



## Kære medlem

Nyhedsbrev ~ september 2014

### Spors tre formål

#### spor-arbejde



1) At synliggøre voksnes senfølger af seksuelle overgreb 2) At skabe rammerne for, at medlemmerne kan danne netværk og 3) At arbejde for medlemmernes interesser samfundspolitisk.

De tre formål hænger nøje sammen. Så længe et problem er usynligt, går mennesker alene med det og kan ikke dele det med andre. Det skaber en ond cirkel for ensomheden forværrer følelserne af skyld, skam og anderledeshed, der igen forstærker tabuiseringen og så fremdeles.

Derfor må problemet aftabuiseres og gøres mere alment, så mennesker får mulighed for at finde sammen med ligestillede. I kraft af fællesskabet får den enkelte mere styrke og selvværd og kan efterhånden begynde at være mere åben og ærlig om sine senfølger, hvilket påvirker omgivelserne. Åbenhed skaber en positiv cirkel for efterhånden som flere og flere tør stå frem, vil der ske holdningsændringer for åbenhed smitter og handlingslammelsen bliver brudt.

Det vil føre til, at der også politisk vil komme mere fokus på området og forhåbentligt vil det udmønte sig i, at der bliver lyttet til os og skabt bedre behandlingsmuligheder med udgangspunkt i den enkeltes behov. For at nå dertil er netværk en forudsætning og for at skabe netværk, må der ført være synliggørelse.

Det er en lang proces at bryde et tabu, der er så smertefuldt som seksuelle overgreb på børn og voksnes senfølger heraf. Emnet må afdramatiseres og ses i en større sammenhæng og helhed, så det bliver noget, det er muligt at forholde sig til. Det skal ikke handle om enkelte udsatte familier eller om det enkelte offer (som det sker i medierne) men gøres til et spørgsmål om, *hvorfor* der forekommer overgreb på børn og *hvordan* man kan ændre forudsætningerne, så det ikke fortsætter. Den viden er tilgængelig og den skal udbredes og bruges.

Anne Christensen, formand

### Aftenskole – Debat om overgreb og incest



Birkerød Fritidsskole afholder arrangementet 'Debat om overgreb og incest', **onsdag den 10. september 2014 kl. 19.00** på Birkerød Bibliotek. Pris 50,- kr.

Arrangøren skriver: "Der vises klip fra den norske dokumentarfilm: 'Mit Elskede Barn'. En film om en ung kvinde, der skal i fængsel for drab af sin far. Der vises tilbageblik på barndommen, hvor seksuelle overgreb fandt sted, fra hun var seks til 17 år og om hendes storesøster, der døde af selvskaade. En film om en dysfunktionel familie.

Et professionelt panel med mange års erfaring vil svare på spørgsmål og uddybe episoder fra filmen." [Klik her](#) for at læse mere samt for tilmelding.

## Cafémøder i København

Så er datoerne for den kommende sæsons [cafémøder i København](#) blevet fastlagt:

### - Tirsdag den 09.09.14

- Onsdag den 08.10.14
- Torsdag den 06.11.14
- Tirsdag den 09.12.14
- Onsdag den 07.01.15
- Torsdag den 05.02.15
- Tirsdag den 10.03.15
- Onsdag den 08.04.15



Møderne finder sted kl. 19-21  
på: [Café Cadeau](#)  
H. C. Ørstedsvej 28C  
1879 Frederiksberg

Sæsonens første oplæg handler om drømme og drømmetydning som en del af helingsprocessen. Oplægget holdes af en kvinde, der fortæller om, hvordan hun har arbejdet med drømmene og hvorfor det har været så vigtigt et 'redskab'. Efter oplægget er der tid til spørgsmål og debat.

Vi sidder i et lokale for os selv bagest i caféen. Vi går i gang præcist kl. 19, så kom gerne i god tid.

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.



Så er datoerne for årets Synlighedsdage rundt om i landet blevet fastsat:

[Kolding tors. d. 11. sept. 2014](#)  
[Aabenraa ons. d. 17. sept. 2014](#)  
[Århus fre. d. 19. sept. 2014](#)  
[København lør. d. 20. setp. 2014](#)  
[Aalborg lør. d. 27. sept. 2014](#)

Klik på linkene for at se programmerne for de respektive byer.

## Girl of Diamond Mountain

[En multimedia performance om seksuel misbrug og heling.](#)

**Tirsdag d. 9. september – kl. 20.00–22.00**  
Metronomen, Godthåbsvej 33, 2000 København  
**Se flere datoer og steder på hjemmesiden.**

Arrangøren skriver: GIRL OF DIAMOND MOUNTAIN er en visuel og poetisk forestilling om heling af et stadigt blødende sår i en voksen kvinde, som har brugt et helt liv på at fortrænge de seksuelle overgreb, der blev begået mod hende, da hun var mellem 4 -7 år.

Forestillingens blide musik, smukke billeder og nærmest kærlige stemninger giver plads til det personlige rum, uanset hvad man har oplevet selv, og hvor lidt eller meget man får lyst til at deltage i den efterfølgende debat. Forestillingen er dermed for ALLE, som betragter overgreb mod børn som uacceptabel adfærd.

Gratis adgang for *Spors* medlemmer.





Den årlige nationale [frivillighedsdag](#) finder i år sted d. 26. september.

Midtjysk *Spor* deltager i Århus og er lette at kende med de blå *Spor* T-shirt.

I København har vi i stedet valgt at invitere lokalpolitikerne til en kop kaffe og en snak og det er der indtil videre seks, der har takket ja til, så det er meget positivt.

I Aalborg blev der holdt Frivillig Marked d. 30. august, hvor Nordjysk *Spor* deltog.

### HUSK...

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



### Psykiatricitopmøde

Lørdag d. 4. oktober afholdes det årlige Psykiatricitopmøde på Frederiksberg Gymnasium. Årets tema er 'Inklusion'.

Mange psykiatribrugere har været udsat for bl.a. seksuelle overgreb i barndommen og ungdommen, så derfor er det meget relevant, at *Spor* i år har fået en stand på topmødet. Her vil vi glæde os til at møde både de medlemmer af foreningen, der deltager og alle andre interesserede.

Læs mere om topmødet og om tilmelding på [Det Sociale Netværks hjemmeside](#).



### Radioudsendelse om skam

I Ibens på Radio24syv d. 22. august 2014 handlede udsendelsen om skam: "Hvad er skam? Og hvad skammer vi os mest over i disse år? Har grænsen for hvad vi skammer os over rykket sig? Hvorfor skammer man sig og hvad gør det ved os når vi skammer os? Kan skam være en etisk vejleder for vores gøren og væren?". Klik [her](#) for at høre 1. time af programmet – link til 2. time findes på siden.

Forfatter til bogen [Skam - medfødt og tillært - når skam fører til sjælemord](#) Lars J. Sørensen deltager.



### 'Følelsesflashback-håndtering i behandlingen af Komplex PTSD'

[Pete Walker](#) er psykoterapeut med speciale i voksne med Komplex PTSD grundet en opvækst med overgreb og omsorgsvigt. På hans hjemmeside ligger flere artikler bl.a. '[Emotional Flashback Management in the Treatment of Complex PTSD](#)'.

En mandlig overlever har oversat denne lange tekst til dansk. Han har givet lov til, at *Spor* deler den, da der givetvis er flere af foreningens medlemmer, der kan få glæde af den. Klik [her](#) for at læse artiklen på dansk.

## Artikler om pædofili

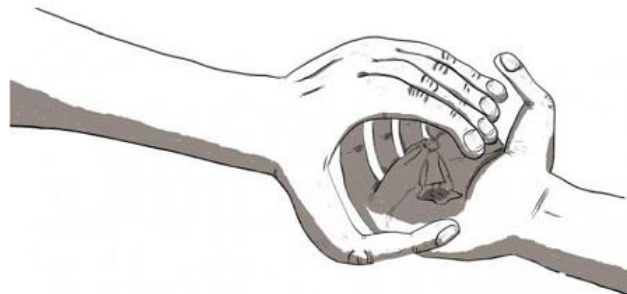
En vigtig indsats for at forebygge seksuelle overgreb mod børn er at forske i, udbrede viden om og behandle mennesker der har tanker om at begå overgreb mod børn, men som (endnu) ikke har ageret på impulsen.

Citat fra artiklen '[Problemet ingen vil forske i](#)' i Information: »Det må alt andet lige være væsentligt at forhindre, at der sker flere overgreb, og det gør man ved at forbedre behandlingen af dem, som er i farezonen for at gøre det. På den måde kan man mindske antallet af ofre. Det her burde være et højtprioriteret. Desværre er det fuldstændig underprioriteret.«

I artiklen nævnes Thomas Hammerbrink, der er specialist i behandlingen af pædofile. I antologien 'Pædofili' er der et kapitel, der hedder 'Man jager et bæst – men man fanger et menneske', der er skrevet af Thomas Hammerbrink. *Spor* har fået tilladelse til at lægge dette kapitel på vores hjemmeside. Det kan læses [her](#).

## Problemet ingen vil forske i

Hvor mange danskere har pædofile tilbøjeligheder? Hvilken type behandling virker bedst på hvilke typer sædelighedsforbrydere? Vi ved det ikke. Emnet er så tabubelagt, at kun få vil forske i pædofili og sædelighedskriminalitet – og endnu færre vil finansiere forskningen



## Nyheder

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

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

## Artikler om overvægtens kompleksitet

Artiklen '[Psyriske komponenter ved fedme](#)' er skrevet af professor Ask Elklit og psykolog Annette Ilfeldt.

Artiklen blev bragt i Psykolog Nyt tilbage i 2006, men er lige relevant i 2014. Fedme bliver stadig betragtet som et spørgsmål om overspisning og der er slet ikke forståelse nok for kompleksiteten og de traumer, der ofte ligger bag.

Det samme fokus har artiklen '[Social utryghed skaber fedme](#)'. Artiklen er fra Information og også af lidt ældre dato men de problematikker der nævnes er bestemt ikke mindre aktuelle i dag:

"Fedme skyldes hverken dovenskab eller overspisning, men meget mere avancerede mekanismer. Social og psykologisk usikkerhed, som for eksempel kan være affødt af en neoliberal velfærdspolitik, spiller en vigtig rolle, siger den internationalt anerkendte fedmeforsker Thorkild I.A. Sørensen."



## Spors 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.

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

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

[Spors på Facebook](#)

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

**De bedste hilsner**

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