

”ET KYS, VILLE DA HAVE VÆRET OKAY!”

Af Annalise Rust, psykolog på Center for Voldtægtsofre, København

Hver fjerde henvendelse til Center for Voldtægtsofre på Rigshospitalet drejer sig om en ung under 18 år.

Voldtægt forties

Antallet af anmeldte voldtægter og voldtægtsforsøg i Danmark har i de sidste 20 år ligget på ca. 500 årligt.

Det kan være vanskeligt at få et realistisk billede af omfanget af seksuelle overgreb. Voldtægt er stadig en ”skjult” forbrydelse, især når det drejer sig om voldtægt begået af én, man kender.

Når det drejer sig om unge voldtægtsofre er gerningsmanden hyppigt én fra samme kammeratskabskreds, nabolag eller én fra den skole, man går på.

Hvis overgrebet bliver begået af en god ven eller en kæreste, kan det være meget svært at erkende det som voldtægt. ”Jeg forstår ikke, hvordan han kunne gøre det imod mig.” – ”Hvad er der i vejen med mig, siden dette kunne ske.” Hvis man indser, at han har gjort én ondt, risikerer man jo også at miste ham.

Hvem er det, der bliver voldtaget?

De fleste piger forbinder ikke sig selv med én, der kunne risikere at blive udsat for voldtægt. De piger, der har været i behandling på Center for Voldtægtsofre på Rigshospitalet siger, at de har ændret opfattelse af piger, der bliver voldtaget. Før de selv kom i den situation, troede de, at det var ”billige” piger, der gik i seng med mange forskellige, klædte sig udfordrende og drak meget. De kan nu se, at det også kan ske for ganske almindelige piger, som de selv.

Unge reaktioner på voldtægt

Ungdomsårene, hvor barnet udvikler sig til at blive voksen, er i forvejen en meget udsat og sårbar periode fysisk, psykologisk og socialt.

Det kan være forvirrende at finde ud af, hvad der er kærlighed og hvad, der er sex, og det er let at misforstå hinanden i det. Hvis man ikke har nogen seksuel erfaring, kan det være meget svært at forstå, hvad det er, man har været udsat for, og meget svært at acceptere, at man kan have brug for hjælp og støtte bagefter.

Der kan være risiko for at overse behandlingsbehovet hos den unge, fordi hun måske hurtigt genoptager sin normale hverdag og udadtil fremstår som forbavsede upåvirket.

Den unge prøver måske at skjule, hvor elendigt hun har det af frygt for at blive udelukket fra kammeratgruppen, hvis hun reagerer anderledes, end hun plejer og af frygt for, at forældrene ikke længere vil give hende lov til at gå ud sammen med kammeraterne. Hun prøver at skubbe oplevelsen fra sig og glemme. Som en 16årig sagde: ”Når nogen spørger, hvordan man har det, siger man, at alt er o.k.. Man gemmer sig bag en maske”.

Overgrebet kan medføre splittelse i kammeratgruppen, hvor nogle støtter gerningsmanden og andre den krænkede. En 15årig fortalte: ”Andre sagde, at han var en sød fyr, og at det ikke lignede ham.” Derfor kan det være, at pigen slet ikke taler med nogen om det og føler sig skyldig og skamfuld både over det, der er sket og over, at hun tænker og føler, som hun gør.

Negative oplevelser i efterforløbet kan virke yderligt krænkende for identitetsopfattelsen og kan forstærke risikoen for udvikling af et negativt selvbillede.

Hun er da helt ude af flippen i dag!

Efter en voldtægt kan man føle sig meget alene. Man føler måske slet ikke, at man kan stole på andre mennesker mere og heller ikke, at man kan beskytte sig selv. På den ene side kan man føle, at man slet ikke har nogen grænser, men at alt "går lige ind," og på den anden side finder man sig ikke i noget og farer op over den mindste smule, der går én imod. Man er forfærdelig sårbar og på vagt. Man kan føle, at man er "i krig" med sin egen krop: Tåler ikke berøring og føler sig beskidt og ulækker. Angsten kan sætte sig som muskelspændinger og hovedpine. Mange får ondt i maven, føler kvalme og kan få spiseproblemer, enten på den måde, at man slet ikke kan spise noget eller, at man overspiser.

Det kan være svært at skelne mellem hvad der er almindelige teenagereaktioner, og hvad der er mere end almindelig splittelse og kaos, men man kan være helt sikker på, at den unge efter en voldtægt er meget ked af det og ønsker, at hun kan tale med nogen om det. Det kan være lettere at tale med nogen, der lidt fremmede end med dem, der er tæt på for: "Hvad hvis de synes, at det er min skyld, og hvad hvis de ikke tror på mig?"

Hvordan kan man hjælpe?

Efter en voldtægt har man brug for "at blive sørget for," fordi man ofte ikke kan tage stilling til noget som helst. Man kan ikke forvente, at den unge selv opsøger hjælpen, men man kan på en nænsom og respektfuld måde vise, at man er opmærksom på, at hun ikke har det så godt og indbyde til, at hun kan tale om det. Man kan ikke sige præcist, hvad der er rigtig eller forkert omsorg, for alle er forskellige; det vigtige er, at man er der og bruger sin erfaring og indlevelsesevne. Når den unge får fortalt om overgrebet, vil den, hun betror sig til, blive en meget betydningsfuld person i forhold til, at hun får fortalt det til sine forældre og får den hjælp og støtte, hun har brug for. Man skal passe på, at man ikke tager over, men man kan med sit nærvær vise, at verden er stabil og til at stole på, selv om der er kaos i hende. Kontakt mindsker angst.