



# Posttraumatisk vækst efter et seksuelt overgreb

*En empirisk kvalitativ undersøgelse*

*i samarbejde med Center for Seksuelle Overgreb, Rigshospitalet*

## Resumé af kandidatspeciale

Elvira Julietta Skov Karantonis

Emma Marie Balsby

Vejleder: Vanessa Sonne-Ragans



## Abstract

The purpose of this master's thesis is to examine the possibility of posttraumatic growth in the aftermath of sexual assault. This qualitative study primarily explores two female adults who have been subjected to and have overcome the trauma of a sexual assault and how the impact and effect of the psychological treatment and support at The Center for Victims of Sexual Assault (CSO) at Rigshospitalet has contributed to their positive life outcomes and changes. The phenomenon of posttraumatic growth is investigated in a Danish context through four semi-structured interviews: a first-person perspective from two patients and a third-person perspective from two therapists working at CSO. The empirical data has been analyzed using thematic analysis and three dominant themes were identified: development following the sexual assault, helpful elements and the sexual assault as part of one's life. Furthermore, a trauma theoretical perspective and an existential theoretical perspective have been utilized to analyze and broaden the understanding of posttraumatic growth, thereby contributing with two frameworks for the phenomenon. The results of this master's thesis illustrate and elucidate that the association between posttraumatic growth and the aftermath of a sexual assault is a possibility and that positive outcomes such as adjusting life priorities and setting boundaries are eminent changes that can occur. Additionally, the different empirical studies from our systematic review illuminates our own findings which suggests that posttraumatic growth in fact implies the possibility that one's condition can change for the better. Future research is nevertheless necessary to ascertain if underlying factors including unfolding of the past and whether receiving psychological treatment has significance in regards to posttraumatic growth.

## Introduktion

*“Jeg føler mig mere som et helt menneske. Jeg kan sætte grænser, jeg kan mærke, hvordan jeg har det, jeg kan mærke, hvad jeg har brug for, jeg kan bedre connecte med mine venner, fordi det kommer fra mit ståsted i stedet for deres ståsted. Det jeg har brug for og har lyst til. Jeg kan handle. Det er en rar følelse.”*

(Citat fra eget interview).

Ovenstående citat er fra et interview med en kvinde, der tidligere i sit liv har været udsat for et seksuelt overgreb, og som har modtaget psykologbehandling hos Center for Seksuelle Overgreb (CSO) på Rigshospitalet. Citatet illustrerer, hvordan man i eftertiden af et relationelt traume kan opleve at

udvikle sig i en positiv retning som menneske. Denne udvikling kan indfanges af begrebet posttraumatisk vækst.

Både tidligere og nuværende forskning samt kliniske interventioner beskæftiger sig i høj grad med de negative følgevirkninger efter et seksuelt overgreb, der centrerer sig om posttraumatisk stress (PTSD) og symptomreduktion (Fayaz, 2024; Joseph et al., 2012). Dette er et vigtigt aspekt i forståelsen af, hvordan et seksuelt overgreb påvirker et menneske, idet mange oplever symptomer på PTSD i traumets efterspil (Dworkin et al., 2021), som særligt er vigtige at afhjælpe gennem stabilisering og en etablering af- og øget følelse af tryghed (Herman, 2015).

En ulempe ved udelukkende at fokusere på de negative konsekvenser ved en traumatisk hændelse kan dog være, at der herigennem kan skabes en forudindtaget grundantagelse og forståelse af posttraumatiske reaktioner (Linley & Joseph, 2004). Denne primære grundantagelse ved seksuelle traumer omhandler, at et seksuelt overgreb kan opleves ødelæggende for den enkeltes liv (Joseph et al. 2012), og dermed overses den potentielle meningsfulde dimension og tillige muligheden for at være i stand til at leve et tilfredsstillende liv efter traumet (Joseph et al, 2012; Guggisberg et al., 2021). Denne grundantagelse vil vi gerne udfordre for at implementere et nuanceret syn på helingsprocessen og gennem projektet medvirke til en øget følelse af styrke og håb hos individer, der har været udsat for seksuelle overgreb. Derfor vil vi i nærværende afhandling undersøge fænomenet posttraumatisk vækst.

Posttraumatisk vækst centrerer sig om de positive forandringer, der kan forekomme, efter man har været udsat for en traumatisk hændelse. Fænomenet søger at fremhæve det udviklingspotentiale, et traume kan medføre, og herigennem den menneskelige evne til at rejse sig og opleve, at ens tilstand kan forandre sig til det bedre (Tedechei et al., 2018). En lang række nyere studier viser, posttraumatisk vækst er bredt belyst og undersøgt i forskellige sammenhænge. Disse inkluderer blandt andet medicinske traumer såsom hjerteanfald eller kræft (Ochoa Arnedo et al. 2019), naturkatastrofer (Hafstad et al., 2011) og interpersonelle traumatiske oplevelser såsom seksuelle overgreb (Joseph et al., 2012; Linley & Joseph, 2004). Posttraumatisk vækst kan altså forekomme hos mange individer, der har været udsat for forskellige traumatiske oplevelser. Set i lyset af at have været udsat for et seksuelt overgreb kan begrebet posttraumatisk vækst fordre en anden agens end det at være et offer og være med til at vise, at et seksuelt traume ikke nødvendigvis er ensbetydende med at være destruktivt for individets liv. Til trods for omfattende litteratur, der forbinder seksuelle overgreb med

negative psykiske og fysiske konsekvenser og problemer, kan der således også forekomme posttraumatisk vækst for denne målgruppe (Guggisberg et al. 2021).

Dette ønsker vi at belyse gennem fire semistrukturerede interviews med udgangspunkt i en fænomenologisk hermeneutisk undersøgelsestilgang. Vores interviews består af to forskellige perspektiver. Det ene perspektiv er et tredjepersons-behandlerperspektiv: her har vi interviewet to psykologer, der begge arbejder på CSO på Rigshospitalet. Psykologerne kaster lys over, hvordan de oplever, posttraumatisk vækst kan vise sig hos deres patientgruppe, samt hvordan det kan have relevans i behandlingsøjemed. Denne vinkel er inddraget grundet et ønske om at udbrede viden om de nuancer, der kan være i et psykologisk behandlingsforløb af et seksuelt overgreb. Nuancer der dermed favner bredere end et isoleret fokus på reducere af negative symptomer.

Det andet perspektiv, vi i vores undersøgelse vil inddrage, er et førstepersonsperspektiv. Dette gøres gennem interviews med to kvinder, der begge har været udsat for et seksuelt overgreb, og som har gået i et længerevarende behandlingsforløb hos CSO. Denne vinkel inddrages for gennem et førstehåndsperspektiv at opnå indblik i, om man efter et seksuelt overgreb kan opleve posttraumatisk vækst, hvordan det kommer til udtryk, og hvad der kan være hjælpsomt for denne forandringsproces hos den enkelte. Der kan argumenteres for, at inddragelse af de to forskellige vinkler kan muliggøre en opnåelse af en bredere forståelse for fænomenet ved at koble en faglig og erfaringsmæssig dimension med den indre oplevelsesmæssige dimension. Foruden at bidrage til forståelsen af de forandringsprocesser, man efter et seksuelt overgreb kan gennemgå, på et teoretisk niveau, kan afhandlingens behandlingsmæssige fokus også bidrage til klinisk og praksisnær forståelse og viden på området.

### **Problemformulering**

Med udgangspunkt i ovenstående vil fænomenet undersøges ud fra følgende problemformulering:

*Hvordan kan en empirisk kvalitativ undersøgelse med afsæt i behandleres erfaringer og forståelser samt kvinders subjektive oplevelser informere om muligheden for posttraumatisk vækst efter et seksuelt overgreb?*

## Metode

Metodevalget for nærværende empiriske undersøgelse er faldet inden for den kvalitative forskningstradition, idet denne søger at indfange *hvordan* et bestemt fænomen opleves, udvikles og træder frem i den menneskelige bevidsthed (Brinkmann & Tanggaard, 2015). Vi søger interviewpersonens detaljerede og oplevelsesmæssige beskrivelser, hvilket kan opnås gennem den fleksibilitet, der er i den semistrukturerede interviewmetode. Interviewpersonerne blev rekrutteret i samarbejde med CSO og udført i samtalelokaler på centret. Den tematiske analysemetode blev anvendt til at behandle og analysere vores kvalitative data.

## Resultater

Gennem en tematisk analyse blev de to psykologers oplevelser, erfaringer og forståelser af posttraumatisk vækst samt de to kvinders subjektive oplevelser sammenstillet, hvilket resulterede i tre temaer: *udvikling efter overgrebet*, *hjælpsomme faktorer* samt *overgrebet som en del af individets liv*. Udvikling efter overgrebet indeholder som tema både det udviklingsmæssige niveau *tiden efter overgrebet versus nutiden*, hvori det ses, at denne forandringsproces særligt centrerer sig om reducere af den akutte symptomatologi i traumets eftertid gennem psykologbehandlingen. Det andet udviklingsniveau indeholder udviklingen fra før overgrebet til nu, og dermed de beskrivelser, der mere eksplicit betegner den posttraumatiske vækst. Her blev der fundet tegn på vækst i individets *forhold til sig selv*, hvor det at mærke sin krop og egne behov, opleve at have kontrol over egne tanker og følelser, samt udvikling af selvtilid og selvværd særligt blev fremhævet. Ydermere tegn på vækst i forhold til *relationer og grænsesætning*, hvor det, at kunne stå ved egne behov i relationen til andre, sætte grænser i relationer samt udvise empati og omsorg for andre, trådte frem. Det relationelle tema indebar både venskabelige relationer, familierelationer, romantiske relationer og arbejdsrelaterede relationer.

Gennem inddragelse af et traumeteoretisk perspektiv af Judith Herman (2015) og eksistentielt perspektiv af Irvin Yalom (1998) er det blevet fremhævet, hvordan de tre temaer kan anskues teoretisk, dermed to teoretiske forståelsesrammer for fænomenet. Med inddragelse af det traumeteoretiske perspektiv blev tematikkerne og posttraumatisk vækst belyst gennem en holistisk forståelse for de processer, man efter et interpersonelt traume kan gennemgå. Heling og den potentielle positive udvikling blev herudfra forstået som værende et resultat af en bevægelse gennem

tre helende stadier og det at indgå i en helende terapeutisk relation, hvorigennem individet i det sidste stadie af denne proces antages at kunne danne et nyt selv og et nyt syn på sine relationer.

Gennem det eksistentielle perspektiv blev tematikkerne og posttraumatisk vækst belyst ved at konceptualisere traumet som en eksistentiel krise, der kan afstedkomme en eksistentiel åbning til positive forandringsmuligheder. Dette ved at inddrage fire eksistentielle grundvilkår og fremhæve den menneskelige evne til selvbestemmelse, frihed og ansvar, og det at kunne skabe egen livsmening gennem en krise.

## **Konklusion**

Afhandlingen udsprang af ønsket om at undersøge positive udviklingsmuligheder, der potentielt kan opstå efter et seksuelt overgreb, for dermed at bidrage til en nuanceret forståelse af posttraumatiske forandringsprocesser.

Undersøgelsen har informeret om muligheden for posttraumatisk vækst ved at vise, traumet kan blive katalysator for en adaptiv udviklingsproces. Muliggørelsen af denne udvikling fremstår særligt som værende forankret i den psykologiske behandlingsmæssige kontekst. Vi har med inddragelse af de to perspektiver fundet, at den positive udvikling hos nærværende målgruppe forbindes med, at der gennem terapien kan opnås en øget bevidsthed og læring om egen tilstand. Individet kan blive bevidst om eventuelle prætraumatiske udfordringer eller latente aspekter, hvorved det at arbejde med traumet kan være medvirkende til udvikling. Denne udvikling ses specielt i forbindelse med øget bevidsthed om egne behov, følelser og grænser, og det at kunne mærke sig selv bedre. Dette er gennem undersøgelsen særligt blevet koblet til det relationelle domæne. Herigennem opleves vækst både i individets forhold til sig selv og i sine relationer.

Vores undersøgelse tyder på, individer, der har været udsat for et seksuelt overgreb, kan opleve en akut symptomatologi i traumets eftertid, der kan reduceres ved at søge psykologhjælp, idet man herigennem kan få hjælp til håndtering af negative symptomer, tanker og følelser relateret til traumet. På længere sigt, gennem behandlingen, kan der være mulighed for, at individet kan opleve tegn på posttraumatisk vækst, gennem den nyopnåede bevidsthed. Vores fund indikerer, at det er muligt at integrere det seksuelle overgreb i livet og placere hændelsen i fortiden, hvormed det ikke får den samme centrale plads og grad af aktivering som i den umiddelbare eftertid. Desuden at det at skabe håb om fremtiden kan anses som et vigtigt aspekt i arbejdet med denne målgruppe.

## Litteraturliste

- Brinkmann, S. & Tanggaard, L. (2015). *Kvalitative metoder: En grundbog*. 2. udgave. Hans Reitzels Forlag. s. 13-54
- Dworkin, E. R., Jaffe, A. E., Bedard-Gilligan, M., & Fitzpatrick, S. (2021). PTSD in the Year Following Sexual Assault: A Meta-Analysis of Prospective Studies. *Trauma, violence and abuse*, 1-18. <https://doi.org/10.1177/15248380211032213>
- Fayaz, I. (2024). Systematic Review of Posttraumatic Growth From Sexual Assault in Women. *Journal of Loss & Trauma*, 29(3), 291–312. <https://doi.org/10.1080/15325024.2023.2254240>
- Guggisberg, M., Bottino, S., & Doran, C. M. (2021). Women's Contexts and Circumstances of Posttraumatic Growth After Sexual Victimization: A Systematic Review. *Frontiers in Psychology*, 12, 699288–699288. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.699288>
- Hafstad, G. S., Kilmer, R. P., & Gil-Rivas, V. (2011). Posttraumatic Growth Among Norwegian Children and Adolescents Exposed to the 2004 Tsunami. *Psychological Trauma*, 3(2), 130–138. <https://doi.org/10.1037/a0023236>
- Herman, J. L. (2015). *Trauma and Recovery: The Aftermath of Violence--From Domestic Abuse to Political Terror* (1st ed.). Basic Books. s. 1-4, 33-73, 133-174.
- Joseph, S., Murphy, D., & Regel, S. (2012). An Affective-Cognitive Processing Model of Post-Traumatic Growth. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 19(4), 316–325. <https://doi.org/10.1002/cpp.1798>
- Linley, P. A., & Joseph, S. (2004). Positive change following trauma and adversity: A review. *Journal of Traumatic Stress*, 17(1), 11–21. <https://doi.org/10.1023/B:JOTS.0000014671.27856.7e>

Ochoa Arnedo, C., Sanchez, N., Sumalla, E. C., & Casellas-Grau, A. (2019). Stress and Growth in Cancer: Mechanisms and Psychotherapeutic Interventions to Facilitate a Constructive Balance. *Frontiers in Psychology*, 10, 177–177.

<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00177>

Tedeschi, R. G., Calhoun, L. G., Shakespeare-Finch, J., & Taku, K. (2018). *Posttraumatic growth : theory, research, and applications* (First edition.). Routledge, an imprint of Taylor and Francis. s. 3-6.

Yalom, I. D. (1998). *Eksistentiel psykoterapi* (1. udgave, 8. oplag). Hans Reitzel Forlag. s. 37-86, s. 173-487.