

”Det bedste jeg nogensinde har været ude for”

Det er let at knække menneskers selvværd.

Hvilket menneske kan klare at blive skældt ud og følt sig uretfærdigt behandlet igennem flere år?

Lotte Pedersen kom ud af den negative spiral gennem mødet med Omvendt Familiepleje.

”Du er ikke syg, du er hypokonder. Du er doven. Du er dum. Tag dig sammen for pokker. Det er helt forkert, det du gør”

Lotte Pedersen er i lang tid blevet skældt ud og kritiseret voldsomt blandt andet af kommunale konsulenter og sagsbehandlere.

Nogle af de negative udsagn er muligvis ikke blevet udtalt. Det er måske tanker og ikke fakta, for det er en kendt sag, at negative kommentarer bliver selvforstærkende og fylder mere end positive tanker.

Alligevel sidder hun her ved bordet og er nærmest lykkelig. Hun har taget ja-hatten på, og æren for den tilstand giver hun til Omvendt Familiepleje (OF), der betød en positiv omvæltning for hende og hendes familie.

”Der er så mange, der har trådt på mig og svinet mig til. Jeg har været vant til at blive skældt ud hver eneste gang, jeg gjorde noget forkert. Da OF kom ind i min familie, skældte de ikke ud. De tog udgangspunkt i det positive, de kunne se i mig. De var konstruktive og



kom med gode råd, der tog udgangspunkt i mig som person. Desuden satte de sig ind i, hvordan det var at være mig, ligesom de satte sig ind i, hvad jeg fejlede. Det har været med til at give mig mere overskud. Jeg har ikke så meget stress som tidligere. Jeg er også blevet mere impulsiv og er blevet bedre til at tage initiativer.”

Lotte Pedersen bor sammen med sin mand, Allan, og deres søn Kian på 13 år i et parcelhus i Agerbæk i Sydvestjylland – en lille by med 1.299 indbyggere.

Allan og Lotte har været kærestere i 15-16 år og blev gift for 12½ år siden, så de har lige fejret kobberbryllup.

Igennem årene har sygdomme fyldt alt, alt for meget i Lottes liv. Hun lider af fibromylagi, som er en kronisk smertesygdom. De typiske kendetegn er muskel- og ledsmerter – ofte ledsaget af overvældende træthed. Symptomerne veksler fra dag til dag, så det er ikke til at forudsige de gode dage, der også er indimellem. Sygdommen blev for 20-25 år siden kaldt, ”sygdommen der ikke tages alvorligt.”

”Sådan er der stadig mange, der har det. De siger, at vi er hypokondere og psykisk syge,” siger Lotte.

Hun har arbejdet i butik, på fabrik og været tjener, inden hun gik ned med sygdom. I dag er hun 42 år og førtidspensionist.



”Ja, desværre. Jeg savner at komme ud og arbejde, men det er svært, for jeg kan ikke forudsige, at der er dage, hvor jeg simpelthen ikke kan arbejde grundet smerter.”

Det var formentlig sygdomsforløbet, der gjorde, at en sagsbehandler i Varde Kommune på et tidspunkt mente, at hun ikke kunne magte forældreopgaven, så man truede med at fjerne Kian.

”Men så kom mine forældre på banen og slog i bordet overfor kommunen. De sagde, at jeg havde været en god mor og klaret opgaven godt.”

Styrketræning og vinterbadning

Udover fibromylagi har Lotte også diagnosen ADD, som kaldes "den stille ADHD". Mange mennesker med ADD kæmper med negativ selvfølelse og lavt selvværd. De er som regel mere stille og rolige i deres fremtræden, end mennesker med ADHD, der indebærer hyperaktivitet og impulsivitet.

"Kian har diagnosen ADHD. Jeg mangler altså H'et. Han er – modsat mig - hyperaktiv, og vi kommer let op at skændes. Heldigvis kan min mand dæmpe det lidt, når han er her," siger Lotte, der om føje tid formentlig skifter efternavn.

Har du været hos numerolog?

"Nej, nej. Jeg kommer til at hedde Lotte Lyhne Ebsen, for sådan har det altid været i min familie: Man tager mandens efternavn.

Hvordan kom du i kontakt med Omvendt Familiepleje?

"Jeg har haft så mange forskellige rådgivere, der ikke har kunnet forstå, hvad jeg fejler, og de har skældt mig ud. Så en dag kom en sagsbehandler fra Varde Kommune og foreslog noget, hun kaldte Omvendt Familiepleje. Jeg anede ikke, hvad det var, men det kunne da ikke være værre end det, jeg allerede havde prøvet. Da de kom ind ad døren, sagde jeg: I kan godt stoppe det der, for jeg stoler ikke på jer... og så viste det sig, at de var vældig søde og rare. Det er det bedste, jeg nogensinde har været ude for. Jeg ville ønske, jeg havde kendt til dem tidligere, for så havde jeg selv ringet og bedt om hjælp."

Hvem havde I besøg af?

"Heidi Baltersen var med til møderne, men ellers var det primært Fuad Ali og Leyla Christiansen, der kom her i familien. Fuad var rigtig god til Kian, selv om han havde det lidt svært med ham i starten. Kian ville ikke sige noget – måske for at beskytte mig. Jeg har jo været syg hele hans liv. Han så også dengang, jeg for 4-5 år siden fik en blodprop."

Det har givetvis været en voldsom oplevelse for Kian, da hans mor fik blodproppen og i ambulance blev ført til Grindsted Sygehus. Blodproppen bevirkede, at Lotte blev lam i den ene side. Og når man, som Lotte, fik talebesvær, er det tegn på, at venstre side af hjernen er ramt, fordi området for vores modersmål sidder i venstre side af hjernen.

Det var hårdt at sidde nærmest stum i en kørestol 2-3 måneder, og det var frustrerende, at hun godt kunne tænke noget, men ikke formåede at formulere det – heller ikke skriftligt.

Du klarer det så godt

”Kian har været igennem meget med mig. Jeg har været indlagt flere gange, og han har set, når jeg har haft anfald – epilepsilignende anfald, hvor jeg nærmest blev revet i tusinde stykker. Jeg troede, jeg skulle dø, første gang jeg oplevede det. Nu er det heldigvis nogle år siden, jeg har oplevet det. Jeg dyrker styrketræning hver dag og er også begyndt at vinterbade. Det har virket, så jeg ikke er så syg som tidligere.”

Hvordan går det med Kian?

”Han er begyndt at snakke mere om, hvordan han har det, og hvad der eventuelt er galt.”

Hvordan klarer han sig i skolen?

”Han går på en specialskole... Jeg har altid vidst, at han havde nogle udfordringer. Han er meget følsom, ligesom jeg er. Det indebærer, at han helst ikke vil gå til spejder uden mig, og det har været svært at finde en spejdertrup, hvor både mor og søn var velkomne, men nu har vi fundet et sted, hvor jeg godt må være med.... Og så tager vi sammen på sheltertur – det elsker vi – og vi går lange ture, hvor vi snakker godt sammen. Og jeg giver ham ros, når jeg kan... Vi snakker også om at lave et shelter og en bålplads ude i haven.”

Er din mand også vild med at overnatte i det fri?

”Nej, ham kan vi ikke få med. Jeg *har* været soldat, siger han.”

Hvor lang tid er Omvendt Familiepleje kommet her i hjemmet?

”Igennem 3-4 år kom de to gange om ugen og nogle weekender, hvor min mand også var med. Han arbejder i et murersjak på Sjælland, så han er kun hjemme i weekenderne. I dag er det jo fredag, og det betyder, at min mand har fri fra arbejde og skal hente Kian i skolen i Varde, for jeg synes, det er vigtigt, at de får lidt far-søn tid sammen. Min mand har arbejdet på Sjælland i mange år – også før vi blev kærestes. Det giver jo lidt ekstra i lønningsposen at arbejde derovre.”

Kommer Omvendt Familiepleje stadig hos jer?

”Nej, det stoppede for et halvt års tid siden, og det var dem selv, der sagde fra. Nu klarer du det så godt, at vi ikke behøver at være her længere, sagde de. Er I sikre på, at jeg kan klare det, spurgte jeg. Det kan du i hvert fald, svarede de. Det har gjort, at jeg er begyndt at tro mere på mig selv. Jeg skal jo også lære at stå på egne ben. Vi bruger i øvrigt stadigvæk de positive metoder, vi lærte af dem. ”

Se næste side:

Katten i huset hedder Munin. Den er opkaldt efter en ravn i nordisk mytologi.

Odin havde to ravne, Hugin og Munin, som om morgenen fløj ud i verden. Hver aften kom de tilbage – satte sig på Odins skuldre og fortalte ham, hvad der var sket i den nordiske verden – både gudernes og menneskenes.

