

Nesten 70 prosent blir utsatt for overgrep av et familiemedlem. Den som skal trøste og vise omsorg, er ofte den samme som utfører overgrepene.

Barn må gis mulighet til å fortelle sin vonde sannhet – og de må tas på alvor.

Det krever kunnskap og innsikt av voksne, og det krever at vi sammen tør å snakke om dette alvorlige temaet.

For at barn skal kunne snakke om overgrep, trenger de et språk for å sette ord på opplevelsene sine. De trenger trygge voksne som kan hjelpe med å sette ord på det ordløse. Barnet må leve med konsekvensene av det overgriperen har gjort – en byrde ingen barn skulle bære.

## Barn snakker med kroppen

Symptombildet for barn som utsettes for seksuelle overgrep kan være både sammensatt og utydelig (Søftestad og Andersen, 2014).

De smertelige erfaringene gir seg utslag i sosiale emosjonelle problemer som uro, engstelse, sosial tilbaketrekking, oppmerksomhets- og konsentrasjonsvansker, kroppslig uro og søvnvansker, for å nevne noen.

Når barn ikke kan dempe smertetrykket ved å sette ord på det vanskelige, snakker det med kroppen. U håndterlige følelser gir uro og fysisk smerte.

Barn trenger voksne som ser og forstår. Voksne som våger å spørre – og som tåler svaret.

Ei jente som levde med overgrep gjennom hele barndommen, svarte følgende på hvorfor hun aldri hadde fortalt noe:

– Det var aldri noen som spurte.

Barn trenger en anledning til å fortelle, det må etableres en hensikt for å fortelle, og det må være en sammenheng å fortelle innenfor (Søftestad S. 2015).

Barn lager seg mekanismer for å beskytte seg selv. De fragmenterer, splitter opp hendelser i enkeltdele, for helheten blir for smertefull å bære.

Av og til blir presset så stort at de gir voksne tilgang til noen av disse fragmentene – små hint, små utsagn, men ofte forstår ikke den voksne, og kaller barnet fantasifulle, løgnaktige, eller de overser barnets uttalelser.

Se bak masken, hør bak ordene, forstå med hjertet og våg å bry deg. De fleste barn lyver seg ikke inn i vanskeligheter – de lyver seg ut av dem (Aasland M.W, 2014).

## Gi barn en stemme

Barn og unge har vansker med å fortelle det de har opplevd – de mangler et språk for det uventede.

Vonde opplevelser kan fortrennes, men likevel huskes. De kan komme til uttrykk som kroppslige smerter eller psykiske problemer gjennom hele livet – om en ikke får bearbeidet dem, om ikke det er noen som ser og forstår – og som støtter.

– Når jeg ser tilbake på barndommen var noe av det verste at stemmen min ble tatt fra meg. Jeg hevet aldri stemmen min og sa: – Du kan ikke gjøre det. Jeg ble taus.

Jeg sa aldri et ord.

Å pusle sammen alle bitene til et liv er en lang prosess.

Når gråten på innsiden aldri tar slutt, er det vanskelig å fungere i hverdagen. Når presset er så stort at det er vanskelig å puste, går livet på tomgang, og gleden i øynene blir borte.

En av de vanligste måtene å reagere på når en er blitt såret og ikke klarer å fortelle om det, er fornektelse. Barn er villige til å gå langt i å fornekte det de opplever, for det er så smertefullt å innse. Derfor later de som om det aldri har skjedd.

– Når pappa kom inn på rommet, tenkte jeg bare at det ikke var pappa. Det var noen andre som hadde tatt på seg kroppen hans.

Voksne som er bekymret for et barn, må våge å spørre – om igjen og om igjen.

Barn som til slutt våger å fortelle vanskelige sannheter, må møtes med respekt og forståelse!

Mange voksne aner og er bekymret, men tabuet er sterkere enn handlingsrommet. Dette gir grunnlag for at overgrep kan fortsette i det skjulte.

Hvis barnet opplever at det har prøvd å si ifra gang på gang uten å bli hørt, vil det etter hvert miste troen på at noen bryr seg, eller vil hjelpe. Barn trenger voksne som våger å se, som tar signalene barnet gir på alvor, og gjør det som står i sin makt for å finne ut hvordan barnet har det.

## Vær en trygg voksen

Hvis et barn du kjenner, opplever seksuelle overgrep, og stiller seg selv spørsmålet:

– Hvem kan jeg gå til?

Tror du da barnet i tankene hadde nevnt ditt navn?

Vi kan ikke sette en pris på et barn, men mange barn er prisgitt andre.

At du bryr deg, kan hjelpe et barn til å overleve. Du kan utgjøre en stor forskjell i et barns liv. På godt, hvis du hjelper det bort fra overgrep, på vondt hvis du snur ryggen til og tror eller håper at kanskje andre gjør noe.

Vi bærer barndommen med oss hele livet.

Vær en voksen som gir barnet en stemme!

*Lån meg en stemme  
når jeg mangler ord  
vekk opp den røsten  
som inni meg bor  
la den fortelle  
sin såre klang  
alt det som hendte  
gang etter gang.*

--  
*Lån meg litt tid  
la den komme – og gå  
hjelp meg å bruke den  
til å stå på  
bygge opp mot  
til å møte hver dag  
skrelle av frykten  
lag etter lag.*

*Lån meg en sang  
ifra dypet av hjertet  
den som kan stå imot  
skam, sorg og smerte  
den som kan spille  
en skjør melodi  
sterk nok til en dag  
å sette meg fri.*

(Utdrag fra diktet Lån meg, Skyggespill, 2015)

## Kilder:

- Gundersen J.A.** (2015) Skyggespill Bokforlaget Publica, Sandnes (2015).
- Løvvik N., Ipsos MMI:** Seksuelle overgrep, Kartlegging av befolkningens kunnskap om og holdninger til seksuelle overgrep mot barn (2015).
- Søftestad, S.:** Avdekking av seksuelle overgrep. Veier ut av fortielsen. Oslo: Universitetsforlaget (2008).
- Søftestad, S.**(2008).Avdekking av seksuelle overgrep: Veier ut av fortielsen. Oslo: Universitetsforlaget. (211 sider).
- Søftestad, S. og Andersen. I. L. (red):** Seksuelle overgrep mot barn. Traumebevisst tilnærming. Universitetsforlaget (2014).
- The Advocacy Center:** The Facts about Youth Sexual Abuse (2014).
- Aasland, M. W.:** "... si det til noen": en bok om seksuelle overgrep mot barn og unge (3. utg.). Høgskoleforlaget, Bergen (2014).