

Slankekuren tog overhånd

- Det var først, da min veninde sagde til mig, at hun var bekymret for mig, og at jeg skulle snakke med mine forældre om det. Da forstod jeg, at slankekuren var gået for vidt.

Line fortæller, at hun gik i 2. G, var lidt buttet og ønskede at få styr på vægten.

- Nu er jeg jo lidt perfektionistisk, siger hun og smiler. Med skole, lektier, karakterer og med vægttab og mig selv. Jeg har samtidig svært ved at såre mine forældre. Vægten styrede mig, jeg var blevet indadvendt og søgte ikke længere de andres selskab i skolen. Jeg indså, at jeg var nødt til at sige til mine forældre, at jeg skulle have hjælp. De blev meget berørte, men var glade for at jeg sagde det til dem. De forsøgte at hjælpe mig de første par måneder med lægebesøg og diætist, der lagde en kostplan. Den havde jeg det ret stramt med, det var svært at skulle spise så meget, og det tog psykisk hårdt på mig.

Bekymret mor går ind i kampen

Jeg var stadig for tynd, og min mor var i det hele taget bekymret for mig. Hun er i gang med uddannelse indenfor sundhedssystemet og var på det tidspunkt i praktik på et behandlingssted, hvor hun bl.a. mødte piger med alvorlig spiseforstyrrelse.

Så vidt kom det heldigvis ikke med mig, for vi kom i kontakt med Mette Bang, som jeg hurtigt fik stor tillid til. Hun fik mig bl.a. overbevist om, at det første mål var at overholde kostplanen for at kunne komme videre.

Har lært at snakke sammen

Terapierne hos Mette starter med ca. 1½ time, hvor vi snakker løst og fast om problemerne, og derefter er mine forældre med den sidste halve time. Mette hjælper os med at rette op på vores løsningsorienterede familiesystem, som har været præget af diskussioner og optrapning af konflikter. Vi har ikke anerkendt, at det ikke altid er løsninger, der skal findes. At lytte og evt. ændre egen mening har stor betydning for den enkelte, og det har selvfølgelig også været af betydning for konfliktoptrapningen, at jeg har været i en frigørelsesproces fra mine forældre. Som Mette siger, er jeg et produkt af mine forældre og i stedet for én enhed eller to parter, er vi tre individuelle personer. I terapierne har Mette været med som den 4. person, der har lyttet, givet gode råd og sat sin faglighed på samtalerne. Herved har vi lært at respektere hinanden, stiller ikke længere kritiske spørgsmål, men er opbyggende og åbne overfor hinanden. Nu siger vi tingene i stedet for at lægge låg på. Det giver meget bedre samtaler, og jeg tror faktisk også, at det har været en øjenåbner for mine forældre, at de har fået en ny måde at tale sammen på.

- Det har været hårde 10 måneder i spiseforstyrrelsens greb, men jeg er taknemmelig for, at min veninde sagde det til mig. Og hun siger, at hun er så glad for at se mig glad og udadvendt, fortæller Line, der igen nyder sit travle studie- og ungdomsliv med 3. G, fester og veninder.

Lines mor fortæller sin version:

Spiseforstyrrelsen viste sig at være et familieprojekt

Vi bemærkede, at Line havde tabt sig ret meget og var på stikkerne med, hvad hun spiste. I januar fyldte hun 18 år og var påfaldende aktiv med tilberedning af mad, som det viste sig, at hun ikke spiste ret meget af selv. Vi var opmærksomme. Men åbenbart ikke nok.

- En aften sagde Line, at hun ville snakke med min mand og jeg. Hun fortalte om sit problem med maden, vægten m.v. og at en veninde havde anbefalet hende at tale med os om det. Min mand blev aldeles skræmt, mens jeg blev meget konkret. Vi udspurgte hende om mad, vaner og vægt og sagde til hende, at det her måtte vi få gjort noget ved. Enten skulle hun vejes herhjemme eller hos lægen. Line ville helst til lægen, og far tog med.

Den praktiserende læge beroligede og sagde, at Line ikke fejlede noget. Moderen var ikke enig men blev frustreret og bekymret over at se Line blive tyndere og tyndere.

- Sammen med Line besluttede vi, at hun skulle til diætist. Diætisten udarbejdede en kostplan, som Line selv ville styre. Men selv med kostplanen tog Line ikke på i vægt, og jeg talte med diætisten og var med ved det næste

besøg. Der skulle mere styr på kosten. Det var hårdt for Line, og nu blev det psykiske pres meget mere synligt, fortæller moderen.

Mere end blot en madplan

Moderen indså, at der skulle andre ting til nu.

- Via en lukket gruppe på facebook fandt jeg Mette Bang og tog kontakt. Det var helt uden Lines vidende, må jeg indrømme, men jeg var bange, for i det daglige var jeg i uddannelsespraktik på et behandlingssted, hvor der også var hårdt ramte med spiseforstyrrede. Jeg frygtede, at min datter skulle komme lige så langt ind i spiseforstyrrelsen.

Jeg ringede til Mette, der sagde, at hun måske kunne hjælpe men at det helt var på Lines præmisser. Jeg sagde derefter til min datter, at vi skulle booke en tid hos Mette Bang, og at hun derefter kunne vælge fra.

Line og familien får et fælles sprog

- Mette Bang nåede ind til Line på en helt anden måde, end vi selv har kunnet. Hun kunne hurtigt se, at det var et familieprojekt og sagde til os, at vi nok skal komme ud af det som en hel familie. Vi har alle lært at tale sammen med et fælles sprog og med respekt for hinanden at få sagt det, det handler om, siger moderen. - Jeg kan nu se, at det kan være svært at være mand eller kvinde, når spiseforstyrrelsen raser, for vi ser forskelligt på tingene. Vi har som ægtepar lært, at vi ikke altid kan klare alting selv i familien og hvor svært det er både at skulle være behandler og forældre. Mette Bang holdt spejlet helt op foran familien og viste dem en række gode redskaber, som kan anvendes i forskellige situationer.

- I starten af forløbet har jeg da også fået enetimer hos Mette Bang for at forstå et hele. Hun har været til stor hjælp, og nu har vi valgt at bruge de gode redskaber, vi har fået. Fx at tage et scenskift, før konflikten optrappes og sige "jeg har brug for at være alene nu". Mette Bangs metode har resulteret i meget færre konflikter end før, og vi har lært at give Line plads mht. mad, planlægning og afvikling af måltiderne og samtidig at fungere som én hel familie.

Set i bakspejlet fra en mors synsvinkel

Som handlekraftig mor var en svær periode kun at kunne kigge på og ikke at kunne ordne det for datteren. - Jeg har været frustreret, har følt at jeg har stået alene, og jeg har grædt, men har heldigvis haft Mette Bang på sidelinjen. Hun har hanket op i mig som forælder, har fået mig til at give min mand mere plads på banen og har fået mig ud af vogterens rolle. Det har også været en stor hjælp med den halve time, hvor vi forældre har været med i terapien. Her har vi aftalt ting at arbejde med til næste terapi. I flere tilfælde har vi ikke hørt det samme, men har kunnet spørge Mette pr. mail og har fået hurtigt svar. Vi ser nu spiseforstyrrelsen som en del af Line, men har valgt at pakke den ned i en kuffert og at bruge de gode redskaber, som vi har fået af Mette.

På vej mod selvstændigt liv

Moderen fremhæver, at Line har det bedre i dag. Hun er 18 år, går i 3. G og skal bl.a. tage stilling sin fremtid.

- Nu er der mange afleveringer i skolen, og hun lægger et kæmpepres på sig selv for at få så god eksamen som muligt. Det stresser hende i perioder, og så melder hun klart ud, hvad der trykker hende. I forløbet hos Mette har vi talt en del om løsrivelsesproces, og hvor vigtigt det er, at Line får mærket efter, hvilken vej i livet, der er den rigtige for lige netop hende.

Jeg har fået en rigtig god mavefornemmelse ved tanken om, at Line en dag skal ud og bo selv, og det skyldes bl.a. den åbenhed og dialog i familien, som vi nu har lært at bruge.

Mor til Line, Østjylland