



Støttesenter mot incest
og seksuelle overgrep • Oslo

SMISO Oslo

**Støttesenter mot Incest og
seksuelle overgrep Oslo**



Støttesenter mot incest og seksuelle overgrep • Oslo

Du skal få sjokolade

Vi to har en hemmelighet

Du skal få sjokolade

En ting som ingen andre vet

Du skal få sjokolade

I kveld når ingen ane det,

en ting som bare vi skal se

Å du skal få sjokolade

Ho mamma brer på dyna

Og kysse mæ mildt på kinn

Snart åpnes døra sakte

Og han snik seg stille inn

Sssh, æ kjæm med sjokolade.

Han lægg den under puta mi

Æ vet så altførr godt

Ka det vil si

Men,tenk på sjokolade.

Under dyna

blir alt så heitt

Han lokte fælt

Når han blir sveitt

No har æ fått sjokolade

Fornøyd han går

Den gamle mainn

Og under puta søke

Ei lita hainn

og finn ein smelta sjokolade



Støttesenter mot incest
og seksuelle overgrep • Oslo

- **Hvem er vi?**

- SMISO Oslo
- Oppstart 1986
- Hjelp til selvhjelp som metode
- Privat stiftelse finansiert av stat og kommune



Støttesenter mot incest
og seksuelle overgrep • Oslo

- **Hvem kan bruke senteret?**

- Personer utsatt for incest eller seksuelle overgrep av en tillitsperson i barndommen, og deres nærstående
- Må ha kognitivt minne om fysiske seksuelle overgrep



Støttesenter mot incest
og seksuelle overgrep • Oslo

- **Våre tilbud:**

- Telefonsamtaler
- Åpent hus / Innomstikk
- Samtaler alene eller flere sammen
- Grupper
- Råd og veiledning
- Støttepersoner i møte med hjelpeapparatet/rettsaker
- Undervisning
- Kurs/temakvelder/morgenforum
- Gratis advokatvakt
- Andre aktiviteter



Støttesenter mot incest
og seksuelle overgrep • Oslo

Hva er seksuelle overgrep?

- Enhver seksuell atferd som skjer:
 - Uten samtykke
 - Uten jevnbyrdighet
 - Som et resultat av tvang/press/ufrivillighet



Støttesenter mot incest
og seksuelle overgrep • Oslo

«Et incestutsatt barn blir utsatt for overgrep 24 timer i døgnet hver dag. Ikke fordi overgrepene faktisk skjer kontinuerlig, kanskje blir det med denne ene gangen. Men fordi når overgrepene HAR skjedd EN gang, så vet barnet ALDRI om eller når det skal skje igjen.»

Marianne Lind



STATISTIKK

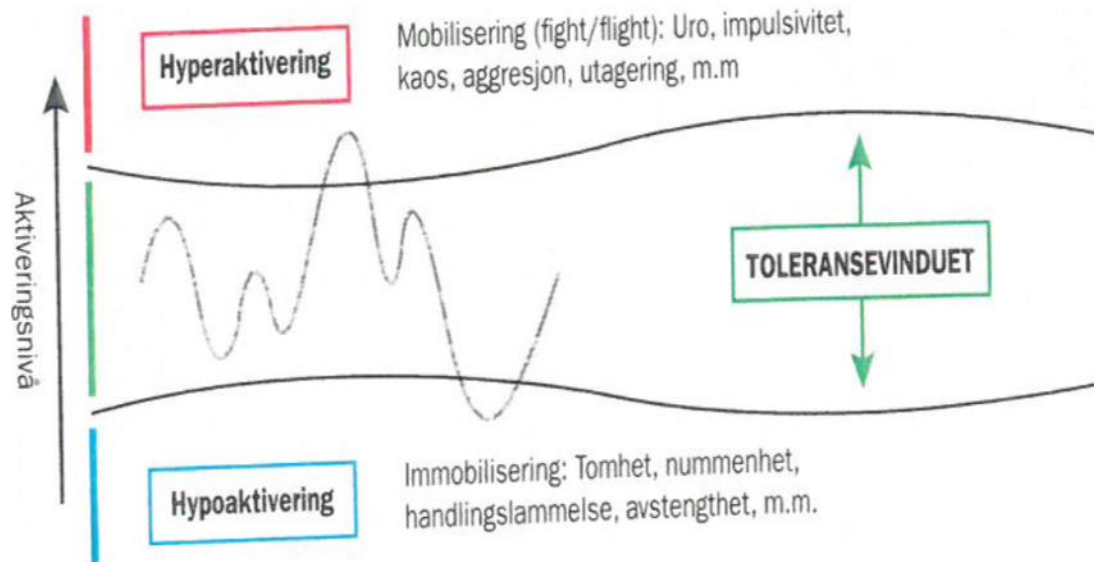
- 29% av jenter og 7% av gutter har opplevd seksuelle krenkelser.
- Vanligst med 1-3 krenkelser begge kjønn. 7% jenter og 1% gutter opplevde 4 eller flere krenkelser. (NOVA)
- LISA studie UiB, : Utvalg av 499 incestutsatte
 - 59 % : overgrep startet 0-6 år alder
 - 39% : foreldre er overgriperne
- 17,5 år : gjennomsnitt i tid før forteller om overgrep



- **Hvorfor er det så vanskelig å fortelle?**
 - Tror det er normalt
 - Ødelegge familien
 - Redd for ikke å blir trodd -konsekvenser
 - Glad i overgriper
 - Trusler
 - Lystfølelser under overgrep som øker skamfølelsen
 - Redd for selv å bli for overveldet




Støttesenter mot incest og seksuelle overgrep • Oslo



















Figur 2 Alarmreaksjoner (Tilpasset fra Ogden, Minton & Pain, 2006)



Hvem er en overgriper?

 A Stranger is Someone I Don't Know

 <p>A stranger is someone I don't know</p>	 <p>A stranger can be a woman</p>	 <p>A stranger can be a man</p>	 <p>I need to stay close to my mom or dad when we go out</p>
 <p>I don't talk to strangers without Mom's permission</p>	 <p>I don't take candy from strangers</p>	 <p>I don't get in a car with a stranger</p>	 <p>I don't go with strangers</p>
 <p>Is a stranger nice? I don't know</p>	 <p>A stranger might act nice</p>	 <p>But he or she might be mean and try to hurt me</p>	 <p>Strangers can be dangerous!</p>
 <p>It's okay to yell for HELP if someone bothers me!</p>	 <p>It's okay to run away from a stranger that scares or hurts me</p>	 <p>I will tell my Mom My Mom will help</p>	 <p>My Mom will tell me if it's okay to talk to a stranger</p>





Støttesenter mot incest
og seksuelle overgrep • Oslo

Tilbud til ungdom og nærstående

- Samtaler
- Grupper
- Følge i hjelpeapparatet/rettssaker



Støttesenter mot incest
og seksuelle overgrep • Oslo

Senvirkninger som mange sliter med etter overgrep

- Skyld- og skamfølelse
- Angst
- Depresjon
- Konsentrasjonsvansker
- Sosial utrygghet
- Negativt selvbilde
- Problemer med å sette grenser
- Vanskeligheter med å stole på mennesker
- Spiseproblematikk /rus
- Selvskading / selvmordstanker
- Søvnvansker
- Isolasjon
- Seksuelle problemer



Støttesenter mot incest
og seksuelle overgrep • Oslo

- **Barn med seksuell skadelig adferd (SSA)**
 - 30-50% av alle overgrep mot barn begås av barn
 - 90% gutter og 10% jenter
 - 2/3 lever under omsorgssvikt
 - 1/3 har selv vært utsatt for seksuelle overgrep

- **Hvem forgriper de seg på?**
 - 33% innad i familien
 - 45% venn/skole
 - 12% institusjon
 - 4% ukjent



Støttesenter mot incest
og seksuelle overgrep • Oslo

Søskenincest

- Utbredt og trolig underrapportert
- Svært vanskelig for både den utsatte og foreldrene når egne barn er den som utsette andre søsken.
- Bagatellisering
- Dårlig tilbud til den som utsetter søsken



- **Hva kan hindre oss i oppdage/snakke om seksuelle overgrep?**
 - Våre egne holdninger
 - Liten kunnskap
 - Hvordan er det for meg å snakke om seksualitet og seksuelle overgrep
 - Har jeg noe livserfaring som kan hindre at jeg orker se/høre om temaet?



Tips til mer kunnskap:

- Dinutvei.no (laget av NKVTS)
- [RVTS](#)
- [Snakke – snakkemedbarn.no](#)
- [Redd Barna](#) (filmer/informasjonsmateriell)
- [Kripos.no](#)
- [Utsattmann.no](#)



Støttesenter mot incest
og seksuelle overgrep • Oslo

Kontaktinformasjon

Besøksadresse: Akersgaten 1, 0158 Oslo, 4 etg.

Telefon: 23 31 46 50

post@smioslo.no

trude@smioslo.no

henrik@smioslo.no

www.sentermotincest.no