

Året, hvor mit liv tog en drejning

I sommeren 2015 blev hverdagen for mig anderledes, end den havde været før. Mine forældre skulle skilles, hvilket jeg godt havde på fornemmelsen i forvejen, men det gjorde mig heller ikke noget, at de skulle gå fra hinanden. Dette lettede faktisk utrolig meget, da en tung sten fra mine skuldre faktisk blev flyttet. Dog kan man godt sige det lettede lidt for meget, idet jeg begyndte at kaste op, flere gange om dagen - mange dage 15 gange om dagen. Jeg kunne hverken styre mine følelser, tanker, og heller ikke min opkastninger, og det endte også med, at jeg blev indlagt på akutafdelingen, for at blive undersøgt. De fandt ikke noget, så jeg blev sendt hjem. Min opkastninger fortsatte, men det var ikke det hele. Jeg havde det utrolig dårligt psykisk, og havde også en del selvmordstanker, som både min mor og søster har været en del af.

I december 2015 kom jeg ud på Center for Spiseforstyrrelse. Min tid ude på Center for Spiseforstyrrelse, har været den rene ruchebane tur - dårlige oplevelser, og forfærdige minder, som stadig den dag i dag hænger i mig. Det var ikke mit eget valg at komme ud på Center for Spiseforstyrrelser - min læge henviste mig, da hun var bekymret, og min mor kendte ikke til andre veje. Jeg startede i en mestringsgruppe, som jeg var i hver anden uge, og gik også hos en psykolog, som var tilknyttet Center for Spiseforstyrrelse, hver anden uge.

I mestringsgruppen blev man vejlet, og efterfølgende skulle man sidde i en gruppe, og vise sin vægtskurve frem, hvilket var utrolig grænseoverskridende. Desuden skulle man også spise mad sammen, og fortælle, hvad man havde med på sin madder, og her fik jeg også en del hug. Hos psykologen blev jeg også vejlet, og fik ikke andet end skæld ud, da jeg ikke vægtøgede med det jeg skulle. Dette resulterede også i, at vi ikke snakkede om andet end mad og kostdagbogen. Jeg efterspurgte noget mere psykologhjælp, men dette kunne der slet ikke være tale om før jeg havde nået min målvægt (60 kg). Psykologen tilføjede også, at jeg slet ikke havde hjerne/var i stand til at snakke om mine psykologiske problemer pga. min undervægt. Efter ca. 3 måneder på Center for Spiseforstyrrelse, blev jeg afsluttet - jeg havde slet ikke vægtøget i perioden, jeg gik derude. Det skal siges, at jeg blev kastet rundt derude - var i mestringsgruppe i ca. halvanden måned, blev overflyttet til daghospitalet, hvor jeg var ca. 1 måned, hvorefter de snakkede om indlæggelse. Indlæggelse kom dog aldrig til at ske, da jeg sagde, at det så skulle være med det samme, men de havde ikke plads, og kunne heller ikke sige, hvornår.

Min mor stod så lige pludselig med hele ansvaret, idet Center for Spiseforstyrrelse havde afsluttet mig. Hver dag, sad min mor foran computeren i flere timer, for at finde frem til noget, eller nogle, som vil kunne hjælpe mig.

Efter lang tids søgning, fandt min mor frem til Mette Bang inde på nettet. Hun læste om Mette, og fortalte mig, hvad hun lavede, hvorefter hun kontaktede Mette. Vi fik hurtigt et opstartsmøde, hvor både min mor og jeg sad og snakkede med Mette. Allerede fra første gang, kunne jeg mærke, at Mette kunne et eller andet. Mette havde en helt speciel måde at tale på, og hun forstod at tale til mig, som person, og nævnet slet ikke noget med mad og målvægt. I starten gik jeg i terapi hos Mette 1 gang om ugen, hvor vi prøvede at finde frem til, hvorfor jeg egentlig havde fået en spiseforstyrrelse.

I tiden inde hos Mette, fandt jeg også ud af, at der var noget, som hed overlevelseskort, og at dette ofte var nogle kort, man valgte at benytte sig af i svære, pressede situationer. Jeg havde så "trukket" kortet, spiseforstyrrelse. Flere og flere brikker begyndte at falde på plads, men der var stadig et kæmpe spørgsmålstegn, som fyldte meget - nemlig hvorfor, jeg lige havde fået den såkaldte spiseforstyrrelse. En dag, hvor jeg lå på briksen inde hos Mette, måtte vi stoppe, da Mette havde noget meget vigtigt at fortælle mig. Alt det her med, at jeg havde tabt mig, skyldes faktisk meget fra min barndom, hvor jeg har levet under psykisk vold. Min far har haft et helt specielt tag på min mor, søster og jeg, og vi har altid gået i skyggen af ham, uden rigtigt at vide det. Jeg havde slet ikke som sådan haft en

spiseforstyrrelse - ja, jeg havde træk fra spiseforstyrrelse, og havde træk, som mindede om en spiseforstyrrelse, men det var jo slet ikke det, som det hele mandede ud i.

Efterfølgende arbejdede Mette og jeg meget med, hvordan jeg kunne sige fra overfor min far, samt hvordan jeg lige skulle håndtere, at være sammen med ham. Desuden arbejdede Mette og jeg også meget med, hvem jeg egentlig var/er, og hvordan jeg vil kunne lære at kende mine grænser.

Det har ikke kun været mig, som har været en del af forløbet inde hos Mette. Da vi fandt ud af, at min far bar meget af skylden, valgte Mette også at involvere min søster og mor, for at vi alle sammen kunne snakke om alt det der var sket gennem årene.

Igen har Mette været utrolig god til at snakke med os, både sammen og enkeltvis, og har også formået at samle os som familie igen. Min mor, søster og jeg har aldrig været tættere, end vi er nu, og vores lille familie er også blevet meget stærkere, end nogen sinde før. I efteråret 2017 aftalte Mette og jeg, at jeg bare skulle sige til, hvis jeg igen fik brug for hende. Vi havde nemlig vendt rigtig mange ting, og hun synes også, at jeg var klar til at give slip på hende.

Efter forløbet inde hos Mette, har der været mange ting, som lige pludselig gav mere mening, samt at man har fået øjnene op for mere, end man ellers vil have kunnet. Jeg ved, at jeg aldrig skal tilbage til, hvor jeg var førhen, og jeg har lært at kende mig selv samt mine reaktioner meget mere. Jeg ved f.eks. nu, hvornår mit bæger flyder over, og at jeg ikke skal gå med mine problemer selv - sig dem, og få snakket med nogle om dem.

Pige, 21 år, dimitterede fra HTX i sommers (2018), og tager nu et sabbatår.

Mød pigen til temaaften om spiseforstyrrelse den 20. november i Århus.
Tilmelding hos Mette Bang, mail@mette-bang.dk.