
For mig er min familie stadig min mor og far....

"Når kommunikationen mangler mellem familierne, bliver forholdet anspændt og konfliktfyldt. Det vil helt sikkert være nemmere med mere identiske familiekulturer uden så store kontraster."

Den unge studerende i psykologi udtrykker sig klart, da hun selv har erfaringerne fra en opvækst mellem forskellige familiekulturer. Forældrene blev skilt, da hun var 3 år, og skilsmissen var turbulent med skænderier og konflikter mellem mor og far. Som yngste med større søskende og papsøskende i begge familier følte hun sig i opvæksten ofte meget alene.

Far var der aldrig....

"Far har altid været meget karriereminded og været fraværende også i samværet med mig, både fysisk og psykisk. Han har aldrig delt oplevelser med mig eller anerkendt mig og mine følelser, som blev bortfejlet med et Pjat! Jeg har savnet opmærksomhed og det at blive set."

Som 6-årig lavede hun fx selv mad og vaskede tøj, når faderen ikke var hjemme. "Jeg var meget alene og passede egentlig meget mig selv. Da far kom i et nyt forhold, kom der en dominerende kone, der favoriserede sine egne børn, og som far rettede totalt ind efter."

Mor var ked af det.....

Moderen var der for hende, men læssede sine problemer af på datteren, der tog ansvaret, og deres forhold var meget voksen-til-voksen-agtigt. Moderen var meget følsom ovenpå skilsmissen. "Her gik jeg på listefødder og var forsigtig. Mor kunne ikke lide fars nye kone og lagde ikke skjul på det."

I moderens nye forhold kom der to ældre papsøskende med ind, og en ny mand, der forholdt sig neutralt. Nye søskende, en dominerende pammor og skilsmissekonflikter mellem mor og far. Hun blev budbringer imellem far og mor, mens de ikke talte så godt sammen. "Jeg var i en loyalitetskonflikt og ville så gerne gøre alle glade."

Spiseforstyrrelse blev overlevelse og synlighed

En glutenallergi satte efter gymnasietiden fokus på mad, og hun tabte sig. Det blev bemærket blandt kammeraterne, som gav hende komplimenter. Udover at hun følte, at hun blev set, var afslutning af gymnasiet også en skelsættende periode under pres, hvor det var svært at få job, og der blev taget beslutning om fremtid og uddannelsesvalg. Vægttabene udviklede sig til anoreksi og senere til bulimi.

Hjælp til at forstå det, som hun ikke kunne forstå

"Gennem de seneste 6 år har jeg gået hos flere psykologer og har også fået hjælp hos dem, men jeg trængte til en anden form for hjælp og startede hos Mette Bang."

Via terapier kom hun tilbage i de følelser, der var under opvæksten med to meget forskellige familiekulturer og fik hjælp. Både til at se, hvorfor hun handler, som hun gør, og at se paralleller mellem opvækst og spiseforstyrrelse og også at få forståelse den store betydning, skilsmissecfamilieproblemer kan have. Blandt andet mener hun, at det er vigtigt, at skilsmissecforældre bevarer en god kontakt for børnenes skyld, at faderen er nærværende, og at forældrene ikke taler dårligt om hinanden eller skændes foran børnene. "Forældrene skal anerkende børnene og deres følelser og behov," fremhæver hun.

"Nu har jeg færre overspisninger end før, og jeg kan se fremskridt, selvom jeg ikke føler mig helt fri endnu. Men jeg er sikker på, at jeg slipper ud af det. Det er en proces, og Mette Bang har været med til at give det ekstra skub til at slippe spiseforstyrrelsen," slutter hun.

Kvinde, 25 år, studerende