

# KRIS

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



**Årsberetning**  
**2010**

# Hvad kan KRIS hjælpe med?

KRIS kan hjælpe med information om seksuelt misbrug, rådgivning, terapi, selvhjælps- og partnergrupper m.m. til de seksuelt misbrugte, deres familier og børn.

Derudover har KRIS en omfattende kursusvirksomhed for at informere om seksuelt misbrug og undervise i rådgivning af mennesker, der har været misbrugt.

## Årsberetning 2010

Udgivet af KRIS juni 2011.

Kristen rådgivning for Incestofre og Seksuelt misbrugte  
Fredens Torv 2, 8000 Århus C

Tlf. 86183394. www.kris-dk.dk

Formand Mogens Svendsen, tlf. 97147052.

Tekst og idé: Hanne Baltzer, Baltzers bureau.

Layout & Tryk: Videbæk Bogtrykkeri.

Sponsor:



## “Da smerten begyndte at råbe, begyndte jeg at leve”

Laura - tidligere klient i KRIS

Det gør KRIS:

- Rådgivning og terapi til incestofre og seksuelt misbrugte
- Rådgivning og terapi til traumatiserede mennesker
- Rådgivning af enkeltpersoner, par og familier
- Information og undervisning
- Hjælp til pårørende
- Vi taler om det, mennesker gerne vil tale med os om.

# KRIS

Kristen Rådgivning for Incestofre og Seksuelt misbrugte  
www.kris-dk.dk - Telefon på landskontoret: 86183394



## Vagtskifte i KRIS

Der har været mange begivenhedsrige år i KRIS, men næppe noget så skelsættende som 2010. Da året oprandt, vidste vi, at der skulle ske afgørende ændringer. Ingen af os havde dog helt forestillet os, hvordan det skulle komme til at forløbe og hvilke konsekvenser, det ville få. To af de mest centrale personer i arbejdet - Inger Andersen og Vibeke Møller - havde bebudet deres afgang. En stor tak til begge for deres indsats gennem mange år.

De har helt naturligt fyldt meget i KRIS' arbejde, og de efterlod sig et tomrum, som ikke uden videre lod sig udfylde. I mange henseender har vi været tvunget til at tænke KRIS på en helt ny måde. Få klarlagt hvilke mål, vi skulle nå, og hvad vej vi skulle gå. Ikke mindst fordi der i forbindelse med finanskrisen var stillet os i udsigt, at midlerne fra det offentlige fremover kunne blive væsentlig mindre end dem, som vi gennem en del år var blevet vant til.

Gennem sommer og efterår stod det klart for os, at opfattelsen af, hvad det drejede sig om i KRIS, var så forskellig, at det blev mere end vanskeligt at få enderne til at nå sammen. Der var uenighed om hvem, der skulle bestemme og hvor meget. Uenighed om hvem, der skulle være ansat, hvordan og hvor meget, og ikke mindst hvordan økonomien kunne håndteres mest hensigtsmæssigt.

Uenighederne kostede på medarbejderfronten. Bl.a. måtte vores trofaste sekretær Jette stoppe, og vi skylder Jette en stor tak for den trofaste indsats, hun har ydet gennem årene.

Da vi trods store bestræbelser ikke kunne nå frem til nogen reel form for enighed, valgte bestyrelsens flertal, at vi først og

fremmest skulle styrke det organisatoriske arbejde gennem ansættelsen af en administrativ medarbejder. I dag er Anette Hede ansat som sekretær i KRIS. Vi er taknemlige for at have fået Anette, der løser de daglige administrative opgaver.

Vi har især i sidste halvdel af 2010 kæmpet hårdt for, at KRIS kunne blive på sporet, så arbejdet kunne fortsætte. Selvom det så sort ud mod afslutningen af året,

*I mange henseender har vi været tvunget til at tænke KRIS på en helt ny måde. Få klarlagt hvilke mål, vi skulle nå, og hvad vej vi skulle gå.*

har vi hele tiden bevaret troen på, at det skulle lykkes. Også der, hvor forskellige mennesker dømte os ude. Vi ved, hvem der råder for KRIS' fremtid.

Uden en landsleder skulle områdelederne tage vare på den daglige ledelse af arbejdet. Koordineringen skulle ske gennem en af områdelederne. Trods det administrative kaos har arbejdet med rådgivning stadig fungeret. Det er bestemt ikke blevet mindre, som tiden er gået. Der er mange ISARPAC studerende indtegnet for 2011. Vi har en tillid til, at der vil være et godt KRIS arbejde også i tiden fremover. Vores KRIS film, der produceres af FK-TV i samarbejde med KRIS, er godt på vej og vil blive færdiggjort i 2011.

I efteråret 2010 havde vi kontakt med Per Ørum fra Kristendemokraterne, som lovede, at han ville arbejde for at skaffe penge til KRIS i forbindelse med finanslovsforhandlingerne. Det lykkedes. Vi var ellers

Af formand Mogens P.C. Svendsen

stillet væsentlig dårligere økonomisk efter 2010 på grund af fald i tilskud fra Socialministeriets pulje i 2011. Derfor var der også en klar udmelding i bestyrelsens forankringsplan om, at vi ville arbejde hårdt for at skaffe både flere midler og flere medlemmer. Alt tegner til, at det nok skal lykkes, men ikke uden hårdt arbejde. Vi er trods vanskeligheder optimistiske med hensyn til arbejdet fremover og forventer, at der kommer både nye medarbejdere og nyt arbejde op at stå i det nye år. Stor tak til enhver, der ydede en indsats for KRIS i 2010.

Et af vore afgørende mål er i tide at finde og oplære kvalificerede og kompetente personer, som kan føre KRIS' arbejde videre i samme dybe hengivenhed for Kristus. K i KRIS står jo netop for det, som hører Kristus til. Det har også gennem hele dette år været det afgørende. Vi står i det her arbejde, fordi nåden i Kristus er helt afgørende for os, både for medarbejdere og for klienter. På mange måder kan vi yde støtte og hjælp. Give terapi og rådgivning, men hvis den åndelige dimension mangler, vil hjælpen være utilstrækkelig.

K i KRIS står også for frihed og troværdighed. Den Herre, vi er sat til at tjene, har givet klare befalinger herom. Det giver mulighed for en lægedom på et langt dybere plan end ellers. Det forudsætter naturligvis en ydmyghed overfor både vor Herre, arbejdet og de mennesker, vi har med at gøre.

Vi kan med rette sige, at det har været kampen værd at stå fast for sagens skyld. Vi ser så meget godt i arbejdet, når mennesker får hjælp til at blive helbredt.



### Læge Vibeke Møller startede KRIS, og her fortæller hun, hvordan KRIS kom til verden og om årene efter.

Det hele startede i 1988, hvor jeg var leder af en konference for skandinavisk sundhedspersonale. Til den konference var Theo Van der Weele indbudt - en tidligere missionær i Thailand og hollandsk præst. Jeg kendte ham ikke, men jeg havde fået at vide, at han skulle være en god underviser. Hans emne var slet ikke seksuelle overgreb, men da jeg sagde goddag til ham, spurgte han mig, om han også kunne få lov til at fortælle om seksuelle overgreb. Det var et mærkeligt spørgsmål, fordi vi slet ikke i Danmark var begyndt at tage det

emne op. Desuden var min erfaring med incest seks linjer i Strømgrens bog om psykiatri, som vi brugte på universitetet. Men jeg sagde ja, og han fik nogle timer uden for programmet en søndag eftermiddag.

Det, han fortalte, var både spændende og rædselsfuldt, fordi der var så mange, der blev udsat for overgreb både indenfor og udenfor den universelle kirke. Sådan er det i øvrigt stadigvæk.

Da jeg kom hjem, fortalte jeg om, hvad jeg havde oplevet. Og ikke længe efter var der en ung pige, der henvendte sig til mig. I telefonen ville hun ikke sige, hvad det drejede sig om, og det viste sig, at hun havde været udsat for overgreb i sin familie. Folk begyndte at henvende sig, fordi det rygtedes, at der var en "terapeut" i Århus, der vidste noget om seksuelle overgreb. Men det gjorde jeg jo ikke, og derfor begyndte jeg at sætte mig grundigt ind i stoffet, og jeg fandt ud af, at vi blev nødt til at lave nogle undervisningsweekender med Theo Van der Weele.

### Nerve i arbejdet

Jeg læste også masser af faglitteratur og accepterede det psykologiske som lige så vigtigt som det fysiologiske hos mennesker. Jeg gjorde alt for at suge til mig, så jeg kunne blive en god rådgiver. Siden tog jeg også en Kempler uddannelse som terapeut for at blive bedre fagligt stillet.

Ved siden af var der så hele den åndelige side, hvor vi specifikt gik ind og

bad for folk, og bad meget om, at Guds fred måtte nå deres hjerter. At de måtte opleve nåde og barmhjertighed. Med forbøn går man ind og påvirker det parasympatiske nervesystem, der er en del af det autonome nervesystem, som man ikke er herre over.

Forbønnen virker på den måde, at man får det parasympatiske nervesystem til at fungere igen. Typisk er det sat ud af kraft eller undertrykt, når man lider af posttraumatisk stress, som mange seksuelt misbrugte gør.

Inden for de sidste par år har neuropsykologien fundet ud af, at det er det, der sker, mens vi jo har praktiseret forbøn siden starten. Tidligere har jeg bare ikke kunnet finde en logisk forklaring på, hvorfor vi har gode erfaringer med netop forbøn.

Faglighed er et must. Vi må tage alle redskaber og tilgange i brug sammen med forbønnen, så vi kan hjælpe mennesker. Forbønnen og fagligheden er ikke modsætninger, de komplementerer hinanden.

### KRIS dannet i 1991

I 1988 var jeg leder af Kristent Hospitals Fællesskab i Danmark. I det regi lavede vi tre weekends i 1990-1991, hvor Theo underviste. Der var mange, der mødte op, for det var første gang, man officielt gik ud og tog det emne op inden for kirken. Desuden havde det noget med sex at gøre, og det tog man slet ikke op inden for kirken. Det var tabu.

Efterfølgende besluttede Theo og jeg, at vi måtte lave en forening. Og det blev til KRIS. Den blev dannet i april 1991, hvor jeg følte et meget stærkt kald til, at det var det, jeg skulle arbejde med. Vi fik nedsat den første bestyrelse, og i den nedsat Anna Katrine Vig, Ulla Møllerup, Ole Vig, Inger Andersen, Marianne Kejser og Gitte Jakobsen. Alle sammen fra forskel-

lige kirker. Vedtægter for foreningen blev naturligvis også udarbejdet.

Vi begyndte at undervise. Målet var, at mindst en i hver kirke skulle vide noget om, hvordan man kunne hjælpe mennesker, der har været udsat for seksuelle overgreb. Det mål nåede vi ikke, fordi mange kirker ikke var villige til at møde op, og det har undret mig gevaldigt.

Det første kontor var hjemme hos mig privat, men senere er KRIS flyttet et par gange og har nu flere afdelinger i Danmark. Indtil juni 2010 var jeg landsleder.

### Mennesket først

Jeg har altid været mod at starte rådgivning, uden folk har nogen uddannelse. Det kan man bare ikke. Fagligheden SKAL være i orden, men det udelukker jo ikke, at man kan være åndelig samtidig. Det har ALDRIG været meningen, at KRIS skulle være missionerende. Aldrig. Så hvis folk opsøgte os og IKKE ville snakke om Gud, så har vi ALDRIG snakket om Gud eller bedt for dem. Og vi har haft en muslim, og mange andre, der ikke ønskede, at vi skulle bruge den åndelige side af arbejdet.

Vi har set, at folk, der havde en kristen tilgang til livet, lettere er kommet igennem følgerne af de seksuelle overgreb end andre, der ikke havde denne tilgang. Fordi de havde Gud at holde sig til. I dag ved man jo også, at forbøn påvirker centre i hjernen, så folk får det bedre. Det er videnskabeligt bevist.

### Høj faglig standard – et varemærke

Jeg har altid været fokuseret på, at vi skulle have en høj faglighed samtidig med, at vi vidste, at forbøn hjælper. Høj standard og ordentlig faglighed har været et varemærke. Folk har skullet vide, hvad de havde med at gøre – fagligt og åndeligt.

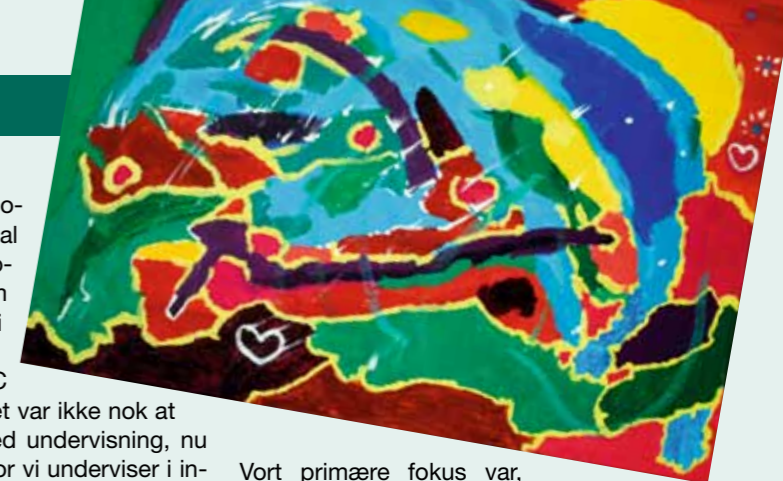
Ideen til skolen ISARPAC (International School of Sexual Abuse Related Pastoral Counseling) kom under en frokost i Schweiz: "Vi må lave en skole". ISARPAC startede vi i 1993. Det var ikke nok at have en sommer med undervisning, nu har vi fem somre, hvor vi underviser i internationalt regi. Desuden er der week-ends af og til.

Intentionen er netop at uddanne psykoterapeuter, så endnu flere kan blive hjulpet. Nogle har efterfølgende fået godkendt noget af uddannelsen på universitetsniveau. Nu arbejder vi så på at få uddannelsen godkendt i Danmark, at få den certificeret til dansk standard. På den måde vil uddannelsen optræde på folks CV med mere vægt end nu, hvor uddannelsen ikke er certificeret, selv om der er højt fagligt niveau. I Norden kan man ikke læse psykoterapi på universiteterne, som man kan i andre europæiske lande; derfor vil vi gerne have en certificering af vores uddannelse, der ikke findes mange steder i verden.

### "Egen omsorg for sjælesørgere"

var et af Theos kurser, som vi kørte fra 1991-1998. Seks weekender hvor vi underviste i en bred palet om seksuelle overgreb, sorg, familie osv. Der var stor tilstrømning med mange deltagere. Nogle af dem blev også medarbejdere i KRIS bagefter.

I januar 1992 fik KRIS en profeti om, at KRIS ville være som en sten, der ruller ned af bjerget, og som vil plaske og starte en masse ringe i vandet. Og sådan blev det.

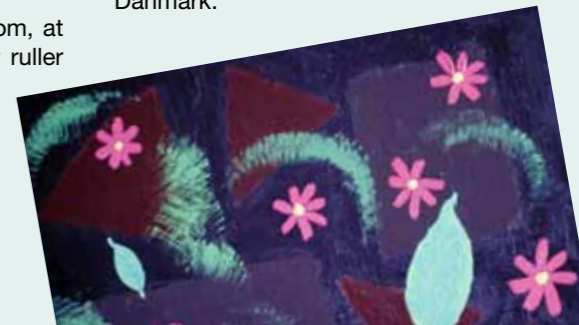


Vort primære fokus var, at vi gerne ville hjælpe dem, der havde været udsat for overgreb. Når folk kom til mig fra en kirke, så var de typisk blevet ufatteligt dårligt behandlet i kirken. Der var ingen forståelse for, hvad der var sket med dem. Ofte fik de en mundkurv på og måtte ikke snakke om overgreb, eller de fik at vide, at de bare skulle tilgive krænkeren. Så jeg kunne se, at denne gruppe slet ikke fik den hjælp, den skulle have overhovedet.

Jeg ville gerne have, at kirken skulle være et tilflugtssted, der viste barmhjertighed og nåde overfor ofrene. På det tidspunkt hængte man typisk offeret ud og beskyttede krænkeren. Og det sker stadig i dag. Det var fantastisk at opleve, hvordan folk rundt i hele landet syntes, at de fik livet tilbage.

### Fremadrettet håber jeg:

- at KRIS kommer med på mindst et af de syv nationale sundhedscentre i Danmark, som er under opbygning.
- At ISARPAC uddannelsen certificeres i Danmark.



# BLIV medlem af KRIS

Personligt medlem: 100 kr. om året. Familiemedlem: 150 kr. om året. Kontakt landskontoret: Tlf. 86 18 33 94. Fredens Torv 2, 8000 Århus C, mail: kris@kris-dk.dk. Medlemsgebyr kan du indbetale på giro 536-1842.

Når du melder dig ind, får du tilsendt én af bøgerne »Vejledninger til heling« efter eget valg. Du får også tilsendt den seneste årsberetning og vore vedtægter. Som medlem kan du søge om optagelse i foreningens repræsentantskab, der holder møde én gang årligt i april måned. **Du kan også støtte KRIS økonomisk ved at indbetale en gave på konto 3627-0005361842**



## Bestyrelse 2010

Formand Mogens Svendsen, næstformand Kristian Larsen, Vibeke Møller (halvdelen af 2010), Torsten Hartvig Pedersen og Sonja Jensen.



## Økonomi

I 2010 fik KRIS tilskud fra Socialministeriet, Tilskudssekretariatet, Århus Kommune og Gentofte Kommune.

Flere fonde gav tilskud i 2010:

- Trykgruppen: 5.000 kr.
- Legatuddeling Frimodt-Heineke Fonden: 10.000 kr.
- Nordea Fonden: 10.000 kr.

## Jeaneth Clausen:

### Når KRIS kunne hjælpe mig, så kan de også hjælpe dig!

Af Hanne Baltzer



at holde sammen på sig selv og prøve at finde et liv.

På et tidspunkt blev det for meget for Jeaneth. Hun var parat til at stå af livet, datteren var blevet misbrugt af en ven, og det hele var ved at gå i tusind stykker. Da hun kom i terapi, vendte hendes liv, og samtidig var det Leif, der gav hende den ordinerede medicin, så hun ikke foretog sig på piller.

I første omgang blev alting endnu værre, fordi skeletterne væltede ud af skabet efterhånden, som hun i terapien oplevede års overgreb, men med tiden lærte hun af KRIS at forholde sig til sin grumme fortid. Hun konfronterede også flere af sin krænker, og skrev breve til dem, som hun smed i Vesterhavet, så bølgerne kunne bære begivenhederne langt væk fra det liv, Jeaneth gerne ville have. Det blev et vendepunkt.



*Da hun blev 40, syntes hun slet ikke, hun havde haft et godt liv, men i dag er det anderledes takket være bl.a. terapi og forbøn.*

## Fortsæt bare

Det er som om, at der i mange år står et skilt på Jeaneth: "Jeg er misbrugt, fortsæt bare". Hendes livsfortælling vidner om års misbrug og voksne, der ikke greb ind. Fra hun var fem år, tvang hendes far hendes 12-årige storebror til sex med Jeaneth. Fra hun var syv til hun var 10, var hun sexslave for sin far. Da hun kom på kostskole i 5. klasse, gik der ikke lang tid, før en lærer indledte et to-årigt misbrug af hende. Og da hun som 15-årig skulle i huset i Norge hos en evangelist, voldtog han hende under "ansættelsessamtalen". Gang på gang blev hun udnyttet og misbrugt. Nedbrudt og tvunget.

En af konsekvenserne i dag er, at Jeaneth er på livslang antidepressiv medicin. Hun er bange for nye mennesker, især mænd. Det med uddannelse og job kom aldrig for alvor i gang, og i dag får hun pension.

Hun kom aldrig i gang med en uddannelse, for skolen var ikke en succes. Det var svært at koncentrere sig efter en nat under farens herredømme. Hendes far var ellers en god kristen mand, der gik i kirke om søndagen, men derhjemme bag hjemmets fire vægge, var det kristne budskab blæst væk.

## Hjælper andre

Familien Clausen er kristne, og troen betyder noget for Jeaneth.

"Gud har været min redning. Uden ham var jeg ikke i live. Derfor vil jeg også gerne fortælle min historie, så andre kan komme ud af busken. Jeg vil gerne være med til at bryde tabu om seksuelt misbrug. Fortælle, at "du er ikke alene", gøre opmærksom på, at der er hjælp at få.



*Der er ikke meget, der kan overraske eller ryste hende, for hun har været i det selv.*

I dag er Jeaneth Clausen bisidder i KRIS. Når et medmenneske får hjælp til at komme igennem traumer efter seksuelle overgreb, sidder hun sammen med terapeuten og lytter, og af og til stiller hun et spørgsmål. Der er ikke meget, der kan overraske eller ryste hende, for hun har været i det selv.

"Jeg vil gerne hjælpe andre og give videre af det meget, jeg har fået i KRIS. Når jeg kan komme igennem, så kan andre også. At være bisidder giver mig noget. Alene at se, at det rykker for vedkommende.", siger Jeaneth.



Marian Bridget Connolly

KRIS Hellerup var udfordret i 2010. For det første fratrådte områdeleder Inger Andersen efter 20 år i KRIS, og for det andet gav Servicestyrelsen ikke det forventede økonomiske tilskud, hvorfor medarbejderressourcerne måtte begrænses, selv om klienterne fortsat havde brug for kompetent hjælp. Så sent som den 27. december 2010 kom der så alligevel de manglende 600.000 kr. takket være kristendemokraten Per Ørum Jørgensen, og de gav en god start på 2011.

Ny områdeleder i Hellerup blev cand. psych. aut. Marian Bridget Connolly, der de sidste 10 år har været med i KRIS og kæmpet for, at arbejdet skulle køre på ordentlig vis. Hun har naturligvis også ISARPAC uddannelsen, hvor hun bl.a. i de seneste fem år har undervist på den i Indien og herhjemme. Hun vurderer, at KRIS arbejdet baserer sig på tre søjler: høj faglighed, unik etik og kristne værdier.

### Forsvarlig terapi og forskning

Et fokusområde i 2010 var faglighed. Faglighed er en forudsætning for et vellykket terapiforløb i KRIS, og derfor behandles samtlige klienter af en terapeut, der også har ISARPAC uddannelsen.

ISARPAC er den eneste, særlige uddannelse målrettet terapeuter, som arbejder med voksne, der har senfølger efter seksuelle overgreb. Der er tale om en teologisk, terapeutisk metode.

"Vi er ikke i tvivl om, at fagligheden dels er en forudsætning for at hjælpe mennesker, dels er et signal om, at vi arbejder seriøst og professionelt. Derudover kommer naturligvis vores kristne tilgang, men det er magtpåliggende for mig at sige, at KRIS har fagligheden i front", siger Marian Bridget Connolly, der også er uddannet sygeplejerske og pædagog. Hun fik sin statsautorisation i marts 2010.

Hun er stolt over, at KRIS for første gang er kommet med i et forskningsprojekt under Servicestyrelsen, hvor behandling og terapimetoder bliver undersøgt. Professor Ask Elklit fra Syddansk universitet er tovholder.

I 2005 var KRIS med i en "Evaluering af fire incestcentre i et fagligt og administrativt perspektiv" lavet af Simon Hansen, Rådgivning & Center for evaluering, Psykiatrien i Århus Amt. Evalueringen var bestilt af Socialministeriet. I den lød det bl.a.:

*"Evalueringen finder, at den administrative praksis og dokumentation i de tre centre, Incestcenter Fyn, Støttecenter mod Incest i Danmark og KRIS, er fuldt på niveau med det, man vil forvente i en offentlig institution af tilsvarende størrelse"*(side 52).

*Centrene vægter klientrettede tilbud. Det kommer til udtryk via deres faglige profiler... KRIS fremhæver deres kristne tilgang til behandlingspraksis som et specialområde sammen med selve terapisesionerne."*(side 42)



Områdeleder Inger Andersen fratrådte 1. marts 2010 efter 20 års stort arbejde i KRIS. 10 år som frivillig og 10 år som områdeleder af KRIS Sjælland. Hun sagde farvel med en meget velbesøgt reception i Hellerup.

(Fotos: Erik Andersen)

## KRIS HELLERUP

- En del klienter i terapi. Metoden har en terapeutisk, teologisk tilgang.
- To gange om måneden er der medarbejdermøder, hvor der den ene gang er supervision og den anden undervisning.
- Flere fra forskellige kirker var med på sjælesørgeruddannelsen, andre er i gang med terapeutuddannelse i ISARPAC regi.
- KRIS informerede en del fagfolk og studerende, der kom på besøg.
- Rådgivning via telefon og mail
- Involvering i synlighedsdagen. Se [www.synlighedsdagen.dk](http://www.synlighedsdagen.dk). I 2010 blev den afholdt i september med 180 deltagere. De hørte interessante oplæg og kunne deltage i en livlig paneldebat.
- Arrangør af Rosengudstjeneste



Medarbejdere er klar til at rådgive i Næstved. (Foto: Gitte Terese Lynggaard Haack)

Rygraden i vores arbejde er Krisegruppen, som foregår på Frelsens Hærs Krisecenter i Næstved. Bente Fogh Hansen sponsorerer hver måned flere enetimer for disse kvinder, hvilket gør en stor forskel. Hver tirsdag kører Tove Larsen, der er områdeleder for KRIS-Næstved, og Hanne Ramstedt Petersen terapigruppe for centrets kvinder fra kl. 15-16.30, og hver anden tirsdag på ulige uger fra kl. 15-17 kører Lina Jensen og Anette Lindskov "Dronningegruppen". Den er en efterværnsgruppe for de kvinder, der nu er udskrevet fra Krisecentret. Det betyder meget for disse kvinder, at der er et sted, hvor de kan få et netværk til at fastholde en ny og bedre tilværelse og troen på Jesus sammen med andre, der forstår deres situation. Ca. 75 procent af kvinderne på krisecentret har været seksuelt misbrugte som børn.

### Medarbejderstatus

På grund af kørselsøkonomien valgte vi, at Bente Fogh fra august blev tilknyttet Hellerup, og at Hanne Ramstedt Petersen fra Sjælesorgskurset blev tilknyttet Næstved. Hermed er vi i Næstved: Tove Larsen, Hanne Ramstedt Petersen, Annette Lindskov, Lina Jensen, Steen Rassing og Camilla Quistgaard Nielsen. Jan Jensen har besluttet sig for en løseret tilknytning til KRIS. Vi har været meget plaget af sygdom, men vi er alligevel godt i gang. Alle har tro på, at Gud er på færde i Næstved og virker med i arbejdet.

### Lokalernes indretning

I starten af 2010 var vi lige rykket ind i vore nye lokaler, hvilket gav mange udfordringer for vores virke dér, da der ikke var bevilliget penge til istandsættelse eller møbler. Efter en masse benarbejde fik vi

en bølge hvid maling, købte billige brugte møbler og billeder til at dække de værste huller i væggene, så i det mindste det ene lokale kunne bruges til rådgivning. Senere fik vi nogle møbler, og nu ser alle tre rum hyggelige og indbydende ud. Resultatet er, at Næstved nu råder over to gode terapirum og et hyggeligt venteværelse. Onsdag d. 3/11 var en stor dag: Det var første dag, begge rum var i brug samtidig!

### Sjælesorgskursus

I år har der været fem deltagere på sjælesorgskurset, som er det første af sin art i Næstved. Det er ledet af Tove Larsen og Hanne Ramstedt Petersen. Den 15/5 2011 holdtes en fælles lørdag i Karlslunde Strandkirke, hvor Susanne Kjeldsen underviste. Hendes undervisning er altid meget populær blandt kursisterne.

### Statistik til Servicestyrelsen

Fire gange om året indsendes spørgeskemaer til Servicestyrelsen, som undersøger effekten af vore tiltag.

### Forskningsprojekt

I KRIS-Næstved er vi nu tilmeldt et projekt vedrørende "Virkninger af indsatser i frivilligcentrene" under Servicestyrelsen.

## KRIS Aalborg

Familiekonsulent Mai-Britt Strøm holdt samtaler med klienter i 2010 i gode lokaler, der også blev brugt til støttegruppens møder hver 14. dag. Afdelingen blev nedlagt ved slutningen af året.



Sonja Jensen på sommerstævne i Mariager

KRIS har også lokaler i Herning, og i de hyggelige og trygge rammer har mange fået hjælp i 2010. I alt har der været 159 rådgivninger, 24 timer i støttegruppen og 15 timer i selvhjælpsgruppen for mænd. Desuden er der brugt en del tid på op-søgende arbejde i lokalområdet, hvilket har resulteret i informationsaftener om KRIS-arbejdet i flere kirker. Desuden var KRIS med på sommerstævner i Mariager og Odder.

KRIS sætter faglighed højt, og derfor læser to fra gruppen i Herning til terapeuter på ISARPAC, som uddanner terapeuter, der får speciale i at arbejde med seksuelt misbrugte.

**Et kursus i aktiv lytning og sjælesorg** kørte i 2010, modul 1: 13. april – 22. juni og modul 2: 14. september – 23. november. Der var 12 deltagere fra tre kirker i Herning (se side 12).

Emner på kurset var: Aktiv lytning, hjælp til bedre at sætte sig rimelige og nødvendige grænser i relationer, etik, sorg, krise, egenomsorg, tilgivelse, skam, dysfunktionelle familiesystemer, følger af overgreb (følelsesmæssigt, seksuelt, fysisk og åndeligt). Undervisere var: Helene Svendsen, psykoterapeut og områdeleder i KRIS, Mogens Svendsen, præst i Kølkkær, formand for bestyrelsen i KRIS.

2010: landsleder Vibeke Møller frem til 1. juni og sekretær Jette Friis Jacobsen. Desuden var der tilknyttet frivillige medarbejdere til KRIS Århus og en medarbejder med løntilskud.

Udover den personlige terapi var der en del parterapi og gruppeterapi. Annette Høgsbro kørte gruppeterapi, og psykolog Anna Bruun overtog den i september 2010. To medarbejdere var på lønninglisten i

**KRIS Århus**

2010 blev året med store skift på landskontoret på det personalemæssige område, hvorfor antallet af rådgivninger faldt. Alligevel gik mennesker i terapi og til samtaler.

Psykolog Anna Bruun, der har en støttegruppe hos KRIS-ÅRHUS, er startet på ISARPAC uddannelsen for at supplere psykologuddannelsen og opkvalificere sin viden. Hun er oprindeligt uddannet pædagog og har arbejdet med udviklingshæmmede. Nu brænder hun for at hjælpe mennesker videre, så de får det bedre. "Jeg arbejder med en særlig gruppe, der kræver en anden tilgang end de mennesker, jeg plejer at have i terapi. Det er det, jeg er engageret i. Det er det, jeg brænder for. Derfor har jeg brug for at læse og tilegne mig færdigheder for bedre at kunne hjælpe seksuelt misbrugte.

Psykologuddannelsen er en generalistuddannelse, så nu specialiserer jeg mig." **Udfordret og inspireret** Personligheden hos seksuelt misbrugte kan være ændret, og det enkelte menneske kan have vanskeligt ved at få tillid til andre. Nogle kan være ængstelige, andre meget kritiske overfor sig selv. De kan have vanskeligheder med at tro på, at andre tænker godt om dem. Som terapeut skal man skelne mellem, hvad der skal hjælpes med, og hvad der skal arbejdes med. Det er imidlertid Anna Bruuns erfaring, at hos gruppen af seksuelt misbrugte, som har skader på et højere

niveau, starter terapien et helt andet sted: med at bygge en alliance af tillid. Samtidig er der mange andre ting at tage højde for, når et menneske skal hjælpes videre i livet. "Jeg er allerede blevet udfordret og inspireret på ISARPAC, hvor Vibeke Møller leverer en kompetent undervisning som en af eksperterne på området. Seksuelt misbrugte er en helt særlig gruppe, der kræver, at jeg som fagperson er klædt godt på til opgaven. Så jeg glæder mig til at lære mere", siger Anna Bruun.



Steen Rassing er bl.a. uddannet psykoterapeut, og han har i årenes løb hele tiden dygtiggjort sig. Siden 2000 har han haft egen virksomhed i Næstved, og han har en bred erfaring fra både lederjob i det private erhvervsliv og nu hverdagen som terapeut. På et tidspunkt ledte han efter et sted, hvor han også kunne arbejde som frivillig. Han ville gerne bruge sine kompetencer, og i anden sammenhæng stødte han ind i fagligt materiale om senfølger efter seksuelle overgreb. Der mødte han KRIS navnet første gang - og blev nysgerrig og frivillig medarbejder.

Han håber, at han som mand kan være en brobygger på en eller anden måde, og han vil også gerne undervise og formidle.

**KRIS kræver ISARPAC**

For at arbejde som terapeut i KRIS er det et krav, at man tager ISARPAC uddannelsen, og som uddannet psykoterapeut kan man nøjes med at følge uddannelsen fra tredje år. Man skal dog læse de to første års faglitteratur op samt løse opgaverne. "Jeg har bestemt fået noget ud af det første undervisningsforløb med Vibeke Møller som underviser. Hovedtemaerne har jeg hørt før, men der er også nye ting. Fx har jeg ikke tidligere brugt den kristne tilgang i terapilokalet. Min forventning til uddannelsen går konkret på, at jeg får lært en faglig metode, men også en teologisk metode." "Når man sammen med klienten bevæger sig ind i det mørke og den smerte, som kan være konsekvenserne af seksuelle overgreb, er der en god styrke i,

at Gud er med, og kan bringe sit lys ind. Arbejdet med overgreb kræver, at man giver sig god tid, og nænsomt og tålmodigt arbejder sig igennem smerten og ud på den anden side, siger Steen Rassing.

Den langsomme proces mod heling sammenligner han med en person, der brækkede armen for 40 år siden, fik gips på, men aldrig tog gipsen af. Den dag gipsen tages af, er armen stort set ubrugelig ligesom det menneske, der har bygget massive forsvarsværker op omkring sig selv for at kunne leve med overgreb, og som nu bid for bid, for at finde sig selv, giver slip på gamle forsvar og mønstre. Som hver eneste lille muskelfiber i armen skal trænes op igen, før armen er fuldt funktionsdygtig, sådan er det også med et menneske, der er blevet mast af seksuelle overgreb. Langsomt, langsomt skal det genopbygges. Og det kræver bl.a. uddannede terapeuter.



Ruth og Ole Jørgensen fra Herning Frikirke mener grundlæggende, at man altid kan lære noget nyt, så da KRIS tilbød kirkefolk et kursus i aktiv lytning, "Lyt dog for Himlens skyld", deltog Ruth, og Herning Frikirke lagde lokaler til. Sidenhen bestilte frikirken KRIS, og Helene og Mogens Svendsen holdt to kursusdage for forbederne i kirken, hvor også Ole deltog.

"På kurset i aktiv lytning blev jeg opmærksom på ting, jeg ikke havde tænkt på før. Det var positivt, at vi var deltagere fra forskellige kirker i Herning, og vi havde et godt fællesskab, dialog og øvelser. Underviserne var tillidsvækkende og startede med at dele noget fra eget liv med os. Det skabte tryghed", fortæller Ruth.

Kurset drejede sig også om at blive et helt og sundt menneske med emner som identitet, respekt, kommunikation og

den svære samtale. Rådgivningsetik og kraftfuld fred var andre emner.

"Jeg fik gjort endnu mere klart, at vi er medvandrere, og at Gud er menneskets hjælper. Som rådgivere skal vi ikke overtage folks problemer og komme med en masse gode råd. Vi skal lytte, være til stede og desuden lade Gud og Helligånden arbejde", siger Ruth.

### Lytning og lægedom

På de to kursusdage med forbederne fik deltagerne en række gode råd om, hvorfor man skal være opmærksom på folks forskellige følelser for, hvordan forbøn praktiseres. Helt konkret har kirken efterfølgende ændret praksis, da den hørte, at mange ikke ville gå til forbøn, fordi de følte sig utrygge. Kommentaren: "Behøver der være så mange til at bede for mig og mit private problem?" gav stof til eftertanke, for kirken vil gerne være til

hjælp. Gennem forbønnen oplever den enkelte ofte, at Gud går med ind i smerten og lidelsen, og det er der lægedom ved.

Når der er forbøn for mennesker ved gudstjenesten nu, stiller forbederne sig op, og så kan man vælge den forbeder, man vil gå til. Tidligere kom forbederne til den enkelte, og det kunne skabe utrygge situationer for nogen. De lærte også, at forbønnen skal have tid og rum, tid til at lytte, rum for Gud, og at en forbeder sagtens kan tilbyde den enkelte en samtale efterfølgende. Det gøres ofte nu, og en ekstra gevinst er et nyt samarbejde mellem forbederne og sjælesørgerne. I Herning frikirke har de "Kop og øre – kom og mød et medmenneske" hver torsdag. Her kan man fx få en snak med en fra rådgiverteamet.

### Accept og tryghed

"Jeg synes, vi er opmærksomme på nu, hvad det er, vi skal give videre til fx KRIS eller andre terapeuter, og hvad vi kan selv. Vi kan bestemt hjælpe mennesker, bede for dem og velsigne dem midt i deres livssituation. Vi kan lytte og lade mennesker sætte ord på det svære, men vi er ikke terapeuter", siger Ole.

Parret er enige om, at såvel kurset om aktiv lytning samt de to dage for forbederne har givet værktøjer til det daglige engagement i kirken. Nu ved de også lidt mere om seksuelt misbrug, og ved, hvor de skal ringe hen, hvis en betror sig til dem.

Ruth: "Jeg håber, vi kan formidle accept og tryghed, når et menneske vil betro os noget. At vi møder mennesket en smule mere forberedt, så vedkommende ikke er i tvivl om, at "du er værd at lytte til".

Ole: "Vi er meget trygge ved den ramme KRIS har undervist i, og de må gerne bruge vores kirke igen".

kan betegnes som PTSD, post traumatisk stress. Begrebet bruges ellers ofte om en reaktion på et voldsomt traume eller overgreb – krig, naturkatastrofer eller skibsforlis. Billederne kører igen og igen. De invaderer mennesker konstant. Det er det samme, der sker efter seksuelle overgreb.

### 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

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 procent af alle, der har været udsat for et overgreb, har PTSD i større eller mindre grad.



### Den menneskelige gevinst

Vi lægger øre til de livsfortællinger, som andre helst vil være fri for, men som nogen skal lytte til, hvis sårene skal heles.

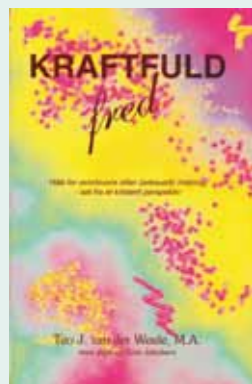
Det er vores erfaring, at de seksuelt misbrugte ofte kæmper alene med senfølgerne uden at møde forståelse fra omgivelserne. Derfor er det vigtigt, at

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 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. Hvert menneske er en indsats værd.



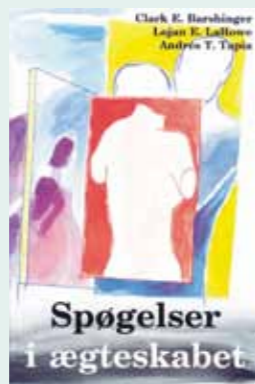
»Kraftfuld fred« af Theo J. Van der Weele. En bog om håb for overlevende efter seksuelt misbrug – set fra et kristent perspektiv. »Kraftfuld fred« udfordrer kirken til ikke at efterlade traumatiserede mennesker i grøften, men møde dem med fred og omsorg. Pris 50 kr.



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 rådgive ægtemanden. Bogen er den eneste af sin slags i Skandinavien. Pris 50 kr.

• Årsberetning 2010. Gratis

• Film om KRIS er på vej.

Bøgerne sælges på ProRex Forlag, [www.prorex.dk](http://www.prorex.dk)

Du kan også bestille bøger og brochurer på landskontoret, tlf. 86 18 33 94.



Studiehæfter 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
- Studiehæfterne kan man arbejde med individuelt eller i grupper.  
Pris pr. hæfte: 30 kr.



På billedet kommer hjerterne op af skorstenen, der er mange farver, forskellige folk og symboler. Et mylder af liv.

”Det er et håbe billede! Et håb om, at fremtiden må blive glad og indeholde meget glæde.” Ordene kommer fra Heidi, der regelmæssigt går til samtaler hos KRIS. Lige nu er den unge kvinde mere glad, end hun har været længe. Samtalerne hos KRIS er et trygt holdpunkt, mens hun er i gang med at genfinde sig selv. Heidi har ikke været udsat for seksuelle overgreb. Heldigvis. Men gennem hendes opvækst har hun tilpasset sig andre mere og mere og fuldstændig glemt sin egen person i angst for ikke at være god nok, kunne slå til, være ok.

Siden 2002 har hun haft tre depressioner. Den første kom, mens hun gik i 2.G i gymnasiet, og alt gik i sort. ”Jeg følte, at alle kiggede på mig og tænkte dårlige tanker. Jeg kunne slet ikke slappe af og mistede de få venner, jeg havde.”

Takket være en dygtig lærer, antidepressiv medicin og nogle timer hos en psykolog bestod hun studentereksamen og flyttede til Århus for at læse til ergoterapeut. Efter et halvt års tid droppede hun ud og fik arbejde en kort tid, inden deprimerede tanker atter overtog hendes hverdag. Hun følte sig ikke god nok. Overhovedet.

”Jeg er det meste af tiden, som jeg tror, andre vil have, jeg skal være. Det er enormt sjældent, at jeg gør det, jeg har lyst til. Måske fordi jeg ikke helt ved, hvad det er.”

### At sætte ord på

Som barn søgte hun altid opmærksomhed for at blive bekræftet i, at hun var god nok som Heidi, og ikke pga. udførte pligter eller gode karakterer i skolen.

”Jeg var anderledes end mine søskende, fordi jeg gerne ville afprøve grænser. Det fik jeg aldrig lov til, og på den måde kunne jeg heller ikke vise mine forældre, at de kunne stole på mig, og hvad der var endnu vigtigere at vise, at jeg kunne klare mig selv. Siden hen har det betydet, at der er en række situationer ude i det almindelige liv, hvor jeg ikke ved, hvordan jeg skal gebærde mig. Og så bliver jeg usikker.”

Hun blev senere gift og mor til en lille pige. Alligevel tog de negative tanker over, og da hun blev anbefalet KRIS, slog hun til. Mødet med den kristne og fagligt kompetente terapeut blev et vendepunkt for Heidi.

”Den kristne grundholdning giver tryghed, og det, at terapeuten kan bede for mig, gør også en forskel. For det kan jeg ikke selv for tiden. KRIS sætter ikke spørgsmål ved, at jeg er kristen, og hun forstår bedre, hvad det er for en baggrund jeg har, og hvilken opdragelse man typisk har fået i et missionsk hjem. Jeg behøver ikke altid sige så meget. Hun forstår mig, og nogle gange overraskes jeg af det, jeg selv fortæller, for hvor var det lige, det kom fra? At sætte ord på flytter noget.”

### Forventningers spændetroje

I terapien snakker de meget om forventninger, og om hvordan Heidi kan takle det, når der stilles krav til hende både privat og jobmæssigt. Privat er der forventninger fra hendes mand til fx den huslige standard, og det er også en prøvelse for parforholdet, at Heidi ikke magter så meget, som andre kvinder på hendes alder. Hun har også svært ved at tro på, at ægtemanden elsker hende som den, hun er, fordi hun synes, hun har ændret sig en del under depressionens åg. Ifølge hende

selv fik det store at blive mor hende til at vokse personligt.

Et af de værktøjer, KRIS har givet hende, er at være realistisk, når hun i et skema skriver ting op, som hun gerne vil nå. At sætte ting i skema giver luft og ro i hovedet. Det skaber et bedre overblik samtidig med, at Heidi er meget bevidst om, at nogle dage kan hun kun overskue at tænke en time frem.

Lige nu er hun i jobtræning 12 timer om ugen, hvilket hun befinder sig godt med. Hun glæder sig over, at nogen kan bruge hende, og det er fint at komme hjemmefra nogle timer. Men fra 12 timer om ugen til et fuldt arbejdsliv er der længere end fra Jylland til jordens ende, så det, tror hun ikke på, kan lade sig gøre. Drømmen går i retning af at tage en kort uddannelse uden praktik og så få et arbejde på deltid.

### Fri til at være mig

Mødet med mange mennesker er svært. I terapien taler de derfor også om, hvordan Heidi kan hjælpe sig selv i de enkelte situationer. Og det går bedre nu. Allerhelst mødes hun med gode venner, hvor hun ikke behøver tænke på, hvad hun siger eller gør. Hvor hun kan slappe af og være sig selv.

”Jeg er blevet bedre til at have det ok med, at alle ikke kan lide mig. Det går væsentligt bedre nu, selv om jeg ikke kan forstå, at det tager år at få det bedre. Mine omgivelser mener også, at jeg jo bare skal i gang igen, men så enkelt er mit liv altså ikke. Nu giver jeg mig god tid, for det, tror jeg, er det rigtige for mig. Jeg vil gerne være fri til at være. Det betyder alt. Midt i det hele har jeg aldrig tvivlet på, at Jesus elsker mig, men det er bare ikke nok, når han ikke fysisk er her ved siden af. Jeg skal lære at være mig, og derfor tager jeg et lille skridt af gangen.”

Set udefra er den unge kvinde smuk og unik. På vej ud i livet igen.

## **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: 86 18 33 94

Giro 536-1842 (bankkonto: 3627-0005361842)

Mail: kris@kris-dk.dk

### **KRIS Midt- og Vestjylland**

Telefon: 21 95 02 09

Områdeleder: Pædagog og terapeut Helene Svendsen

Mail: helene.svendsen@kris-dk.dk

### **KRIS Storkøbenhavn**

Telefon: 70 20 72 94

Områdeleder: Psykolog Marian Bridget Connolly

Mail: marian.connolly@kris-dk.dk

### **KRIS Næstved**

Telefon: 41 31 80 03

Områdeleder: Psykolog Tove Larsen

Mail: tove@get2larsen.dk

Dronningegruppen: tlf. 42267294

**Læs mere på [www.kris-dk.dk](http://www.kris-dk.dk)**

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

**I 2010 havde vi mere end 600 samtaler med mennesker.**