

Læs Lars', Niels', Kims og Kurts historie her

De fire modige mænd, der her fortæller sin overgrebshistorie deltager i Kvisten Viborgs projekt:

Taskforce – opsøgende indsats for at få mænd til at søge hjælp. De danner en brugergruppe, der er knyttet til projektet. Gruppens funktion er at sparre med terapeuter og projektleder.

Artiklen er trykt i SINDbladet 2, april 2015.

Det er hemmeligheden, man bliver syg af

En tredjedel af ofre for incest og seksuelle overgreb er drenge. Men de misbrugte mænd opsøger sjældent hjælp som voksne. Offerrollen betragtes som umandig og er et kulsort tabu. I Bjerringbro ligger et af de få steder i Danmark, hvor mænd kan få hjælp til at sætte ord på barndommens oplevelser

AF JANE GISSELMANN

Det er aften i et mødelokale i Bjerringbro. Rundt om mødebordet sidder fire mænd og en kvindelig terapeut. De fire mænd har forskellige aldre og kommer fra forskellige områder i Midt- og Nordjylland. Fælles for dem er, at de i årevis har delt en hemmelighed, der har haft store psykiske konsekvenser. To af de fire har været indlagt på psykiatriske afdelinger. Alle har de kæmpet med især depression og angst. Sammen udgør de en følgegruppe, der har til formål at nedbryde et alvorligt tabu og få flere misbrugte mænd til at søge hjælp. Kvisten (Center for Personer Udsat for Seksuelle Overgreb - red.) drives af uddannede terapeuter, der på frivillig basis tilbyder gratis terapi til mennesker, der lider af senfølger efter seksuelle overgreb. Og selvom det skønnes, at en tredjedel af de børn, der bliver misbrugt, er drenge, så er 95 pct. af de ofre, der henvender sig til Kvisten, kvinder.

Lone Lyager er terapeut og en af de fagpersoner i Danmark, der har mest erfaring i at arbejde med misbrugte mænd. Åbenhed er ifølge Lone Lyager den direkte vej til at kunne hjælpe flere mænd med senfølger efter overgreb.

"Mænd har generelt meget svært ved offerrollen. Selvom de kæmper med depressioner, stress og andre psykiske senfølger, så vil de meget nødig relatere deres problemer med de overgreb, de har oplevet som børn. Det, at skulle acceptere, at man har været et lille, forsvarslost offer passer meget dårligt sammen med at kunne se sig selv som en "rigtig" mand. Maskuliniteten får et knæk," siger Lone Lyager.

Kurts historie

Den ældste i gruppen - Kurt - blev krænket seksuelt af sin egen mor fra han var ganske lille. Han voksede op i et hjem med vold, alkoholmisbrug og seksuelle overgreb.

"Det værste, jeg kunne gøre, var at komme grædende hjem fra skole. Det gjorde jeg af og til, for jeg følte mig meget ensom og forkert.

Men når jeg kom grædende hjem, gik hun helt amok. De fleste mennesker har en grænse. Det havde hun ikke. Og volden fik altid seksuel karakter til sidst," beretter han.

I en meget tidlig alder blev Kurt afhængig af alkohol. Ved at beruse sig fandt han en kortvarig vej væk fra overgreb, ydmygelser, vold og skam. Flere af de kvinder, han som voksen fandt sammen med, mindede om hans mor.

"Det er også et tabu at sige højt, at man er blevet tæsket af sin kone. Men jeg er stolt af, at jeg tør sige det højt," siger han.

Psykisk har følgerne været voldsomme. Kurt er både blevet diagnosticeret skizofren og bipolar. Ingen af diagnoserne anerkender han.

"Gu er jeg ej skizofren. Jeg er skadet af de krænkelser, jeg har været udsat for," siger han.

I dag, 62 år gammel, har han været ædru alkoholiker i 15 år og arbejder på tiende år som pædagog på udsatte-området. Også her kæmper han for åbenhed.

"Rigtig mange af de psykisk syge misbrugere, der sidder rundt omkring på værestedene, har været udsat for seksuelle krænkelser som børn, som de aldrig har fået bearbejdet, men systemet har berøringsangst. Folk tør ikke spørge ind til det," fastslår han.

Kims historie

Kim er 35 år og nybagt far til en lille datter. Han får tårer i øjnene, når han skal fortælle om de konsekvenser, det har haft for ham at være offer for seksuelt misbrug.

"Jeg skifter helst ikke min datter, og jeg tør heller ikke bade hende, når jeg er alene med hende. Rigtig mange tror, at mænd, der er blevet misbrugt, også selv bliver krænker. Det er en myte. Men det er skrækkeligt, at en myte skal diktere mit liv," siger han.

Kim var 7-8 år da han blev seksuelt misbrugt af en mand, som var en bekendt af familien. Han var udsat for tre-fire overgreb, som han fortrængte fuldstændigt, til han fyldte 28

år, og hans krænker blev dømt for overgreb mod et andet familiemedlem.

"Det hele ramlede for mig. Jeg kunne pludselig huske, alt hvad der var sket. I alle de år havde jeg lidt af angst, depression og alle mulige fysiske sygdomme. Pludselig vidste jeg hvorfor," fortæller han.

Niels' historie

Niels var 45 år, da han ikke kunne fortrænge overgrebene fra barndommen længere. I en lang periode havde han været i stand til at klitre en glad grimasse på og klare både rollen som familiefar, underviser og butiksindehaver. Til sidst kunne han ikke mere.

"Om aftenen tog jeg ned i butikken for at være alene, så jeg kunne græde. Jeg tror, jeg levede med en ubehandlet depression i mange år," fortæller han.

Niels var 10-11 år, da han i en periode på et år gentagne gange blev seksuelt misbrugt af en 16-17-årig dreng fra nabolaget.

"Jeg var en overvægtig, ensom dreng, der blev holdt udenfor i skolen og ham, som udnyttede mig, han lokkede mig med slik og var sød imod mig," fortæller han.

Ind til Niels fyldte 45 år, fortalte han ingen om krænkelserne.

"Man tror jo, at folk vil sige, at det er ens egen skyld. At man selv gerne ville," fortæller han.

I dag er Niels 52 år og er, efter adskillige terapitimer hos Kvisten Viborg, blevet så åben om overgrebene, at han både har fortalt sine voksne døtre, sin ekskone, sine kollegaer og de unge elever, han underviser, om krænkelserne.

"Da jeg havde fortalt min historie til mine elever, ventede jeg i klassen, for at se hvad der skete. Tre af eleverne opsøgte mig bagefter for at sige, at de havde oplevet noget tilsvarende. To piger og en dreng," siger han.



Modelfoto: www.colourbox.com

Lars' historie

Den yngste mand i gruppen hedder Lars og er 28 år gammel. Også han har været hårdt ramt af depressioner og angst. Lars var en lille, stille dreng, der gik i børnehaveklasse, da han første gang blev befamlet og selv blev tvunget til at røre ved en voksen mand. Manden var pædagog i den skolefritidsordning, som Lars gik i. I en periode på over et år benyttede pædagogen alle muligheder for at røre ved Lars og få Lars til at røre ved sig. Lars var chokeret, men turde ikke sige fra.

To år senere fik pædagogen en dom og få måneders ubetinget fængsel for at have forgrebet sig på 11 drenge. Men selvom dommen var en slags punktum i sagen, så lever Lars stadig med følgerne af misbruget.

"Folk kan ikke forstå det. De siger: det var da bare noget pilleri. Det var da ikke så slemt. Men jeg er overbevist om, at det har ødelagt rigtig meget for mig," siger han.

Tabu bliver man syg af

Den lille gruppe er snart på vej i hver sin retning fra mødelokalerne i Bjerringbro, men først giver de hinanden håndslag på, at de fortsat vil arbejde videre på at nedbryde tabuet. Terapeuten, Lisbeth Høstgaard, der er leder af Kvisten Viborg, håber, at mere åbenhed vil få flere mænd til at opsøge Kvisten og få hjælp.

"Omkring halvdelen af de ofre, vi møder, har haft berøring med det psykiatriske system, men rigtig mange har aldrig fortalt nogen, at de er blevet seksuelt krænkede. Det er tankevækkende," siger hun.

Kurt, alderspræsidenten, tager ordet, og de andre mænd nikker, mens Kurt siger en sætning, de har hørt ham sige adskillige gange. "Det er hemmeligheden, man bliver syg af."

billedtekst



Modelfoto: www.colourbox.com

Redaktionen på SIND kender efternavnene på de fire mænd fra følgegruppen.

Lone og Jette Lyagers bog om emnet: "At bestige bjerge" bliver genoptrykt i foråret 2015.

Læs mere og find hjælp på www.kvistene.dk