

# DET EROBREDE KØN

## Mænd som ofre for seksuelt misbrug

Af LONE og JETTE LYAGER

**Den seksuelt misbrugte mand har indtil for nylig været usynliggjort af samfundets myter og stereotype kønsrolleopfattelser. Hvis han skal vove sig ud af mørket, er der behov for et opgør med den traditionelle opfattelse af seksuelt misbrug.**

Den årelange usynliggørelse af den seksuelt misbrugte mand skyldes hovedsageligt, at den generelle viden om seksuelle overgreb mod børn mest er baseret på studier af det incestuøse far-datter forhold. Først i de senere år er der indhentet større viden om drengen som offer og den forskel, der er i den måde, drenge og piger tilpasser sig det seksuelle misbrug på. Dog har denne viden ikke haft en afsmittende virkning på forståelsen af drengen som voksen, hvilket har resulteret i, at der kun har været ganske få behandlingstilbud til denne målgruppe. *Støttecenter mod Incest* startede i år 2000 et terapeutisk gruppertilbud til misbrugte mænd – det hidtil første og eneste i Danmark. Støttecentret har siden haft dette tilbud permanent.

På baggrund af den viden, vi har indsamlet fra

vores gruppeterapeutiske arbejde, vil vi i denne artikel beskrive den misbrugte mands problemer, blandt andet beskrevet i vores bog: *At bestige bjerge. Gruppeterapi for seksuelt misbrugte mænd.*

### En rigtig mand?

Da vi startede vores første terapeutiske mandegruppe, tænkte vi, at følgevirkningerne hos henholdsvis misbrugte mænd og kvinder havde flere ligheder end forskelligheder. Der er også mange ligheder, men på væsentlige områder kæmper den seksuelt misbrugte mand med alvorlige kønsspecifikke følgevirkninger, hvis betydning vi først rigtig blev opmærksomme på gennem vores arbejde med mændene.

Det helt centrale er, at den misbrugte mand føler sig læderet i selve oplevelsen af at være en mand, og at han indædt kæmper med at få det seksuelle misbrug, han blev udsat for, til at passe sammen med det at være en mand.

Alle mænd gennemløber en maskulin socialisering i deres opvækst. ”En maskulin socialisering refererer til den proces, hvorved kulturen



## Hvis en mand ikke kan være offer, så er et mandligt offer ikke en mand!

Mike Lew: *Victims no longer*

tilpasser mænd til at føle, tænke og opføre sig på måder, der er i overensstemmelse med de maskuline normer”, og ”Maskulinitet er en legemliggørelse af handlekraft: kontrol, uafhængighed, selvhævdelse, aggression, evne til at konkurrerer, magt og styrke og defineres bedst gennem alt det som det skal udelukke, nemlig det som kulturelt kaldes feminint: sårbarhed, passivitet og afhængighed”. (Lisak s.259)

Når en dreng bliver seksuelt misbrugt, rammer det ind i selve kernen af den maskuline socialiseringsproces. Den vifte af følelser, som dren-

gen gennemlever under de seksuelle overgreb, indeholder modsætninger til kravene i den maskuline socialisering, nemlig følelser af magtesløshed, kontroltab og angst. Drengens spæde og spirende oplevelse af handlekraft, autonomi og uafhængighed bliver rystet, når drengen oplever at hans vilje og grænser bliver overskredet af en mere magtfuld person.

### Konflikt

Samspillet mellem kulturens maskuline socialisering og følgerne efter det seksuelle misbrug skaber en voldsom konflikt i drengen. ”På det

### MYTER OM SEKSUELT MISBRUG AF DRENGE/MÆND

- Dreng og mænd kan ikke være ofre.
- Seksuelle overgreb mod drenge foretages af homoseksuelle mænd.
- Hvis en dreng føler sig seksuelt ophidset eller får udløsning under overgrebet, betyder det, at han selv var en villig deltager eller har nydt det.
- Dreng bliver mindre traumatiseret af seksuelle overgreb end piger.
- Dreng, som misbruges af mænd, er eller bliver homoseksuelle.
- Dreng, som udsættes for seksuelle overgreb, vil senere selv udsætte andre for overgreb.
- Hvis krænkeren er en kvinde, er drengen bare heldig, at en moden kvinde har indviet ham i heteroseksuel aktivitet.

(Kilde: Oversat fra [www.malesurvivor.org](http://www.malesurvivor.org). Adapted from a Presentation at the 5th International Conference on Incest and Related Problems. Biel, Switzerland, August 1991)



**Når drengen misbruges af samme køn, bliver han forvirret. Han kastes ud i plagsomme oplevelser af, at der er noget ved ham, der drager mænd – at det er ham, der vækker den seksuelle lyst hos krænkeren: ”Der må have været noget homoseksuelt ved mig, derfor skete det,” udtrykte en af mændene. Han blev seksuelt misbrugt første gang, da han var fire år.**

udviklingstrin hvor drengen er ved at lære, at det at være mand i denne kultur indebærer uafhængighed, styrke, magt og kontrol, konfronterer misbrugt ham med stort set alt det modsatte. Han kastes ud i følelser af sårbarhed, hjælpeløshed og afmagt.” (Lisak s.261) Det efterlader ham med en forvirring, som følger ham op i voksenlivet i forhold til, om han er en rigtig mand.

Tre af mændene fra vores grupper siger:

”Jeg føler mig fuldstændig uopretteligt såret i min mandighed. Som mand skal man udstråle: jeg er stærk, hvilket vil sige at være urørlig – og det er jo netop det, jeg ikke er! Urørligheden er brudt. Der er ligesom lidt af et jomfrusyndrom over det. Man er ikke jomfru mere. Derfor er det uopretteligt.”

”Jeg har en følelse af at have en anden person inde i mig – en kvinde, som ikke er mig. Jeg må hele tiden kæmpe for at føle mig maskulin, fx ikke at vrikke med røven, når jeg går.”

”Jeg har svært ved at være i længerevarende øjenkontakt med andre mennesker. Jeg bliver svimmel og forsvinder. Jeg får en følelse af at være latterlig, forkert, en nar – en følelse af, at jeg ikke er en rigtig mand.”

Den misbrugte kvinde kastes ikke på samme måde ud i en konflikt i samspillet mellem den feminine socialisering og det seksuelle misbrug, da den feminine socialisering indeholder egenskaber, som er synonyme med de følelser og op-

levelser, det seksuelle misbrug vækker: sårbarhed, passivitet, afhængighed og eftergivenhed. Med andre ord indeholder den feminine socialisering således mange flere offertræk, hvorfor disse offertræk ikke føles så jeg-fremmede for den misbrugte kvinde som for den misbrugte mand.

### **Kampen om maskulinitet**

Den misbrugte dreng vil igennem opvæksten, og senere som voksen mand, forsøge at løse konflikten mellem kulturens kodeks for maskulinitet og følgerne af det seksuelle misbrug.

David Lisak beskriver tre måder, hvorpå den misbrugte mand forsøger at løse konflikten: at *indoptage* kulturens kodeks for hvad der anses for maskulint, at *forkaste* kulturens kodeks eller at *kæmpe* med det. (Lisak s.262)

#### *Indoptage:*

Manden bekæmper den dybe følelse af mindreværd og sårbarhed ved at stræbe efter at opretholde en ydre facade af maskulinitet, dvs. at være kontrolleret, selvsikker og ufølede. Manden fremstår som hypermaskulin, machotypen, hvor enhver oplevelse af sårbarhed og magtesløshed holdes nede. Han er konstant på vagt over for alt, som kan vække disse følelser og ramme ind i den sårbarhed, han inderst inde bærer rundt på.

Grundet denne mestringsstrategi søger disse

mænd sjældent terapi, hvorfor de ikke har været repræsenteret i vores grupper.

*Forkaste:*

Manden oplever her sig selv som en umaskulin person. Herved afstår han fra at gøre krav på evnen til vrede, selvhævdelse og fundamentalt selvværd. Han vil ofte fremstå som en spagfærdig, antiaggressiv mand.

En mand gav i gruppen udtryk for, at han ikke måtte være vred på krænkeren. At føle vrede var for ham at blive ligesom krænkeren. Generelt havde han en negativ opfattelse af mænd: de puster sig op og er magtbegærlige. Han selv fremstod som en stille indadvendt mand, der befandt sig bedst i kontakten med kvinder.

*Kæmpe:*

Manden befinder sig i en evig kamp i forsøget på at håndtere det seksuelle misbrug. Han indoptager ikke fuldt ud kulturens kodeks for maskulinitet eller forkaster den helt. I sin kamp for at finde en middelevj svinger han mellem de to mestringsstrategier, nogle gange i den ene forståelse af sig selv, nogle gange i den anden. Som en mand i gruppen sagde: ”Når jeg mærker den lille sårede dreng inde i mig, føler jeg, at jeg ikke kan være mand for min kone og far for mine børn.”

I vores terapeutiske arbejde har vi igen og igen oplevet, hvordan den misbrugte mand føler sig som kastebold mellem sin læderende

følelse af offergørelse og feminisering og sin kamp for på trods heraf at føle sig som en rigtig mand.

I arbejdet med mændene har vi konstateret, at de bærer på en kønsspecifik skam, en særlig følelse af værdiløshed, utilstrækkelighed og negativt



Ivan Alexander Mikkelsen: Uden titel.

**FAKTA**

- 7 % af danske drengebørn misbruges seksuelt inden deres fyldte 18. år.
- 70 % af disse drenge misbruges af mandlige krænkerere og 26 % af kvindelige krænkerere.
- 25 % misbruges inden for hjemmet.
- 73 % misbruges uden for hjemmet, overvejende inden for familiens nære bekendtskabskreds.
- 60 % af de misbrugte drenge havde aldrig fortalt andre om de seksuelle overgreb.

(Ingrid Leth: *Seksuelle overgreb mod børn* s.383-393)

selvværd. Vi antager, at dette har sin rod i, at de er opvokset i en kultur, hvor kønsidentiteten udgør kernen i en persons basale identitet.

”... hans indre begreb af maskulinitet komplicerer den måde en dreng eller mand har at gøre med det seksuelle overgreb på, og har en fundamental indflydelse på hans inderste følelse af om han i virkeligheden er en mand – bortset fra i rent biologisk forstand.” (Gartner s.62)

**Forvirring omkring seksuel orientering**

Nogle seksuelt misbrugte mænd kæmper med en smertefuld forvirring omkring deres seksuelle orientering.

Seksuelt orientering defineres: ”Som et menneskes dominerende attrå af en bestemt slags seksualpartner.” (Gartner s.91)

Forvirring omkring seksuel orientering indeholder således en usikkerhed om, hvorvidt ens seksualitet retter sig mod mænd eller kvinder. Vores erfaring er, at mænd her slås med en særegen pinefuld forvirring, fordi de primært er blevet misbrugt af mænd, altså en person af samme køn som dem selv. En dansk undersøgelse har

vist, at omkring 75 procent drenge misbruges af mænd, hvorimod kun tre procent af pigerne misbruges af samme køn som dem selv. (Leth s.382-393)

Det, at drenge modsat piger primært misbruges af samme køn, mener vi er en væsentlig årsag til den misbrugte mands forvirring omkring seksuel orientering.

Når drengen misbruges af samme køn, bliver han forvirret. Han kastes ud i plagsomme oplevelser af, at der er noget ved ham, der drager mænd – at det er ham, der vækker den seksuelle lyst hos krænkeren: ”Der må have været noget homoseksuelt ved mig, derfor skete det,” udtrykte en af mændene. Han blev seksuelt misbrugt første gang, da han var fire år. ”Jeg er så bange for, at hvis jeg begynder at arbejde med overgrebene, vil jeg til sidst finde ud af, at jeg er homoseksuel. Så må jeg udslette mig selv og tage mit eget liv, fordi jeg vil væmmes så meget ved mig selv.” Dette på trods af, at han udelukkende følte sig tiltrukket af kvinder og havde levet i et parforhold med en kvinde i mange år.

### Den svære seksualitet

Mennesker, der er blevet seksuelt misbrugt og fundamentalt forrådt i en nær relation, rummer en latent sårbarhed og forvirring i det seksuelle møde.

Dette gælder både misbrugte mænd og kvinder. På grund af samfundets kønsrolleforventninger udtrykkes denne forvirring forskelligt hos de to køn. Trods opblødningen af samfundets opfattelse af henholdsvis mandens og kvindens rolle i det seksuelle møde opfattes manden stadig som forføreren og erobreren, hvorimod kvinden er den, der forføres. Drengen blev forført og erobret under overgrebene. Som voksen oplever han sig demaskuliniseret af krænkeren. Når han forsøger at leve op til kønsrolleforventningerne og kravet om rollen som forfører, vækker det ofte skam og angst.

En af mændene sagde: ”Hvis det er mig, der tager initiativet til, at min kæreste og jeg skal have sex, føler jeg mig beskidt og som en krænker. Hvis det er hende, der tager initiativet, er det ok.”

Det er ikke ualmindeligt, at drengen følte seksuel lyst og fik erektion og udløsning under overgrebet grundet krænkerens fysiske stimulation af hans kønsorganer. Dette gav drengen en følelse af at miste kontrollen over egne krogsfunktioner – at selv hans egen krop forrådt ham. Også misbrugte kvinder kan berette om lystfølelse og orgasme under overgreb. Hos manden er forvirringen større, fordi erektion og sæd opleves som synlige beviser på meddelagtighed i det seksuelle møde med krænkeren.

Det at selve kroppen forrådt drengen, når han oplevede lystfølelse og ophidselse samtidig med væmmelse og modvilje, var meget skamfuldt og forvirrende. En følelse, der lever videre i den

voksne mand. Manden har bl.a. derfor svært ved at opleve erektion og sædafgang som symboler på mandighed.

De seksuelle overgreb griber dybt ind i mandens evne til at skelne mellem sex, kærlighed og omsorg. En fuldstændig uskyldig berøring fra en anden person kan tolkes som en invitation til sex, ligesom en almindelig venlighed kan blive opfattet som et skalkeskjul for et ønske om sex med ham. Hos andre bliver egne behov for nærhed og omsorg forvekslet med behov for sex. Dette kan komme til udtryk gennem et promiskuøst sexliv, hvor han med forskellige partnere igen og igen forsøger at erstatte sit behov for nærhed og omsorg med sex.

Dette citat taler for sig selv: ”Den bedste sex var, da jeg behandlede kvinderne som *motherfuckers* – ligesom vikingerne med køller i bæltet. Da jeg mødte en pige, jeg blev rigtig glad for, begyndte alle følelserne fra overgrebene at dukke op. Jeg begyndte at hade min egen nøgne krop. Jeg blev akavet og stiv, når jeg skulle røre ved hende. Det hele var forkert. Det var ligesom jeg forsvandt, og så faldt potensen, og jeg kunne ikke få udløsning.”

### Derfor en mandegruppe

I gruppeterapien tager vi særligt højde for at sætte fokus på, hvordan mændenes kønssocialisering påvirker deres syn på deres overgrebsoplevelse, hvordan kønssocialiseringen kan forværre deres misbrugsrelaterede symptomer, og hvordan dette kan hæmme deres helingsproces. (Lisak s.258)

Det er vores erfaring, at grupper alene for mænd giver mændene nogle særlige muligheder for at kunne genkende og spejle deres kønsspecifikke problemer i hinanden. Vi har set, hvordan gruppen skaber et rum, hvor mændene sammen ud-

“Den bedste sex var, da jeg behandlede kvinderne som *motherfuckers* – ligesom vikingerne med køller i bæltet. Da jeg mødte en pige, jeg blev rigtig glad for, begyndte alle følelserne fra overgrebene at dukke op. Jeg begyndte at hade min egen nøgne krop. Jeg blev akavet og stiv, når jeg skulle røre ved hende. Det hele var forkert. Det var ligesom jeg forsvandt, og så faldt potensen, og jeg kunne ikke få udløsning.”

forsker og afprøver nye måder at agere i verden på, som mænd og som mennesker.

I gruppeterapien tager vi derfor afsæt i følgende overskrifter fra den amerikanske psykolog Peter Dimock. Citaterne fra mændene er alle fra vores bog *At bestige bjerge*.

*At redefinere mandlige stereotyper og generobre stoltheden over at være mand*

I mødet med andre misbrugte mænd har mændene udviklet en større fleksibilitet i forhold til deres forestilling om det at være mænd. Ved at spejle sig i de andre mænd oplevede de, at mænd godt kan blive kede af det, uden at verden falder sammen, og at mænd kan blive vrede uden at gå helt amok.

”Jeg kan mærke en voksende vrede i mig over de fastlåste manderoller, der siger, at man skal være stærk, og at man ikke skal tale om det, fordi det er et svaghedstegn. De roller står som en mur foran mig, en tyk tåge. Jeg får lyst til at give de roller en over nakken”.

*At give sig selv lov til at være sårbar*

Et vigtigt element i mændenes redefinering af de mandlige stereotyper er, at de giver sig selv lov til at være sårbare. Gruppen blev en slags kuvøse, hvor de langsomt turde mærke og vise deres sårbarhed. I begyndelsen af gruppeterapien brugte de ofte udtrykket ’at flæbe’, hvis de græd eller bare blev lidt våde i øjnene. De følte sig latterlige og skamfulde. Når den enkelte mærkede, at hele gruppen blev berørt af det, han fortalte, aftog skammen og forkertheden. Vejen ind til deres sårede hjerter gik igennem de andres sårede hjerter.

”Mine strategier har været, at jeg skulle være hård, være sej. Jeg skulle bare kunne tåle det hele – alt hvad der blev budt mig. Ved at lytte til de andre i gruppen har jeg lært, at man godt kan være sårbar, at det er ok at være en ’tøsedreng’.”

*At lære konstruktiv forvaltning af vrede og raseri*

Før at opretholde sunde grænser skal man evne at adskille positiv kontrol og magt fra overgreb og magtesløshed og forstå, at magt ikke er det samme som overgreb. At turde være magtfulde mænd og ikke ’klichesupermænd’ eller passive kvinder. I gruppen lærte de at bruge vreden som et konstruktivt våben og at skelne mellem den retfærdige, sunde vrede og den destruktive vrede.

”Før var det, som om jeg sad på en tømmerflåde på en rivende flod uden at kunne styre. Jeg kørte bare af sted på mine følelser. I dag lader jeg ikke følelserne bestemme over, hvordan jeg reagerer.”

*At udtrykke sig og lytte til andre*

Ved at udtrykke sig og lytte til de andre fik mændene mulighed for, måske for første gang, at mærke og erkende de konsekvenser, misbruget har haft for dem. Den accept og bekræftelse, der ligger i at fortælle sin historie til ligemænd, indeholdt nogle specielt helende elementer. De nåede frem til en dybere indsigt i, hvordan de hver især sloges med at være uopretteligt såret i deres følelse af at være en mand.

”Det har været meget betydningsfuldt at være sammen med mænd og få noget konstruktivt ud af det. Før har jeg altid indtaget en underdanig rolle, når jeg var sammen med andre mænd. I gruppen følte jeg mig tryk, fordi vi alle var i samme båd. Her følte jeg ikke den underdanighed. Vi var der jo alle sammen på grund af et fælles problem.”

*At indgå i gensidig afhængighed uden at frygte afhængigheden*

Mange af mændene havde gjort en dyd ud af at klare sig selv og ikke forvente noget af andre. Det, at de var vidner til hinandens smertefulde proces, nederlag og sejre, gav dem en følelse af,

“ **”Jeg får virkelig fred sammen med mennesker med samme baggrund. Det at se på en anden og vide, at han har været i den samme situation og har overlevet. Alene det, at jeg kan se personen. Jeg kan nemlig ikke altid helt se mig selv.”**

at de havde brug for hinanden. Hver især havde de noget dyrebart at give hinanden. De erfarede, at når man er i et dyrebart give- og modtageforhold, så er man afhængig – og at afhængighed ikke behøver at være farlig.

”Jeg får virkelig fred sammen med mennesker med samme baggrund. Det at se på en anden og vide, at han har været i den samme situation og har overlevet. Alene det, at jeg kan se personen. Jeg kan nemlig ikke altid helt se mig selv.”

*At reducere isolation og udvikle nærhed til andre mænd*

Før gruppeterapien var mændenes forhold til andre mænd præget af en dyb ængstelse for, at andre mænd ikke ville opfatte dem som rigtige mænd. Gennem gruppeterapien opløstes denne frygt, og mange begyndte at dele deres problemer med mænd i deres omgangskreds.

”Tidligere har jeg altid holdt afstand til mænd. Selv om jeg har haft nogle mandlige venner, så har vi jo ikke talt om de her ting.”

### Fra dreng til mand til menneske

Vi vil afslutte vores artikel med dette citat fra en af mændene, da han stoppede i gruppen:

”Da jeg startede i gruppen var jeg bare en dreng. I dag er jeg blevet en mand, og mest af alt er jeg et menneske. Det var jeg ikke, da jeg var barn. Jeg blev i hvert fald ikke behandlet som et menneske.”

### Litteratur

Lyager, Jette og Lone: *At bestige bjerge. Gruppeterapi for seksuelt misbrugte mænd*. VFC Socialt udsatte 2005.

Lisak, David: *Integrating a critique of gender in the treatment of male survivors of childhood abuse*. *Psychotherapy*, Vol. 32, Summer 1995/2, s.258-269.

Gartner, Richard B: *Betrayed as Boys*. The Guilford Press New York 1999.

Leth, Ingrid m.fl.: *Seksuelle overgreb mod børn*. *Nordisk Psykologi*, 1988, 40, s.383-393

Dimock, Peter: *Group Work With Adult Male Sexual Abuse Survivors*. [www.malesurvivor.org](http://www.malesurvivor.org)



*Lone og Jette Lyager er begge uddannede som socialrådgivere, psykoterapeuter MPF og certificerede SE-Practitioner. De er psykoterapeutisk uddannet hos Eva Hildebrand (MSW, MPF) med fokus på analyse og behandling af seksuelle overgreb og andre alvorlige omsorgssvigt. I en årrække har de haft deres virke i Støttecenter mod Incest. Arbejder nu i egen praksis, Klinik for incestterapi, med individuel terapi, undervisning og supervision. I 2005 udgav de bogen At bestige bjerge – Gruppeterapi for seksuelt misbrugte mænd.*