



## Kære medlem

Nyhedsbrev ~ Februar 2014

### Om relationer og netværkskabende aktiviteter

#### spor-arbejde



Et barn der udsættes for misbrug og overgreb mister den helt basale tryghed og tillid til sig selv, til andre mennesker og til livet. Dette tab af tryghed og tillid har grundlæggende indflydelse på, hvordan man kommer til at relatere både til sig selv og andre men også, hvordan man forholder sig til verden og livet. Det er ikke mærkeligt, at mange oplever, at vanskelighederne i relationer til andre mennesker er den mest belastende senfølge.

Det er vigtigt for alle mennesker at have relationer, hvor man kan opleve en positiv spejling og genkendelse, så man kan være sig selv. Desværre oplever mange, at de må opretholde en facade og holde sig selv skjult.

Tabuiseringen af seksuelle overgreb gør det endnu vanskeligere for voksne med senfølger at finde ligestillede at være sammen med. Derfor er det ene af *Spor*'s tre formål, at vi vil arbejde på at skabe rammer for, at medlemmerne kan danne netværk og derved mødes med ligestillede.

Dette sker bl.a. ved at afholde Synlighedsdagen og café-møder. Vi arbejder på, at få disse aktiviteter til at brede sig ud i landet gennem frivillige, der kan sørge for lokal forankring. Derudover regner vi med, at vi senere i år kan afholde et årsmøde for alle interesserede medlemmer.

Helt konkret har vores formål om at skabe rammerne for at danne netværk ført til, at *Spor* nu kan lancere en ny hjemmeside med tilhørende debatforum. Erfaringer fra andre fora af denne art viser, at det kan være af uvurderlig betydning at få kontakt med ligestillede over nettet, hvor man kan være anonym. For nogen fører det til, at relationer fra nettet bliver udviklet, så man mødes i virkeligheden. For andre kan kontakten over nettet føre til, at det efterhånden bliver lettere at skabe og opretholde jævnbyrdige relationer til andre mennesker 'ude i verden'.

Vi forventer, at forummet bliver åbnet d. 27. februar. Vi håber, at mange af Jer vil få glæde af det.

#### 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.

#### HUSK...

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

## Café-møder

Næste café-møde afholdes **tirsdag den 11. februar 2014 kl. 19-21**. Aftenens emne er 'Relationen til kolleger'. Lissi fortæller om, hvordan hendes arbejdsliv påvirkes af senfølger og hvordan hun oplever, at relationerne til andre 'ude i verden' skaber konstante udfordringer. En kollega deltager.

Møderne 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

De to sidste møder i sæsonen finder sted:  
Onsdag d. 12.03.  
Torsdag d. 10.04.



### Weekend kurser

KRIS - Kristen terapi og Rådgivning for Incestofre og Seksuelt misbrugte - indbyder til to weekendkurser med præst og terapeut Téo van der Weele.

Kurserne henvender sig til alle interesserede, og der kræves ingen særlige forudsætninger for at deltage. Kurserne kan give håb og inspiration til mennesker, som har været udsat for svigt, f.eks. seksuelt misbrug, fysisk eller psykisk vold, åndelige overgreb eller andre former for svigt. Også sjælesørgere, rådgivere og terapeuter vil kunne få inspiration. Læs mere om kurserne [her](#).



### Støttegruppe for kvinder

KRIS' afdeling i Århus opretter en ny støttegruppe for kvinder, der har været udsat for seksuelt misbrug. Det første møde finder sted mandag den 17. februar kl. 19.00. Det er gratis at deltage i støttegruppen. Læs mere [her](#).

### 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.



## Foredrag

Hanne Mulvad Nielsen har skrevet bogen 'Send lagkagen rundt igen' om overgreb og omsorgssvigt i den udadtil så pæne middelklassefamilie.

På bogens hjemmeside har Hanne en [blog](#), hvor hun deler tanker og overvejelser.

Hanne holder foredrag i Kolding d. 25. februar. Læs mere [her](#).

## TV: "Sig det ikke til nogen"

I marts måned er det 10 år siden, at DR bragte fire dokumentarprogrammer under titlen: "Sig det ikke til nogen". I programmerne trådte fire mænd frem og fortalte deres overgrebshistorier.

Der er ingen tvivl om, at disse udsendelser havde stor betydning og var med til at skabe bevidsthed om, at drenge også udsættes for overgreb, at kvinder også kan være krænkere og at seksuelt misbrug sætter dybe spor.

Udsendelserne kan genses [her](#).



## Udgivelse:

### "Voksne med senfølger efter seksuelle overgreb - Sociale indsatser, der virker"

Socialstyrelsen har udgivet dette vidensnotat til udvikling og planlægning af den kommunale indsats overfor voksne med senfølger efter seksuelle overgreb:

Socialstyrelsen skriver i indledningen: "I dette vidensnotat beskrives aktuel viden om sociale indsatser, der virker i forhold til mennesker med senfølger efter seksuelle overgreb. Notatet retter sig især mod kommunale mellemledere, fagkoordinatorer og udviklingskonsulenter, der arbejder med at planlægge og udvikle den sociale indsats over for målgruppen."

Udgivelsen kan downloades gratis [her](#).

## Norsk artikel: Hvem eier skammen?

Denne [artikel om skam](#) er absolut værd at læse.

*"Hvis jeg sårer deg, ler av deg eller stenger deg ute, så er det galt. Da bør jeg føle skyld. Hvis jeg ikke gjør det, kan min urett bli din skam, din følelse av at det er noe galt med deg."*

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

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

[Spor på Facebook](#)

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

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

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