25 år med Kvisten

Jubilæumsskrift 1998-2023

Kvisten

25 år med Kvisten

Jubilæumsskrift 1998-2023

Kvisten

Terapi til ofre for seksuelle overgreb

Indhold

Tak for de første 25 år 3

Ingen skal kæmpe alene
med senfølger fra seksuelle overgreb 4

Kvistens værdigrundlag 5

25 års udvikling 6

Et fundament af høj faglighed og frivillighed 8

Samfundsansvar med landsdækkende indsatser 11

På vej mod nye faglige standarder 12

Udviklingsprojekter 13

Viden om seksuelle overgreb 15

Taskforcen tager et opgør med myterne 16

Oles historie 18

Kvistens tilbud 19

Senfølger 23

Effekter af et forløb 24

Støt Kvistens arbejde 26

Tak. 28

Redigeret af Cecilie Davidsen Høj
Grafisk tilrettelagt af Dissing Grafik
Trykt hos Vibla
Oplag 3.000 ex
Marts 2023

KVISTEN

Tlf: 88 44 81 40
E-mail: info@kvistene.dk

Baldersvej 12
8850 Bjerringbro

www.kvistene.dk
facebook.com/Kvistene

Tak for de første 25 år

For 25 år siden spirede det frø, der skulle blive til Kvisten. Nu må jeg knibe mig i armen, når jeg tænker på, hvor meget der siden er sket.

I dag tilbyder Kvisten individuel terapi, terapi i mande- og kvindegrupper, åbne træf i hele landet, ugentlig telefonrådgivning, pårørenderådgivning, Taskforceoplæg, temadage, exitprostitution og seneste skud på stammen er ungerådgivning til forebyggelse af byttedating.

Det skyldes ikke mindst jer, psykoterapeuter, psykologer og den erfaringsbaserede Taskforce, der har lagt timevis af uegennyttigt, frivilligt arbejde i at hjælpe voksne med senfølger fra seksuelle overgreb i barndommen og ungdommen. Sammenlagt udgør I mere end 100 mennesker, der bidrager med hver jeres sæt af kompetencer.

Tildelingen af Tine Bryld Prisen i 2015 blev et vendepunkt. Anerkendelsen og omtalen, der fulgte efter, var for alvor med til at sætte Kvisten på landkortet. Siden har vi haft fokus på at opbygge en organisation, der kan bære større projekter, som i stigende grad gør os i stand til at løfte et samfundsmæssigt ansvar.

Da vi startede vores første deciderede projekt i 2014, en opsporende indsats over for mænd, fik det stor opmærksomhed, og sammen med Tine Bryld Prisen banede det vejen til, at vi i 2017 fik en fireårig finansiering særligt til mænd fra Satspuljen, der senere blev til en finanslovsbevilling.

I dag udgør kvinderne 80 procent af vores brugere, og derfor ligger der en vigtig opgave i til stadighed at sikre finansiering til behandling af alle vores brugere – uanset hvilket køn, de har. Projektmidler er ikke driftsmidler, og sikringen af den basale drift og det faglige niveau koster penge.

Gennem årene har vi modtaget en stribe donationer til geografisk udbredelse af Kvistens tilbud og andre udviklingsprojekter. Takket være store og små fonde, puljer, loger, private donationer mm. – ingen nævnt, ingen glemt, står vi, hvor vi gør i dag.

Én donation skal alligevel nævnes, fordi den er et nybrud inden for fondsverdenen.

Jeg vil gerne ytre en særlig tak til Poul Due Jensens Fond, der i 2021 lancerede tillidsbaserede donationer. Kvisten fik den ære at blive en af de første modtagere af en sådan donation. Som navnet tilsiger, er bevillingen baseret på tillid og har ikke krævet forudgående ansøgning, og pengene kan derfor gå direkte til målgruppen og udvikling af organisationen.

Ingen skal være i tvivl om trygheden og kvaliteten i de tilbud, de møder i Kvisten. Ekstern supervision og efteruddannelse via Kvisten Akademi er iblandt de tiltag, vi er rigtig stolte af at udbyde til vores frivillige terapeuter. Supervision er med til at sikre, at ingen føler, at de står alene med deres opgave. Det kommer både dem selv og klienterne til gavn.

På den politiske scene, i medierne og som samfund er vi blevet bedre til at tale højt om senfølger. Senest er det kommet til udtryk i form af en national handlingsplan. Vores Taskforce gør et uvurderligt stykke arbejde for at italesætte senfølger, og mange bliver overrasket over, hvad det kræver at få et godt liv. For nogle handler det om at gennemføre en uddannelse og blive selvforsørgende – andre om at overleve.

Tak til de politikere, der tager senfølgeramte alvorligt og erkender, at hjælp altid kan betale sig – menneskeligt som økonomisk. Tak til brugere, nuværende som tidligere, der giver sig tid til at komme med feedback. Tak til jer frivillige behandlere og Taskforce, der er med til at gøre en stor forskel i andre menneskers liv.

Med ordentlighed, autenticitet og værdygtighed sikrer I det, Kvisten er sat i verden for – at hjælpe voksne med senfølger tilbage til livet.

Lisbeth Høstgaard Møller, direktør

Ingen skal kæmpe alene

med senfølger fra seksuelle overgreb

Vrede, skam og ensomhed. Det er bare nogle af de følelser, som rumsterer indeni, når man har været udsat for seksuelle overgreb. Op til 80 procent af dem, der har været udsat for et eller flere seksuelle overgreb i deres opvækst, udvikler senfølger. Mange har svært ved at få en hverdag til at fungere, isolerer sig, dropper ud af uddannelser, mister jobbet og mister lysten til livet.

Siden 1998 har Kvisten på hovedsageligt frivilligt initiativ hjulpet voksne, der har været udsat for seksuelle overgreb i deres barndom og ungdom, til et bedre liv. Vores terapeuter har alle en godkendt psykoterapeutisk eller psykologuddannelse bag sig, de skal gennemføre et uddannelsesforløb i Kvisten Akademi, ligesom de får adgang til supervision, erfaringsdeling og sparring, så vi i Kvisten altid kan garantere et højt fagligt niveau i vores behandling og rådgivning.

I dag rummer Kvistens tilbud individuel terapi, terapi i mande- og kvindegrupper, ni åbne træf i hele landet, ugentlig telefonrådgivning, Taskforceoplæg, pårørenderådgivning og senest også ungerådgivning til forebyggelse af byttedating. I 2022 modtog 552 brugere behandling og rådgivning i Kvisten.

– Jeg er en fighter, der gennem otte år var udsat for grænseoverskridende og seksuelle overgreb. Mine primære senfølger, angst og manglende evne til at mærke og udtrykke mine grænser, fik mig til at kontakte Kvisten, hvilket har betydet alverden for mig. Terapien har hjulpet mig med at finde mig selv, og jeg er nu både gladere og mere rolig i mit liv.

Janni Sørensen, Kvistens Taskforce

– Min terapeut gjorde mig bevidst om, hvordan jeg kunne finde min egen identitet. Hun hjalp mig med at stole på mine kropslige følelser, så jeg ikke kun befandt mig i sindet. Hun har hjulpet mig med at finde nogle af de svar, jeg søgte fra fortiden, men ikke havde mental adgang til.

Maja Leonhardt, tidligere bruger i Kvisten

– Min terapeut er det menneske, der kender mig allerbedst. Her har jeg turdet være mest sårbar. Jeg takker hende dagligt. Hun har lært mig at sætte grænser, selvom det kan være svært for andre, når jeg sætter foden ned. Det føles som en lille sejr hver gang.

Eva Jensen, Kvistens Taskforce

Kvistens værdigrundlag

Ordentlighed

Alle, der henvender sig til Kvisten, skal opleve at blive set og hørt på en ordentlig måde og vil blive mødt med høj faglighed og tilbud af høj kvalitet. Vi ser mennesket bag udfordringerne, og vi anerkender dig, som du er. Kvisten er en forening, du kan regne med, og en forening bliver drevet på en ordentlig måde.

Værdygtighed

Værdygtighed er bæredygtighed på et medmenneskeligt plan. I Kvisten er vi bevidste om kroppens emotionelle signaler og vi arbejder for, at alle får kontakt til egen essens i forhold til at bevare ro og nærvær i komplekse situationer og til at udvikle empati, forståelse og selvreflektion. Vi vægter samhørighed og gensidig respekt mellem alle i organisationen og balance i hverdagen for frivillige og ansatte.

Autenticitet

At kunne arbejde autentisk forudsætter høj integritet, ægthed og oprigtighed. I Kvisten står vi inde for det, vi gør og vi arbejder for at være nærværende i relationer og til stede i nuet. Vi udviser omsorg og empati overfor hinanden i respekt for, at vi har forskellige følelser, drømme, ønsker og behov. Alle er ligeværdige i Kvisten.

25 års udvikling fra 1998-2023

1998
Kvisten stiftes i Aarhus under navnet Mælkebøtten

2006
Kvisten Viborg stiftes og etablerer behandlingstilbud i Nykøbing M, Silkeborg, Skive og Viborg

2006
Kvisten Randers stiftes

2007
Kvisten Viborg etablerer behandlingstilbud i Holstebro

2009
Kvisten Viborg etablerer første terapigruppe kun for kvinder

2009
Kvisten Randers ophører

2010
Kvisten Viborg etablerer behandlingstilbud i Thisted

2012
Kvisten Viborg genetablerer behandlingstilbud i Randers

2014
Kvisten Viborg etablerer behandlingstilbud i Aalborg og Grindsted

2014
Kirsten Mahler modtager Serapionsprisen for sit frivillige arbejde i Kvisten

2014
Kvisten Viborg starter sit første projekt op med en målrettet indsats overfor mænd – heraf etableres Taskforcen

2015
Fire modige mænd fra Kvistens Taskforce står frem i Aftenshowet på DR og får telefonerne til at kime med mænd, der har brug for hjælp

2015
Kvisten Viborg modtager 500.000 kroner fra Tine Bryld prisen

2015
Kvisten Viborg opretter foreningskontor i Bjerringbro

2015
Poul Due Jensens fond støtter etableringen af Kvisten Viborgs tilbud i Nordjylland

2016
Kvisten Viborg fejrer 10-års jubilæum

2016
Kvisten bevilges midler fra Satspuljen fra 2017 – 2020 til en særlig indsats målrettet mænd.

2016
Med nyheden om satspuljemidler på vej, beslutter bestyrelsen at forene Kvisten Viborg og Kvisten Aarhus under ét samlet navn; Kvisten

2016
Første lønnede medarbejder ansættes pr. 1. november 2016

2016-2018
Trygfonden Midtjylland støtter udvikling af Kvisten i regionen

2017
Med aktiviteter i Hovedstadsområdet kan Kvisten nu betegnes som et landsdækkende tilbud

2017
Det udpeges to eksterne medlemmer til bestyrelsen

2018-2022
Trygfonden Region Nordjylland støtter Kvistens udvikling i regionen

2018-2022
Trygfonden region Syddanmark støtter Kvistens udvikling i regionen

2019-2020
Trygfonden Region Hovedstaden støtter Kvistens udvikling i regionen

2019-2021
Kvisten går ind i projektet Forebyggelse af Gråzoneprostitution – Unge i Gråzonen: En opsøgende indsats blandt unge med seksuelt bekymrende adfærd. Projektet finansieres af Socialstyrelsen.

2019
Kvisten inviterer til det første træf – det sker i Aarhus i 2019, og det er for mænd

2020
Kvisten indgår i projekt FORandring i Aarhus for personer, der vil ud af prostitution. Projektet finansieres af Socialstyrelsen

2020
Kvisten opstarter mandetræf i Lyngby

2020
Trygfonden Region Sjælland støtter Kvistens etablering på Sjælland

2020-2023
Kvisten modtager midler fra Rådet for Offerfonden til at videreudvikle og kvalitetssikre Kvistens tilbud

2021
Kvisten får midler fra Social- og Ældreministeriets Handlingsplan til styrket indsats for mænd med senfølger efter seksuelle overgreb i barndom og ungdom

2021
Under coronanedluknin-gerne etableres et online mandetræf, der nu er permanent

2021-2025
Kvisten kommer på Finansloven med midler til mænd

2021
Kvisten udgiver "Der er et håb" som afslutning på den fireårige periode med Satspuljemidler møntet en særlig indsats overfor mænd.

2021-2022
Trygfonden Region Midtjylland støtter udviklingsprogram til rekruttering og fastholdelse af frivillige

2021-2022
Kvisten etablerer kvindetræf i Køge, København og Herning

2022
Kvisten sætter ny rekord. I 2022 modtog i alt 552 brugere behandling eller rådgivning.

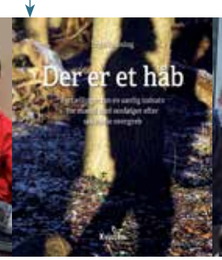
2022
Kvisten opstarter fællestræf i Thisted for alle køn

2022-2023
Kvisten modtager en tillidsbaseret donation fra Poul Due Jensens Fond

2023
Kvisten deltager i projekt Forebyggelse af byttedating, der er finansieret af Socialstyrelsen

2023
Kvistens Taskforce har pr. 1. marts 2023 afholdt 145 oplæg i hele landet siden opstarten

1998 · 2006 · 2007 · 2009 · 2010 · 2012 · 2014 · 2015 · 2015 · 2016 · 2016 · 2017 · 2018 · 2019 · 2019 · 2019 · 2020 · 2020 · 2021 · 2021 · 2022 · 2023



Et fundament af høj faglighed og frivillighed

Kerneydelsen i Kvisten er psykoterapeutisk behandling og rådgivning. Arbejdet udføres på frivillig basis og efterhånden også en del som lønnet projektarbejde.

I bestræbelserne på at sikre kvaliteten i arbejdet er efteruddannelsen blevet sat i system i Kvisten Akademi. Siden 2020 har vi arbejdet målrettet på at få akkrediteret Kvistens tilbud via RådgivningsDanmark for at kunne dokumentere, at Kvistens rådgivning lever op til en række kvalitetsstandarder inden for rådgivningsbranchen.

I Kvisten er den psykoterapeutiske behandling koncentreret om tre fokusområder: Traumebehandling, seksualitet og gruppeterapi.

Fokusområderne afspejles i uddannelsesforløbene i Kvisten Akademi, som alle frivillige skal igennem.

– Når man har været udsat for noget så smertefuldt, som vores klienter har, så lukker man af. Man mærker ikke noget i kroppen længere. Det vil sige, at det kompas, der normalt fortæller dig, hvad der kan gøre dig glad, stresset, ked af det eller lignende, har de mistet. Derfor er der brug for at få etableret tryghed, før terapien overhovedet kan begynde. Hvis klienter kommer til os, så skal de være sikre på, at vi behandler dem meget nænsomt og kærligt.

– Det kræver stor opmærksomhed og varsomhed som terapeut at balancere antallet af klienter. Får du overbalance, mister du din føling med din klient og muligheden for at trænge ind og være til stede sammen med vedkommende. Det er af allerstørste vigtighed, at vi bevarer opmærksomheden og følingen med os selv, så vi ikke mister muligheden for at kunne være autentisk og nærværende i behandlingen. Supervisionen hjælper mig til at mærke, hvornår jeg er kørt fast og til at komme videre.

– Jeg kan mærke på klienten, at der sker fremskridt, når vedkommende begynder at sætte spørgsmålstegn ved de ting, jeg siger. Det er tegn på indre styring, og at de ikke er bange for disharmoni. Når de udvikler sig fra at sige dét, de tror, jeg gerne vil høre, til at sige: "Henrik, jeg er lidt i tvivl, om du kan rumme det her", så er det et godt tegn.

Henrik Buskov, psykoterapeut og underviser i Kvisten. Har gruppeterapi i Holstebro, Herning og Silkeborg

– Terapien kan gøre, at man bliver mødt, set og hørt. Langsomt kan man selv begynde at mærke efter selv.

– Hvis man kropsligt ikke får lov at vokse op i fred, og ens naturlige udvikling forstyrres, så bliver ens naturlige reaktionsmønstre sat ud af kurs. Man kan blive så ødelagt, at man ikke kan mærke sig selv og sin krop. Det allerbedste som terapeut er at være vidne til den udvikling, der sker, når der kommer liv og lys i øjnene og det ægte menneske, som i årevis har været skjult, begynder at træde frem.

– Mit vigtigste redskab er min intuition. Og så hjælper det at etablere et fælles udgangspunkt, en fortælling, man kan tale ind i, som sætter nogle tanker i gang. De fleste ser meget eftertænksomme ud og nikker, så jeg kan som regel se, når der sker noget indeni. Alle er forskellige og det, der er rigtigt for den ene, er ikke nødvendigvis rigtigt for den anden. Derfor giver det også god mening, at vi kontinuerligt får adgang til ny viden via kurser – herunder chok release.

Helene Skoubo, psykoterapeut i Kvisten. Har individuel terapi i Nykøbing

Udvikling i et fagligt fællesskab

Som udbyder af behandling til en sårbar målgruppe er vores troværdighed vores største styrke. Det er vigtigt, at brugerne har tillid til, at den behandling, vi udbyder i Kvisten, er af høj kvalitet.

Kvisten Akademi

I Kvisten Akademi udvikler terapeuterne deres kompetencer, øger deres viden og får en fælles referenceramme for behandling og rådgivning af voksne med senfølger fra overgreb i barn- og ungdom. Dette med henblik på at sikre ensartethed i det faglige niveau og de nødvendige kompetencer til at behandle og rådgive senfølgerramte ofre for seksuelle overgreb.

Foruden det fagligt stærke netværk, der opstår i Kvisten Akademi og under supervisionerne, sparrer terapeuterne med hinanden og deres koordinator. På daglig basis kan man som terapeut i Kvisten blive konfronteret med barske skildringer om seksuelt misbrug, og det nødvendiggør en sikker opbakning.

Derfor deltager terapeuterne i:

- Supervision med reflekterende teams
- Efteruddannelse i Kvisten Akademi
- Et stort fagligt fællesskab med de andre frivillige
- Faglig sparring med terapeutkolleger og koordinatorer

Supervision i Kvisten varetages af uddannede, eksterne supervisorer.

Frivilligstrategi

Vi arbejder kontinuerligt med at sikre de bedst mulige betingelser for både behandlere og klienter. Det gør vi blandt andet gennem en frivilligstrategi med fokus på fire temaer:

- Terapeuters engagement og tilfredshed
- Kompetenceudvikling
- Rekruttering af nye frivillige
- Udbrede kendskabet til Kvisten

Med fokus på trivsel, motivation og høj tilfredshed er vores mål at rekruttere og fastholde flere frivillige. Det er vigtigt for at sikre en høj kvalitet i den psykoterapeutiske behandling og for at fastholde Kvistens position som en attraktiv organisation at være frivillig i.

Frivilligkoordinatorerne er klar med sparring og rådgivning, og de støtter op om de frivilliges faglige udvikling og trivsel. Vi lægger vægt på faglige og sociale fællesskaber og inddragelse i udviklingen af organisationen.

– Som frivillig udvikler jeg mig både på det personlige og det faglige plan, og det er spændende, udfordrende og givende. Det er et stort privilegie at være frivillig i Kvisten, fordi jeg får adgang til kurser og efteruddannelser, herunder individuelle moduler i seksualitet og helt nye redskaber til forløsning af chok og traumer. Jeg har fået et meget større fagligt fundament at stå på!

Tali Aviram, frivillig psykoterapeut i Kvisten, Lejre

– Inden jeg blev frivillig havde jeg tanken om, hvorvidt jeg var i stand til at klare de 'tungere' opgaver, men heldigvis valgte jeg at tro på mig selv og sige ja. Jeg er imponeret over, hvor stærk organisatorisk Kvisten er med at tilbyde relevante, faglige kurser og give os muligheder for at sparre med hinanden.

Carsten Hjort, frivillig psykoterapeut i Kvisten, Esbjerg

Samfundsansvar
med landsdækkende indsatser

Ingen skal kæmpe alene med senfølger fra seksuelle overgreb – det er det motto, Kvisten arbejder ud fra. Derfor forsøger vi også konstant at forbedre vores indsatser og lokaliserer løbende missing links; særlige behov, der trænger til at blive udviklet inden for Kvistens formål.

Et af dem er at udbrede vores tilbud til at omfatte alle landets kommuner, så vores klienter ikke skal overkomme lange rejseafstande for at få behandling. Grundtanken i Kvisten er den nære behandling, og derfor er vi stolte af vores decentrale struktur, der pt. muliggør behandling for brugere fra hele 76 kommuner. Det er kun muligt takket være vores frivillige behandlere, der tilfører en unik bredde i kraft af deres i alt 46 bopælskommuner.

Vores erfaring gør os i stand til at rette vores tilbud både mod mænd og kvinder. Der kan være væsentlig forskel i, hvordan kønnene oplever deres senfølger, for konsekvenserne afhænger ikke nødvendigvis af overgrebet, men kan være betinget af omverdenens reaktion og følelsen af skyld og skam. Mange – særligt mænd – mødes af stigmatisering og problematiske fordomme, som afholder dem fra at fortælle, hvad de har været udsat for.

Det er vores fornemmeste opgave at rejse problematikken på et nationalt plan, så vi undgår at sætte flere mennesker i en unødvendig klemme, fordi de bærer på en skam over de overgreb, de er blevet udsat for. Vi er med til at skabe håb for både mænd og kvinder, der oplever at blive mødt af stigmatisering og fordomme i samfundet.

– Det særlige ved Kvisten er, at vi lytter til vores brugere. Vores ekspertise bygger på både faglighed og erfaring, og vi vil være eksperter i at bruge begge dele. Vi tager et opgør med omverdenens frygt for at prikke til smerten, og så skal vi kontinuerligt insistere på at punktere myterne, der klæber til ofre for seksuelle overgreb.

Kurt Kyed, bestyrelsesmedlem i Kvisten

På vej mod nye faglige standarder

Bestyrelsesformand Karen Klint har ordet

I kampen mod senfølger fra seksuelle overgreb i barndom og ungdom spiller Kvisten en rolle, der vækker respekt helt ind i de profilerede rækker på Christiansborg. Da Kvistens daværende bestyrelse i 2018 havde Karen Klint (S) i kikkerten som ny bestyrelsesformand, kendte hun ikke til Kvisten i forvejen. Det gjorde til gengæld partikollegaen Pernille Rosenkrantz-Theil (S) som med indsigten fra socialudvalget havde rosende ord til overs for organisations arbejde.

Sådan gik det til, at Kvisten fik en bestyrelsesformand, der både sparkede døre ind til den politiske scene og havde erfaring fra socialområdet med sig. Siden er der gået fire år, og Karen Klint har valgt at takke af som formand – og hun giver Kvisten følgende ord med på vejen:

– Kvistens styrke ligger i, at vi repræsenterer det brede civilsamfund. Nogle borgere vil have nemmere ved at henvende sig til en civilsamfundsorganisation end i et sundhedssystem, hvor tingene bliver journalført. Vi udfylder en vigtig plads for det frie valg på linje med NGO'er. Når samfundet er bredt, skal vi give plads til de mennesker, som har behov for nicher for at få hjælp.

– Nu har vi nået en størrelse, ikke mindst med en administration og et kontor, der kan bære det, hvor vi kan spille en større rolle i forebyggelse og sætte en ny faglig standard. Vi er altid en garant for troværdighed, og jeg forestiller mig, at vi kan føje endnu et blad til Kvisten med flere indsatser målrettet de unge.

– Vi skal være med i oplæringen om, at det er OK at sige nej. Det er ikke altid den voksne, der bestemmer. Din krop vil altid være din.

Karen Klint, bestyrelsesformand

Udviklingsprojekter

I en tid med coronapandemier, krig, klimakriser og #metoo-bølger er den eneste konstant den evige forandring. I kraft af Kvistens agilitet spiller vi en vigtig rolle i alt lige fra særlige indsatser til mænd til aftabuiseringen af sejlivede myter, exitprostitution og indsatser mod byttedating. Kvistens kernemålgruppe er voksne over 18 år, men i løbet af de seneste år er feltet udvidet med forebyggende indsatser målrettet en yngre målgruppe.

– Vi forudser, at mange unge vil komme til at opleve grænseoverskridende situationer i forbindelse med byttedating, som kan give skader på lang sigt. Hvis vi kan være med til at forebygge det, kan vi gøre en stor og vigtig forskel.

Lisbeth Høstgaard Møller, Kvistens direktør

Januar, 2023: Produktion af video til projekt Forebyggelse af byttedating til brug på Kvistens sociale medier. Her ses skuespiller og lydmand, der gør klar til at optage en skildring af byttedatingmiljøet. Impuls Film står for produktionen.

Ungerådgivning – forebyggelse af byttedating

Måske er det blevet sværere at være ung og sætte grænser. Sociale medier og stigende forventningspres stiller store krav til nutidens unge, og flere og flere mistrives.

Kvisten er en del af et landsdækkende projekt, som er finansieret af Socialstyrelsens pulje Forebyggelse af prostitutionslignede relationer blandt unge.

Projektet forebygger byttedating – også kendt som sugardating – blandt unge mellem 15 og 30 år. I Kvistens Ungerådgivning, der består af et 12 ugers gruppeforløb, inviteres unge til psykoedukation og rådgivning om seksualitet, grænsesætning, behov, følelser og tanker.

Projektet skal hjælpe de unge med at bryde usunde mønstre, seksuel risikoadfærd og til at udleve en sund seksualitet. I projektet samarbejder Kvisten med flere kommuner.

FORandring

I samarbejde med Aarhus Kommune, RedenUng og Liva-Rehab er Kvisten en del af projektet FORandring målrettet personer, der vil forandre deres liv og mindske eller helt stoppe med at udveksle seksuelle ydelser for penge, rejser, gaver, stoffer eller andet.

Kvisten tilbyder individuel psykoterapi og gruppeterapi på baggrund af viden om, at mange af dem, der sælger sex eller udveksler seksuelle ydelser, har en historik med overgreb og svigt i deres opvækst. Mange af dem kæmper i dag med senfølger, som påvirker livskvaliteten og trygheden i deres relationer – ikke kun til andre, men også til dem selv.

Gennem et tæt samarbejde tilbyder parterne i projektet en koordineret helhedsindsats til borgerne.

Psykoterapeuterne Lisbeth Kaasgaard og Marianne Kaufmann er projektterapeuter fra Kvisten, og de tillægger det stor værdi, at parterne i projektet sammen kigger hele vejen rundt om borgeren. Lisbeth Kaasgaard fortæller:

> – I projektet står vi sammen med borgeren i dét, han eller hun går igennem. Vi kigger hele vejen rundt, og terapien står ikke alene. Projektet når ud til nogle mennesker, der ellers ikke vil have mod til at opsøge hjælp. Vi tilbyder et rum, hvor tabuer kan nedbrydes – og dét gør en forskel.
>
> **Lisbeth Kaasgaard,** projektterapeut i FORandring

FORandring startede i juni 2020 og er blevet forlænget frem til juli 2024. Projektet har landsdækkende indsatser og er finansieret af Socialstyrelsens Exitpulje til mennesker i prostitution.

Særlig indsats over for mænd

I 2017-2020 modtog Kvisten driftsmidler fra Folketingets Satspulje til en særlig indsats over for mænd. For hvordan kunne det være, at kun fem procent af henvendelserne til Kvisten kom fra mænd, når andelen af mænd, der bliver udsat for seksuelle overgreb, er langt højere?

På den baggrund igangsatte Kvisten en særlig indsats målrettet aftabuisering af seksuelle overgreb begået mod mænd samt kanalisering af håb for et godt liv på trods af traumer og senfølger. Det førte til, at fem modige mænd stillede sig frem i bogen 'Der er et håb' (2021) som repræsentanter for et unikt indblik i behandlingsprocessen for de i alt 152 mænd, der modtog hjælp i Kvisten i projektperioden 2017-2020. Med indsatsen lykkedes det at løfte andelen af mænd i behandling fra fem procent til 34 procent.

Viden om seksuelle overgreb

1. Ti procent af danskerne har været udsat for et seksuelt overgreb. To tredjedele af dem mens de var under 18 år – hver tredje var under 15 år.
2. Langt de fleste seksuelle krænkelser eller overgreb, som børn og unge oplever, kommer ikke til myndighedernes (kommunen eller politiet) kendskab.
3. En tredjedel af ofre for seksuelle overgreb bliver udsat for fem eller flere overgreb.
4. Piger er fem til ti gange mere udsat for seksuelle overgreb end drenge. Dog er tallene behæftet med stor usikkerhed, da mange formentlig ikke angiver overgrebet.
5. Kun hver tiende ung, der bliver udsat for seksuelle krænkelser fra familiemedlemmer, har talt om det med en fra kommunen. 7 ud af 10 unge svarer, at de ikke synes, at det var nødvendigt.
6. Risikoen for at udvikle angst, depression, PTSD, dissociation eller selvskadende adfærd er større blandt børn og unge udsat for seksuelle overgreb sammenlignet med børn udsat for fysisk vold.
7. 60–80 procent af ofre for seksuelle overgreb udvikler senfølger, som kræver behandling.
8. Hovedparten af børn og unge, der udviser seksuelt grænseoverskridende adfærd over for andre børn, er eller har selv været udsat for omsorgssvigt, fysiske, følelsesmæssige og/eller seksuelle overgreb.
9. En tredjedel af børn, som har været udsat for seksuelle overgreb, udvikler seksuelt grænseoverskridende adfærd.
10. Generelt oplever vi, at antallet af henvendelser stiger år for år. Vi oplever også, at vi i perioder, hvor incest og seksuelle overgreb mod børn fylder meget i medierne, får flere henvendelser.

Kilder: 1) Seksuelle Krænkelser, Det Kriminalpræventive Råd 2017 · 2) Fysisk vold og seksuelle overgreb mod børn, ViVe 2021 · 3) Seksuelle Krænkelser, Det Kriminalpræventive Råd 2017 · 4) Senfølger efter seksuelle overgreb: En håndbog til kommunale fagprofessionelle, Socialstyrelsen 2022. · 5) Fysisk vold og seksuelle overgreb mod børn, VIVE 2021 · 6) Fysisk vold og seksuelle overgreb mod børn, ViVe 2021 · 7) Senfølger efter seksuelle overgreb: En håndbog til kommunale fagprofessionelle, Socialstyrelsen 2022. 8) Seksuelle overgreb på børn og unge, antologi 2021, Januscentret · 9) Den professionelle tvivl, Socialstyrelsen 2022) · 10) CSM 2022, Center for seksuelt Misbrugte

Taskforcen tager et opgør med myterne

Siden 2014 har en gruppe mænd været frivillige ambassadører for Kvisten, og senere fulgte kvinderne trop. Ambassadørerne er i dag bedre kendt som Kvistens Taskforce. Taskforcen står åbent frem med deres egne barske oplevelser for at afhjælpe den stigmatisering, som alt for mange voksne med senfølger fra seksuelle overgreb lider under.

Kvistens Taskforce er eksperter i at formidle, hvordan de har levet med senfølger. Som rollemodeller viser de, at det nytter at få behandlet traumer og andre senfølger efter seksuelt misbrug ved selv at tage bladet fra munden.

I 2023 består gruppen af 15 mænd og kvinder, som holder oplæg målrettet fagpersoner eller åbne oplæg for alle, der har interesse i at vide mere om at leve med senfølger.

Erfaringen har vist, at mænd er langt mere tilbageholdende med at opsøge hjælp til deres udfordringer, end kvinder er. Det til trods for, at forskningen anslår, at ca. hver tiende overgreb er begået mod en dreng.

> – Det er ikke så meget selve overgrebet, vi bliver syge af, som det er hemmeligheden, vi skal gå og bære på for ikke at blive mødt af omverdenens fordomme og stigmatisering. Det kan vi gøre noget ved gennem oplysning og debat, og det er blandt andet derfor, det er så vigtigt med Taskforcen.
>
> **Kurt Kyed**, tovholder på Taskforcen

Ifølge forskningen er piger langt mere udsatte end drenge. Dog er opgørelserne behæftet med stor usikkerhed, for der gemmer sig formentligt et stort mørketal iblandt drenge og mænd. Det kommer blandt andet til udtryk ved, at mænd er langt mere tilbageholdende med at opsøge hjælp, og i 2014 udgjorde mændene kun fem procent af Kvistens brugere.

Den problematik er heldigvis delvist afhjulpet. I dag er omkring 20 procent af de visiterede i Kvisten mænd, men det er fortsat en barriere, at mange ikke er bevidste om, at deres daglige udfordringer bunder i seksuelle overgreb begået mod dem i barndommen eller ungdommen.

Du kan aldrig vide, hvornår det indhenter dig

Når Kvistens Taskforce holder oplæg, er det med en bevidsthed om, at mange minder er fortrængt for at kunne overleve. Derfor kan minderne godt være lagret i kroppen uden at være lagret i den bevidste hukommelse. Denne intuitive mestringsstrategi kan være medvirkende til, at erkendelsen af overgrebet først kommer langt oppe i voksenlivet.

Selv om overgrebene ikke er erkendte, vil senfølgerne alligevel være der og komme til udtryk med samme styrke, som var de erkendte.

> – Det fortrængte minde eller traume kan ramme dig med 200 kilometer i timen, når det en dag bliver udløst. For det vil blive udløst. Og det er du ikke selv herre over.
>
> **Jesper Brandt,** psykoterapeut og tovholder på mandetræf i Aarhus

– Mestringsstrategier er kroppens kloge måde at holde sig i live på. Udadtil kan de virke mere eller mindre succesfulde. Nogle drikker sig igennem det, andre er arbejdsnarkomaner, men fælles for dem er, at de har en slagside, fortæller psykoterapeut og tovholder for Kvistens Taskforce, Jesper Brandt.

I Kvisten understreger vi, at det er din oplevelse, der gælder. Og vi sætter ikke spørgsmålstegn ved, hvad der er sket eller ikke er sket. Hvis du har følt dig krænket, er du krænket.

Oles historie

Jeg følte mig forkert og anderledes

I et konferencerum på Banegårdspladsen i Kolding har medlemmerne af Taskforcen, Ole Basballe Jensen og Lars Schjøtler, taget plads foran projektoren. Foran de fyldte stolerækker er de her for at sætte ord på dét, de selv har været igennem, før de langt om længe kom hertil i deres proces. I aften er deres historie omdrejningspunkt for tilhørerne.

Ole tager ordet. Han fortæller om sin barndom, der tog sin start for 62 år siden med de to første leveår på et børnehjem, født af en meget ung og forelsket mor fra Thisted. Herfra var kimen lagt til en dreng, der med Oles egne ord blev udsat for omsorgssvigt. Foruden tæsk blev han overset i hjemmet, hvor ressourcerne var knappe og opmærksomheden rettet mod Oles svagelige lillesøster, der led af en hjertefejl.

– Mine forældre gjorde, hvad de kunne. Men den dybe ensomhed husker jeg tydeligt fra min barndom. Jeg følte mig forkert og anderledes. Det tror jeg, at de fleste med senfølger kan genkende.

Derfor var det en skæbnesvanger dag, da en voksen viste ham den interesse, han som ung knægt higede efter.

> – Han behøvede slet ikke gå gennem alt det bøvl, hvor han spurgte ind til mig og købte øl og cigaretter i kiosken. Jeg var opdraget med, at man ikke sagde de voksne imod. Intet i mig havde lyst til den leg, han foreslog, vi skulle lege, men det var umuligt for mig at sige nej til ham og hans tilbud om penge.

Som 11-årig blev Ole samlet op af en murer i en varebil, som tog ham med på stop fra Thy til Hanstholm. Manden forsøgte at opbygge en relation til Ole, en proces man i dag ville betegne som grooming.

Grooming foregår ved, at den voksne opbygger en tillidsbaseret relation til barnet for derefter at overskride barnets intime grænser mere og mere.

I bilen fik manden Ole til at afklæde sig, så den lille drengekrop til sidst sad med bukserne om anklerne. Med hånden skulle han tilfredsstille manden på en afsidesliggende parkeringsplads i den beskidte murerbil.

Foruden det seksuelle overgreb fyldte skylden og skammen meget. Ole turde ikke dele oplevelsen med nogen, så han besluttede sig for at lægge det bag sig.

– Det var en tung byrde at bære ansvar og skyld for det overgreb, han udsatte mig for. Jeg havde ingen at dele det med, for ingen ville forstå dét, jeg knap nok selv forstod.

Da alt blev endnu mørkere

Manden rykkede tættere og tættere på familien i takt med, at turene i firmabilen med Ole forekom hyppigere og hyppigere. Manden optræder ofte i hjemmet og er i daglig dialog med både Oles mor og far. På den måde bliver han en af de få stabile voksenpersoner i Oles liv.

Lillesøsterens sygdom, der viser sig at være en fejl i hjerteklapperne, indhenter hende, og hun dør under en operation, der skulle have reddet hendes liv. På dette tidspunkt har Ole sommerferie, inden han skal starte i 8. klasse.

– Da min lillesøster dør, blev det ikke til at holde ud at være derhjemme. Et mørke omsluttede mine forældre, som lukkede fuldstændig ned. Jeg havde ingen steder at søge hen med min sorg. Der var bare mørkt. I og med jeg havde været udsat for overgreb, så var mine grænser væk. Jeg ender med at flytte hjem til manden, der udsætter mig for overgreb. Jeg bor hos ham, mens jeg gennemfører 8. klasse og 9. klasse. Imens står overgrebene på flere gange om ugen.

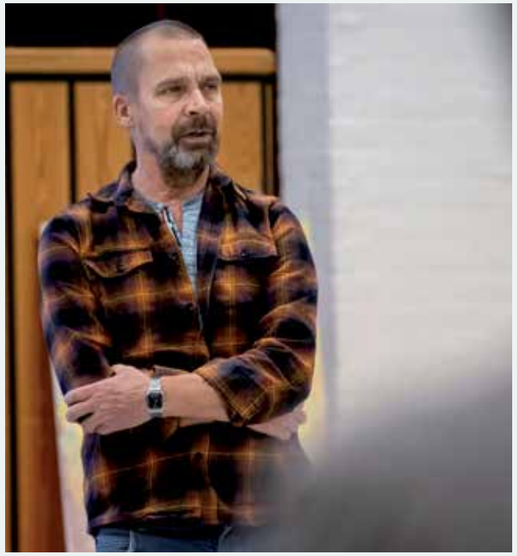
Vendepunktet

Ole synker en klump, mens han søger tilhørernes øjenkontakt. Det er ikke nødvendigt, for i lokalet i Kolding har han de fremmødtes udelte opmærksomhed. Selvom der står en voksen mand på 60 + år foran dem, så er det uundgåeligt ikke at se den lille, spinkle Ole foran sig, der higer efter voksenkontakt og omsorg.

Som 17-årig flytter Ole fra manden. Han bedøver sig med alkohol og piger, alkoholen som en mestringsstrategi, der skal holde ved og udfordre ham langt op i voksenlivet.

– Omsider bliver jeg stærk nok til at sige fra – og så skulle jeg bare væk. Ud og arbejd' og bare vider' som var den måde, man tacklede tingene heroppe, gengiver Ole med sin kendetegnende dialekt.

I en bølge af alkohol, fysisk hårdt arbejde og piger møder han kvinden, der skal blive mor til hans to sønner. Ole lever et liv som kvartalsdranker. Det har ikke været let – hverken for ham selv eller for dem, der skulle leve sammen med ham.



Opgøret

I mellemtiden har han fået to mindre brødre, som får afgørende betydning for det endelige opgør med overgrebsmanden. Hemmeligheden er fortiet, men ikke fortrængt.

– Hej Ole, det er mor. Din lillebror har fået sit første job. Han skal ud at køre med pakker med 'manden', og så kan han tjene lidt håndører samtidigt.

Ole genkalder sig opkaldet fra moren, der skar som en kniv i maven på ham. Det optændte et raseri uden stopklods.

> – Lige dér var jeg parat til at slå ihjel. Han har ødelagt mig så meget, at mit eget selvværd ikke betød en skid. Men min lillebror. Han skulle satme holde sig fra min lillebror! siger Ole om vendepunktet.

For at undgå, at hans lillebror skulle gennemgå det samme, måtte han ofre sig selv.

– Jeg måtte fortælle min mor det. Jeg måtte fortælle min far det. Og så måtte jeg fandme også fortælle det svin, at han aldrig nogensinde skulle røre min lillebror!

Beretningen er baseret på Ole Basballe Jensens erindringer om sin barndom i Thy. Det er en forpint fortælling, der aldrig involverede mord. Til gengæld er det en ærlig gengivelse af et liv med vrede, skam, død, antabus, misbrug – og vejen til ædruelighed.

Kvistens Taskforce

Ole Basballe Jensen er en del af Kvistens Taskforce, der rykker ud med oplæg i både fagligt og åbent regi for at komme fortielser, skyld og skam til livs og sætte fokus på de senfølger, der kan følge efter en barndom eller ungdom med seksuelle overgreb.

Hvis du er interesseret i et oplæg med Kvistens Taskforce, kan du kontakte os på **info@kvistene.dk**

Kvistens tilbud

Kvistens kerneydelse er psykoterapeutiske forløb. Behandlingen og rådgivningen er et tilbud til voksne, der har været udsat for seksuelt misbrug, inden de fyldte 18 år. Kvistens behandlere er uddannede psykoterapeuter eller psykologer med specialisering i psykoterapi, og vi behandler og rådgiver flere hundrede mennesker hvert eneste år. Derudover har vi fokus på at klæde fagpersoner på til bedre at kunne tage dialogen med borgere, de møder i deres virke, og henvise dem til vores tilbud.

Psykoterapeutiske forløb – individuelt og i grupper

I visitationssamtalen finder visitator og klienten frem til det tilbud, der vil være mest hjælpsomt for klienten. Visitatorens anbefaling afhænger dels af klientens senfølgeprofil og af klientens livssituation. En mulighed er at begynde med et individuelt forløb, hvor der er fokus på traumebehandling eventuelt med henblik på at fortsætte i en gruppe. Dem, der vurderes at kunne profitere af et gruppeforløb, starter op i en gruppe.

Er man ikke helt klar til at arbejde med sine senfølger, er det en mulighed at opsøge et træf, som ikke kræver visitation.

I de psykoterapeutiske gruppeforløb er der blandt andet fokus på relationelle og sociale udfordringer, selvværd og tillid. I grupperne spiller det desuden en væsentlig rolle for at komme sig, at der er mulighed for at spejle sig i hinanden og dele erfaringer.

Straksforløb

I bestræbelserne på at hjælpe så mange som muligt tilbyder vi også individuelle straksforløb, som er et afgrænset forløb mod betaling. Forløbet kan startes op kort tid efter visitationen har fundet sted.

Telefonrådgivning

Telefonrådgivningen er for voksne, der har været udsat for seksuelle overgreb i barndommen eller ungdommen.

Telefonrådgivningen er åben hver tirsdag fra kl. 17 - 20.

Ungerådgivning

Kvistens Ungerådgivning er et landsdækkende 12 ugers forløb med psykoedukation og rådgivning. Forløbet henvender sig til unge mellem 15 og 30 år, der vil lære at sætte grænser seksuelt, finde ind til eget værd og tage kontrol over eget liv.

Pårørenderådgivning

Vi tilbyder rådgivning for pårørende, uanset om vedkommende du er pårørende til modtager behandling i Kvisten. Som pårørende kan du få fem rådgivende samtaler på telefon eller online.

Taskforce

Kvistens Taskforce deler deres oplevelse af, hvordan det er at leve med senfølger fra seksuelle overgreb – og ikke mindst om, hvordan man kan bearbejde dem. Taskforcen bidrager til et opgør med skam- og skyldfølelse, og så kæmper de for at punktere myter om seksuelle overgreb gennem oplæg i hele landet. De kan bookes til både åbne oplæg og til dialogprægede oplæg målrettet fagpersoner.

Temadage og faglig sparring

Blandt fagprofessionelle indenfor de sociale, sundhedsfaglige og pædagogiske områder er der et stort ønske om og behov for mere viden om liv med senfølger efter seksuelt misbrug. Kvisten tilbyder temadage og faglige oplæg om senfølger, seksualitet og opsporing til fagprofessionelle, der ønsker konkret udbytte til brug i deres arbejde med borgere eller patienter.

Vi tilbyder desuden konkret sparring i form af fysiske møder, telefonsamtaler og lignende for fagpersoner.

– Følelsen af at dukke op til træf og være normal var for vild. Til træf snakker vi ikke om overgreb, vi snakker om, hvad overgrebene gør ved os. Mange af fortællingerne kan jeg genkende mig selv i, fra et sted jeg var for mange år siden. Det er fantastisk, men det er også trættende at tænke på det, jeg har været igennem. Fælles for mange af os er vores udfordringer i relationerne til vores nærmeste – og det er også dét, der ofte bliver et wake up call til at opsøge hjælp.

Eva Jensen, erfaringsperson i Taskforce.
Tovholder på træf i Nørresundby

Træf

Træf er et åbent, anonymt tilbud, hvor senfølgerramte kan mødes med andre, der har været udsat for seksuelle overgreb. Man mødes i et socialt og uforpligtende fællesskab, hvor der er forståelse for det at leve med senfølger. Man er velkommen – også hvis man blot ønsker at lytte. Kvisten afholder mandetræf, kvindetræf og fællestræf for alle køn ni forskellige steder i landet heraf et online.

Træf ledes af to personer, hvoraf den ene er medlem af Kvistens Taskforce og har personlige erfaringer med senfølger, den anden er en af Kvistens behandlere.

Senfølger

Senfølger har mange ansigter. Vores brugere er ofte vidt forskellige steder i deres bearbejdningsproces. For nogle er det allerførste gang, at de fortæller et andet menneske om deres overgreb, andre har arbejdet med traumerne før, og måske er der dukket nye op. Uanset kan det være forbundet med megen skyld, skam og stor overvindelse at beslutte sig for at indlede behandling.

Vi bestræber os på en behandling med ordentlighed og autenticitet, og vi prioriterer værdygtighed i vores relationer. Her kan du læse mere om, hvordan det er at være i et behandlingsforløb i Kvisten, og hvad man kan forvente at få ud af det.

Sådan kan senfølger komme til udtryk

Når man har været udsat for et seksuelt overgreb, anslås det, at mellem 60-80 procent udvikler senfølger. Senfølger kommer ikke til udtryk som én diagnose, men kan tage form som et bredt spektrum af reaktioner, der kan have alvorlige konsekvenser for den enkeltes hverdagssituation.

Senfølger kan eksempelvis opleves som:

Kognitive
i form af en række neurologiske sygdomme, såsom hukommelses- og koncentrationsbesvær, kognitive forstyrrelser, migræne og føleforstyrrelser.

Adfærdsmæssige
som social isolation og ensomhed, svagt netværk, langtidsledighed, misbrug, hjemløshed og risikoadfærd.

Fysiske
som eksempelvis fedme, type 2-diabetes, stofskiftesygdomme, kronisk træthedssyndrom.

Psykiske
herunder angst, depression, personlighedsforstyrrelser, dissociative lidelser, skizofreni, psykose, PTSD og kompleks PTSD, spiseforstyrrelser, selvskade, selvmordsadfærd.

– I dag står jeg et sted, hvor jeg vakler mellem et hensyn til sandheden og til mine børn. Jeg vil gerne fortælle om mine oplevelser til min datter, men hun er nødt til at være gammel nok. Jeg vil ikke holde det tilbage, for det er ikke noget, mine børn går i stykker af at få at vide, men jeg vil gerne være dén, der fortæller dem det.

Unavngiven tidligere bruger i Kvisten

– Al den skyld og skam, man kæmper med, sætter sig i centralnervesystemet. Man tror simpelthen, man er en skraldespand. Overgreb river ens fundament sønder og sammen. Til træf kan vi stille og roligt lægge puslespilsbrikkerne sammen via minder og sanseindtryk. Det er ikke sikkert, historien holder i retten, men du kan mærke, at der sker noget, og lige pludselig er du så langt, at puslespillet går op.

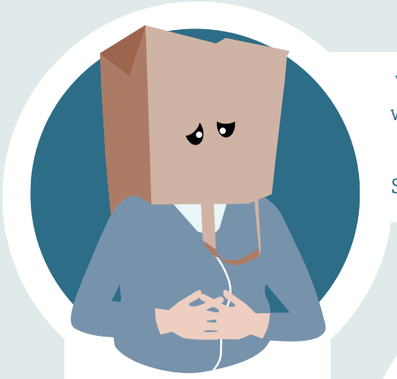
Jesper Brandt, frivillig psykoterapeut i Kvisten. Tovholder på mandetræf i Aarhus

– Jeg var selv i et meget, meget dybt hul, da min hemmelighed slap ud for små tre år siden. En hemmelighed jeg havde gemt på i 35 år. Jeg kunne dårligt trække vejret, kunne ikke stoppe med at græde, og jeg troede aldrig, jeg skulle blive et lykkeligt menneske igen. Men det blev jeg, det er jeg – og faktisk i en sådan grad, at jeg tager mig selv i følelsen af, at jeg aldrig har haft det bedre.

Helle Bundgaard, Kvistens Taskforce

Effekter af vores behandling

Ved opstart i et forløb spørger vi ind til en række parametre, der omhandler livskvalitet. De samme spørgsmål stiller vi efter endt forløb. Datagrundlaget er med til at tegne et billede af, hvordan det opleves at have senfølger målt på blandt andet følelse af skyld og skam, selvværd, job, uddannelse og livsmestring før og efter et psykoterapeutisk forløb i Kvisten.



"Jeg føler skam over at være blevet udsat for et seksuelt overgreb"

Start: 57 % · Slut: 27 %

"Jeg føler skyld over at være blevet udsat for et seksuelt overgreb"

Start: 33 % · Slut: 14 %

"Jeg er bevidst om, hvordan jeg håndterer mine senfølger"

Start: 7 % · Slut: 48 %

"Jeg har tilbagevendende selvmordstanker"

Start: 35 % · Slut: 15 %

"Jeg er afhængig af alkohol eller stoffer"

Start: 9 % · Slut: 3%

"Jeg har andre afhængigheder end alkohol og stoffer fx sport, mad sex"

Start: 26 % · Slut: 16 %

"Jeg tænker positive tanker om fremtiden"

Start: 34 % · Slut: 66 %

"Jeg føler, jeg er god nok"

Start: 44 % · Slut: 73 %

"Jeg føler mig i stand til at tage imod ros og anerkendelse fra andre"

Start: 34 % · Slut: 65 %

"Jeg føler mig i stand til at sige fra, vis en person eller situation overskrider mine grænser"

Start: 9 % · Slut: 35 %

"Jeg beskæftiger mig med ting, der interesserer mig"

Start: 42 % · Slut: 65 %

"Jeg føler mig tryg ved andre mennesker"

Start: 15 % · Slut: 31 %

"Jeg har en plan for uddannelse/arbejde fremadrettet"

Start: 53 % · Slut: 60 %

Støt Kvistens arbejde

Kvistens vision er, at ingen skal kæmpe alene med senfølger fra seksuelle overgreb. Og du kan hjælpe!

Seksuelle overgreb er ikke kun et personligt problem. Det er et samfundsmæssig problem, der går ud over den enkelte. Gennem psykoterapeutisk behandling og rådgivning, og ved at udbrede kendskabet til senfølger fra seksuelle overgreb, bekæmpe myter og fordomme, arbejder vi for, at ingen skal leve et liv i skyggen af seksuelt misbrug. Du kan hjælpe os ved at vise din opbakning, yde et økonomisk bidrag eller tale med om tabuerne, der klæber til voksne med senfølger fra seksuelle overgreb.

Kvisten på sociale medier
Du kan følge med i vores arbejde på vores Facebookside, Instagram og LinkedIN. Her deler vi løbende vores aktiviteter og tilbud.

Taskforcen rykker ud
Ønsker du at booke Kvistens Taskforce til et oplæg eller følge med i deres kamp for at komme tabu og myter til livs? Så kan du bestille et oplæg på info@kvistene.dk

Kvistens tilbud
Er du interesseret i at vide mere om Kvistens tilbud, eller ønsker du selv at blive skrevet op til behandling – så ring til os på tlf. 88 44 81 41 eller læs mere på www.kvistene.dk

Bliv frivillig
Vi ansætter løbende frivillige behandlere i Kvisten. Ønsker du at komme i betragtning, kan du henvende dig til den lokale koordinator i dit område. Du finder vedkommende via www.kvistene.dk/de-frivillige

Støt os
Læs mere om donationer og støttemuligheder på www.kvistene.dk/stoet/

Terapi til ofre for seksuelle overgreb

Støt

Mobilepay 552478

Støt os - kontakt os for hjælp til fradrag i SKAT

Tak

Tak for at følge med i Kvistens arbejde. Der er intet Kvisten uden vores mange terapeuter og Taskforce, der yder deres bedste for at gøre en forskel for andre mennesker.

”Jeg har mødt den dybe vrede
og set en sort melankoli
set hvad jeg var og er
en skygge af, hvad jeg kan bli´

Når jeg træder mine veje
gennem virkelighedens tåger
min abstrakte selvbevidsthed
viser hvad jeg tør og vover

Min brydekamp med smerten
og min enorme selvforagt
lagde roden til mit mørke
gav min fortid mere magt

Jeg så mørket som det var
lærte troen på mig selv
en andens sorte sider
fik mig ikke slået ihjel

Nu skaber smerten smukke ord
en blød poetisk strøm
nu er verden som jeg så den
i en forhenværende drøm.”

Janni Sørensen

”Tiden slår revner
i magthavers nat
når fortid og fremtid
bliver sprængklar og ladt
uhyre og væsen
med tidsvenders kraft
drikker lydelig af
den uskyldiges saft

Maler dominans
som tid vil forvitre
fortidens farver
bliver mørke og bitre
maler et fængsel
tegner stregerne op
fortid tager nutids
kontrol over krop

Fortidens byrder
har fremtid besat
hvad der skete dengang
i magthavers nat
knækket et stykke
af barndommens tro
bandt selvværdets løkke
så det ikke ku´ gro”

Janni Sørensen

Kvisten