

Socialstyrelsen

Podcast om senfølger efter seksuelle overgreb i barndommen

Episode 1 – Den Blinde Makker

Melodi

Speaker: Du lytter til første afsnit af Socialstyrelsens podcast om senfølger efter seksuelle overgreb i barndommen. Dette afsnit har fået titlen ”Den Blinde Makker”.

Cleo: Det er sådan en følelse af at være en zombie-figur, der går rundt, smiler og er glad.

Gry: Koncentrationsbesvær, flashbacks, mareridt.

Cleo: En usikkerhed på, kan jeg regne med det, jeg mærker? Mærker jeg overhovedet det her? Jeg kan stadig sådan lige ”uh”, der kommer en lille følelse. Ned med dig.

Gry: Overspændt bækkenbund, kæbespændinger, følelsen af at drømme, selvom jeg er vågen.

Cleo: I mange år har jeg følt, at min sjæl var blevet stjålet. Der var ikke noget tilbage af mig selv.

Speaker: Det her er første afsnit i en serie af tre, der ser nærmere på, hvordan du som fagprofessionel kan gøre en forskel for borgere, der har senfølger inde på livet. Podcasten er især relevant for dig, der arbejder i en kommune og møder borgere med senfølger i dit arbejde. Dette afsnit hedder ”Den Blinde Makker”, fordi senfølgerne ofte kan være svære at få øje på, selvom de er med, når du møder borgeren. Fordi første skridt mod forandring er at styrke kendskabet til senfølger, kan du i dette første afsnit høre mere om, hvad senfølger er, og hvordan de kan se ud i voksenlivet. Tak, fordi du lytter med.

Dørtelefon summer, dør åbnes.

Gyrith: Hej, I skal bare komme ind.

Fodtrin, utydelige stemmer i baggrunden.

Gyrith: Jeg hedder Gyrith Karskov Berthelsen, og jeg er psykolog her i CSM Øst, som er et center for seksuelt misbrugte. Et rådgivnings- og behandlingssted for voksne, som har senfølger efter seksuelle overgreb i barndommen.

Der er jo nogle følger af overgrebene, umiddelbart når det sker for de børn eller unge, det sker for, som præger dem og deres liv. Så er der også nogle af dem, der har oplevet overgreb, som bliver ved med at slås med problemer mange år efter, når de er blevet voksne. Det er det, vi kalder senfølger.

Speaker: Nogle senfølger kan være sværere at opdage end andre. Gyrith fortæller her om de psykologiske senfølger, som man må have en smule kendskab til, for at kunne opdage tegnene på.

Gyrith: Senfølger kan være mange forskellige ting. Mange slås med angst og depression. Det kan være PTSD, altså posttraumatisk stress, eller den nye diagnose, vi har fået, som hedder kompleks PTSD. PTSD er karakteriseret ved at man har påtrængende erindringer. Det kan være flashbacks, mens man er vågen, det kan være mareridt, som kommer, uden at man inviterer det ind. Man føler, at man ikke har kontrol over det, at man er i alarmberedskab hele tiden.

Nogle gange kan der ske det, vi kalder for dissociation. Det er også noget, der kan foregå under selve traumerne, hvor man ofte ikke fysisk kan komme væk, fra det der sker, som er for voldsomt til, at man kan holde det ud. Det kan være en mekanisme, der gør, at man bevidsthedsmæssigt kommer væk fra det. Det er noget af det, der gør, at folk for eksempel kan have en oplevelse af at se sig selv udefra.

Senfølger er også måden man ser sig selv på. For rigtig mange er der problemer med dårligt selvværd. Man har måske en følelse af, at man ikke har fortjent noget særligt godt her i verden, eller at man i bund og grund er et dårligt menneske.

For rigtig mange er der følelsesmæssige vanskeligheder, altså problemer med at mærke sine egne følelser, og problemer med at regulere sine følelser, så man nemt bliver overvældet og ikke ved, hvad man skal stille op med det. For andre er der en oplevelse af at lukke ned for sine følelser.

Speaker: Vi har talt med to personer, der lever med senfølger efter seksuelle overgreb i barndommen. Den ene er Cleo.

Cleo: Jeg er Cleo. Jeg er også forperson for Landsforeningen Spor. Spor er en landsforening for voksne med senfølger af seksuelle overgreb i barndommen.

Det har været en proces, der startede i 29-års alderen. Jeg er 55 år gammel nu. Nu har jeg en masse ting at bøvle med, men det er slet ikke på samme niveau, som dengang jeg skulle starte processen.

Jeg var et menneske, som udadtil virkede helt normalt, glad, dygtig. Jeg boede sammen med min mand og mit lille barn. Min mand var narkoman. Jeg havde bildt mig selv ind, at det var godt, han var narkoman. Det var sådan jeg altid tacklede de ting, som andre ville opfatte som problemer. Det var bare godt, for så kunne vi udvikle os sammen. Når jeg fik ham ud af misbruget, ville vi blive verdens bedste ægtepar.

Dengang kunne jeg ikke tale med nogen om noget privat. Det var hverken de svære ting, som at min mand var narkoman, men det var også gode ting, jeg ikke kunne dele med andre. Da jeg blev gravid med min datter og var ovenud lykkelig, kunne jeg simpelthen ikke finde ud af at sige det til nogen. Jeg kunne ikke få ordene ud af munden, for jeg havde aldrig lært at dele noget privat med andre. Det er bare ét indblik i, hvilke senfølger jeg havde.

Helt grundlæggende var det, at jeg ikke havde nogle behov. Lige så snart der var en følelse, der var svær, fik jeg lavet det om til, at det var godt.

Gry: Jeg hedder Gry Sara Windelev, og jeg bor på Amager.

Speaker: Her er det Gry, der også lever med senfølger efter seksuelle overgreb i barndommen, der fortæller.

Gry: Det er ikke så invaliderende for mig, fordi jeg har lært at leve med det. Jeg har lært at håndtere det, og jeg siger det også højt for mine omgivelser, hvis det sker, hvis jeg for eksempel dissocierer. Der kan jeg føle, at jeg ikke er til stede, at jeg drømmer. Når noget er ubehageligt, som det også er lidt nu, fordi jeg ved, hvad vi skal til at tale om, er det ligesom, at det kommer bagfra og skyller ind over mig.

Interviewer: Hvad skal vi gøre, hvis det pludselig skyller ind?

Gry: Altså, hvad vi to skal gøre, du og jeg? Jamen, det er ikke farligt, det er okay. Jeg skal bare sige det højt: "Nu er jeg ikke til stede. Kan du gentage, hvad du sagde, for jeg hørte det faktisk ikke?".

Det er ikke ubehageligt for mig mere, men når jeg tænker tilbage på mine møder med psykologer, sagsbehandlere fra kommunen og politiet, kan jeg nærmest ikke huske noget af det. Jeg kan godt huske, at jeg har været der, men så er det små detaljer, som hvilken læbestift, jeg havde på eller en plakat der hang i rummet. Jeg har fokuseret på de ting, fordi det var så ubehageligt at være i. Når jeg går ud, kan jeg intet huske af, hvad der er blevet sagt.

Mens sætningen bliver sagt, kan jeg godt høre den, men den er væk kort tid efter. Så kan jeg sidde og tænke: ”Hvad var det han eller hun sagde? Hvad var det, jeg skulle gøre?”. Når mødet er slut, er jeg begyndt på at sige: ”Kan vi lave en opsamling?”. Så kommer tingene lidt tilbage, for jeg har hørt dem.

Det har været meget voldsommere, end det er i dag. Jeg har gået i terapi *on and off* siden jeg var 16, og nu er jeg 48. Nu sker det faktisk. Nu kan jeg ikke huske, hvad du sagde.

Interviewer: Nej? Okay, så skal jeg bare gentage det.

Gry: Ja.

Interviewer: Det var, om der er sket en udvikling fra før.

Gry: Ja, jeg er blevet bedre til at være i det. De flashbacks, jeg har tilbage, kan nogle gange være noget, jeg ser, men især noget jeg hører. Hvor jeg decideret hører lyden af min stedfar. Der bliver jeg nødt til at bruge de redskaber, jeg har fået, såsom *tapping* (...)

Svag, gentagende bankelyd

Gry: (...) på brystbenet, lige over for hjertet, så jeg kan mærke mig selv. Orientering i rummet, sige tingene højt, for eksempel hvilket årstal det er, hvilken adresse jeg er på. Du kan altid se noget, selv i mørke. Der er altid noget at dufte, noget at høre. Jeg ser for eksempel én, to, tre, fire, fem blå ting, og så hører jeg tre ting. Jeg hører mit eget åndedræt, jeg hører dit, jeg hører bilerne ude på gaden. Jeg kan dufte noget kaffe. Sådan nogle ting.

Melodi

Gyrith: Det er meget sjældent, at det er en vildt fremmed, som begår et overgreb og forsvinder ud af barnets liv igen.

Speaker: Her er det psykologen Gyrith fra Center for Seksuelt Misbrugte, der fortæller om de senfølger, der handler om relationelle vanskeligheder.

Gyrith: For langt de fleste er det overgreb, som bliver begået i en relation. For mange er det ret nære relationer. Det kan være forældre, eller en stedfar, en onkel, en fætter. Det kan være en træner i holdboldklubben eller andre, som det her barn eller unge har en relation til. Tit er det også mennesker, som barnet eller den unge er glad for, og måske opdager man måske ikke, imens det står på, hvor skadeligt det egentlig er, det der foregår. Det er noget af det, der er skadeligt for barnets eller den unges evne til at knytte sig til andre mennesker. I den situation, hvor man er knyttet til og har tillid til et menneske, der bliver man svigtet og misbrugt. Der går kludder i det med at have tiltro til andre mennesker. Der går også kludder i, hvordan man føler man selv indgår i sådan en relation. Når man som fagprofessionel møder den person som voksen, er hele den historie med.

Hvis man for eksempel sidder på et jobcenter og taler med en borger, som har svært ved at passe et job og have en tilknytning til arbejdsmarkedet, så kan det nogle gange skyldes det, der er sket gennem årene. Man fik måske sværere ved at passe sin skole og havde så meget rod i hovedet, at man ikke kunne koncentrere sig, så man ikke kunne holde fast i sin ungdomsuddannelse. Man fik

måske aldrig socialiseret sig ind i venskabsgrupper. Der er en masse træning, som kan være gået lidt i stykker. Rigtig mange føler, at de selv er skyld i det, der er sket, og har en fornemmelse af, at der må være noget galt med dem.

Der er nogen som ser ud, som om de fungerer fint, og samtidigt ikke har kapaciteten til at passe et job. Fordi det er noget, der foregår indeni, kan det være svært at forstå. Man kan på en måde spille med en blind makker, som fagprofessionel. Nogle gange kan det være en blind makker på den måde, at det tit er en skjult historie, inde i dem selv, som de ikke selv er klar over. De er ikke klar over, hvilken betydning det har i deres liv. De kan tit komme til at tænke: "Det er sådan, jeg er. Jeg er sådan en, der ikke er så god i skolen. Jeg er sådan en, der nok ikke kan få en kæreste". De opdager ikke, at det er en reaktion på noget. Derfor er det ikke sikkert, at de får fortalt det.

Cleo: Jeg kunne i virkeligheden ikke mærke, hvor hårdt det var, indtil jeg sad hos en socialrådgiver. Hun sidder med ryggen op mod væggen, jeg sidder foran i en stol. Jeg har fået denne samtale alene, hvilket jeg har undret mig lidt over, for de andre gange har min mand været med. Det er ham, der skal fikses, ikke? Der er ikke noget med mig. Hvad mon jeg skal?

Vi taler om, hvordan det er med mine studier, hvordan det er for mig. Hvad det er for nogle svigt, jeg oplever. Det er i sig selv noget nyt at blive spurgt til og fortælle om, uden at have nogen følelser på. Hun siger til mig på et tidspunkt: "Det må være hårdt at være dig". I det øjeblik var det som om, at jeg *crashede* ned i min krop. Jeg kan mærke nu, at jeg får gåsehud ned i mine ben. Så meget kom jeg til stede, for hun var den første nogensinde, der havde spejlet mig i de følelser, jeg havde indeni. Det var ikke noget min opvækst-familie var i stand til den gang. Lige pludseligt er der et menneske, der sidder over for mig, og gør det, ethvert barn skal opleve fra de er små. Jeg *crasher* ned i min krop. Det er i virkeligheden så stort et vendepunkt, at jeg nogle gange tænker, at det var der, jeg kom til jorden.

Cleo laver en kort, skarp lyd

Cleo: Så sidder jeg der. Så kan jeg mærke alle følelserne. Jeg begynder at tude lige med det samme.

Da jeg så The Matrix, så jeg hovedkarakteren, der bliver spurgt: "Vil du gerne se virkeligheden?", og vågner op i en klam puppe. Det er som om, at det er den følelse, jeg har. Jeg vågner op til en megaklam puppe. Det er der, jeg begynder at se nogle ting i øjnene.

Melodi

Speaker: Cleos socialrådgiver spejlede de følelser, Cleo ikke før kunne mærke, hun havde, og derfor heller ikke kunne give udtryk for i samtalen. Netop de frakoblede følelser er en senfølge, der kan gøre det svært for fagprofessionelle at hjælpe, og sommetider også kan gøre fagprofessionelle i tvivl, om de kan tro på det, der bliver fortalt.

Gyrith: Hvis en person er meget frakoblet sine følelser, kan fagpersoner høre denne person fortælle: "Jeg har i øvrigt været udsat for overgreb fra min far, da jeg var barn". De kan fortælle det, som hvis de beskrev det at købe mælk i supermarkedet. Fagpersonen kan tænke: "Kan det passe?", for der er ikke følelsesmæssigt medsving. Det er helt nøgternt beskrevet. Nogen bliver i tvivl, om det er noget, de finder på. Jeg har også hørt om nogen, der spekulerede: "Er det noget hun siger, fordi der er noget, hun vil have? Er det en trumf for at få, det man nu kan tilbyde i kommunal sammenhæng?". De bliver i tvivl, om det er rigtigt, det der bliver fortalt.

Nogen beskriver ret meget i en detaljegrad, der vækker noget i en, samtidigt med at man ser personen være helt uberørt af det. Det kan føles svært, og man kan have svært ved at finde ud af,

om man skal sige noget til det. ”Er det overhovedet vigtigt, når personen ikke reagerer på det? Hvad skal jeg gøre ved de følelser, det vækker inden i mig?”.

Speaker: Ud over den tvivl og de følelser, situationen kan vække i den fagprofessionelle, er der også andre ting, der kan vanskeliggøre mødet og hjælpen.

Gry: Jeg fik også en psykolog fra kommunen.

Speaker: Her er det Gry, der lever med senfølger, der fortæller.

Gry: Jeg kan huske den første gang, jeg var oppe hos hende. Hun læner sig ind over bordet, tager hænderne op til ansigtet og siger: ”Hvor er det spændende, det du har oplevet. Jeg har aldrig mødt nogen, der har oplevet sådan nogle ting før. Fortæl mig mere om det”. Jeg var målløs, men formåede at sige: ”Det går simpelthen ikke, at vi to taler sammen”. Jeg bliver så chokeret på det tidspunkt, at alt andet forsvinder. I forvejen var det dybt ubehageligt at skulle sidde og åbne op.

Gyrith: Nogle fagpersoner kan opleve, at de synes det er svært at komme til at hjælpe borgerne, de møder. De har ikke tillid til dem, eller har måske svært ved at møde op til samtalerne, fordi deres funktionsniveau generelt er lavt. Det kan også komme til udtryk ved, at kontakten kan være svær at have. Man kan have svært ved at komme tæt på, eller man kan føle, at man kommer alt for tæt på. Nogle borgere klynger sig meget til fagpersonen, ønsker hjælp, og bliver hjælpeløse selv. Det kan se ud på mange forskellige måder, men alle, der skal til møde på kommunen, er lidt nervøse og usikre på, hvad der kommer ud af det. Hvis man har oplevet overgreb, og er blevet rystet i sin tillid til omverdenen, sin tillid til andre mennesker, så er det med inde i rummet. Når man møder en autoritet, der kan skalte og valte med ens økonomi, eller tage ens barn fra en, så møder man op med et tårnhøjt angstniveau.

Melodi

Speaker: Det ulige magtforhold er noget af det, der påvirker Cleo.

Cleo: Som fagprofessionel har du en magt. Alene det er en trigger. Det kan blandt andet trigge en *pleaser*-del til at tænke: ”Jeg skal gøre, hvad vedkommende, som har magten over mig, siger”.

Jeg spoler lige tiden frem. Jeg endte med at gå fra min mand ret hurtigt efter jeg startede i traumeterapi. Jeg var sygemeldt og skulle til møde med min sagsbehandler om job. Det har taget en uge at sætte mig op til mødet, og brugte alt min tilrådgivelsesværende energi. Jeg kommer ind til mødet, og vi snakker om mine udfordringer om manglende netværk, og at min økonomi ikke er særlig god. Han siger: ”Ved du hvad? Jeg tror simpelthen, du skal melde dig rask. Jeg tror det bedste for dig vil være at komme tilbage på arbejde, for så kan du få den økonomi, du har behov for, og så får du også et meget bedre netværk, når du får nogle kollegaer”. Jeg sidder til mødet og siger: ”Wow! Hvorfor har jeg ikke tænkt på det noget før? Jeg skal bare melde mig rask, få et job, penge, netværk og hele molevitten. Fedt, det er det, vi gør!”.

Heldigvis sidder min familierådgiver ved siden af. Gudskelov havde jeg en bisidder på det her tidspunkt. Så spørger hun helt stille og roligt om, hvordan jeg har fået det så meget bedre i løbet af den sidste uge, siden vi sidst mødtes. Så fik jeg en ”ned i kroppen”-oplevelse, og så sad jeg der pludselig igen. Jeg havde fuldstændig glemt, at jeg sov 18 timer i døgnnet. Jeg var kun vågen, når jeg skulle have mit barn ud ad døren, når hun kom hjem, og når jeg lavede aftensmad. Det kunne jeg dårligt nok.

Det er mit grundlæggende problem, at jeg tror mere på, hvad andre siger, end hvad jeg selv kan mærke. Jeg er utroligt sensitiv over for, når nogen præsenterer en virkelighed, som ikke er min,

fordi jeg har været vant til at tage den ind. Jeg har hele tiden troet på den virkelighed, jeg blev præsenteret for. Min familierådgiver hiver mig tilbage og får mig til at mærke, hvad det er, jeg kan mærke. Tilbage i kroppen igen og tilbage til virkeligheden. Jeg formår heldigvis at holde fast i mig selv, og er gået direkte hjem og lagt mig til at sove i en uge efter, fordi det har krævet alting.

Speaker: Derfor er det afgørende for Cleo, at den fagprofessionelle har fokus på at se og lytte til den enkelte borger, der kommer ind.

Cleo: Det, jeg vil sige, er: Vær nysgerrig. "Hvad er det for et menneske, jeg sidder over for?". Undgå at komme med gode løsningsforslag, og vær hele tiden nysgerrig på: "Hvad er det *du* tænker?". Det er ikke sikkert, man kan få et svar, desværre, men man kan begynde at få rykket ved det med, at alle andre ved, hvad der er bedst for mig.

Gry: Det, jeg synes er vigtigst i mødet med en fagprofessionel, er, at man er rolig og lyttende.

Speaker: Her er det Gry, der lever med senfølger, der fortæller.

Gry: Det at kunne have øjenkontakt, og ikke lave andre ting, altså virkelig føle, at modparten er til stede. Jeg er vokset op uden at være blevet set, siden jeg var tre år gammel, så at sidde med en person, som ikke ser mig, er ubehageligt.

Speaker: Omvendt har Gry også oplevet, hvad det gør, når hun føler sig set af en fagprofessionel.

Gry: Jeg var 15 år gammel, og sidder hjemme hos min veninde i en lille etværelses lejlighed på Nørrebro og ryger hash. Hun var 17, var gravid og havde en socialpædagog, der kom hjem til hende. Der bliver ringet på døren, og hende socialpædagogen kommer ind med sine lyse krøller, briller og skinnende øjne, og spørger, hvordan min veninde har det. "Hvordan er det gået siden sidst?". Det er den måde, hvor hun ikke dømmer min veninde, for hun vidste jo godt, at det var forkert at ryge hash, når man er gravid. Jeg overværede samtalerne med hende, og det var første gang, jeg så et voksent menneske, som var så varmt og strålende. Hun lyttede og troede på, hvad der blev sagt. Jeg var sådan helt: "Gud, kan voksne mennesker være sådan?".

Næste gang jeg mødte hende, tog jeg chancen og tænkte: "Nu siger jeg noget selv". Så åbnede jeg munden og fortalte lidt. Jeg kan ikke huske, hvad jeg sagde. Hun sagde til mig: "Vil du ikke komme ind til mig og have nogle samtaler?". Jeg kan huske hendes ro, hendes lyse, krøllede hår, og hendes strålende øjne, for hun så mig!

Melodi

Gyrith: Jeg synes det er så fint, at der bliver gjort et stykke arbejde for, at fagprofessionelle i kommunerne får noget mere viden om, hvad det vil sige at have senfølger efter seksuelle overgreb, fordi det er et område, hvor folk tit bliver usikre. Det, der kan ske, når folk er usikre, er, at de mister det, de kan i forvejen. Noget af det, der sker, når man har arbejdet med det, har fået noget mere viden og har talt om hvad, der er svært, er, at folk bliver mindre usikre, og viser, at de kan en masse. De kan en masse inden for at skabe en god relation, skabe nogle gode rammer for det arbejde, man laver. Bare det at man måske for en tid har befundet sig i et felt, man synes er meget komplekst, svært, "Hvorfor er der ikke nogen facitliste?", bare det at man har forholdt sig til det, har mærket nogle af de ubehagelige følelser, det vækker, på sin egen krop, gør, at man har mindre berøringsangst, at man er mindre usikker. Jeg synes, det er vigtigt at sige, at man skal have respekt for, at dette bare ét lille område, og at dem, der arbejder på kommunerne, skal vide noget om tusind ting, så det er også fint nok, at man ikke er ekspert i det. Det er vigtigt at have nogen at sparre med.

Der er nogen fagprofessionelle, der kan komme til at tænke, at hvis de er i tvivl, om hvad de skal gøre, er det måske fordi, de ikke er dygtige nok. Jeg tænker derimod, at tvivlen er en indbygget del af det at arbejde med mennesker, med komplekse problemstillinger. Det, at man kan have en reflektiv praksis, altså at man kan tænke over: ”Hvorfor gør jeg det her? Hvorfor gjorde jeg det her, når jeg havde tænkt mig at gøre noget andet? Hvorfor spurgte jeg ikke denne borger?”, gør, at man får en refleksion, som kommer borgeren til gavn. Selvfølgelig er man forpligtet til at reflektere over det, det vækker inden i en selv, og ikke bare handle på det, men man må gerne være i tvivl, og det kommer vi til at være hele tiden, uanset hvor meget vi ved.

Speaker: Som fagprofessionel kan du altså gøre en stor forskel for borgere med senfølger. Ifølge psykologen Gyrih kan den fagprofessionelles tvivl være en ressource, hvis man er åben omkring den. Andre ressourcer er, ifølge Gry, ærlighed og håb.

Gry: I stedet for at love ting halvt, så sig: ”Jeg har de her ting, jeg kan gøre for dig nu. Jeg vil gerne undersøge denne her bunke, men den her bunke, er noget vi kan gøre”. Så kommer der håb og fremdrift, der kommer en voksen ind, som tager en i hånden og siger: ”Jeg ved ikke, hvad du præcist har behov for, men jeg vil gerne hjælpe dig”. Det synes jeg er noget af det vigtigste. Jeg synes, det var håbefuldt, at de kunne give mig en lejlighed, at de kunne give mig revalidering til den kokkeuddannelse, som jeg ønskede mig. Jeg synes, det var håbefuldt, at de kunne give mig et halvt år hos en psykolog, i stedet for kun ti gange. Det var håbefuldt, at de kunne sige, at de kunne hjælpe mig videre til noget gruppeterapi. Der har været mange på vejen for mig, heldigvis. Jeg har virkelig været heldig, tænker jeg. Jeg var på det rigtige sted på det rigtige tidspunkt, hos min hashrygende, gravide veninde. Hvem havde troet, at der skulle komme en engel, der kunne give mig et håb om min fremtid? Det gjorde, at jeg følte mig set og forstået. Det betød simpelthen så meget for mig. Jeg tænkte, at der også må være andre, der kan det. Der er andre voksne, der kan hjælpe mig. Jeg har følelsen af, at der er noget, der rykker. Der sker noget. Der bliver en større traumebevidsthed. Det glæder mig, at vi dels kan få øjnene op for, hvad vi kan gøre, men også at det nytter noget.

Melodi

Speaker: Netop traumebevidstheden skal vi høre meget mere om i næste afsnit. Det er en lille masterclass med psykiater Cæcilie Buhmann, der vil klæde dig bedre på til at have samtaler med borgere med senfølger efter seksuelle overgreb i barndommen.

Podcasten her er produceret for Socialstyrelsen af Lydkollektivet Mild Vild.