Case: ”Jeg vidste simpelthen ikke længere mine levende råd”

Familien består af mor og far, som er skilt, en datter på 12 år og en søn. Familien blev en del af ”Piger i nye fællesskaber”, fordi Esther gennem flere år havde haft det svært socialt – særligt i skolen.

Katrine fortæller, at Esther tidligere var meget udadvendt og glad, men at hun siden omkring 3. klasse gradvist blev mere indadvendt. Hun trak sig fra sociale fællesskaber, søgte sjældent legeaftaler og kom ofte hjem fra skole i gråd.

”*Hun tog det hele ind følelsesmæssigt og tænkte, at alt var vendt mod hende som person*,” fortæller Katrine.

Over tid begyndte mistrivslen at påvirke hele familien. Katrine beskriver perioden op til opstarten i gruppeforløbet som meget belastende.

”*Jeg vidste simpelthen ikke længere mine levende råd. Jeg var helt brændt ud*.”

Da Katrine så opslaget om pigegruppen på sociale medier, kunne hun med det samme genkende deres egen situation i beskrivelsen af målgruppen.

”*Det var en kopi af de ting, vi kæmpede med én til én*.”

Et svært ja til noget nyt

Selvom Katrine hurtigt følte, at tilbuddet kunne være relevant, reagerede Esther meget negativt i starten.

”*Hun græd og var meget afvisende*,” fortæller Katrine.

Esther havde tidligere haft det svært med at starte i nye sammenhænge, og nye situationer havde flere gange udløst angstanfald. Derfor var hun bange for, hvad det ville kræve at starte i en gruppe med nye mennesker.

Katrine holdt dog fast i, at de skulle prøve tilbuddet. For hende handlede det både om Esthers behov for et nyt fællesskab og om familiens behov for at møde andre i lignende situationer.

”*Det var i lige så høj grad fordi jeg havde brug for at møde andre familier*.”

Forsamtalen blev et vendepunkt

Forsamtalen kom til at få stor betydning for Esthers motivation for at deltage.

Katrine fortæller, at koordinatoren var meget opmærksom på at tale direkte til Esther og vise interesse for hende og hendes oplevelser.

”*Det var helt afgørende for pigen, at det ikke længere kun var hendes mor, der sagde, at det var en god idé*.”

Efter samtalen gik Esther fra at være afvisende til at glæde sig til at starte.

Ved første gruppegang oplevede både Katrine og Esther, at de blev taget godt imod. De fælles lege og øvelser i starten gjorde det muligt gradvist at lære de andre deltagere at kende.

”*Det hjalp til, at vi kunne se hinanden lidt an og blive bekræftet i, at de andre jo også var helt almindelige mennesker*.”

Selvom Esther efter første gang blev usikker på, om hun ”havde det skidt nok” til at være med i gruppen, faldt hun efterhånden mere til ro i, at hendes udfordringer også gav mening i fællesskabet.

Et sted hvor man kan være sig selv

Efterhånden begyndte Esther at glæde sig til gruppegangene. Katrine beskriver, hvordan Esther nærmest blev "en solstråle", når hun kom ud fra gruppen.

"*Hun virker mere fri og tør sige mere til*."

Der har ikke været en eneste torsdag, hvor Esther ikke har haft lyst til at deltage.

Katrine oplever, at der er blevet skabt et trygt rum, hvor pigerne kan tale åbent om det, der er svært.

"*Det er anderledes end i et skolemiljø, hvor der meget hersker en perfekthedskultur*."

Samtidig peger hun på, at nogle af pigerne med diagnoser til tider kan komme til at fylde meget i gruppen. Hun oplever dog, at gruppelederne er gode til at håndtere dynamikkerne og skabe plads til alle.

Forældrerummet som fristed

Også forældregruppen har haft stor betydning for Katrine.

"*Det har været helt formidabelt at få lov at dele nogle af mine tanker og følelser*."

Hun beskriver det som befriende at kunne tale åbent med mennesker, som ikke kender familien på forhånd.

Samtidig oplevede hun det som vigtigt, at hun ikke vidste ret meget om, hvad der blev talt om i pigegruppen. En vigtig del af motivationen for at deltage var netop, at Esther fik et rum, hvor moren ikke var til stede.

Selvom nogle af samtalerne i forældregruppen handlede meget om diagnoser, behandling og systemer – noget familien ikke selv fyldte så meget med – oplevede Katrine stadig stor værdi i fællesskabet og genkendelsen på tværs af familiernes forskellige situationer.

Små skridt med stor betydning

Katrine beskriver ikke forandringen som noget, der er sket fra den ene dag til den anden, men som mange små skridt gennem hele forløbet.

Hun oplever, at Esther hviler mere i sig selv og er blevet bedre til at håndtere sociale situationer i skolen.

"*Nu kan hun sige: 'Så sagde hende der sådan og sådan, men det tager jeg mig ikke af*.' Sådan var det bestemt ikke før."

Samtidig beskriver Katrine, at relationen mellem hende og Esther har ændret sig.

"*Der er kommet et mere naturligt mor-datter forhold. Tidligere var jeg mere psykolog end mor*."

Gruppeforløbet har givet dem mulighed for at tale sammen på en ny måde om det, Esther har været igennem, og hvordan familien har været påvirket af det.

Et ønske om en god afslutning

Nu hvor forløbet nærmer sig afslutningen, håber Katrine, at afslutningen giver plads til refleksion over den udvikling, pigerne og familierne har været igennem.

Hun peger på betydningen af at få sat ord på, hvad deltagerne har fået med sig, og hvordan de har udviklet sig undervejs.