

Jeg har aset og maset for at blive rask

Kjesten Johannesen er 54 år. Hun er uddannet inden for IT og økonomi og har arbejdet i en kulturforvaltning, indtil hun ophørte med at arbejde pga. kronisk sygdom. Kjesten har fire børn og bor på Sjælland.

I 2003 blev Kjesten overfaldet af sin kæreste, som hun havde mødt tre måneder tidligere. Han væltede hende omkuld, tog kvælertag på hende og råbte til hendes datter, at han ville slå hende ihjel. Datteren tilkaldte politiet, og Kjesten blev bevidstløs kørt på hospitalet, hvor hun blev indlagt på intensiv afdeling. Der blev rejst tiltale for drabsforsøg, men tiltalen blev ændret til grov vold.

Jeg var blevet ringet op af politiet nogle dage før retssagen og fik at vide, at anklagemyndigheden havde ændret tiltalen fra drabsforsøg til grov vold. Jeg var rystet. Jeg følte mig så trådt på af retssystemet. Han havde forsøgt at dræbe mig, det var jeg overhovedet ikke i tvivl om. Retslægerådet mente også, at det tryk, jeg havde fået på strubehovedet, indikerede, at han ville slå mig ihjel, men Retslægerådets erklæring var kun vejledende. Det var en mega skuffelse, og jeg var rasende. Jeg havde følt mig sikker på, at han ikke ville komme ud foreløbig, og at jeg havde fred til at komme mig og få orden på mit liv, så jeg tænkte: Det skal være løgn. Mit billede af, hvad der var sket, skulle frem, så jeg besluttede sammen med min bistandsadvokat at kontakte Station 2 og aviser og ugeblade, så de kunne dække retssagen. Hans forsvarer spurgte mig i retten, om det var mig, der havde tilkaldt hele det medicirkus, men for mig var det ikke et cirkus. Det var min måde at blive hørt og få retfærdighed på.

Der er ting, jeg har fortrudt, jeg ikke fik sagt i retten. De troede jo ikke på mig,

når de kunne give ham en dom på latterlige fire måneder for vold og fire måneder for trusler. I et halvt år truede han mig på alle mulige måder fra fængslet. Jeg følte, at jeg ikke havde gjort det godt nok i retten, når de kunne give ham så ussel en dom for noget så stort som at ville tage mit liv og skræmme livet af min datter. Min tro på retssystemet forsvandt fuldstændig. Jeg var mere vred på retssystemet, end jeg var på ham.

Min søn havde lyst til at slå ham ihjel, men jeg sagde: Du gør ingenting. Det værste, du kan gøre for mig eller din søster, er at straffe ham eller banke ham eller få nogen til at gøre noget. Du holder dig fuldstændig i ro. Det falder kun tilbage på os selv. Det, vi skal straffe ham med, er, at han bliver offentligt synlig, så han ikke kan røre andre kvinder. Det er det eneste, vi kan gøre.

Kjesten vidste, at hendes kæreste havde været dømt for drab på en tidligere kæreste, men hun var af den overbevisning, at drabet var sket i selvforsvar. Da hun blev afhørt af politiet, fik hun at vide, at flere kvinder gennem tiden havde anmeldt manden for vold, men de havde alle trukket deres anmeldelse tilbage.

Det gik op for mig, at jeg havde ladet mig bedrage. Jeg var blevet forelsket på et tidspunkt, hvor mit selvværd var hårdt ramt. Hele mit liv havde jeg været dygtig, taget uddannelser og i mange år siddet i et ansvarsfuldt job. Jeg havde velfungerende børn og gode relationer, men da jeg blev slået omkuld af min kroniske sygdom og ikke kunne passe mit arbejde længere, skete der noget med mit selvværd. Jeg havde svært ved at acceptere, at jeg ikke havde et job at møde op på. Jeg var også blevet skilt fra min anden mand og sad alene med fire børn, og så faldt jeg for en fristelse, jeg normalt ikke ville være faldet for. Jeg lod mig charmere af en psykopat. Det kostede dyrt. Jeg måtte sælge mit hus og flytte mine børn, hvad jeg var meget ked af. Den hjernerystelse, jeg blev sendt hjem fra hospitalet med uden scanning, viste sig senere at være en lille hjerneskade, og fem år senere opdagede man, at jeg havde flere sammenstyrtede led i min rygsøjle pga. de slag, jeg havde fået. Jeg kommer aldrig til at gå helt normalt igen.

Jeg slap nådigt med ét knytnæveslag i ansigtet, siger Kjesten, men det var voldsomt, og det har taget mig mange år at komme over, for nervebanerne i kinden har ikke kunnet finde sammen, og jeg må stadig gå til behandling.

Han fik et tilhold i fem år, men han opsøgte mig ikke, og jeg ved i mit indre, at han ikke tør. Jeg er ham mentalt overlegen. Jeg er den eneste, der har stået frem, og det har været min redning. Jeg har fortalte min historie, og jeg gør det igen, hvis han nogensinde finder mig, men det gør han ikke. Jeg er flyttet mange gange, jeg har ændret navn og udseende, han kommer ikke til at røre mig. Jeg er ikke bange for ham.

Overfaldet fandt sted i Kjestens hus. Hendes datter på 16 år lå syg derhjemme og blev alarmeret af lyde fra stuen.

Min engel af en datter, har det godt nu, hun er gift og venter barn, men hun fik det svært efter overfaldet, og jeg har været søvnløs af frygt for, at hun ville lide og få så mange år på sjælen, at hun ikke kunne komme sig. Hun ville ikke have hjælp, ikke tale med psykologer, kun med mig, og hun har selv måttet kæmpe med mange ting. Jeg ved, at hun har følt, at hun skulle sørge for at holde mig i live, så hun har siden dengang været meget opmærksom på mig. Så meget at jeg engang imellem har måttet skælde hende ud og sige: Mit liv er ikke dit ansvar.

De to mindste børn ved ikke, hvad skete dengang, de var ikke i huset. Den lille var knap fire år, men hun tog afstand fra mig, da jeg kom hjem fra hospitalet. I lang tid efter kunne jeg ikke holde om hende. Hun sagde: Mor, du lugter så grimt. Jeg spurgte de andre børn, men de kunne ikke sige, hvad der var galt, kun at der var noget, der var anderledes. Jeg tror, frygten har været plantet i min hud. Den har udskilt angst. Da han overfaldt mig, var jeg sikker på, at jeg skulle slås ihjel.

Et par år efter faldt jeg for en mand og tænkte, at hos ham kunne jeg hvile i mig selv. Han var hjertelig og hjælpsom, en stærk mand, så i mit verdensbillede var han jo noget af det mest perfekte. Det skulle så vise sig, at han var meget besidderisk og herskesyg, men i begyndelsen så jeg det ikke. Jeg kunne slet ikke

se noget forkert i ham. Jeg var fokuseret på al den hjælp, jeg kunne få. Jeg havde valgt ham, fordi jeg ikke var rask. Jeg led af posttraumatisk stress, og han havde fundet ud af, hvordan han kunne tæmme mig ved blot at trykke lidt på min angst. Min fysiske tilstand gjorde, at jeg blev mere og mere bange for alle mulige ting. Jeg sank sammen, blev sengeliggende, og han ville hellere end gerne pleje og passe mig, så jeg blev hos ham. Jeg var hans eneste ene, samtidig med at han snød og bedrog mig med andre kvinder.

Vi boede i et hus og blev mere og mere lukket inde. Vores vinduer var sat til med låse, cyklerne låst med flere låse, der var låse overalt. Vi blev kontrolleret på alle mulige måder. Det sneg sig ind på os. Jeg begyndte at kunne se det på min yngste datters adfærd. På et tidspunkt sagde min datter på 16 år, at hun ville bo hos sin far. Når hun ikke ville være hos mig længere, måtte det være, fordi der var noget, jeg ikke gjorde rigtigt. Der begyndte det at gå op for mig, at der var noget galt med ham, og der var noget galt med mig. Jeg var jo ikke kommet mig. Jeg troede, jeg var kommet langt, men det viste sig at være forkert. Jeg havde fundet den forkerte mand og fundet mig i at lade ham bestemme over mig og mine børn.

Mit problem var, at jeg blev bange, når jeg skulle tage en diskussion, eller der var optræk til konflikt. Så fik jeg kvælningssforfølelser, det gik lige i halsen. Når jeg skulle sige, hvad jeg tænkte eller følte, blev jeg bange for, at jeg mødte en reaktion, jeg ikke kunne overleve. Derfor havde jeg svært ved at holde fast i mine egne grænser og overskred dem af frygt for at blive slået til plukfisk igen. Ville også han tage mit liv? Tanken lå der hele tiden, og jeg kunne mærke, at jeg var låst fast. Bare han talte hårdt til mig, løb vandet ud af mine hænder, det bare løb. Jeg blev våd over hele kroppen af angst for, at handlingen skulle komme igen. Til sidst vidste jeg, at hvis jeg ikke sagde højt til hele familien, at jeg ville skilles og stod fast på det, så kom jeg aldrig ud af det.

Nu er det to år siden, jeg blev skilt. Jeg havde mange gange tænkt, at mine børn måtte være vrede på mig og de valg, jeg havde truffet, så jeg var hurtigt rundt og sige undskyld. Undskyld, kære børn, for at jeg vitterlig, ikke har tænkt jer forud for mine handlinger og mine egne behov. For det *har* været mit behov for

forelskelse og kærlighed og tryghed, der er kommet først. Det har været en kæmpe sorg at indse, og det har givet mig så meget skyldfølelse. Jeg har kæmpet og kæmpet med den følelse, og jeg har ikke vidst, hvad jeg skulle bidrage med for at gøre børnene glade og for at fjerne deres smerte. Der har jeg måske også gjort noget forkert, for jeg har tænkt: Jeg skal glæde dem og glæde dem, og det har måske bevirket, at de har trukket sig lidt. Udadtil har jeg vist et glansbillede. Jeg har prøvet at stråle så meget over for børnene, når de var her, at jeg knækkede helt sammen, når de var gået hjem. Jeg ville ikke vise, når jeg ikke var ovenpå. Det var vigtigt, at de kunne se, at jeg kunne pudse mine sko og børste mine tænder og gå i bad og vaske mig. At jeg gik til lægen, når jeg skulle.

Mens Kjesten var gift, begyndte hun i al hemmelighed at bruge Facebook og kom i kontakt med kvinder og mænd, der havde været udsat for vold eller ønskede at forlade deres partner. Kjesten fik også en mentoruddannelse i foreningen Hjælp Voldsofre.

Jeg bruger meget tid på at networke på nettet og tale i telefon med mennesker, der har brug for hjælp. Og jeg forbinder mennesker med hinanden. Det kan være svært at lægge fra sig, og mine børn er bekymrede for, om jeg kan holde til det, men det fjerner nogle af mine ar på sjælen. Jeg brænder for at hjælpe unge kvinder ud af deres voldelige forhold og ikke gå tilbage til en voldsmand, men også hjælpe dem til at acceptere, at man kan begå flere fejl undervejs. Det slutter ikke nødvendigvis med den første voldsmand. Man kan vælge forkert flere gange. Det er jeg selv et eksempel på, men jeg har fået et nyt liv, og nu betaler jeg tilbage. Jeg betaler en regning. Det betyder meget for mig at gøre noget til gengæld for den redning, der blev sat ind over for mig. Jeg har tidligere gjort tjeneste i det politiske system, nu gør jeg tjeneste over for voldsofre, for der er ingen, der fortjener den behandling, jeg fik.

Lige siden jeg blev overfaldet, har jeg aset og maset for at blive rask. I de sidste par år har jeg gået til fysioterapi og til træning fire gange om ugen, og i perioder har jeg kunnet klare mig uden hjælpemidler. Men jeg får tilbagefald, hvor smerterne i min ryg og nakke bliver næsten ulidelige, hvor jeg ikke kan bevæge mig uden hjælp. Uden konstant behandling og vedholdende træning ville jeg ikke

kunne have en nogenlunde tålelig hverdag med mentalt overskud. Jeg er blevet, jeg vil ikke sige stærkere, men en anden. I dag ville det, der skete mig dengang, ikke kunne ske. Jeg er blevet så sikker i mig selv, at jeg aldrig nogensinde kommer til at vælge den forkerte. Jeg kender signalerne fra de mænd, jeg ikke skal røre. For et år siden fik jeg igen en kæreste, og jeg kan mærke, at jeg er bedre forberedt og mere undersøgende end i mine tidligere forhold. Nu ved jeg, at det er mig, der går forud for en mand. Jeg vil ikke sætte mig selv over styr, og jeg vil aldrig, aldrig udsætte mine børn for noget tilsvarende. De skal tro på, at jeg *er* stærk og passer på.