



I gruppe ■ Af Birgitte Lieberkind

Ud af prostitution

Kvinder, der har lagt prostitutionen bag sig, har ofte problemer med fx lavt selvværd, med relationer til børn og partnere, med følelseslivet generelt og med holdningen til deres krop. En psykolog har etableret samtalegrupper for disse kvinder.

■ I 2006 etablerede jeg sammen med Reden – et være- og rådgivningssted, hvor narkoprostituerede kan henvende sig anonymt – samtalegruppen *Svanerne* for kvinder, der har forladt prostitution eller er på vej ud. Gruppen er den første af sin art i Danmark, og i 2008 begynder den fjerde gruppe.

Ideen til samtalegrupperne opstod, da en række kvinder over en forholdsvis kort periode henvendte sig til Reden for at få støtte til at komme ud af prostitution. Én kvinde var særligt ihærdig, fordi hun allerede havde forladt prosti-

tution. I den forbindelse oplevede hun flere eftervirkninger, som hun havde brug for hjælp til. Det drejede sig om fx flashbacks, besværligheder i forbindelse med intimitet og vanskeligheder ved at mærke sig selv. Hun havde henvendt sig til det offentlige, men syntes ikke, hun kunne få den hjælp, som hun havde brug for.

Denne kvinde fik ideen til støttegruppe, og hun har været en gennemgående figur i alle grupperne. Hun har fået titlen "Mentor" – herom nedenfor.

>

- > Gruppen begyndte som et pilotprojekt over en periode på seks måneder. Formålet var at støtte kvinder, der ønskede at forlade prostitution, samt at forbygge tilbagefald for kvinder, der havde lagt prostitution bag sig.

Svanegruppen blev fra begyndelsen støttet af offentlige og private midler, og tilskuddet findes stadig. Da gruppen var den første af sin art, ydede Socialministeriet økonomisk støtte i det første år. Fra 2007 er grupperne blevet finansieret af Reden via indsamlede midler, og det er gratis for kvinderne at deltage.

Forarbejde og inspiration

Min rolle som psykolog var at deltage i gruppens møder og at facilitere, at gruppen efter de seks måneder kunne overgå til at være en selvhjælpsgruppe. Mine erfaringer med individuel terapi og social færdighedstræning med stofafhængige kvinder i prostitution og flere års arbejde inden for det psykiatriske område gjorde, at jeg følte mig rustet til denne opgave. Det viste sig dog ret hurtigt, at det ikke lod sig gøre at skabe en selvhjælpsgruppe efter kun seks måneder, da kvinderne havde brug for mere støtte, end en selvhjælpsgruppe ville kunne yde.

Efter pilotprojektperioden på seks måneder blev der udarbejdet en evalueringsrapport, og konklusionen var, at gruppen havde været en succes. Redens forstander, mentor og jeg ønskede derfor at fortsætte det videre arbejde med gruppen.

Jeg har været primus motor for denne gruppes udvikling, hvad angår de psykologiske rammer, metode og indhold, og jeg har udarbejdet en psykologisk kognitiv manual for mit arbejde med gruppen.

Mentor, Redens forstander og jeg har været på et inspirationsbesøg i San Francisco, hvor vi besøgte The Standing Against Global Exploitation Project (SAGE Project). SAGE-projektet er en ikke-kommerciel organisation, hvis mål er at bringe kommerciel seksuel udnyttelse af børn og voksne til ophør. SAGE-projektet har en række programmer for prostituerede med fokus på uddannelse, opmærksomhedstræning, styrkelse af selvværd, sikkerhed og støtte. I San Francisco så vi og deltog i nogle af programmer for prostituerede kvinder.

Langsom åben gruppe

Formålet med gruppen er at støtte kvinder, der har forladt prostitution, og kvinder, som ønsker at stoppe med prosti-

tution. Psykologen er gruppeleder, dvs. at jeg har ansvaret for, at rammen holdes, ansvar for det psykologiske indhold, undervisning og varetagelse af behandlingen.

Vi besluttede at udnævne en *mentor* for gruppen, idet en gennemgående figur er tryghedsskabende, omsorgsgivende og konsoliderende. Mentors opgave er fx at modtage op-ringninger med henblik på kvindernes optagelse i gruppen, at ringe til kvinder, når de udebliver, og at have støttende samtaler mellem sessionerne. Mentor er i princippet altid telefonisk til rådighed for kvinderne. Denne funktion har vist sig at være meget værdifuld.

Alle kvinder har desuden givet udtryk for lettelse ved at tale med en, som selv har prøvet at være i prostitution.

Mentor var det første år menigt medlem af gruppen, men er nu lønnet 8 timer ugentlig. Gratis telefon stilles til rådighed af Reden, ligesom egen supervision tilbydes.

Der er tale om en langsom åben gruppe med plads til otte gruppemedlemmer af samme køn. Deltagerne er blevet opmærksomme på gruppen via artikler og annoncering i aviser og blade, gennem socialrådgiverne i Reden samt nu også via mund-til-øre-metoden. Medlemmerne tilmelder sig ved at henvende sig telefonisk til mentor. For at deltage skal kvinderne være dansktalende, de skal deltage jævnligt, og de må ikke være aktive stofmisbrugere.

Der er stramme rammer for gruppens aktiviteter. Eksempler: *Tid*: Gruppeseancerne begynder og slutter præcis. Samme tid og sted hver gang. *Varighed*: 2 ½ time en gang ugentlig i dagtimerne i 19 uger. *Rygning* er ikke tilladt. Der er indlagt en pause. *Afbud*: Medlemmerne skal melde afbud til mentor. Efter tre gange uden afbud er gruppemedlemmet i princippet udmeldt. *Tavshedspligt*: Gruppemedlemmerne har tavshedspligt, hvad angår personlige oplysninger. *Kultur*: Alle forholder sig til hinanden på en ikke-vurderende måde. Man kommer med det, man kan, dvs. at den enkelte kan være til stede uden særlige krav. *Eftermøde*: Evaluering ved gruppeleder og mentor.

Noget om metoden

I opbygningen har jeg været inspireret af den gruppeanalytiske model, som er udviklet af blandt andre den engelske kliniske psykolog S.H. Foulkes. Den gruppeanalytiske model har en meget klar rammesætning, som er med til at tydeliggøre opsætningen omkring gruppen. Hensigten med denne tydelighed omkring regler såsom tid, varighed, af-

bud osv. er at give den særlige sårbare deltager tryghed og sænke angstniveauet i gruppen. Derved skabes der plads til, at den enkelte bedre kan arbejde med sig selv og ikke skal forholde sig til unødvendige faktorer.

Der er en helende effekt og kvalitet ved at arbejde i gruppe. Gruppedeltagerne har mulighed for at opdage sider af sig selv gennem de andre og for at adskille sig fra de andre ved at opdage forskelligheder. Endvidere giver gruppen mulighed for at identificere sig med de andre ved at genkende oplevelser, den enkelte selv har haft. Man kunne bruge udtrykket, at den enkelte kan arbejde "per vikar".

Den terapeutiske tilgang i gruppen har hovedsagelig været baseret på kognitive/adfærdsterapeutiske principper: I den kognitiv terapi arbejdes der med de underliggende ideer og opfattelser, den enkelte har om sig selv, som har betydning for den nuværende selvopfattelse/oplevelse. Der tages udgangspunkt i tanken – følelsen – kroppen – og adfærden i en sammenhæng, hvor et mønster af negative tanker, følelser og adfærd gøres til genstand for en undersøgelse, udfordring og omstrukturering. Vi fokuserer i gruppen på, hvordan en negativ måde at opfatte verden og sig selv på smitter af på følelser og adfærd. Vi beskæftiger os med fastlåste mønstre og åbner for at se andre muligheder for, hvordan vi møder os selv og omverdenen, og hvordan vi er i verden på.

Ud over at omstrukturere på tankeplan bruges adfærdsmæssige øvelser som hjemmeopgaver. Fx har flere af kvinderne arbejdet med konkrete øvelser, hvor de i relation til bestemte personer har forsøgt at handle på en anden måde, end de plejer. Det kunne være at undlade at kompensere med sex, hvis de beder nogen om en tjeneste. Andre øvelser har drejet sig om at undersøge negativ automatisk tankegang og derefter udfordre den med en mere nuanceret og dermed mere realistisk måde at forholde sig til problemet på.

Det strukturerede arbejde

Indholdet i gruppens arbejde er meget struktureret og tager udgangspunkt i den psykologisk kognitive manuals fire temaer: Selvbevidsthed (målsætning, selvværd), Relationer (basisfamilie, mine relationer), Udtryksformer (seksualitet, kropsopfattelse) og Tilbagefald. Temaerne danner baggrund for min undervisning og det individuelle arbejde i gruppen. Hjemmeopgaverne til hvert tema indgår som en vigtig bestanddel af gruppens arbejde.





Manualen er udarbejdet på grundlag af det første års arbejde med gruppen, og temaerne afspejler og sammenfatter de områder, som kvinderne selv bragte op i gruppen.

De havde en stor usikkerhed om deres eget værd og om de krav, de kunne stille til sig selv og andre. Ligeledes havde stort set alle kvinderne markante problemer med deres relationer. Det drejede sig både om tætte relationer til fx børn og kæresten og om relationer til andre mennesker. Flere af kvinderne havde fået ødelagt deres evne til at være intimt sammen med et andet menneske, de havde i stor udstrækning lært at lukke af for følelserne, mens de havde prostitueret sig. De havde ofte et stort had til deres krop. Endelig viste det sig, at hver kvinde af forskellige grunde havde mange tanker om at gå tilbage til prostitution, når noget i deres liv blev svært. De forklarede det med, at det at vende tilbage til noget velkendt kunne give dem en oplevelse af, at der var noget, de var gode til.

Konceptet er bygget således op, at en kvinde på et hvilket som helst givent tidspunkt vil kunne komme ind i gruppen, idet der vil være mulighed for at fortsætte i den næste gruppe og derved få tilegnet sig hele indholdet i manualen. Manualen er ligeledes bygget op således, at kvinderne, selv om de har været materialet igennem, kan gennemgå det igen blot med et andet fokus. Kvinderne kan således fortsætte i et videregående forløb, da de kan arbejde med deres problemer præcis ud fra deres egen individuelle vinkel med udgangspunkt i det allerede kendte materiale.

Endvidere er der i et vist omfang mulighed for at henvise til individuel terapi, hvilket flere af kvinderne har haft glæde af.

Kvinderne i gruppen

Aldersfordelingen mellem kvinderne er fra 19 år til 42 år. Flere har haft problemer med misbrug. Et par af dem er i arbejde, en kvinde er under uddannelse, en er i praktik og i gang med at søge revalidering, og en har fået revalidering. Nogle lever alene, nogle har en kæreste, nogle er alenemor.

Flere af kvinderne har knyttet bånd til hinanden og har kontakt uden for gruppen.

Det, der er fælles for kvindernes ønske om at være i gruppen, er at møde ligestillede, således at de kan tale lige ud af posen. De taler om deres tvivl om, hvorvidt de ønsker at være prostituerede, om oplevelser af, at det har for store konsekvenser at være i prostitution, om ønsker om at fin-

de andre muligheder i livet og at slippe den økonomiske afhængighed.

Flere af kvinderne oplever enslydende konsekvenser og skadevirkninger i relation til at have prostitueret sig. Eksempelvis problemer med at opretholde og overholde egne grænser. Et lavt selvværd, angst for nærhed, problemer med sex, besvær med relationen til en partner. Skyld og skam. Hemmeligheder, der indskrænker deres råderum. Flashbacks i form af billeder og lugte. Oplevelsen af en indre uro, som de ikke ved hvordan de skal tackle.

Mange af kvinderne føler i begyndelsen ikke, at de hører til i gruppen. De siger fx "Det er da vist ikke noget for mig", "Min historie er da anderledes", "Det er jo længe siden jeg har været i prostitution". Efter tre-fire sessioner bliver det tydeligt for den enkelte, at hun alligevel godt kan bruge de andres historier til at få indblik i sin egen historie, og at hun hos de andre kan genkende ikke alene noget faktuel, men også nogle af de følelser, hun selv har.

Flere har den oplevelse, at de først skal ud af prostitution for at mærke og opleve, hvilke konsekvenser det har for dem. En kvinde siger: "Jeg troede, jeg var en lykkelig luder, nu ved jeg, at jeg bluffede mig selv for at holde det ud." Andre kan efterfølgende se, at den oplevelse, de havde af at blive bekræftet og anerkendt, ikke på sigt gav dem det, de havde brug for, men ofte snarere kunne være nedbrydende for deres selvværd. Flere af kvinderne er fortsat over i næste gruppe.

Hvordan har jeg det?

Mit arbejde med gruppen kan på flere måder sidestilles med arbejdet med andre terapeutiske grupper, og alligevel er der noget, der adskiller sig. Det har at gøre med de dilemmaer, der knytter sig til prostitutionsproblematikken.

Det er en problematik, der rummer mange fordomme, og som er svær at tage stilling til. En problematik, der kan diskuteres ud fra den prostitueredes synspunkt, ud fra politiske holdninger, ud fra psykologiske faktorer, ud fra almindelig sund fornuft, ud fra feministiske holdninger osv. Ofte betragtes prostitution som et universelt og uundgåeligt fænomen, nærmest som en naturlov.

Hvordan forholder jeg mig som behandler til kvinder, der har et arbejde, som er legalt eller rettere afkriminaliseret (1999), men har så store konsekvenser, at kvinderne ofte lider af PTSD?

Der er en dobbelthed i på den ene side at arbejde med kvinder, der vil ud af prostitution, og på den anden side, at samfundet som sådan vedligeholder og reproducerer de køns- og magtrelationer, som er grundlaget for prostitutionen. Der er en diskrepans mellem på den ene side at legalisere prostitution og på den anden side at have en viden om de psykologiske konsekvenser, det har for dem, der udøver erhvervet.

Uanset at prostitution sandsynligvis vil fortsætte med at eksistere i vores samfund, er der ingen tvivl om, at grupperne er meget værdifulde for de kvinder, der ønsker at forlade eller allerede har forladt prostitution. Via det gentagne og fortsatte arbejde med de fire temaer, når kvinderne frem til en større forståelse af de psykologiske mekanismer, der knytter sig til deres liv som prostituerede såvel som til deres fortsatte liv.

Birgitte Lieberkind, privatpraktiserende psykolog

LITTERATUR ■

Nedenstående er benyttet som baggrund for udarbejdelsen af psykologiske kognitive manual:

Barlach, Lise (2004). *Fortællinger om prostitution. En sociologisk analyse af tre selvbiografier*. Videns- og formidlingscenter, socialt udsatte.

Covington, Stephanie S. (1999). *Helping Women Recover. A program for treating substance abuse*. Jossey-Bass Publishers, San Francisco.

Dansk Management Center. Assertionsaktiviteter.

Et andet liv: (april 2005). Regeringens forslag til en helhedsorienteret indsats på prostitutionsområdet.

Fennell, M. (2002). *At overvinde lavt selvværd. En selvhjælpsguide på grundlag af kognitiv adfærd*. Klim.

Hendrix H. (1990). *Kærlighed og samliv*. København: Borgen.

Hougaard E. (1997). *Kognitiv behandling af angst og panik*. København: Dansk psykologisk Forlag.

Mørch M., Rosenberg N.K.: (2005) *Kognitiv terapi. Modeller og metoder*. København: Hans Reitzels Forlag.

Nikki (2000). *Hustler. Min tid som luksusprostitueret*. København: Rosinante.

Videns- og formidlingscenter, socialt udsatte (2004). *Redegørelse om prostitution i Danmark*. København.