

Synlighedsdagen

Her kan du finde hjælp

Hvis du selv, eller en du kender, har været udsat for seksuelle overgreb som barn, er der hjælp at hente på landets centre for seksuelt misbrugte og deres pårørende. Fagpersoner, der er i berøring med seksuelt misbrugte, kan ligeledes henvende sig for rådgivning. Se en komplet liste på: www.synlighedsdagen.dk

På Fyn arrangeres Synlighedsdagen af:

Center for Seksuelt Misbrugte Syd - Frivilligsektion. Tidl. CSM Fyn

Rådgivning, individuelt og i grupper – forestået af frivillig arbejdskraft.

Kongensgade 72, 1. sal, 5000 Odense C
Tlf. 66 14 66 33 - www.csm-syd-frivillighed.dk

Center for Seksuelt Misbrugte Syd - Behandlingssektion. Tidl. Incest Center Fyn

Professionel psykologbehandling, individuelt og i grupper.

Mageløs 1, 2. sal tv., 5000 Odense C
Tlf. 63 11 07 12 - www.csm-syd-behandling.dk

TEMAEFTERMIDDAG

om senfølger af incest og seksuelt misbrug i barndommen

Fredag den 4. oktober 2013
Kl. 13.00 - 16.00

Odense Universitetshospital
Psykiatrisk Afdeling Odense
J.B. Winsløvsvej, 5000 Odense C
Blok 1, indgang 220, Auditorium

Se kort på bagsiden

Arrangementet er gratis og henvender sig til alle over 18 år.

www.synlighedsdagen.dk



Odense Universitetshospital
Psykiatrisk Afdeling Odense
J.B. Winsløvsvej, 5000 Odense C
Blok 1, indgang 220, Auditorium



det sætter sine spor...

Synlighedsdagen

Det er udenfor de flestes fatteevne, at incest og seksuelle overgreb mod børn overhovedet kan finde sted. For et barn er det, at vokse op i en familie, hvor incest eller seksuelle overgreb foregår, helt uforståeligt – og det sætter sine spor...

Men hvordan ser hverdagen ud for disse børn, når de bliver voksne? Hvilken hjælp skal der til for at opnå en god livskvalitet på trods af svære livsvilkår? Hvordan klarer Danmark opgaven med at sikre hjælp, når skaden er sket?

På Synlighedsdagen kan du høre nogle svar fra voksne, der selv har problematikken inde på livet, og som fortæller om deres eget liv med senfølger, terapi og helingsprocessen. Mød også eksperter der videregiver deres viden om senfølger og måder at opnå bedre livskvalitet.

Arrangør

Synlighedsdagen arrangeres af Center for Seksuelt Misbrugte Syd

Senfølger

Når man har været udsat for seksuelle overgreb som barn, kan man som voksen få psykiske og fysiske problemer, som stammer fra opvæksten og de seksuelle overgreb.

Man kan godt leve et udadtil normalt liv, mens man indadtil har det meget svært. Man kan have problemer med f.eks. en dyb følelse af ensomhed, mangel på tillid til sig selv samt følelser som skyld og skam. Ofte føler seksuelt misbrugte sig ikke tilstrækkelige. Partner- og forældreskab kan være svært, ligesom mange har problemer med sociale relationer generelt og ustabil tilknytning til arbejdsmarkedet.

Selvdestruktiv adfærd er meget almindelig. Smerten er ofte så svær at leve med at den må dulmes med fx mad, alkohol eller stoffer. Psykiske lidelser som depression og angst ses meget ofte og mange lider af posttraumatisk stress syndrom.

Det gode er, at man med den rette hjælp kan få det bedre og kan opbygge et godt voksenliv.

Program

Tema: Mestringsstrategier og senfølger

Kl. 13.00 – 13.05 Velkomst

Præsentation af dagens program

Ved dagens konferencier, Birgit Madsen, leder af Center for Seksuelt Misbrugte Syd – Frivilligsektion

Kl. 13.05 – 13.25

Åbningstale med information om CSM Syd

Ved psykolog Lone Westphal Eriksen, leder af Center for Seksuelt Misbrugte Syd – Behandlingssektion

Kl. 13.25 – 14.05 Misbrug

Jan var i en lang årrække afhængig af alkohol, stoffer og sex. Han fortæller om, hvordan misbruget var en flugt fra smerten, og hvordan han kom ud af det ved at bearbejde barndommens seksuelle overgreb.

Kl. 14.05 – 14.45 Selvskade

En kvinde fortæller, hvordan hun blandt andet via selvskadende adfærd som barn, ung og voksen mestrede at bære på barndommens tabu samt om, hvordan et vellykket terapiforløb har ændret hendes liv.

Kl. 14.45 – 15.00 Pause

Kl. 15.00 – 15.45

Barnets mestring – den voksnes senfølger

Lone Lyager, psykoterapeut MPF, sætter fokus på, hvordan det misbrugte barn forsøger at tilpasse sig og udvikler mestringsstrategier, der kan blive den voksnes senfølger.

Kl. 15.45 – 16.00

Spørgsmål og afslutning – Tak for i dag

Med forbehold for ændringer