. Mettes familie består af hendes mor, far og halvstoresøster på 27 år. Mette og hendes søster har ingen kontakt, siden søsteren flyttede til Dublin for 10 år siden. Mette bor udelukkende hos sin mor og bestemmer selv, hvornår hun vil se sin far. I hverdagen besøger Mette dagligt sin hest. Hos hesten oplever Mette et frirum fra udfordringerne i familien og på skolen.

Mette var 6 år, da forældrene gik fra hinanden. I dag har forældrene det stadig vanskeligt med at tale sammen. Mettes mor har det meste af Mettes barndom været meget præget af følgevirkningerne af den psykiske vold, som hun oplevede i forholdet til Mettes far. Dette har betydet, at Mette ofte har måttet tage sig af sin mor.

Mette har haft svært ved at koncentrere sig i skolen, og har reageret med at lukke sig inde i sig selv. Dette har også betydet, at hun kun havde få venner i skolen. I starten af 5. klasse skifter Mette til en friskole. At besøge hesten og at skifte til friskolen har en stor betydning for Mette i forhold til, hvor hun oplever at være i dag.

Sebastian

Sebastian er 16 år og går i dag på kostskole. Sebastians familie består af en lillesbror og en lillesøster samt Sebastians mor. Mors tidligere kæreste fylder også meget i familiebilledet, da han ifølge Sebastian var årsagen til, at volden opstod i familien. Vold af forskellig karakter, som Sebastian til sidst oplever, knækker moderen. Sebastian kender ikke til sin biologiske far, og derfor havde han som yngre også svært ved at finde ud af, hvad der var rigtig og forkert i forholdet mellem moderen og hendes kæreste.

Sebastians families nutid er stadig meget præget af konflikter med uønskede henvendelser fra morens tidligere kæreste.

Sebastian har oplevet at blive mobbet i skolen. Dette har en betydning for den sociale angst, som han også i dag kæmper med.

1.3 Læsevejledning

I dette indledende afsnit er givet en rammesætning af denne kvalitative undersøg-

else af børn og unge, der er opvokset i familier præget af vold.

I det følgende afsnit 2 gives en beskrivelse af Mødrehjælpens projekt Ud af Voldens Skygge – herunder beskrivelse af målgruppen samt en beskrivelse af behandlingen, som voldsudsatte kvinder og børn kan deltage i, ud fra et teoretisk perspektiv.

I det tredje afsnit redegøres for undersøgelsens metodiske overvejelser med udgangspunkt i valget af den kvalitative interviewmetode, begrundelse for udvælgelsen af børn og unge samt interviewets gennemførelse og brug af interviewguide og samtykke. Slutteligt gives en gennemgang af etiske overvejelser i forbindelse med interviews af børn og unge i sårbare positioner samt anvendelsen af deres udtalelser.

I det fjerde afsnit gives et analytisk blik på børnenes og de unges fortællinger fra en barndom præget af vold. Deres fortællinger perspektiveres til de teoretiske overvejelser, som behandlingen i projekt Ud af Voldens Skygge bygger på. Slutteligt i det femte afsnit gives en opsamlende konklusion på baggrund af børnenes og de unges fortællinger. Der gives anbefalinger med fokus på udvikling af projekt Ud af Voldens Skygge med henblik på også at bibringe perspektiver til en national indsats for voldsudsatte i Danmark.



2. Teoretisk tilgang til behandling af voldsudsatte kvinder og børn

Mødrehjælpen kan kvinder og deres børn, som har været udsat for fysisk og/eller psykisk vold, få hjælp i behandlingsprogrammet Ud af Voldens Skygge. Det er et ambulans tilbud, hvor der ydes en parallel og fælles indsats til både mor og barn⁵. Formålet er at bearbejde de fysiske og psykiske reaktioner, som mor og barn har fået efter at have levet i et voldeligt, grænseoverskridende forhold.

De børn, der har deltaget i undersøgelsen, har alle været i behandling i Ud af Voldens Skygge. I det følgende gives derfor en kort beskrivelse af målgruppen for denne indsats, en beskrivelse af behandlingsforløbet samt det teoretiske udgangspunkt herfor, for at tilvejebringe den kontekst, analysen tager sit afsæt i.

2.1 Målgruppe og indsats

Mødrehjælpen indsats for voldsudsatte er i dag for kvinder, som har været udsat for fysisk og/eller psykisk samt andre former for vold fra en tidligere partner. Det betyder således, at kvinden skal have forladt, eller taget beslutningen om at forlade den voldelige partner, såfremt hun ønsker at deltage i behandlingsforløbet. Kvinden skal have mindst et barn i alderen 0-12 år.

Indsatsen er dog ikke kun for voldsudsatte kvinder, men den henvender sig ligeledes til kvindernes børn, som har oplevet deres mor være udsat for psykisk og/eller fysisk vold. Børn i alderen 0-18 år kan deltage.

Behandlingsforløbet for kvinderne er inddelt i tre faser:

- 1) **En stabiliserings- og rådgivningsfase**, der giver kvinden bedre overblik over sin situation og har til formål at mindske hendes umiddelbare stress. Her vurderes det ligeledes, hvordan kvindens og barnets tilbud i Ud af Voldens Skygge skal tage sig ud.
- 2) **En behandlingsfase**, hvor kvinden deltager i både gruppebehandling og modtager individuelle samtaler. Formålet med behandlingen er at styrke kvindens forældreevne samt kvindens følelsesmæssige løsrivelse fra den voldelige ex-partner.
- 3) **En udslusningsfase** med fokus på at fastholde den positive udvikling for såvel kvinden som barnet.

Behandlingsforløbet for børnene er inddelt i tre faser – tilsvarende forløbet for kvinderne:

- 1) **En afklarende rådgivningsfase**, der har til formål at afdække barnets oplevelser med vold og konflikter i familien, og hvilke udfordringer barnet møder som følge heraf.

Sammen med barnet og moderen tilrettelægges et individuelt forløb for barnet og eventuelt moderen.

- 2) **En behandlings/rådgivningsfase**, der kan bestå af mor-barn samtaler, individuelle samtaler og gruppeforløb – alt efter barnets behov. Det overordnede formål med behandlingen er at hjælpe børnene med at sætte ord på deres oplevelser, give dem redskaber til at navigere i det konfliktfelt, de ofte stadig befinder

sig i, samt give dem støtte til at regulere svære følelser og regulere ubalance i nervesystemet.

I mor-barn-samtaler er der fokus på styrkelse af mor-barnrelationen ved hjælp af tilknytningsfremmende øvelser, ligesom moderen støttes i bedre at kunne støtte barnet samt rumme og forstå barnets reaktioner.

I forhold til gruppeforløbet tilbydes børn i alderen 6-15 år deltagelse i en børnegruppe. Adskillige undersøgelser peger på, at børn, der har oplevet vold i hjemmet, profiterer af behandling af de traumatiske oplevelser i en gruppe med andre, der befinder sig i lignende situationer⁶. Muligheden for at dele sine oplevelser med ligestillede, mindsker oplevelsen af at være alene, og genkendelsen hos andre er med til at reducere de skam- og skyldfølelser, børn i voldsudsatte familier ofte er præget af.

3) **En udslusningsfase** med fokus på at give barnet en god afslutning med gruppen/det individuelle behandlingsforløb, og hvor barnet støttes i at konsolidere de erhvervede mestringsstrategier.

2.2 Voldsudsatte mødre

Mange kvinder, der starter i behandling for vold i familien, har ofte levet med volden og dens eftervirkninger i en længere periode, og de har været nødt til at udvikle forsvars- og fortrængningsmekanismer i et forsøg på at holde sammen på hverdagen og rollen som forælder. Mange kvinder oplever fortsat, at udøveren har magt og kontrol over hende, til trods for, at de ikke længere er sammen. Nogle kvinder føler også fortsat en dyb følelsesmæssig afhængighed af den voldelige eks-partner, en traumatisk binding. Konsekvensen er ofte, at kvinden binder meget energi i at forholde sig til sin voldelige partner, og resultatet er ofte en tilværelse med nedsat funktionsniveau, der påvirker hendes tilknytning til børnene og f.eks. også til arbejdsmarkedet.

Voldsudsatte kvinder lider ofte af fysiske symptomer som søvnmangler, koncentrationsbesvær, hukommelsesbesvær, irritabilitet, spændinger og fysisk udmattelse. Af psykiske symptomer ses ofte angst, depression, flashbacks, mareridt, psykisk træthed, grådtilbøjelighed og oplevelse af magtesløshed. Mangeårig erfaring med mødre, der har været udsat for vold, viser, at kvindernes evne til at yde omsorg ofte er proportional med deres egne traumeresponser. Når mødre bliver stillet over for situationer, der aktiverer deres egne fysiske og psykiske reaktioner, bindes deres energi til disse, og gør det langt sværere

⁵ Er der flere børn i familien, er der mulighed for at alle kan deltage i behandlingen.

⁶ F.eks.: Peled E., Jaffe P.G & Edleson J.L., 2004 "Ending the cycle of violence: Community response to children of battered women", Thousand Oaks, CA.: Sage. Eller Tutty R. M. & Waggar J., 1994 "The evolution of a group for young children who have witnessed family violence" i: Social Work with groups No. 17.

for mødrene at være "gode nok" i relationen til deres børn.

Udgangspunktet for behandlingen er, at kvinderne bearbejder deres gentagne traumatiske oplevelser og følgevirkningerne af disse samtidig med, at de styrkes i deres forældrekompetence. De får indsigt i børnenes situation og redskaber til at bearbejde børnenes oplevelser sammen med dem. Konkret arbejdes der med kvindernes skyldfølelse over for børnene og indsigt i vigtigheden af at tale med deres børn om volden. Desuden er der fokus på at få kvinden til at se volden og barnets nuværende situation fra barnets perspektiv – at få moderen til at se og forstå sit barn. Dette har stor betydning for barnets udviklingspotentiale.

2.3 Voldsudsatte børn

Oftentimes vil tilknytningen mellem den partnervoldsramte kvinde og hendes barn være svækket som følge af de traumer, kvinden har været udsat for. Kvinden kan have vanskeligt ved at være opmærksom på barnets behov og følelser og kan opleve, at barnets affektudbrud kan minde hende om den vold, hun har oplevet i sit parforhold og dermed fungere som triggere, og gøre det svært for hende at regulere sig selv og barnet.

Det ses ofte, at børnene føler sig svigtede og er vrede på deres mor, fordi hun fremstår som svag og usikker i forhold til børnene, hvorimod faderen fremstår mere stærk og robust, og ofte indtager en tydelig holdning til samspillet og hændelserne i familien. Det er desuden erfaringen, at mødrene i en del tilfælde ikke tror eller ved, at barnet har oplevet volden og er stærkt præget af oplevelserne.

Barnet kan have stærke ambivalente følelser over for faderen og således både være vred på faderen over den vold, han har udøvet over for moderen, og samtidig have behov for at bibeholde relationen/kontakten til ham, af frygt for at miste ham⁷.

Det er meget forskelligt fra barn til barn, i hvilken grad barnet har sat ord på og talt med andre om volden og konflikterne i familien. Ydermere er det individuelt, i hvor høj grad barnets trivsel er påvirket heraf. Nogle børn kan skue tilbage på volden, mens andre stadig i forskelligt omfang befinder sig midt i orkanens øje, også selvom forældrene eller moderen og moderens nye kæreste ikke længere er samlevende.

2.3.1 Teoretisk referenceramme

I det følgende afsnit gives en teoretisk referenceramme til voldens betydning for børnene.

I denne undersøgelse arbejdes ud fra den overordnede referenceramme, at vold og konflikter altid i et eller andet omfang skaber en dysregulering i nervesystemet, og at børnenes emotionelle vanskeligheder samt udfordringer med koncentration og opmærksomhedsstyring ikke blot kan afhjælpes ved italesættelse og fokus på mestringsstrategier, men samtidig kræver et fokus på regulering af barnets nervesystem. Til dette formål ind-

drages Paul MacLeans teori om den tredelte hjerne.

'MacLean hjernen' opdeler menneskets hjerne i tre lag, som han mener, er kvantespring i den menneskelige hjernes evolutionære udvikling, og som alle tre er massivt forbundne via hjerneceller. De tre dele har forskellige benævnelser, men kaldes her krybdyrhjernen (den autonome), den gamle pattedyrhjerne (den limbiske) og den nye (neocortikale) pattedyrhjerne.

Den nye pattedyrhjerne er ansvarlig for hæmning af uhenigtsmæssige impulser, for perception, problemløsning, planlægning og andre former for kompleks tænkning. Den gamle pattedyrhjerne bearbejder følelse og hukommelse, mens krybdyrhjernen er ansvarlig for overlevelse, og styrer vores basale overlevelsesinstinkter som kamp, flugt, fastfrysning og frygt (Levine & Kline, 2012).

At opleve vold i familien kan for børnene være traumatisk, men er det ikke nødvendigvis. Det er afgørende for, hvorvidt barnet bliver traumatiseret eller ej, hvordan nervesystemet bearbejder begivenheden, og således ikke kun i voldsomheden af det som opleves (Levine & Kline, 2012).

Hjernens vigtigste funktion er at sørge for vores overlevelse. Denne egenskab tilegnes særligt krybdyrhjernen, der har dette som sit primære formål. Her vurderes og gemmes informationer, når krybdyrhjernen har sanset, at der er fare på færde. Før de øvrige dele af hjernen har nået at forholde sig til faren, har krybdyrhjernen igangsat en usædvanlig stor mængde energi, der skal sikre overlevelse. I de tilfælde, hvor det ikke er muligt at bruge energien til at kæmpe eller flygte, er mennesket biologisk programmeret til at fastfryse. For børn, der oplever vold i familien, er det ofte ikke en mulighed reelt at kæmpe eller flygte, og der er derfor risiko for, at den ophobede energi ikke bliver afladt. Som følge heraf kan der ske en mere eller mindre permanent overaktivering i nervesystemet, og barnet kan fastlåses i en tilstand af hyperarousal (overdreven årvågenhed) eller hypoarousal (nedlukning).

Psykoedukation om nervesystemet og den tredelte hjerne tillægges stor vægt for børnene. Mange af børnene oplever eksempelvis, at de bliver bange uden grund, hvis de hører høje stemmer eller døre, der smækker. De kan have svært ved at rumme og forstå deres egne reaktioner. Når børnene lærer om, at hjernen og nervesystemet efter overvældende oplevelser som for eksempel vold, ofte reagerer reaktivt, opnår de en mulighed for at forstå dem selv i relation til de oplevelser, de har haft i familien, og de lærer at forstå, hvordan deres generelle reaktions-

⁷ I mor/barn-samtalerne vil blive der lagt vægt på, at moderen kan støtte barnet i fortsat at have kontakt til faderen, eller hvis nødvendigt, støtte barnet i eget ønske om pause i samværet med faren, og at moderen meget tydeligt giver udtryk for, at barnet ikke er ansvarlig for eller skyldig i volden.

mønster kan pege tilbage dertil. Børnene oplever med andre ord en normalisering af deres følelser og reaktioner, hvilket har stor betydning for deres selvværd og selvforståelse.

Et andet centralt perspektiv er den narrative tilgang med fokus på eksternalisering. Dette er en bestemt sprogform, hvor man ser barnets udfordringer som noget, der rammer barnet, men ikke er i barnet og dermed ikke definerer barnet.

3. Metodiske overvejelser af den kvalitative undersøgelse

I dette afsnit redegøres for den valgte kvalitative tilgang og hvilke metodiske overvejelser, undersøgelsen bygger på.

3.1. Enkeltmandsinterviews

For at få en dybdegående forståelse for barnets oplevelser med højniveaukonflikter og/eller vold i hjemmet, samt hvilken betydning disse oplevelser har for barnets generelle trivsel og udvikling, er det valgt at tage udgangspunkt i enkeltmandsinterview. Formålet med valget af denne metodiske tilgang er at skabe et fortroligt og tillidsfuldt rum, hvor barnet kan fortælle om sine oplevelser i familien – også oplevelser af mere følsom karakter. For at skabe mest mulig genkendelighed for børnene, er de blevet interviewet i Børnerummet⁸, hvor de også tidligere i deres deltagelse i Ud af Voldens Skygge har haft samtaler med behandlerne i indsatsen. At sikre en høj grad af genkendelighed i forhold til det fysiske rum, kan være med til at sætte en trykramme om den svære samtale.

3.2 Udvælgelse af informationer

Alle informanterne er børn og unge i alderen 12-16 år, som har deltaget eller deltager i Ud af Voldens Skygge. Dette betyder også, at alle de unge, som er udvalgt til denne undersøgelse, har været vidne til eller selv oplevet mindst én af de fem voldsformer i familien – vold af enten fysisk, psykisk, seksuel, økonomisk eller materiel karakter. I det følgende beskrives eksempler på de forskellige voldsformer, som de unge har oplevet i familien.

Eksempler på fysisk vold

Nogle af de unge har mærket den fysiske vold på egen krop eller set fysiske overgreb på deres mor i form af slag, skub og i værste fald knivstikkeri, som har inkluderet politiets indgreb og moderens besøg på skadestuen. Tre af de unge fortæller:

"Jeg fik et chok. Mit hjerte bankede rigtig meget, fordi min mor kom ind med blod ud over det hele. Og lige pludselig hørte jeg politiet. Det var helt mærkeligt, at det skete i vores lille familie."

"Min mor og min far skændtes hele tiden. Min far har givet knyt-næver på min mor, fordi han blev sur på min mor (...) Han har ikke givet mig en knyt-næve, men har hevet mig op ad gulvet. Det er hvad jeg kan huske. Og så har han slået mig."

"Jeg har nogle minder, som har sat sig fast. Jeg har et minde fra engang, hvor vi skulle flytte. Hvor min mor og far kom op at skændes og det endte med, at min far kastede en pung efter min mor og min mor kastede kartofler efter min far. Og så tog min søster mig med op på sit værelse, så jeg ikke så mere."

Eksempler på seksuel vold

Andre har været vidne til seksuelle overgreb mod moderen og gentagende trusler af seksuel karakter. Dette kan eksempelvis være i form af, at faderen forlanger, at moderen skal være klar til seksuel udfoldelse, uden at sige nej, eller tvinge moderen til at være med i grænseoverskridende seksuelle aktiviteter. Dette er illustreret i følgende citat, hvor en af de unge på et spørgsmål om, hvordan skænderierne typisk opstod mellem mor og far, fortæller:

"Han ville primært have noget af min mor. Nogle gange ville han have sex. Og nogle gange ville han bare bestemme over min mor. Og hvis hun ikke ville det, kunne han nemt blive sur. Når jeg tænker over det, var det ofte sådan det startede. Han var i hvert fald ikke helt normal. Fordi der var mange ting, jeg aldrig helt forstod også, hvad der var grunden til, at de kom op at skændes. Når min mor har sagt fra over for ham, så er det bare slået klik for ham."

Eksempler på materiel og økonomisk vold

Enkelte børn har været vidne til vold af materiel og økonomisk karakter. Denne voldsform kommer til udtryk ved, at faderen kan styre eller overtager moderens økonomi og private ejendom, eller undlader at inddrage hende i større økonomiske beslutninger. Et eksempel herpå kommer blandt andet til udtryk i dette citat, hvor en af de unge fortæller:

"Det startede, da min far lavede falske regninger mod min mor. Han lavede falske bilag. Min mor ville rigtig gerne købe den lejlighed min far og mor boede i dengang. Da den var til salg, opfandt min far en falsk person, det var en person der havde levet, men for mange, mange år siden. Så kom der falske bilag. Advokaten fandt ud af, at de kom fra min far. Og det startede en retssag. Det fik min mor ud i, at hun blev rigtig stresset. Der kom flere og flere mails fra min far, som ikke var rare."

Eksempler på psykisk vold

Den psykiske vold er gennemgående i alle samtaler med de unge, og er ofte relateret til de andre voldsformer. I en undersøgelse fra SFI defineres den psykiske vold mod børn som følgende; "I forskningslitteraturen forstås psykisk vold som et gentagende mønster af utilstrækkelig omsorg og støtte fra omsorgsgiver,

⁸Børnerummet er det sted, hvor børnene mødes med behandlerne for at tale om de udfordringer, der er i familien. Rummet er indrettet med farverige møbler, er fyldt med legetøj og på væggene hænger forskellige tegninger tegnet af børn – alt sammen for at skabe en hyggelig og hjemmelig atmosfære, så det føles trygt og rart at være der.

herunder handlinger, der viser barnet, at det er værdiløst, skadet, uelsket eller uønsket.” (SFI, 2016).

Alle de unge har oplevet den psykiske vold i familien, som både rettes mod deres mor, søskende og dem selv. I forhold til den psykiske vold oplever børnene således at blive dobbelt ramt, idet de både er vidne til, at den psykiske vold rammer deres mor og søskende, men også hvordan de selv oplever at blive ramt.

Den psykiske vold kan antage forskellige former. For eksempel kan den psykiske vold komme til udtryk i forbindelse med **kritik og ydmygelse** – i form af kritik af moderens madlavning, eller kritik og ydmygelse af de unges spisevaner og overvægt. Dette fremgår af følgende citater:

“Det var lidt lige som byggeklodser – det var en lille ting, der startede det, f.eks. at hun ikke kunne finde ud af at lave mad. Så blev der bare bygget flere og flere ting ovenpå, som mor ikke kunne finde ud af [...] Han gav os en idé om, at mor var den onde. Der måtte være en grund til, at han blev sur. Det var svært at skelne mellem, hvem der gjorde noget forkert i situationen.”

“Han havde nogle diskrete måder at sige det på, men som ramte mig helt vildt hårdt. Som for eksempel – ‘Er du sikker på, at du skal have anden portion?’. Efter jeg flyttede, var det noget der fulgte mig rigtig meget. Og jeg så ham stadig i weekenderne, så jeg hørte jo stadig alle de kommentarer. Så jeg var lidt på vej ud i en spiseforstyrrelse, jeg var ikke så god til at spise. De fredage jeg skulle hjem til ham, kastede jeg min morgenmad op, fordi jeg var bange for at skulle ned til ham, hvilket jo ikke var specielt godt. På det tidspunkt var jeg 12 år.”

Den psykiske vold kan også komme til udtryk i **manipulation og forvrængning** i forhold til at benægte fakta, eller få tingene vendt på hovedet, så det ser ud som om, at det er de andre, der er problemet, f.eks. hvor moderen gives skylden. De unge fortæller blandt andet om, hvordan de har oplevet, at faderen kritiserer og manipulerer moderen, men også hvordan de selv oplever at blive manipuleret med. Disse perspektiver fremgår af følgende citater:

“Han sagde til mig, at det var min mors skyld. Det var hårdt at høre på.”

“Skænderierne forgik om der var børn til stede eller ej. Han prøvede at få mig med på hans side, hvis der var et skænderi. Hvis der var noget min mor ikke synes jeg skulle, så måtte jeg godt for ham. Han gav mig nogle gange gaver og prøvede at lokke mig til at holde med ham. Det forstod jeg ikke rigtig, da jeg var lille. Jeg kunne ikke forstå, hvorfor min mor blev sur og ked af det nogle gange.”

Eller den psykiske vold kan komme til udtryk i **lange perioder med total afvisning**. En af de unge fortæller om afvisning i op til flere dage:

“Der kunne gå perioder, hvor han ikke snakkede med mig (...) han slukkede for internettet, når han var sur på mig. Og det blev sådan, at han bare stoppede med at snakke med mig i fem dage.”

Slutteligt kan den psykiske vold komme til udtryk ved **trusler** mod moderen eller børnene, f.eks. kan faderen true med at forlade familien, true moderen med at tage børnene fra hende eller true med selvmord.

“Så havde han trukket kortet. Han har sådan et selvmordskort, kalder vi det, som går ud på, at han sidder og græder, mens vi snakker, og så pludselig siger han, men hvis jeg ikke har jer, så har jeg ikke nogen grund til at leve og så kan det hele være lige meget. Så der fik min søster smækket den i hovedet, at hvis hun ikke ville blive boende, så ville han begå selvmord. Og så endte hun med at blive boende dernede og give det en chance.”

3.3 Interviewguiden

Til undersøgelsen er der udarbejdet en interviewguide, som overordnet er struktureret ud fra følgende tematikker:

1. Barnets oplevelser i familien præget af højt konfliktniveau/vold af fysisk, psykiske, seksuel og/eller materiel karakter
2. Konflikternes/voldens betydning for barnets forskellige arenaer (herunder forhold til forældre, forhold til søskende, skolen, venner, fritidsaktiviteter)
3. Hvad har hjulpet/beskyttet barnet

Se hele interviewguiden i bilag 1. Alle interviews har taget udgangspunkt i interviewguiden, hvor enkelte spørgsmål er tilpasset det enkelte barns livsomstændigheder.

Desuden er der valgt en semistruktureret tilgang til interviewsituationen. At der arbejdes med en semistruktureret interviewsituation betyder, at der stilles åbne spørgsmål, hvor det er muligt at forfølge de svar, som børnene giver. Dette er essentielt ud fra ønsket om at skabe en indsigt for deres forståelsehorisont, samt at få deres egne ord for de oplevelser, de er formet af.

3.4 Interviewsituationen

Den indledende kontakt til børnene er gået gennem børnenes mødre, som er blevet spurgt om, hvorvidt de ønskede, at barnet skulle deltage. Hertil er børnene selv blevet spurgt, om de ønskede at deltage i undersøgelsen. Indledningsvist er der givet en uddybende beskrivelse af undersøgelsens formål og anvendelse

samt forhold vedrørende barnets deltagelse i undersøgelsen. Her er der lagt vægt på det frivillige ønske om deltagelse, og at deltagelsen ikke vil have nogen betydning for det at være deltager i Ud af Voldens Skygge. Flere af børnene har ytret et ønske om gerne at ville hjælpe Mødrehjælpen, og give noget tilbage, da de selv oplever at have fået en stor hjælp i Mødrehjælpen.

Før selve interviewet er børnene blevet taget imod af børnerapeut eller pædagog i Mødrehjælpen, som har haft en indledende samtale inden interviewet skulle starte. Her har de haft mulighed for at drøfte interviewet og fortælle, hvad det ville komme til at handle om, samt drøfte spørgsmål og nedtone eventuel nervøsitet. Dette har typisk været af 15-20 minutters varighed.

Under selve interviewet har en interviewer (sociolog), barnet samt børnerapeut eller pædagog været til stede. Det er prioriteret, at børnerapeut eller pædagog skulle være til stede for at skabe et trygt og genkendeligt rum for barnet, men dog ikke være den primære interviewer. Dette ud fra betragtningen om, behandlerne kender barnets historie godt, og at der vil kunne opstå indforståethed i samtalen. Derudover har det været vigtigt at skabe et rum, hvor barnet kunne føle sig fri til (ikke) at fortælle den del af deres historie, som de (ikke) ønskede at fokusere på. Her kan det være en fordel med en udefrakommende, som ikke i forvejen kender til barnets historie, men derimod frit kan spørge ind til barnets oplevelser.

Under selve interviewet har interviewer indledningsvist igen fortalt om undersøgelsens formål og anvendelse og efterfølgende interviewet barnet. Interviewet har været af ca. 45 minutters varighed.

Alle interviews er blevet optaget for nøjagtigt med børnenes egne ord at kunne gengive deres historie. Interviewene er efterfølgende blevet gennemlyttet, og centrale citater er nedskrevet og indgår i undersøgelsen, som det empiriske grundlag.

3.5 Ethiske overvejelser

Både barnet og barnets moder har givet tilladelse til barnets deltagelse i undersøgelsen ved at underskrive en samtykkeerklæring. Herunder er de blevet informeret om undersøgelsens formål, metode og videre anvendelse og publikation (se samtykkeerklæringen i bilag 2).

For at deltage i Ud af Voldens Skygge skal kvinden have forladt den voldelige partner eller have truffet en beslutning herom. I Mødrehjælpenes indsats inddrages den voldsudøvende part således ikke i behandlingen, og i det omfang der er tale om, at voldsudøveren er far til barnet, har han ikke givet sit samtykke til barnets deltagelse. Dette gør sig tillige gældende for denne kvalitative undersøgelse. Det er et opmærksomhedspunkt, at mor og barn kan have valgt at hemmeligholde deres deltagelse over for far, en hemmelighed det i nogle tilfælde kan være van-

skeligt for børnene og de unge at bære på. Derfor fokuseres der også på at tale med mor og barn om, hvordan barnet kan blive støttet i at være en del af indsatsen sammen med sin mor, men uden sin fars deltagelse, samt hvordan dette opleves for barnet. Derudover tales med mor og barn om, hvorvidt mor skal fortælle far om barnets deltagelse eller om barnet selv har lyst til det og i så fald, hvordan dette kan gøres. Mor og barn tilbydes ydermere, at den konkrete rådgiver kan ringe far op og orientere om barnets deltagelse.

Alle børnene, som indgår i undersøgelsen, har fået et pseudonym, for at sikre deres anonymitet. I nogle af de udvalgte citater, som fremgår i rapporten, kan stednavne, søskende mv. yderligere være blevet korrigeret for at sikre, at der ikke kan forekomme genkendelighed af barnets identitet. Dette vurderes ikke at have væsentlig indvirkning på indholdet og betydningen af børnenes fortællinger. Efter alle interviews har interviewer forladt rummet, og behandler og barnet har haft mulighed for at tale om barnets oplevelse af interviewet samt de følelser og historier fra barndommen, som barnet i løbet af interviewet igen har fået åbnet op for. Dette har været vigtigt at prioritere for at sikre, at børnene ikke skulle opleve en re-traumatisering. Risikoen for netop re-traumatisering har været et vigtigt opmærksomhedspunkt også i udformningen af interviewguiden. I udformningen heraf har det været vigtigt, at spørgsmålene har været formuleret åbent, så det enkelte barn selv har kunnet mærke efter og vælge, hvor dybt og detaljeret, han/hun har følt for at dele eksempelvis konkrete oplevelser med vold med os. Dette har også betydet, at nogle af børnene har sagt fra i løbet af interviewet, når de ikke havde lyst til at fortælle nærmere om centrale volds-hændelser og voldens omfang.

4. Børn og unges fortællinger fra en barndom præget af vold

De seks børns stemmer er vigtige bidrag til en øget forståelse for, hvordan det opleves at være et barn i en familie, hvor mor udsættes for partnervold. I de seks fortællinger gemmer der sig mange små historier, der hver især vidner om, hvordan volden i familien på forskellig vis – og alligevel påfaldende ens – har påvirket børnene på væsentlige punkter i deres liv. Historierne vidner om, at volden i familien har en række vidtgående konsekvenser for børnene – også uden for hjemmets fire vægge, men indeholder også eksempler på, at børnene har haft forskellige frirum. Frirum, hvor de har oplevet at få vigtige pauser fra de hjemlige konflikter.

4.1 At stå i midten

”Da de [mine forældre] boede sammen, havde jeg et bedre forhold til min far. Men senere fandt jeg ud af, at han godt kunne finde på at fordreje sandheden og sige, at jeg havde sagt noget andet, end jeg ved, jeg havde sagt. Og så tror jeg, det var der, at jeg begyndte at få et bedre forhold til min mor. Fordi jeg kunne ikke leve med, at det jeg sagde, blev fordrejet, fordi så havde han ikke taget fejl. Det var svært at finde ud af det, fordi på det tidspunkt havde jeg ikke set min mor rigtig længe. Og min far havde fået opbygget en retssag mod hende. Så jeg havde et par måneder, hvor jeg stod og tænkte, hvad så nu? Og så løste det sig. Jeg fandt ud af, at det var hos mor, jeg skulle være. Det var der, hvor jeg vidste, at der var mest sandhed og trykthed, og at hun altid ville være der. Men det gjorde, at min far blev endnu mere vred.”

Marie 14 år

At stå midt imellem mor og far og kæmpe med at finde sandheden i de to forskellige virkeligheder, som forældrene tegner for børnene, er et emne, som bliver berørt i flere af interviewene med børnene og de unge. Er det mor eller far der taler sandt? Laura udtrykker følgende:

”Jeg kan ikke rigtig stole på mine forældre. Fordi jeg ved, at de har gået igennem det, og at en af dem lyver. Og det ved jeg, at når de siger hver deres historie, så er der en af dem der lyver. Jeg synes lidt, at det er hendes skyld. På en måde er det også min fars skyld. Men min far har gjort på et tidspunkt, sådan at jeg troede, at det kun var min mors skyld. Det gjorde det, at jeg fik et rigtig dårligt forhold til min mor i starten af mit liv.”

Laura 12 år

Som det er tilfældet med Laura, vidner flere af børnene og de unges fortællinger ofte om, at de føler, at de hverken kan stole på deres mor eller far. Ofte fortæller de, at deres far igen og igen indtager dem i fortællinger om, at det er mødrenes skyld, at volden

foregår, at det er moderen, der uden grund ønskede, at familien skulle splittes op. Mødrenes stemmer er ofte fraværende, da de bevidst ikke ønsker at inddrage børnene, eller fordi de ikke tør dele deres version af historien af frygt for repressalier fra fædrenes side.

Og netop det at stå i midten, bliver børnene og de unge, som deltager i behandlingen i Ud af Voldens Skygge, mødt med ved første samtale. Her tegner behandlerne ofte et billede af tre tændstikmennesker. I midten tegner behandlerne et barn og på hver side en mor og en far. Blot synet af denne tegning fremkalder ofte stærke følelser hos de børn og unge, som tegningen vises til. Ofte responderer de med at fortælle, at det er sådan, det er, at være dem. Og at det er svært. Meget svært. Billedet visualiserer på enkel vis noget, der er meget komplekst og ikke mindst noget, der for børnene er meget vanskeligt at sætte ord på.

Når børnene og de unge første gang ser billedet af sig selv stående midt imellem deres mor og far, og behandlerne gengiver andre børns udsagn om, hvor svært det er at stå der, fortæller de ofte om en følelse af ensomhed til trods for mors og fars fysiske tilstedeværelse.

Konsekvensen for børnene er ikke til at tage fejl af. Børnene og de unge fortæller i interviewene om, at de føler sig ladet tilbage, og deres følelsesmæssige sikkerhed trues af følelsen af ikke at turde stole på de to mennesker, de er allermest afhængige af. Lauras ord giver et fint indblik i, hvor vanskeligt dette opleves for et barn;

”Det var først, da jeg var omkring 5 år, at jeg begyndte at se min mor igen. Og så begyndte vi at få et bedre forhold. Min far blev ved med at sige de ting om min mor. Men jeg sagde det til hende, og så prøvede hun at forklare, at det ikke var rigtigt. Det var meget hårdt for mig, for jeg vidste ikke, hvad jeg skulle tro. Hvad der var sandt eller falsk. Og hvis jeg troede på dem begge to – det kunne jeg ikke, for de havde hver deres mening.”

Laura 12 år

Lauras udtalelse er et eksempel på, at konsekvensen af fars nedbrydning af mor og negative italesættelse kan være, at barnet begynder at se mor med fars øjne. Dette kolliderer med barnets kærlighed til og behov for at være forbundet til mor, og kan i sidste ende betyde, at barnet udvikler en usikkerhed i tilknytningen til mor. I interviewene fortæller nogle af børnene om, at de af fædrene er blevet fortalt, at deres mødre er psykisk syge, at mødrene ikke elsker dem og ikke kan passe godt nok på dem. I kombination med at mødrene, qua deres traumereaktioner, ikke altid har været i stand til at yde adækvat omsorg for deres børn, og at børnene som konsekvens heraf ofte ikke har følt sig passet godt nok på, kan fars fortælling have store konsekvenser

for børnenes relationsdannelse til mor, som det er tilfældet med Laura.

Ydermere ved vi fra undersøgelser⁹ og fra egne erfaringer, at mødre der udsættes for partnervold, ofte bruger så mange ressourcer på at beskytte børnene ved at forsøge at pacificere faren, at de ikke har det fornødne overskud til at have blik for børnenes behov. De interviewede børn oplever også at stå i midten i konkrete konfliktsituationer;

// De begyndte at skændes meget mere foran mig. Jeg kunne ikke gå nogen steder, jeg var nødt til at være der, hvor de var. Ellers så skulle jeg prøve at ignorere det, men det var meget svært, når de råbte af hinanden.

Laura 12 år

Sofie beskriver i relation hertil;

“Man ved ikke rigtig, hvad man skal gøre af sig selv. Man ligger bare der med iPad ‘en og prøver at skrue op for musikken med høretelefoner, fordi man ikke gider at høre på det.”

Sofie 14 år

Sebastian oplevede at stå i midten af de voksnes kaos, men at han, som det også er tilfældet med Sofie, prøvede at skåne sig selv:

“Jeg tror, hun var bange og ked af det, når det var sådan. Selvfølgelig argumenterede hun imod, og hun begyndte at græde. Det endte altid med, at min mor sagde, at han skulle gå. Det har været sådan, at hun har siddet på gulvet og grædt, og det har nærmest været

helt kaos. Jeg prøvede, da jeg var lidt ældre, bare at gå ind på mit værelse, for jeg ville egentlig ikke se på det.”

Sebastian 16 år

4.2 Når mor rammes af volden, rammes børnene dobbelt

“Han kørte meget psykisk og sagde hele tiden, at min mor var syg i hovedet, og bandede meget. Han skubbede til min mor, og skulle hele tiden vise, at det var ham, der var den store, og det var ham, der havde magten. Der kunne jeg også mærke på min mor, at han langsomt knækkede hende. Det var ubehageligt at se på. Og min mor blev til sidste nærmest bange for ham. Så det var rigtig ubehageligt.”

Sebastian 16 år

Som det ovenstående citat vidner om, påvirkes børnene i høj grad af at være vidne til den vold, deres mor udsættes for, og flere af de unge fortæller om, at deres mor brydes ned for øjnene af dem, eller som Sebastian italesætter om stedfarens behandling af moderen; *“at han langsomt knækkede hende”*. Teori og forskning indikerer, at op til fire ud af fem kvinder, der udsættes for vold, opfylder kriterierne for Post Traumatisk Stress Syndrom (PTSD) – (Levendosky & Graham-Berman, 2000). Mange af mødrene, som deltager i Ud af Voldens Skygge, er ligeledes ramt af PTSD, når de starter i indsatsen. I nedenstående citat beskriver Marie, hvordan moderens PTSD har haft en indvirkning i familien. Marie Fortæller:

“Det [volden] har betydet for min mor er, at hun er gået ned med PTSD. Når hun har lange arbejdsdage og kommer sent hjem, kan det ske, at jeg skal være den voksne, og sige til hende, at hun skal gå i seng. Hun har heller ikke energi nok til at lave aftensmad. Så når jeg kommer hjem, så laver jeg også nogle gange aftensmad. Hun prøver virkelig, men det er stadig svært for hende.”

Marie 14 år

At vokse op med en mor, der har PTSD, har betydelige konsekvenser for den barndom, børnene gennemlever. Ikke nok med at de sanser, fornemmer og ofte oplever volden på nærmeste hold, rammes de dobbelt så hårdt ved, at deres mor, grundet følgevirkningerne af volden, får vanskeligt ved at opretholde en

⁹Bulleteng nummer 4. Voldsudsatte kvinners omsorg for barn. Projektet “Barn som lever med vold i familien”.

god nok hverdag for barnet og sig selv. Som Mette beskriver i det følgende citat, kan konsekvensen være, at børnene i større eller mindre grad, bliver nødsaget til at tage sig af deres mor. Til spørgsmålet om, hvad der har været det sværeste ved at være barn i Mettes familie, uddyber hun problemstillingen:

“Det er helt klart det med, at jeg til sidst skulle være voksen. Det at skulle stå og se, at min mor ikke har kræfter nok til at rejse sig op og lave aftensmad, og at hun ikke orker at handle ind og det med, at hun er så ked af det, at hun ikke kan sove om aftenen. Det var slet ikke den samme mor, jeg fik igen efter, og det bliver det heller aldrig. Det har ødelagt hende. Jeg har fået lidt af hende tilbage, og hun har fået mere livsglæde. Så det sværeste er at se, hvad det har gjort ved min mor. Det har ødelagt hende.”

Mette 15 år

Post Traumatisk Stress kan have alvorlige følger for moderens omsorg for barnet. Ofte er kvindens arousal – og affektregulering påvirket, og hun kan være ramt af flashbacks og generindringer, som alt sammen kan gøre det vanskeligt for hende at udgøre en tilstrækkelig sikker base for barnet. Man har gennem hjernescanningsundersøgelser (Hart, 2006) fundet den neurobiologiske forståelse for moderkærlighed. Blandt andet ved man i dag, at nogle hormoner ved navn vasopressin og oxytocin er væsentlige faktorer, når det kommer til at knytte sig og bevare en følelse af tilknytning mor og barn imellem. Undersøgelser¹⁰ påviser, at personer med PTSD ofte har en betydelig mindre grad af oxytocin i deres blod sammenlignet med mennesker, hvor der ikke kan påvises symptomer på PTSD. Denne viden understøtter det, Mødrehjælpen i praksis oplever i Ud af Voldens Skygge. Mødrene beskriver, hvordan effekterne af volden har medført, at de er kommet langt væk fra den mor, de ønskede at være, og at de ofte ikke føler, at de har kunnet tage godt nok vare på deres børn og yde den omsorg, som deres børn udviklingsmæssigt har haft behov for. Og dette får også konsekvenser for de børn og unge, som indgår i denne undersøgelse. I interviewet med Sebastian beskriver han, hvorledes moderens udfordringer har betydning for ham:

“Det var meget hårdt. Hun var der ikke til at hjælpe én. Hun var meget ked af det. Jeg gik og havde lidt ondt i maven over det og var ked af det. Men det var sådan, det var”.

Sebastian 16 år

Ofte beskriver børnene, at de oplever, at deres mødre er mentalt fraværende og dermed mindre emotionelt tilgængelige. Sofie fortæller i relation hertil om sin mor:

“Hun var hele tiden ked af det, og sad ofte og græd.”

Sofie 14 år

Thomas beskriver, hvordan han har oplevet konflikterne mellem forældrene, påvirke sin mor:

“Hun har fået det bedre, hun har været deprimeret i lang tid. Hun blev fyret to uger efter hun blev erklæret syg. Hun var deprimeret, og gik i lang tid til behandling. Jeg var ligesom den eneste i familien, der var rask.”

Thomas 14 år

Dét faktum, at volden og konflikterne foregår i barnets eget hjem, dét, der burde udgøre barnets trygge sted og base, og at det involverer barnets primære omsorgspersoner, kan have vidtgående konsekvenser for barnets oplevelse af at føle sig tryk i verden. Også senere i livet. Barnet har ikke mulighed for at vende tilbage til sin trygge base i hjemmet, som hvis volden foregik ude i verden. Hjemmet bliver synonymt med utryghed, og barnet får vanskeligt ved at aflade den spænding, volden medfører i barnets nervesystem, da mor, grundet følgevirkningerne af egen vold, ikke er i stand til at møde barnet med et roligt og velreguleret nervesystem, som barnet kan læne sig opad.

Mødrenes traumeresponser kan ligeledes virke skræmmende på børnene, og kan forstærke børnenes egne traumeresponser. Hertil kan børnene opleve moderens omsorgsadfærd som værende svingende mellem tilgængelig og indfølelse til tilbagetrukket og kølig i de perioder, hvor der enten er meget vold, og/eller kvinden er hårdt ramt af voldens følgevirkninger. I interviewet med Mette, fortæller hun blandt andet, hvordan hun fandt roen og trygheden uden for hjemmet – i stalden hos sin hest – så hun kunne være der for sin mor, når hun var hjemme. Mette fortæller om det at være ude og passe sin hest:

“Det gav mig rigtig meget ro[at være hos hesten], så jeg kunne være der for min mor, fordi hun var helt ødelagt.”

Mette 15 år

¹⁰Attachment Security and Parental Perception of Competency Among Abuses Womens in the Shadow ogf PTSD and Childhood Exposure to Domestic Violence”, Amiya Waldman-Levi, Ricky Finzi-Dottan, Naomi Weintraub (2013).

Også Marie oplever, at moderen ikke i tilstrækkelig grad er der til at støtte hende, men at moderen grundet sin egen frygt for Maries far, ikke kan støtte og hjælpe hende med at komme væk fra faren, når bølgerne går højt hjemme hos ham:

“Jeg kunne godt have brugt, at jeg kunne slippe væk. Det var også rigtig tit, at jeg ringede til min mor og sagde, at jeg ikke vil være her, jeg vil gerne hjem til dig. Hun var også bange for min far, så hun kunne ikke komme ned og sige, at Marie skal med mig hjem nu!”

Marie 14 år

Dette citat tydeliggør en af de mest alvorlige problemstillinger; at mødrene qua deres fortløbende angst for faderen, ikke er i stand til at støtte børnene i at sige til og fra i relationen med deres far. Thomas fortæller tydeligt, hvordan en barndom med en mor, der udsættes for vold kan medføre, at barnet i relationen med moderen ikke kan få den nødvendige støtte til at regulere og håndtere sine følelser og tanker, men på vigtige punkter må tage ansvar for sig selv:

“Jeg var et barn. Det var meget svært. Lidt sad jeg i min egen verden og lidt gjorde jeg ikke. Det var lidt, som om jeg var alene i verden og havde dårligt nok nogen at snakke med. Generelt var livet lidt svært. Fordi min mor havde det svært, min lillesøster havde det svært. Jeg var ligesom deres sten. Det var hvad jeg følte. Men det skulle jeg jo ikke være. Jeg følte mig voksen, da jeg var 11-12 år. Det var nederen, at jeg fik taget min barndom.”

Thomas 14 år

Thomas' ord understøtter de erfaringer, Mødrehjælpen har til-egnet sig i Ud af Voldens Skygge, nemlig at unge i voldsudsatte familier ofte er ramt af en følelse af at være alene, og en oplevelse af selv at være nødsaget til at tage ansvar på vigtige områder i deres liv – at børnene i en ung alder bliver voksne.

Børnenes fortællinger og de generelle erfaringer i Ud af Voldens Skygge er, at de vanskeligheder, det medfører for børn at vokse op i familier med vold, dermed ikke kun er forårsaget af at overvære voldsepisoderne, men også er en konsekvens af en kraftig påvirkning af relationen mor og barn imellem, som særligt skyldes effekterne af den PTSD, mødrene ofte er ramt af som følge af det voldsudsatte forhold.

Vold i familien kan derfor have vidtgående konsekvenser, da børns tidlige erfaringer med voksne bliver til indre arbejdsmodeller, som barnet møder andre mennesker med, og som kan resultere i en grundlæggende mistillid til andre samt medføre vanskeligheder ved i det hele taget at indgå i sociale relationer.

4.3 Normalisering af volden

“Jeg kender ikke min far, så jeg vidste ikke, hvordan det var. Jeg troede, det var meget normalt, men det fandt jeg så ud af, at det ikke var.”

Sebastian 16 år

Sådan fortæller Sebastian om, hvordan han i en tid troede, at forholdet mellem moderen og hendes nye kæreste afspejlede et normalt samliv og familieliv. Dette deler Sebastian med en del af de børn og unge, som Mødrehjælpen møder i Ud af Voldens Skygge.

Efter skilsmissem fra Maries mor, involverer Maries far sig i et nyt forhold, der er præget af primært psykisk vold. Marie fortæller, at faderen italesætter, at det, der sker i deres hjem, ikke skal deles med andre. For Marie betyder det, at volden i faderens hjem hemmeligholdes, og at hun ikke får mulighed for at realitetsteste med sin mor, hvorvidt det hun og hendes søskende oplever, er normalt og acceptabelt eller ej:

“Når vi kom hjem til min mor, hvis det havde været en dårlig uge hos min far, så fortalte vi det ikke rigtig, fordi vores far havde en ting med, at han sagde, det som sker her er privat, det er ikke noget, vi skal ud at dele med hele verden. Vi troede ikke det var forkert, vi troede bare, at resten af hele verden heller ikke snakkede om, at de skændtes hele tiden. Så vi troede bare, at det var helt normalt, selv om det ikke var det.”

Marie 14 år

Vold i hjemmet er ofte omgivet med stor tabuisering. I de tilfælde, hvor børnene ikke direkte får det pålagt af mor eller far, tier de ofte alligevel af frygt for konsekvenserne for faderen og hele familien, hvis andre får viden om oplevelserne bag hjemmets fire vægge. Børnene er ofte også ramt af en følelse af skam over familiens dysfunktionalitet og vil derfor gå langt for at skjule det for omverdenen. Marie fortæller:

“Jeg tror godt, at jeg vidste, at det var noget mærkelig noget, der foregik, men fordi han overbeviste mig om, at det var rigtigt, og fordi han ikke ville lade mig tale med min mor om det – og han vil have os til at have ondt af ham. Og han kunne sige ting med, at det var fordi hans forældre aldrig var der for ham, da han var mindre, og han har ikke nogen i sit liv, hvor vi siger, men vi er lige her, hvis ellers du ville behandle os ordentligt.”

Marie 14 år

Som det er tilfældet med Marie, kæmper en del børn i voldsudsatte familier med divergerende opfattelser af det, der sker i deres hjem. På den ene side fortæller deres følelser som angst og frygt, mødrenes ked af det-hed og efterdønningerne af volden dem, at det der sker i deres familie er meget alvorligt, og på den anden side har en del af dem aldrig oplevet andet, og de kan forledes til at tro, at skolekammeraternes og naboernes familieliv er magen til deres. Marie fortæller:

“Når jeg har skændtes med min far, så havde jeg rigtig svært ved at finde ud af, om det var voldsomt eller bare var normalt, men efter jeg havde gået herinde og fik snakket med nogen og sagt det højt, kunne jeg godt høre, at det var fucked, det jeg havde oplevet. Det har hjulpet mig rigtig meget med at erkende, at det som foregik, ikke var normalt. Jeg vidste det jo egentlig godt. Men jeg var meget splittet. Fordi jeg hele tiden fik at vide fra min far, at det var normalt. Og så prøvede jeg at sige til mig selv, at det var normalt, men det var meget svært at finde ud af. Jeg gik i gruppe, hvor jeg kunne høre, at der var andre, som havde oplevet de her ting. Så fordi andre har oplevet det, og fordi vi sidder her og taler om det, så er det nok ikke fordi, det er helt normalt.”

Marie 14 år

Børnene oplever ligeledes stor diskrepans mellem, hvad der umiddelbart opleves som legal adfærd i familien, og hvad der er socialt acceptabel adfærd, hvor de færdes i det øvrige samfund. For Marie har det stor betydning at få spejlet sine oplevelser i Mødrehjælpen og finde ud af, at hendes fars reaktioner og de oplevede konflikter ikke afspejlede et almindeligt familieliv.

Som det er tilfældet med Marie, sætter større børn i Ud af Voldens Skygge ofte ord på, hvordan deres egne fornemmelser for, at noget i familien er forkert, bliver sat under pres af fædrenes fortællinger og reaktioner. En ung dreng italesatte engang, at det var som om, at *“hans far fuckede med hans hjerne”* og indikerede med de ord, at hans far manipulerede ham til at tro, at faderens handlinger mod mor var inden for et normalt spekter.

Hemmeligholdelsen har ikke kun den konsekvens, at børnene ikke får mulighed for at få spejlet deres oplevelser i andres. Børnene oplever heller ikke at blive spejlet i, at deres følelser som vrede, ked af det-hed, frygt og angst er normale følelser på noget unormalt. Det kan have den alvorlige konsekvens for børnene, at de vokser op og tvivler på deres egne fornemmelser og følelser også i relation til andre, og at de får vanskeligt ved at mærke og reagere på egne grænser.

4.4 En barndom præget af uforudsigelighed

En barndom i et hjem præget af forskellige voldsformer, er en barndom præget af uforudsigelighed og frygt for at træde forkert. Mange af de unge beskriver, hvordan de igennem deres barndom har brugt massiv energi på at prøve at forudse konflikterne og på at aflæse situationer, der kunne føre til, at volden igen satte sine spor i deres familieliv. Marie beskriver denne u-ished som at bo i et minefelt;

“

Når man boede hos min far, var det lidt som at bo i et minefelt. Det så egentlig meget idyllisk ud. Smukt landskab og vi havde et stort hus og havde forholdsvis mange penge. Det hele var meget godt og glansbilledeagtigt. Men når man kom tættere på, hvis man trådte forkert på gulvet, eller hostede for meget, så blev han sur. Så det var rigtig meget sådan et minefelt. Man vidste aldrig, hvilket punkt man trykkede på.

Marie 14 år

Når børn, som det er tilfældet med Marie, har oplevet vold og voldsomme konflikter i familien og vokser op med en oplevelse af ikke at kunne beskytte sig selv ved at forudse de voldsomme begivenheder, efterlades de ofte med et nervesystem, der er konstant alarmeret og med en følelse af konstant at være på vagt. Børnene rammes af en konstant overaktivering af nervesystemet, hvor den sympatiske del, som fremmer funktioner, der er nyttige i kamp eller flugt, aktiveres. Dette bevirker, at børnene i højere eller mindre grad bliver låste i at være i tilstande af hyper- og/eller hypoarousal. I en tilstand af hyperarousal stiger hjerterytmen, og muskler trækker sig sammen. Sanserne skærpes, så barnet bedre kan dufte, høre, se og smage faren. Stresshormoner udskilles, som om kroppen gør sig klar til kamp. Hypoarousal er derimod når hjernen vurderer, at kamp ikke er en mulighed, så kan den skifte til et passivt forsvar. Her falder hjerterytmen og blodtrykket daler, og barnet kan opleve symptomer som udmattelse og emotionel nedlukning. Marie uddyber her, hvordan hun oplevede uforudsigeligheden:

// Hvis vi fik gulvet til at knirke på det forkerte tidspunkt, så flippede han helt skråt.

Marie 14 år

I det følgende citat giver Laura et billede af, hvordan der ikke er en sammenhæng mellem faderens reaktioner, og det han bliver vred over. Dette gør, at hun ikke kan forudsige hans reaktionsmønster, og ikke kan regulere sin adfærd herefter:

”Det kan være rigtig små ting, at vi ikke har ryddet op, og det bliver han rigtig sur over. Det er tit små ting, når det er store ting, så bliver han ikke særlig sur. Det kommer også an på, hvordan han har haft det om dagen. For hvis han ikke har haft en særlig god dag, eller har haft en hård dag, så er det, at han bliver rigtig nemt sur på os. Når han har haft en rigtig god dag, så har han sværere ved at blive sur på os. Jeg tror, det er fordi, han stadig også selv har det hårdt med, at han ikke er sammen med vores mor.”

Laura 12 år

Børn, der oplever vold i familien er sædvanligvis præget af stor vagtsomhed og er angste for at være dem, der udløser faderens vrede og konflikter i familien. I en søskendeflok ser vi ofte, at et af børnene ubevidst påtager sig rollen, som den der regulerer de øvrige søskende, og som prøver at sørge for, at de er rolige og samarbejdsvillige, for ikke at vække faderens vrede.

4.5 Når det er vanskeligt at regulere følelserne

En stor del af børnene har vanskeligheder med at regulere deres følelser og oplever at reagere reaktivt i konfliktsituationer. Dette gør sig gældende for mange af de børn, som deltager i Ud af Voldens Skygge. Særligt børn op til teenagealderen viser tegn på, at reptilhjernen så at sige hijacker den nye pattedyrhjerne og aktiverer kamp-flugt-adfærd. I relation hertil fortæller Marie:

”Det var meget svært for mig. I indskolingen var jeg meget aggressiv, og jeg havde nogle virkelig voldelige mønstre, når jeg blev sur på folk. Jeg råbte og skreg rigtig meget af folk og var meget voldsom i mine bevægelser. Folk var lidt bange for mig, tror jeg. Så da jeg kom i mellemtrinnet, begyndte jeg at blive lidt bedre til at styre min vrede. Men jeg kunne ikke styre det helt. For dem fra min klasse var sindssygt gode til at provokere mig, fordi de vidste lige præcis, hvilke knapper de skulle trykke på. Så derfor havde jeg det meget svært på min skole, fordi jeg aldrig blev virkelig tæt med nogen. Jeg havde en eller to veninder, som jeg var meget sammen med, men det var ikke, fordi det sådan var noget tæt (...)

”Ja, min vrede hang sammen med det derhjemme. Jeg så, hvordan min far var, når han var vred, og det var sådan, det havde været hele mit liv. Så jeg har haft en opvækst, hvor det var sådan, man var vred, og det var sådan, man opførte sig, når man var sammen med mennesker, der gjorde noget man ikke synes, de skulle have gjort. Det var bare det, jeg gjorde. Det var det, jeg kunne finde ud af at gøre, når jeg havde brug for at sige fra over for folk.”

Marie 14 år

Marie peger på, at hendes uhensigtsmæssige vredeshåndtering også skal ses i lyset af, at det er sådan, hun har set sin far tackle sin egen vrede gennem hele sin barndom. Det ses ofte, at børn, der oplever vold i hjemmet, ubevidst identificerer sig med faderens eller moderens følelser og adapterer hans/hendes måde at udtrykke og håndtere svære følelser på. Som det er tilfældet med Marie, rammes børnene af skyld og skam over at udsætte andre for voldsomme følelsesudbrud, og ikke være i stand til at regulere sig selv. De bliver bange for deres egne reaktioner, og selvværdet rammes ofte hårdt, da de ikke kan undgå at identificere sig med de sider af faderen, som de både er bange for og samtidig kæmper en brav kamp for ikke at adaptere. Om at blive ramt af vrede

fortæller Laura;

”Det er jeg tit, hvis andre skændes eller bliver sure på hinanden. Eller hvis der er ting, jeg ikke vil have der sker, de sker. Så kan jeg blive vred og ked af det på samme tid. Min ’ked af det hed’ den går over, men min vrede det er lidt sværere, at den går over.”

Laura 12 år

I Ud af Voldens Skygge er det ydermere en erfaring, at fædre, qua deres uforudsigelige adfærd, inducerer frygt hos børnene og dermed udgør en ydre regulering af børnenes adfærd og følelser, der har som konsekvens, at børnene bliver overtilpassede og ikke tør vise følelser som vrede i hans nærvær. Dette påvirker børnenes sunde affektregulering, når børnene i andre sammenhænge bliver ramt af svære følelser, eftersom deres evne til at regulere sig selv indefra er mangelfuld.

4.6 Følelse af at forsvinde fra omverdenen

Flere af de interviewede børn beretter om, hvordan de oplever at forsvinde fra omverdenen og befinde sig i en bevidsthedstilstand, hvor de, mens det står på, i enten ringe grad eller på ingen måde, sanser, hvad der sker omkring dem. Marie beskriver det på følgende måde:

Jeg havde en ting, hvor jeg oplevede at være i en osteklokke. Jeg gik rundt, hvor det var helt normalt, og pludselig kom jeg ind i denne her klokke. Jeg hørte ikke andre mennesker, når de snakkede til mig. Jeg oplevede ikke, hvad der skete udenfor. Jeg fulgte overhovedet ikke med, jeg forsvandt egentlig bare. Og så sad jeg og så ud, som om jeg faldt i staver. Jeg var fuldstændig lukket af. Det tog noget tid for folk at få mig tilbage. Og de sagde ”hallo, hvad sker der?”

Marie 14 år

Den tilstand Marie italesætter, kan beskrives ved hjælp af begrebet dissociation¹¹. Dissociation kan beskrives som følelsesmæssig tilbagetrækning, der kan opstå som følge af overvældende stress (Struik, 2014). De unges oplevelser med vold i familien er ofte erfaringer, der er så intense, at de er vanskelige at regulere, og som ikke uden videre kan integreres i barnet.

Dissociation kan beskrive den bevidsthedstilstand, nogle børn træder ind i, mens volden forekommer og karakteriseres ved udsagn fra børnene som: ”Jeg ved, jeg var til stede, men jeg kan ikke huske det” eller ”Det var som om min krop styrede sig selv”. Her er børnene i en tilstand af hyperarousal eller hypoarousal, hvor de erfarede følelser og stress er for overvældende til, at barnet kognitivt kan integrere disse. Barnets reaktionsmønster kan her være at gå til modangreb på far, uden

bagefter at have en erindring om det – kroppen og hovedet er så at sige skilt ad. I mange tilfælde oplever børnene at blive paralyseret til et punkt (hypoarousal), hvor de ikke kan mærke deres egen krop og følelser, hvilket karakteriseres ved udsagn fra børnene som: ”det var som om, jeg ikke kunne mærke min egen krop”. Når vi spørger mødre til disse børn om, hvordan deres barn typisk reagerede under konflikterne, vil de ofte fortælle, at børnene var som stivnet og lignede en robot, der stod og sov – men med åbne øjne.

Denne gruppe børn har en øget risiko for, at hjernen, når de oplever uhåndterbar stress eller møder triggere, der minder dem om deres oplevelser i familien, automatisk sender besked til nervesystemet om at lukke ned for børnenes opmærksomhed for at hindre overvældelse. Dette uagtet om der er reel fare på færde eller ej. Sofie fortæller, hvordan hun har oplevet ikke at føle, hun var i verden:

”For eksempel har jeg haft en periode, hvor jeg ikke følte jeg var i verden. Det var, som om jeg faldt ned i et sort hul. Eller at man var ved at dø, man var svimmel.”

Sofie 14 år

Nogle børn oplever nedlukning eller dissociation som forbigående, mens andre oplever det som en mere eller mindre permanent tilstand, de indtræder i, når de rammes af traumatisk stress, de ikke er i stand til at regulere. Mette oplever det således:

”Det var rigtig svært, fordi jeg samtidig kunne stå og se min mor have det virkelig dårligt omkring det. Så hver gang jeg tænkte på det, kunne jeg næsten ikke være inde i mig selv. Det der sker, det er, at jeg lukker helt ned. Jeg tror, min hjerne lukker ned for den del af mig, der kan føle noget. Så det, der skete, da jeg skulle derind [statsforvaltningen] – jeg tror, det var første gang jeg opdagede, at nu mister jeg en del af mig selv. Den del af mig, der kan føle. Jeg fik mit skjold, som jeg kalder det. Fordi den del af mig, der virkelig kunne føle, den lukkede ned. Så det var ikke den samme mig, der kom ud igen. Så jo flere gange jeg mødte den konflikt, der var, jo flere gange mistede jeg mig selv. Når det så var roligt, var det svært at opdage, hvem jeg var og føle, hvad jeg følte. Det tror jeg, også førte til, at jeg fik det rigtig svært i skolen. Det var der, hvor alle de andre begyndte at opleve, at jeg lukkede mig mere og mere ude. Og de tog også mere og mere afstand til mig. Jeg tror på det tidspunkt var der kaos hjemme, og der var stort set også kaos i min skole.”

Mette 15 år

¹¹Begrebet dissociation anvendes både til at beskrive en decideret dissociation af personligheden og som det anvendes her som beskrivelse af en reduceret opmærksomhed (Struik, 2014).

Mette beskriver her, hvordan de eskalerende konflikter moderen og faderen imellem, og det pres, der følger i kølvandet på at skulle i Statsforvaltningen og fortælle, hvem hun ønsker at bo hos, truer med at overvælde hende. Hendes arousalniveau stiger til et punkt, der ikke er til at bære, og nervesystemet kommer til at agere på samme vis som en sikring, der forhindrer, at en bygnings elektriske system ikke bliver overbelastet og forårsager brand.

Marie fortæller, hvordan hun lukker ned for evnen til at mærke sine følelser, og at det efterfølgende blev vanskeligt for hende at opdage, hvad hun følte også i andre sammenhænge. En del af de børn, Mødrehjælpen møder i Ud af Voldens Skygge, har, som det er tilfældet med Marie, vanskeligt ved at mærke egne følelser og kropssansninger. Det vidner om, at deres oplevelser med vold og højantændte konflikter i hjemmet har været voldsomme og i flere tilfælde traumatiske i en sådan grad, at nervesystemet har benyttet sig af nedlukning for at sikre barnets mentale overlevelse.

For en stor gruppe børn, der har oplevet vold og konflikter, bliver de svære oplevelser fraspaltet sindet, og kroppen og psyken skilt ad i en sådan grad, at de ikke længere kan mærke deres krop og følelser. Denne gruppe børn kan ikke sprogliggøre deres oplevelser, da disse ikke længere er bevidste. Første skridt er her at arbejde med at genvinde kontakten til kroppen og følelserne igen. Marie oplever, at skjoldet afhjælper hendes følelse af at være ved at miste forstanden:

”For mig har det være rigtig rigtigt vigtig, også for ikke at blive helt mærkelig oveni hovedet. Jeg ville heller ikke have rykket mig, hvis ikke jeg havde haft det skjold, som har ført mig igennem det, jeg har været igennem.”

Mette 15 år

For de unge, hvor samværet med faderen opleves stressfyldt og uforudsigeligt, er nervesystemet stadig på overarbejde i dagene efter, og kan reagere ved at barnet låses fast i en følelse af nedlukning (Levine & Kline, 2012). I relation hertil fortæller Marie:

”Når jeg kom i skole efter at have været på weekend hos min far, der skete det rigtig tit i skolen, at jeg var væk. Det skete også, hvis vi i skolen talte om det med voldsramte familier og sådan nogle ting, så var det fordi, at det var et emne, som var meget tæt på mig og mærkelig for mig at snakke om. Så vækkede det alle mulige følelser og minder i mig. Så begyndte jeg at sidde og tænke på det. Så begyndte min krop med det med at være parat, og den troede, at der skulle til at ske noget slemt. Så har jeg lige som frosset og er forsvundet.”

Marie 14 år

Maries fortælling vidner om, hvordan nervesystemet ikke altid kan kende forskel på reel og ikke-reel fare. Dette kan blandt andet forklares ved en lille mandelformet struktur, lokaliseret i midthjernen ved navn amygdala. Amygdalaen er ansvarlig for hurtigt at aktivere os, når en trussel registreres (Levine & Kline, 2007). Det kan sammenlignes med et tidligt varslingsystem, der vækker kroppen og forbereder den på faren. Maries oplevelse af, hvordan hendes krop ”begyndte med at være parat” og ”den troede, der skulle til at ske noget slemt”, er en relevant beskrivelse af, hvordan børn og unge kan opleve, deres krop reagerer instinktivt på noget, der af nervesystemet fejlagtigt tolkes som en trussel – hvordan hormoner (adrenalin, kortisol, noeadrenalin), der oprindeligt er designet til at understøtte overlevelse, gør dem kortvarigt eller længevarende ude af stand til at mildne den frygtrespons, som kroppen har sat i gang.

4.7 Vanskeligheder i skolen

Undersøgelser viser, at børn, der har oplevet vold i familien, ofte er ramt af opmærksomheds- og koncentrationsproblemer i skolen¹². Erfaringerne i Ud af Voldens Skygge viser det samme.

Fælles for de børn, der er blevet interviewet, er, at de oplever, at de let afledes af indre stimuli, såsom bekymringer om familiens situation, flashbacks og generindringer. Ofte oplever børnene, at oplevelser i undervisningsmiljøet, som pludselig opstået larm og høje stemmer, fungerer som triggere, der aktiverer deres amygdala og alarmberedskab, og gør det yderst vanskeligt at opretholde den nødvendige koncentration og opmærksomhed. Mette fortæller:

”Jeg kunne bare ikke klare, når mor råbte, og de høje toner, som er der, når folk bare snakker løs, fordi så skal de råbe til den anden ende af klasselokalet, fordi alle andre også snakker, så skal de gøre det højt. Så tror jeg, at min hjerne tænker, nu er jeg i fare, og at jeg bliver helt nervøs over, at der er larm inde i klassen. Jeg kan f.eks. mærke, at jeg får hovedpine, hvis der har været højt toneleje igen længere tid.”

Mette 15 år

Andre børn og unge, som deltager i Ud af Voldens Skygge, beretter om, hvordan lyde som råb, vrede stemmer og døre, der smækker, igangsætter en voldsom reaktion i deres nervesystem længe inden, de mentalt registrerer, hvad der sker omkring dem. Som tidligere beskrevet, sker det, at når børnene oplever en stressor, som minder om en begivenhed, hvor nervesyste-

¹²Socialstyrelsen, Vidensportalen på det sociale område.

met tidligere var disintegreret, vil amygdala igangsætte frygt-systemet, som bor i reptilhjernen (Hart, 2006). Sebastian fortæller, hvordan dette oplevedes for ham:

”Det, at koncentrere sig, har også været noget af det, som var lidt svært. Jeg har ikke rigtig lavet lektier de sidste to år, fordi når jeg kom hjem, følte jeg ikke rigtig, at jeg kunne overskue at sidde ned og lave lektier, jeg følte ikke rigtig, det gav mig noget, for jeg kunne ikke rigtig koncentrere mig om det. Jeg følte bare, når jeg bare sad ned, fik jeg alle mulige tanker, og jeg blev trist, og jeg følte, jeg måtte lave et eller andet for at glemme det og koncentrere mig om noget andet.”

Sebastian 16 år

Den tidligere beskrevne overaktivering i det autonome nervesystem (primært krybdyrhjernen) og det limbiske system (den gamle pattedyrhjerne) betyder, at barnet har svært ved opmærksomhedsstyring – ved at fokusere og koncentrere sig – hvilket er en forudsætning for indlæring (Hart, 2004). Børn, der lever med alvorlige konflikter i familien, beskriver ofte, hvorledes de oplever deres viljestyring sat ud af spil, og at de i undervisningssituationer, hvor der er forholdsvist roligt omkring dem, ikke formår at skruer ned for larmen fra det dysregulerede nervesystem og for tanker, minder og følelser relateret til familiens situation. Laura deler i interviewet, hvordan konflikterne i familien, særligt tidligere, påvirkede hende i skolen:

”Før tænkte jeg på det hele tiden. Og rigtig meget i skolen. Så jeg havde det meget svært i skolen.

Hvad var svært i skolen?

Det var at lære, fordi jeg tænkte hele tiden på, at min mor og far var skilt, og at jeg var ked af det. Da jeg gik i skole til midten af 5. klasse, der havde jeg det rigtig svært med at læse og skrive og lave matematik.

Hvorfor tror du, du havde svært ved det?

Fordi jeg tænkte meget over tingene. Jeg tænkte på det derhjemme, i stedet for at tænke på det i skolen og hvor vigtigt det er at lære tingene.”

Laura 12 år

Nogle børn beskriver, hvordan det syner, at de sidder og lytter, men at de mentalt og følelsesmæssigt ikke er til stede i klasselokalet, og hvordan hele lektioner kan foregå uden, at de bagefter kan referere, hvad der blev sagt og gjort. Det er de børn, vi tidligere har beskrevet, hvor nervesystemet tyer til nedlukning/dissociation som en sikring, der skal forhindre, at barnet overvældes.

Andre børn oplever deres indre arousalniveau stige be-

tydeligt i kraft med, at de ydre stimuli i det rolige undervisningsmiljø mindskes, og at det grundet kropsligt ubehag og uro bliver vanskeligt for dem at forholde sig i ro og sidde stille på en stol. Denne gruppe børn vil ofte ubevidst søge at regulere og overdøve deres eget ubehag, som børnene også selv beskriver det, ved at larme, hive fat i sidemanden eller konstant gå på toiletet.

Flere af de unge fortæller, at de i udgangspunktet godt kan koncentrere sig, men at de konstant forstyrres af selv små ydre stimuli i klasselokalet. Dette fordi, at de unge, der er vidne til vold/højkonflikter i hjemmet ofte er ramt af en øget vagtsomhed, hvor deres amygdala mere eller mindre konstant scanner omgivelserne for eventuelle farer. Her kan selv en papirsflyver, en urolig klassekammerat eller et vindue, der skubbes i af vinden, opleves som en potentiel trussel og aktivere det sympatiske nervesystem. I denne tilstand er der ringe mulighed for at få genskabt kontakt med neo cortex (den nye pattedyrhjerne), hvilket er en forudsætning for indlæring og refleksion. Mette beskriver her, hvordan larm, der minder hende om konflikter derhjemme og i skolen, påvirker hendes koncentration:

”

Fordi der igennem mit folkeskoleliv og derhjemme har været så meget larm, så har jeg det med, at hvis der er for meget larm, så kan jeg ikke koncentrere mig.

Mette 15 år

Konsekvenserne heraf er til at føle på. Børn og unge med almindelige intelligenskvotienter og tilsyneladende tilstrækkelige kognitive evner til at indlære, som lever liv præget af vold, højkonflikter og uforudsigelighed, får ikke udnyttet deres faglige potentiale. Børnene kan blive ramt af skolevægning, hvor de har



vanskeligt med at opretholde en alderssvarende skolegang og kan have svært ved at håndtere stressfaktorer, der er skolere-laterede, opleve dårligt selvværd og i sidste ende risikere ikke at kunne fuldføre deres skoletid med et tilfredsstillende resultat.

4.8 De sociale relationer

”Jeg tror, jeg ville have haft flere venner, hvis jeg ikke havde lukket mig ude på grund af de konflikter, der var derhjemme.”

Mette 13 år

Ikke kun barnets relationer til forældre og søskende påvirkes, når der er vold og konflikter i den nære familie. Barnets øvrige vigtige sociale relationer og barnets evne til relationsdannelse er i større eller mindre risiko for at blive ramt. Dette kan komme til udtryk ved, at barnets traumeresponser, såsom vanskeligheder med affektregulering, nedlukning/dissociation og øget vagtsomhed, kan gøre barnet mindre emotionelt tilgængelig for andre, og kan i stor grad påvirke overskuddet til at danne og bibeholde relationer med jævnaldrende. Det giver Marie et rammende indblik i her:

”Min evne til at være social forsvandt. Jeg er ekstrovert, og jeg får meget energi af at være sammen med andre mennesker, og jeg havde et behov for at være sammen med andre mennesker. Og i forbindelse med at jeg fik det dårligere og dårligere, og alt det her med min far, så fik jeg ikke lyst til det mere. Så begyndte jeg at ændre mig helt vildt meget. At jeg ladede op, når jeg var alene, og blev træt, når jeg var sammen med andre mennesker. Og det med, at jeg zonedede ud – og min hjerne sagde, at jeg skulle være på vagt, fordi der var noget faretruende, fordi det var sådan jeg var vokset op. Det med, at nu er du ved at sige noget, som er over grænsen, og der sagde du noget over grænsen, og nu flipper de nok ud. Man var hele tiden klar på, at der skulle ske noget. Hvilket gjorde, at jeg lagde låg på mig selv og det, jeg var, og det jeg gerne ville sige. Fordi jeg ikke ville træde nogen over tæerne, og at folk skulle blive sure på mig, fordi jeg ikke kunne håndtere, at folk blev sure på mig. Også det fysiske – jeg var så træt hele tiden, og jeg kunne ikke overskue noget som helst. Jeg kunne ikke overskue at bevæge mig ret meget. Og jeg var træt af livet, træt af mig selv og træt af verden.”

Marie 14 år

Marie oplevede, at hendes førhen store lyst til at være sammen med andre mennesker forsvandt, og at hun tidligere var i et konstant alarmberedskab, når hun var sammen med andre, hvilket krævede al hendes energi og overskud frem for at berige hendes liv, som det tidligere var tilfældet. Som tidligere beskrevet er børn, der vokser op i familier med vold, ofte ikke i stand til at slukke deres

”alarm-hjerner”. Som Marie beskriver det, går børnene ikke kun på listetæer, når deres far er i nærheden, men deres hjerner scanner også venner og skolekammerater for indikationer på vrede, en følelse som for børnene ofte er lig med fare og kaos, og som de frygter også fra andres side, kan overvælde og overrumple dem. Et nervesystem, der konstant er tunet ind på at sikre overlevelse, kræver enorme mængder af energi, og børnene udmattes derfor let, når de er sammen med andre. Mette fortæller:

”Så begyndte jeg at lukke mig mere og mere ude, og så tog de andre automatisk mere afstand fra mig. Og da jeg følte, at jeg var klar til at være mig selv, da var det for sent. Det var svært for mig at komme ind i det miljø, som jeg havde været i inden. Der var ikke rigtig nogen tilbage at snakke med.”

Mette 15 år

Mette oplever, at klassekammeraterne trækker sig som følge af hendes adfærdsmønster. De børn, hvis nervesystem tyer til nedlukning og dissociation oplever også ofte, at vennerne ikke forstår, og derfor er i risiko for at forsvinde, hvis børnene ofte opleves som emotionelt eller mentalt utilgængelige. Sofie deler i det følgende citat, hvordan det er vanskeligt for jævnaldrende at sætte sig i hendes situation:

”Mine veninder vidste godt, hvordan jeg havde det. Men de var ikke modne nok til at sætte sig selv ind i, hvordan det var. Så det var bare noget, som var der, og så var jeg ikke lige som alle andre.”

Sofie 14 år

Andre børn i Ud af Voldens Skygge italesætter ligeledes, hvordan de, grundet deres oplevelser i familien, føler sig anderledes og mere modne end jævnaldrende, hvilket også kan influere på børnenes relationsdannelse med jævnaldrende. For Thomas har denne modenhed båret både positive og negative aspekter med sig:

”Når man går igennem sådan nogle ting – f.eks. mig jeg blev mere moden, end jeg egentlig skulle være og fik taget min barndom fra mig. Men der er jo en god side og en dårlig side af det. Og det er der i hver evig eneste historie. Og på en eller anden måde forandrer det én, hvordan man opfører sig generelt, og det er, hvordan man bliver som person. På en eller anden måde kan jeg sætte mig ind i spor på en anden måde end en dreng på 14 år. Jeg kan sætte mig ind i andres spor lidt bedre end en 14-årig generelt kan. Man ændrer sig lidt som person, jeg blev mere moden. I den periode synes jeg ikke, det var godt. Men nu synes jeg, det er fint.”

Thomas 14 år

I interviewene fortæller børnene om, hvordan de i perioder af deres barndom ikke har turdet tage venner med hjem af frygt for, at der opstod en konflikt deres mor og far imellem, ligesom enkelte har erfaret, at fædrenes affektregulering har været så mangelfuld, at vreden i flere tilfælde også er gået direkte ud over dem selv i vennernes påsyn eller sågar gået direkte ud over vennerne:

”Der var engang, hvor han kørte hen til en af mine venner, hvor han begyndte at skælde ham ud. Hvor hans far stod ved siden af og kiggede på. Og efter det ville den dreng aldrig snakke til mig igen. Han har også ødelagt meget for mig. Han har gjort ting, som han ikke rigtig skulle blande sig i.

Sebastian 16 år

Fra samtaler med andre børn, som har deltaget i Ud af Voldens Skygge, er det ligeledes Mødrehjælpens erfaring, at børnene ofte bruger store mængder energi på at skjule for deres venner og bekendte, hvordan virkeligheden ser ud hjemme bag deres hjemmets fire vægge, og det kan være forbundet med stor skamfuldhed, hvis andre får vished herom. Sebastian fortæller:

”Vi boede et lille sted, hvor alle kendte hinanden. Det var lidt som om hele byen gik imod en. Til sidst i skolen begyndte de også at høre om det med, at min mor og hendes kæreste havde været oppe

at skændes. Mine klassekammeraters forældre var hans venner. Alle kendte hinanden. Det var ubehageligt, fordi man vidste, at alle kendte ens historie.”

Sebastian 16 år

Andre børn, som det er tilfældet med Sebastian, oplever hvordan deres far/stedfar bevidst inddrager andre i konflikten moderen og ham imellem, og hvordan andre som følge heraf vender sig bort fra barnet:

”Altså jeg havde faktisk til sidst ingen venner, de mobbede mig meget. Specielt fra 3. til 6. klasse, der havde jeg faktisk ikke særlig mange venner. Det har aldrig været sjovt at gå i skole i den by. Det var ikke særlig godt. I hvert fald halvdelen af tiden har jeg følt mig meget ensom i skolen og ikke rigtig følt, at jeg havde nogle venner at være sammen med. Jeg kan ikke rigtig bruge det til noget positivt. Det var svært at starte på en ny skole, fordi jeg havde de tanker om, at der ikke var nogen, der ville være sammen med eller venner med mig.”

Sebastian 16 år

Det er ikke kun i relationsdannelsen med jævnaldrende, at børnene er på vagt, men ligeledes over for fremmede og deres nærmeste pårørende. I det følgende beskriver Marie, hvordan hun er på vagt, når hun er i nærheden af eksempelvis fremmede mænd, da hun er præget af en grundlæggende mangel på tillid til, om de vil hende det godt:

”[...] og det at fungere i en social sammenhæng med fremmede, og det oplever jeg sådan set også stadigvæk, og når jeg ser voksne mænd på gaden eller i et S-tog har en lidt mærkelig adfærd over for en kvinde, så holder jeg øje med, hvad der foregår, og har oplevet på det sidste, at jeg er meget skeptisk over for voksne mænd, fordi jeg ikke stoler på dem. Jeg har brug for at være sikker på, at de godt kan finde ud af at opføre sig ordentligt, før jeg vil have noget med dem at gøre.”

Marie 14 år

I forhold til de nærmeste pårørende fortæller flere af de unge om at have et særligt forhold til en bedsteforælder, en kusine, en moster eller onkel. De nærmeste pårørende er vigtige, fordi de kender til de unges situation, og kan støtte de unge heri. De nærmeste pårørende fremstår som særlige omsorgspersoner for de unge, og er med til at skabe en stabilitet, som de ikke oplever at få fra deres egne forældre. De er med til at skabe glæde og latter i børnenes liv. Sofie fortæller blandt andet om sin morbror, som hun oplever at have tillid til:

“Kan du fortælle, hvorfor din morbror betyder noget særligt for dig? Fordi han altid er sød mod mig. Han har fået mig til at grine, smile og at have det godt. Og han passer godt på mig.”

Sofie 14 år

Flere af de unge beretter dog også om følelsen af svigt fra de nærmeste pårørende, og de kan føle, at de er overladt til sig selv til trods for, at de pårørende kender til konflikterne i familien. Dette fremgår blandt andet af Sebastians fortælling:

“Ville du ønske, at du boede hos dem [mor og søskende] nu?”

Nej, jeg har det godt på kostskolen, og jeg har fået at vide, at jeg også skal tænke på mig selv nogle gange. Men jeg ville helt klart hjælpe dem, hvis jeg kunne. Men det kan jeg ikke rigtig uanset hvad. Jeg tror det ville hjælpe, hvis min lillebrors far ville lade dem være, og hvis min mor fik et normalt arbejde. At de fik noget mere hjælp, så min søster og bror blev passet. Og at der var nogen, der kunne hjælpe dem, på en eller anden måde. Man ved man har en familie, men de hjælper ikke rigtig til, selv om de ved, at min mor har det svært.”

Sebastian 16 år

Nogle af de unge har også oplevet perioder i deres liv, hvor de har været adskilt fra deres familie på grund af uoverensstemmelser med forældrene. Når deres forældre er uvenner med bedsteforældrene, oplever de unge at blive afholdt fra selv at kunne mødes med bedsteforældrene over længere perioder på flere år. Dette er ofte et stort savn for de unge.

Opsummerende kan det siges, at børn, der vokser op i familier, hvor mor udsættes for vold, ofte er plaget af et lavt selvværd og en manglende tro på, at andre vil dem det godt. Denne mistillid dannes, som tidligere beskrevet, ofte tidligt i børnenes liv, når de erfarer, at de mennesker, der skal passe på dem, grundet volden, fremstår utrygge og uforudsigelige (Hart, 2014). Det kan betyde en livslang udfordring i forhold til at skabe og bibeholde givende relationer. Både i relation til jævnaldrende, men også til andre voksne.

4.9 Oplevelse af både støtte og svigt fra systemet

For børnene er skilsmissem en skelsættende begivenhed i deres familiehistorie, og flere af børnene husker nøjagtigt denne oplevelse – hvor de var, og hvad deres forældre fortalte.

For nogle af børnene kom skilsmissem ikke som en overraskelse, da de havde oplevet skænderier og voldlige episoder i familien, men for andre børn kom skilsmissem uventet, og blev en begyndelse til større ændringer for barnet. Sofie fortæller:

“Vi var på vej hjem fra fodbold, mig og min mor, og det var der, hun sagde, at de skulle skilles. Op til skændtes de rigtig meget. Der var en morgen de skændtes så meget, at jeg kom for sent i skole.

Hvordan havde du det, da din mor fortalte, at de skulle skilles?

Jeg blev lettet. Hun forklarede først lige, hvad det var, for der vidste jeg ikke rigtig, hvad det var. Så tænkte jeg, det er godt, for så skændtes de ikke rigtig mere. Men så havde jeg ikke lige tænkt på, at min far ville blive sur på den måde over, at hun gerne ville skilles og havde fundet en ny.

Hvad skete der med skænderierne, efter de blev skilt?

De blev store. Men jeg ville heller ikke have at de skulle bo sammen, fordi det var meget ubehageligt selv at være der.”

Sofie 14 år

Thomas fortæller:

“Jeg havde slet ikke forventet det. Men lige pludselig en dag, trak de mig ind i sofaen og fortalte mig, at de skulle skilles. Og jeg blev så overrasket, at jeg græd mig i søvn. De sagde begge to i kor, at de skulle skilles. Jeg er stadig lidt i tvivl om, hvad grunden er til at de skulle skilles. Det har været forskellige svar, så det har været lidt frem og tilbage.”

Thomas 14 år

For de unge er skilsmissem en konkret begivenhed og en tydelig markør over for omverdenen på, at der er nogle udfordringer i familien. I forbindelse med forældrenes skilsmisse samt de mange udfordringer i familien fortæller flere af de unge om mødet med “systemet” – herunder besøg i Statsforvaltningen samt kontaktpersoner i kommunen. Flere af de unge fortæller om, hvordan de har følt sig hjulpet af forskellige personer i Statsforvaltningen og kommunen. Men det er dog ikke helt uproblematisk for de unge at møde systemet. Mange af dem oplever at knytte stærke bånd til personer, som de oplever kun er i deres liv for en tid. De søger tillid og oplever, at denne brydes. Og med frygten for om de voksne vil lytte til dem, går de ind til møder i Statsforvaltningen, hvor de ‘andre voksne’ skal beslutte, om de skal bo hos deres mor eller far.

4.9.1. Besøg i Statsforvaltningen

I forbindelse med skilsmissem er flere af samværssagerne endt i Statsforvaltningen, fordi forældrene ikke har kunnet enes om samværsordningen for børnene. Flere af de unge fortæller om, hvordan de og deres søskende oplevede at skulle i Statsforvaltningen og fortælle, om de ønskede at bo hos deres mor eller far, mens de endnu var børn. Dette har hos flere af de unge skabt stor usikkerhed og frygt for, om de voksne mon vil lytte til deres

ønsker, men også en utryghed i forhold til at kunne blive skilt fra sine søskende. Marie fortæller således:

“Da de lige var blevet skilt, var man nødt til at vælge side, fordi de ikke kunne blive enige om, hvor vi skulle bo. Der kan jeg huske, at vi skulle ind og tale med en dommer og en psykolog, hvor de fik os til at tegne alle mulige tegninger, som de sikkert har analyseret alt muligt på. Og så havde de taget en kalender med, med alle ugedage for to-tre uger, hvor vi skulle illustrere, hvordan vi godt ville fordeles, for hvor meget vi skulle være hos den ene og hos den anden. Egentlig ville jeg gerne bare være hos min mor. Men jeg vidste, hvad min søster havde tænkt sig at svare, når de spurgte os, så derfor svarede jeg også, det hun ville svare, fordi jeg troede de ville splitte os op, hvis ikke vi sagde det samme. Men måske hvis jeg bare havde sagt, at jeg ikke ville væk fra min søster, så havde de nok ikke gjort det. Så det var der ordningen med 10 dage hos den ene og 4 dage hos den anden kom ind. Der var jeg ca. 8 år og min søster var 10 år. Det var lidt tid efter, de var blevet skilt.”

Marie 14 år

For Marie har det en stor betydning at kunne følges med sin søster og vide, at de kommer til at bo det samme sted på trods af, at Marie hellere vil bo hos sin mor. En søster, som hun senere i interviewet beskriver, er som en mor for hende. Derfor vælger hun at sige det samme som sin søster, i stedet for at udtrykke egne ønsker af frygt for at blive skilt fra søsteren.

Mette fortæller også om sit møde med Statsforvaltningen, og frygten for ikke at blive lyttet til, men også en lettelse over, at der til sidst blev lyttet til hendes ønsker. Men mødet med Statsforvaltningen sætter også sine spor i Mette. For hende oplevedes ventetiden som en (for) lang proces, som medførte, at forældrene blev rådvilde. Midt i dette oplever Mette at tilhøre en familie i krise, som havde brug for mere hjælp. Mette fortæller:

“Jeg havde vidst længe, at jeg skulle derind [i Statsforvaltningen]. Men så blev det hele tiden udskudt. Så på den ene side, så var det sådan lidt stort. Jeg tror jeg var 10 år, da jeg havde min første samtale. Jeg blev bange for at skulle ind og tale med hende der, for hvad nu, hvis hun ikke synes det samme, som jeg synes. Jeg var bange for, at det skulle gå galt, og at hun skulle sende mig mere over hos min far. Hun valgt så, at det jeg sagde ordret, var det, som blev gjort [...]”

Hvad kunne du have haft brug for i din familie, da det var svært?

At det ikke tog så lang tid med Statsforvaltningen. Begge mine forældre blev presset ud i, at de selv stod med det, fordi det tog så lang tid, før der kom en beslutning. Og jeg tror, at det er der, det hele ligesom startede. Ellers kunne det have været rart, at der var nogen, der havde tænkt, at her er en familie i krise og havde arbejdet hurtigere

på en mulighed, der havde været optimal.”

Mette 15 år

For mange af de unge er det svært at skulle i Statsforvaltningen, da det er forbundet med en følelse af utryghed om, hvordan fremtiden kommer til at se ud for dem. Som tidligere beskrevet kan møder i Statsforvaltningen minde barnet om de svære oplevelser, barnet har haft i familien, og kan fungere som trigger. Dermed kan barnets nervesystem aktiveres på en måde, hvor den limbiske (følelsesmæssige) og autonome del (overlevelsesorienterede) af hjernen oversvømmer barnets tænkning og evnen til at udtrykke sig, så barnet får forpasset den vigtige chance for at afgive sin egen stemme.

En del øvrige børn i Ud af Voldens Skygge tør ikke italesætte deres egne behov i Statsforvaltningen af frygt for de konsekvenser, det kan medføre for dem selv og i særdeleshed for moderen. Denne gruppe børn kan eksempelvis fortælle, at det er vigtigt at være lige meget hos begge forældre, for ikke at bidrage til konfliktoptrapning og sætte deres mor i en udsat position, hvor faren kan ramme hende med repressalier af forskellig art.

4.9.2. Kontaktperson(er)

Flere af de unge oplever at få hjælp og støtte fra en kontaktperson¹³, som de jævnligt kan mødes med og tale med om deres oplevelser. De unge knytter stærke bånd til kontaktpersonen, som de oplever støtter dem i en svær tid, hvor der for mange af dem både er udfordringer hjemme og i skolen.

Hvordan de unge knytter sig til kontaktpersonen kommer særligt til udtryk i Thomas’ fortælling, hvor han fortæller om, hvordan han oplever at få hjælp til at sætte ord på sine følelser, samt lærer at sige fra over for sine forældre. Thomas fortæller:

“Var der noget, du kunne have haft brug for, da du stod i de vanskelige situationer [at være postbud mellem mor og far]? Det skal jeg lige tænke over, for den hjælp jeg fik [fra kontaktperson], var faktisk rigtig god. Og det var, når jeg fik åbnet mig selv op. Og det tror jeg er blandt det vigtigste, man skal. Man skal tage mod til sig, og lære at sige fra og åbne sig selv op. Hvordan åbner man sig selv op?”

Du skal turde at tro og stole på en anden person. Hvis der ikke er én, der kan hjælpe dig med at åbne dig op, så ender du i en skidt situation. Hvis du ikke kan stole på én, så ender du ikke med at kunne komme til at sige fra. Hvis du ikke lærer at sige fra, så gør du nogle ting, som du helst ikke vil.”

Thomas 14 år

¹³Flere af de unge har fået tildelt en kontaktperson af kommunen.

Oplevelsen af tillid til kontaktpersonen er helt grundlæggende for Thomas' fortælling – hvilket også træder tydeligt frem hos de andre. Dog oplever de unge også udfordringer, hvor tilliden i relationen med deres kontaktpersoner brydes. Eksempler herpå kan være pludselige brud med kontaktpersonen og mange skiftende kontaktpersoner, som skaber forvirring for de unge, og ikke skaber den nærhed, omsorg og stabilitet, som de har brug for.

Thomas, som knytter sig tæt til kontaktpersonen, oplever et pludseligt brud, som opleves som et stort svigt for ham. Thomas fortæller:

“Vi mødtes en til to gange om ugen. Og så lige pludselig så forsvandt hun. Magic. Jeg har aldrig fået at vide, hvad der skete.

Fik du ikke sagt farvel?

Nej. Jeg har stadig ikke fået svar på det. Det kunne have været anderledes, hvis jeg havde fået svar på det. På en eller anden måde er jeg lidt bange for svaret.

Hvad kunne være et dårligt svar at få?

Om der var sket noget med hende. Jeg var meget glad for hende. Hun var meget vigtig på det tidspunkt. I den periode, hvis ikke hun havde været der, så var jeg ikke den person, som jeg er i dag. På en måde vil jeg gerne vide, hvad der skete, og på en måde vil jeg ikke. Jeg vil gerne indrømme, at det skadede mig lidt. Jeg tog det som et skridt bagud. Lige i dag tænker jeg ikke så meget på det. Jeg er ikke den samme, som den jeg var dengang. På en eller anden måde reflekterer hun, hvem jeg er i dag. Hun lagde the basic, og så kunne jeg træde op på trapperne.”

Thomas 14 år

Andre oplever en lang ventetid på at få tildelt en kontaktperson. Dette har blandt andet store konsekvenser for Sebastian, som måtte vente halvandet år på at få en kontaktperson i kommunen, som skulle støtte ham i forhold til den sociale angst og ensomhed, som han kæmper med. Sebastian fortæller:

“Var der noget, du havde haft brug for hjælp til?

Jeg fik ikke så meget hjælp til at få venner. Det var meningen, at kommunen skulle hjælpe mig med at komme ind i noget socialt. Det kom først i foråret, før jeg skulle starte på kostskole, jeg fik den hjælp. Så jeg havde gået i halvandet år og ventet på, at der skulle komme til at ske noget. [...] Jeg har snakket med flere forskellige i kommunen, så det har været meget rodet. Så er der en, som er stoppet, og så har jeg fået en ny. Så lige nu aner jeg ikke, hvem det er, der skal hjælpe mig overhovedet. Jeg har ikke rigtig kunne finde ud af det. Og ikke rigtig vidst, hvad det var, de lavede. Jeg har ikke følt, at der er sket noget. Men jeg har fået en kontaktperson, som jeg nogle gange snakker med om tingene. Så nogle gange ringer han til mig, det er

et af de positive ting. Han kom en eller to gange om ugen og lavede noget sammen med mig. Nogle gange spillede vi FIFA, og en gang så vi en fodboldkamp, ellers gik vi en tur eller sad og snakkede. Han prøvede også at hjælpe mig med at finde et arbejde – det var meget dejligt, at han gad hjælpe.”

Sebastian 16 år

Kontaktpersonerne spiller derfor en vigtig rolle for de unge. Kontaktpersonen er en støtte for de unge i hverdagen, én de kan dele hverdagsoplevelser med, og én de kan tale med om de udfordringer, de oplever i familien eller skolen. Men manglende stabilitet i relationen kan have en stor konsekvens for de unge, som oplever svigt og skyldfølelse, hver gang de oplever at miste en kontaktperson.

4.10 At have et helle eller et skjulested

De unge har oplevet en barndom, hvor de konstant er i alarmberedskab af frygt for, hvad der kan ske omkring dem. Som tidligere beskrevet, fortæller Marie om, hvordan hun oplever volden i familien, som at leve i et minefelt, hvor hun og hendes søskende hele tiden skulle være opmærksomme på deres handlinger af frygt for reaktionen fra deres far. Mange af børnene fortæller, at de ikke altid er klar over, hvad der kunne starte skænderierne, og hvordan de kunne undgå dem – hvor følelsen af at hoste eller træde forkert, kunne starte en eksplosion.

Midt i dette minefelt søger de unge et skjulested – et helle – hvor de kan have et frirum og finde ro midt i stormvejret omkring dem. Et frirum, hvor de kan føle sig accepteret, som dem de er, hvor der er rum til at dele deres del af historien, og hvor de ikke skal lade sig definere af den vold, de oplever i familien. Et fristed som kun er for dem – hvor mor, far eller søskende ikke er til stede – og hvor al ansvar for familien er taget af deres skuldre, så de for en tid kan glemme bekymringer og udfordringer i familien.

For de unge har dette fristed forskellige former og kommer til udtryk på forskellig vis. Thomas fortæller om det at være gamer sammen med vennerne, hvor han lever sig ind i en anden verden og glemmer fortiden:

“Jeg er gamer og jeg spiller med venner. På en eller anden måde er det som om, at jeg kommer ind i en anden verden. Jeg tænker ikke på noget. Jeg tænker ikke på min fortid, eller hvad der er sket. Så jeg sidder bare og har det sjovt. Det var en af de løsninger, der hjalp mig.”

Thomas 14 år

Mette fortæller om det at have en hest. Når hun kommer til hesten, oplever hun at blive mødt med glæde, og i stalden hos hesten, oplever hun at kunne være sig selv. Et frirum som hun holder fast i, for ikke at miste sig selv. Mette fortæller:

“Men det at have min hest, det betyder, at jeg har et sted, hvor jeg kan være mig selv, hvor hverken min mor eller far er. Dem jeg mødte der, hvor jeg har hesten, der kunne jeg vælge, hvad jeg ville sige til dem af min historie, og hvad jeg ikke ville. Og det gav mig rigtig meget ro, så jeg kunne være der for min mor, fordi hun var helt ødelagt.”

Hvad er det hesten særligt kan?

Det hesten kan, det er, at den altid er der. Uanset om jeg har haft en god eller dårlig dag, så er den altid glad. Den er det vigtigste jeg har haft i hele mit liv. Jeg har reddet i snart 8 år. Og det er der, jeg har de fleste af mine venner. Det er der, vi kan snakke om, hvad der er sket i skolen, det er der, jeg kan fortælle, at jeg virkelig hader en dreng fra min klasse den dag, det er der, jeg kan fordybe mig i det at ride, og det er der, hvor jeg kan slippe alt andet. Det er lige som at tage et følelsesmæssigt bad. Det er den del af mig, som jeg aldrig nogensinde håber, jeg skal give slip på, fordi så tror jeg ikke, jeg vil kunne kende mig selv.”

Mette 15 år

Som tidligere nævnt er børn i voldsudsatte familier ofte præget af høj aktivitet i den sympatiske (aktive) del af nervesystemet. Deres hjerner er mere eller mindre permanent indstillet på at scanne omgivelserne for eventuel fare, og de kan være mere eller mindre låst i tilstande af hyper- eller hypoarousal. Mettes fortælling om “det følelsesmæssige bad”, hun oplever, når hun er sammen med sin hest, er tydeligvis af afgørende betydning for hendes trivsel. Her oplever Mette et sted, hvor hendes nervesystem kommer i balance, og hvor den parasympatiske (hvilende) del af nervesystemet tager over og giver hende ro og balance. Samme billede får man, når man hører Marie fortælle, hvad det at spille rollespil betyder for hende. Rollespillet er som at træde ind i et helligt rum, hvor hun bliver givet en anden rolle, som hun skal leve sig ind i – og derved glemmer alt omkring sig. Marie fortæller:

“Jeg har gået til rollespil i 7 år. Det elsker jeg virkelig at gøre. Det var mit hellige rum. Når jeg gik ud på scenen, så var det lige meget, hvem vi var. Jeg fik rekvisitter i hånden, og så skulle jeg spille den rolle. Ved at spille den rolle, kunne jeg leve mig ind i det, og komme væk fra mit eget liv i tre timers tid. Så kunne jeg have en pause på den måde. Min far kunne ikke blive en del af det rum overhovedet. Han satte mig af, og han kom og hentede mig. Jeg fik et pusterum. Hvilket har været noget af det, som har hjulpet mig helt vildt meget.”

Marie 14 år

Hvad der går igen i alle fortællingerne er, hvordan de unge oplever, at et fristed har hjulpet dem igennem de udfordringer, som de kæmper med, og giver dem en tryk base – et “helligt rum” for at bruge Maries egne ord – hvor der er plads til at puste ud og ånde frit.

4.11 Hjælp og støtte i Mødrehjælpen

Hvad der ellers har hjulpet de unge, er at komme i Mødrehjælpen, og tale om deres oplevelser i familien. I Mødrehjælpen har de unge kunnet deltage i individuelle samtaler med en behandler (børneterapeut eller pædagog) og/eller kunnet deltage i et børnegrupperforløb med andre børn, som lever i voldsudsatte familier. Mette, der har deltaget i begge dele, fortæller, hvad der har været vigtigst for hende ved at deltage i Ud af Voldens Skygge:

“Jeg har oplevet, at der er blevet arbejdet de ting igennem – altså tilbage i tiden. Så er jeg blevet afklaret med, hvad jeg følte dengang og fået åbnet op for, hvad jeg egentlig følte helt ned i detaljer, i de situationer jeg var i. Og at vi lige så stille og roligt er begyndt at kigge fremad – hvordan jeg kan forberede mig nu. Jeg har oplevet, at hele min historie er blevet forbundet med noget af det, jeg føler, så når jeg tænker tilbage på det, kan jeg være åben omkring det, fordi jeg ved, hvad jeg selv føler i stedet for at være usikker og at synes, at det ikke var noget, der skulle fortælles til alle mulige andre. Så det har helt klart givet mig noget lys på, hvad jeg selv føler, og hvad det har gjort ved mig. Men det har også givet mig plads til, at jeg kunne fortælle det til andre. Så det har igen været en af de store faktorer til at gøre mig til den jeg er, fordi vi ligesom har fået arbejdet hele min historie igennem.”

Mette 15 år

I interviewene udviser de unge stor taknemlighed over den hjælp, som de har fået i Mødrehjælpen. Ved at komme i Mødrehjælpen oplever de, at der er rum til at fortælle deres historie, og at der er nogen, der lytter til dem. Hertil har det for flere af børnene været en lettelse at blive bekræftet i deres indre kompas, som har fortalt dem, at det de oplever hjemme ikke er helt normalt – til trods for, at de gentagende gange har fået denne besked af deres far. Til spørgsmålet om, hvordan det har været at komme i Mødrehjælpen, svarer Marie:

“Det har hjulpet mig sådan helt sindssygt meget. Hvis jeg ikke var kommet herind, så ved jeg ikke rigtig, hvor jeg har været i dag. Jeg havde i hvert fald ikke haft mod til at tage på kostskole. Fordi når jeg kom her ind og fik snakket om tingene, så fik jeg en forståelse for, hvad det var der foregik, og hvorfor det var, jeg havde det, som jeg havde det.”

De [behandlere i Mødrehjælpen] har hjulpet mig rigtig meget med at erkende, at det, som foregik, ikke var normalt. Jeg vidste det jo egentlig godt. Men jeg var meget splittet. Fordi jeg hele tiden fik at vide af min far, at det var normalt. Og så prøvede jeg at sige til mig selv, at det var normalt, men det var meget svært at finde ud af. Men det med at komme her og få at vide, at det har jeg også godt hørt fra andre børn, det hjalp.”

Marie 14 år

Som Marie udtrykker det i ovenstående citat, kæmper hun med at finde ud af, hvad der er det normale familieliv. Dette gør sig også gældende for mange af de andre unge. Som de unge selv flere gange udtrykker det – *”Jeg kendte ikke til andet” eller ”Der var ikke nogen på min gamle skole, der vidste, hvad der foregik hjemme hos mig, fordi jeg jo ikke selv vidste, hvad der foregik”*. Hvad der særligt har gjort en forskel ved at komme i Mødrehjælpen er, at de unge lærer at sætte ord på deres oplevelser, samt hvilke følelser, der er forbundet hermed. I Mødrehjælpen oplever de unge, at det er okay at tale om tristhed og ked af det-hed eller skyld og skam, og de får redskaber til at bedre at kunne håndtere deres traumesymptomer som angst, undgåelsesadfærd og lignende.

For de unge betyder det også meget at deltage i gruppeforløbet sammen med andre børn og unge, som har lignende oplevelser med i bagagen. At lytte til de andres oplevelser, giver en oplevelse af ikke at være alene med de oplevelser, som de selv kæmper med, og det giver mod til også selv at fortælle deres historie. Marie fortæller:

”Jeg gik i en gruppe, hvor jeg kunne høre, at der var andre, som havde oplevet de her ting. Så fordi andre har oplevet det, og fordi vi sidder her og taler om det, så er det nok ikke fordi, det er helt normalt. Det hjalp mig rigtig meget at høre de andres historie, at have nogen at dele det med, ud over voksne mennesker. I og med at det hjalp mig, følte jeg også, at jeg kunne hjælpe tilbage og fortælle om min situation.”

Marie 14 år

Sebastian fortæller:

”Det jeg fik mest ud af, det var at høre, at der var andre, der havde det svært, så man ikke følte sig alene med det, at man ikke skal gå rundt og tænke, at man er så særlig, og så at vide, at der var folk, der sad og lyttede.”

Sebastian 16 år

Laura oplever også, at det har været en stor hjælp for hende at komme i Mødrehjælpen:

**”
Jeg er rigtig glad for at være herinde. Det har hjulpet mig meget (...) Fordi jeg kan udtrykke mine følelser, uden at der er nogen, der kan svare ondt tilbage, og at jeg ved, at de ikke vil sige det til nogen.**

Laura 12 år

4.12 Børnenes reaktioner på volden i dag

De interviewede børn og unges beretninger vidner om, at volden i familien vedbliver med at være en del af deres liv. De påvirkes af det ofte fortløbende høje konfliktniveau, der udspiller sig mellem mor og far.

4.12.1. Børnenes reaktioner på faderens vrede

For en stor del af de børn, der fortsat har hyppige og langvarige samvær med deres far, betyder det, at farens manglende affektregulering i forskelligt omfang stadig påvirker dem og afstedkommer symptomer og reaktioner, der præger dem på forskellig vis. Laura fortæller:

”På et tidspunkt var det seks ud af syv dage, hvor far kunne være vred, men nu er det blevet bedre, så nu er det kun en til to dage. Og nogle gange slet ikke. Min lillesøster og jeg er mere glade, når han ikke skændes. For når han bliver meget sur, så går det ud over vores skoledage også.

Hvordan går det ud over jeres skoledage?

Fordi det kan påvirke os i lang tid. Jeg bliver meget bange, når jeg er

derhjemme. Mest hos min far, men også nogle gange hos min mor, for så kan det være noget, der er sket ugen før, hjemme hos min far, så kan jeg også blive bange hos min mor.”

Laura 12 år

En del børn, som det også her kommer til udtryk hos Laura, erfarer, at de gentagne møder med faderens vrede påvirker dem i lang tid bagefter. Det kan være i skolen, eller når de er hjemme hos deres mor, og samværet hos far er slut. De oplevelser, børnene har haft med vold og konflikter, lever i børnenes nervesystem, uagtet om de kan huske dem eller ej. Reptilhjernen husker, at faderens vrede tidligere har udgjort en trussel, og vil derfor reagere instinktivt på hans øgede tonefald, kropssprog og ansigtsudtryk og aktivere følelser af frygt og angst. Dette forekommer også i de tilfælde, hvor faderen ikke nødvendigvis er ramt af voldsom vrede. En potentiel risiko for, at konflikten kan eskalere, er nok til at barnets alarmberedskab accelererer. Som det er tilfældet med Laura, kan det være vanskeligt for nervesystemet at aflade igen og finde tilbage til et optimalt arousalniveau, og børnene vil opleve, at bange-følelsen bliver i kroppen, og at nervesystemet let reagerer på andre menneskers stemmer og kropssprog med samme intensitet, som var det faderens.

4.12.2. Hverdagen i dag med konflikter og vold

For de mødre og børn, der deltager i Ud af Voldens Skygge gælder, at moderen har forladt den voldelige partner. For de færreste børn og kvinder betyder dette dog, at de opnår den fornødne ro til at komme sig oven på det voldsramte familieliv. De seks interviewede børns historier vidner om, at bruddet mellem mor og far ikke er ensbetydende med, at hverdagen i dag er uden konflikter og vold, hverken for deres mødre, dem selv eller deres søskende. Sebastian fortæller her om, hvordan hans og moderens liv stadig er præget af stedfarens handlinger:

”Det er helt sikkert, den sag der ligger, som gør, at vi ikke kan slippe det helt, og nogle gange kommer der et brev ind, og så skal hun sidde og skrive et langt brev tilbage, så bliver hun stresset over det.”
”Det er lidt over en måned siden, at han skrev til mig sidst. Han kan ikke rigtig respektere, at vi ikke vil se ham mere. Jeg svarer ham ikke, når han skriver til mig. Det er lidt ubehageligt, at han hele tiden prøver at opsøge os. Ringer til alle mulige steder og fortæller om, hvor forfærdelig min mor er. Og jeg kan mærke, at min mor bliver ked af det. Det er også en af grundene til, at min mor ikke har noget arbejde. Hun kan ikke overskue det.”

Sebastian 16 år

En del børn i Ud af Voldens Skygge lever således ikke kun med følgevirkningerne af den vold, de har oplevet, mens familien er samlet, men de skal til stadighed navigere i et spændingsfelt. Som det er tilfældet med Sebastian, påvirkes børnene eksempelvis af stalking og chikane, og relationen til mødrene influeres fortsat af den stress og re-traumatisering, der følger i kølvandet på den psykiske vold, moderen udsættes for. Sofie fortæller, hvordan hendes far ofte kontakter hendes mor, selvom moderen ikke ønsker det, og hvordan Sofie bliver en del af konflikten ved at overvære det:

”[...] Der havde min far skrevet hele tiden til min mor. Jeg kan ikke huske om hvad lige nu, men det var hele tiden sådan nogle lange romaner. Ikke noget godt. Min mor blev ked af det. Jeg læste det, men kan ikke helt huske, hvad det var lige nu. Jeg sagde til min mor, nu giver du mig din telefon, og så læser jeg det.

[...] jeg ville gerne vide, hvad der var sket, selv om hun ikke ville have, at jeg skulle have det at vide. Jeg vil gerne vide det, fordi jeg kan ikke lide at se min mor ked af det. Så ville jeg se, om jeg kunne gøre noget ved det. Jeg overvejede også at skrive til ham – hvad har du gang i – og sådan noget. Men så ville det nok bare blive værre. Så det gjorde jeg ikke alligevel.”

Sofie 14 år

Laura oplever derimod, at konflikterne mellem forældrene er blevet mindre, men at de stadig fylder i hendes liv:

”Nu er det mere over telefonen, de skændes, fordi min mor ikke vil tale med min far. De gider ikke prøve at blive venner. Min far gider ikke, men min mor vil gerne have, at de bare kan være venner. Hvorfor tror du, de ikke ses så meget mere?

Fordi min mor er bange for min far. Hun er bange for, at min far bliver sur på hende. At min mor bliver for bange for, at det tager overhånd.

Er det noget hun har fortalt, eller er det noget, du selv har gættet dig til? Det er noget, jeg har gættet. Men min mor kan godt udtrykke sine følelser over for mig. Hun har det også meget svært, har hun fortalt mig. Hun er bange for at være sammen med min far, fordi han kan blive sur.”

Laura 12 år

Laura lever i en deleordning, og ser således sin far syv dage ad gangen. Dette er tilfældet med en stigende del af de børn, der deltager i Ud af Voldens Skygge. Disse børns virkelighed er, at den ene uge er hos deres mor, som de fornemmer er bange for deres far, for derefter at pakke deres kuffert og rejse hjem

til deres far, som de ofte har ambivalente følelser for. De ambivalente følelser er symptomatiske for en del af børnene i Ud af Voldens Skygge. En del af dem elsker deres far og hans gode sider, men forstyrres af minder om volden og frygt for hans vrede. Til spørgsmålet om Laura ville ønske, at hendes mor og far stadig var sammen, svarer hun:

På en måde, og på en måde ikke. På en måde kan jeg godt forstå hende, fordi min far kan blive rigtig sur. Fordi hvis hun stadig elsker ham, så vil hun ikke lade ham gå. Og jeg ved inderst inde, elsker hun ham stadig, men hun tør bare ikke indrømme det. Og hun tør ikke prøve igen. Jeg synes det er synd, men jeg forstår hende godt.

Laura 12 år

Laura sætter ord på den ambivalens, som en del af børnene også er ramt af i forhold til deres forældres forhold. Børnene er, som majoriteten af skilsmissebørn, ofte ramt af et brændende ønske om, at familien kan være samlet, men ønsket kolliderer med frygten for, at volden og konflikterne vil eskalere. Sofies fortælling om, hvor hun står nu, giver et sigende indblik i, hvordan mange af børnene i Ud af Voldens Skygge ikke tør sætte deres egen trivsel og behov først af frygt for, hvilke konsekvenser deres valg kan medføre:

”Jeg skal snart sige til min far, at jeg gerne vil bo hos min mor. Men jeg ved ikke, om jeg skal skrive det, eller selv sige det, eller skrive et brev, eller få mor til det. Men jeg gider ikke, at mor hun skal blandes ind i det. Så kunne man også sige – far jeg vil ikke bo hos dig, men det har ikke noget med dig at gøre, men det er bare fordi, mor bor tættere på, og det er hende, der betaler mit tøj. Hvad er du mest spændt på?

For det første hvordan jeg skal sige det, det ved jeg ikke helt endnu, og hvordan han reagerer. Det er mest det med, hvordan han reagerer. Hvordan håber du, at han reagerer?

At han vil sige – det kan jeg godt forstå, og at jeg kan være hos ham hver anden søndag.

Er der noget du frygter, hvordan han vil reagere?

Det er et eller andet med, at han vil slå eller at det går ud over min mor eller mors nye kæreste. Jeg tror ikke engang, han ved det. Det er også mig selv, der kom til mor og sagde det. Det ville være lidt fjollet, at det gik ud over min mor, når det er mig selv, der har sagt det. Hvordan frygter du, at far kunne lade det gå ud over mor?

Den største frygt er nok, at han bare banker på døren hjemme og bare råber og skriger, og jeg ved ikke hvad. Eller at han skriver nogle lange romaner. Det bliver hun også ked af. Eller truer hende.”

Sofie 14 år

Sofie lever som et stigende antal børn i Ud af Voldens Skygge i en 7-7-ordning. Sofie mistrives i høj grad i denne ordning og har længe taget tilløb til at få sagt dette til sin far. Konfliktniveauet forældrene imellem er imidlertid stadig højt, og som det tydeligt skinner igennem i citatet, går Sofies frygt særligt på, om hendes beslutning kan betyde, at faderen vil lade det gå ud over moderen eller moderens kæreste. Dette ligger i tråd med øvrige erfaringer fra Ud af Voldens Skygge. At børnenes frygt for deres fars reaktioner får den konsekvens, at de ikke får sagt fra i konkrete situationer, såvel som i store anliggender som, hvor de gerne vil bo og hvor længe af gangen.

”Det er fordi, jeg er bange for, at han bliver sur, og så går det ud over min mor. Det er jeg bange for, at det går ud over dem, jeg holder af. Hvad kunne din far finde på at gøre eller sige, hvis han blev sur på din mor?

Jeg er bange for, at det kommer i retten og alt det, selv om jeg ved, at det nok ikke gør det. Men jeg har det inde i hovedet, at jeg er bange for, at der kommer politi og alle mulige.”

Sofie 14 år

Børnene og de unge fortæller ikke blot om bekymringer for deres mor, men også om at deres fravalg af deres far kan gå ud over deres søskende. I det følgende citat fortæller Laura om sin lillesøster:

”Hun har det meget svært nu, i forhold til da hun var lille. Der havde hun det rigtig godt. Men nu har hun det meget mere svært. Både i skolen og derhjemme [...] Hun bliver meget trist. Hun laver ikke så meget i forhold til, da hun var tre, nu hun forstår, at de er skilt. Hun begyndte at blive meget trist efter. Men hun er begyndt at få det bedre. Vi prøver at gøre sådan, at hun får det bedre. Fordi vi vil helst ikke have, at det går ud over hende så meget, som det er gået ud over mig.”

Laura 12 år

Lauras ”vi” vidner om det store ansvar, børn, der lever i familier med vold, ofte påtager sig. Som det er tilfældet med Laura, har børnene ofte store bekymringer for, hvordan volden og konflikterne i familien påvirker deres søskende, og påtager sig ansvaret for at sørge for, at deres søskende bliver skånet mest muligt. I relation hertil beskriver Thomas:

”Det der har den største effekt på mig, er det, at jeg mistede min lillesøster. For når du kender en person, og hun forvandler sig så meget – så sidder man ligesom og tænker – hvad er der sket? For hun er jo ikke den, jeg kender. Hun er jo præcis det modsatte af,

hvad jeg kender. Hun var jo altid den, jeg kunne gå hen til og fjolle med. Det er det ikke længere [...] Min lillesøster følte, at det var hendes skyld, at skilsmissen skete. Hun tager det meget tæt til sig. Det gør jeg slet ikke længere. Jeg var lige som hende, der tog det til mig, men nu er hun den, der gør det. Hun var inde i de trygge rammer, da de [forældrene] var sammen, og det er hun ligesom ikke nu. Så det tror jeg er en af grundene til, at hun er deprimeret. Jeg har ligesom vænnet mig til ikke at have de der trygge rammer længere.”

Thomas 14 år

Thomas og Laura tegner et billede af, at deres nuværende trivsel er præget af, at deres søstre ikke har det godt, og at det liv, de selv har til rådighed, er betinget af deres søskendes velbefindende. Som det er tilfældet med Laura, oplever flere af de interviewede børn, at de ikke kun selv, men også deres søskende, lider under, at der fortsat er et højt konfliktniveau i familien.

4.13 Håb og drømme for fremtiden – når det almindelige bliver ualmindelig vigtigt

4.13.1. Håb og drømme for familien

Midt i de udfordringer, som mange af de unge til stadighed står i, eksisterer et håb og en drøm om i fremtiden at kunne leve et ’godt liv’. For de unge betyder det at have et godt liv, at forældre og søskende trives og har det godt, og at de selv oplever at være glade og have gode venner.

Nogle af de unge oplever at være kommet nærmere dette håb, men for andre er dette stadig langt fra den hverdag, de lever i dag. Dette træder tydeligt frem i Lauras fortælling, når hun fortæller om sine håb og drømme for fremtiden. Laura fortæller:

”Hvad er dine håb og drømme for fremtiden?

At jeg får et godt liv.

Hvad betyder det at have et godt liv?

At begge mine forældre har det godt. Så når jeg snakker med dem, så har de det også rigtig godt og virker glade. Men også når jeg bliver stor, at jeg har en masse venner, der hjælper mig.

Hvad betyder det at få hjælp fra venner?

Det hjælper mig rigtig meget, fordi jeg ved, at jeg kan stole på dem.

Og hvad betyder det at kunne stole på andre?

At jeg ved, at de ikke vil forråde mig. Jeg kan ikke rigtig stole på mine forældre for eksempel. Fordi jeg ved, at de har gået igennem det, og at en af dem lyver. Og det ved jeg, at når de siger hver deres historie, så er der en af dem, der lyver. Hvorimod mine venner de kan fortælle mig alt, og jeg kan fortælle dem alt.

Et lykkeligt liv er, når man har det godt, man kan grine, og man har gode venner.”

Laura 12 år

Selvom der er store udfordringer i familien, betyder familien meget for de unge, og når de skal sætte ord på deres håb og drømme for fremtiden, er det også der, hvor håbets fortælling starter – med et ønske om at forældre og søskende må have det godt. Det er derfor også til stor bekymring for dem, når søskende eller forældre ikke oplever at trives. Thomas og Marie fortæller:

”Jeg håber, at min lillesøster – hvis hun ikke får det bedre, så får jeg det heller ikke bedre. Så ens tætteste familiemedlemmer, de betyder ret meget.”

Thomas 14 år

”Jeg håber, at min mor og søskende får det godt. Som det er lige nu, tror jeg, jeg er den af os, der har det bedst.”

Marie 14 år

For nogle af de unge er håbet dog også fyldt af en tvivl og en manglende tro på forandringer – særligt at forældrene kan forandre sig. Her har nogle af de unge opgivet håbet om, at forældrene vil finde sammen igen eller blot vil kunne tale sammen. Men de drømmer fortsat om, at den (psykiske) ustabilitet, som konflikterne har medført i deres familie, vil forsvinde, selvom de kan have deres tvivl. Mette fortæller:

”Jeg har opgivet tanken om at mine forældre kan snakke sammen. Men jeg håber, at min far lærer at acceptere, at jeg er meget glad for min hest, og at han inde i sig selv kan blive mere rolig og kan holde op med at sige, at det er min mor, der bestemmer over mig og siger hvad jeg skal gøre. Det kunne være så skønt, hvis han holdt op med det, men jeg tror ikke der er så stor en chance for det.”

Mette 15 år

4.13.2. Håb og drømme for eget liv

En stor del af barndommen har været problemfyldt for de unge. Thomas udtrykker det blandt andet således: ”Jeg fik taget min barndom fra mig”. Dette udsagn går igen hos flere af de unge, hvor flere af dem fortæller, at de tidligt i livet skulle lære at tage vare på eget liv, og de oplever at skulle tage ansvar for at passe på søskende eller deres mor. Til spørgsmål om hvad der er det sværeste ved at være barn i hans familie, fortæller Sebastian:



Det sværeste er, at man ikke har nogen far eller en ekstra voksen, til at passe de praktiske ting og til at være der for én. Så nogle gange kan man godt føle, at man må være lidt voksen selv i hvert fald over for min lillebror.

Sebastian 16 år

Med de mange udfordringer, som de unge har oplevet, eksisterer også et ønske om at kunne lægge oplevelserne på hylden, og ikke lade oplevelser i barndommen definere deres identitet og fremtid. I relation hertil fortæller Marie noget centralt, som går igen i mange af historierne – et ønske om at erkende fortidens betydning for, hvem de har udviklet sig til at være, men også at distancere sig fra fortidens oplevelser og ikke lade dem definere, hvem de er, og hvordan deres fremtid skal se ud. Marie fortæller:

"Jeg vil rigtig gerne bruge de oplevelser, og den barndom jeg har haft til noget positiv og til at hjælpe andre mennesker. Og så at komme videre med mit liv. Nu er jeg sluppet væk fra min far. Jeg ser ham stadig nogle gang, selv om jeg har haft en pause, hvor jeg også fik nyt telefonnummer, for at han ikke skulle kontakte mig. Jeg er kommet videre. Hvis han ikke vil opføre sig ordentlig over for mig, så fortjener han mig ikke. Ikke at se mig, og ikke at have kontakt til mig. Så derfor vil jeg gerne komme videre med mit liv, og ud over mine oplevelser. Det er ikke sådan, at jeg vil glemme det, for det er en del af mig, og det har også gjort alle mulige gode ting for mig, at jeg er god til at snakke med andre, hvis de har det svært. Der er mange af mine veninder, der synes jeg er god at snakke med og synes, at jeg er meget moden. Men det er 10 procent gode ting og 90 procent røv-

nederen ting i måden, det har påvirket mig på. Jeg vil gerne forsøge at komme ud over alle de der nederen ting – erkende at de er der, men ikke være påvirket af det på samme måde."

Marie 14 år

Når de unge tænker på håb og drømme for deres eget liv, fortæller mange af dem, at de ønsker at hjælpe andre børn, som står i samme situation, som de selv har oplevet at være i. De oplever at have en modenhed på baggrund af erfaring fra deres eget liv, som de gerne vil dele med andre. For mange af de unge handler det om at kunne vende de oplevelser, som de har gennemgået i barndommen, til noget positivt, og her oplever de, at de har en evne til at tale med andre børn og unge, som har det svært, og kan dele deres erfaringer med dem om, hvordan de oplever at være kommet videre. Thomas fortæller:

"Hvis jeg skulle tænke job, ville det være noget med at hjælpe børn, eller noget der har med biologi at gøre. Jeg er jo kun et barn nu, men når det kommer dertil, kan jeg sætte mig ind i deres spor. Jeg har jo gået igennem meget dårlige ting. Og det tror jeg alle de personer, der kender mig, godt ved. De kan godt se igennem, at det der betyder jo ikke noget. Det er meget vigtigt for mig, at jeg stadig har de personer."

Thomas 14 år



5. Opsamlende konklusion

Seks børn har deltaget i denne kvalitative undersøgelse og haft modet og lysten til at give os et unikt og sjældent indblik i, hvordan partnervold i familien og konsekvenserne heraf, opleves i barneøjne. Disse seks børn og unges fortællinger repræsenterer i høj grad størstedelen af de børn, Mødrehjælpen møder i Ud af Voldens Skygge, om end børn, der lever i familier med partnervold, ikke er en homogen kategori, men børn med forskellige udfordringer, positioner og ikke mindst håb og drømme for deres fremtid.

Et af de vigtigste perspektiver, som denne undersøgelse har tilvejebragt, er, at partnervold ikke kun rammer den udsatte part, som i dette tilfælde er moderen. Fra andre undersøgelser¹⁴ ved vi, at børn i familier med partnervold har en klart øget risiko for selv at blive udsat for seksuel, fysisk, økonomisk, materiel eller psykisk vold. Dette er også tilfældet med de børn, som har deltaget i denne undersøgelse. Volden og konflikterne i familien rammer også børnene, og det rammer dem hårdt. Ikke kun grundet den vold børnene sanser, mærker og ser mor blive udsat for, men også i kraft af, at børnene i denne type familier er i en udsat position, når det kommer til selv at blive udsat direkte for eksempelvis fysisk eller psykisk vold.

Børnenes fortællinger indeholder beskrivelser med direkte manipulation, kritik og ydmygelse, trusler, længerevarende kulde og tavshed. Som eksempel kan nævnes Lauras beskrivelse af, hvordan hun og lillesøsteren i samværet med far ikke kan regne ud, hvornår faderens vrede rammer, og hvor omfattende den vil være. Maries beskrivelse af, hvordan det at bo hos far opleves som et minefelt, Sebastians oplevelse af manipulation og nedgørelse af moderen – dette er alt sammen eksempler, som er kendetegnende for de børn, Mødrehjælpen møder i Ud af Voldens Skygge.

Efter et brud i forholdet kan moderen træde ud af forholdet, men børnene op-

lever fortsat at være i samvær med både mor og far. Denne problemstilling må øge samfundets årvågenhed på de børn, der efter et brud i familier, hvor der er forekommet partnervold, får fastsat et samvær – og i særdeleshed de sager, hvor samværet er længerevarende, uden at far tilegnes adækvat hjælp til at håndtere de udfordringer, der forårsager volden og konflikterne i hans liv.

Hertil oplever børnene også at deres mødre, grundet deres traumatisering, i perioder ikke er i stand til at give børnene den fornødne omsorg – og børnene oplever også fra moderens side manglende støtte og indlevelse.

Som det er tilfældet med flere af de børn og unge, vi i nærværende rapport møder, er det for børn, i denne type familier, behæftet med stærke følelser og udfordringer at turde sætte ord på, hvad de reelt selv ønsker. Selve mødet med Statsforvaltningen kan forårsage re-traumatisering, da barnet via sin deltagelse hives ind i et yderst følsomt konfliktfelt, som bevirker, at barnet følelsesmæssigt må lukke ned eller "påtage sig et skjold", som Mette i undersøgelsen italesætter det. Ofte er børnene bange for at turde give deres mening til kende, da de hellere vil ofre dem selv og lide under den eksisterende samværsordning, end at udsætte deres mødre og måske endda søskende for fare eller konfliktoptrapning. Til trods for det, som børnene har oplevet og måske til stadighed oplever, så elsker majoriteten af børnene stadig deres far og kæmper med gerne at ville have de gode sider af ham i deres liv, mens angsten for et fuldstændigt kærlighedstab fra hans side og risikoen for at gøre ham ked af det, truer.

Undersøgelsen illustrerer i den grad, at vold i hjemmet ikke kun er noget, der hører sig hjemmets fire vægge til, men er oplevelser som børnene tager med sig, når de møder verden. Børnene forsøger ofte at skjule og hemmeligholde det, der sker i hjemmet for omverdenen, men børnenes realitet er den, at det rammer

deres levede liv på alle de vigtigste fronter i det, vi normalt tænker på som et godt børneliv. Børnene oplever udfordringer med at koncentrere sig i skolen, hvor udfoldelse i læring og leg bliver udfordret af de problemer, som de oplever i familien, idet tankerne er fyldt heraf. Ligeledes trækker børnene sig tilbage, og som flere af dem udtrykker det, lukker de sig inde i sig selv. Dette har en stor betydning for deres evne til at kunne indgå i relationer med andre børn og unge og bevirker, at flere af dem i perioder af deres barndom, kun har haft få eller ingen nære venner. Dette skaber ofte en følelse af at være alene, og skaber for nogle af børnene social angst og frygt for, at ingen har lyst til at være venner med dem.

Børnene og de unge har i undersøgelsen set tilbage på en barndom, som har været præget af oplevelser, som flere af dem ikke ønsker, skal være en del af dem og deres fremtid. Flere af dem lever dog fortsat en hverdag, som er fyldt af konflikterne, og er stadig i proces med at lære at navigere i de modsatrettede følelser til forældrene, som hersker i deres indre. Der er derfor modige børn, som er stået frem, og som har haft en lyst til at dele deres perspektiver på en barndom, hvor volden har haft en pris – som Marie udtrykker det;

"Så derfor vil jeg gerne komme videre med mit liv, og ud over mine oplevelser. Det er ikke sådan, at jeg vil glemme det, for det er en del af mig, og det har også gjort alle mulige gode ting for mig [...] Men det er 10 procent gode ting og 90 procent røv nederen ting i måden, det har påvirket mig på. Jeg vil gerne forsøge at komme ud over alle de der nederen ting – erkende at de er der, men ikke være påvirket af det på samme måde."

Marie 14 år

¹⁴ Statens Institut for Folkesundhed, Syddansk Universitet (2012): "Kærestevold i Danmark" af Rikke Plauborg, Katrine Bindsbøl Holm Johansen, Karin Helweg-Larsen.



6. Anbefalinger

det følgende redegøres for en række anbefalinger, som er fremkommet i forbindelse med udarbejdelsen af denne undersøgelse, hvor fokus er udviklingen af indsatsen for børn, der lever i voldsudsatte familier, herunder at bibringe perspektiver til en national indsats for voldsudsatte i Danmark.

6.1. Indsats for voldsudsatte børn

Først og fremmest viser undersøgelsen, at det er afgørende, at der er behandlingstilbud til rådighed til børn, der er vokset op i voldsudsatte familier. I undersøgelsen fortæller børn og unge om, hvilken værdi det har haft for dem at deltage i et behandlingsforløb. For det første med fokus på at kunne tale med en voksen om oplevelser fra barndommen, som de bærer med sig, og hertil at lære at sætte ord på og at navigere i forhold til de mange modsatrettede følelser, de bærer rundt på. For det andet har børnene haft stor glæde af at møde andre børn og unge med lignende oplevelser i et gruppeforløb. Her har de kunnet dele egne oplevelser og lytte til andre børn og unge, som de har kunnet spejle sig i. Nogle af de interviewede børn har ligeledes deltaget i andre børnegrupper primært med det fokus at fortælle om deres oplevelser, men ikke gruppeforløb med et egentlig behandlingsfokus.

Der er derfor ikke alene behov for psykologhjælp til børn og unge – men for mange vil et egentligt behandlingstilbud, hvor børn og unge både får hjælp fra psykologer samt får mulighed for at spejle sig i andre børn med lignende oplevelser i bagagen, være af stor betydning. Et behandlingsforløb, hvor barnet i fællesskab med den voldsudsatte forælder kan tale om udfordringerne i hjemmet, men også et behandlingsforløb, hvor barnet alene kan få mulighed for at sætte egne ord på den bagage, som kan tynde i rygsækken.

Det anbefales derfor, at det bliver muligt på landsplan at sikre behandlingstilbud til børn i voldsudsatte familier.

6.2. Bedre hjælp til børn i familier med delt samværsordning

Flere af de interviewede børn oplever forhold vedrørende deres samværsordning særdeles udfordrende at navigere i. Som en del af Forældreansvarsloven har alle børn initiativret, hvilket betyder, at børn i alderen 10 år og opefter kan bede Statsforvaltningen om at indkalde forældrene til et møde om forældremyndighed, barnets bopæl eller omfanget af samvær med samværsforælderen. Man har med indførelsen af denne lov ønsket at øge barnets indflydelse på eget liv.

Børn ned til alderen 6 år inddrages ligeledes i verserende sager angående bopæl, forældremyndighed og samvær. Barnet indkaldes til en samtale, hvor han/hun får mulighed for at bruge sin stemme og udtrykke sine ønsker.

Disse tiltag opleves som positive, da de sikrer børns muligheder for medbestemmelse på essentielle områder i deres liv. Men for den gruppe børn, der, som vi har hørt omtalt her i rapporten, ofte har en oplevelse af at befinde sig i midten af konflikten mellem mor og far, kan det være forbundet med stærke følelser af angst at sætte ord på egne behov, og alene det at blive indkaldt til og møde fysisk i Statsforvaltningen kan udgøre en stor risiko.

Børnene frygter ofte, at vælger de mor, er de direkte skyld i, at volden og konflikterne kan eskalere, og at de dermed får sat sig selv og ikke mindst deres mor og søskende i en udsat position, hvor faren kan ramme dem. En gruppe af de børn, som har samværsordninger, de ikke trives i, vælger derfor at tie både i det daglige, men også til møder i Statsforvaltningen. Det er erfaringen, at barnets stemme tillægges stor betydning i afgørelser, hvilket er bekymrende, når en stor gruppe børn, som dem vi møder i rapporten, ikke tør bruge deres stemme i denne situation. Hertil oplever børnene lang ventetid fra de bliver indkaldt til de første møder, til den endelige afgørelse

er truffet. Desuden fortæller børnene om stor nervøsitet før og under møderne.

Flere af de børn og unge, som indgår i denne undersøgelse, oplever efter skilsmissem at bo dels hos deres mor og dels hos deres far i en 7/7-ordning. Selvom moderen efter skilsmissem i en eller anden grad kommer i sikkerhed fra en voldsudøvende partner, gør dette sig dermed ikke gældende for børnene, som oplever at utrygheden fortsætter. Hvis faderen ikke får hjælp til at arbejde med det, der forårsager volden, og støtte til at arbejde med egen affektregulering, vil børnene efter bruddet ofte befinde sig i en meget udsat position, når de er hos deres far, hvor faderens vrede virker som en trigger, og aktiverer barnets traumeresponser.

På baggrund heraf anbefales en øget bevågenhed på børn i familier, hvor Statsforvaltningen får øje på vold og et højt konfliktniveau, herunder at man i disse sager i højere grad vurderer, om prisen for inddragelse af barnet bliver for stor. Det anbefales derfor samtidig, at vidensniveauet og fagligheden i Statsforvaltningen i forhold til at være i stand til at identificere familier, hvor vold er en faktor, øges. Der kan her f.eks. være behov for øget viden om, hvordan det er for børn at leve i voldsudsatte familier, hvordan børnenes reaktionsmønstre påvirkes heraf blandt andet i forhold til ikke at sige fra, samt hvordan Statsforvaltningen i samværsagerne bedst tager højde for barnets tarv, således at barnet oplever – i det omfang det er muligt – en tryghed i hjemmet. Endelig anbefales det, at der sættes fokus på kommunikationen til og med barnet, så børnene i højere grad får hjælp til at navigere i forhold til ventetider, hvordan deres udsagn bliver brugt, samt sikres støtte før, under og efter samtaler i Statsforvaltningen.

6.3. Mentorordninger

For børn og unge er det centralt at have omsorgspersoner, som kan støtte dem i

hverdagen, når de ikke oplever at kunne få den nødvendige støtte fra deres forældre. Flere af de unge oplever et behov for at have en person, som kan støtte dem i forhold til de udfordringer, de til stadighed oplever. En person som kan være med til at skabe en form for virkelighedstjek, stabilitet og normalitet i hverdagen – hvor det at have nogen at grine med, nogen som kan få én til at smile, nogen at tale med og nogen som kan skabe en følelse af tryghed – bliver helt afgørende.

Flere af de unge i undersøgelsen oplever svingende kontakt til den kontaktperson, de har fået bevilget i kommunen samt nærmeste pårørende, som de i perioder afholder fra at være i kontakt med. Hertil ses det i undersøgelsen, at når de unge møder en voksen, som lytter til dem, og som de oplever at have tillid til, knytter de stærke bånd, som det f.eks. er tilfældet med behandlerne i Mødrehjælpen. Omvendt afføder det meget voldsomme reaktioner, når kontakten til en ekstern omsorgsperson brydes.

Det anbefales derfor, at der udvikles frivillige mentorordninger til børn og unge, som er opvokset i voldsudsatte familier. Med en mentorordning tilbydes børn og unge en (kontakt)person, der skal fungere som en stabil voksenrelation i børnenes liv – et liv som for mange er præget af usikkerhed og ustabilitet. Derfor er det også vigtigt, at en mentor kan forpligtige sig for en længerevarende periode på minimum et år og op til flere år.

6.5. Øget videndeling og tværgående samarbejde

For at sikre at børn og unge, der lever i voldsudsatte familier, opspores tidligere, er det vigtigt at udvikle et tværgående samarbejde mellem forskellige instanser, som til daglig har berøring med børn. Her er det vigtigt at ruste lærere, pædagoger, sundhedssygeplejersker, skolebibliotekarere, socialrådgivere mv. til at kunne spotte volden gennem barnets reaktioner

blandt andet i daginstitutioner og skole.

Det anbefales derfor, at der udvikles netværk for fagpersoner lokalt og nationalt, som er i berøring med børn og unge, som oplever at leve i voldsudsatte familier, eller familier med et højt konfliktniveau. Derudover er det vigtigt at sikre øget videndeling om voldens pris for børn og unge, barnets reaktioner, og hvordan man som fagperson bedst støtter og hjælper barnet. Denne viden kan inddrages på uddannelser som pædagog, lærer, socialrådgiver mv. samt i efteruddannelse til disse faggrupper.

Sluttelig anbefales også øget viden for børn og unge på skoler rundt om i landet, således at denne viden også når ud til de børn og unge, som ofte er bekendt og vidne til deres venners oplevelser, og derfor har mulighed for også at kunne tale med rette fagpersoner om dette.

6.6 Afslutning

At vokse op i en familie med vold har store konsekvenser – ikke blot for de enkelte børn, som ser, føler og mærker volden på egen krop – men volden har også en samfundsøkonomisk pris.

I forhold til anbringelsesområdet viser nyeste undersøgelser fra SFI (2017), at hvert barn, som har været udsat for vold i alderen 0-8 år, når de er 15 år, koster samfundet ca. 200.000 kroner mere end et barn med selv samme socioøkonomisk baggrund, som ikke har oplevet vold i familien. I forhold til forebyggende foranstaltninger udgør merudgiften 40.000 kroner for hvert barn, som er vokset op i voldsudsatte familier. Hertil viser adskillige undersøgelser, at børn, som er vokset op i voldsudsatte familier, i højere grad selv har risiko for at blive udsat for vold af en partner, eller selv at udøve vold mod en partner¹⁵.

Det er således ikke blot af hensyn til det enkelte barn og den enkelte familie, at der er behov for tidlig opsporing og behandling af børn, som vokser op i familier med vold, men tillige ud fra en sam-

fundsøkonomisk betragtning er der brug for øget viden om dette område for at sikre bedst mulige indsatser for både børn og voksne, der er ofre for den fysiske og psykiske vold.

¹⁵LG Insight for Københavns Kommunes Børne- og Ungeudvalg, (2009): "Børns oplevelser af vold i hjemmet".

Litteraturliste

Amiya Waldman-Levi, Ricky Finzi-Dottan, Naomi Weintraub (2013): *Attachment Security and Parental Perception of Competency Among Abused Women in the Shadow of PTSD and Childhood Exposure to Domestic Violence*.

Arianne Struik (2014): *Treating Chronically Traumatized Children*. Routledge.

Bulleteng nummer 4. Voldsudsatte kvinners omsorg for barn. Projektet *"Barn som lever med vold i familien"*. <http://atv-stiftelsen.no/upload/2011/04/08/bulleteng-nummer-4-modre-og-omsorg.pdf>

EVA (2009): *"Børneperspektiver"*. Downloadet 25. aug. 2016. <https://www.eva.dk/udgivelser/2009/boernejperspektiver/view>

Karen Helweg-Larsen, Statens Institut for Folkesundhed i samarbejde med Ministeriet for ligestilling og kirke (2012): *"Vold i nære relationer. Omfang karakter, udvikling og indsats i Danmark"*, kilde: [http://www.si-folkesundhed.dk/upload/vold_i_n%C3%A6re_relationer_\(2._udgave\).pdf](http://www.si-folkesundhed.dk/upload/vold_i_n%C3%A6re_relationer_(2._udgave).pdf)

LG Insight for Københavns Kommunes Børne- og Ungeudvalg, (2009): *"Børns oplevelser af vold i hjemmet"*. <http://toerdutaleomdet.dk/wp-content/uploads/2015/10/B%C3%B8rns-oplevelser-af-vold-i-hjemmet-i-K%C3%B8benhavn-Kommune.pdf>

Peled E., Jaffe P.G & Edleson J.L., (2004): *"Ending the cycle of violence: Community response to children of battered women"*, Thousand Oaks, CA.: Sage.

Peter A. Levine & Maggie Kline (2012): *"Traumer set med barnets øjne"*, Dansk Psykologisk Forlag

SFI (2017): *"Børn, der oplever vold i familien. Omfang og konsekvenser"*. Stephanie Vincent Lyk-Jensen, Martin Bøg og Malene Rudolf Lindberg.

SFI (2016): *"Vold og seksuelle overgreb mod børn og unge i Danmark"*. Helene Ordrup, Mogens Nygaard Christoffersen, Ida Lykke Kristiansen, Stine Vernstrøm Østergaard.

SFI (1999): *"Social arv i voldsramte familier"*. Arbejdsrapport 15 om social arv. Else Christensen

Socialstyrelsen, Vidensportalen på det sociale område: <http://vidensportal.socialstyrelsen.dk/temaer/vold-i-hjemmet/malgruppen>.

Statens Institut for Folkesundhed, Syddansk Universitet (2012): *"Kærestevold i Danmark"* af Rikke Plauborg, Katrine Bindesbøl Holm Johansen, Karin Helweg-Larsen: http://www.si-folkesundhed.dk/upload/k%C3%A6restevold_20130403_samlet.pdf

Susan Hart (2006): *"Betydningen af samhørighed – om neuroaffektiv udviklingspsykologi"*, Hans Reitzels Forlag

Tutty R. M. & Wagar J., (1994): *"The evolution of a group for young children who have witnessed family violence"* i: Social Work with groups No. 17.

Bilag 1 Interviewguiden

Indledning

1. Introduktion
 - a. Hvem er vi?
 - b. Information om undersøgelsens formål, proces og anvendelse
 - c. Anonymitet
2. Kan du først fortælle, hvad du hedder og hvor gammel du er?
3. Hvad laver du i din hverdag?
4. Hvem bor du sammen med?
5. Kan du fortælle om din familie?

Barnet/den unges oplevelser i familien

1. Kan du fortælle om, hvordan det var at være barn i din familie, da din mor og far boede sammen?
 - a. Hvordan oplevede du stemningen?
 - b. Hvad er forskellen på at være barn i en familie som din, og en almindelig skilsmissefamilie?
2. Kan du beskrive situationer, hvor du har oplevet konflikter eller vold i dit hjem?
3. Hvordan reagerede din far, når der var konflikter i familien?
4. Hvordan reagerede din mor, når der var konflikter i familien?
5. Hvordan var det at være dig, når konflikterne stod på?
 - a. Hvordan reagerede du typisk?
 - b. Hvad tænkte du/hvad så du/hvad sansede du/hvad følte du?
6. Var der noget du var særligt bange for, når der var konflikter?
7. Hvordan startede konflikterne typisk?

Konflikternes/voldens betydning for barnet/den unges arenaer

Familien

1. Hvordan oplevede du tiden efter, at din mor og far var gået fra hinanden? Hvordan er det nu?
2. Har I talt om konflikterne/volden i dit hjem?
3. Hvordan oplevede du, at konflikterne har påvirket dig i forhold til din mor/far? – hvordan påvirker det dig nu?
4. Mange børn beskriver, at de har stået i midten af deres mor og far. Har du også oplevet det? Kan du sætte ord på, hvordan det har været at stå imellem mor og far? – hvordan er det nu?

5. Hvordan oplevede du, at konflikterne har påvirket dig i forhold til dine søskende? – hvordan er det nu?

Skolen

6. Hvordan var det at gå i skole i den tid, hvor du oplevede konflikter i din familie?
7. Hvordan oplevede du, at konflikterne har påvirket dig i skolen? Og hvordan påvirker det dig nu?
 - a. Indlæring og koncentration?
 - b. Deltagelse i det sociale f.eks. i frikvarterne?
 - c. Engagement og lyst til at gå i skole?
8. Var der nogen i skolen du kunne tale med om oplevelserne i din familie?

Fritid

1. Hvordan oplevede du, at konflikterne/volden har påvirket dig i forhold til dine fritidsinteresser? Og hvordan påvirker det dig nu?
2. Hvordan oplevede du, at konflikterne har påvirket dig i forhold til dine venner? Og hvordan påvirker det dig nu?

Hvad har hjulpet/beskyttet barnet/den unge

1. Hvad er det sværeste ved at være barn/ung i din familie i dag?
2. Hvad kunne du have haft brug for?
 - a. Andre personer der kunne have støttet dig?
3. Kan du sætte ord på, hvad der har hjulpet dig i den familie, du har været barn i?
4. Oplever du, at du med tiden har fået flere redskaber til at håndtere konflikterne i din familie?
 - a. Kan du beskrive disse redskaber?
5. Har der været en særlig person, et dyr, et sted eller interesse, som har betydet noget særligt for dig?
6. Hvordan har du oplevet det at komme i Mødrehjælpen?
 - a. Samtaler
 - b. børnegruppe
7. Hvad er dine største håb og drømme for din familie? For dig selv?

Bilag 2 Samtykkeerklæring og information om undersøgelsen

Formålet med undersøgelsen

I forbindelse med projekt Ud af Voldens Skygge ønsker Mødrehjælpen at udarbejde en undersøgelse af børn og unge i alderen 10-16 år, som har erfaret konflikter/vold i deres familie.

Undersøgelsen vil have fokus på børnene og de unges fortællinger og oplevelser med konflikter/vold i hjemmet, konflikternes/voldens betydning for barnet samt hvordan barnet har oplevet at blive hjulpet.

Hvordan vil undersøgelsen foregå?

Undersøgelsen vil bygge på et interview, som vil være af cirka en times varighed. Interviewet vil foregå i Mødrehjælpen sammen med én af de to børneansvarlige i projekt Ud af Voldens Skygge – Carina Nielsen og Mette Kolding Andersen – samt en af Mødrehjælpens andre medarbejdere – Helle Dalgaard Lauridsen – som også tidligere har talt med familier, som har kommet i Mødrehjælpen.

Det er frivilligt at deltage i undersøgelsen, og deltagerne i undersøgelsen vil være anonyme.

Interviewet vil blive optaget, så der er mulighed for at benytte udsagn fra deltagerne, men i anonymiseret og uigenkendelig form.

Hvad skal undersøgelsen bruges til?

Undersøgelsen skal bruges til at skabe viden internt i Mødrehjælpen samt give viden til brug i pressesammenhænge samt i det politiske arbejde. Citater fra interviewene kan blive benyttet i pressen.

Erklæring fra indehaver af forældremyndighed:

Jeg har fået skriftlig og mundtlig information og jeg ved nok om formålet med undersøgelsen til at give mit samtykke.

Jeg ved, at det er frivilligt at deltage, og at jeg kan have mulighed for at trække mit samtykke tilbage uden, at min datter/søn mister sine nuværende eller fremtidige rettigheder til samtaler i Mødrehjælpen.

Jeg ved, at interviewet er anonymt, og at de citater, som indgår i undersøgelsen vil være anonymiseret og uigenkendelige.

Barnets navn

Jeg giver samtykke til, at mit barn deltager i undersøgelsen. Jeg har fået en kopi af dette samtykkeark samt en kopi af den skriftlige information om projektet til eget brug.

Navnet på forælder

Dato

Underskrift

Ønsker du at blive informeret om undersøgelsens resultat?
(sæt x): Ja ___ Nej ___

Erklæring fra den, der afgiver information:

Jeg erklærer, at forælder/barnet har modtaget mundtlig og skriftlig information om undersøgelsen.

Efter min overbevisning er der givet tilstrækkelig information til, at forælderen kan træffe beslutning om barnet/den unges deltagelse i undersøgelsen.

Navnet på den, der har afgivet information

Dato

Underskrift

