

Sjúkratilfelli

2 systur saman



Aðdragandi málsins

- Unglingsstúlka gerði hvatvísislega sjálfsvígstilraun og var í framhaldinu vísað til bráðateymis BUGL
- Í viðtalinu sagði hún frá kynferðislegri misnotkun sem hún (Anna) og yngri systir hennar (María) urðu fyrir, þá 4 og 5 ára gamlar.
- Um var að ræða eitt skipti, en gerandinn var frændi telpnanna á unglingsaldri, sem hafði verið fenginn til að passa þær að kvöldi til.

Aðdragandi málsins, frh.

- Strax í bráðaviðtalinu var EMDR meðferð kynnt fyrir Önnu og foreldrum hennar.
- Boðið var upp á að María fengi þess háttar meðferð líka.
- Atvikið var að auki tilkynnt til barnaverndar í viðkomandi sveitarfélagi.

Hvað gerðist?

- Gerandinn hafði aðra stúlkuna í einu inni í lokuðu herbergi með sér. Á e-um tímapunkti voru þær báðar inni í herberginu með honum.
- Hann fékk báðar til kynferðislegra athafna með sér.
- Hann sendi þær síðan í háttinn, beið eftir foreldrum þeirra, tók við greiðslu fyrir pössunina og flýtti sér síðan út.

Hvað gerðist?, frh.

- Telpurnar lágu vakandi og biðu eftir að gerandinn færi.
- Þær komu fram þegar hann var farinn og sögðu foreldrum sínum strax frá því sem gerðist.

Fjölskylduleyndarmál

- Fyrir þrýsting frá öðrum fjölskyldumeðlimum var ákveðið að halda málinu innan fjölskyldunnar.
- Vonast var til að telpurnar myndu gleyma þessu, og þess gætt að þær væru aldrei aftur einar með gerandanum.
- María mundi alltaf eftir þessu, en var bannað að ræða það við Önnu, þar sem hún virtist hafa gleymt því.

Fjölskylduleyndarmál, frh.

- Þegar Anna komst á unglingsaldur kom í ljós að hún mundi eftir atvikinu.
- Systurnar gátu þá talað saman um þetta, en þeim var áfram bannað að ræða þetta utan fjölskyldunnar.
- Systurnar komust að því að þær mundu atburðina ekki alveg eins, en ákveðin atriði mundu þær báðar, og engin ástæða er til að ætla að þær hafi ekki sagt satt og rétt frá.

Einkennamynd Önnu

- Í bráðaviðtalinu komu fram talsverð depurðar- og kvíðaeinkenni hjá Önnu
- Einnig sagði hún frá áleitnum minningum um misnotkunina sem þær systur urðu fyrir
- Sjálfsmat Önnu var afar lágt, hún hafði orðið fyrir miklu einelti í grunnskóla og átti að baki 2 sambönd með drengjum sem beittu hana andlegu ofbeldi
- Hún var ekki metin í sjálfsvígshættu

Einkennamynd Maríu

- Í fyrsta viðtali við Maríu kom hún fyrir sem heilbrigð stúlka sem alltaf hafði gengið vel í námi og félagslegum samskiptum.
- Smám saman kom þó í ljós djúpt óöryggi og lágt sjálfsmat, sem hefur t.a.m. haft mikil áhrif á samskipti hennar við kærasta.
- Hún er ofurgagnrýnin á sjálfa sig og á erfitt með að koma auga á eigið ágæti.
- Hún finnur einnig oft til kvíða og hræðslu við að ganga ein úti, sérstaklega ef hún mætir ókunnugum.

Meðferðarvinna-Anna

- Byrjað var að vinna með minningar Önnu um kynferðisofbeldið út frá þeirri neikvæðu trú að hún væri „minni manneskja“.
- Í minningunni hafði hún yfirgefið systur sína, flúið út úr herberginu, og gerandinn misnotað Maríu.
- Í staðinn langaði hana að trúa að hún væri „sterk manneskja“.

Meðferðarvinna-Anna, frh.

- Vakar í nútíðinni voru umræður um kynferðisofbeldi og rifrildi eða ósætti við aðra.
- Anna óskaði þess að hún gæti höndlað að taka þátt í umræðum um kynferðisofbeldi án þess að brotna niður.
- Hún óskaði þess einnig að geta stoppað fyrr í deilum og að geta tekið þær minna inn á sig.

Meðferðarvinna-Anna, frh.

- Markminning Önnu var að hún var að fela sig, en systir hennar inni í lokuðu herbergi með gerandanum.
- Í upphafi meðferðar var SUD (Subjective Units of Disturbance) skalinn í 9, og fór í 10 í lok fyrsta tímans sem við fórum í úrvinnslu.
- Anna mundi skýrar eftir atvikinu eftir fyrsta tímann, og það varð upphaflega enn meira truflandi fyrir hana.

Meðferðarvinna-Anna, frh.

- Anna fann fyrir ýmsum tilfinningum í tengslum við atvikið, þ.á.m. kvíða, því að brotið hefði verið á trausti hennar og að hún hefði verið svikin.
- Hún fann sársauka í hjartanu og höfðinu í tengslum við markminninguna.
- Við úrvinnslu fór að bera meira á reiði í garð gerandans.

Meðferðarvinna-Anna, frh.

- Smátt of smátt lækkaði talan á SUD skalanum.
- Eftir 6 skipti í úrvinnslu er hún komin niður í 0-1.
- Í 3. tíma í úrvinnslu mundi Anna að hún hafði ekki yfirgefið systur sína, heldur hafði gerandinn sagt henni að fara fram.
- Eftir 12 ár var hún loks laus undan þeirri trú að hún hefði valið að skilja systur sína eftir eina með gerandanum.

Meðferðarvinna-Anna, frh.

- Vinnu með þetta atvik fer að ljúka hjá Önnu.
- Líðan hennar er allt önnur, hún finnur lítið eða ekkert fyrir kvíða- og depurðareinkennum og er laus við áleitnar minningar um atvikið.
- Sjálfsöryggi hennar hefur aukist til muna. Hún er t.d. hætt með kærasta sem beitti hana andlegu ofbeldi.
- Eftir stendur vinna með einelti, sem til stendur að klára.

Meðferðarvinna-María

- Byrjað var að vinna með minningar Maríu um kynferðisofbeldið út frá þeirri neikvæðu trú að hún væri ekki nógu góð.
- Hana langaði frekar að trúa því að hún væri nógu góð.
- Dæmi um vaka í nútíðinni var þegar hún upplifði að kærastanum hennar þætti önnur stelpa sæt.

Meðferðarvinna-María, frh.

- María óskaði þess að hún gæti verið minna pirruð og afbrýðisöm í sambandi sínu við kærastann.
- Hana langaði einnig að geta gengið ein úti án þess að verða dauðhrædd.

Meðferðarvinna-María, frh.

- Markminning Maríu var ákveðinn tímapunktur í misnotkuninni sjálfri.
- Í upphafi úrvinnslu var SUD skalinn í 8, og í lok fyrsta úrvinnslutímans fór hann í 9.
- María sagðist ekki hafa áttað sig á hversu truflandi þetta hefði verið fyrir hana fyrr en hún fór að vinna með það.

Meðferðarvinna-María, frh.

- María fann fyrir óvissu, hræðslu, stressi og reiði í tengslum við markminninguna.
- Hún fann m.a. fyrir hjartslætti og pirringi í maganum í þessu samhengi.
- Við úrvinnslu fór að bera meira á reiði í garð gerandans, og þeirri hugsun að hann bæri ábyrgðina.

Meðferðarvinna-María, frh.

- Talan á SUD skalanum lækkar jafnt og þétt, og áberandi er að hún er oft lægri í byrjun tíma en í lok síðasta.
- Eftir 5 tíma í úrvinnslu er hún komin í 3,5.
- Þó að úrvinnslu sé ekki lokið sjást ákveðnar jákvæðar breytingar.
- María er t.d. að verða öruggari með sjálfa sig og samskipti hennar við kærastann eru að batna.

Hugleiðingar

- Þessar systur hafa verið ótrúlega hugrakkar og duglegar að vinna úr þessari erfiðu reynslu.
- Ég er afar þakklát fyrir að fá tækifæri til að vera verkfærið sem aðstoðar þær í þessu ferli.
- Að sjá þessa frábæru meðferð virka er töfrum líkast.

Þakkir

- Í apríl sl. og núna í janúar voru/verða haldin námskeið í EMDR meðferð fyrir starfsfólk LSH.
- Mig langar að nota tækifærið og þakka EMDR-HAP samtökunum í Bandaríkjunum og styrktaraðilum okkar, Actavis, Kiwanisklúbbnum Elliða, Kvenna- og barnasviði og Geðsviði LSH, fyrir að gera okkur kleift að fullmennta alls 15 meðferðaraðila á LSH í EMDR meðferð.

Takk fyrir!

