

19. OKTOBER 2019 / DAGBLADET INFORMATION

Luk op, mand

Kønsrollerne er i opbrud. Og over hele Danmark taler mænd om parforhold, faderroller og maskulinitet, når de mødes i mandegrupper. Vi gik med Lau Korsgaard i mandegruppe i Vanløse

Side 14

John Lynes har lavet civil ulydighed siden 1946

6

På job med psykiatrisk gadeteam

10

Kamp om, hvornår man er kvinde

22

Filosof får millioner til grøn omstilling

26



»Jeg synes, jeg er et fantastisk menneske, når jeg er fuld«

Grupper, hvor mænd mødes og snakker om problemer i parforholdet og på jobbet, er populære. Med #MeToo og den øgede opmærksomhed på køn, har mændene brug for et rum, hvor de kan tale frit og uden fordomme. Information har været i mandegruppe i Vanløse

Af Kristian Villesen



en lille ombygget garage i et villakvarter i Vanløse sidder Jan, Lau, Jon, Rasmus, Henrik og Ask rundt om et sofabord. Annette Jønsson sidder der også. Hun er terapeut og forfatter. Og så er hun ekspert i mænd. I de næste tre timer styrer hun samtalen, som handler om alt fra sex og flirt til børneopdragelse og faderkomplekser.

Mandegruppens medlemmer er alle midt i livet. Omkring de 40-50 år. De mødes en gang om måneden i Annette Jønssons garage for at snakke om, hvordan de har det. Efter ti minutters fællesmeditation er det Lau, der lægger for. Han er blandt de yngste i gruppen og har halvlangt lyst hår og skæg.

Det første, Lau fortæller, er, at han er begyndt i et stressforløb i Københavns Kommune, hvor han blandt andet mediterer. Han sidder uroligt på stolen og taler hurtigt.

»Er du så blevet mindre stresset?« spørger Annette Jønsson.

»Ja. Eller nej, ja ... nej,« svarer Lau hektisk.

Annette tager en tydelig dyb indånding for at få Lau til at gøre det samme.

»Og så er der også noget bølgegang derhjemme,« siger han så. »Men det er ikke lige en historie at komme med nu.«

Annette: »Nu holder du på skidt ...«

»OK, en lille historie,« siger Lau og går i gang: »Jeg var til fest med min hustru, og jeg var banke lam, og så begyndte jeg at flirte med nogle andre piger. Og det skabte en konflikt. Selvfølgelig.«

»Nå, det gad hun ikke?« bryder Rasmus ind. De andre griner. Der er tydeligvis roller i mandegruppen, og Rasmus er den, som ofte bryder samtalen med en joke.

Lau fortsætter:

»Nej, det, syntes hun åbenbart, var noget lort. Det er jordskælv, men huset er ikke væltet ... Og så sagde min hustru: 'Du siger heller aldrig, hvad du føler for mig'. Og så var der ekstra pres. Jeg føler intet i de situationer. Der er andre situationer, hvor jeg føler noget, men når jeg bliver spurgt: 'Hvad føler du lige nu,' så går jeg helt i blank.«

Lau kigger ned mod gulvet og fortsætter:

»Så sagde hun: 'Jeg synes, du er et forfærdeligt menneske, når du er fuld'.« Han fortsætter: »Og det strider ret meget imod mit eget selvbillede. Jeg synes, jeg er et fantastisk menneske, når jeg er fuld,« siger han.

»Det kender jeg godt,« griner en af de andre i gruppen.

Lau fortæller, at den bemærkning fra hans hustru gjorde en forskel:

»Det fik mig til at gentænke mig selv, når jeg er fuld,« siger han.

Jon spørger ind til episoden:

»Hvordan har du det selv. Det var vel ikke tilfældigt, at du flirtede?« Jon er den mest alvorlige af mændene og den, som ofte forsøger at komme et spadestik dybere i samtalen.

Lau svarer, at sådan har han altid været, inden Rasmus tager ham i forsvar: »Nu skal han heller ikke tro, at han er et monster. Er det ikke meget almindeligt at flirte lidt, når man er fuld? Lau er vel ikke den eneste i verden, der bliver en lidermås, når han får noget at drikke? Jeg bakker sgu op om Lau,« siger han.

Annette nikker:

»Men det er jo noget med, at det kan være en god idé at justere lidt, hvis det ikke virker.«

Lau: »Ja. Altså, jeg ville da hellere flirte med min hustru. Og jeg ville hellere have, at hun synes, jeg er fed, når jeg er fuld.«

Annette spørger Lau, hvordan han har det nu, hvor han har fortalt sin historie.

»Jeg er lettet. Jeg havde kun tænkt mig at sige det med meditationen på kommunen, men så gravede I i det.«

Annette: »Og vi fik noget sjov ud af det også.«

»Jeg har det ikke sådan,« siger Jon så. »Jeg syntes ikke, det var sjovt. Jeg har det på samme måde og kan sætte mig ind i det med at være træls, når man er fuld.«

Flere mandegrupper

Mandegrupper er i vækst. Der findes ingen officielle tal for, hvor mange der går i en mandegruppe, men

»Mænd bliver jo kaldt krænker, bare de slår en bøvs. Jeg synes personligt, det er ret voldsomt, og jeg ved, at det påvirker mange mænd. Hvad kan de tillade sig? Det ved de ikke«

Annette Jønsson
Ledercoach, mandeterapeut

Annette Jønsson har været mandeterapeut i snart 15 år og hun er ikke i tvivl:

»Det stiger,« siger hun og konstaterer, at det er blevet nemmere at fylde holdene op, og at der hele tiden kommer nye udbydere på markedet. Da hun begyndte i 2005, var det med hendes ord »op ad bakke« overhovedet at få mænd til at ville mødes.

»Og for dem, som gjorde det, var det et tabu,« siger hun. Nu er tabuet væk.

»Mange mænd fortæller om det. Og folk siger: 'Fedt, hvor er du god, at du gør det.' Mit indtryk er, at det ligefrem kan give respekt fra kvinder og andre mænd,« siger hun.

Billedet bekræftes af Thomas Friis, som er en af de mest etablerede mandeterapeuter herhjemme:

»Der findes ingen statistik på det, men der kommer flere og flere« siger han og vurderer, at der som minimum er sket en tidobling i antallet af udbydere af mandekurser i de 15 år, han har haft mandegrupper.

Annette Jønsson er ledercoach og mandeterapeut og har skrevet flere bøger om mænd, senest *Leder, Mand & Menneske*, som udkommer i november. Hun mener, at der er noget i tiden, som kan være med til at gøre mandegrupper populære:

»I den tid, vi lever i, passer mænd på, hvad de siger hvor og hvornår. Mange deler ikke deres tanker og følelser med andre – nogle end ikke med deres partner,« siger hun og nævner #MeToo:

»Mænd bliver jo kaldt krænker, bare de slår en bøv. Jeg synes personligt, det er ret voldsomt, og jeg ved, at det påvirker mange mænd. Hvad kan de tillade sig? Det ved de ikke, og derfor har de et behov for at snakke med andre mænd.«

Det er helt almindelige mænd, som kommer i mandegrupperne, fortæller Annette Jønsson. Rundt om bordet i Vanløse sidder tre akademikere, to håndværkere og en musiker. De har alle børn og partner:

»Mange er ledere eller har egen virksomhed. Det er nogle målrettede mænd, de fleste af dem. De er meget karriereorienterede og generelt højtuddannede. De er også meget rationale styrede og har ofte svært ved at mærke sig selv. Det er derfor, de kommer i første omgang,« siger hun og tilføjer, at mange også kommer, fordi der er en ubalance i parforholdet.

»Det virker ikke. De træder ikke i karakter og står ikke ved sig selv. De viser ikke, hvem de er. Tager ikke det ansvar, det nu kræver.«

Det mest normale er, at de først går i almindelig terapi og så efterfølgende fortsætter i en mandegruppe. Annette Jønsson forsøger at få mændene til at tage det lederskab, som mange har svært ved:

»Hvis de tager det personlige lederskab alvorligt – så vil det også smitte positivt af på parforholdet,« siger Annette Jønsson.

Tomas Friis er enig i, at »de seneste 50 års ligestilling – og forholdet til kvinder« fylder meget i mandegrupperne. Men han fortæller, at mange mænd også kommer for at finde ud af, hvordan man er en god far:

»De siger: 'Min egen far var i hvert fald ikke god. Så hvordan kan jeg være en god far selv?',« siger han og understreger, at også de helt store spørgsmål om »meningen med det hele« fylder en del:

»Vi bruger meget tid på at snakke om den der hamsterhjuls-stress. Hvorfor er jeg her? Er det bare for at udfylde et regneark, eller er der en større mening med det?« siger Tomas Friis. Endelig fylder manglen på nære venskaber med andre mænd meget. »Vi er gode til at konkurrere med hinanden, men mange mænd savner de dybe følelsesmæssige venskaber og netværk med andre mænd.«

Kæresten ikke med til fødselsdagen

Det er blevet Rasmus' tur til at fortælle, hvordan han har det. Han er en af håndværkerne og driver sin egen virksomhed. Der er for travlt for tiden, fortæller han til at starte med.

Annette vil hellere høre om hans parforhold, og da hun spørger ind til det, svarer Rasmus lidt mere tøvende.

»Er I stadig sammen?« vil Jon vide.

»Ja, vi er stadig sammen. Men altså, det bliver kun

til en aften om ugen. Men jeg tror egentlig, at hun er begyndt at blive glad for det.«

»Nå, det tror du?« siger Annette med tydelig skepsis i stemmen.

Rasmus: »Nej, det ved jeg ikke. Hun arbejder i en butik. Der er også lidt at lave.«

Annette: »Mmm. Men én gang om ugen ...«

Rasmus: »Det er også fordi vi ikke er kommet i gang med det med børnene igen.« Rasmus har to børn, og hans kæreste har et enkelt – og der har været en situation, hvor det ikke gik specielt godt, da de mødtes:

»Jeg holder en fødselsdag for mine venner og min familie på lørdag, og så siger hun: 'Skal jeg så med til det?' Og så siger jeg: 'Nej, det er et dårligt sted at starte'.«

Annette: »Så hun skal ikke med, eller hvad?«

Rasmus: »Nej, jeg har sagt, at det synes jeg ikke...«

Rasmus kigger rundt i gruppen og møder en del skeptiske blikke. »Ej, det er kraftedeme i orden,« brøler han så. »I sidder og får det til at se ud, som om jeg har lavet en ordentlig hundelort her.«

De andre spørger ind til, hvorfor han ikke har inviteret hende:

»Det fungerer ikke for mig, hvis jeg skal grille bøffer og så skal stå og holde øje med, om hun sidder og tænker: 'Hvorfor kommer han ikke herover til mig'.«

Ask: »Men hun har mødt dine børn, ikke?«

Rasmus: »Jo«

Ask: »Hvorfor skal du så passe på hende?«

Rasmus: »Problemet er, at vi har to helt forskellige holdninger til, hvordan man gør med børn. Det vil komme rimelig meget i centrum, hvis jeg tager hende og hendes barn med til den fest.«

Der er stadig relativt stor skepsis i gruppen.

»Jeg har taget beslutningen,« siger Rasmus afværgende: »Jeg har godt nok også været i tvivl efterfølgende. Men nu kører vi med det, og så er det sådan, det er.«

En af de andre spørger, hvordan hun reagerede:

»Hun sagde: 'Jeg synes, det er latterligt, men jeg kan godt forstå det.'« Denne gang citerer han hende uden at forvrænge stemmen.

Annette: »Det er positivt, at hun ikke går helt kold over det.«

Rasmus: »Det kan da lige så godt være mig, der går kold over det.«

Annette: »Ja, men nu er det jo hende, der ikke kommer med til fødselsdagen.«

Rasmus: »Ja, det er også rigtigt.«

Øvelse i nærvær

Nogle af mændene i mandegruppen i Vanløse har ikke lyst til at stå frem med fuldt navn og billede, men Lau har det fint med det. Han hedder Korsgaard til efternavn og har indtil for et halvt år siden været leder og medejer af en virksomhed, som laver computerspil. Men det gik ikke specielt godt, der var udfordringer med både medarbejderne og de andre ejere, og derfor startede han i terapi. Terapien og mandegruppen har hjulpet ham med at finde ud af, at han skulle trække sig fra virksomheden:

»Man bliver bevidst om sig selv og sin egen integri-

»Den måde, hele diskussionen om køn foregår på i medierne, er domineret af et feministisk perspektiv. Og til tider af en bestemt udgave af feminismen, som rummer nogle ret negative mandebilleder«

Hans Bonde
Mandeforsker

tet. Det spørger Annette ind til. Hvad er det egentlig, jeg vil? Hvornår skal jeg stå fast? Hvornår sætter jeg foden ned? Jeg fornemmer, at både jeg og andre i gruppen har været i en periode, hvor vi har følt, at vi bliver 'smidt rundt',« som han formulerer det.

Lau fortæller også, at han kommer i mandegruppen, fordi det er en mulighed for at have en samtale, som han ikke får andre steder. Blandt andet synes han, at det er svært at snakke om følelser:

»Så jeg er også i gruppen for at øve mig i at have den form for samtale. Jeg tror, at man skal presse sig selv lidt ud i det som mand. Så det er en øvelse i at have den form for nærvær med andre,« siger han.

Han har også sin familie og sine venner, som han kan snakke med, men i mandegruppen, hvor man sidder i tre timer og snakker og lytter, er det noget andet.

»Det gør jeg ikke med mine venner. Så drikker vi os fulde eller spiller et spil eller sådan noget. Og så bliver der ikke skabt det rum. Det er meget sjældent, jeg er sammen med mine venner kun for at snakke.« Lau Korsgaard vurderer, at kvinder generelt er bedre til det: »Jeg tror, at der er en kønsforskel. Og jeg tror, at mange kvinder har brugt meget tid af deres liv på samvær af den slags med veninder.«

Annette Jønsson er enig:

»Mange mænd har svært ved at talte om deres følelser. De har ikke et sprog for det. Kvinder har lært det, lige fra de var helt små, men det er svært for mænd at blotte deres svaghed og fortælle, når der er noget, der gør ondt. At vise, hvem de er.«

Hun mener, at det kan være ting i barndommen, som kan være skyld i, at mænd har svært ved det, fordi mange har en tendens til at opdrage drenge anderledes end piger:

»Jeg oplever nogle gange, at der kommer en reminiscens af ubehag fra barndommen ind over. Det kan være en forælder, som siger 'hold nu op med at hyle' og 'op på hesten igen' eller 'ikke bruge tid på sådan noget pjat'. Hvis du som barn har oplevet den slags som lille, så holder du til sidst op med at fortælle, når noget gør ondt. Så bider du det i dig. Og det gentager du også i parforholdet,« siger Annette Jønsson.

En frygtelig kvinde

Hans Bonde er professor på Institut for Idræt og Ernæring på Københavns Universitet, hvor han blandt andet forsker i maskulinitet. Han mener også, at der er noget i tiden, som skaber et behov for mandegrupper:

»Manden er klemt. Den måde, hele diskussionen om køn foregår på i medierne, er domineret af et feministisk perspektiv. Og til tider af en bestemt udgave af feminismen, som rummer nogle ret negative mandebilleder. Når snakken går specifikt på køn, så er mænd hovedsageligt negativt omtalt, mens kvinder omtales positivt. Så det, at mænd har en snak om deres køn med et positivt udgangspunkt, kan være kærkomment,« siger han og nævner filmen *En frygtelig kvinde* fra 2017 som et udtryk for, at mange mænd føler sig pressede i dag:

»At investere i det maskuline og manifestere sig positivt i parforholdet kan være vanskeligt. Derfor søger mænd sammen med andre,« siger han og understreger, at det historisk har været helt almindeligt, at mænd er meget sammen i grupper.

»Den officielle dagsorden går imod mere diversitet lige nu: Ting er først rigtig smukke og produktive, hvis kønnene er blandet overalt. Der vil jeg pege på, at det er os, der er de mærkelige, for det har ikke været sådan op gennem historien. Mænd har været sammen med andre mænd på arbejdet og i fritiden, hvad end det så var i sportsforeninger, andelsbevægelsen, mejeriforeningen eller i særlige broderskaber. Det, at man laver mandegrupper, er måske et udtryk for et savn af det mandefællesskab, som ellers har været en selvfølgelig del af livet,« siger Hans Bonde.

Han nævner også 70'ernes mandegrupper, hvor mænd søgte at udvikle deres feminine sider:

»Det var den bløde mand. De troede i den periode på, at alt kvindeligt var absolut godt. Derfor ville de afvikle alt det, de opfattede som maskulint,« siger han.

Men det gik galt, mener Hans Bonde:

»De turde ikke vise sig maskuline, og kvinderne



Jeg ville da hellere flirte med min hustru. Og jeg ville hellere have, at hun synes, jeg er fed, når jeg er fuld, fortæller Lau Korsgaard de andre i gruppen. Foto: Sarah Hartvigsen Juncker

Rasmus skal holde fødselsdag for venner og familie, men inviterer ikke sin nye kæreste med. Han er nervøs for, om hun vil føle sig alene, når han har travlt med at være vært. Foto: Sarah Hartvigsen Juncker



18

blev også trætte af dem, fordi de gerne ville have nogen at spille op imod.«

Det er ikke Hans Bondes indtryk, at man i dag søger over i den helt modsatte grøft:

»Man vil ikke over i den bulderbasse-patriarkalske mand. Man prøver at finde frem til noget nyt, en ny balance« siger han.

Færdig på holdet

I mandegruppen i Vanløse er der i hvert fald ikke meget Carl-Mar Møller og »pik er gud« over aftenens program. Efter en kort kaffepause er det blevet tid til dagens tema, som er 'Far'. Alle er blevet bedt om at tage et billede af deres far med samt tænke over gode og dårlige oplevelser med deres far og over, om han var et forbillede i deres barndom.

Ask husker en barndom med en far, som var hippie og havde enormt – og måske også lidt for stor tillid – til Ask.

En anden fortæller om en nøgtern og analyserende far, som »sad ved et hvidt designerbord og læste Information«.

Henrik, som er musiker, rejser sig og fortæller om en hjerteskrærende episode i en håndboldhal. Hans far var træner, og Henrik var 14 år og var selv med på holdet. Han følte generelt, at han blev behandlet ekstra hårdt af sin far. En dag kom han for sent til en kamp:

»Da jeg så brændte en chance, råbte han: 'Det gik kraftedeme 1.000 gange bedre, før du kom'. Så smed jeg bolden i jorden og sagde: 'Så fortsætter I uden mig' og gik i bad.« Henrik begynder at tale hurtigt:

»Min far kom ud og sagde: 'Hvis ikke du kommer ind og spiller igen, så er du færdig på holdet'. Jeg havde respekt for min far, men jeg var også lidt bange for ham. Alligevel tog jeg hjem. Det var første gang, jeg satte mig op imod min far,« siger han. Da Henriks far senere kom hjem sagde han: »Du skal værre glad for, at du har nogle loyale håndboldkammerater.«

»Han havde sagt til de andre på holdet, at de skulle holde en afstemning om, hvorvidt jeg skulle være med eller ej. De havde selvfølgelig sagt ja ... men det var min far, for helvede,« Henrik bliver grødet i stemmen og får tårer i øjnene:

»Han behandlede mig som lort,« siger han så. Henrik har selv børn, og han behandler dem radikalt anderledes. Blandt andet fortæller han, at han ikke arbejder ret meget, så »det kan tage en time at tage sko

på om morgenen,« hvis det er nødvendigt: »Nu har jeg selv fået børn, og der er så mange pædagogiske ting, som jeg gør helt anderledes. Der er så mange forkerte ting i det der, min far gjorde,« siger han. »Jeg godt kan blive ked af at tænke på det.«

Annette: »Ja, det ser ud til, at du kan mærke det i kroppen lige nu, og din vejrtrækning forandrer sig selv så mange år efter.

Henrik fortsætter:

»Jeg har ikke oplevet, at jeg har trådt ret mange skridt rigtigt i de første mange år af mit liv. Jeg tror, at det har noget at gøre med, hvor jeg er i dag – med selvværdet og sådan noget halløj.«

Ask spørger, om det er utænkeligt, at hans far vil sige undskyld i dag

Henrik tvivler.

»Der er sådan en Søren Kragh-Jacobsen-sang om en far og en søn, som leger sammen, og hvor faren bliver for vild,« Henrik begynder igen at få gråd i stemmen.

»Bare træk vejret,« siger Annette.

»Faren er for stolt til at sige undskyld,« fortsætter Henrik. »Det er meget muligt, at jeg er gået for meget over i den anden grøft med min egen søn ...« siger han.

»En undskyldning skal komme fra det rigtige sted,« siger Annette Jønsson så: »Han har måske slet ikke fattet det. Han kan slet ikke sige undskyld.« Henrik fortæller, at hans far stadig har svært ved at give ham så meget som en lille kompliment den dag i dag:

»Jeg ved, at han er stolt over det, jeg har opnået med min musik. Han vil virkelig gerne rose mig, men det kan han ikke.«

»Vi bruger meget tid på at snakke om den der hamsterhjulsstress. Hvorfor er jeg her? Er det bare for at udfylde et regneark, eller er der en større mening med det?«

Tomas Friis
Mandeterapeut

»Jeg kan huske efter en koncert, hvor han stod og daskede mig på skulderen med en handske.«

Henrik slår med hånden for at illustrere sin fars gestus: »Ja, ja, ja ... Ja, ja, ja,« sagde han så. 'Men *Thats life*' (Frank Sinatras sang, red.) den lærer du aldrig at synge,« fortæller Henrik.

»Jeg ved jo godt, hvad han prøver at sige. At det er noget pænt, han prøver at formulere.«

Alle i gruppen griner.

»Han er en rigtig mand!« siger Annette så.

»Ja, send ham ind til Annette,« brøler Rasmus.

Tak for opbakningen!

Det er blevet tid til at evaluere dagens møde, men først er der lidt småsnak:

»Har du ikke haft længere hår på et tidspunkt?« siger Rasmus til Lau.

»Jo, jeg er blevet klippet,« svarer Lau. »Før var det helt her ned til,« siger han og viser den tidligere længde.

»Er det ikke sådan noget, kvinder taler om?« spørger Annette.

»Er jeg en kælling, siger du?« brøler Rasmus og griner. Annette sætter gang i evalueringen.

»Jeg er fandeme overrasket over, at det med min far rørte mig så meget,« siger Henrik.

Rasmus siger, at han han også blev berørt af Henriks historie. Til gengæld synes han, at noget af snakken om, hvordan de havde det, var lidt »røv og nøgler.« Han skynder sig at uddybe: »Ikke fra jer selvfølgelig. Men fra mig selv,« siger han.

»Ja, sådan må det være, når man skal forklare alt det med, at man ikke inviterer sin kæreste til sin fødselsdag,« siger Jon tørt.

Rasmus: »Ja, det var egentlig meget godt lige at få snakket om det,« siger Rasmus. »Og at I bakkede mig så meget op og sagde, at det var det helt rigtige, jeg havde gjort.« Gruppen griner, og Rasmus fortsætter: »Så nu kan jeg gå herfra med en følelse af, at jeg har truffet den helt rigtige beslutning.«

»Haha, du forstår at tviste det,« siger Annette.

»Hvad? Var det ikke det, I sagde?« spøtger Rasmus. Den joke bliver aftenens sidste indslag. Nogle giver krammere, da de går ud af garagen – andre siger bare farvel og på gsyn.

ville@information.dk