

KRIS

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



Årsberetning
2008

Indhold:

Kan KRIS gøre en forskel?.....	side 2
Interview med Helle. Hun designer sit liv nu.....	side 4
Her møder du KRIS, Århus.....	side 6
Her møder du KRIS, Herning, Aalborg, Sydjylland/Fyn	side 7
Her møder du KRIS Sjælland	side 8
Bisidder i KRIS: Min vigtigste opgave er at lytte	side 10
Bag om KRIS	side 11
Politikere om KRIS	side 12
Etta Cameron er protektor	side 13
Forlag og materialer	side 14
Da smerten begyndte at råbe, begyndte Laura at leve. Interview	side 15
Kontakt KRIS	side 16

Kan KRIS gøre en forskel?

I 2008 var det sagen om Elisabeth Fritzl, der trak de store overskrifter. Kvinden, der gennem 24 år blev holdt indespærret og misbrugt seksuelt af sin egen far. Hvordan kan et menneske dog overleve så voldsomme overgreb? Og dog gør mennesker det på forskellig vis. Hvordan kan vi i KRIS gøre en forskel for de mennesker, der ønsker at få bearbejdet følgerne af de seksuelle overgreb, de har været udsat for? Ikke alle kan blive rådgivere, terapeuter og bisiddere, men uanset den placering, vi har, kan vi alle som medmennesker, hver på vort felt, stræbe efter at kunne gøre en forskel i kampen for de overlever, vi kommer i kontakt med. Hertil kræves, at den enkelte først og fremmest uddanner sig selv på området for derefter at blive bedre til at forstå, støtte og yde hjælp til de misbrugte. Dette gælder ikke kun familie, venner, og bekendte, men i det hele taget enhver, som vil være sig sit ansvar bevidst som medmenneske.

Accept af overlever

Vi ved af erfaring, at det er afgørende for overleveren, at hun/han bliver troet og forstået af omgivelserne. Og at de nærmeste er i stand til at vise og udtrykke deres medfølelse, respekt og støtte. Fra de mange pårørendesamtaler, vi har haft, ved vi også, hvor svært det er at være en god

Årsberetning 2008

Udgivet af KRIS. Kristen Rådgivning for Incestofre og Seksuelt misbrugte, Fredens Torv 2, 8000 Århus C.

Tlf. 8618 3394. www.kris-dk.dk

Landsleder: Vibeke Møller

Formand: Mogens Svendsen, tlf. 97 14 70 52

Tekst og idé: Hanne Baltzer, Baltzers bureau

Layout: Videbæk Bogtrykkeri

Tryk: Videbæk Bogtrykkeri

Sponsor:



støtte, især hvis man ikke har fået det fornødne indblik i og forståelse for de misbrugtes særlige kultur. Derfor vil det være ideelt, om KRIS kan tilbyde kurser i basisviden om følgerne af seksuelle overgreb for de mange, der på en eller anden måde kommer i berøring med overlevende. Her tænkes ikke kun på alle pårørende og nære relationer, men også på alle de mennesker, der har professionelt ansvar for andre.

Vi har i stadig flere tilfælde glædeligvis oplevet, at forskellige professionelle behandlere har henvist klienter til KRIS i erkendelse af vores særlige kompetence, når det gælder følger af seksuelle overgreb.

Der er hjælp at få

I vort arbejde har vi tydeligt mærket et behov for pårørendegrupper, hvor der både kan udveksles erfaringer, vises forståelse, gives støtte og opmuntring. Derfor er disse grupper også blevet en del af vort virke i KRIS på linie med støttegrupper for overlevende. Det daglige arbejde har også klart vist os, at behovet for den professionelle rådgivning, som vi kan yde, stiger i takt med, at mennesker bliver bevidst om, at der virkelig er hjælp at få. At KRIS kan gøre en stor forskel viser sig eksempelvis der, hvor mennesker måske i årevis har været i kontakt med andre behandlingstilbud uden nogen større virkning. Gennem vores rådgivning er der endelig begyndt at ske afgørende ændringer, fordi her har klienten for første gang mødt en tilstrækkelig solid viden og erfaring om den misbrugtes kultur. Vi har i stadig flere tilfælde glædeligvis oplevet, at forskellige professionelle behandlere har henvist klienter til KRIS i erkendelse af vores særlige kompetence, når det gælder følger af seksuelle overgreb.

Brug for flere ildsjæle

Vi er også bevidste om, at skal vi nå længere ud, må vort arbejde blive langt mere synligt i mediebilledet. Evnen til at skaffe økonomiske midler skal også styrkes, og vi må blive bedre til at løse en lang række formidlingsopgaver. Der er brug for flere rådgivere, bestyrelsesmedlemmer og frivillige medarbejdere. Til disse formål er der brug for mennesker, der virkelig tør lade sig engagere troværdigt i arbejdet for de misbrugte. Den store prestige er der ikke i arbejdet, men en dyb tilfredsstillelse ved at se, at indsatsen faktisk medfører en afgørende og positiv forskel for både misbrugte og deres relationer. Erfaringen viser os også, at der er brug for at få sendt flere af vore folk ud for at undervise om emner, der relaterer til indsatsen for de seksuelt misbrugte. For at få styrket bestyrelsesarbejdet har vi i det forløbne år valgt at inddrage områdelederne i vores bestyrelsesmøder. Det er yderst frugtbart, fordi vi også derved får bedre føling med, hvad der sker ude i de enkelte områder. I øjeblikket har vi behov for flere rådgivere/områdeledere i det syd- og sønderjyske, på Fyn, Lolland-Falster og Bornholm. Vi har kunnet glæde os over god tilslutning til bisidderuddannelsen både i Århus og København. Det tegner godt for den fremtidige indsats.

Vil udbygge partnerskab

Desuden har vi haft en række positive erfaringer i at løse konkrete opgaver for klienter sammen med samarbejdspartnere rundt om i landet. Det gælder partnere inden for det kirkelige sociale arbejde såvel som inden for det offentlige behandlingssystem. Det er et partnerskab, vi gerne ser udbygget og styrket i de kommende år. Afgørende for arbejdet i KRIS er, at det med Gud ikke er tabu. Det er en naturlig del af arbejdet, men altid kun under frihedens fortegn, hvor det er den enkelte klients ønske, der fuldt ud respekteres.



Den veluddannede kvinde over for mig har glimt i øjnene i det dejlige solskin på familiens hyggelige terrasse. At Helle smiler og kan formulere de ting, hun er og har været igennem med præcision, vilje og tør humor, kalder eksperter »utroligt«. Det er 20 år siden, hun første gang søgte hjælp til at komme fri af barndommens traumer, og i 2007 fik hun diagnosen »kronisk depression«. Hendes liv var ikke et liv, synes hun selv. I dag siger hun med et direkte blik: »Jeg kommer aldrig tilbage til offerrollen.«

Orker ikke

»I sommeren 2008 tænkte jeg: Enten må mit liv stoppe eller også skal der ske noget. Jeg kan ikke tælle alle de gange, hvor jeg ikke orkede at vågne til en ny dag. Jeg var sikker på, at mine sønner ville få en bedre mor, hvis jeg smuttede, men Gud holdt mig tilbage, fortæller Helle. Jeg lyttede til et Whitney Houston nummer: »No matter what they take away from me, they can't take my dignity.« Men det var netop problemet. Jeg havde ingen værdighed. Den værdighed, jeg er

ved at få nu, er noget ganske nyt for mig. Samtidig skal jeg sige til mig selv, at jeg vil ud af offerrollen, og en morgen vågnede jeg med denne nye vilje til ikke at ville være syg mere. Men det er svært at stå fast. Det er svært at bryde mønstre. Heldigvis går Gud med, og han er ekspert i genopbygning af mennesker. Af mig.«

Vendepunktet

En dag falder Helle over en brochure fra KRIS med en liste over senfølger af seksuelle overgreb. Hun læser den igen og igen, mens sandheden går op for hende: At der er summen af hendes problemer, og at det måske er de seksuelle overgreb, hun havde været udsat for som barn og helt ung, der gennemtærer hendes liv og lyst til at være til. Hendes selvværd er væk, og hun kan ikke finde ud af at sætte personlige grænser. Hendes personlighed er buret inde og hun er menneskeangst. Selv beskriver hun sin situation: »Som misbrugt bygger man en mur op omkring sig selv. Så lever man sit liv inden for muren, der nærmest er som på bunden af en brønd, hvor der ikke kommer meget lys ned, men man klarer sig.

Når muren brydes ned, så er man i klar bedring, selv om det utrygge kan være skræmmende, men gennembrudskraften er afgørende. Muren skal hugges ned.« Jeg havde slet ikke drømt om, hvor meget de seksuelle overgreb påvirkede mit liv. Det fandt jeg ud af hos KRIS, og terapeuten har gang på gang undret mig.«

Terapeuten udfordrer

»Efter første samtale er jeg ikke i tvivl om, at for første gang i mere end 20 år ved terapeuten mere om mine problemer, end jeg selv gør. Det adskiller klart KRIS fagligt fra de andre terapeuter/psykiatere. For som den første af de mange behandlere, jeg har mødt, har hun så stor indsigt, at hun kan spotte tegn og spørge ind til episoder med stor nænsomhed og omsorg. Samtidig er hun ikke bange for at konfrontere mig med fakta eller egne måder at handle uhensigtsmæssigt på, mens hun også forklarer, hvad årsagerne kan være til, at jeg ikke altid ved, hvorfor jeg reagerer, som jeg gør«. Efter et stykke tid kommer Helle igen til sin psykiater til tjek, mens hun stadig går til jævnlige samtaler hos KRIS. Psykiate-

ren vurderer, at Helle er i klar bedring, og at hun ikke længere er kronisk deprimeret. Hun har rykket sig så meget, at han udtrykker sin undren, og spørger, om der er sket noget nyt.

Dresseret til at behage

Helle er i gang med et redesign af eget liv. Hun skal lære at elske sig selv, at sætte grænser og at tro på eget værd. Hun skal samtidig holde en ekstremt dominerende mor på tilpas afstand og prøve at få familielivet til at køre bedre. Selv kalder hun at afdække overgrebene for »den lette del af terapien«. Den svære del er det at vove at lukke mennesker helt ind igen. At turde vove at betro sig til andre og måske endda lige frem stole trygt på andre. - Det svære i terapien er nu, hvor jeg skal til at rydde op i mine relationer. Der er mange, jeg skal til at stole rigtigt på. Der er andre relationer, jeg skal bryde med, fordi de skader mig. En ting er at prøve på at forstå, at jeg er elsket og værdifuld, noget andet er at handle på det, for det er jo lige netop der, jeg har brændt mig så tit. Fordi de voksne lukkede øjnene. Jeg kommer nemt til at tænke, at jeg

skal tilpasse mig, for det har jeg jo altid skullet. Jeg er ekspert i at tage hensyn, for jeg er blevet pillet ned så tit. Mit barndomshjem var et psykologisk minefelt, hvor der kunne springe bomber, især når min mors voldsomme temperament gik af, og straf var uundgåelig. Som misbrugt lever man i en verden på andre vilkår, end andre mennesker gør. Man er dresseret til at behage, siger Helle.

Jeg er god nok

- KRIS-terapeuten er god til via dagligdags ting at få mig til at indse, hvordan jeg kan få plads til »Helle«. At jeg er god nok, siger hun. Helle har opdaget skjulte kompetencer, er begyndt at få ideer til at skabe en ny epoke af sit arbejdsliv, prøver at få bedre overblik og overskud i hverdagen med mand og børn. Der er stadig dårlige dage, men det åbne positive sind, Helle er født med, får mere og mere plads og frigiver rum til det gode liv.

*Helle går stadig til samtaler hos KRIS, og hun er begyndt at kigge med nye øjne. På livet. (modelfoto)
Navnet Helle er opdigtet. Det er artiklens indhold til gengæld ikke.*

KRIS ÅRHUS

KRIS Århus bor sammen med landsorganisationens sekretariat og »Forlaget KRIS« i en hyggelig lejlighed i det indre Århus. Her arbejder to lønnede medarbejdere: landsleder Vibeke Møller, som er læge og familieterapeut, og sekretær Jette Friis Jacobsen, der også arbejder som terapeut. Desuden er der 13 frivillige medarbejdere, og fra september 2008 til 1. februar har der også været tilknyttet en praktikant: Christine Schmidt. Desuden er to af de frivillige medarbejdere studerende på ISARPAC. I 2008 havde KRIS i Århus 190 rådgivninger, og desuden har der været ca. 200 henvendelser via mail og telefon. Klienter, der får rådgivning pr. e-mail, bor typisk for langt væk til at kunne møde regelmæssigt op til samtaler, eller det også er mennesker, der af andre årsager har det bedre med at kommunikere via mail.

Lokale initiativer

- Vibeke Møller har i 2008 haft en støttegruppe for kvinder i Århus, som er mødtes hver uge. Hensigten er træning, så kvinderne lærer at danne sociale netværk og kan se sig selv ind i en social sammenhæng. Fx lærer kvinderne at færdes ude i det pulserende liv ved at gå i biografen eller på restaurant. Gruppen mødtes i alt 45 gange til samtaler og aktiviteter.
- Der er rettet kontakt til etniske kvinder via Det Internationale Kvindehus i Århus. En brochure er udarbejdet til netop denne gruppe af kvinder, og den er oversat til arabisk.
- Lokalt samarbejder KRIS Århus tæt med blandt andre Joan-Søstrene, Christine Centeret og Kvisten. I 2008 blev der holdt rosengudstjeneste i Sct. Pauls Kirke, hvor Weyman Howard talte.

Synlighedsdag 2008

Der blev afholdt Synlighedsdag den 20. september i samarbejde med Joan-Søstrene, Christinecentret og Kvisten. Borgmester Nicolai Wammen indledte dagen. Emnet var seksuelle overgreb og psykiatri.

Medarbejderpleje

Hver måned er der medarbejdermøde og supervision for alle medarbejdere i Århus afdelingen. Desuden holder vi en dag i sommerhus om sommeren og en julefrokost. Alt sammen betalt af medarbejderne selv.

Bisidderuddannelse

I juni 2008 afsluttede vi bisidderuddannelsen for anden gang med 15 deltagere. Alle har været glade for undervisningen, og to af deltagerne er nu medarbejdere i KRIS.

Praktikant hos KRIS i Århus

Af Christine Schmidt



Christine Schmidt var praktikant hos KRIS i efteråret 2008.

Jeg er kandidatstuderende på religionsvidenskab i Århus, men syntes jeg havde brug for at udfordre mine evner i en mere praktisk hensigt. Derfor valgte jeg at opsøge KRIS i Århus

for at høre, om de var interesseret i en praktikant – og det var de heldigvis. Det har været en meget spændende oplevelse. Jeg fik mange udfordringer, som jeg glad tog imod. Jeg har blandt andet lavet en pjece, som henvender sig til kvinder med anden etnisk baggrund end dansk. Denne pjece blev lavet i forbindelse med et projekt, der giver gratis behandling til kvinder med anden etnisk baggrund, som har været udsat for seksuelle overgreb. Det var meget spændende at arbejde med, og jeg fik gode råd og vejledning fra Det Internationale Kvindehus i Århus.

Råd og nye erfaringer

Egentlig var jeg med til en del. Fx deltog jeg i støttegruppemøder og var bisidder, hvilket jeg stadig er. Det har været med til

at give mig en helt ny indsigt i, hvordan mennesket fungerer, og hvor frygteligt man kan skade et andet menneske.

Og jeg var med til at arrangere koncerten i Århus med vores protektor Etta Cameron, som løb af staben den 25. april 2009. Det er fint at arbejde sammen med de andre medarbejdere i KRIS i Århus. Det er et dejligt fællesskab, og vi har det altid hyggeligt, når vi mødes, og når jeg har haft spørgsmål til et projekt, jeg har været i gang med, har der altid været gode råd og hjælp at hente hos de andre. Så jeg må sige, at KRIS er absolut et sted, jeg kan anbefale, hvad enten det er som praktikant eller som medarbejder. Tak for et spændende efterår.



KRIS HERNING

Det var et travlt 2008 i de nye lokaler i Herning midtby, hvor 20 klienter fik hjælp. KRIS Herning har haft 99 rådgivninger, og Vibeke Møller har haft 55 rådgivninger i lokalerne i Herning og er desuden på besøg en gang om måneden for at supervisere medarbejderne. Derudover har der været givet 30 støttegruppetimer. Helene Svendsen er områdeleder og terapeut, og hun har tre bisiddere til at hjælpe sig. Der er medarbejdermøde en gang om måneden, og indimellem er der kurser for interesserede. I 2008 blev der arbejdet på at få en gruppe af pårørende op at stå, men kun tre tilmeldte sig, så projektet fortsætter i 2009.



Medarbejdere fra Århus samlet til møde.

KRIS ÅLBORG

KRIS Ålborg brugte 2008 til at konsolidere sig og opbygge arbejdet for alvor. 14 klienter fik 51 samtaler, hvor to af de 14 fortsat går til samtaler i 2009. Lederen af KRIS Ålborg er familierapeut og social- og sundhedsassistent Maj-Britt Strøm, der ud over sine faglige kvalifikationer også kender til seksuelt misbrug fra eget liv. Det fortalte hun bl.a.

om i en tv-udsendelse på Ålborg Kristne Tv. I et vellykket støttegrupeforløb var der otte med, og udgangspunktet for gruppen var at lære mere om personlig udvikling, både den ydre og den indre. Kort sagt: Hvordan fremstår jeg i forhold til andre mennesker? Der er flere ideer til nye forløb. Ud over Maj-Britt Strøm er der tilknyttet flere bisiddere.



KRIS SYDJYLLAND/FYN

Geografisk dækker KRIS i Fredericia det sydlige Jylland samt Fyn. Afdelingen drives af ulønnede medarbejdere, og områdeleder er sygeplejerske og terapeut Rie Bjerre. Desuden er der tilknyttet tre terapeuter. I løbet af 2008

flyttede KRIS i nye rammer i Fredericia. KRIS Sydjylland/Fyn har haft fire klienter, som er kommet til samtaler jævnligt. Der er tale om langvarige terapiforløb. Derudover har der været flere henvendelser pr. mail. I 2008 blev der taget ini-

tiativ til et tværkirkeligt kursus, der måtte aflyses på grund af for få tilmeldinger. Landsleder Vibeke Møller har ud over supervision haft klienter i terapi hver anden uge.

Næstved

I Næstved bor KRIS i lejede lokaler lige ved siden af Frelsens Hærs Krisecenter, som KRIS har et godt samarbejde med. Psykolog Marian Bridget Connolly arbejder en dag om ugen i Næstved dels med samtaler, dels med en støttegruppe af kvinder. Derudover har hun et tæt samarbejde med Hellerup afdelingen. Psykolog Tove Larsen arbejder med på frivillig basis, og desuden er der yderligere tre medarbejdere, der alle har taget KRIS' nye bisidderuddannelse. To skal igang med ISARPAC. Støttegruppen består af kvinder fra krisecenteret samt kvinder, der tidligere har boet der. Det er en speciel måde at arbejde på, fordi gruppen er forskelligt sammensat fra gang til gang, hvilket giver udfordringer til gruppelederne, der med ekspertise og livserfaring arbejder på at få alle med og den enkelte til at vokse uanset etnisk eller social baggrund. Der har været 41 støttegruppesamtaler i Næstved.

Massage for sjælen

Et døgn under overskriften »Esther kuren« gav deltagerne ny livslyst og værdighed. De skulle prøve at finde »Dronningen i deres liv« og gøre op med offerrollen. I løbet af døgnet var der tid til at tale sammen to og to, til undervisning, wellness med fx ansigts- og fodmassage, personlig pleje og en lækker dronningemiddag. »Esther kuren« gentages to gange pr. år, og formålet er hver gang mennesskelig udvikling.

Hellerup

På centeret i Hellerup er ansat socialrådgiver Inger Andersen som koordinator af det regionale arbejde og som terapeut. I 2008 blev psykolog Marian Bridget Connolly ansat på 30,5 timer for at imødekomme det stigende antal henvendelser mellem Næstved og Hellerup. Endvidere er der fire andre psykologer og terapeuter tilknyttet som frivillige medarbejdere. Centeret har også en psykiater tilknyttet som konsulent. I alt har der været 362 samtaler på Sjælland. At det er færre end året før, skyldes sygdom, selvom medarbejderne har været flittige til at gå ind og tage over.



Ny forening bag synlighedsdag

Den 20/9 blev der holdt en god synlighedsdag med mindst 80 fremmødte i Krudttønden på Østerbro i København. Emnet i 2008 var konfliktløsning og tilgivelse. Efterfølgende var der en paneldebat om forsoning og tilgivelse. Bag synlighedsdagen står den nye forening synlighedsdagen.dk, hvor KRIS også er med via psykolog Marian Bridget Connolly. Se mere på www.synlighedsdagen.dk

Bisidder-uddannelse

Bisidderuddannelsen på Sjælland gik i gang i august 2007 med 15 personer, der mødtes til undervisning i Hellerup hver anden onsdag. Den 24. september 2008 sluttede 14 med diplomer for veludført arbejde/uddannelse. Seks af de nyuddannede bisiddere er gået aktivt ind i arbejdet.

Aktiv lytning er et nøglebegreb for en sjælesørger. Derfor undervises der også i kommunikation hele 20 timer ud af de samlede 50 undervisningstimer på den nye uddannelse. Øvrige emner er etik, sorg, krise, egenomsorg, tilgivelse, skam, dysfunktionelle familiesystemer, overgreb (følelsesmæssigt, seksuelt, fysisk og åndeligt), "Kraftfuld fred", det indre barn m.v. Den et-årige uddannelse er gratis bortset fra de relevante bøger, som de studerende selv skal købe. Formålet med den er at undervise og dele ud af KRIS' mangeårige erfaring, ligesom det er ønsket at kunne rekruttere nye medarbejdere gennem uddannelsen. I januar 2009

er et nyt hold studerende på 20 personer i gang med bisidderuddannelsen.

Forskellig hjælp

KRIS tager udgangspunkt i det enkelte menneske. Derfor er KRIS også opmærksom på at inddrage andre terapeuters kompetencer, som fx musikterapeuter, der er gode til stemmetræning, eller afspændingspædagoger. Afspænding tilbydes hos afspændingspædagog Ella Gobaneh Nielsen Dimma, og stemmetræning (også kaldt synlighedstræning) tilbydes hos operasanger og musikpædagog Stig Møglich Rasmussen.

Frivillige medarbejdere

De frivillige medarbejdere mødes hver 14. dag med nye aktuelle emner på dagsordenen, og desuden udveksles der ideer og erfaringer. Indlæg holdes typisk af forskellige fagpersoner, fx den psykiatriske konsulent. Netværket modtager også individuel supervision i gruppe. Det er en form for supervision, hvor man bruger gruppens ideer og tanker ind i den enkeltes supervision, så KRIS til stadighed kan blive bedre til at hjælpe mennesker.

*Der er også mandlige klienter i KRIS.
(modelfoto)*



Det mener kursister om bisidder-uddannelsen

»Bisidderuddannelsen er en øjenåbner for klar kommunikation og aktiv lytning. Man får meget viden, der styrker respekten for og kærligheden til andre mennesker. Bisidderuddannelsen har modnet mig i alle mine relationer.«

»Jeg er blevet klogere og har måttet revurdere mine holdninger og har fået en større forståelse for andre mennesker. Jeg er blevet mindet om, hvor vigtigt det er, at vi forstår at lytte til hinanden med respekt og ikke har en færdig løsning på det hele.«

»Generelt vil jeg sige om uddannelsen at den har givet mig en indsigt og en viden om aktiv lytning, overgreb og senfølger heraf, indre smerte og helbredelse, som jeg kan bruge i mange områder af livet og specifikt i rådgivning.«



Bisidder: Min vigtigste opgave er at lytte

Sonja har været bisidder hos KRIS siden efteråret 2007. En bisidder arbejder sammen med terapeuten.

Hun kalder det selv »Guds ledelse med en masse tilfældigheder«, at hun er bisidder hos KRIS. Da hun blev spurgt, om hun ville være frivillig medarbejder i KRIS, overvejede hun det i lang tid og endte med at sige ja. Det har hun ikke fortrudt. Hun synes, hun har lært meget og får meget igen, selv om arbejdet er ulønnet og skal passes ind bl.a. med et job med skiftende vagter.

- Emnet har altid interesseret mig enormt, da jeg har problemet inde i familien, siger Sonja, der er uddannet inden for sundhedsområdet.
- Det er en tryghed for klienten, at der også sidder en bisidder til samtalen. Klienten har oplevet overgreb »under fire øjne«, og derfor oplever hun/han det mere trygt, når vi sidder tre. Når vi sidder i terapien, er det terapeuten, der fører ordet. Jeg kan så supplere undervejs og være sparringspartner bagefter eller fx tage referat af samtalen, hvis det kan være en hjælp for klienten.

Kurser og tålmodighed

Som bisidder bliver man tilbudt kurser af og til samt supervision. Så for at blive en endnu bedre bisidder er Sonja i gang med at tage et lytte-kursus. At lytte er ifølge Sonja den vigtigste opgave for en

bisidder, og så tålmodighed, for man skal være vældig varsom undervejs i en ofte lang proces over flere år. Af og til rystes hun stadig af det faktum, at incest og seksuelle overgreb også finder sted i kirkelige kredse, og hun synes godt, kirkerne kunne hjælpe mere undervejs. Mennesker, der har oplevet overgreb, er ofte oversete også i kirkeligt regi, vurderer hun. Sonja kan lide at arbejde i KRIS, fordi organisationen er tværkirkelig, og der ikke er krav om at komme i bestemte kirkesamfund. Det giver også mulighed for at møde andre end dem, man kender fra sin egen omgangskreds.

- Klienterne vælger selv, om de i samtalen vil have Gud med eller ej. Nogle vil have forbøn, andre ikke. Jeg er kristen og tror på bønnens magt og Guds hjælp undervejs, men accepterer naturligvis klientens valg.

Derfor arbejder KRIS

Seksuelt misbrug skal ikke være et tabu.

- 1. KRIS hjælper mennesker mod en ny værdighed.** Samtaler og terapi.
- 2. KRIS rådgiver og vejleder medarbejdere i private og offentlige virksomheder samt kirkesamfund.** For eksempel i forbindelse med konkrete tilfælde af overgreb eller bistand til at udarbejde regelsæt og handlingsplaner på området.
- 3. KRIS oplyser og vejleder skoleelever og studerende.** Det er vigtigt, at de unge kender til problematikken og dens omfang, lige såvel som muligheder for hjælp.
- 4. KRIS deltager aktivt i mediernes debat om seksuelt misbrug.**

Følgenvirkninger

Typiske problemer for voksne, der har været udsat for seksuelle overgreb:

- Lavt selvværd, selvhad
- Skyld- og skamfølelse
- Mistillid og angst
- Depression og selvmordstanker
- Seksuel dysfunktion
- Problemer i parforholdet
- Besvær med at indgå i nære relationer
- Spiseforstyrrelser og afhængighedsmønstre
- Dårlig kropsbevidsthed
- Kroniske smerter og anspændthed
- Manglende personlige grænser
- Social isolation
- Søvnbesvær
- Koncentrationsbesvær
- »Uforklarlige« reaktioner på situationer, lyde, lugte mm. i hverdagen

Uden hjælp er følgenvirkningerne ofte livsvarige og stærkt invaliderende.
Kontakt KRIS

Bag om KRIS

Alle kan blive medlem af KRIS, og det er også muligt at blive medlem af repræsentantskabet. Nye medlemmer af repræsentantskabet skal godkendes af bestyrelsen og repræsentantskabet. Repræsentantskabet, der har 88 medlemmer, skal indstille og godkende nye bestyrelsesmedlemmer. Det sker på det årlige repræsentantskabsmøde i juni. Derudover kan medlemmer af repræsentantskabet komme med forslag til organisationens arbejde og påtage sig enkelte opgaver, fx i arbejdsgrupper eller lokalgrupper.

Lokalgrupper

Der er lokalgrupper flere steder, der er med til at udbrede kendskabet til KRIS ved fx at uddele brochurer, arrangere foredrag og kontakte den lokale kirke. Desuden orienterer de om aktuelle begivenheder, som for eksempel Rosengudstjenester.

Medlemmer

Alle kan melde sig ind i KRIS. Det koster 100 kr. for en person og 150 kr. for ægtepar/familier pr. år. Der er ca. 100 medlemmer. Medlemskab af KRIS giver mulighed for at søge om optagelse i foreningens repræsentantskab.

Økonomi

Finansiering af landsorganisationens aktiviteter sker hovedsageligt via forskellige offentlige tilskud. I 2008 fra Velfærdsminderiet, Gentofte og Århus kommune. Vi modtog også penge til at afholde kursus for medarbejderne om selvskadning, samt PUF-midler til gruppearbejde. KRIS er også godkendt til at modtage fradragsberettigede gaver efter § 8A og 12A.

Hjælper ude i verden

Som noget nyt blev det i 2008 muligt at støtte undervisningsprojekter i Indien og Egypten, hvor KRIS af og til arrangerer kurser og underviser.



Bestyrelse

KRIS' bestyrelse består af fem medlemmer. I 2008 var det formand Mogens Svendsen, næstformand Kristian Larsen, Vibeke Møller, Torsten Hartvig Pedersen og Helene Svendsen.



KRIS i tal i 2008:

Indtægter: 2.153.467 kr.

Udgifter: 2.035.018 kr.

Egenkapital: 316.126 kr.



»Der er ingen tvivl om, at mennesker, der har været udsat for incest eller anden form for seksuelt misbrug i barndommen, har brug for professionel hjælp i form af psykologhjælp eller anden form for hjælp til at bearbejde de traumatiske oplevelser. Vi ved fra flere undersøgelser, at de fleste krænkere selv er blevet seksuelt krænkede og udsat for omsorgssvigt. Derfor er det meget vigtigt at

få brudt »misbrugskæden« gennem behandling, så de pågældendes egne børn ikke bliver nye ofre – hverken for omsorgssvigt eller for seksuelle overgreb. SF går derfor ind for permanent gratis psykologhjælp til voksne, der i barndommen blev seksuelt misbrugt. Samtidig er SF af den overbevisning, at det er helt afgørende at sætte ind langt tidligere for at forebygge trivselsproblemer, misbrug etc. Derfor er det nødvendigt at prioritere, at alle faggrupper, der møder børn

og unge, rustes bedre til at kunne afkode det enkelte barn/den unge i forhold til baggrunden for trivselsproblemer, herunder om evt. misbrug finder sted. Alle faggrupper, der arbejder med børn/unge, skal være i stand til at reagere hurtigere på faresignaler hos et truet barn, end tilfældet er i dag. De skal blive langt bedre til at beskrive, hvad de ser og stå ved deres iagttagelser både over for forældre og myndigheder. Dette kræver supplerende uddannelse.«

National handlingsplan på vej

Ellen Trane Nørby, medlem af Folketingets Socialudvalg, Venstre



»Det er i høj grad vigtigt ikke at overse gruppen af seksuelt misbrugte, og vi stiller allerede midler til rådighed i offentligt og semioffentligt regi. Synlighed om arbejdet er vigtigt, så folk finder ud af, at de kan få professionel hjælp til at tackle ska-

derne og de enormt store mén. Der skal også fokus på risikosignalerne, så voksne hurtigere kan spotte en krænker. Lige nu er der et tværministerielt arbejde i gang, der skal munde ud i en national handlingsplan. Vi er inspireret af Island, hvor der er særlige huse for unge, der har været udsat for seksuelle overgreb. Der kan de finde ro, og der er ansat

personale, der konkret ved, hvad problematikken drejer sig om, og hvordan man mest skånsomt kan evt. afhøre og undersøge dem. Så vi har benhård opmærksomhed her. Vi skal ikke undervurdere, at de frivillige organisationer kan noget anden end det offentlige, og derfor er det vigtigt at fastholde begge muligheder.«

Medfølelse og opbakning

Nicolai Wammen, borgmester i Århus



Du har flere gange åbnet »Synlighedsdagen« i september. Hvorfor bruger du tid på det?

»Det er et godt initiativ, som jeg meget gerne medvirker til at skabe opmærksomhed omkring. Og så kan man sige, at det er min måde at vise medfølelse og opbakning til de voksne, som kæmper for at få et godt liv på trods af det, de har været igennem. Frivillige organisationer som KRIS leverer en indsats, der har betydning i forhold til sammenhængskraften i vores samfund og som supplement til kommunens arbejde på det sociale område. Og så er

jeg helt sikker på, at det for den enkelte – som har brug for en ekstra hjælpende eller støttende hånd – kan være af stor betydning, at der også er frivillige organisationer som KRIS, man kan henvende sig til.«

Hvorfor bevilger Århus Kommune penge til arbejdet med incestofre og seksuelt misbrugte?

»Incest er en frygtelig krænkelse af et barn. Udsættes man som barn for seksuelt misbrug, får det ofte alvorlige følger i voksenlivet. Lavt selvværd, depression og vanskeligheder med at indgå i nære relationer er nogle af dem. De overgreb, barnet blev udsat for, kan ikke bringes til at forsvinde. Men føl-

gevirkningerne vil ofte kunne behandles, så der bliver håb om et bedre liv. Århus Kommune har et tilbud om hjælp til incestofre som en del af Socialforvaltningen og har ikke p.t. planer om yderligere kommunale initiativer. Rådgivningscentret er et ambulante terapeutisk tilbud til børn, unge, deres familie og netværk. Det har særligt fokus på børn og unge, der har været udsat for hændelser, som truer deres udvikling fx omsorgssvigt, seksuelle overgreb, tab og traumer. Endvidere bevilger Århus Kommune midler til bl.a. organisationers arbejde med incestofre og seksuelt misbrugte eller på baggrund af ansøgning fra berørte borgere.«

Etta Cameron er protektor for KRIS. Her fortæller hun hvorfor

Livet optræder i mange farver, også de mørke. Det ved Etta Cameron bedre end mange. Som 11-årig bliver hun mor til fem mindre søskende, da hendes mor dør. Hun bliver slået af sin far og flere af sine mænd. Hun bliver misbrugt seksuelt, holdt fanget af en dansk kontraspion i fem år bag jerntæppet og har haft kræft for blot at nævne lidt af indholdet i hendes livs rygsæk. Måske netop derfor er tro, smil og tilgivelse nøgleord for den travle jazz- og gospelsanger.

- Det er nemt at identificere sig med de mennesker KRIS arbejder med, for jeg har jo været der selv for mange år siden. Det er nemmere at forstå, for jeg har jo selv følt på min krop, hvordan det er at blive misbrugt som barn og være undertrykt som kvinde. Så jeg kan spejle mig i disse menneskers situation, og jeg vil i hvert fald gerne være med til at hjælpe, siger Etta Cameron. Når mennesker har det svært, er hun let at engagere.

- Selv om det er noget helt forfærdeligt, kan man lære af det. 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, siger hun.

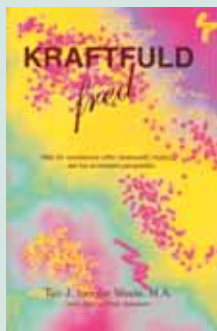
Hos KRIS kan du forvente

- Tavshedspligt
- Professionalisme
- Forbøn, hvis du ønsker det
- Anonymitet
- At blive set som en kostbar perle

Af Hanne Baltzer



Forlaget KRIS oversætter og udgiver bøger og hefter



»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.



»Spøgelses 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.



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

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



Brochure om KRIS. Gratis



Brochure til etniske kvinder på dansk og arabisk. Gratis.

- Årsberetning 2008. Gratis
- Bog om etniske kvinder udsat for seksuelle overgreb kommer snart på forlaget.
- Film om KRIS, »Den tavse smerte« er på vej.

BESTIL BØGERNE HOS
Forlaget KRIS
Fredens Torv 2, 1. sal tv
Postboks 5023
8100 Århus
Telefon/fax: 86 18 33 94
Mail: forlaget@kris-dk.dk



»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.

59-årige Laura prøver at finde sig selv i en urskov af tab og trængsler. Hun er på vej. Smerten, som Laura bærer på, er ikke længere tavs. Og heller ikke helt så tung. Da hun var barn, blev hun misbrugt af sin far, der siden sørgede for, at hun kom på børnehjem af og til.

Moderen døde, da Laura var seks år, så hun kunne ikke hjælpe den lille pige.

Mærker af slag

Når barnet ikke gjorde, hvad hendes far ville have, fik hun rigtige tæsk. Ikke blot en flad lussing, men slag med livrem og bøjle, og på Lauras ryg er stadig – mere end 50 år efter – ar fra to bøjler, der sårede hende. Selv har hun andre ar og åbne sår. På sjælen.

- I mange år bar jeg på en stor sorg, og jeg har følt mig misbrugt og kasseret, siger Laura stille. Langsomt fortæller hun om barndommen med de mange svigt og overgreb og om barnet, der mistede sin mor og ikke måtte snakke om det.

Frygt for folk

Konsekvensen blev et liv med frygt for mennesker, frygt for at tage stilling til selv enkle ting i tilværelsen, frygt for at miste kontakten til sin mormor og morfar, frygt for at være, utryk og ulægte tab. Og den fuldstændige frygt fortrængte enhver forestilling om at konfrontere faderen med de forfærdelige overgreb.

- Jeg har så utroligt meget at takke KRIS for. Har faktisk slet ikke ord for min taknemmelighed. I årevis har jeg gået til psykiatere, men først, da jeg kom til

KRIS, synes jeg, jeg blev hørt og set som den, jeg er. Hos KRIS kan jeg læse alt det af, der tynger, og jeg er blevet mere frimodig. Er ikke helt så indestængt og bange længere.

Fuldstændig tillid til KRIS

Laura understreger, at tavshedspligten hos KRIS er vigtig. Hun stoler 100 procent på terapeuten, som hun har mange lovord om og gerne vil prise af en ægte taknemlighed over, at hun har fået Laura videre i livet. For det er terapeuten, der har fået hende til at bevæge sig, som da hun langt om længe blev virkelig vred på sin far. De forbudte følelser, som fx vrede, var svære at grave frem, men undervejs i samtalerne med terapeuten er det blevet lettere.

- Når vi snakker om noget, jeg ikke tør, så opfordrer terapeuten mig til at have omsorg for mig selv. At gøre noget jeg er glad for. Det prøver jeg at lære, men det er svært, for hvad er det, jeg er glad for? Det har kostet mange tårer og megen øvelse i at turde tro på, at jeg er noget værd som menneske. Jeg lader ikke meget være uprøvet, men jeg ved ikke, om jeg nogen sinde kommer over incesten og tabet af min mor, der er nok lidt langt endnu, siger Laura ærligt. Den kristne tilgang hos KRIS benytter hun sig af. Hver samtale sluttet med en bøn til Gud om, at det dårlige må forsvinde og det gode vinde frem i Lauras liv.

Lauras rigtige navn er journalisten bekendt.

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

KRIS (Landskontoret i Århus) og forlaget KRIS

Fredens Torv 2, 1. sal tv.

Postboks 5023

8100 Århus

Telefon: 86 18 33 94

Giro 536-1842 (bankkonto: 3627-0005361842)

Mail: kris@kris-dk.dk

forlaget@kris-dk.dk

Landsleder: Læge og familieterapeut Vibeke Møller

Mail: vibeke.moeller@webspeed.dk

KRIS Sydjylland/Fyn

Telefon: 50 51 88 18

KRIS Midt- og Vestjylland

Bredgade 55, 1., 7400 Herning

Telefon: 21 95 02 09

Områdeleder: Pædagog og terapeut Helene Svendsen

Mail: helene.svendsen@kris-dk.dk

KRIS Nordjylland

Hadsundvej 75

9000 Ålborg

Telefon: 26 11 72 94

Leder: Familieterapeut og social- og sundhedsassistent Maj-Britt Strøm

Mail: mb.stroem@gmail.com

KRIS Sjælland

Sankt Lukas Vej 7 A

2900 Hellerup

Telefon: 39 40 72 94

Næstved

Østergade 13

4700 Næstved

Tidsbestilling: Onsdag og torsdag på telefon 39 40 72 94

Øvrige dage på telefon 47 10 72 94

Områdeleder: Socialrådgiver og terapeut Inger Andersen

Mail: inger.andersen@kris-dk.dk

Læs mere på www.kris-dk.dk

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