

# Senfølger efter seksuelle overgreb

En håndbog til kommunale fagpersoner



**Publikationen er udgivet af**

Social- og Boligstyrelsen  
Edisonsvej 1  
5000 Odense C  
Tlf.: 72 42 37 00  
E-mail: [info@sbst.dk](mailto:info@sbst.dk)  
[www.sbst.dk](http://www.sbst.dk)

Tryk: Strandbygaard  
2. udgave, 1. oplag: 9.000  
I den 2. udgave er der foretaget enkelte korrekturlæser og visse redaktionelle ændringer, bl.a. om omfanget af seksuelle overgreb på børn og om Den Traume-Bevidste Tilgang.

Grafik og design: Polygraphic  
Udgivet: November 2023

Download eller se håndbogen på [www.sbst.dk](http://www.sbst.dk)

Der kan frit citeres fra håndbogen med angivelse af kilde

ISBN til elektronisk udgivelse: 978-87-94445-12-2

ISBN til trykt udgivelse: 978-87-94445-13-9

## Indledning 4

### Kapitel 1: Viden om senfølger efter seksuelle overgreb 10

Hvad er senfølger efter seksuelle overgreb?	10
Hvor mange bliver udsat for seksuelle overgreb i barndommen?	11
Hvem udsættes især for seksuelle overgreb?	12
Hvem udvikler især senfølger?	13
Hvordan kommer senfølger efter seksuelle overgreb til udtryk?	14
Psykiske senfølger	16
Sociale senfølger	18
Fysiske senfølger	20
Hvilken betydning har senfølger for mødet i kommunen?	22

### Kapitel 2: Sådan kan du gribe mødet an 24

Før mødet	26
Under mødet	27
Efter mødet	30

### Kapitel 3: Sådan kan I styrke rammerne for arbejdet 32

### Kapitel 4: Borgernes veje ind i kommunen 38

Hvor kan jeg møde borgere med senfølger i mit arbejde?	39
Eksempler på borgernes veje ind i kommunen	40

### Kapitel 5: Lovgivning og tilbud til mennesker med senfølger 44

Tilbud til voksne med senfølger	44
Serviceovens rammer	45
Specialiseret behandling	45
Støtte og sociale fællesskaber	46
Samarbejde og koordinering på tværs af sektorer	46

### Litteratur 50

# Indledning

Det kan kaste lange skygger ind i voksenlivet, hvis man som barn eller ung udsættes for seksuelle overgreb. Det kan give alvorlige traume-reaktioner, og mange vil udvikle psykiske, sociale og/eller fysiske senfølger, som kan have indgribende konsekvenser for deres livskvalitet og muligheder videre frem<sup>1</sup>.

Mennesker med senfølger kan fx opleve udfordringer med at mærke og regulere egne følelser, danne tillidsfulde relationer, opbygge et socialt netværk, gennemføre en uddannelse og fastholde et arbejde. Seksuelle overgreb i barndommen er desuden forbundet med en øget risiko for social udsathed i voksenlivet, herunder bl.a. et problematisk brug af rusmidler, hjemløshed, social isolation, ensomhed og udsættelse for vold<sup>2</sup>.

En del mennesker med senfølger kommer i kontakt med kommunen for at få hjælp og støtte til at håndtere forskellige udfordringer, som et liv med senfølger kan indebære<sup>3</sup>.

I en undersøgelse blandt landets kommuner angav 59 pct. af kommunerne, at de i høj grad eller i meget høj grad oplever udfordringer med at identificere mennesker med senfølger<sup>4</sup>. Det er derfor langt de færreste overgreb, der kommer til myndighedernes kendskab<sup>5</sup>.

Hvis senfølgerne ikke opdages, og der ikke tages højde for dem i den kommunale indsats, kan det hindre, at indsatsen får den ønskede virkning<sup>3</sup>.

**”Mit problem var i mange år, at fordi jeg ser normal og velfungerende ud, kunne jeg ikke få hjælp nogle steder (...) Alle de ting, jeg oplevede som barn, var der ingen, som opdagede, fordi jeg havde lært at se ud som om, at alt var ok.”**

- Anna

**”Angst, følelsesfobi  
og et alarmsystem,  
der kører non stop.  
Mit liv har været ét  
langt overlevelses-  
maraton.”**

- Anna

## Håndbogens formål

Formålet med håndbogen er at styrke indsatsen til voksne med senfølger, så de i højere grad bliver set, hørt og får den rette hjælp.

Håndbogen indeholder aktuelt bedste viden og giver inspiration og faglige råd til, hvordan du som kommunal fagperson kan hjælpe og støtte mennesker med senfølger på en hensigtsmæssige måde.

Det er ambitionen, at håndbogen skal inspirere til at starte faglige drøftelser om problemstillingen og være med til at nedbryde det tabu og den berøringsangst, som senfølger kan være forbundet med.

Håndbogen er en del af "Handlingsplan om en styrket indsats til voksne med senfølger efter seksuelle overgreb i barndommen og ungdommen"<sup>6</sup>. Handlingsplanen blev udmøntet i 2021–2022 og indeholdt en række initiativer, som sammen skal løfte indsatsen på området.

## Hvem kan bruge håndbogen?

Håndbogen er til dig, der arbejder som fagperson i en kommune og kan møde voksne med senfølger efter seksuelle overgreb.

Håndbogen kan være relevant for en lang række faggrupper, herunder bl.a. sagsbehandlere med myndighedsfunktion, støtte- og kontaktpersoner, rusmiddelbehandlere, jobkonsulenter, bostøttemedarbejdere, medarbejdere på botilbud og væresteder, uddannelsesvejledere, familievejledere og sundhedsplejersker, der arbejder inden for social-, beskæftigelses-, handicap-, sundheds- og ældreområdet.

Foruden kommunale medarbejdere retter håndbogen sig også mod ledere med ansvar for at organisere rammerne for de indsatser, som mennesker med senfølger modtager.

Derudover kan håndbogen være relevant for fx læger, jordemødre, psykiatere, psykologer og ansatte i kriminalforsorgen samt for medarbejdere og frivillige i civilsamfundsorganisationer.

## Indholdet i håndbogen

Det er langt fra alle mennesker med senfølger, som selv opsøger hjælp til at håndtere dem og der går ofte lang tid fra overgrebene har fundet sted, til personen siger det højt og eventuelt beder om hjælp. Det kan bl.a. skyldes følelser af skyld og skam, at de er bange for, hvordan de bliver mødt, eller at de mangler viden om, hvilke hjælpemuligheder der er. Det kan også skyldes, at de ikke selv har erkendt koblingen mellem de seksuelle overgreb og de senfølger, de oplever i voksenlivet<sup>7</sup>.

I perioden, hvor overgrebene og de reaktioner, de har udløst, ikke bliver sagt højt, vil en persons senfølger typisk forværres<sup>8</sup>. Derfor er det vigtigt, at du som fagperson har en grundlæggende viden om senfølger, at du har en opmærksomhed på potentielle tegn og reaktioner, og at du har kendskab til de typiske områder i kommunen, hvor du som kommunal fagperson kan møde mennesker, der kan have senfølger.

I mødet med mennesker, der kan have senfølger, er det vigtigt, at du reagerer hensigtsmæssigt på deres eventuelle traumereaktioner<sup>9</sup>. Det indebærer bl.a., at du møder borgere med en bevidsthed om, at deres aktuelle udfordringer kan være forbundet med traumer, som fx seksuelle overgreb i barndommen, og at du understøtter deres oplevelse af empowerment, tryghed og kontrol, når du planlægger, gennemfører og følger op på møder og indsatser.

Hvis du har en formodning om, at en borger har senfølger, kan det være relevant at finde ud af, om vedkommende har behov for og ønsker at blive henvist til yderligere støtte eller behandling og i så fald bør du hjælpe hende eller ham videre. Det er derfor vigtigt, at du som kommunal fagperson er bekendt med lovgivningen på området og har overblik over tilbud til mennesker med senfølger.

Det er centralt, at der på arbejdspladsen er en opmærksomhed blandt medarbejdere og ledere på at skabe støttende rammer for at arbejde med mennesker med traumer, som fx har senfølger efter seksuelle overgreb, da det både kan være med til at styrke kvaliteten i indsatsen og et sundt arbejdsmiljø.

## Håndbogen består af disse kapitler:

1. Viden om senfølger
2. Sådan kan du gribe mødet an
3. Sådan kan I styrke rammerne for arbejdet
4. Borgernes veje ind i kommunen
5. Lovgivning og tilbud til mennesker med senfølger



## Sådan kan du bruge håndbogen

Håndbogen kan med fordel læses som en helhed for at få et samlet overblik over viden om senfølger, faglige råd og inspiration til praksis samt viden om handlemuligheder. Håndbogen kan også anvendes som et opslagsværk, fx hvis du er i tvivl om, hvordan du skal agere i en konkret sag.

For nogle vil den viden og de faglige råd, der præsenteres i håndbogen, ligge i tråd med den praksis, du allerede har på din arbejdsplads, mens det for andre kan udgøre nyt stof.

## Film og podcast om senfølger

Se også Social- og Boligstyrelsens film og hør podcastserien om senfølger efter seksuelle overgreb.

→

**Filmene** kan ses på: [www.sbst.dk/film-om-senfolger](http://www.sbst.dk/film-om-senfolger)

**Podcastserien** kan høres på: [www.sbst.dk/podcast-om-senfolger](http://www.sbst.dk/podcast-om-senfolger)

## Håndbogens refleksionsværktøj

Hvis du som medarbejder eller leder vil have hjælp til at omsætte håndbogens indhold, kan du bruge det tilhørende refleksionsværktøj. Ved at tale åbent om faglige problemstillinger og dele jeres tvivl og refleksioner med hinanden, kan I styrke jeres faglige indsats og arbejdsmiljøet på arbejdspladsen.

→

Hent **refleksionsværktøjet** på: [www.sbst.dk/refleksionskort-om-senfolger](http://www.sbst.dk/refleksionskort-om-senfolger)

## Traumebevidst tilgang og recovery som afsæt

Håndbogen tager afsæt i den *traumebevidste tilgang* (TBT) og principperne for *recovery-orienteret rehabilitering*.

De to tilgange er tæt forbundne. De tager begge udgangspunkt i borgerens egen forståelse af sine udfordringer og handler om, at indsatsen bygges op om de ønsker og behov, som borgeren selv har<sup>10</sup>.

Seksuelle overgreb vil ofte være forbundet med, at barnet eller den unge oplever magtesløshed og et stort tab af kontrol. TBT og recovery-orienteret rehabilitering understøtter, at mennesker med traumer oplever magtesløshed og øget empowerment og kontrol over deres liv.

De to tilgange kan være gavnlig for alle med sociale støttebehov, uanset om de har senfølger, har været udsat for andre former for traumer eller deres vanskeligheder har en anden årsag. En stor del af den viden og de råd, der præsenteres i håndbogen, vil derfor også kunne bruges i mødet med borgere, der ikke har været udsat for seksuelle overgreb.



### Hvad er recovery-orienteret rehabilitering?

Recovery er borgerens personlige proces mod at forbedre sin livssituation, opnå øget trivsel i tilværelsen og skabe et meningsfuldt liv.

Rehabilitering er den hjælp og støtte samt de redskaber og metoder, som fagpersoner bruger og stiller til rådighed for at understøtte borgerens recovery<sup>11</sup>.

### Hvad skal arbejdspladsen kunne for at arbejde traumebevidst?

Når du som fagperson arbejder traumebevidst, indebærer det, at du:

1. Er **bevidst** om traumers betydning for et menneskes følelser, handlinger og udfordringer
2. Kan **genkende** typiske tegn på traumatisering
3. Kan **respondere** hensigtsmæssigt i mødet med en borger eller en kollega, som har traumer
4. Ved, hvad der potentielt kan udløse traumereaktioner, og kan søge at **forebygge** traumereaktioner ved at skabe et samarbejde, som understøtter borgerens oplevelse af tryk, kontrol og ejerskab

### Anbefalinger og redskaber til at arbejde traumebevidst

Du kan få viden om, og inspiration til, hvordan man arbejder traumebevidst i mødet med borgeren og i andre sammenhænge, som har betydning for indsatsen i Social- og Boligstyrelsens "Faglige anbefalinger til at arbejde traumebevidst i sociale indsatser med voksne"

Hent udgivelsen her: [https://sbst.dk/udgivelser/2023/anbefalinger-til-at-arbejde-traumebevidst-i-den-social-indsats-med-voksne-](https://sbst.dk/udgivelser/2023/anbefalinger-til-at-arbejde-traumebevidst-i-den-social-indsats-med-voksne)



## Håndbogens vidensgrundlag

Håndbogen bygger på aktuel litteratur om senfølger efter seksuelle overgreb og det at arbejde med mennesker med traumer. Litteraturen er indhentet gennem en litteratursøgning og består bl.a. af forskningsartikler og fagbøger. Derudover er håndbogen baseret på interviews med fagpersoner og mennesker med senfølger.

Social- og Boligstyrelsen har udarbejdet håndbogen i et tæt samarbejde med en ekspertgruppe. Den har bl.a. bidraget med viden og erfaringer fra den kommunale praksis, forskning på området, den specialiserede behandling af senfølger efter seksuelle overgreb og personlige erfaringer med problematikken. Eksperterne har bidraget med baggrundviden og været med til at udvikle, kvalificere og pilotafprøve håndbogen.

### Ekspertgruppen bestod af repræsentanter fra:

Landsforeningen Spor, Centre for Seksuelt Misbrugte (CSM), Kvisten, Det Nationale TBT-Center, Videnscenter for Psykotraumatologi – Syddansk Universitet, Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for Velfærd (VIVE), Institut for Seksuelle Overgreb, KKUC Udviklings- og behandlingscenter, LivaRehab, Randers Kommune, Kolding Kommune, Aalborg Kommune, Nyborg Kommune, Esbjerg Kommune, Brønderslev Kommune samt en række privatpraktiserende psykologer og terapeuter.

---

Social- og Boligstyrelsen vil gerne rette en stor tak til alle i gruppen. Der skal lyde en særlig tak til interviewpersonerne Henrik, Anja, Anna og Christina for at dele deres personlige historier og perspektiver med os. De har givet et indblik i livet med senfølger og i de behov og ønsker, som voksne med senfølger kan have til mødet med kommunale fagpersoner.

# 1.

## Viden om senfølger efter seksuelle overgreb

For at du som fagperson kan hjælpe og støtte mennesker med senfølger efter seksuelle overgreb, er det afgørende, at du har en grundlæggende viden om, hvad senfølger er, og hvordan senfølgereaktioner kan komme til udtryk. Denne viden kan være en forudsætning for at blive opmærksom på potentielle tegn og reaktioner på senfølger, møde mennesker med senfølger med forståelse for de udfordringer, som deres traumer har medført, og for at kunne tage hensyn til deres udfordringer i den kommunale indsats.

### Hvad er senfølger efter seksuelle overgreb?

Senfølger er en reaktion på et traume, der har forstyrret den normale udvikling, som finder sted i barndomsårene.

Senfølger er ikke en bestemt diagnose eller et enkelt symptom, men dækker derimod over forskellige grader af psykiske, sociale og fysiske udfordringer, der opstår i voksenlivet som en reaktion på seksuelle overgreb i opvæksten.

Der er forskel på, hvornår og hvordan senfølger optræder over et livsforløb. Senfølger kan vise sig i forskellige situationer og perioder af livet og behøver ikke at være permanent til stede. For nogle viser senfølgerne sig især i forbindelse med sårbare perioder og store forandringer.

Livsbegivenheder som dødsfald, graviditet og skilsmisse kan fungere som katalysatorer for, at traumereaktioner reaktiveres og senfølger intensiveres<sup>12</sup>.

### Hvad er et traume?

Et traume opstår efter en enkelt episode, flere episoder eller et sæt af omstændigheder, der opleves af den enkelte som fysisk eller emotionelt skadelige eller livstruende, og som vedvarende påvirker individets funktionsevne og mentale, fysiske, sociale eller emotionelle trivsel i negativ retning<sup>13</sup>.

### Hvad er et seksuelt overgreb?

Et seksuelt overgreb mod et barn eller en ung er en handling, hvor en voksen, et andet barn eller en ung i kraft af sin magt, ansvar eller ved at have opnået en tillidsfuld relation udnytter barnet til at indgå i seksuelle aktiviteter.

Seksuelle overgreb på børn og unge kan ske på mange måder og omfatter forskellige seksuelle aktiviteter, herunder seksuel berøring, blottelse, voldtægt eller voldtægtsforsøg, seksualiseret adfærd og selvberøring som resultat af manipulation eller tvang mv<sup>27</sup>.

### Barnets mestring – den voksnes senfølger

Når et barn udsættes for seksuelle overgreb, udvikler hun eller han ofte forskellige mestringsstrategier.

Barnet kan fx påtage sig skylden for overgrebene, for på den måde at "frikende" den voksne, som barnet ofte er afhængig af at føle tillid til. Det kan også selv tage initiativ til nye overgreb for at skabe en følelse af at være i kontrol i den magtesløse situation. Eller barnet kan distancere sig mentalt for på den måde at beskytte sig selv mod det, som det udsættes for.

Voksnes senfølger hænger ofte sammen med den måde, som de håndterede overgrebene i deres opvækst. Nogle anvender fx selvskade, over- eller underspisning eller rusmidler for at føle kontrol og skabe distance til de svære følelser.

Mestringsstrategierne tjener ofte en funktion, men kan være uhensigtsmæssige, hvis de fortsat benyttes i voksenlivet. Fx kan et problematisk forbrug af rusmidler føre til, at traumeaktionerne forværres på sigt, ligesom overdrevet kontrolbehov eller mental distancering kan give udfordringer i det senere liv. Voksne med senfølger kan derfor have brug for hjælp og støtte til at finde mere hensigtsmæssige måder at håndtere deres udfordringer på<sup>16</sup>.

### Hvor mange bliver udsat for seksuelle overgreb i barndommen?

Der er ikke sikre tal for, hvor mange der udsættes for seksuelle overgreb i barndommen. Det skyldes fx, at opgørelserne bygger på forskellige definitioner af seksuelle overgreb, at tallene ofte er baseret på "selvrapportering", og at det ikke er alle, som har været udsat for overgreb, der nødvendigvis vil angive det.

En repræsentativ dansk undersøgelse baseret på en dataindsamling fra 2021 viser, at 6 pct. af befolkningen har været udsat for gennemført eller forsøgt voldtægt begået af familie, kæreste, ven eller af andre ikke-nære relationer inden det 18. år<sup>72</sup>.

Tallet stiger, når der tages højde for flere typer af seksuelle overgreb, herunder berøring, blottelse, forsøgt og gennemført voldtægt

samt andre typer seksuel adfærd. Fx viser en anden repræsentativ dansk undersøgelse baseret på en dataindsamling fra 2016, at 20 pct. af en årgang har oplevet "uønskede seksuelle hændelser" inden det 14-15 år, dvs. seksuelle aktiviteter, som er sket mod deres vilje, og hvor deres grænser er blevet overskredet<sup>5</sup>.

Det er ikke alle, som er blevet udsat for seksuelle overgreb i opvæksten, der oplever senfølger i voksenlivet. Et internationalt litteraturstudie viser, at omkring 60-80 pct. af dem, der udsættes for seksuelle overgreb i barndommen vil udvikle senfølger<sup>13</sup>.

**Se en oversigt over undersøgelser**, som dokumenterer omfanget af forskellige typer af seksuelle overgreb i barndommen her: [www.sbst.dk/omfang-af-senfoelger](http://www.sbst.dk/omfang-af-senfoelger)  
Oversigten kan illustrere variationen i opgørelserne af omfanget.

# Hvem udsættes især for seksuelle overgreb?

Drenge og piger i alle aldersgrupper på tværs af kultur og social baggrund kan blive udsat for seksuelle overgreb<sup>15</sup>. Der er dog nogle grupper af børn og unge, som i højere grad udsættes for overgreb end andre.

## Børn og unge i dysfunktionelle familier:

Børn og unge, der vokser op i belastede familier præget af omsorgssvigt, misbrugsproblematikker, psykisk sygdom og/eller økonomiske problemer udsættes mere hyppigt for seksuelle overgreb end andre<sup>16</sup>. Det estimeres, at ca. **2,1 pct.** af en årgang udsættes for seksuelle overgreb kombineret med psykisk mishandling og omsorgssvigt<sup>14</sup>.

## Børn og unge med grønlandsk baggrund:

Mere end 40 pct. af den grønlandske befolkning født i 1970-1979 og over **20 pct.** af befolkningen født i 1990-1995 har været udsat for seksuelle overgreb inden 18-årsalderen. I Danmark bor der ca. 17.000 mennesker, som er født i Grønland, hvoraf en vis andel også må formodes at have været udsat over overgreb og have senfølger derefter<sup>17</sup>.

## Børn og unge med handicap:

Væsentligt flere børn og unge med handicap har været udsat for overgreb end børn uden handicap. Det gælder især børn og unge med "usynlige" handicap som fx ADHD, autisme og andre adfærdsforstyrrende handicap<sup>69</sup>. I gruppen af anbragte børn med handicap fortæller **23 pct.**, at de har været udsat for seksuelle overgreb<sup>18</sup>.

## Anbragte børn og unge:

Børn og unge, der anbringes uden for hjemmet har oftere været udsat for seksuelle overgreb end andre<sup>19</sup>. En undersøgelse viser, at ca. **13 pct.** af anbragte børn på socialpædagogiske opholdssteder har været udsat for seksuelle overgreb enten før eller under anbringelsen<sup>20</sup>.

## Piger:

På tværs af undersøgelser fremgår det, at piger er **fem til ti gange** mere udsatte for seksuelle overgreb end drenge. Fordelingen af seksuelle overgreb på drenge og piger er dog forbundet med stor usikkerhed og der formodes at være et mørketal forbundet med opgørelserne<sup>21</sup>.

**”Jeg har gemt mig bag en vrede. Også i kraft af mit køn. Det er nemmere for en mand at give udtryk for sin vrede end for sin sorg eller smerte – sin ked af dethed. Man vil jo nødtigt være en tudeprins.”** – Henrik

## Hvem udvikler især senfølger?

Oplevelsen af traumer og de efterfølgende reaktioner kan være forskellige. Hvad der opleves som traumatisk for én person, er det derfor ikke nødvendigvis for en anden. Det er derfor ikke alle, der udsættes for seksuelle overgreb, der udvikler senfølger.

Der er nogle faktorer, som kan øge risikoen for, i hvilken grad et barn eller en ung udvikler senfølger.

Ydre beskyttende faktorer, såsom tillidsfulde voksenrelationer i barndommen, har bl.a. stor betydning for, hvordan vi reagerer og rammes, når vi udsættes for voldsomme oplevelser, herunder seksuelle overgreb<sup>22</sup>.

Overordnet kan det konstateres, at jo tidligere et traume forekommer, jo længere det varer, og jo grovere det er, jo mere alvorlige er konsekvenserne typisk. Børn og unge, som har været udsat for gentagne og forskellige typer overgreb er derfor mest disponeret for at få alvorlige senfølger som voksne. Dog kan seksuelle overgreb, der ikke involverer fysisk kontakt, har kortere varighed eller hvor der ikke er en nær relation til overgrebspersonen også give alvorlige senfølger senere i livet<sup>24</sup>.

### Faktorer, som kan have en betydning for udviklingen af senfølger:

- Overgrebets karakter
- Overgrebets omfang og varighed
- Alder på overgrebstidspunktet
- Relationen til overgrebspersonen
- Personens ressourcer og netværk
- Strategier til at mestre situationen omkring de seksuelle overgreb.<sup>23</sup>

### Myte: Kun seksuelle overgreb med fysisk kontakt fører til senfølger

**Fakta:** Alle typer af seksuelle overgreb på børn kan føre til senfølger i voksenlivet. Det gælder også overgreb, som ikke involverer berøring, men fx består af verbale krænkelser eller blottelse. Det hænger bl.a. sammen med, at denne type af overgreb også kan indebære manipulation (“grooming”), trusler, tvang, overskridelse af barnets grænser og tillidsbrud<sup>70</sup>.

### Viden om overgreb på børn eller voksne

Læs mere om vold og seksuelle overgreb på børn hos SISO Videnscenter.

(<https://sbst.dk/boern/overgreb/siso>)

Læs mere om seksuelle overgreb på voksne hos Center for Voldtægts ofre

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

Håndbogen har fokus på de senfølger, som voksne kan få efter overgreb begået i deres barndom. De overgreb, som personer udsættes for i både opvæksten og voksenlivet, kan også give alvorlige følger virkninger umiddelbart efter, ligesom de kan give reaktioner på længere sigt.

### Hvordan kommer senfølger efter seksuelle overgreb til udtryk?

Mennesker med senfølger har ofte en kompleks sammensætning af udfordringer. Senfølger optræder dermed sjældent som isolerede problemer. Fx kan typiske senfølger som manglende nære tilknytningsrelationer og lavt selvværd være forbundet med en øget forekomst af PTSD<sup>25</sup>.

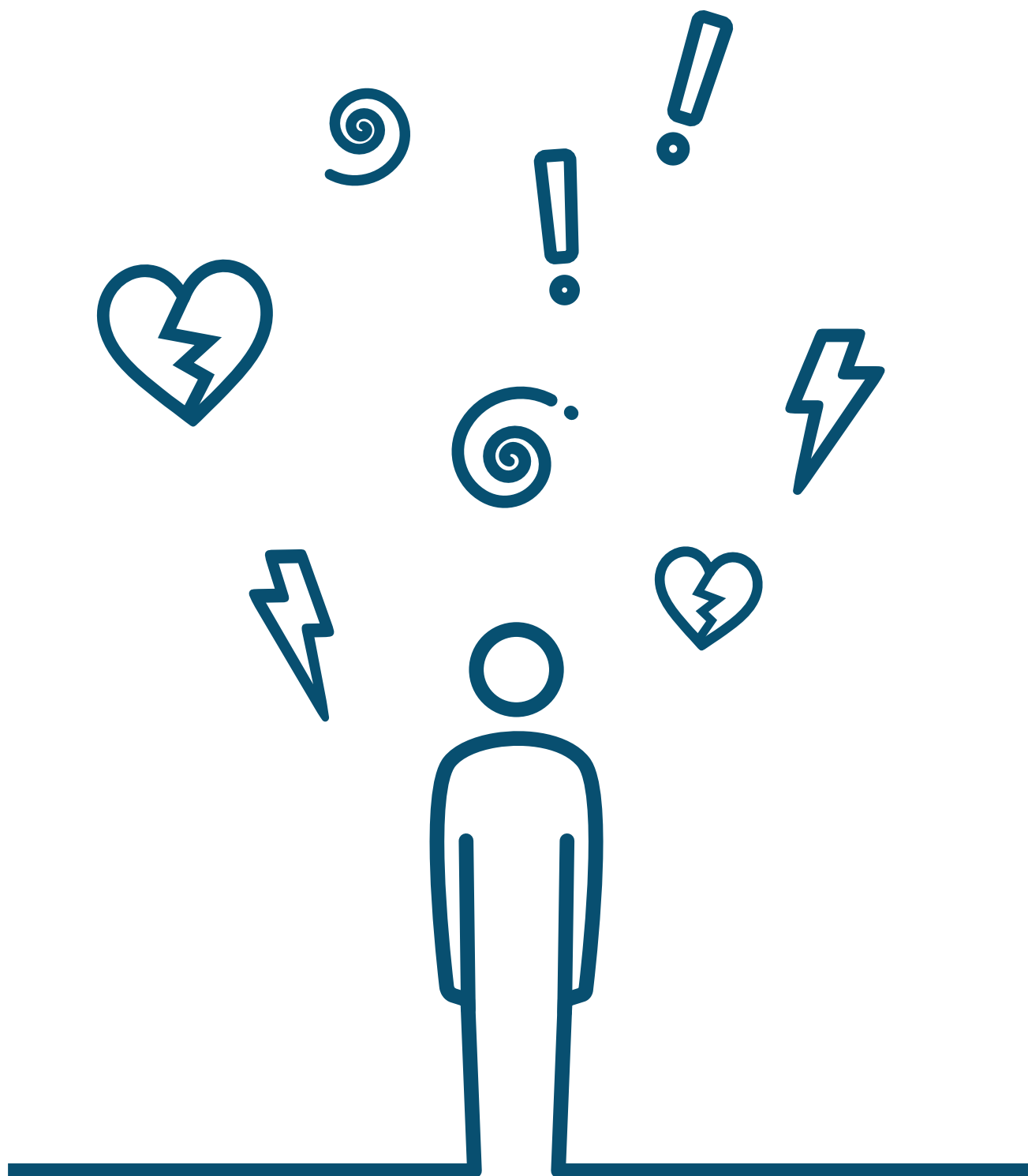
Senfølger kan komme til udtryk på mange forskellige måder, men der er nogle psykiske, sociale og fysiske udfordringer, som er mere typiske end andre. Det er derfor relevant at være opmærksom på disse.

De forskellige udfordringer kan også være til stede hos mennesker, der har været udsat for andre typer af traumer, og de skal derfor ikke udelukkende ses som tegn på senfølger.



**Uanset om årsagen til borgerens vanskeligheder, vil det altid være relevant at møde borgeren med en forståelse af, at hendes eller hans udfordringer kan skyldes bagvedliggende traumer<sup>38</sup>.**

**”En af mine helt store senfølger er, at jeg lider af night terror, hvor jeg gennemlever overgrebene. Jeg har også nogle vanvittige humørsvingninger, jeg disso-cierer og kan gå i kramper. Og så har jeg været utrolig selvdestruktiv i form af prostitution og ludomani. Det var min måde at flygte på, når jeg ikke kunne holde ud at være i alt det her.”** - Christina



## Tegn på psykiske senfølger

- Angst
- Depression eller nedtrykthed
- Genoplevelser af traumat
- Undgåelsesadfærd
- Forhøjet alarmberedskab
- Lavt selvværd
- Problemer med følelsesregulering
- PTSD eller kompleks PTSD
- Psykose
- Bipolar lidelse
- Personlighedsforstyrrelse
- Dissociation
- Selvdestruktiv adfærd
- Selvmordstanker
- Skyld- og skamfølelser
- Tvangshandlinger.



# Psykiske senfølger

Traumer knyttet til seksuelle overgreb kan medføre en lang række psykiske senfølger i voksenlivet. Nogle af de typiske reaktioner er lavt selvværd, selvskadende adfærd, problemer med at regulere følelser, tvangshandlinger, undgåelsesadfærd og forhøjet alarmberedskab.

Nogle mennesker med senfølger får diagnose såsom depression, angst, bipolar lidelse, personlighedsforstyrrelse, PTSD og kompleks PTSD<sup>26</sup>.

Dissociative lidelser er også udbredt blandt mennesker med senfølger. At dissociere betyder, at man "forsvinder" helt eller delvist bevidsthedsmæssigt.

Seksuelle overgreb i opvæksten er ofte forbundet med følelser af skam og skyld, som fortsætter ind i voksenlivet. For nogle handler det om, at overgrebspersonen har manipuleret barnet til at tro, at vedkommende selv havde et ansvar for overgrebene<sup>27</sup>. Andre er plaget af tanker om, hvad andre vil tænke om dem, hvis de fik kendskab til overgrebene<sup>28</sup>.

## PTSD og kompleks PTSD

PTSD er en reaktion på en eller flere traumatiske begivenheder af ekstremt truende eller skræmmende karakter. Det viser sig ved øget alarmberedskab, undgåelsesadfærd og genoplevelser af traumet.

Kompleks PTSD udvikles typisk som følge af langvarige eller gentagende begivenheder, hvor flugt er svært eller umuligt, fx gentagende seksuelle overgreb i barndommen. Personer med kompleks PTSD vil have samtlige symptomer fra PTSD samt alvorlige og vedvarende problemer med følelsesregulering, et negativt selvbillede og vanskeligheder med at opretholde sociale relationer og føle sig forbundet til andre<sup>29</sup>.

## Dissociation – fra mestringsstrategi til senfølge

Det er normalt, at børn og unge oplever at "dissociere" under seksuelle overgreb. Hvor dissociation for barnet eller den unge kan fungere som en mestringsstrategi under en traumatisk hændelse, er det for mange en alvorlig senfølge i voksenlivet. Den kan triggere i situationer, der vækker minder om overgrebene eller på anden måde er følelsesmæssigt belastende<sup>30</sup>.

**”Jeg har følt mig beskidt og ulækker. Jeg har haft det lige som om, at alle folk kunne se, at jeg har været udsat for de her ting – at jeg ligesom var brændemærket, at der stod incest i panden på mig (...) Jeg har været meget alene med det i min barndom (...) Jeg har haft sådan en angst for at skulle komme til at sige eller gøre et eller andet, som kunne afsløre, hvad der skete hjemme hos os.”** – Henrik



# Sociale senfølger

Personer, som har været udsat for seksuelle overgreb i opvæksten, har generelt et lavere uddannelses-, beskæftigelses- og indkomstniveau, sammenlignet med andre som ikke har oplevet lignende overgreb<sup>31</sup>. En årsag til, at mennesker med senfølger kan have svært ved at begå sig i et uddannelsessystem og på arbejdsmarkedet, er bl.a., at traumer kan påvirke færdigheder såsom indlæringssevne og koncentration<sup>32</sup>.

Længerevarende omsorgssvigt og gentagende traumer i opvæksten skaber en betydelig forhøjet risiko for social udsathed i voksenlivet<sup>39</sup>. Voksne, som har været udsat for seksuelle overgreb i opvæksten, oplever bl.a. oftere hjemløshed, et problematisk brug af rusmidler, social isolation, problemer med gæld og dårlig økonomi, vold i nære relationer og at indgå i prostitutionslignende relationer end andre<sup>41</sup>.

## Relationelle udfordringer

Noget af det særligt traumeskabende ved seksuelle overgreb i barndommen er, at det kan ødelægge den senere evne til at danne tillidsfulde og intime relationer. Det skyldes bl.a., at omsorg, kærlighed og tryghed ofte kædes sammen med overskridelse af fysiske og psykiske grænser, kontroltab og negative erindringer om overgrebssituationer<sup>37</sup>.

En konsekvens af de relationelle udfordringer er, at nogle mennesker med senfølger mangler netværk og risikerer at blive socialt isolerede. Andre bliver overafhængige og føler sig ude af stand til at kunne klare sig selv, træffe selvstændige beslutninger og påtage sig et personligt ansvar. De sociale udfordringer kan gøre det svært at navigere i hverdagens krav om kontakt og kommunikation, danne venskaber og indgå i parforhold<sup>38</sup>. Desuden kan det skabe udfordringer i forælderrollen. Det gælder bl.a. i forhold til at knytte relation, være i fysisk kontakt og sætte grænser<sup>39</sup>.

## Risiko for nye traumer

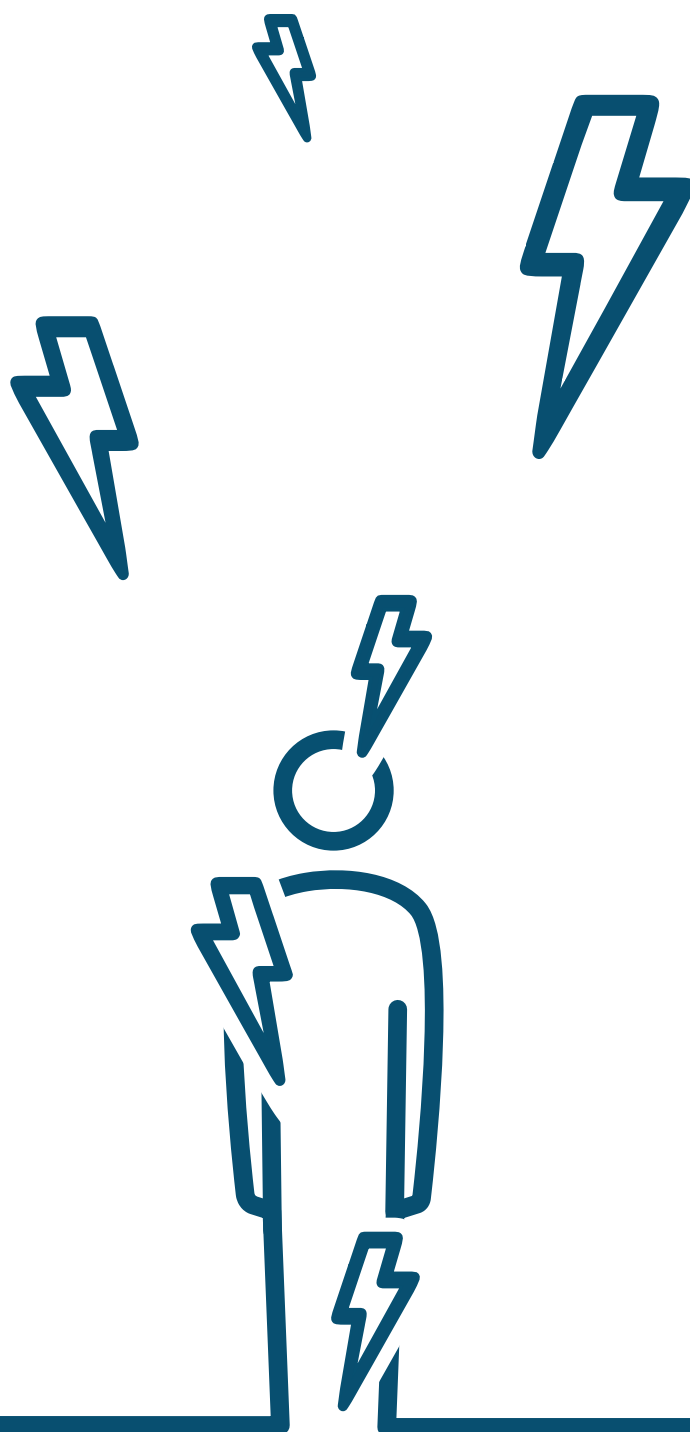
Sociale udfordringer kan være en følgevirkning af seksuelle overgreb, men samtidig indebærer et i liv social udsathed en risiko for at blive udsat for nye traumer og at få forværret eksisterende traumereaktioner. Det gælder bl.a. for mennesker med senfølger, der lever et udsat liv i fx hjemløshed og med et problematisk brug af rusmidler<sup>34</sup>.

Blandt borgere med senfølger er der næsten dobbelt så stor risiko for at blive udsat for seksuelle eller fysiske overgreb i voksenlivet sammenlignet med den øvrige del af befolkningen<sup>35</sup>.

Da intensiteten og omfanget af traumereaktioner stiger med antallet af oplevede traumer, er mennesker med senfølger i udsathed iblandt de mest udsatte og sårbare mennesker i samfundet<sup>36</sup>.

**”Noget af det allerhårdeste ved at være alenemor, ikke have nogen penge og samtidig have det ad helvedes til, det er, at man ikke har råd til bare at bestille en pizza. Du skal kunne overskue dit budget. Jeg var nødt til at hæve kontanter og forstå, at jeg kun må bruge dem her. Samtidig med, at man er totalt i stykker indeni, er der mange andre ting rundt om en, som man skal have overskud til. Det forsinker jo processen med at få det bedre.”**

– Anna



## Tegn på fysiske senfølger

- Koncentrationsbesvær
- Hukommelsesbesvær
- Søvnproblemer
- Overbelastet nervesystem og øget stresshormon i kroppen
- Kroniske smerter
- Migræne
- Muskelspændinger
- Fordøjelsesproblemer
- Autoimmune sygdomme
- Synsproblemer
- Krampeanfald (PNES)
- Over- og undervægt
- Hjerte-/karsygdomme
- Lunge- og leverproblemer
- Type 2-diabetes
- Kønssygdomme og underlivsproblemer
- Problemer relateret til graviditet og fødsel.

# Fysiske senfølger

Seksuelle overgreb i barndommen kan have helbredsmæssige konsekvenser i voksenlivet, heriblandt under- og overvægt, hjertesygdomme, migræne, diabetes, søvnproblemer, smerter og krampeanfald. Nogle af de fysiske senfølger udløses af, at personen over længere tid har gået med et overbelastet nervesystem og en krop, der konstant er på overarbejde<sup>36</sup>.

En undersøgelse viser, at mennesker, der har oplevet seksuelle overgreb har 20 pct. flere kontakter til sundhedsvæsnet sammenlignet med den resterende befolkningsgruppe. Flere undersøgelser peger også på, at de fysiske senfølger fra seksuelle overgreb lægger 8-20 år til en persons alder og dermed øger risikoen for aldersbetingede helhedsproblemer<sup>36</sup>.

Overgreb i barndommen kan også føre til overseksualisering fx i form af mange skiftende partnere eller seksuel risikoadfærd<sup>40</sup>. Graviditet i ungdomsårene er 80 pct. højere blandt unge, som har oplevet seksuelle overgreb, end i resten af befolkningen, ligesom kønssygdomme også er mere udbredt<sup>36</sup>.

## Traumetriggere

At traumereaktioner "trigges" betyder, at fortidens følelser, oplevelser og reaktioner bliver reaktiveret og genopleves. Traumat kan "trigges" af mange forskellige ting, fx bestemte sanser, indtryk eller situationer.

**”Jeg har som oftest haft mareridt om natten op til et møde, og jeg har egentlig allermest haft lyst til at aflyse mødet fra morgenstunden af. Jeg får ondt i min mave og stepper ud af mig selv.”** –Christina

# Hvilken betydning har senfølger for mødet i kommunen?

For nogle mennesker med senfølger kan møder i kommunen vække associationer til det kontroltab og den magtesløshed, som de oplevede i deres opvækst. Det kan føre til, at traume-reaktioner "trigges" og senfølgerne intensiveres.

I mødesituationen kan borgeren bl.a. udvise ængstelse, nervøsitet, grænseoverskridende adfærd eller skepsis over for fagpersonen.

Du kan som fagperson også opleve, at en borger "disso-cierer" (forsvinder mentalt). Det kan bl.a. vise sig ved, at personen stivner, virker fraværende, ukoncentreret, usammenhængende i sine svar eller klager over kvalme, svimmelhed og uklart syn.<sup>41</sup>

Mennesker med senfølger kan fremstå tilbageholdende og indesluttede, hvilket kan gøre det svært at få et klart billede af deres ønsker og behov, som er en forudsætning for at kunne tilrettelægge en virksom indsats. Det skyldes, at mange med senfølger har brugt store dele af deres barn- og ungdom på at gøre sig usynlige for omverdenen for at skjule overgrebene.

Andre kan omvendt have tendens til at fortælle meget åbent og detaljeret om de overgreb, som de har været udsat for. Efterfølgende kan borgeren fortryde at have delt så meget og opleve følelser af forkerthed og skam.

Senfølger kan også komme til udtryk som en opfarende og konfliktsøgende adfærd. Det er godt som fagperson at være opmærksom på, at det for borgeren kan være en måde at flytte fokus væk fra sig selv, holde andre på afstand eller forsøge at undgå at få afsløret en sårbarhed<sup>42</sup>.

Senfølgerne kan også vise sig ved, at borgeren er "pleasende", overpræsterer og giver udtryk for at kunne mere, end vedkommende reelt er i stand til. Det kan stamme fra en mestringsstrategi fra barndommen, som gjorde det lettere at komme igennem overgrebene, men som i voksenlivet kan være uhensigtsmæssig, fordi det kan komme til at overbelaste personen.

Som fagperson kan det være godt at genkende de forskellige adfærdsmæssige tegn og reaktioner på senfølger. Det kan gøre det lettere at støtte og udvise forståelse for borgeren, hvis du forstår reaktionerne som en konsekvens af borgerens traumehistorik.

## Adfærdsmæssige tegn og reaktioner i mødet

- Nervøsitet og ængstelse
- Tilbageholdende og indesluttet fremtoning
- Mistillid og skepsis
- Opfarende og konfliktsøgende adfærd
- Fraværende og ukoncentreret fremtoning
- Pleasende adfærd
- Udfordringer med at mærke egne behov
- Udfordringer med at forstå og sætte grænser

**"Jeg har haft paraderne oppe som et forsvar og en mur. Jeg har været offensiv og mødt systemet med et kampmotiv: "Nu skal jeg sige dig en ting: Du skal fandeme hjælpe mig". Der ligger jo en kæmpe offerrolle i det. Jeg havde brug for, at nogen tog den kæmpe rygsæk fra mig. Men de misforstod mine signaler, og så sad jeg der overfor en sagsbehandler, der sagde "Du skal fandeme ikke tale sådan der til mig", og så kører der jo en dårlig ting."**

- Anja

### Tænk og tal med en kollega

Du har gennem de seneste tre måneder haft Helene i et forløb og mødes med hende regelmæssigt. Helene er altid meget positiv og samarbejdsvillig. Hun siger ja til alle de aktiviteter, du foreslår, og virker begejstret og opsat på dem, når I mødes. Det lykkes hende dog sjældent at gennemføre nogle af dem, og hun virker efterfølgende skuffet og skamfuld over for dig. Du får derfor indtryk af, at Helene forsøger at "please" dig og at hun har svært ved at mærke, hvor meget hun selv kan.



#### Refleksionsspørgsmål:

- Hvordan forstår du Helenes reaktion?
- Hvad kan man sige og gøre, når man arbejder med borgere, som har en pleasende og overpræsterende adfærd?

→

Find flere **refleksionsspørgsmål** på [www.sbst.dk/refleksionskort-om-senfolger](http://www.sbst.dk/refleksionskort-om-senfolger)

**”Den bedste sagsbehandler jeg har haft stoppede mig nogle gange, fordi jeg er sådan en ”pleaser”. Jeg var altid klar til med det samme at sige: ”Ja, jeg kan godt komme i sådan et forløb”. Hun var god til at sige: ”Anna, vi talte sammen for fire uger siden, og der var du helt ramt. Måske skal vi sige, at du skal have det bedre – også indtil næste gang”. Da hun sagde det, sagde hele mit system: ”Eeej, puha!” Men jeg var bare klar til at vise, at jeg godt ville, at jeg var samarbejdsvillig og at jeg var ”dygtig”, ikke?”**

- Anna

## 2. Sådan kan du gribe mødet an

Der er ikke nogen facitliste for, hvordan du bør gribe et møde an med en borger, der der kan have senfølger efter seksuelle overgreb. Det afhænger bl.a. af det specifikke samarbejde, borgerens aktuelle situation, indsatsens formål, dit kompetence- og ansvarsområde og borgerens personlighed. De faglige råd i dette kapitel kan bruges som inspiration og støtte, hvis du gennem dit arbejde møder mennesker, som du enten har en formodning om eller ved har senfølger. Men det er vigtigt, at de faglige råd ikke anvendes som et manuskript, der begrænser dig i at bruge din faglighed og være autentisk i mødet.

Noget af indholdet i dette kapitel kan være velkendt for dig som fagperson og allerede være en del af din praksis. Kapitlet er derfor lavet til, at du kan udvælge de dele, som er relevante for dig.



1. Få viden
2. Informér
3. Forbered dig

## Inden mødet

1. Skab tryghed
2. Sæt dig i borgerens sted
3. Spørg ind
4. Reagér
5. Opbyg tillid
6. Understøt ejerskab

## Under mødet

1. Følg op
2. Henvis og byg bro
3. Skab kontinuitet

## Efter mødet

# Før mødet

## 1. Få viden og forståelse for senfølger

For at du kan genkende tegn på senfølger, møde borgeren med forståelse for vedkommendes reaktioner og behov, og du kan sætte ind med den rigtige støtte, vil det være en hjælp at have grundlæggende viden om senfølger efter seksuelle overgreb. Det er også vigtigt, at du er bevidst om dine lovgivningsmæssige forpligtelser og kender til de tilbud, der er på området, så du kan henviser og bygge bro, når det er relevant.

## 2. Informer borgeren om, hvad der skal ske på mødet

For voksne med senfølger kan uforudsigelighed "trigge" deres traumereaktioner og intensivere deres senfølger, da det kan vække associationer til de omstændigheder, deres opvækst var præget af. Du kan hjælpe borgeren til at kunne forberede sig mentalt på et møde og begrænse eventuelle bekymringer ved tydeligt at informere personen om, hvad der skal ske. Desuden er det vigtigt at inddrage borgeren i planlægningen af mødet, herunder i hvordan mødet afholdes, og hvad indholdet skal være.

## 3. Forbered dig på, hvad du går ind til, og pas på dig selv

Det kan gøre det lettere at være nærværende og udvise forståelse for borgers vanskeligheder, hvis du er mentalt forberedt før et møde og bevidst om dine egne følelser og grænser. Det kan forebygge, at du bliver overvældet eller oplever at få dine grænser overskredet på mødet.

I forberedelsen til et møde kan det være en hjælp, at du tager stilling til den usikkerhed og de spørgsmål, som evt. måtte fylde hos dig, fx ved at spørge dig selv: Hvordan håndterer jeg at få viden om overgreb og senfølger? Hvor er mine egne grænser i sådanne samtaler? Hvordan oplever jeg det, når borgere viser deres sårbarhed og reagerer på traumer?

**”Da jeg var barn, var der ikke noget som helst, der var forudsigeligt. Jeg anede aldrig nogensinde, hvornår de seksuelle overgreb ville ske. Jeg havde ikke kontrol over noget som helst. Så bare det, at jeg ved, hvad det er, jeg skal ind og give af mig selv, og måske også har et billede af det menneske, jeg skal ind og møde, kan give mig en lille smule kontrol og selvkontrol.”**

- Christina

### Få viden om senfølger fra erfaringseksperter

Landsforeningen Spor og Kvisten tilbyder rådgivning til fagpersoner, hvor peers fortæller om egne erfaringer. På de to organisationers hjemmesider kan du også finde personlige beretninger om livet med senfølger, som kan give dig et vigtigt indblik.

Læs mere om Spor på [www.landsforeningen-spor.dk](http://www.landsforeningen-spor.dk)

Læs mere om Kvisten på [www.kvistene.dk](http://www.kvistene.dk)

# Under mødet

## 1. Hjælp borgeren med at blive tryk

For mennesker med senfølger kan det at skulle til et møde i kommunen "trigge" deres traumer og bl.a. føre til et forhøjet alarmberedskab, øget stresstilstand, angst og søvnproblemer. Det kan have stor betydning for borgerens oplevelse af tryk, at du og borgeren har opbygget en tillidsfuld relation, og at du hjælper vedkommende med opleve kontrol i situationen og sikkerhed i rummet. Du kan fx spørge borgeren, om der er noget, du kan gøre eller bør være opmærksom på for at vedkommende føler sig bedst muligt tilpas. Det kan fx være, at det hjælper, hvis døren står åben, eller at borgeren ikke sidder med ryggen mod den.

## 2. Forsøg at sætte dig i borgerens sted

Senfølger kan vise sig ved en adfærd, som tilsyneladende kan virke uhensigtsmæssig. Du kan fx opleve, at borgeren virker konfliktsøgende, skeptisk, grænseoverskridende eller mentalt fraværende og svær at komme i kontakt med. Hvis du sætter dig ind i borgerens perspektiv, kan det i mange tilfælde hjælpe dig til at se bag en given adfærd i mødesituationen. Det kan gøre det lettere at møde borgeren med empati og forståelse.

### Teknikker til at afhjælpe, hvis traumereaktioner aktiveres i mødet

Hvis borgeren virker ængstelig eller får trigget deres traumer under mødet, kan du hjælpe vedkommende med at finde ro i situationen med forskellige teknikker:

- Stil konkrete spørgsmål: *Hvor gammel er du? Kan du beskrive, hvad du ser på billedet på væggen? Kan du tælle, hvor mange træer der er uden for vinduet?*
- Hjælp borgeren til at mærke sin krop: *Kan du mærke dine fødder mod jorden? Kan du tage nogle dybe indåndinger sammen med mig?*

### Mentaliser - og sæt dig i borgerens sted

Mentalisering handler om at forsøge at sætte sig i indandres mentale tilstande og forstå deres handlinger ud fra dem. Når du mentaliserer, vil du tage udgangspunkt i borgerens egen forståelse af problemet, prøve at forstå intentionen bag en handling eller adfærd og vise professionel empati i samspillet.

Samtidig handler mentalisering også om at kunne se sig selv udefra og forstå sin egen adfærd ud fra sin mentale tilstand<sup>43</sup>.

### 3. Spørg eventuelt, om borgeren har været udsat for overgreb, men hav fokus på senfølgerne

Forskning viser, at det ikke skaber retraumatisering at spørge ind til senfølger efter overgreb eller at spørge, om en person har været udsat for traumatiserende hændelser såsom seksuelle overgreb. Fokus i samtalen bør dog ikke være på overgrebshistorikken og de konkrete hændelser. Det hører til i den specialiserede behandling.

Det skal altid være borgerens eget valg, om vedkommende vil fortælle om sine senfølger. Det er din rolle som fagperson at forsøge at skabe et rum, hvor borgeren føler sig tryk ved at fortælle om sine senfølger, hvis vedkommende har behov for det, og det har betydning for samarbejdet.<sup>44</sup>

**”Hellere spørge en gang for meget end en gang for lidt. Det kan godt være, at jeg var eksploderet i vrede, hvis jeg, da jeg var 20 år, var blevet spurgt, om jeg havde været udsat for overgreb: ”Hvad fanden rager det dig, mand? Luk røven!” Men omvendt ville jeg have gået derfra med en følelse af, at der var en, der rakte en hånd ud. En der kunne se, hvad fanden det handlede om. Så ville jeg jo have vidst, at jeg kunne komme tilbage og sige: ”Du havde ret! Hvad gør vi herfra?””**

- Henrik

#### Hvornår skal du spørge?

Hvis følgende forhold er gældende, kan du vælge at spørge ind til, om borgeren har været udsat for seksuelle overgreb i sin opvækst:

- du har en formodning om, at en borger har været udsat for seksuelle overgreb
- du vurderer, at det kan have betydning for borgerens nuværende udfordringer og den indsats, I samarbejder om
- du vurderer, at borgeren er tryk i relationen
- du vurderer, at borgeren er parat til og ønsker at tale om det
- du vurderer, at borgeren ikke vil føle sig presset til at svare, hvis vedkommende ikke har lyst (fx af frygt for sanktioner eller andre konsekvenser)
- der er afsat god tid.

#### Hvordan kan du spørge?

Du kan vælge at spørge direkte eller du kan spørge lidt bredere, fx: *Nogle af de borgere, jeg møder, har oplevelser med i bagagen, som hænger sammen med de udfordringer, de oplever i dag. Det kan fx være ubehagelige episoder fra barndommen. Er der noget, du tænker, vil være godt for mig at vide?*

#### 4. Grib og reagér altid, hvis en borger fortæller at have været udsat for seksuelle overgreb

Det kan opleves grænseoverskridende, sårbart og skamfuldt at fortælle om at være blevet udsat for overgreb. Det er derfor vigtigt, at du tydeligt giver udtryk for at have hørt, hvad personen betror dig, tager det alvorligt og møder vedkommende med anerkendelse, empati og åbenhed. Det gælder uanset hvordan og hvornår, overgrebene nævnes. Du kan med fordel spørge videre ind til, om og hvordan personen oplever, at overgrebene påvirker vedkommende i dag, og hvordan I sammen kan tage hensyn til senfølgerne i indsatsen.

#### 5. Opbyg tillid og gennemsigtighed i relationen

Nogle voksne med senfølger kan være skeptiske og udvise mistillid i kontakten til det offentlige system. Det gælder især i forbindelse med møder med fagpersoner, som kan gribe ind i personens eksisterende rettigheder og ydelser. Det kan styrke den enkeltes tryghedsfølelse og tillid, hvis du er opmærksom på den ulige relation, der er mellem jer, og italesætter betingelserne for jeres professionelle samarbejde. For at skabe tillid i relationen, er det desuden vigtigt, at der altid er sammenhæng mellem, hvad du siger, og hvad du gør.

#### 6. Understøt borgerens kontrol og ejerskab i eget forløb

Det er altid vigtigt, at borgere oplever kontrol, ejerskab og selvbestemmelse i den indsats, de modtager. Det spiller dog en særlig rolle i samarbejdet med voksne med senfølger, som har tidligere erfaringer med, at deres ønsker og behov ikke er blevet lyttet til og respekteret. Fx er det afgørende, at de mål, der sættes for indsatsen, formuleres sammen med borgeren – og gerne tager afsæt i personens egne ord.

**”Når man er i systemet, så er man trigget, fordi man er sammen med nogen, som har magten. Ens levegrundlag kan føles truet. Så pr. definition er det en utryk situation.”**

– Anna

#### Hvis borgeren deler mere, end hvad der er hensigtsmæssigt

Hvis en person fortæller om specifikke overgrebsdetaljer, som du ikke vurderer er hensigtsmæssigt at tale om på mødet, kan det være en god idé at gøre det tydeligt, hvor grænserne for dit ansvars- og kompetenceområde ligger og henvise vedkommende til yderligere hjælp andre steder. Du kan fx sige:

*Det lyder voldsomt det, du har været udsat for, og det er rigtig godt, at du fortæller mig om din situation. Hvis du har behov for at få hjælp til at bearbejde overgrebene, vil jeg gerne hjælpe dig med at tage kontakt til specialiseret behandling, da det desværre ligger uden for mit kompetenceområde.*

# Efter mødet

## 1. Følg op på samtalen

Nogle borgere med senfølger kan være så ængstelige eller mentalt fraværende (fx ved at dissociere) under et møde, at de kan have svært ved efterfølgende at huske, hvad der er sket. Ved at følge op efter et møde kan du sikre, at I er enige om, hvilke aftaler der er blevet lavet, og at I har et fælles overblik over det fremadrettede forløb. Opfølgningen kan også handle om at sikre borgerens følelsesmæssige tilstand efter et møde, hvis I har været omkring nogle svære emner.

## 2. Henvi og byg bro til yderligere hjælp, hvis det er relevant

Voksne med senfølger kan have en kompleks sammensætning af psykiske, sociale og fysiske udfordringer, som kræver flere samtidige indsatser. Derfor er det vigtigt, at der bliver henvist og bygget bro til anden relevant hjælp, hvis der er behov. Hvis borgeren får flere samtidige indsatser, er det desuden vigtigt at samarbejde på tværs, så personen sikres en koordineret og helhedsorienteret indsats.

## 3. Skab kontinuitet i tilfælde af medarbejderskift

Kontinuitet og sammenhæng i indsatsen spiller en særlig vigtig rolle for borgere med senfølger, da det for mange kan tage tid og være krævende at opbygge tillid i en relation. Samtidig kan det være svært at skulle gentage sin historie til flere forskellige. I tilfælde af skift kan det derfor være en god idé at spørge borgeren, om vedkommende har ønsker til, hvordan overleveringen skal foregå, fx om der skal afholdes overleveringsmøder, og om hun/han ønsker at have en bisidder med, som kan understøtte overgangen<sup>38</sup>.



### Spot på social udsathed

Nogle mennesker med senfølger lever i social udsathed med et komplekst samspil af sociale og helbredsmæssige problemer på forskellige livsområder.

I indsatsen til borgere, som lever i udsathed, kan det være vigtigt at fokusere på borgerens mest akutte problemer, såsom at få reduceret de negative følgevirkninger af et problematisk brug af rusmidler eller ved et liv i hjemløshed. Det kan være en forudsætning for, at borgeren kan få mulighed for at fokusere på deres fysiske eller psykiske helbredsproblemer og bearbejde de bagvedliggende traumer, fx gennem et behandlingsforløb<sup>45</sup>.

**”Det er ikke fordi, jeg ikke vil være samarbejdsvillig, men det er altså svært at blive ved med at fortælle en så dyb og personlig historie til et vildtfremmed menneske.”**

- Christina

# 3.

## Sådan kan I styrke rammerne for arbejdet

Det er vigtigt med en fælles opmærksomhed fra både ledelsen og medarbejdergruppen på støttende rammer for arbejdet med mennesker med traumer, som fx har senfølger efter seksuelle overgreb. Det har nemlig både en positiv betydning for arbejdsmiljøet og indsatsen til borgerne.

Arbejdet med traumatiserede kan i visse tilfælde føre til psykisk belastninger for fagpersonen, såsom sekundær traumatisering, omsorgstræthed eller udbrændthed. Det kan også udløse uhensigtsmæssige reaktionsmønstre i samarbejdet med borgerne, såsom forråelse og over- eller underinvolvering<sup>46</sup>.

Hvis du opdager, at du selv eller en anden medarbejder i organisationen har tegn på psykiske belastninger og uhensigtsmæssige reaktionsmønstre, er det vigtigt at reagere. Det vil ofte være relevant at inddrage ledelsen, både for at finde den rigtige løsning og for at forebygge, at problematikken udvikler sig.

I dette kapitel kan du som medarbejder og leder finde råd og inspiration til, hvordan I kan styrke rammerne for arbejdet med mennesker med senfølger. Nogle af rådene kan også være nyttige i arbejdet med personer, som har andre typer af traumer og komplekse psykiske og sociale problemstillinger.



Bliv klædt på



Få hjælp



Afgræns opgaver



Tal åbent



Sæt fokus på  
senfølger



Fordel  
borgersager

## 1. Bliv fagligt klædt på

Det spiller en vigtig rolle for trivslen blandt medarbejdere og for indsatsen til mennesker med senfølger, at I som medarbejdere føler jer fagligt rustede til at kunne tilbyde borgeren den rette hjælp og støtte.

Ved at have en grundlæggende viden om senfølger kan det bl.a. blive nemmere at forstå og rumme personens adfærd<sup>47</sup>.

For at forebygge psykiske belastninger hos fagpersoner kan det være godt at have kendskab til, hvordan de typiske belastningsreaktioner ser ud, så I kan genkende tegnene og reagere i tide.

### Genkend tegnene på belastningsreaktioner

**Sekundær traumatisering** kan opstå som følge af indirekte eksponering for traumatiske hændelser, fx når man arbejder professionelt med mennesker med traumer og hører fortællinger om deres traumeoplevelser. Det kan give symptomer på PTSD og kan bl.a. komme til udtryk som øget vagtsomhed, nedtrykthed, påtrængende forestillinger om borgernes traumatiske oplevelser og undgåelsesadfærd over for påmindelser om disse<sup>48</sup>.

**Omsorgstræthed** kan fx komme til udtryk ved, at man har svært ved at rumme borgernes følelser, udvise empati og være nærværende.

**Udbrændthed** kan opleves som fysisk udmattelse, følelsesmæssig distancering og mental nedslidthed<sup>49</sup>. Udbrændthed kan for nogle også mærkes ved, at man er ekstra på vagt, har problemer med at adskille arbejdsliv og privatliv, at man får kvalme og ondt i maven over arbejdsopgaver, oplever en reduceret følelse af personlig ydeevne og får problemer med hukommelsen<sup>50</sup>.

**Forråelse** kan komme til udtryk ved hårdhed, ligegyldighed, manglende nysgerrighed og manglende empati. Det kan konkret vise sig i handlinger såsom afvisninger, skældud, latterliggørelser, eksklusion, negative fortællinger om andre og "os og dem"-retorik<sup>53</sup>.

**Over- og underinvolvering** kan komme til udtryk ved, at man enten udviser et stort følelsesmæssigt engagement i sit forsøg på at hjælpe en borger, eller ved at man lægger en stor distance til borgeren for netop at undgå følelsesmæssig involvering<sup>51</sup>.

## 2. Sæt fokus på senfølger

For at få skabt en faglig praksis, hvor I er klædt på til og trygge ved at arbejde med mennesker med senfølgeproblematikker, kan det anbefales systematisk at afsætte tid til fælles faglig refleksion og dialog. Det kan fx være relevant at have senfølger som et fast punkt på teammøder eller udpege nøglemedarbejdere, som opkvalificeres inden for området<sup>38</sup>.

### Rådgivning ved komplekse sager

Alle kommuner kan få gratis specialiseret rådgivning om konkrete borgersager eller om tilrettelæggelsen af den faglige indsats vedrørende senfølger efter seksuelle overgreb hos VISO.

Du kan kontakte VISO på tlf. 72 42 40 00

eller på mail: [viso@sbst.dk](mailto:viso@sbst.dk)

### 3. Tal åbent og del jeres tvivl med hinanden

I arbejdet med traumer, kan tvivl og følelser af utilstrækkelighed fra tid til anden være en del af ens hverdag. Fx kan spørgsmålet om, hvorvidt du kunne have gjort mere for at hjælpe en bestemt borger, fylde. Ved at stræbe efter at have et arbejdsmiljø baseret på åbenhed, tillid og støtte, kan styrke trivslen og forebygge psykiske belastninger<sup>56</sup>.

### 4. Vær bevidst om og afgræns jeres opgave- og ansvarsområde

Når du som fagperson har en klar opfattelse af din opgave og professionelle rolle, er det lettere at tydeliggøre over for borgeren, hvad du kan – og ikke kan – hjælpe med. Det gør, at du kan skabe gennemsigtighed i relationen og understøtter, at du involverer dig på en kompetent og faglig måde. Når alle har en klar forståelse for egne opgaver og roller, er det nemmere at prioritere og forventningsafstemme både mellem leder og medarbejdere, mellem kollegaer og med eksterne samarbejdspartnere<sup>56</sup>.

### 5. Vær opmærksom på medarbejdernes situation og fordel borgersager med det hensyn

Der er nogle medarbejdere, som er i større risiko for at blive belastet af at arbejde med borgere med traumer end andre. Det gælder fx nye medarbejdere, medarbejdere som selv har en traumehistorik eller medarbejdere, som står i svære livssituationer såsom skilsmisse, sygdom eller sorg<sup>52</sup>. Det er derfor væsentligt at have opmærksomhed på den enkelte medarbejders private forhold og historik ved fordelingen af borgersager<sup>57</sup>. Derudover kan det være godt at være opmærksom på, at hver medarbejder ikke har for mange borgere, der stiller særligt høje følelsesmæssige krav. Der er nemlig en direkte sammenhæng mellem, hvor ofte man biliver eksponeret for traumer og ens risiko for at opleve psykisk belastning<sup>56</sup>.

## Brug håndbogens refleksionskort

Til at strukturere den faglige dialog om senfølger, kan I bruge de refleksionskort, der er udviklet til håndbogen.



Refleksionskortene kan hentes på [www.sbst.dk/refleksionskort-om-senfolger](http://www.sbst.dk/refleksionskort-om-senfolger)

### Tænk og tal med en kollega

Trine er en ung kvinde, som du har haft i et forløb gennem længere tid. Du kommer regelmæssigt på hjemmebesøg ved Trine, bl.a. for at støtte hende i at fastholde sin uddannelse og hjælpe hende med at få hverdagen til at hænge sammen.

En dag fortæller Trine, at hun har været udsat for overgreb i barndommen. Hun fortæller forholdsvis detaljeret, hvad hun har været udsat for. Hun fortæller også, at overgrebspersonen stadig er i hendes nære netværk, og at hun af og til stadig oplever grænseoverskridende situationer, når hun er sammen med vedkommende. Du bliver overvældet over at høre Trine fortælle om sin situation, og du føler ikke, at du har de faglige kompetencer til at give Trine den hjælp, hun har brug for.



### Refleksionsspørgsmål:

- Hvad kan du gøre efter en samtale med en borger, hvis du oplever ikke at have kunne give en tilstrækkelig hjælp?
- Hvordan ønsker du, der bliver taget hånd om de svære følelser, det kan vække i dig, når du hører om borgers traumatiske oplevelser?



Find flere **refleksionsspørgsmål** på [www.sbst.dk/refleksionskort-om-senfolger](http://www.sbst.dk/refleksionskort-om-senfolger)

## 6. Få hjælp til at forebygge og håndtere psykiske belastninger

Når medarbejder udsættes for psykisk belastning, kan det forringe personens trivsel og evnen til at tænke og handle professionelt, ligesom det kan give varige mén for den enkelte. Det er derfor vigtigt, at psykiske belastninger forebygges og håndteres, hvis de opstår.

Supervision er et vigtigt redskab til at sikre et sundt arbejdsmiljø, der forebygger psykiske belastninger. Ved at have et professionelt rum for refleksion, inspiration og udvikling skabes læring, øget faglig sikkerhed og kvalitet i opgaveløsningen.

Hvis en medarbejder udsættes for særligt svære arbejdssituationer, som personen har brug for hjælp og støtte til at bearbejde, eller hvis personen over tid oplever at blive belastet af deres arbejde, kan der fx tilbydes krisehjælp, aflastningssamtaler eller psykologisk debriefing<sup>56</sup>.

### Tænk og tal med en kollega

Du har en kollega, som i en periode har virket stresset. Desuden oplever du, at hun kan have svært ved at huske jeres aftaler. Det er en vellidt kollega, som er dygtig til sit arbejde. En dag åbner kollegaen op om, at hun har været udsat for seksuelle overgreb i barndommen, og at hendes senfølger især er blevet intensiveret i kølvandet på et dødsfald i hendes nærmeste familie.



#### Refleksionsspørgsmål:

- Hvordan ville du reagere, hvis det var dig, kollegaen delte sine informationer med?
- Hvordan kan I som kollegagruppe tage hensyn til kollegaens senfølger?
- Hvad ligger på jeres bord som kollegaer, og hvad er ledelsens ansvar?



Find flere **refleksionsspørgsmål** på [www.sbst.dk/refleksionskort-om-senfolger](http://www.sbst.dk/refleksionskort-om-senfolger)

**”Jeg sover rigtig dårligt om natten. Abrupt søvn. Tre, fire, fem timer er det mest normale. Og søvnen er præget af mare-ridt og stressdrømme. Og når jeg går rundt og er træt, så er jeg ekstremt sårbar. Paraderne virker ikke ordentligt, og så er jeg let at ”trigge”. Først kommer angsten for at skulle komme til at overreagere i en eller anden social sammenhæng, og hvis jeg gør det – fx med eksplosiv vrede – så kommer depressionen, for nu gjorde jeg det igen, og hvorfor kan jeg ikke finde ud af at leve som andre mennesker”.**

- Henrik

# 4.

## Borgernes veje ind i kommunen

Mennesker med senfølger efter seksuelle overgreb er en forskelligartet gruppe. Hvor nogle har komplekse psykiske, sociale og fysiske udfordringer, har andre færre eller mildere senfølger<sup>3</sup>. Sammenlignet med den resterende del af befolkningen oplever personer med senfølger dog oftere udfordringer, som de har behov for hjælp til at håndtere.

### Hvor kan jeg møde borgere med senfølger i mit arbejde?

I mange tilfælde vil en myndighedsafdeling udgøre borgerens første indgang til det offentlige system. Allerede ved vurderingen af borgerens støttebehov, som laves i forbindelse med udredning og visitation, kan det derfor være relevant at have en opmærksomhed på, om borgeren har senfølger.

En lang række forskellige faggrupper i udførelser kan møde personer med senfølger,

som har behov for hjælp, støtte eller rådgivning til at håndtere deres udfordringer. Det gælder både inden for det kommunale social-, sundheds- og beskæftigelsesområde.

Det er relevant, at der er en opmærksomhed på og viden om traumer efter seksuelle overgreb alle de steder i kommunen, hvor der arbejdes med voksne, der kan have senfølger. Det er vigtigt for at kunne tilbyde borgerne den hjælp og støtte, de har behov for, og for at møde dem på en hensigtsmæssig måde.

**”Da jeg fik min datter, var jeg 20. Der nægtede jeg fx, at hendes far kunne skifte hende i starten og fik en fødselsdepression.”**

- Anja

# Eksempler på borgernes veje ind i kommunen



## Myndighed

En del borgere med senfølger har brug for sociale støtte- og hjælpetilbud, fx gennem kommunens socialforvaltning<sup>36</sup>. For at mennesker med senfølger kan få bevilliget den hjælp og støtte, de kan have brug for, vil det for mange være nødvendigt, at de bliver udredt og visiteret af kommunale sagsbehandlere i en myndighedsfunktion.

## Den familieorienterede rådgivning

Seksuelle overgreb i barndommen kan være forbundet med udfordringer i forældreskabet for både mænd og kvinder<sup>53</sup>. Forældre med senfølger kan derfor have behov for familierettede indsatser i kommunen.

## Botilbud for borgere i hjemløshed

Der er en stor overrepræsentation af borgere med senfølger efter seksuelle overgreb blandt borgere, der lever i langvarig hjemløshed<sup>54,36</sup>. Mennesker med senfølger kan derfor have et særligt behov for tilbud til borgere i hjemløshed som fx ophold på et herberg eller forsorgshjem efter servicelovens § 110<sup>38</sup>.

## Sociale tilbud til personer med handicap

Væsentligt flere børn og unge med handicap har været udsat for seksuelle overgreb end børn uden handicap<sup>56</sup>. Voksne med handicap må derfor formodes at være i større risiko for at have senfølger efter seksuelle overgreb end andre. De kan derfor have særlige komplekse problemstillinger og et særligt behov for sociale indsatser og tilbud inden for servicelovens §§ 102-106 samt §85 og §82b.

## Sundhedsplejen

For nogle opstår eller intensiveres senfølgerreaktioner ved graviditet, fødsel og amning<sup>55</sup>. Forskning viser, at kvinder, som har oplevet seksuelle overgreb i opvæksten, er i 12 gange øget risiko for at få PTSD under graviditeten og i 10 gange større risiko for at få en fødselsdepression, sammenlignet med kvinder der ikke har været udsat for overgreb. Til hjemmebesøg i familien ved graviditet og fødsel kan der derfor være behov for en opmærksomhed på senfølger.



### Jobcentre og uddannelsesvejledning

Seksuelle overgreb i opvæksten er forbundet med en øget afhængighed af offentlige ydelser i voksenlivet<sup>36</sup>. Lige under halvdelen af de voksne, der er i behandling for seksuelle overgreb i landets senfølgecentre, er arbejdsløse og kun ca. halvdelen har gennemført en ungdomsuddannelse<sup>6</sup>. Borgere med senfølger kan derfor have særligt behov for beskæftigelsesrettede indsatser.

### Støtte-, bo- og aktivitetstilbud i socialpsykiatrien

Seksuelle overgreb i barndommen kan for mange udløse psykiske vanskeligheder i voksenlivet, som kan give behov for hjælp og støtte i socialpsykiatrien<sup>3</sup>. Mennesker med senfølger kan fx have behov for at bo på et midlertidigt eller længerevarende botilbud efter servicelovens §§ 107 eller 108, deltage i aktivitets- og samværstilbud efter servicelovens § 104, modtage beskyttet beskæftigelse efter servicelovens § 103, modtage bostøtte eller en støtte- og kontaktpersonsordning efter servicelovens §§ 85 og 99, eller få forebyggende hjælp gennem § 82-tilbud.

### Rusmiddelcentre

Gentagne barndomstraumer øger risikoen for at få et problematisk forbrug af alkohol og stoffer i voksenlivet. Forskning viser fx, at op mod 80 pct. af de kvinder, der er i rusmiddelbehandling, har været udsat for fysiske eller seksuelle overgreb<sup>57</sup>. Mennesker med senfølger kan derfor have et særligt behov for tilbud og indsatser på rusmiddelcentre efter servicelovens § 101 og sundhedslovens §§ 141 og 142.

### Kommunale sundhedstilbud

Seksuelle overgreb i barndommen er forbundet med en øget risiko for at opleve helbredsproblemer<sup>36, 58</sup>. Ca. 20 pct. af voksne, der har været udsat for overgreb, lever med sygdom og/eller handicap, mens det kun gælder for ca. 8 pct. af den almene befolkning<sup>36</sup>. Mennesker med senfølger borgere kan derfor have et større behov for at benytte kommunale sundhedstilbud sammenlignet med andre.

### Krisecentre

Borgere, som har været udsat for seksuelle overgreb i barndommen, er i øget risiko for at opleve seksuelle og fysiske overgreb i voksenlivet<sup>40, 71</sup>. De har fx 11 gange større sandsynlighed for at blive udsat for partnervold<sup>6</sup>. Mennesker med senfølger borgere kan derfor opleve at stå i en situation, hvor de får brug for et midlertidigt ophold på et krisecentre efter servicelovens § 109<sup>3</sup>.



### Tænk og tal med en kollega

Du er myndighedssagsbehandler i socialforvaltningen og har et møde med Kurt for første gang. Det fremgår af hans journal, at han har tendens til angst og depression og har et problematisk brug af alkohol. På mødet antyder han, at han har voldsomme mareridt, hvor han oplever nogle "svære ting fra barndommen igen og igen". Han fortæller, at den manglende søvn gør det svært for ham at overholde aftaler, da han ofte føler sig som en "zombie" i løbet af dagen. Under mødet får du en fornemmelse af, at han gerne vil fortælle dig om det traumatiske, som han har oplevet i sin barndom



#### Refleksionsspørgsmål:

- Hvornår tænker du, at det er din opgave som fagperson at spørge ind til borgerens opvækst?
- Hvis du vurderer det relevant at spørge ind, hvordan kan du så gribe samtalen an?
- Hvad kan du gøre, hvis borgeren viser sig at have været udsat for seksuelle overgreb?

→

Find flere **refleksionsspørgsmål** på [www.sbst.dk/refleksionskort-om-senfolger](http://www.sbst.dk/refleksionskort-om-senfolger)

**”Jeg kan sætte flueben ved stort set alle senfølger. Selvskaden fx – jeg har været misbruger i 33 år.”**

- Henrik

**”I den periode hvor jeg søgte arbejde og var tilbage i jobcenterregi, der fik jeg det så dårligt. Det der med at ringe til folk, hvor du skal tage teten, og du skal sælge dig selv, det er det aller-allerværste: ”Du skal have søgt så og så mange job per uge, og hvis ikke, du har gjort det, så...” Det triggede mig sindssygt, og mit system var i konstant alarmberedskab.”**

- Anna

# 5.

## Lovgivning og tilbud til mennesker med senfølger

For at sikre at borgere med senfølger efter seksuelle overgreb i barndommen modtager den hjælp og støtte, de har behov for, skal du som kommunal fagprofessionel kunne henvise til relevante tilbud i og uden for kommunen. Desuden skal du understøtte, at borgere får en sammenhængende og helhedsorienteret indsats på baggrund af den enkeltes ønsker, håb og drømme. Det indebærer, at du hjælper med at få bygget bro på tværs af indsatser, og at du samarbejder og videndeler med andre aktører om borgerens indsatser.

### Tilbud til voksne med senfølger

Der findes en række forskellige tilbud rettet mod voksne med senfølger. Hvilke tilbud, der passer til den enkelte, afhænger af personen ønsker, udfordringer og ressourcer. Nogle borgere med senfølger kan have behov for social støtte, terapi eller psykiatrisk behand-

ling, mens andre hovedsageligt har brug for at indgå i sociale fællesskaber. Der er også en gruppe borgere med komplekse udfordringer knyttet til deres senfølger, såsom fx et problematisk brug af rusmidler, vold i nære relationer, hjemløshed og psykiske udfordringer. De kan have behov for flere samtidige indsatser på tværs af aktører og sektorer.

## Serviceovens rammer

Under serviceoven har kommunerne et ansvar for at hjælpe borgere med nedsat psykisk eller fysisk funktionsevne eller med særlige sociale problemer, herunder også borgere med behov for hjælp som følge af senfølger.

Det fremgår af serviceovens § 12, at kommunalbestyrelsen skal sørge for tilbud om gratis rådgivning til personer med nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne eller med særlige sociale problemer. Den forpligtelse gælder også for personer, der har behov for støtte på grund af deres senfølger.

Borgere med senfølger kan ligeledes få hjælp efter en række andre paragraffer i serviceoven, der kan anvendes til at understøtte den enkeltes mulighed for at udvikle sig og forbedre sin livssituation, hvis deres senfølger vurderes at have medført en længerevarende eller varigt nedsat fysisk eller psykisk funktionsnedsættelse eller særlige sociale problemer som konsekvens af senfølgerne. Der kan bl.a. nævnes § 85 (socialpædagogisk støtte) og § 99 (støtte- og kontaktperson), § 103 (beskyttet beskæftigelse), § 104 (aktivitets- og samværstilbud), § 101 (rusmiddelbehandling) eller midlertidigt ophold i boformer under serviceovens kapitel 20.

Kommunen kan også tilbyde hjælp af behandlingsmæssig karakter til borgere med senfølger efter serviceovens § 102<sup>58</sup>.

**”Kommunalbestyrelsen kan ud over tilbud efter § 85 give tilbud af behandlingsmæssig karakter til borgere med betydelig og varigt nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne eller med særlige sociale problemer. Tilbuddet gives, når dette er nødvendigt med henblik på at bevare eller forbedre borgerens fysiske, psykiske eller sociale funktioner, og når dette ikke kan opnås gennem de behandlingstilbud, der kan tilbydes efter anden lovgivning.”** - Lov om social service, § 102<sup>59</sup>.

Tilbud efter § 102 kan f.eks. være psykologisk, psykoterapeutisk, sygeplejemæssig, fysio- og ergoterapeutisk, specialpsykiatrisk eller tandplejemæssig behandling.

I serviceovens § 82 a & b fremgår det desuden, at borgere, der er i risiko for at udvikle eller har nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne og sociale problemer, har ret til gruppebaseret og individuel hjælp, omsorg eller støtte. Denne hjælp, omsorg eller støtte kan varetages af kommunen, men kan (ifølge § 82 d) også etableres i samarbejde med frivillige sociale organisationer og foreninger, såfremt det vurderes, at de kan forbedre og forebygge, at borgernes funktionsnedsættelser eller sociale problemer forværres. Serviceoven rummer dermed også muligheder for at fx understøtte samspillet mellem kommuner og civilsamfund til gavn for voksne med senfølger.

## Specialiseret behandling

Personer med psykiske vanskeligheder kan modtage behandling hos praktiserende psykiatere eller psykologer med henvisning fra egen læge. De vil også kunne få behandling i den regionale psykiatri, hvis de bliver diagnosticeret med en psykiatrisk diagnose, såsom PTSD, personlighedsforstyrrelse eller angst. Udredning i den regionale psykiatri kræver henvisning fra egen læge.

### Rådgivning

Ud over kommunens forpligtelse til at yde gratis rådgivning, er der også en række civilsamfundsorganisationer som tilbyder rådgivning specifikt rettet mod borgere med senfølger efter seksuelle overgreb.

Derudover tilbyder den nationale videns- og specialrådgivningsorganisation (VISO) korte, individuelle rådgivningsforløb direkte til borgere med senfølger og deres pårørende.

Mennesker med senfølger kan også modtage specialiseret senfølgebehandling i de tre centre for seksuelt misbrugte (CSM) samt hos en række civilsamfundsaktører flere steder i landet. De aktører, der tilbyder specialiseret behandling, er oplyst i "Oversigt over tilbud til voksne med senfølger".

## Støtte og sociale fællesskaber

Der findes en række civilsamfundsorganisationer, som tilbyder forskellige former for støtte og sociale fællesskaber rettet specifikt mod mennesker med senfølger. Styrken ved disse tilbud er bl.a., at de kan give mennesker med senfølger mulighed for at møde og spejle sig i andre med samme problemstillinger, fx ved at dele erfaringer i selvhjælpsgrupper eller peer-to-peer-netværk. Det kan give personen en oplevelse af empowerment, og af ikke at være alene med sin historie. Det kan dermed også være med til at begrænse den skam og ensomhed, som kan være forbundet med et liv med senfølger<sup>60</sup>.

### Peerstøtte og -netværk

Et peer-netværk består af to eller flere deltagere, der har fælles levede erfaringer, fx relateret til senfølger efter seksuelle overgreb. Peer-netværk har til formål at give støtte til forandring ved, at en peerstøtteperson fungerer som positiv rollemodel for den eller de andre.

Læs mere om peerstøtte på Vidensportalen [www.vidensportal.dk/voksne/peerstoette](http://www.vidensportal.dk/voksne/peerstoette)

### Frivillige tilbud

Hvis du ikke har det fulde kendskab til frivillige tilbud i din kommune, kan du spørge den kommunale frivillighedskoordinator, frivilligcenteret tilknyttet din kommune eller kigge på [www.frise.dk](http://www.frise.dk) (Frivilligcentre og Selvhjælp Danmark).

De tilbud, der yder støtte og sociale fællesskaber, kan bruges sideløbende med den specialiserede behandling. Nogle mennesker med senfølger bruger tilbuddene inden behandlingen, enten imens de venter på at starte op, eller som forberedelse og støtte til at tage kontakt til lægen eller behandlingstilbudet<sup>3</sup>. Forskellige former for støtte og sociale fællesskaber kan for andre fungere som et alternativ til den specialiserede behandling, fx hvis de ikke ønsker at indgå i behandlingssystemet, eller hvis de ikke oplever et behandlingsbehov, men gerne vil indgå i et fællesskab med andre, der har lignende erfaringer og udfordringer.

Hvis mennesker med senfølger ønsker at deltage i et tilbud i civilsamfundet, kan de have brug for støtte til at få en god opstart. Som kommunal fagperson kan du fx:

- Tage kontakt til de respektive tilbud for at undersøge om tilbuddet matcher borgerens behov
- Tilbyde følgeskab i en periode for at understøtte borgerens opstart, hvis det ligger inden for rammerne af din opgave som fagperson<sup>61</sup>. Hvis det ikke er muligt at tilbyde følgeskab, kan du hjælpe med at facilitere kontakten til det respektive tilbud, så borgeren ved hos hvem og hvor, de skal henvende sig.

Nogle mennesker med senfølger kan have gavn af at deltage i frivillige tilbud og fællesskaber, hvor der ikke er fokus på senfølgeproblematikker specifikt. Deltagelse i almene fællesskaber kan styrke den enkeltes inklusion i samfundet og hjælpe vedkommende med at få opbygget et socialt netværk. At indgå i sociale fællesskaber kan have stor betydning for muligheden for at komme sig oven på traumatiske oplevelser og kan dermed bidrage positivt til borgerens personlige recovery og til et menneskes personlige recovery og hjælpe vedkommende til at leve det liv hun/han ønsker<sup>62</sup>.

# Oversigt over tilbud til mennesker med senfølger

For at kunne henvise og bygge bro skal du have kendskab til og kunne informere borgerne om, hvilke tilbud der findes til mennesker med senfølger.



Hent en **oversigt over tilbud til personer med senfølger** på [www.sbst.dk/tilbud-senfolger](http://www.sbst.dk/tilbud-senfolger)

## Samarbejde og koordinering på tværs af sektorer

Borgere med senfølger har i mange tilfælde behov for flere samtidige indsatser i og på tværs af kommunen, regionen og civilsamfundet<sup>63</sup>.

Ved at indgå i et tæt samarbejde med borgeren og samarbejde på tværs af faggrupper i kommunen og mellem sektorer og organisationer, kan du bidrage til, at borgeren får et helhedsorienteret forløb, der er tilrettelagt efter den enkeltes specifikke ønsker og behov.

## Formaliseret samarbejde

Serviceovens § 141-handleaner, koordinerede indsatsplaner eller faste strukturer for koordineringsmøder og formaliserede samarbejdsaftaler kan understøtte koordinering mellem borgerens forskellige indsatser. Det gælder både, hvis indsatserne foregår samtidigt eller ligger efter hinanden.

Koordineringsmøder på tværs af indsatser kan være med til at skabe et helhedssyn på borgere og deres støttebehov og kan bidrage til, at den bedst mulige tilrettelæggelse af den samlede indsats.

Som udgangspunkt bør borgeren deltage i koordineringsmøder for at sikre, at indsatsen bliver planlagt efter vedkommendes ønsker og behov. Det kan derudover være en fordel at have ressourcepersoner fra borgerens personlige netværk eller en bisidder med ved koordineringsmøder om borgerens indsatser.

## Metoder til koordinering

Der findes flere metoder, som kan understøtte koordinering mellem indsatser, fx Åben Dialog, Relationel Koordinering, Critical Time Intervention og samarbejdsmodellen for unge med psykiske vanskeligheder.

→ Læs mere om **Åben Dialog** på Socialstyrelsens hjemmeside <http://www.sbst.dk/tvaergaende-omrader/virk-somme-indsatser/dokumenterede-metoder-voksne-og-handicap/om/aben-dialog>

→ Læs mere om **relationel koordinering** her <https://www.lederweb.dk/udgivelser/relationel-koordinering/>

→ Læs mere om **Critical Time Intervention (CTI)** på <https://www.sbst.dk/tvaergaende-omrader/virk-somme-indsatser/dokumenterede-metoder-voksne-og-handicap/om/cti>

→ Læs om **samarbejdsmodellen for unge med psykiske vanskeligheder** på <https://www.sbst.dk/unge/psykisk-saarbarhed/metoder-og-tilgange>

# Referencer

- 1 Strasser et al. (2021 a)
- 2 Fisher et al. (2017); Murphy et al. (2016); Stephenson et al. (2018); Strasser et al. (2021 a); Karsberg (2021); Hyland et al. (2019);
- 3 PwC & Videnscenter for Psykotraumatologi (2019).
- 4 Socialstyrelsen (2021).
- 5 Ottesen & Henze-Pedersen (2021).
- 6 Social- og Ældreministeriet (2021).
- 7 PwC & Videnscenter for Psykotraumatologi (2019); Trans (2018); Strasser et al. (2021 b). Goodman-Brown et al. (2003); MacGinley & Breckenridge (2019)
- 8 Steine et al. (2016); Elklit (2015).
- 9 Berger et al. (2022); Trans (2018).
- 10 Det Nationale TBT-Center (2020); Buhmann & Folke (2021); Rasmussen & Juliussen (2017)
- 11 Maribo et al. (2022).
- 12 Buhmann & Folke (2021); Stephenson et al. (2018).
- 13 SAMHSA (2014).
- 14 Ottesen & Henze-Pedersen (2021).
- 15 Grydehøj & Svendsen (2013 b).
- 16 Elklit et al. (2014); Helweg-Larsen et al. (2009); Socialstyrelsen (2007).
- 17 Larsen et al. (2019).
- 18 Holt et al. (2017).
- 19 Oldrup et al. (2016).
- 20 Servicestyrelsen (2007).
- 21 PwC & Videnscenter for Psykotraumatologi (2019); Armour et al.. (2014).
- 22 Grydehøj & Svendsen (2013 a).
- 23 PwC & Videnscenter for Psykotraumatologi (2019); Paolucci et al. (2001); Socialstyrelsen (2014); KKUC (u.å.); Lyager & Lyager (2015)
- 24 PwC & Videnscenter for Psykotraumatologi (2019); Det Nationale TBT-Center (2020).
- 25 Elklit et al. (2014).
- 26 Elklit et al. (2014); Buhmann & Folke (2021); Strasser et al. (2021 a).
- 27 Strasser et al. (2021 a).
- 28 Amundsen, 2018.
- 29 ICD-11 (2022 a).
- 30 Lyager & Lyager (2015).
- 31 Fisher et al. (2017).
- 32 Karsberg (2021).
- 33 Berger et al. (2022).
- 34 Berger et al. (2022); Karsberg (2021).
- 35 Murphy et al. (2016).
- 36 Karsberg (2021); Murphy et al. (2016); Murphy et al. (2020). Berger et al. (2022). Fisher et al. (2017).
- 37 Socialstyrelsen (2017); Socialstyrelsen (2014); Buhmann & Folke (2021).
- 38 Strasser et al. (2021 a).
- 39 Lange et al. (2020); Stephenson et al. (2018).
- 40 Dahl & Østergaard (2021); Henriksen et al. (2021).
- 41 Fisher et al. (2017); Buhmann & Folke (2021); Straszek, 2019.
- 42 Trans (2018).
- 43 Center for Mentalisering (u.å.).
- 44 Karsberg (2022); Nielsen et al. (2016).
- 45 Benjaminsen (2014); Benjaminsen et al. (2018); PwC & Videnscenter for Psykotraumatologi (2019).
- 46 Nielsen (2020).
- 47 Berger et al (2022); Høgsted (2019)
- 48 Høgsted (2019); Knight (2019); Vang & Alkærsig (2020).
- 49 Kjeldsen (2019).
- 50 Vang & Alkærsig (2020)
- 51 Høgsted (2019).
- 52 Høgsted (2019); Berger et al. (2022).
- 53 Stephenson et al. (2018).
- 54 Feantsa (2016).



- 55 Frandsen (2008).
- 56 Socialstyrelsen (2017).
- 57 Karsberg (2021).
- 58 Social- og Ældreministeriet (u.å).
- 59 Bekendtgørelse af lov om social service (2021).
- 60 Berger et al. (2022); Elklit (2015).
- 61 Espersen et al. (2018).
- 62 Buhmann & Folke (2021).
- 63 PwC & Videnscenter for Psykotraumatologi (2019); Trans, 2018.
- 69 Christoffersen (2020); Socialstyrelsen, 2017
- 70 PwC & Videncenter for psykotraumatolog (2019); CSM u.å. b.
- 71 Murphy et al. (2020)
- 72 Salka, Jonathan; Johansen, Katrine, B. H. & Aner, Louise, G. (2023). Vold i barndommen. Lev Uden Vold

# Litteratur

Amundsen, Marie-Lisbet (2018). *Sinte gutter gråter ikke*. Psykologi i kommunen, 3, s. 11-21.

Arabi, Shahibi (2022). *PTSD and Complex PTSD: What Happens When You've Lived In A Psychological War Zone*. Thought Catalog. Tilgængelig fra: <https://thoughtcatalog.com/shahida-arabi/2018/03/ptsd-and-complex-ptsd-what-happens-when-youve-lived-in-a-psychological-war-zone/>

Armour, Cherie; Elklit, Ask. & Christoffersen, Mogens N. (2014). *A Latent Class Analysis of Childhood Maltreatment: Identifying Abuse Typologies*. Journal of Loss and Trauma, 19(1), s. 23-39.

Bekendtgørelse af lov om social service, LBK nr. 1548 af 1/7/2021. Tilgængelig fra: <https://www.retsinformation.dk/eli/ltta/2022/170>

Benjaminsen, Lars (2014). *Housing First. En permanent bolig og en helhedsorienteret indsats*, Socialstyrelsen.

Benjaminsen, Lars; Birkelun, Jesper F. Ememark, Morten H. & Andrade, Stefan B. (2018). Socialt udsatte borgeres brug af velfærdssystemet – Socialøkonomiske aspekter. VIVE – Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for Velfærd

Berger, Nichlas P.; Fynbo, Lars & Frøslev-Thomsen, Josefine (2022). Viden om traumebevidste tilgange i indsatser til socialt udsatte voksne – En vidensafdækning og skitsering af en prototype. VIVE – Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for Velfærd

Buhmann, Cæcilie B. & Folke, Sofie (2021). *Traumer i psykiatrien* (1. udgave). Hans Reitzel.

Center for Mentalisering (u.å.). *Hvad er mentalisering og hvorfor er det vigtigt?* Tilgængelig fra: <https://www.centerformentalisering.dk/hvad-er-mentalisering/>

Center for Seksuelt Misbrugte (u.å. a). Om seksuelle overgreb. CSM Danmark. Tilgængelig fra: <https://csm-danmark.dk/seksuelle-overgreb/om-seksuelle-overgreb/>

Center for Seksuelt Misbrugte (u.å. b). Grooming. I: Om seksuelle overgreb. CSM Danmark. Tilgængelig fra: <https://csm-danmark.dk/seksuelle-overgreb/om-seksuelle-overgreb/digitale-overgreb/grooming/>

Center for Seksuelt Misbrugte (u.å. c). Underkastelse. I: Seksuelle problemer. CSM Danmark. Tilgængelig fra: <https://csm-danmark.dk/forskning/seksuelle-problemer/underkastelse/>

Center for Sundhed Region Hovedstaden & KAP-H (2017). *Henvi- ning til psykolog*.

Christoffersen, Mogens N. (2020). *Sexual Crime Against Schoolchildren With Disabilities: A Nationwide Prospective Birth Cohort Study*. Journal of Interpersonal Violence, 2022 (37), s. 3-4

Christoffersen, Mogens; Amour, Cherie; Lasgaard, Mathias; Andersen, Tonny. E., & Elklit, Ask. (2013). *The Prevalence of Four Types of Childhood Maltreatment in Denmark*. Clinica Practice & Epidemiology in Health, 9, s. 149-156.

Dahl, Karen M. & Østergaard, Stine V. (2021). Unges udveksling af intimitet for materielle goder - Et kvantitativt studie. VIVE - Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for Velfærd.

Det Nationale TBT-Center (2020). Traumebevidst tilgang i Danmark. Region Hovedstadens psykiatriske hospital.

Elklit, Ask, Christiansen, Dorte. M., Palic, Sabrina., Karsberg, Sidsel. H., & Eriksen, Sara B. (2014). *Impact of traumatic events on Post-traumatic Stress Disorder among Danish survivors of sexual abuse in childhood*. Journal of Child Sexual Abuse, 23 (8), s. 918-934.

Elklit, Ask (2015). *Delundersøgelse VI: Anbefalinger til fremtidige initiativer ift. den landsdækkende indsats, I: Evaluering af den landsdækkende behandlings- og rådgivningsindsats til mennesker med senfølger efter seksuelle overgreb i barndommen: Den endelige evalueringsrapport*. Syddansk Universitet, s. 15-20.

Espersen, Helle H.; Andersen, Linda L.; Petersen, Anne; Olsen, Leif (2018). Inklusion og deltagelse af sårbare borgergrupper i samskabende arenaer: Evaluering af tre partnerskaber mellem civilsamfund og kommuner. VIVE - Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for Velfærd.

Feantsa (2016). *Homelessness and Violence Against Women Addressing the Link and Responding Effectively*. Tilgængelig fra: [https://www.feantsa.org/download/homelessness\\_and\\_vaw\\_final\\_en3689319608159706711.pdf](https://www.feantsa.org/download/homelessness_and_vaw_final_en3689319608159706711.pdf)

Fergusson, David. M., & Mullen, Paul E. (1999). *Childhood sexual abuse: An evidence based perspective*. SAGE Publications, Inc.

Fisher, Cate; Goldschmidt, Alexandra; Hurrcombe, Rachel; Soares, Claire (2017). The impacts of child sexual abuse: a rapid evidence assessment. IICSA Research Team

Frandsen, Luise, M. (2008). *At blive mor: Misbrugte kvinders problemer og behov for hjælp*. Servicestyrelsen.

Goodman-Brown, T. B., Edelstein, R. S., Goodman, G. S., Jones, D. P. H., & Gordon, D. S. (2003). Why children tell: A model of children's disclosure of sexual abuse. *Child Abuse & Neglect*, 27(5), 525-540

Groes, Christian; Bjønness, Jeanett & Højlund Bræmer, Marie. (2021). Sugardating blandt danske unge i alderen 18-30 år: Et kvalitativt studie. Roskilde Universitet

Grydehøj, Stinne & Elholm, Tine (2013). Målgruppe, I: Seksuelle overgreb. Vidensportalen på det sociale område. Tilgængelig fra: <https://vidensportal.dk/temaer/seksuelle-overgreb/malgruppen>

Grydehøj, Stinne & Svendsen, Anne M. B. (2013 a). Definition, I: Seksuelle overgreb. Vidensportalen på det sociale område. Tilgængelig fra: <https://vidensportal.dk/temaer/seksuelle-overgreb/definition>

Grydehøj, Stinne & Svendsen, Anne M. B. (2013 b). Risiko- og beskyttelsesfaktorer, I: Seksuelle overgreb. Vidensportalen på det sociale område. Tilgængelig fra: <https://vidensportal.dk/temaer/seksuelle-overgreb/risiko-og-beskyttelsesfaktorer>

Helweg-Larsen, Karin; Schütt, Nina Maria & Larsen Bøving, Helmer, L. (2009). Unges trivsel – År 2008. En undersøgelse med fokus på seksuelle overgreb og vold i barndom og tidlig ungdom. Syddansk Universitet.

Henriksen, Theresa D., Andrade Stefan B., Mehlsen, Line; Bom, Louise H. & Frøslev-Thomsen, Josefine (2021). Salg af sex i Danmark 2020 – En kortlægning. VIVE - Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for Velfærd.

Holm, Eva. F. (2021). *Ny PTSD-diagnose kan skærpe hjælpen til de hårdest ramte*. Socialt indblik. Tilgængelig fra: <https://www.socialtindblik.dk/ny-ptsd-diagnose-kan-skaerpe-hjaelpen-til-de-haardest-ramte/>

Holt, Helle; Christoffersen, Mogens; Poulsen, Maria. H.; Bengtsson, Steen & Bach, Henning B (2017). Vold og seksuelle overgreb mod børn og unge med handicap. SFI – Det Nationale Forskningscenter for Velfærd, 17:18.

Hyland Philip; Shevlin Mark; Cloitre Marylene; Karatzias Thanos; Vallières Frédérique; McGinty Grainne; Fox Robert & Power Joanna. (2019). *Quality not quantity: Loneliness subtypes, psychological trauma, and mental health in the US adult population*. Soc Psychiatr Epidemiol. 2019 Sep;54(9), s. 1089-1099.

Høgsted, Rikke (2019). *Grundbog i belastningens psykologi - Forebyggelse af primær og sekundær traumatisering ved psykisk krævnede arbejds* (3. Udgave). Forlaget ICTUS.

ICD-11 (2022 a). Post traumatic stress disorder. International Classification of Diseases 11th Revision. The global standard for diagnostic health information. Tilgængelig fra: <https://icd.who.int/browse11/l-m/en#/http%3a%2f%2fid.who.int%2fcd%2fentity%2f2070699808>

ICD-11 (2022 b). Complex post-traumatic stress disorder. International Classification of Diseases 11th Revision. The global standard for diagnostic health information. Tilgængelig fra: <https://icd.who.int/browse11/l-m/en#/http://id.who.int/icd/entity/585833559>

Karsberg, Sidsel (2022). Traumer, PTSD og rusmiddelbehandling. (01.02.2022), Podcast udgivet af STOF, Center for Rusmiddelforskning.

- Karsberg, Sidsel (2021). *I stofbehandling til unge bør vi være opmærksomme på, at unge, der har oplevet mange traumer, har særligt svært ved at reducere deres stofbrug*. STOF, 39, s. 14-19.
- Kjeldsen, Hans. C. (2019). Udbændthed. Patienthåndbogen. Tilgængelig fra: <https://www.sundhed.dk/borger/patienthaandbogen/hjerne-og-nerver/sygdomme/ovrigt-sygdomme/udbraendthed/>
- KKUC (u.å.). Vores for forståelse af senfølger, I: Senfølger. Tilgængelig fra: <https://kkuc.dk/vores-forstaaelse-senfoelger>
- Knight, Carolyn (2019). *Trauma Informed Practice and Care: Implications for Field Instruction*. Clinical Social Work Journal. Springer US, 47(1), s. 79–89.
- Kristensen, Ellids & Lau, Marianne (2011). *Sexual function in women with a history of intrafamilial childhood sexual abuse*. Sexual and Relationship Therapy, 26(3), s. 229-241.
- Lange, Brittany C. L.; Bach-Mortensen, Anders M.; Condon, Eileen M. & Gardner, Frances (2020). *A systematic review of the effectiveness of interventions designed for mothers who experiences child sexual abuse*. Child Abuse & Neglect, 104.
- Larsen, Christina. V. L.; Hansen, Charlotte B.; Ingemann Christine; Jørgensen, Marit Eika; Olsen, Ingelise; Sørensen, Ivalu K; Koch, Anders; Backer, Vibeke & Bjerregaard, Peter. (2019). *Befolkningsundersøgelsen i Grønland 2018. Levevilkår, livsstil og helbred*. Syddansk Universitet.
- Bekendtgørelse af lov om social service* LBK nr. 1287 af 28/08/2020, kap. 18, § 102. Tilgængelig fra: <https://www.retsinformation.dk/eli/ta/2020/1287>
- Lyager, Jette & Lyager, Lone (2015). *At bestige bjerge – gruppeterapi for seksuelt misbrugte mænd* (1. Udgave). VFC Socialt Udsatte.
- Lyager, Jette & Lyager, Lone (2013). *Barnets MESTIRNG. Den voksnes SENFØLGER*. Psykoterapeuten nr. 2, maj 2013.
- MacGinley, Maureen; Breckenridge, Jan & Mowll, Jane (2019): *A scoping review of adult survivors' experiences of shame following sexual abuse in childhood*. Health Soc Care Community. 27(5), s. 1135-1146.
- Maribo, Thomas; Ibsen, Charlotte; Thuesen, Jette; Nielsen, Claus V; Johansen, Jan S; Vind, Ane B (2022). Hvidbog om rehabilitering. Rehabiliteringsforum Danmark, Videncenter for Rehabilitering & Palliation (REHPA).
- Murphy, Siobhan; Elklit, Ask, Hyland, Philip & Shevlin, Mark (2016). *Insecure Attachment Orientations and Posttraumatic Stress in a Female Treatment-Seeking Sample of Survivors of Childhood Sexual Abuse: A Cross-Lagged Panel Study*. Traumatology.
- Murphy, Siobhan; Elklit, Ask & Shevlin, Mark (2020). *Child Maltreatment Typologies and Intimate Partner Violence: Findings From a Danish National Study of Young Adult*. Journal of Interpersonal Violence, 35(3-4), s. 755-770.
- Nielsen, Dorthe K. (2020). *Forrælse kan ramme alle*. Socialrådgiveren. Tilgængelig fra: <https://socialraadgiverne.dk/faglig-artikel/forraelse-kan-ramme-alle/>
- Nielsen, Elene (2017). Gentagetvang. Landsforeningen SPOR. Tilgængelig fra: <https://www.landsforeningen-spor.dk/gentagetvang/>
- Nielsen, Louise H.; Hansen, Maj; Elklit, Ask. & Bramsen, Rikke H. (2016). *Sexual assault victims participating in research: Causing harm when trying to help?* Archives of Psychiatric Nursing, 30, s. 412-417.
- Oldrup, Helene; Christoffersen, Mogens N.; Kristiansen, Ida L. & Østergaard, Stine V. (2016). Vold og seksuelle overgreb mod børn og unge i Danmark 2016. VIVE – Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for Velfærd.
- Ottesen, Mai H. & Henze-Pedersen, Sofie (2021). Fysisk vold og seksuelle overgreb mod børn. VIVE - Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for Velfærd.
- Paolucci, Elizabeth O.; Genuis, Mark L. & Violato, Claudio (2001). *A meta-analysis of the published research on the effects of child sexual abuse*. Journal of Psychology, Vol. 135, s. 17–36.
- PricewaterhouseCoopers (PwC) & Videnscenter for Psykotraumatologi (2019). *Analyse af senfølgeområdet: Afrapportering*.
- Rasmussen, Marianne & Juliussen, Finn. B. (2017). Definition, I: Recovery. Vidensportalen på det sociale området, på <https://vidensportal.dk/voksne/recovery/definition>
- Rasmussen, Tina J. (2020). *Guiden: Sådan får du mere ud af din supervision*. Socialrådgiverne. Tilgængelig fra: <https://socialraadgiverne.dk/faglig-artikel/guiden-saadan-faar-du-mere-ud-af-din-supervision/>
- Salka, Jonathan; Johansen, Katrine, B. H. & Aner, Louise, G. (2023). Vold i barndommen. Lev Uden Vold
- SAMHSA - Substance Abuse and Mental Health Services Administration (2014). SAMHSA's Concept of Trauma and Guidance for a Trauma-Informed Approach. HHS Publication No. (SMA) 14-4884. Rockville, MD.
- Servicestyrelsen (2007). Seksuelle overgreb mod børn og unge anbragt uden for hjemmet eller i aflastning – en kvantitativ og kvalitativ undersøgelse af omfang og karakter af seksuelle overgreb. SISO. Videnscenter for sociale indsatser ved seksuelle overgreb mod børn.
- Social- og Ældreministeriet (2021). Handlingsplan til en styrket indsats til voksne med senfølger efter seksuelle overgreb.
- Social- og Ældreministeriet (u.å). Serviceovens tilbud til personer med senfølger efter seksuelle overgreb i barndommen. Tilgængelig fra: <https://sm.dk/arbejdsomraader/udsatte-voksne/senfoelger-efter-seksuelle-overgreb-i-barndommen-og-ungdommen/initiativer-og-indsatser-til-personer-med-senfoelger-efter-seksuelle-overgreb>
- Socialstyrelsen (2021). *Udfordringer i forhold til voksne på det specialiserede socialområde. Kommunale perspektiver*, Socialstyrelsen
- Socialstyrelsen (2017). Vold og seksuelle overgreb mod børn med handicap, Socialstyrelsen
- Socialstyrelsen (2014). Den professionelle tvivl. Tegn og reaktioner på seksuelle overgreb mod børn og unge, Socialstyrelsen
- Steine, Iris M.; Winje, Dagfinn; Nordhus, Inger H.; Milde, Anne M.; Bjorvatn, Bjørn; Grønli, Janne & Pallesen, Stråle (2016). *Langvarig taushet om seksuelle overgreb. Prediktorer og korrelater hos voksne som oplevede seksuelle overgreb som barn*, Tidsskrift for norsk psykologforening.
- Stephenson, Lucy A.; Beck, Katherine; Busuulwa, Paula; Rosan, Camilla; Pariente, Carmine M.; Pawlby, Susan & Sethna, Vaheshta (2018). *Perinatal interventions for mothers and fathers who are survivors of childhood sexual abuse*. Child Abuse and Neglect, Vol. 80, s. 9-31.
- Sturm, Debbie C. (2012). *A Review of the Research on the Relationship Between Substance Abuse and a History of Exposure to Trauma*. Ideas and Research You Can Use: VISTAS 2012, Vol. 1
- Strasser, Claudia; Knudsen, Lotte B.; Stenager, Kirstina (2021 a). Definition, I: Senfølger efter seksuelle overgreb. Vidensportalen på det sociale område. Tilgængelig fra: <https://vidensportal.dk/voksne/senfoelger-efter-seksuelle-overgreb/definition>
- Strasser, Claudia; Knudsen, Lotte B.; Stenager, Kirstina (2021 b). Målgruppens behov, I: Senfølger efter seksuelle overgreb. Vidensportalen på det sociale område. Tilgængelig fra: <https://vidensportal.dk/voksne/senfoelger-efter-seksuelle-overgreb/malgruppens-behov>
- Straszek, Sune. (2019). Dissociative lidelser. Patienthåndbogen. Tilgængelig fra: <https://www.sundhed.dk/borger/patienthaandbogen/psyke/sygdomme/ovrigt-sygdomme/dissosiative-lidelser/>
- Trans, Kirsten (2018). *Senfølger efter seksuelle overgreb: En introduktion til socialarbejdere og sundhedspersonale – og en hjælp til ofrene* (1. udgave). Frydenlund.
- Vang, Maria L. & Alkærsg, Mette (2020). Sekundær traumatisering og udbændthed. Forekomst og risiko- og beskyttende faktorer blandt danske børneværnsansatte. Delrapport 1. Syddansk Universitet, Videnscenter for Psykotraumatologi



Social- og Boligstyrelsen  
Edisonsvej 18, 1  
5000 Odense  
Tlf.: 72 42 37 00

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

November 2023