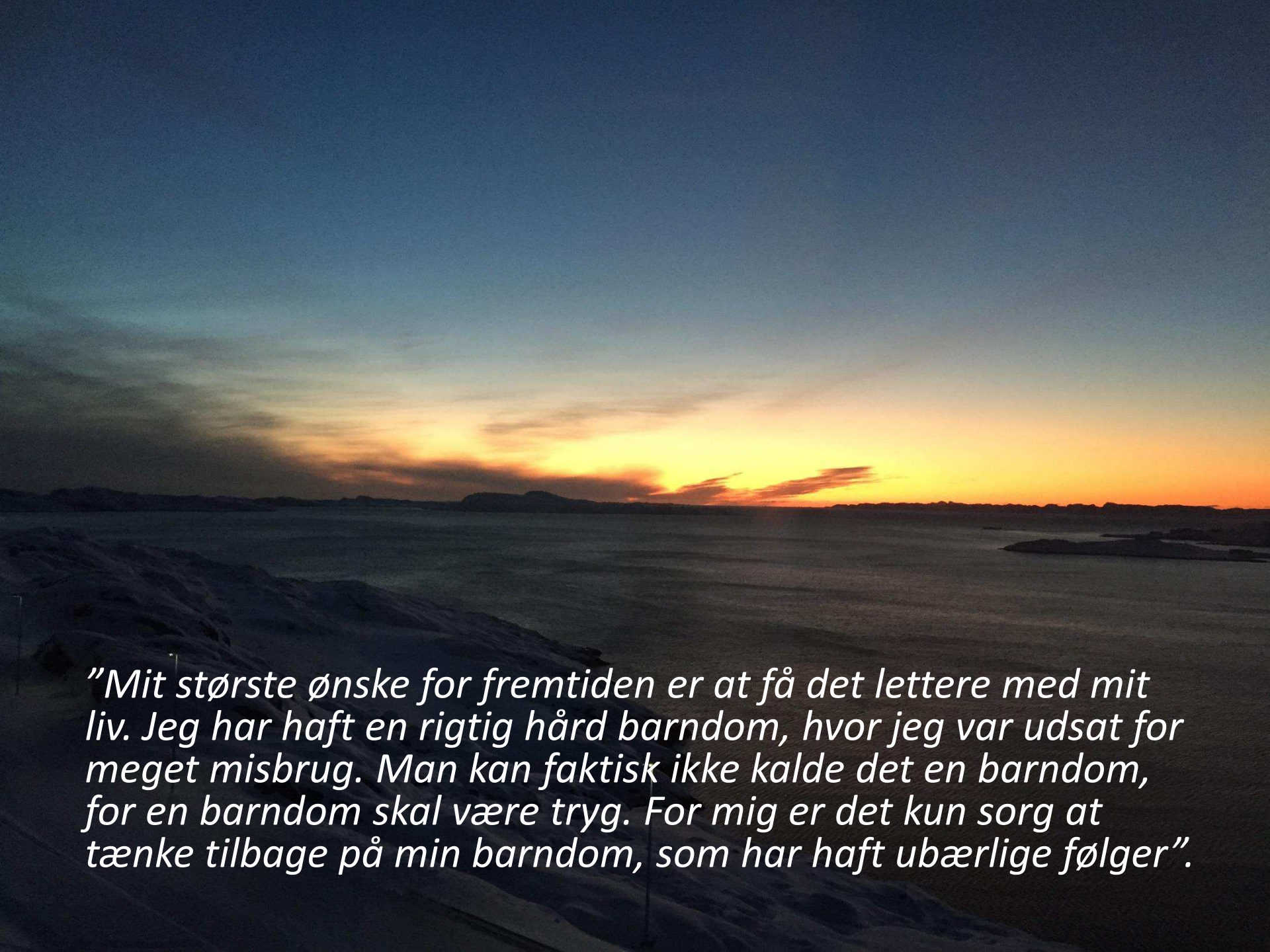


Erfaringer fra voksne med senfølger, der har været i behandling i Rejseholdet



INERSIMASUNIK KATSORSAANEQ
ANGALAQATIGIITTARTUT

BEHANDLING AF VOKSNE MED SENFØLGER
REJSEHOLDET



”Mit største ønske for fremtiden er at få det lettere med mit liv. Jeg har haft en rigtig hård barndom, hvor jeg var udsat for meget misbrug. Man kan faktisk ikke kalde det en barndom, for en barndom skal være tryk. For mig er det kun sorg at tænke tilbage på min barndom, som har haft ubærlige følger”.

Bedre til at sætte grænser



”Det har været godt at kunne snakke om overgrebet i gruppen. Jeg har ikke kunne sætte grænser for seksuelle tilnærmelser fra mænd siden, jeg var 8 år gammel. Med de andre behandlinger har jeg lært at sætte grænser for misbrug, men ikke for mænd, men det har jeg lært undervejs her. Jeg er blevet i stand til uden frygt at sige: ’Jeg vil ikke behandles på den her måde!’. Det er netop det, jeg har ønsket mig i mange år at kunne gøre – at sige stop. Og jeg føler det faktisk som en sejr for mig selv.”

En lettelse at kunne sætte ord på sine følelser

"Følgerne af det, jeg har oplevet, har været en stor hemmelighed i mange år. Pludselig kunne jeg sætte ord på det, og der var en, der lyttede, en der så mig. Hvis jeg ikke havde fået hjælp, er jeg sikker på, at jeg ville være havnet i rendestenen et sted."

"Mine ønsker for fremtiden er at have det bedre som menneske, som jeg har det nu. Og så det der med at kunne sætte ord på tingene – hvor godt det er. Det har faktisk været en åbner for mig".

Bedre selvværd

”Krænkeren arbejder nede i Pilersuisoq, og før i tiden har jeg været rigtig angst for at skulle møde ham og har været bange for ham – selv efter jeg blev voksen. Men efter samtalerne er jeg begyndt at kunne se ham i øjnene og har endda kunnet lade som om, der ikke er sket noget.”

”Selvom det er hårdt at se ind i sit dybeste selv, så nytter det noget. Jeg var en meget lukket person før, men nu har jeg en masse at give til samfundet”.

”Forskellen er, at dengang var jeg i mørket, og i dag er jeg meget mere fremme i lyst. Og jeg er mere åben. Jeg har jo fortrængt rigtig meget, men nu er jeg mere åben”.

Bedre forhold til deres børn

"Jeg har hentet energi her til at være datter, mor og medarbejder".

"Fordi jeg er faldet til ro, så er mine børn også faldet til ro. Jeg er glad for at være i mit hjem og hygger mig med børnene, og jeg er ikke længere ensom derhjemme".

"Behandlingen har hjulpet mig meget til at kunne se og snakke med mine børn. Det har jo gjort ondt herinde i hjertet før i tiden, at jeg ikke kunne have øjenkontakt med mine børn. Nu kan jeg godt have øjenkontakt med mine børn, og det har også stor betydning for mig at kunne mærke, at børnene er glade, når de er sammen med mig".

Mere overskud

”Efter samtalerne åbner der sig nogle andre vinduer med positive nuancer. Nogle kasser bliver lukket, nye bliver åbnet. Nu kan jeg bedre hjælpe andre mennesker, jeg har flere kræfter, og jeg lytter til mig selv.”

”Det lys, det kan jeg se, og jeg er helt forbavset over, at når jeg kommer hjem fra arbejde nogle gange, så er min søn begyndt at lave mad til resten af familien. Det er så dejligt at komme hjem til. Vi hjælper meget mere hinanden i huset. Min søn kommer endda og vil give mig et kys på kinden, og jeg er også blevet bedre til at give kram og omsorg til alle.”



Terapeuternes perspektiv

”Vi kan ikke udslette sporerne. Det er der ingen, der kan. De sidder helt inde i kroppen, når det er seksuelle overgreb, og vi kan ikke gå fuldstændig igennem alle fibre i kroppen og afmontere dem. Så det er et spørgsmål om at lære dem at takle det.”

”Det har været fantastiske mennesker at møde. Mennesker som tålmodigt har ventet i så mange år. Mennesker som har båret noget på deres skuldre i over 30-40 år og for første gang sætter ord på det. Selvfølgelig med det resultat, at de fuldstændig bryder helt sammen, men alligevel rejser sig op.”



Fremtiden

”Jeg er begyndt at kunne fokusere på fremtiden. Især med mine børn kan jeg snakke om, hvordan fremtiden kan se ud. Det har været en stor, stor lettelse at påbegynde behandlingen, så vi ikke kun lever her og nu uden at tænke på fremtiden”.

”Jeg har meget lyst til at leve for det første. Og så vil jeg gerne være selvstændig engang.”

”Et af de efterslæb, jeg har haft, efter de overgreb jeg har været igennem – især efter et overgreb inden jeg fyldte 18 år – har været, at jeg ikke har turde at tage en uddannelse, men efter mit forløb i Rejseholdet er jeg ikke længere bange for at tage en voksenuddannelse, for det er det, jeg drømmer om i fremtiden”.



Andre erfaringer og behov



Andre gennemgående temaer:

- Mindre vrede
- Mindre misbrug af alkohol og hash
- Bedre forhold til partner
- Ikke alene i hverdagen
- En lettere hverdag – bl.a. pga. værktøjer
- Færre selvmordsforsøg

Klienterne efterspørger:

- Mere fokus på de pårørende
- Mere fokus på børnene og de unge
- Udfordring med behandling i små samfund
- Risiko for at 'falde tilbage' i sit gamle liv, når de nærmeste ikke udvikler sig
- Har stadig behov for støtte
- Føler sig alene