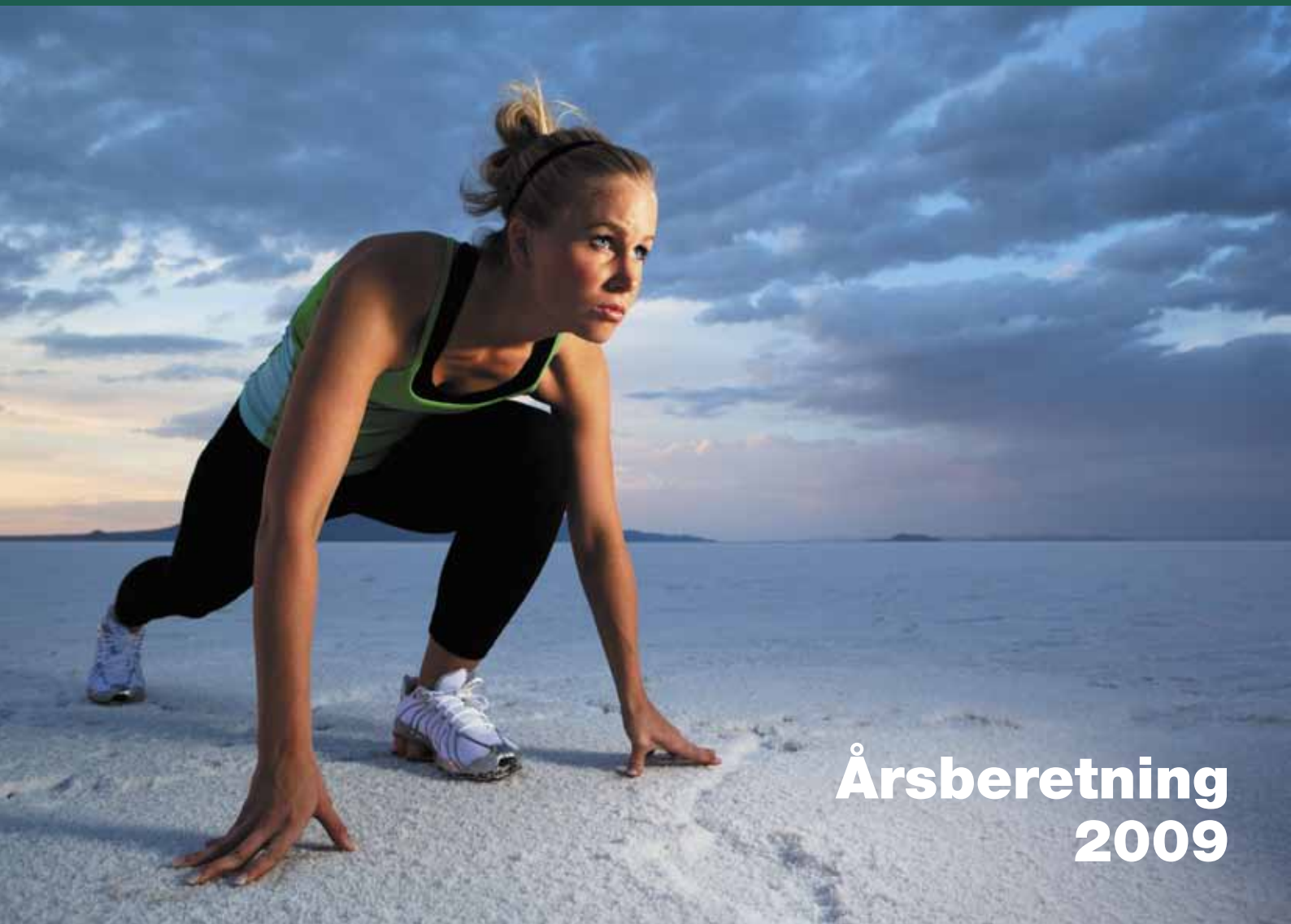


KRIS

Kristen Rådgivning for Incestofre og Seksuelt misbrugte
- Hjælp til at være menneske



Årsberetning
2009

Indhold:

- En troværdig indsats bærer frugt**side 2
- Sanne og Søren kæmper for kærligheden...**side 4
- KRIS Århus, Midt- og Vestjylland**side 6
- KRIS Hellerup, Næstved, Ålborg**side 7
- Ny film på vej. KRIS fik amerikansk pris**side 8
- Bag om KRIS**side 9
- KRIS bygger mennesker op. Fx Peter**side 10
- Materialer**.....side 12
- Fandt sig selv. Interview**.....side 13
- Pioner takker af**.....side 14

En troværdig indsats bærer frugt

De store overskrifter i 2009 har i høj grad været præget af de beskyldninger, der har været fremført mod den romersk katolske kirkes lederskab for at huse pædofile misbrugere af børn i stor stil. I KRIS har vi mærket dønningerne gennem de mange spørgsmål om misbrug af børn i kirkeligt regi, som også har været rettet til os. Det er kun godt og gavnligt, hvis der kan komme lys på alle de begivenheder, hvor mennesker med ansvar for børn i kirkeligt arbejde har udøvet forbrydelser, som de må bære konsekvenserne af. Vi bør i den forbindelse aldrig lægge skjul på, at Gud afskyr enhver form for seksuelt misbrug. Og han lover at gengælde enhver synd, der er begået mod børn på en langt mere alvorlig måde, end de fleste forestiller sig. For os må det stå helt klart, at seksuelle krænkelse af børn forvrænger barnets forståelse og formål med sex. Dermed ødelægges også den meget fint afstemte følelsesmæssige og sociale proces, som et barn naturligt bør modnes til i sin seksuelle udvikling.

Gør op med fortidens spøgelse

Efter gennem mange år at have taget del i arbejdet med at hjælpe ofre for seksuelt misbrug, er det ikke overraskende at erfare, at mange krænkere selv er blevet misbrugt. Der-

for er det vigtigt, at den onde cirkel brydes i tide. I KRIS har vi til stadighed mulighed for at gøre en forskel, når vi rækker ud for at hjælpe flest mulige. Vi har igen oplevet en støt stigning i antallet af henvendelser, hvor mennesker ønsker hjælp til at gøre op med fortidens seksuelle spøgelse. Mange har lidt i årevis i stilhed, indtil de har måttet se i øjnene, at der nødvendigvis må gøres noget ved deres situation. Det

Mange har lidt i årevis i stilhed, indtil de har måttet se i øjnene, at de var ude af stand til at bære byrden og pinen alene. Derfor måtte de nu tage hånd om smerten. Turde leve i nuet og dele med dem, som tør være der sammen med dem i deres nød.

har nemlig vist sig, at de var ude af stand til at bære byrden og pinen alene. Derfor måtte de nu tage hånd om smerten. Turde leve i nuet og dele med dem, som tør være der sammen med dem i deres nød. Dele et stykke lidelsesfyldt byrde med et andet menneske. Først da, når offeret vælger at tage kampen op i en livslang befrielsesproces, forvandles hun/han til en overlever.

Sat fri

Netop fordi mange af de misbrugte oplevede, at nogle krænkere var kendte medlemmer af kirken, mistede ofrene tilliden til en gud, som de troede, skulle have givet dem tryghed og kærlighed, men som de følte var ligeglad med deres lidelse, når han kunne tillade voksne at misbruge børn. Og i protest vendte børn Gud ryggen. Første da de langt senere som voksne mødte nogen, der tog dem alvorligt, dæmrede det for dem, hvor ødelæggende det var, når gemene forbrydere kom til at overskygge både

Af formand Mogens P.C. Svendsen

Gud og de mennesker, som stadig er troværdige. Gennem dyb erkendelse af sandheden blev ofre gjort delvise til at blive overlevende, så løgneren mistede sin magt over dem.

Stor søgning

Vi må konstatere at tilgangen til rådgivning har været meget ujævnt fordelt. Vi har set stor søgning i København og på Sjælland. Desuden har vi set en meget stor øgning i Midt og Vestjylland. Hvis ikke der kommer en tilgang af nye terapeuter til det område ret snart, må vi døje med ventelister fremover. Men vi har en tro på, at tingene lægger sig til rette, så vi ikke skal komme til at arbejde forgæves.

Taknemlighed og trofast indsats

Vi er dybt taknemlige over, at så mange mennesker har givet vidnesbyrd om, hvor opmuntrende det har været at opleve markante forbedringer i deres livskvalitet efter at have modtaget rådgivning gennem KRIS. Det har været særdeles livsbekræftende at opleve pårørende grupper, som gennem både individuel sjælesorg og rådgivning i fællesskab har fået fornyet håb og tro på, at det nytter at kæmpe for familiens overlevelse.

Havde vi ikke haft så gode og velkvalificerede medarbejdere i KRIS, både ansatte og frivillige, havde vi aldrig nået den stærke genoprettelse og lægedom i skaren af klienter, som har søgt hjælp hos os. Vi er dem stor tak skyldig for den fine og trofaste indsats, de har øvet.

Bønnen skal vi ikke glemme. Den nød, vi har for andre mennesker, der er lagt på vore hjerter, er født af Gud selv. Det er ikke noget, vi taler store ord om, men noget der går som en dyb kærlighedsstrøm gennem enhver, der har lidenskab for Kristus. Det giver åndelig lægedom i et omfang, de færreste fatter.

Guds fred og alt godt.



Sponsor:



Årsberetning 2009

Udgivet af KRIS juni 2010

Kristen rådgivning for Incestofre og Seksuelt misbrugte.

Fredens Torv 2, 8000 Århus C

Tlf. 7022 7294. www.kris-dk.dk

Landsleder: Vibeke Møller. Fra 1.juni 2010: Gitte Lykke.

Formand: Mogens Svendsen, tlf. 9714 7052

Tekst og idé: Hanne Baltzer, Baltzers bureau

Layout: Videbæk Bogtrykkeri

Tryk: Videbæk Bogtrykkeri

Søren er uden tvivl forelsket i sin hustru, som han har været gift med i 19 år. På mange måder beundrer han Sannes måde at være på, hendes evner, hendes sikre bedømmelse af forskellige ting og hendes omsorg for ham. Da de i sin tid mødte hinanden, gik der ikke lang tid, før de var både forlovet og gift, og siden fik de fire børn, hvor af det ene blev handicappet som lille. Dengang kendte de ikke til "spøgelser" i ægteskabet, men dem mødte de, da de fandt ud af, at hustruen i sin barndom blev seksuelt misbrugt. Pludselig faldt en masse hvorfor'er og frustrationer på plads. Spøgelserne fik en årsag. Hans hustru kan ikke huske misbruget, men hendes krop husker. Og det har givet samlivet og kærligheden en overlevelsestur af dimensioner. Forventninger, krav om bekræftelse og uopfyldte behov står ofte i kø uden at blive opfyldt.

Som en anden planet

"At være gift med en seksuelt misbrugt er som at gifte sig med en fra en helt anden kultur. Der er så meget, man skal være opmærksom på og vide for at prøve at forstå den anden. Og så er der alt det, man slet ikke opdager foregår," siger Søren.

"Det var et stort chok at få det at vide. Da Sanne betroede sig til en anden pige i hendes familie, fortalte hun, at hun også havde været udsat for overgreb af den samme slægtning. Pludselig kunne Sanne forstå mere om, hvorfor hun havde det, som hun har det. Følgevirkningerne er mange."

Sanne sover dårligt, har mange spændinger i kroppen, magter ikke et fuldtidsjob og har ikke de kræfter andre i 30'erne har. Samlivet er ofte på standby, og det er noget af det, hendes mand prøver at vænne sig til. Han ved dog også, at nænsomhed og omsorg, tid sammen og ro er vigtige ingredienser i deres dag-

ligdag. Han prøver at give hende plads, og sammen bruger de tid på en af deres store interesser: Bøger. Og de snakker meget. Prøver at forstå, hvordan den anden bedst føler sig elsket, selv om nogle dage uden tvivl går lettere end andre. Han kæmper dagligt og kalder det "stenhårdt", og synes, han kan plages af onde tanker, der bringer hans humør under nulpunktet.

En gang om måneden er børnene i afslutning, og det er en weekend, der står "Sanne & Søren" på. Da prøver de at gøre nogle ting sammen, som de begge kan lide. Åbenhed, tryghed og omsorg for den anden er nøgleord.

Mandede sig op og fik mere selvværd

Samtidig har Søren også ting med fra sin barndom, som trænger til at blive bearbejdet, men der gik lang tid, før han erkendte nødvendigheden af, at han også måtte i terapi. For især at lære at elske sig selv, stå på egne ben og prøve at ændre uhensigtsmæssige handle-mønstre. Desuden mente han ikke, han var god nok som kristen mand. Og det har han fået hjælp af KRIS til at arbejde sig igennem, og i dag fylder den personlige tro meget, og bibelen som lydbog er lyttet til mere end en gang.

"Noget af det vanskeligste i mit liv har til dato været at hanke op i mig selv og erkende, at jeg selv havde brug for hjælp og også havde et ansvar for vores familie. Men det har været så godt for os. Da jeg erkendte, at det ikke kun var Sanne, der havde brug for terapien, sagde jeg også samtidig tydeligt, at jeg ville gøre alt det, jeg kunne for at kæmpe for kærligheden. Vi vil hinanden. Og det har vi villet den største del af tiden. Det løfte, vi gav hinanden i sin tid, vil vi holde."

Søren har ofte været frustreret og haft svært ved at holde det ud. For nylig kom han med i en mandegruppe i KRIS regi, hvor de er fire mænd, som alle er gift med seksuelt misbrugte kvinder. Han er glad for at komme i gruppen, for de ved, hvad han snakker om. De kender fx frustrationen fra sig selv, og det giver basis for gode snakke om liv og parforhold, og om hvor vigtigt det er at kæmpe for sin hustru.



(Sanne og Søren er ikke parrets rigtige navne)

Hvor findes seksuelt misbrug?

Misbrug finder sted i:

- Dårligt fungerende familier og systemer
- Børns nære relationer
- Alle sociale lag i samfundet
- Alle miljøer, også kirkelige

Følger af seksuelt misbrug

Generel oplevelse af:

- Mindreværd, skam, skyld, frygt
- Mistillid
- Undertrykt vrede, bitterhed, had
- Seksuel dysfunktion
- Problemer i parforholdet
- Dårlig kropsbevidsthed
- Manglende forståelse for kroppens funktioner
- Manglende personlige grænser
- Sociale problemer

Uden hjælp er følgevirkningerne ofte livsvarige.

KRIS ÅRHUS

Fredens Torv 2 er rammen om samtaler og terapi, der flytter menneskers liv i nye retninger. I 2009 havde KRIS i Århus 27 parsamtaler og 163 enkelte samtaler.

To medarbejdere var på lønningslisten i 2009: landsleder Vibeke Møller og sekretær Jette Friis Jacobsen. Desuden er der ni frivillige medarbejdere. Fra 1. juni 2010 fratræder Vibeke Møller, og som frivillig medarbejder er Gitte Lykke konstitueret som ny landsleder.

- I 2009 blev der holdt en rosengudstjeneste i Sct. Pauls Kirke.
- Etta Cameron gav koncert til fordel for KRIS.
- Synlighedsdag
- Medarbejderpleje: Hver måned er der medarbejdermøde og supervision for alle medarbejdere i Århus afdelingen.
- Fem kvinder deltog i støttegruppe hver onsdag.
- Medarbejderne undervises regelmæssigt.

Oase midt i Århus

Som et nyt initiativ er der hver mandag fra kl. 12-15 værested på Fredens Torv 2, hvor alle er velkomne til at kigge forbi. Det er ganske uforpligtende samvær, og der er kaffe og te på kanden. Et fristed og en oase, hvor man kan hygge sig og snakke. Du er velkommen til at ringe på 86 18 33 94 og høre nærmere, men det er ikke et must!

KRIS Midt- og Vestjylland

Vi ser en meget stor øgning af klienter i Midt- og Vestjylland, og der er snart brug for en tilgang af nye terapeuter. I 2009 havde vi 140 rådgivninger, og Vibeke Møller har haft 60 samtaler i lokalerne i Herning. Desuden har der været 30 støttegruppe timer med kvinder.

Områdeleder Helene Svendsen er ansat en dag om ugen til administrativt arbejde fra maj måned. I efteråret 2009 har vi gjort forarbejdet og planlagt et kursus for dem, der ønsker at

blive bedre til at lytte til og forstå deres medmennesker. »Er du parat til at låne dit øre ud?«, hedder det. Vi har sendt invitationer ud til en del kirker i området, da vi mener, at den undervisning, vi giver vore bisiddere, også kan komme andre, der sidder i sjælesorgsarbejde, til gavn. Det har givet en god og positiv kontakt til flere kirker. Kurset startede op i april 2010. Vi fik startet en gruppe op for pårørende mænd gift med seksuelt misbrugte kvinder.

Gruppen er blandet i alder, og der er forskel på, hvor længe de har været i parforhold. Det giver en god dynamik i gruppen.



KRIS - kursus i aktiv lytning – 12 deltog i Århus

Ønsker du at blive bedre til at relatere til og forstå dine medmennesker? Har du et ønske om at dygtiggøre dig som sjælesørger? - og senere eventuelt at tage en professionel uddannelse indenfor terapi? Ønsker du personlig udvikling? De udfordringer valgte 12 kursister at tage i mod.

Underviser var Torsten Hartvig Pedersen, psykoterapeut i KRIS Århus. Der blev undervist 14 timer i aktiv lytning, der giver en indføring i den teologiske og psykologiske viden bag hjælp, samt træning af lyttefærdigheder og relationsbygning. Kurset hjælper dig også til bedre at sætte rimelige og nødvendige grænser i relationer. Færdighederne fra kurset vil være

dig til hjælp i familie, i venskaber, på arbejdet og i menigheden, herunder bl.a. i sjælesorg. Kurset vil senere blive fulgt op af et kursus med emner som: Etik, sorg, krise, egenomsorg, tilgivelse, skam, dysfunktionelle familiesystemer, følger af overgreb (følelsesmæssigt, seksuelt, fysisk og åndeligt).

KRIS HELLERUP

- I 2009 kørte der en støttegruppe ledet af socialrådgiver Inger Andersen.
- To gange om måneden var der medarbejdermøder, hvor der den ene gang var supervision og den anden undervisning.
- Det var andet år med sjælesørgeruddannelsen, hvor 18 deltog, og flere af kursisterne efterfølgende kom med i KRIS arbejdet, og tre gik i gang med terapeutuddannelse i ISARPAC regi.
- Synlighedsdagen den 19/9 2009 blev åbnet af Marianne Jelved, og den var velbesøgt og tankevækkende med flere indslag. Et af dem drejede sig om gennemgang af et fireårigt terapiforløb, hvor klient og terapeut Inger Andersen gennemgik forløbet for åbent tæppe. Hensigten var bl.a. at vise, at hos KRIS får klienterne en god, gedigen og gennkendelig terapi.
- Det er både kvinder, mænd og par, der går til samtaler hos KRIS, dog flest kvinder.
- Løbende kunstudstillinger
- Inger Andersen fratrådte 1. marts 2010 efter 17 års stort arbejde i KRIS. 7 år som frivillig og 10 år som områdeleder af KRIS Sjælland.
- Områdeleder er cand.psych.aut. Marian Bridget Connolly.
- KRIS fik nye frivillige, efter de havde deltaget i sjælesørgeruddannelse.



Kursister i Hellerup

KRIS NÆSTVED

- Rosengudstjeneste i Næstved, hvor ros symboliserede Jesu blod, og liljer symboliserede renhed og skønhed. En gudstjeneste med budskab.
- Frelsens Hær afholdt et Esther-arrangement for kvinder fra det lokale krisecenter. En tid med massage for krop og sjæl, hvor den enkelte skulle prøve at finde selvværdet og slippe offerrollen. KRIS underviste.
- I samarbejde med Frelsens Hærs krisecenter i Næstved blev der nedsat en krisecentergruppe for kvinder, som Marian Bridget Connolly var leder og underviser af. I alt blev det til 60 timers samvær.
- KRIS Næstved flyttede i nye lokaler.
- Marian Bridget Connolly sluttede som områdeleder i Næstved i december 2009. Ny områdeleder i Næstved er cand.pæd.psych. Tove Larsen.

I Hellerup og Næstved blev der i 2009 holdt 435 individuelle samtaler med klienter

KRIS ÅLBORG

KRIS Ålborg flyttede i egne lokaler i 2009, hvor der er løbende er holdt samtaler med klienter. Lokalerne har også været brugt til støttegruppens møder hver 14. dag. Her har "relationer" været hovedemnet for mange intense snakke blandt de syv medlemmer af støttegruppen.



KRIS Ålborg



KRIS Næstved



KRIS Hellerup



Film

De første optagelser til den kommende film om »Den tavse smerte« blev lavet i 2009. Filmen forventes færdig i 2010. Her på billedet er det en mor og datter, der medvirker. Mediekonsulent Ole Blume står for produktionen.



KRIS modtog amerikansk pris

KRIS modtog prisen – AWC Philanthropy Award 2009 af American Women's Club In Denmark. Prisen er på 15.000 kr. til undervisningsudstyr, som nu bruges flittigt af KRIS-medarbejderne.



Reaktioner på seksuelle overgreb

kan betegnes som PTSD, post traumatisk stress. Begrebet bruges ellers ofte om en reaktion på et voldsomt traume eller overgreb - krig, naturkatastrofer eller skibsforslis:
- I Vietnam oplevede de soldater, der havde skudt folk, set deres kammerater dø og blive tortureret, billederne kørte igen og igen. Billederne invaderede dem konstant. Det er det samme, der sker efter seksuelle overgreb, hvor billederne invaderer folk konstant.

Der er ikke fred i hovedet, samtidig med at kroppen reagerer, for når du får de billeder, bliver du angst igen. Du er hele tiden oppe på dupperne og vil passe på dig selv. Du er hele tiden nødt til at beskytte dig selv, fordi nu sker det nok igen. Du har svært ved at sove. Man kan blive så invalideret af PTSD, at man ikke kan arbejde, fordi kroppen er så ødelagt og lader sig påvirke af det, som sker.

Godt 80% af alle, der har været udsat for seksuelle overgreb, har PTSD i større eller mindre grad.

Det er med sorg, at vi i KRIS erfarede, at Etta Cameron sov hen den 4. marts 2010. Hun blev 70 år. Hun har levet et omtumlet liv, men også modtaget megen glæde, som hun gavmildt har givet videre til mange mennesker. Etta Cameron har i nogle år været protektor for KRIS, hvilket KRIS er meget taknemmelig for. Det kræver nemlig et særligt mod som sanger og offentlig person at stille sig i spidsen for en forening som KRIS. Etta Cameron havde både modet og viljen. Som protektor hjalp Etta Cameron KRIS med en støttekoncert i april 2009 i Skt. Pouls kirke i Århus. Hendes sange og varme nærvær gjorde et stort indtryk på tilhørerne. Hun gav hånd til alle, mens hun samtidig velsignede hver enkelt med ordene "God bless you". Mange blev så rørt, at de fældede tårer.

Etta Cameron i et interview til KRIS årsberetningen sidste år

"Det er nemt at identificere sig med de mennesker, KRIS arbejder med, for jeg har jo været der selv for mange år siden. Jeg har følt på min krop, hvordan det er at blive misbrugt som barn og være undertrykt som kvinde."

"Vi skal se den bagage, vi har med i øjnene. Ikke fornægte den. Kun på den måde kommer jeg videre i mit liv, lærer mere om mit potentiale. Intet er jo lettere end at gemme sig og spille en helt anden person end den, man i virkeligheden er, fordi det er mere bekvemt end sandheden."



Bestyrelse 2009

Formand Mogens Svendsen, næstformand Kristian Larsen, Vibeke Møller, Torsten Hartvig Pedersen og Sonja Jensen.



Økonomi

I 2009 fik KRIS tilskud fra Socialministeriet, Tilskudssekretariatet, Århus Kommune, Ålborg Kommune og Gentofte Kommune. For økonomiske nøgletal se årsregnskabet på www.kris-dk.dk

Den 38-årige mand, jeg taler med, har gået til samtaler hos KRIS de seneste tre år. Han vil være anonym, men kaldes her "Peter". Peter er gift og har en lille søn. Også hans hustru har mærket, at der er sket meget med ham på det sidste. Han er på vej til at tage ansvar for eget liv og finde værdi som et helt menneske. Som Peter.

Dag for dag har Peter fået det bedre og efterhånden forstået, at han er unik, enestående og elsket af Gud. Fra han var 8 til han var 10 år, blev han seksuelt misbrugt, og han følte sig beskidt, syndig og uden synderlig værdi; han fortalte sine forældre om det seksuelle misbrug, men de reagerede ikke. Med en meget dominerende far var han vant til at føje sig, og selv kalder han sig "ikke stærk psykisk" og "jeg har altid gjort, hvad andre ville have og måske mere til". Sådan er det ikke i samme grad længere.

Færre anfald

Da han opsøgte KRIS, havde han gået hos flere psykologer, uden at det gav ham den store ændring af sjæl og sind, og han følte, han sad uhjælpeligt fast. Dengang fik han ofte flash backs, som en film der kører i hovedet på ham, hvor han bliver misbrugt. Hele hans fysik rea-

gerer, kroppen ryster, og han er i panik.

I dag ved han, hvordan han kan takle det, for hos KRIS har han fået forskellige værktøjer. Et af de stærkeste er, ifølge Peter, bøn. Som kristen kendte han da nok sit fadervor, men først de seneste år har han forstået, hvor meget kraft der er i bønnen. Når et flash back er på vej, beder han. Det hjælper, og han får bønnesvar prompte, kroppen falder til ro, "filmen" stopper, og "anfaldene" er da heller ikke så hyppige længere.

Tidligere kunne han heller ikke gå i butikker, fordi billeder af pornobladene i øjenhøjde sendte ham tilbage til barndommens misbrug. I dag køber han ind igen, og det er bestemt en hjælp for hans hustru.

Ekspertise og nænsomhed

"KRIS har en ekspertise i at vide meget om seksuelt misbrugte og hvilke ting, der skal til for at hjælpe os. Terapeuten vidste præcis, hvad der skulle spørges til uden at presse mig for meget. Og det mest svære at fortælle om, tog det år at få mod til at sige," siger han.

I dag er han færdig med de faste samtaler, men han er ikke i tvivl om, at de ar, han har på sjælen efter de seksuelle overgreb, kræver livslang bearbejdning.

Nogle ting tager bare år at tale om. Og endnu længere tid at ændre.

Kan nu sige fra

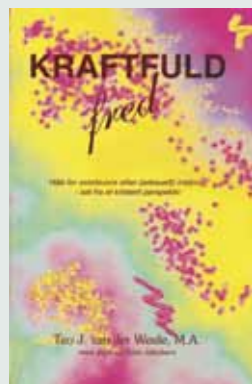
Tidligere sagde han "ja og amen", når folk ville have ham til noget. Han havde ingen personlig mening hverken over for fx sin far eller arbejdsgiver. Da han for nylig sagde sin arbejdsgiver i mod, blev denne noget overrasket: "Men han blev også stolt og imponeret. Han havde respekt for, at jeg kunne sige fra", siger Peter.

Forholdet til hans far er også blevet anderledes. I dag har Peter i større og større grad modet til at sige fra. Det har overrasket faderen, der har svært ved at miste sin magt over sønnen, men Peter har mere styrke nu end tidligere. Bekendte har også lagt mærke til, at Peter er langt mere selvstændig, end han nogensinde har været.

"Når de siger det, render det mig først koldt ned af ryggen, og jeg er lige ved at sige undskyld! Men så bliver jeg også stolt et eller andet sted og føler en helt ny selvtillid. Jeg ved godt, at jeg nok skal slås med barndommens seksuelle overgreb år endnu. Men jeg er på vej." Livet er meget andet end træls.



Peter er efter terapien hos KRIS blevet langt mere selvstændig og glad for livet. Ved havet elsker han at lade op. Til en ny dag med nye muligheder.



»Kraftfuld fred« af Teo J. van der Weele. En bog om håb for overlevende efter seksuelt misbrug – set fra et kristent perspektiv. »Kraftfuld fred« udfordrer kirken til ikke at efterlade traumatiserede mennesker i grøften, men møde dem med fred og omsorg. Pris 99 kr.



Brochure om KRIS. Gratis



Brochure til etniske kvinder på dansk og arabisk. Gratis.



»Spøgelser i ægteskabet« af Clark Barshinger, Lojan LaRove, Andrés Tapia. Bogen er en praktisk guide til de mænd, hvis koner er incestofre eller er blevet seksuelt misbrugt. En bibelsk og velskrevet overskuelig bog, der på en præcis måde rejser problemstillinger og prøver at give rådgive ægtemanden. Bogen er den eneste af sin slags i Skandinavien. Pris 119 kr.

• Årsberetning 2009. Gratis

• Film om KRIS, »Den tavse smerte« er på vej.

BESTIL BØGERNE HOS
KRIS
Fredens Torv 2, 1. sal tv
Postboks 5023
8100 Århus
Telefon: 70 22 72 94



Studiehefter for alle. Vejledninger til heling af Dale og Juanita Ryan.

1. Heling af forvrængede gudsbilleder
 2. Heling af forvrængede selv billeder
 3. Heling efter overgreb
 4. Heling efter svigt i familien
- Studiehefterne kan man arbejde med individuelt eller i grupper.
Pris pr. hefte: 75 kr.



»Fra kaos til helhed«
Af Astrid Baun
Lohses forlag

Bogen giver et skræmmende indblik i, hvad seksuelle overgreb gør ved børn på både kort og lang sigt, men den er også et vidnesbyrd om, at det er muligt at komme videre og få et godt liv på trods af svære senfølger. Bogen er meget læseværdig og giver et godt indblik i, hvad en person, der har været udsat for seksuelle overgreb, gennemgår – både psykisk, fysisk og trosmæssigt.

Hun ser helt undrende på sin mand. Kvinden i den hvide sofa. Når hun husker tilbage på forløbet hos KRIS, husker hun sin store skepsis, inden det første møde med terapeuten. Hvordan ville det gå? Ville det hjælpe på de flashbacks, som rullede i hovedet? Flashback fra seksuelle overgreb, da hun var 18 år og i udlandet. Nu greb de forstyrrende ind på mange felter i hendes liv som kvinde, hustru og mor. Hun var klar til at give terapien en chance, og hendes mand bakkede hende op fra starten. Terapien lukkede hende ud af følelsernes spændetrøje:

- Jeg er blevet en helt anden! Måske som jeg var oprindelig, og jeg har lært at sætte grænser. Det var som at prikke hul på en stor byld, da terapeuten stillede de første spørgsmål. Og det hele væltede bare ud. Også ting jeg aldrig havde fortalt til nogen før. Hun kom ind bag min facade, og efter hver gang var jeg bare træt. Som min mand bemærkede: du har ikke ret mange ord, smiler hun.

- Det er som at være gift med en helt anden person. Min hustru hviler nu langt mere i sig selv. Hun har ændret handlemønstre, og vores samliv er blevet afbalanceret. Terapien har været både spændende og skræmmende, siger ægtemanden, der i første omgang ikke mente, han behøvede at komme til nogen "hoveddoktor".

- Men hvis terapien kunne hjælpe, var jeg parat til at gøre næsten hvad som helst, for jeg elsker hende jo, og jeg respekterer mig selv for at have stået nok i ryggen til at gå med, konstaterer han.

Professionel hjælp

Det var et stykke tid efter hun fødte barn to, at fortiden hamrede ind på nethinden. Som en film der ruller igen og igen. Om overgrebet. Hun brød sammen, mistede overblik, kunne ikke sætte grænser for

nogen som helst, selvom hun havde check lister og ville styre både nullermænd og ægtefælle. Hun var overrasket, for hun synes, overgrebet var arbejdet i gennem, og hun havde også talt med sin mand om det.

- Jeg vidste, at dette kunne jeg ikke selv ordne, og da min mand kendte KRIS fra sit arbejde, kontaktede vi KRIS. At de har et kristent udgangspunkt var bestemt vigtigt, fordi troen betyder meget for mig, siger den unge kvinde.

At finde sig selv blev fælles projekt

Først gik den unge kvinde hos KRIS, men senere kom hendes mand også med, og sammen fik de redskaber til at håndtere senfølgerne af overgreb. Terapien var ingen søndagsskoleudflugt, men en arbejdsplads, hvor der i 100 procents tryghed og respekt var plads til at arbejde. Desuden fik parret "lektier" for og indgik en aftale om nul sex i "et stykke tid". Det stykke tid blev til et år, og især ægtemanden måtte finde hele sin tålmodighed frem og huske sig selv på, at han havde besluttet at bakke hustruen 100 procent op. Hensigten var, at hun skulle finde sine egne grænser, sine egne behov, sit jeg. Ikke alene på det seksuelle område, men på flere felter. Hun skulle finde sig selv.

Utænkeligt og uforudsigeligt

- Det var utænkeligt for mig som mand at droppe samlivet, men havde jeg kendt resultatet, havde jeg lettere kunne komme igennem dette forløb, smiler han og ser forelsket på sin hustru. "Det var det hele værd at vente på hende igen og ser forelske os på ny. Hun ligner sig selv af udseende, men hun er alligevel meget anderledes. Pludselig stod jeg med et menneske, som var total uforudsigeligt, hvor mine erfaringer ikke rakte. Det skulle jeg lige vænne mig til, men havde

jeg ikke være med i terapien, havde det været langt sværere.

- Terapien hos KRIS virker også, fordi det ikke bare er snak. Med de redskaber jeg fik, virker det også i hverdagen, supplerer hun.



I dag er hun færdig med terapien hos KRIS og har genfundet sig selv. Forløbet kalder hun "fantastisk" og "et helle". Han kalder det: "et multi-resultat" og er klar over, at han også fik sat ting på plads. Parret er nu gift på 13. år, og forløbet hos KRIS har som sidegevinst udløst en ny forelskelse og en dybere kærlighed mellem ægtefællerne.

- Nærheden kan ingen af os undvære. Det er ubeskriveligt, hvor meget stærkere båndene mellem os er blevet, siger hun.



Vibeke Møller er autoriseret læge fra 1977 og har arbejdet i Sverige. Uddannet familierapeut fra Kempler instituttet i 1998. Hun er grundlægger af KRIS - Kristen rådgivning for Incestofre og Seksuelt misbrugte - stiftet i 1991, samt medstifter af ISARPAC - International School of Sexual Abuse Related Pastoral Counseling, der havde sit første kursus i 1993. Siden 2000 har hun været international leder for ISARPAC, MESARPAC - Middle East School of Sexual Abuse Related Pastoral Counseling, ASARPAC - Asian School of Sexual Abuse Related Pastoral Counseling, samt Feracpa - Formation de relation d'aide. ISARPAC uddanner terapeuter i Danmark, Schweiz, Egypten og Indien. Vibeke Møller har i mange år undervist om seksuelle overgreb og senfølger deraf nationalt og internationalt.

"Det bedste har været at se mennesker få det bedre efter samtaler hos KRIS. Se hvilken udvikling et menneske kan gennemleve, selvom følgerne af seksuelle overgreb kan være massive og påvirke mange livsområder. Derfor har det værste også været, hvis jeg ikke kunne hjælpe mennesker videre." Ordene kommer fra læge Vibeke Møller, pioneren bag KRIS(Kristen Rådgivning for Incestofre og Seksuelt misbrugte). Hun skabte KRIS i 1991, og 1. juni 2010 sagde hun farvel.

Hjælper mennesker

Oprindelig ville Vibeke Møller være lærer. Det drømte hun om, når hun underviste legekammeraterne eller de små klasser, mens hun endnu gik i skole. Senere drømte hun om at hjælpe mennesker rundt i verden fx som ansat læge af FN. Vibeke blev læge, men hendes primære virke blev i KRIS både herhjemme og rundt på kloden: At hjælpe mennesker til at genfinde værdighed og selvværd efter seksuelle overgreb.

Det hele startede tilbage i 1988, da læge Vibeke Møller arrangerede en konference i Danmark for kristne hospitalsfolk. En af talerne var hollænderen Teo van der Weele, der som noget ganske nyt herhjemme bl.a. holdt foredrag om "Eftervirkninger af seksuelle overgreb". Mange var overraskede og rystede over en af hans pointer, at seksuelle overgreb også fandt sted i kristne familier og kirkelige sammenhænge. Men sådan er det stadigvæk.

Hollandsk fødselshjælper

Kort tid efter konferencen ringede en ung pige til Vibeke og spurgte, om hun ville snakke med hende. Den unge pige var blevet misbrugt af sin bror. Efterhånden fik Vibeke flere samtaler, og hun invitere-

de Teo van der Weele til Danmark igen, så han kunne undervise på nogle weekend seminarer. Det førte til stiftelsen af KRIS i 1991 og etableringen af en bestyrelse, og det første kontor var hjemme hos Vibeke i Søften ved Århus. Senere flyttede organisationen et par gange, inden Frensdens Torv i Århus blev landskontor.

- Jeg følte, jeg fik et kald til at etablere dette tværkirkelige kristne arbejde. Jeg vidste, hvad jeg ville gøre, og jeg var meget optaget af det, husker Vibeke. Siden har hun haft mange klienter, og hun har undervist i ISARPAC-regi i Norge, Sverige, Libanon, Færøerne, Egypten, Indien og Schweiz.

- Det har været vigtigt at kunne sætte grænser for mit private jeg. Derfor skifter jeg altid tøj, når jeg kommer fra arbejde, som symbol på, at nu er jeg hjemme privat. Jeg har stort set altid kunnet lade klienterne blive på kontoret; enkelte mennesker har været sværere at slippe, men da der oftest er en bisidder på ved samtalerne med klienter, har vi snakket tingene igennem efter en samtale, siger hun.

Økonomien er en stadig udfordring

Der er blevet kæmpet for hver krone til KRIS. Fra bevilling til bevilling, og det har givet udfordringer med udgifter til lønninger, lokaler osv. KRIS er vokset langsomt siden 1991, og til stadighed skal der arbejdes for hver krone. Det skaber ikke den bedste kontinuerlige arbejdsro, fordi initiativer og ideer må afvente mulig finansiering. Men det er en stolt landsleder, der giver KRIS videre til nye kræfter.

- Jeg har gjort det, jeg mente rigtigt, siger Vibeke Møller.

Forebyggelse er vigtig

Når Vibeke Møller ikke længere skal arbejde i KRIS, vil hun koncentrere sig om

undervisningsopgaver i ind og udland i ISARPAC samt stadig passe hvervet som formand i Landsorganisationen mod seksuelle overgreb.

- Oplysning, undervisning og information er vigtig for at reducere antallet af overgreb og for at muliggøre, at misbrugte tør henvende sig til KRIS. Flere gange har ofre fået at vide i kirkeligt regi, at det måtte de ikke tale om. Det måtte ikke komme frem. Men overgreb kan i længden ikke skjules. Nøjagtig som vi har hørt det fra den katolske kirke, siger Vibeke Møller. Som terapeut har hun tavshedspligt, med mindre klienten giver lov til at melde en sag. Men ofte er der ikke beviser nok til en retssag. Er klienten under 18 år stiller sagen sig anderledes. Så skal en sådan sag politianmeldes.

Efter 1. juni er der mere tid for den travle kvinde, og den vil blive udnyttet til fulde. Fritiden skal bruges på at læse flere bøger, se en god film, synge og bage eller lave mad. Måske bliver det også til flere stunder i sommerhuset med manden, der er kræftlæge.

Liv skal leves i farver, og der må gerne være fart over feltet. Sindighed er et fremmedord i Vibekes ordbog.



Den menneskelige gevinst

Vi lægger ører til de livsfortællinger, som andre helst vil være fri for, men som nogen skal lytte til, hvis sårene skal heles. Det er vores erfaring, at de seksuelt misbrugte ofte kæmper alene med senfølgerne, uden at møde forståelse fra omgivelserne. Derfor er det vigtigt, at



Fakta

Der er 17 centre/ frivillige organisationer, der arbejder med mennesker, som er seksuelt misbrugte. Kun KRIS har et kristent fundament.

Faste brugere af støttecentre/ de frivillige organisationer i 2009:

- 547 faste brugere – 18 % mænd og 82 % kvinder
- Gennemsnitsalderen – 36 år
- De kommer fra 60 kommuner
- Uddannelsesbaggrund af de faste brugere er lig fordelingen i samfundet
- 34 % af kvinderne er i arbejde mod normal befolkningens 73 %
- 49 % af mændene er i arbejde mod normalbefolkningens 80 %

det omgivende samfund er klar over, at seksuelle overgreb i barndommen – udover at være frygteligt for barnet, mens de står på – også har konsekvenser i voksenlivet.

Den samfundsmæssige gevinst

Hver misbrugt mand og kvinde, vi kan hjælpe med at sikre et bedre liv tidligt i forløbet, er én potentiel alkoholiker, nar-

koman, prostitueret, voldsramt kvinde eller psykisk syg mindre. Ved at iværksætte de nødvendige indsatser i forhold til senfølger af seksuelle overgreb kan vi spare samfundet mange penge i form af færre udgifter til dagpenge og sygedagpenge, kontanthjælp og førtidspension, behandling for alkohol- og stofmisbrug, ophold på kvindekrisecentre samt psykiatriske indlæggelser.

Her møder du KRIS – Kristen Rådgivning for Incestofre og Seksuelt misbrugte

KRIS (Landskontoret i Århus)

Fredens Torv 2, 1. sal tv.
Postboks 5023
8100 Århus
Telefon: 7022 7294 eller 8618 3394
Giro 536-1842 (bankkonto: 3627-0005361842)
Mail: kris@kris-dk.dk
Konstitueret landsleder: Gitte Lykke
Mail: gittelykke@gmail.com

KRIS Sydjylland/Fyn

Telefon: 5051 8818

KRIS Midt- og Vestjylland

Bredgade 55, 1., 7400 Herning
Telefon: 2195 0209

Områdeleder: Pædagog og terapeut Helene Svendsen
Mail: helene.svendsen@kris-dk.dk

KRIS Nordjylland

Hasserisgade 38
9000 Aalborg
Telefon: 2611 7294
Leder: Familieterapeut og social- og sundhedsassistent Maj-Britt Strøm
Mail: mb.stroem@gmail.com

KRIS Hellerup

Sankt Lukas Vej 7 A
2900 Hellerup
Telefon: 7020 7294
Områdeleder: Cand.psych.aut. Marian Bridget Connolly
Mail: marian.connolly@kris-dk.dk

KRIS Næstved

Ndr. Farimagsvej 26b
4700 Næstved
Telefon: 41318003
Dronningegruppen telefon: 4226 7294

Områdeleder: Cand.pæd.psych. Tove Larsen
Mail: tove@get2larsen.dk

Læs mere på www.kris-dk.dk

Du kan støtte KRIS ved at blive medlem af KRIS og ved at give en gave