



Cirka 10 % af alle børn under 18 år bliver seksuelt misbrugt. En meget stor del af disse børn bryder først hemmeligheden om overgrebene som voksne og har derfor ikke fået den hjælp og støtte, de havde brug for som børn. Derfor vil en meget stor del af disse børn udvikle forskellige grader af senfølger, når de bliver unge/ voksne.

Senfølger af seksuelle overgreb kan komme til udtryk i negativ selvpræsentation og lavt selvværd, som ofte hænger sammen med depressive tilstande. Derudover lider mange seksuelt misbrugte af posttraumatisk stress med flash backs fra overgrebene, dissociation og selvskadende adfærd, vanskeligheder med at etablere en stabil tilknytning til andre, seksuelle problemer, afhængighed af alkohol, stoffer og sex.

Hensyn, tiltag og forudsætninger, når du i psykiatrien møder borgere, der er blevet misbrugt seksuelt i barndommen

I det følgende redegør Kirsten Trans www.kirstentrans.dk/om-mig/ for gode råd og på det, man som sundhedsfaglig kan være opmærksom på i mødet med senfølgeramte.

Der er to ydrepoler, som fortæller mig, at her skal jeg skærpe min opmærksomhed ift. om min klient har været udsat for seksuelle overgreb i barndommen.

Er borgeren meget tilbageholdende, oversamarbejdsvillig, ikke får sagt fra og heller ikke svaret nuanceret, vil jeg tolke det, som borgerens utryghed og manglende tillid til mig som fremmed. En bekymring for at dele sårbare emner, da klienten ikke er sikker på, hvordan det vil blive taget imod eller forstået.

Jeg vil ikke spørge til utrygheden men sige noget lignende:

"Det kan være svært at møde mig som fremmed og samtidig tænke, at man skal fortælle om det, som kan være allersværest i sit liv. Derfor skal du ikke fortælle mig ret meget i dag om det, som er svært. Det er vigtigt, at du først får tillid til mig, inden du skal betro mig. Lad os tale om de ting, som du er optaget af i din hverdag – som din bolig, interesse etc."

Er borgeren derimod meget talende og tilsyneladende har en oplevelse af, at skulle fortælle så meget som muligt i løbet af den forholdsvise korte samtale, vil jeg blive bekymret for, om borgeren kan mærke sin egen grænse for privatsfære.

En grænseløs adfærd vil typisk afspejle et menneske, som ikke kender sine grænser, ofte fordi de er overtrådt og nedbrudt i forbindelse med seksuelle overgreb i barndommen. Jeg kan sige noget i stil med:

"Jeg kan høre, du har meget på hjerte. At du kan have en bekymring for, at jeg vil træffe en forkert konklusion, hvis jeg ikke forstår dig i helhed. Du skal vide; at det gør indtryk, at du gerne vil være så åben i forhold til mig. Jeg vil samtidig gerne være med til at sikre, at når du går herfra, at du stadig kan mærke din værdighed, at du ikke får en følelse af at have blottet dig over for mig. Derfor foreslår jeg, at vi tager din fortælling i brudstykker – lidt i dag og noget næste gang. osv. En svært liv er man ikke fortjent med at blive overvældet af -selv om nogen skal kende til nogle forhold at behandle din sag eller hjælpe dig på anden vis."

Anbefalet litteratur og hjemmesider

Trans, Kirsten: Senfølger efter seksuelle overgreb.
En introduktion til socialarbejdere og sundhedspersonale.
Frydenlund 2019

Lars Sørensen, *Smertegrænsen*
Hvordan traumatiske oplevelser og manglende tilknytningsstimulering kan skade personlighedsudviklingen og udvikle lidelser, der defineres som personlighedsforstyrrelser.
Mennesker udsat for seksuelle overgreb i barndommen vil ofte være under denne kategori af patienter.

Susan Hart, *Neuroaffektiv udviklingspsykologi*
Hvordan en patient med senfølger kan være udfordret i adfærdsregulering, følelses- eller tankemæssigt i betragtning af alderen.



- Lyager, Lone og Jette:** At bestige bjerge: Gruppeterapi for seksuelt misbrugte mænd. Klim 2015
Artikler i fagbladet Psykoterapeuten nr. 2, 5. maj 2013: (googles "Psykoterapeuten tema om seksuelle overgreb")
- Lyager, Lone og Jette:** Barnets mestring, den voksnes senfølger.
- Lyager, Lone og Jette:** Det erobrede køn
- Lyager, Lone og Jette:** Når kontakten bliver trekantet
- Morin, Birgitte:** Det kan ikke passe
- Stjernholm, Ole:** Borderlineforstyrrelse og de indre mangeltilstande. Hovedland 2019
- Bettina Myggen Jensen og Inge Schiermacher:** Udsatte voksne og socialt arbejde
- Lars J Sørensen,** Smertegrænsen- traumer, tilknytning og psykisk sygdom, Dansk Psykologisk Forlag 2005
- Lars J Sørensen,** Skam – medfødt og tillært, Gyldendal Akademisk, 2013
- Lisbeth Zornig Andersen m.fl.,** Jeg ville have sagt det, hvis..... om seksuelt krænkede børn, Gyldendal 2017
- Cæcilie Bushmann m.fl.,** Psykoterapeutiske tilgange til PTSD, Hans Reitzels Forlag
- Karen-Inge Karstoft, Nina Beck & Ask Elklit,** Senfølger og behandling af seksuelt misbrug i barndommen, Videnscenter for Psykotraumatologi Syddansk Universitet 2012
- Når relationen er afgørende. (PDF)**
- Artikel af Gitte Klaris,** psykolog, cand.psych.aut., Dobbeldiagnosteamet, Aarhus Universitetshospital Risskov. Udgivet 2. november 2015.
<https://www.dp.dk/p-psykologernes-fagmagasin/fagar-tikler-psykologi-viden/naar-relationen-er-afgoerende/>

Hjemmesider:

- <http://senfølger.info>** tilbud til voksne med senfølger af seksuelle overgreb i barndommen og ungdommen
Her kan du finde oplysninger om hvad det enkelte tilbud indeholder, med hvilke kvalifikationer det udføres, om det kræver betaling eller henvisning, om der er mulighed for at være anonym og hvor det geografisk befinder sig.
- www.kvistene.dk** tilbyder rådgivning og behandling til pårørende.
- Landsforeningen SPOR** <https://www.landsforeningen-spor.dk>
- Center for seksuelt misbrugte** <https://csm-danmark.dk/>
- VISO** <https://socialstyrelsen.dk/voksne/Senfolger-af-seksuelle-overgreb>



PSYKIATRIEN

**Rådgivning til pårørende.
Pårørendegrupper** <https://csm-danmark.dk/>

**Det Nationale
"Traume-Bevidst Tilgang"
(TBT) Center:** [https://www.psykiatri-regionh.dk/centre-og-social-tilbud/
Psykiatriske-centre/Psykiatrisk-Center-Sct.-Hans/
forskning/Nationalt-TBT-Center/Sider/default.aspx](https://www.psykiatri-regionh.dk/centre-og-social-tilbud/Psykiatriske-centre/Psykiatrisk-Center-Sct.-Hans/forskning/Nationalt-TBT-Center/Sider/default.aspx)

Klinik for incestterapi www.incestterapi.dk

www.semvitas.dk Seksuelt misbrugte videre i livet
Et podcastprojekt for mænd og kvinder