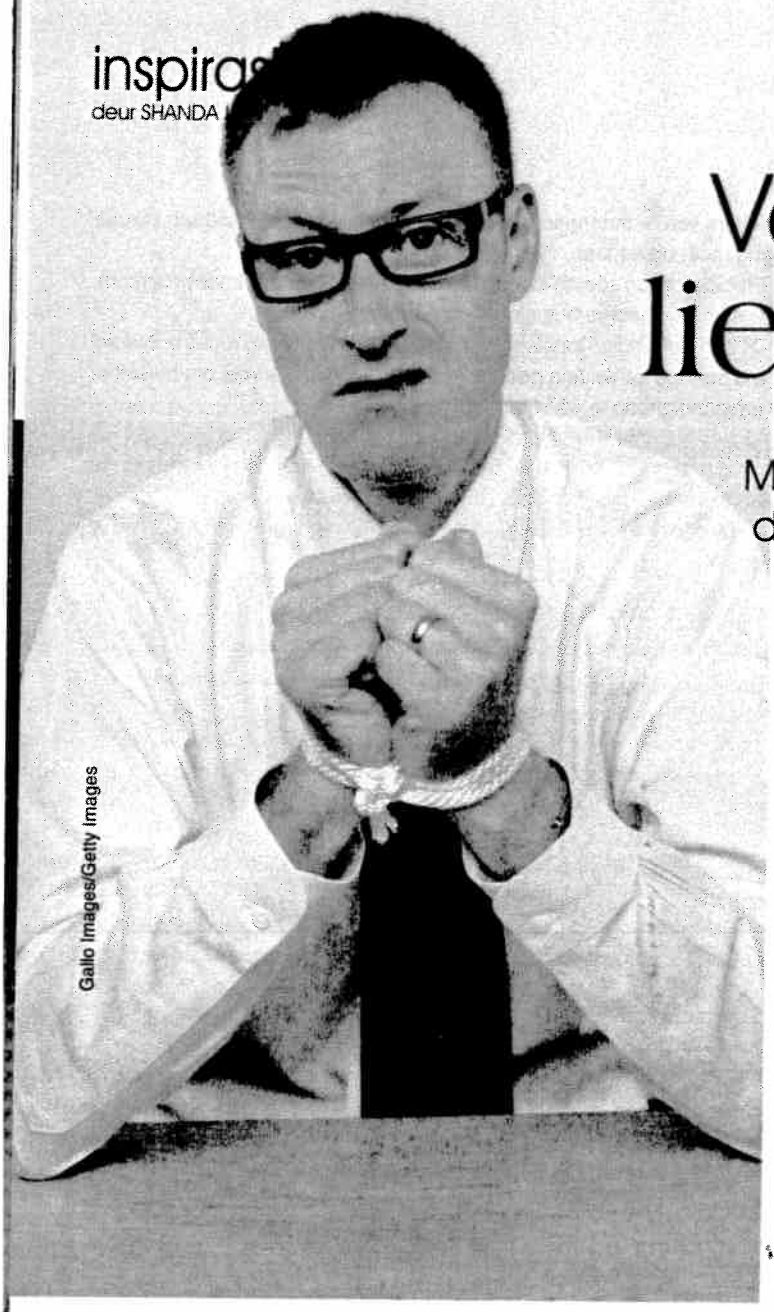

Gallo Images/Getty Images

Van skande na liefdeshande

Mans wat hul vroue slaan, vervul die mensdom met afsku, maar daar is hoop vir hulle

Blou merke aan die gesig of diskreet onder die klere waar ander nie die tekens van sy woede kan sien nie. 'n Gekneusde gees ná jare se emosionele afkraking. As dit by mans kom wat hul vrou mishandel, sien mense net een slagoffer: die vrou. Sy is die een wat 'n ondersteuningsgroep nodig het om haar deur hierdie trauma te help.

Twee mans het egter in 2005 dieper gekyk en die onverwagte gedoen: Hulle het 'n ondersteuningsgroep begin vir die mans wat hul vrou mishandel.

Mural, wat vir "*Men understanding respect and love*" staan, is deur Bearnard O'Riain op die been gebring. Hy is die skrywer van die boek *Running to stand still* (Jacana Media) wat oor sy lang stryd handel om sy mishandeling van sy vrou te stop, asook nog 'n man se storie wat dieselfde stryd gestry en oorwin het.

Mural het die volgende doelwitte: om mishandeling deur mans in die ope te bring; te wys dat dit oorkom kan word; ervarings met mekaar te deel; en mans wat vroue mishandel aan te moedig om hulp te kry. Die ondersteuningsgroep is vir mans wat probeer om hul fisieke, emosionele, verbale, finansiële of seksuele mishandeling van hul vroulike lewensmaats te stop of reeds daarmee gestop het.

Hulle identifiseer drie stappe tot hul einddoel: Die mans moet erken daar is 'n probleem, hulle moet besef dit is hul probleem en niemand ander s'n nie en hulle moet konkrete stappe neem om die mishandeling te stop.

Mauritz Boshoff van Johannesburg het vier jaar gelede by Mural aangesluit en gesels openlik oor hoe Mural hom en ander gehelp het om mishandeling te oorkom. "My vorige verhouding het ongelukkig nie uitgewerk nie as gevolg van die skade wat ek deur my dade aangerig het. Ek is vandag al vir 'n jaar en 'n half in 'n nuwe verhouding en dis heeltemal anders."

Hulp sonder oordeel

Mauritz vertel die sukses van Mural lê deels daarin dat hulle 'n klomp mans is wat dieselfde ervaring het en dus makliker kan gesels oor hoe hulle voel. Hulle is omtrent 20 lede en vergader elke tweede week.

By hul vergaderings volg hulle nie 'n vaste program nie, maar gesels oor goed soos woedebeheervaardighede en -tegnieke, verduidelik Mauritz. "Ons praat baie oor konfliksituasies en hoe om in so situasie op te tree, hoe om met die ander mens te praat en watter soort woorde om te gebruik en te vermy om 'n oplossing te bewerkstellig. Ons gee vir die mans 'gereedskap' wat hulle met hul meisies en vroue kan bespreek om hulle ook geleentheid te gee om dieselfde hulpmiddels in gesprekke te gebruik.

"Ek dink ons krag lê daarin dat ons nie in kompetisie met professionele sielkundiges is nie. Ons sit saam met 'n klomp mans wat werklik besef waaroor dit gaan; wat dit self ervaar het. Die raad kom van 'n baie betroubare kant af. Daar is 'n sekere vertroue en geloofwaardigheid in die mense met wie jy gesels.

"Nog 'n faktor is dat ons mekaar nie veroordeel nie. Ons keur sekere dade nie goed nie, maar sal niemand oor die kole haal nie. Ons motiveer ouens om oor die situasie te gesels waar hulle voel hulle het geval of oorwin. As die man 'n verkeerde reaksie gehad het, word dit bespreek. Op die ou end stap hy daaruit en sê: 'Ek weet ek het drooggemaak, maar ek het die selfvertroue om dit reg te hanteer as ek weer in so situasie sou beland.'"

In die kop van 'n slaner

Mauritz praat reguit oor wat van hom 'n vroueslaner gemaak het. "My persoonlike ervaring (en die stories van die ander mans klink omtrent dieselfde) was dat ek baie min selfvertroue gehad het. Ek het baie kwes-

sies oor beheer gehad en het dit tot 'n mate steeds.

"In 'n konfliksituasie wil jy in beheer van die situasie wees en die ander mens moet reageer soos jy wil. As dit nie gebeur nie, begin jy gewoonlik skree. Jy wil die ander een skok sodat sy moet reageer soos jy wil. Ongelukkig begin die skokreaksie ná 'n tyd afneem en dan beweeg jy na die volgende stap, soos om iets te gooi. Daarna lig jy jou hand. Dit raak net erger.

"Die oomblik wat jy uitbars en die reaksie kry wat jy gesoek het, is dit 'n oorwinning. Vir daardie oomblik voel jy weer in beheer van die situasie. Die gevoel van oorwinning hou egter nie lank nie. Jy eindig met vreeslike gevoelens van swakheid en spyt op oor wat jy gedoen het. Jy probeer dit oorkom deur jou dade te regverdig: 'Ek het jou geslaan omdat jy dit gesê het' of 'Jy het gemaak dat ek só reageer'. Jy wil dus nie pa staan vir wat jy gedoen het of vir die gemors wat jy aangejaag het nie."

Dis nie asof mans wat mishandel vreeslik goed oor hulself voel en glo dis hoe 'n man moet reageer nie, verduidelik Mauritz. "Met die skuldgevoelens wat intree, voel jy eintlik slegter oor jouself – dis 'n bose kringloop. Jy besef nie watter skade jy ook aan jouself aanrig nie. Jy is nie net besig om die ander mens af te breek nie, maar ook jouself, omdat jy so sleg voel oor wat jy gedoen het."

Die meeste mans kom by Mural uit ná 'n ultimatum deur hul lewensmaats of omdat hulle op 'n absolute laagtepunt is en desperaat hulp soek, vertel Mauritz.

"In my geval het ek net *rock bottom* geslaan. Ek was op my laagste nog en het nie geweet wat om te doen nie. Ek dink die groot faktor is wanneer 'n man besef dat hy 'n probleem het: 'Dis nie my vrou of meisie se skuld nie. Dis my probleem en ék moet iets daaraan doen.'

"Daar is soveel skande wat met die aanvaarding van hierdie verantwoordelikheid saamgaan, want dan moet jy aanvaar: 'Ek is hierdie monster; hierdie slegte man.'

"Ek het hard probeer om dit te vermy, tot ek besef het: As ek nie iets doen nie, gaan ek die res van my lewe só bly. Ek was nie bereid om daardie pad te loop nie."

'n Stryd vol slaggate

Om op te hou om jou vrou of meisie te mishandel, is nie iets wat oornag gebeur nie, vertel Mauritz. "Dis definitief 'n proses en vat tyd."

Die mans val wel terug, erken Mauritz. "'n Man wat sy vrou slaan, kan dalk so hard konsentreer om haar nie te slaan nie dat hy vergeet dat hy op haar skree. Die oorwinning lê daarin dat hy kan sien daar is 'n verskil. As 'n man inkom en sê: 'Ek het my humeur verloor,' dan verstaan hy waar hy verkeerd gegaan het en weet hy wat die waarskuwingseine is waarna hy moet kyk om so 'n situasie te vermy.

"Ons konsentreer egter op die positiewe as hy teruggeval het: 'Wat het jy geleer? Wat het jy anders as voorheen gedoen?'"

'n Man wat sy vrou mishandel se grootste uitdaging as hy wil ophou, is hyself, sê Mauritz. "'n Mens se vertroue in jouself en jou wilskrag om te kan verander, is redelik laag. Die uitdaging is om jouself weer op te bou. Baie ouens sal stappe volg om 'n konfliksituasie reg te hanteer en as hulle dit regkry, sal hulle na hul vroue kyk vir 'n kloppie op die skouer.

"Hulle wil van hul maats hoor dat hulle 'n verskil sien en wanneer hulle dalk nie hierdie erkenning kry nie, veroorsaak dit twyfel in wat hulle doen en of hulle wel kan verander.

"Ons sê vir die ouens om hul oorwinnings binne hulself te herken en nie na ander mense daarvoor te kyk nie. As jy na ander kyk, breek jy hulle af om self beter te voel."

As 'n man wat sy vrou geslaan het met 'n bos blomme om verskoning kom vra, sê hy jammer om homself beter te laat voel, glo Mauritz. "Jy probeer jouself weer herwin, eerder as wat jy dit doen om die ander mens beter te laat voel.

"Ek het self in die verlede al vreeslik om verskoning gevra en het my dan 'n week of twee op my beste gedra. Ek wou weer hoor hoe fantasties ek is. As ek dit nie gehoor het nie, het ek 'n gevoel van waardeloosheid gehad, my frustrasies en die woede het begin opbou en dis wanneer dinge weer van voor af skeefgeloop het."

Raad vir vroue

Moet 'n vrou bly as haar maat haar mishandel? "Dis moeilik om te sê. Baie hang af van hoe ernstig jul verhouding is," sê Mauritz eerlik.

"Ongelukkig moet ek erken dat alles nie altyd vir die beste uitwerk nie. As daar wel positiewe verandering aan die man se kant is, is daar hoop vir verbetering. As daar nie verandering is nie en dis 'n gevaarlike situasie, is dit partykeer die beste om die verhouding te beëindig. Mense wil dit nie graag hoor nie, maar dis ongelukkig die waarheid, want waar verbetering nie plaasvind nie, vererger die situasie gewoonlik net."

Mauritz sê dit hang van mens tot mens af, maar sy ervaring is dat mishandeling gewoonlik met die verbale mishandeling van die vrou begin en dan geleidelik vererger.

"Die impak wat jou verbale mishandeling het, water ná 'n rukkie af en dus moet 'n mens iets ergers doen om 'n reaksie te kry. Dis wanneer jy goed begin rondgooi en begin slaan. Daar is definitief 'n toename en dis waar die groot gevaar lê.

"As daar wel positiewe veranderinge is en dis konkrete verandering en nie net 'n pleister op 'n groot wond nie, is dit wel belangrik vir vroue om hul mans te ondersteun. As 'n man werklik iets wil doen om 'n beter mens, pa en maat te wees, het hy werklik die ondersteuning van sy gesin nodig."

Volgens Mauritz oorleef net sowat die helfte van verhoudings waar daar mishandeling was. "Dit hang af hoe lank die mishandeling aangegaan het en die soort persoonlike afbreking wat daar was. Vertroue speel ook 'n groot rol. Dit hang dikwels daarvan af of die vertroue en respek teenoor mekaar weer opgebou kan word – wat baie moeilik is. Ek kan dus nie sê die verhouding gaan altyd gered word as die man met die mishandeling ophou nie."

'n Lewenslange keuse

Mauritz sê in 'n sekere sin is die probleem van mishandeling net soos alkoholisme.

"Een ou het eenkeer gevra: 'Hoe lank moet 'n mens met goeie gedrag voortgaan?' Die antwoord? Vir die res van jou lewe. Jy moet besef, jy kan steeds oorreageer, jy kan steeds in die patroon van geweld terugval. Dis egter iets wat beheer kan word. Jy moet 'n wilsbesluit neem en dit volhou.

"Daar is baie skande by mishandeling betrokke. Wat vir my 'n groter skande is, is wanneer iemand niks daaraan doen nie en dit net los dat dit aangaan." \|

- **Bel Bearnard O'Riain by 082 342 2864**
- **Bel Mauritz Boshoff by 082 828 1287**
- **Besoek www.muralhelp.co.za**