

August 2019

*Kære læser,*

*Det er min problematik, som er beskrevet i denne bog.*

*Mine samtaler med Martin har forandret mig til et menneske med et langt mere positivt syn på tilværelsen. Hele forløbet har været dybt professionelt. At have den samme person tilknyttet har skabt trygge rammer, og jeg har aldrig været bange for, at informationer videregivet til Martin i fortrolighed, ville blive delt uden min tilkendegivelse.*

*Jeg vil anbefale andre med samme problemstilling som jeg, at søge psykolog, der har forstand på emnet. Det gjorde en helt ubeskrivelig stor forskel for mig.*

*Jeg er blevet et menneske med et langt større overblik, og jeg føler, at jeg har styr på min problemstilling.*

*Jeg er fuldstændig overbevist om, at jeg aldrig kommer til at begå et sexuel overgreb, men jeg kan godt være bekymret for, om jeg en dag i et depressivt øjeblik, vil give efter og gå på nettet og begå en kriminel handling ikke kun mod landets love og se børneporno, men også mod mit eget moralkodeks. Jeg tror det dog ikke.*

*Jeg er så heldig at have masser af interesser at kunne gå op i. Interesser, som i mange tilfælde kan udfylde den plads, som min problemstilling ofte har taget. Også dette vil være et råd til andre i en lignende situation: "Forsøg at flytte opmærksomheden mod et andet felt (en interesse)!"*

*Da jeg stod midt i det hele, uden nogen at tale med, troede jeg aldrig, at jeg ville kunne få et godt liv. Men jeg tog fejl! I dag er jeg overbevist om, at jeg er ligeså normal som mange andre. Alle mennesker indeholder ting, de ikke er stolte af. Ingen er perfekte. Jeg har én problemstilling, men andre har andre. Den erkendelse forandrede min selvopfattelse fuldstændig. Og hvis jeg skal give et råd til andre i en lignende situation, så er det, at man forsøger at få ændret sin overbevisning til det.*

*Janus*

Råd fra faren til forældre i samme situation:

1. *Lyt til det, dit barn fortæller – rum hans fortælling, uanset hvor svært det kan være. Han har brug for din forståelse for at heale. Han har ikke andre.*
2. *Anerkend hans mod til at fortælle noget, der er så tabuiseret.*
3. *Sig, du elsker ham uanset hvad, og at du altid vil være hans far og han altid din søn.*
4. *Søg professionel hjælp, fx ved at ringe til JanusCentret og find en psykolog, som kan rumme din søn og hans seksualitet.*
5. *Som forældre står du også alene med din viden. Tal evt. med en psykolog, du har tillid til.*

Far:

*"Her i 2019 synes jeg, at Janus virker glad og engageret i de ting, han foretager sig med skole, musik og sit arbejde.*

*Han har fundet sig mere til rette i sit liv. Han virker, som om han har fået retning og større ro.*

*Jeg synes, han er modnet meget og har taget sit ansvar på sig for at få et godt liv med de udfordringer, han har med i bagagen.*

*Han bruger meget tid på sit værelse med sin musik, men på den anden side ser jeg også, at han har det skægt med sine venner og hviler godt i de relationer med stor integritet."*