

Mange med senfølger efter fysiske og psykiske overgreb når langt op i voksenalderen, før de erkender deres behov for hjælp og tør stå ved det. En del finder frem til den telefoniske rådgivning Overgrebscenter.dk.

EN VELBEVARET

Mange mennesker ved ikke, hvad de skal stille op, når de mærker senfølger efter overgreb på egen krop. Det kan være svært at finde frem til den rette behandling, og dette bliver yderligere vanskeliggjort af, at en af senfølgerne netop kan være, at den overgrebsramte mangler handlekraft og derfor har svært ved at søge hjælp og få overblik over egen situation.

For nogle er senfølgerne efter overgreb invaliderende med betydelige indskrænkninger i oplevelsen af personlig frihed og livskvalitet, mens de for andre har en mere afgrænset betydning.

Vi arbejder som henholdsvis psykolog og socialrådgiver ved Overgrebscenter.dk, et telefonisk tilbud om rådgivning og vejledning til personer over 18 år, der lider af senfølger efter fysiske eller psykiske overgreb i opvæksten.

De overgrebsramte, der henvender sig til os, oplever, at senfølger fx påvirker deres psykiske velbefindende i forhold til parforhold, familie, venner, uddannelse og arbejdsliv. Samtidig påvirker de psykiske, sociale og fysiske faktorer hinanden, hvilket kan komplicere den enkeltes situation og tilstand yderligere. Mange af de overgrebsramte er diagnosticeret med PTSD, depression, angst og personlighedsforstyrrelser.

Derudover kommer vanskelighederne med at overskue kompleksiteten i, hvordan behandlingsmulighederne er skruet sammen, som igen kan afhænge af, hvor man befinder sig i landet. I Overgrebscenter.dk er erfaringerne, at mange mennesker med senfølger efter fysisk eller psykisk vold op-

HEMMELIGHED

lever, at det kan være vanskeligt at navigere i det offentlige system. Det er svært at finde frem til den rette behandling. I heldigste fald kan de få tilbudt behandling i psykiatrisk regi, men derudover mangler der gratis behandlingsmuligheder for denne målgruppe.

Almindelige tendenser

Rådgivningen henvender sig primært til de overgrebsramte, men også til pårørende, fagpersoner og studerende, der har spørgsmål om emner vedrørende overgrebsproblestillinger.

Mange kontakter os, fordi det er gået op for dem, at der kan være en sammenhæng mellem de overgreb, de har været udsat for i opvæksten, og de vanskeligheder, de nu har i voksenlivet. Det er helt almindelig, at man først er parat til at tale om følgerne af en svær opvækst, når man



For nogle er senfølgerne efter overgreb invaliderende med betydelige indskrænkninger i oplevelsen af personlig frihed

fx selv får børn, når der sker større begivenheder i ens liv, eller når man får tilstrækkeligt med ro i livet.

Først da kan man være parat til at mærke, erkende og forstå sammenhængen mel-

lem de psykiske, somatiske og sociale vanskeligheder, man har kendt til i årevis. Mange har en angst for at gentage de dysfunktionelle tilknytningsmønstre og uhensigtsmæssige handlemønstre over for deres egne børn.

Gennemsnitsalderen på henvendelsestidspunktet er da også ca. 35 år, hvilket indikerer, at der går lang tid, før mennesker med denne type barndomsoplevelser erkender sammenhængen og er parate til at gøre noget aktivt for at bedre deres situation.

Vi møder typisk stor rådvildhed hos de mennesker, der kontakter os. De savner overblik over deres egen situation, men altså også over, hvor de kan søge hjælp.

Det er vores erfaring, at mange, der har været udsat for fysiske og psykiske overgreb i barndommen, har søgt hjælp og er i behandling, men selv om de er i behandling, får de ikke altid fortalt behandleren om de overgreb, der er overgået dem. De er derfor ofte usikre på, om de er kommet i behandling det rigtige sted, og om de i det hele taget får den behandling, de har brug for.

Det er stadig tabubelagt at have været udsat for fysiske og psykiske overgreb, og det kan være svært for den overgrebsramte at få skabt tillid til behandleren, da manglende tillid og tiltro til andre mennesker er en af de typiske senfølger efter overgreb. Inden de kommer så langt, har mange været vidt omkring i det sociale- og sundhedsfaglige system. Vi får derfor ikke så få henvendelser fra mennesker, der aldrig før har delt deres oplevelser med nogen.

Hvad kan der gøres?

Som rådgivere kan vi hjælpe med at afklare problemstillinger, skabe overblik og støtte til at komme videre ved at finde frem til relevante rådgivnings- eller behandlingsmuligheder – så vidt muligt i nærheden af vedkommendes bopæl. Selv om centret organisatorisk er tilknyttet Center for Seksuelt Misbrugte i Odense, dækker tilbuddet hele landet.

Den enkelte støttes i sin parathed til at handle på de vanskeligheder, der opleves, og hjælpes skridtet videre i denne proces. Endvidere giver vi rådgivning til dem, der er på venteliste til at komme i behandling, og som har brug for råd til, hvordan de kan udholde ventetiden.

En del af dem, der ringer til Overgrebscentret, har været udsat for seksuelle overgreb i barndommen. Her findes der tre centre for voksne seksuelt misbrugte i Århus, Odense og København.

Der savnes imidlertid gratis tilbud ud over de psykiatriske tilbud til mennesker, der har været udsat for fysiske overgreb af ikke-seksuel karakter. Klienter efterspørger et behandlingstilbud med en helhedsorienteret forståelse, der rækker ud over symptombehandling og en diagnoseopdelte behandlingstilgang, da en belastende barndom skaber komplekse problematikker, der kræver indsats både på det psykiske, fysiske og sociale område samt en forståelse for samspillet mellem disse. ■

*Mette List Elhøj, cand.psych.
Lars Hejgaard, socialrådgiver*