

» Meget af det handler om, at de ikke er blevet 'mødt', når de som barn har forsøgt at fortælle om overgrebene til en voksen.

KAREN TEGTMEJER, psykoterapeut hos landsforeningen Kvisten

Borgere, som har oplevet seksuelle krænkelse, kan henvende sig til Kvisten for at få hjælp. Kvisten har afdelinger i Thisted og Nykøbing, hvor man vil kunne møde psykoterapeuterne Hanne Bovbjerg og Karen Tegtmejer.



De fleste af dem, som henvender sig til Kvisten, er kvinder. Men der er et stigende antal mænd, som har lidt overgreb og derfor henvender sig. Det fortæller Hanne Bovbjerg og Karen Tegtmejer.



» Flere ender i misbrug, forsøger selvmord, har vrangforestillinger. Deres selvværd er stort set udslettet.

KAREN TEGTMEJER, psykoterapeut hos landsforeningen Kvisten

» Nogle gange er overgrebspersonen jo i familie, og der kan højtiden godt vække mindet om det skete.

KAREN TEGTMEJER, psykoterapeut hos landsforeningen Kvisten

# Fandt en del ulovlige våben

**TIP:** Politiet fandt en del våben på en ejendom, som den 40-årige beboer ikke havde tilladelse til længere

Af Niels Hansen  
niels.hansen@nordjyske.dk

**VILS:** Efter et tip valgte politiet i går at se nærmere på en ejendom på Vilsgårdsmark, hvor det viste sig, at der blev opbevaret en del våben, som

den 40-årige beboer ikke længere havde tilladelse til.

Han havde ifølge politiet tidligere haft en våbentilladelse, der ikke var blevet fornyet. På ejendommen var der fire jagtvæbener og en salon-

riffel med tilhørende ammunition og så et patronbælte til et let maskingevær.

Den 40-årige blev anholdt ved 16-tiden og løsladt igen klokken 20.35 med en sigtelse efter våbenloven.

# Forlænger sin prøvetid i Thy

**BESLUTNING:** 27-årige Maria Mejlhede får mere tid i Thy

Af Jens Fogh-Andersen  
(tekst og foto)  
jens.fogh.andersen@nordjyske.dk

**THY:** 120 dage bliver til et halvt års tid mere for 27-årige Maria Mejlhede.

Hun takkede ja til at skifte livet i storbyen ud med 120 dage i Thy - et tilbud til kandidatstuderende, som kunne bruge et semester i praktik på en virksomhed i Thy og måske finde ud af, at her er jobmuligheder, når kandidateksamen er i hus.

Op til jul udløb Marias 120 dage i Thy, men det betyder ikke et definitivt farvel til området til fordel for studie- og storbylivet i København, hvor hun læser kommunikation og psykologi på Københavns Universitet.

være nogle svære perioder, uddyber Karen Tegtmejer.

**Landsdækkende arbejde**

Kvisten, som blev stiftet tilbage i 1998 i Aarhus af frivillige kræfter, er med årene blevet en landsdækkende organisation. Samtalerne hos Kvisten er gratis, når man har betalt det årlige medlemskab på få hundrede kroner. Ofte har man en samtale hver 14. dag.

- Nogle har ugentligt, så det er lidt efter behov. Ja, og nogle har endda gået her i over to år, siger Hanne Bovbjerg, som opfordrer folk til at komme ud af hulen.

Det behøver nødvendigvis ikke være en samtale i fysisk forstand, da Kvisten har oprettet en telefonrådgivning, man kan kontakte hver tirsdag. Kvisten tilbyder også rådgivning for pårørende til seksuelt krænkede.

Afdelingen i Nykøbing blev stiftet i 2006 og i 2010 kom Thisted til.

det. Derfor holder de det for dem selv, så det er altså helt vildt, hvad et overgreb kan gøre ved et menneske, siger Hanne Bovbjerg, som har været tilknyttet Kvisten som terapeut i et halvt år, men i en længere periode haft egen virksomhed som psykoterapeut.

- Hertil kommer også problemer i parforholdet senere i livet.

Karen Tegtmejer synes, at det er motiverende at arbejde med den type borgere, for det er en hjælp, der bidrager til øget livskvalitet.

Hos Kvisten erfarer man, at gruppen af seksuelt krænkede personer bliver større og større. Faktisk er der så mange, at man hos flere af Kvistens afdelinger har venteliste. Det gælder også i Thy og på Mors.

Karen Tegtmejer fortæller, at klienterne henvender sig i løbet af året, men den netop overståede juletid, kan være en hård nød at knække.

- Nogle gange er overgrebspersonen jo i familie, og der kan højtiden godt vække mindet om det skete. De kan på en måde ikke rigtig få ham eller hende helt væk, og derfor kan højtidene

komme tilbage. De kan på en måde ikke rigtig få ham eller hende helt væk, og derfor kan højtidene

## FAKTA

### PROBLEMER FOR OFRE FOR SEKSUELLE OVERGREB

- Forholdet til egen krop.
- Forholdet til mad.
- At skabe relationer og blive i dem.
- Seksualitet og kærlighed.
- Vrede, skam og skyld.
- Nærvær og koncentration.
- At mærke og sætter grænser for sig selv.
- Angst, stress og depression.
- Selvmordstanker og -forsøg.
- Misbrug.

komme tilbage. De kan på en måde ikke rigtig få ham eller hende helt væk, og derfor kan højtidene

komme tilbage. De kan på en måde ikke rigtig få ham eller hende helt væk, og derfor kan højtidene

# Når selvværdet udslettes

**TABU:** Seksuelle krænkelse kan få ofte vidtrækkende konsekvenser for den krænkede. Konsekvenser, som Kvisten forsøger at få gjort tålelige. Samtale og lydhørhed er vejen frem for et tabu-belagt emne

Af Pernille K. Damsgaard  
og Peter Mørk (foto)  
pm70@nordjyske.dk

**THY-MORS:** De ting, der tynger mest, er oftest dem, der ikke bliver talt om. Det udsagn kan både Hanne Bovbjerg og Karen Tegtmejer tilslutte sig.

De er begge tilknyttet Kvisten i henholdsvis Thy og på Mors som psykoterapeuter. Kvisten er en landsdækkende forening, som har til formål at hjælpe mennesker, der har været udsat for seksuelle overgreb. Kvisten er en frivillig organisation, der, som er en af de få, tilbyder behandling. Derfor er det frivillige, som har en godkendt psykoterapeutisk eller psykologuddannelse bag sig, man kan møde.

Reglerne er, at man kan modtage samtaler hos Kvisten, hvis man er over 18 år, men en del af dem, som kommer her, har været udsat for overgreb helt tilbage i den tidlige barndom. Det fortæller Hanne Bovbjerg og Karen Tegtmejer, som har mødelokale hos Frivillig Thy på Nytorv i Thisted. De fortæller gerne om deres frivillige arbejde og om de menneskeskæbner, de hører om.

- Vi har haft samtaler med voksne, som er blevet misbrugt, da de var fire år gamle, siger Hanne Bovbjerg.

- Ja, og endda endnu yngre, supplerer Karen Tegtmejer, som skutter sig, for bare tanken om det vækker væmmelse.

**Få talt om traumet**

Karen Tegtmejer har været

psykoterapeut i mange år, og hun synes, at det er vigtigt, at folk får talt om deres traumer. Som tidligere sygeplejerske i psykiatrien har Hanne Bovbjerg også set, hvad ubehandlede psykiske traumer kan gøre ved et menneske.

- Jeg har set hvor meget, det gør ved folk, når det ikke bliver behandlet. Det er vigtigt at få oplevelsen bearbejdet, og at specielt de unge mennesker får hjælp så hurtigt som muligt, siger Hanne Bovbjerg.

De ser det begge som deres fornemmeste opgave at hjælpe klienterne, så de 'lukker' op.

- Når de tør gå ind i sig selv, så bliver traumet lettere at bære, siger Karen Tegtmejer. Meget af det der bliver talt

om, når døren lukkes og kaffen kommer på bordet, er skyld og skam. Heri ligger opgaven at få klienterne til at forstå, at de ikke er skyld i det, de har oplevet. Det lyder nærmest grotesk, men det forholder sig således, at den krænkede ofte vender det mod sig selv.

De har også begge oplevet at møde klienter, som ikke ved, at livet kan være anderledes. Den onde spiral kan hurtigt blive meget værre.

- Meget af det handler om, at de ikke er blevet 'mødt', når de som barn har forsøgt at fortælle om overgrebene til en voksen. Og bliver de ikke 'mødt' så fortsætter det altså, siger Karen Tegtmejer.

**Også mænd**

Der er oftest kvinder, der

henvender sig - både unge som ældre. Men Karen Tegtmejer og Hanne Bovbjerg oplever også, at flere og flere mænd henvender sig til Kvisten for at modtage hjælp. For mændenes ved-

kommende bliver de ofte i tvivl om deres egen seksualitet.

- De tror, de er homoseksuelle. At der må være noget galt med dem, og at de måske selv har medvirket til