

Psykisk vold: "Intet, jeg gjorde, var godt nok"

Dorthe (45) fra Viby har levet i et helvede i fire år

Af Christina S. Johansen

"Nu skal du kraftedeme få lov at så planter," råbte han rasende, mens han rev alle planter op af blomsterbedet.

Alt, hun havde bedt om, var lov til at grave tre grønne planter op for i stedet at plante noget lidt mere blomstrende.

"Sådan var det altid, jeg skulle slås for alting. Alt, hvad jeg gerne ville, blev en kamp, som jeg kun sjældent vandt. Og alt, hvad jeg gjorde, blev kritiseret og påtalt," fortæller 45-årige Dorthe fra Viby.

I fire år levede hun sammen med sin ekskæreste, som hver dag udsatte hende for vold - ikke med næverne, men med ord, så hun til sidst var isoleret og fuldstændig kørt ned psykisk.

Det var aldrig godt nok

En dag kaldte han hende ud i køkkenet. Han gjorde en karklud våd og sagde:

"Vrid den op! Nu skal du bestå karkludsprøven."

Hun gjorde, hvad han sagde og vred karkluden op, til han var tilfreds.

"Det var lige meget, hvad jeg gjorde, så var det ikke godt nok. 'Hvorfor laver du ikke mad ligesom min mor?' 'Hvorfor vasker du ikke lofterne rigtigt ned?' 'Du er doven!' 'Du er en dårlig mor!' 'Dit tøj er grimt!' Det kunne være hvad som helst, som han kritiserede mig for, og ofte var det lige så meget den stilhed, han mødte mig med, som gjorde ondt - for med stilheden eller et "hmm" sagde han lige så meget som tusinde ord," fortæller Dorthe.

Det første møde

Det hele begyndte ellers godt tilbage i marts 2006, hvor Dorthe mødte ekskæresten på en datingside på nettet.

"Han var velformuleret og vidste lige, hvordan han skulle charme sig ind, og da han allerede efter en uge simpelthen ikke kunne vente med at besøge mig, blev jeg da lidt besnæret," fortæller Dorthe.

Derfra var de egentlig kærestepar, og ni måneder senere rykkede Dorthe teltpælene op og flyttede over til ham på hans lille landsted på Sjælland.



Nedbrydningen begyndte

Og så begyndte den langsomme nedbrydning af Dorthe.

"Til at begynde med slog jeg de enkelte ting hen og tænkte, at det jo måtte forandre sig. Det gjorde det bare ikke," fortæller Dorthe og fortsætter.

"Men så pludselig kom han jo med blomster til mig, og så var det jo nok bare mig, som havde misforstået alting, følte jeg."

Blev i fire år

Sådan gik det slag i slag. Dorthe fik to børn med manden og endte med at blive i forholdet i fire år, selvom hun allerede efter et halvt år kunne mærke indeni, at hun ikke kunne lide sit nye liv.

Hun blev i forholdet på trods af, at ekskæresten brændte hendes trøje i brændeovnen, fordi han ikke kunne lide den. På trods af, at han sendte hendes mor og søster hjem til Jylland, da hun skulle føde, og hun selv havde sendt bud efter dem.

På trods af, at hun pænt skulle stå skoleret og aflevere alle overskydende småpenge til ekskæresten, når hun havde handlet ind, mens han tjekkede bonen igennem for at sikre, at hun havde købt, det hun skulle - og kun det hun skulle. Og på trods af, at hendes familie kun måtte komme på besøg, hvis de samtidig arbejdede på landstedet under besøget og betalte for kosten under opholdet.

Var bange for ham

"Han havde nedbrudt mig så meget, at jeg ikke kunne træffe nogen beslutninger - heller ikke om at forlade ham. Jeg var klar til at gøre alt for at behage ham og tilsidesætte mine egne og også børnenes behov fuldstændig," lyder det fra Dorthe.

"Jeg har oplevet at lade min grædende datter med kolik ligge, fordi 'jeg skal lige nå det her, før far kommer hjem,'" fortæller Dorthe og fortsætter:

"Så bange var jeg for ham - også selvom han aldrig fysisk har slået mig."

Vej ud af voldens skygge

Den frygt, som holdt hende i forholdet i fire år, gjorde hun først op med, efter hun havde haft en bestemt telefonsamtale med sin søster.

"Da hun sagde, at hun gerne ville have den gamle Dorthe tilbage, satte det pludselig noget i gang i mig. Hun må have ramt lige præcis den rigtige dag, for pludselig besluttede jeg, at jeg ikke ville leve det her liv mere," fortæller Dorthe og fortsætter:

"Jeg ville ikke længere sidde derhjemme og tude hele tiden, jeg ville ikke længere ryste konstant. Jeg indså, at hvis ikke jeg kommer ud af det her, så hænger jeg i et træ ude i haven, og så har børnene ingen mor."

Græd af glæde og sorg

Beslutningen var truffet, og endelig kom så dagen, den 29. august 2010. Møbler, børnene og hun selv befandt sig i en lastbil på vej hjem til Jylland. Og så kom tårerne:

"Det var både af glæde og af sorg. Jeg var så ked af, at børnene nu ikke fik en familie, hvor mor og far lever sammen, men også utrolig glad og lettet over at have fået børnene med mig væk derfra," fortæller hun.

Stumperne skulle samles

Men at komme væk fra ekskæresten var én ting. En anden var hele det følelses-virvar, Dorthe nu befandt sig i.

"I den første tid var jeg et nervevrag og var meget selvbebrejdende og spekulerede over, om det nu også var det rigtige, jeg havde gjort."

Derfor foreslog Dorthes mor, at hun skulle besøge Mødrehjælpen, hvilket hun sagde ja til.

"Jeg nåede kun lige at blive spurgt: 'Hvad kan vi gøre for dig?' Og så stortuede jeg bare," fortæller Dorthe.

Fik livsglæden tilbage

Dorthe begyndte i Mødrehjælpen tilbud "Ud af Voldens Skygge", hvilket hun absolut ikke har fortrudt.

"Det har simpelthen været guld værd. Det har givet mig livsglæden, selvtilliden og selvværdet tilbage, og jeg har fået nogle redskaber til at komme videre i livet," lyder det fra Dorthe, som fortsætter:

"At sidde med andre, som har oplevet det samme som en selv, og vide, at man ikke er helt alene i verden, giver rigtig meget. Og helt ærligt, så tror jeg ikke, at jeg havde levet i dag, hvis ikke jeg havde fået den her hjælp."

Publiceret: 09. November 2011 12:00

▼ **Kommentarer**