



## Kære medlem

Nyhedsbrev ~ april 2014

### spor-arbejde



### International konference for traume og dissociation

*Af Karin Dyhr, forfatter og best.medlem i Spor.*

Forleden deltog jeg i den internationale konference for traume og dissociation i København, arrangeret af European Society for Trauma and Dissociation. Tre dage tæt pakkede med foredrag og workshops fra morgen til aften. På forhånd var jeg en smule nervøs for, at jeg ikke vidste nok til for alvor at kunne få noget ud af det, men det gik, med undtagelse af et enkelt foredrag, som udelukkende handlede om neurologi - 'assessment of cortical connectivity' - der måtte jeg stå af efter lidt tid, selv om det uden tvivl var både interessant og relevant.

Ellers var de grundlæggende emner arbejdet med de alvorlige tilknytningsforstyrrelser, som opstår ved traumer i barndommen som fx seksuelle overgreb, og reaktioner i form af dissociative forstyrrelser. Ikke mindst DID (Dissociative Identity Disorder) blev behandlet af mange af underviserne, og hvor var det dog en fryd at høre så mange mennesker tale så selvfølgelig om noget, som der er i Danmark er så stor uvidenhed og skepsis over for. Nogle fortalte som sagt om de neurologiske ændringer (dog ikke så kompliceret som ovennævnte!) og derefter om, hvordan man arbejder terapeutisk med mennesker, som i den tidlige barndom har fået disse alvorlige tilknytningsforstyrrelser (de talte kort sagt om en stor del af Spors medlemmer...). Den basale mangel på tillid kan give sig udtryk på mange forskellige måder, og det var spændende og lærerigt og ofte også bevægende at høre om, hvordan alle disse dygtige terapeuter arbejdede - ofte igennem mange år, som mange af os jo også har erfaring med - for at få skabt den tillid, som er så nødvendig og så vanskelig.

Langt de fleste af dem brugte hypnose i større eller mindre grad under den første fase af terapien. Ikke, som man ofte forestiller sig, for at få gamle erindringer op, men tvært imod for at give patienten værktøjer til at finde ro. Først, når der er lidt ro på hele systemet, er det tid til at gå i gang med erindringerne for at de ikke skal overvælde og derved retraumatisere.

Det var utroligt svært at vælge mellem alle de mange tilbud, der var i løbet af dagene. For mit eget vedkommende valgte jeg både efter interesser og undervisere. Når jeg nu endelig havde muligheden, skulle jeg da høre nogle af 'spidserne', som jeg har læst så meget af - John O'Neil, Colin Ross, Andrew Moskowitz, Valerie Sinason, Ellert Nijenhuis. Mennesker, som i så høj grad har lært mig, hvad dissociative forstyrrelser er og hvordan man behandler dem. De havde alle meget at sige (og alle havde alt for lidt tid!), og hvad der var en dejlig overraskelse, var, at de alle uden undtagelse var åbne for også 'dumme' spørgsmål og i øvrigt var utroligt venlige og imødekommende. Ikke nogen arrogance her.

Pauserne var også givende: at møde mennesker, som beskæftiger sig med traumer og dissociation fra Norge, Sverige, Holland, Frankrig, Japan, Israel, Baltikum m.m., og sandelig også fra Danmark! Primært psykologer, og så vidt jeg fandt ud af langt overvejende privat praktiserende - altså ikke inden for psykiatrien og ikke just gratis behandling. Men det var en rigtig stor glæde at møde nogle af dem og få snakket om, hvordan vi kan skabe nogle bedre netværk, så vi kan få glæde af hinandens viden og erfaringer.

I pauserne fik jeg også snakket med nogle om mine planer for at skrive en lille bog om dissociering (jo, jeg er begyndt!), og til min glæde var alle meget opmuntrende.

Nogle af de foredrag og workshops, som gjorde specielt indtryk på mig, var John O'Neil og Su Baker, som snakkede om arbejdet med DID patienter (en hel dags workshop) - Andrew Moskowitz, som talte om skizofreni og dissociation - Colin Ross, som snakkede om 'At tale om Gud med traumeoverlevende' - og Valerie Sinason, som talte om ofre for såkaldt 'ritual abuse', herunder sataniske sekter, child trafficking og børnepornografi. Alle sammen meget vidende, meget engagerede og glimrende formidlere.

Jeg havde egentlig tænkt, jeg ville fortælle jer nogle mere specifikke ting af det, jeg lærte på konferencen, men faktisk er det stadig sådan, her 2 døgn efter, at jeg er kommet hjem, at min hjerne er så fuld af ufordøjede indtryk, at jeg ikke er i stand til det. Måske kommer det en anden gang!

Karin Dyhr

## Velkommen til vores nye projektleder

Vi fik overvældende mange kvalificerede ansøgninger på den opslåede stilling som projektleder.

Projektlederen skal være med til at udarbejde foreningens frivilligpolitik samt styrke rammerne for foreningens aktive frivillige.

Vores nye medarbejder hedder Bolette og hun starter d. 1. maj.

## Reception

Sæt kryds i kalenderen allerede nu! **D. 14. maj kl. 15-18** afholder *Spor* reception i anledning af, at vi er flyttet i egne lokaler.



Receptionen finder sted i de nye lokaler på Grundtvigsvej 27A på Frederiksberg.

## Statistik

21 indlæg i 10 emner under 16 fora.  
Seneste indlæg var den for 13 timer siden af admin.

Vi har 38 registrerede medlemmer.

## Debatforummet på hjemmesiden

I sidste måned bød vi velkommen til vores nye debat- og samtaleforum. Der var stor interesse og mange registrerede sig som brugere allerede i de første dage.

Men det er altid svært at få et nyt forum i gang, så det er ikke helt uventet, at der ikke har været nogen særlig aktivitet på siden. Spørgsmålet er, hvordan vi får en debat i gang?

Først og fremmest kræver det, at interesserede enten tilmelder sig nyhedsfeeds eller jævnligt går ind på siden og ser om der er kommet opslag og kommentarer på dem. Vil det evt. være en god idé, hvis *Spor* laver nogle opslag med debatemner? Hvilke emner kan i givet fald være interessante?

Hvis du har kommentarer eller forslag hertil, må du meget gerne skrive i forummet eller sende en mail til [forum@landsforeningen.dk](mailto:forum@landsforeningen.dk).

## Café-møder

Sæsonens sidste cafémøde afholdes **torsdag den 10. april 2014 kl. 19-21**. Aftenens oplæg holdes af tre personer og det har titlen: 'Tre sider af samme forløb'.

Cafémøderne er for alle, der er interesseret i forskellige aspekter omkring senfølger af seksuelle overgreb. Der bliver holdt et oplæg og derefter er der tid til spørgsmål og debat med udgangspunkt i emnet. Vi sidder for os selv i et aflukket lokale bagest i caféen.

Café Cadeau er en non-profit café med frivillig arbejdskraft. Vi har en samarbejdsaftale med caféen, der går ud på, at de stiller gratis lokale til rådighed for vores møder og til gengæld køber vi drikkevarer o.a. i caféen under møderne. Priserne er meget rimelige.



Café møderne afholdes kl. 19-21 på:

[Café Cadeau](#)  
H. C. Ørstedsvej 28C  
1879 Frederiksberg

## Nordjysk Spor

Landsforeningen *Spor* har nu fået sin første lokalafdeling i Nordjylland.

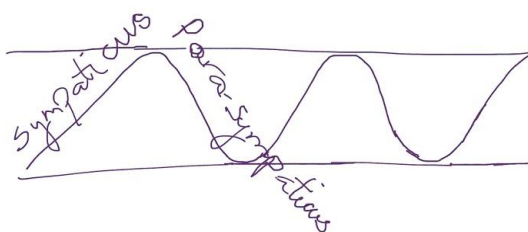
Det forberedende arbejde har været i gang det sidste halve års tid og det fortsætter stille og roligt men nu officielt i *Spor* regi.

Vi er allerede i gang med at tage de indledende skridt til at oprette en afdeling i Århus. Processen med at oprette lokalafdelinger vil fortsætte resten af året over hele landet.

## HUSK...

at meddele os, hvis du skifter mail-adresse, så du kan blive ved med at få tilsendt vores nyhedsbreve o.a.

## Autonomt Nervesystem



## Kroppens forsvarsmekanismer

På *Spors* hjemmeside ligger mange gode [artikler](#). Den nyeste er det oplæg, som blev holdt af SE-terapeut (choktraumeterapeut) Gitte D. Fjordbo på Synlighedsdagen i København sidste år.

Her fortalte hun på en forståelig måde bl.a. om, hvad et traume er, hvorfor en hændelse virker traumatiserende, hvordan traumatet påvirker hele nervesystemet også fremadrettet og ikke mindst, hvordan det er muligt at hele et traume. [Klik her](#) for at læse artiklen.

## Nyheder

Der bliver jævnligt lagt nyheder ind på [Spors Facebookside](#). Det kan f.eks. være relevante foredrag, artikler, bogudgivelser m.v.

Hvis du har noget, du gerne vil have med i nyhedsbrevet, er du meget velkommen til at sende os en mail.

## Spor foldere

Det er vigtigt, at vi får spredt kendskabet til foreningen ud over hele landet. Hvis du vil have tilsendt vores foldere til at uddele hos din læge, tandlæge, på dit lokale bibliotek, jobcenter eller andre steder, så send os en mail.



## ISARPAC / IPSICC

International School of (sexual) Abuse Related Pastoral Counseling  
International Psychotherapeutic School in Christian Culture



### Ny psykoterapeutisk uddannelse

Den certificerede psykoterapeutiske uddannelse IPSICC har fokus på arbejdet med mennesker, der er traumatiserede efter seksuelle overgreb i barndommen. Uddannelsen er baseret på det kristne menneskesyn. Der starter nyt hold i Kolding d. 2. - 9. august 2014. Uddannelsen foregår på engelsk og tages over 4 år, opdelt i 11 moduler. [Klik her](#) for at læse mere.



### Bog udgivelse

Den 2. april udkommer bogen 'Splittet - at være mor til et misbrugt barn' af Mette de Fine Licht.

I bogen gengiver journalist Mette de Fine Licht tre kvinders historier og andre pårørendes erfaringer. Bogen indeholder desuden gode råd fra en psykoterapeut.

Læs [pressemeldelsen](#), hvor Helle Borrowman, formand for *Spor*, og Kuno Sørensen, psykolog i Red Barnet, kommenterer, hvorfor denne bog er så vigtig.

Bogen har sin egen hjemmeside: [www.splittet.dk](http://www.splittet.dk).

### Livet forfra.dk

Tinnah har lavet en blog og en Facebookside, der handler om at bryde tabuet og sætte ord på livet med senfølger af overgreb omsorgssvigt i barndommen.

Links til [blog](#) og [Facebookside](#).



[www.landsforeningen-spor.dk](http://www.landsforeningen-spor.dk)

[www.synlighedsdagen.dk](http://www.synlighedsdagen.dk)

[Spør på Facebook](#)

[kontakt@landsforeningen-spor.dk](mailto:kontakt@landsforeningen-spor.dk)

[medlem@landsforeningen-spor.dk](mailto:medlem@landsforeningen-spor.dk)

[forum@landsforeningen-spor.dk](mailto:forum@landsforeningen-spor.dk)

**De bedste hilsner**

***Spør – Landsforeningen  
for voksne med senfølger  
af seksuelle overgreb***