



Marie Kjærgaard Mortensens tale "Tungere, men stadig ulykkelig" ved Talefest Midt

Taler

Marie Kjærgaard Mortensen
Elev på Hasseris Gymnasium

Dato

17. april 2024

Sted

Rampen, Dokk1, Aarhus

- 1 I dag var ikke en god dag. I dag var ikke en god ”maddag.” Du tog en bid mere af aftensmaden end i går. Nu er du for mæt. I morgen spiser du ikke morgenmad – *Måske er frokost heller ikke nødvendigt.*
Hverken morgenmad eller frokost. GODT GÅET!
- 5 Lad os gentage igen i morgen. Og dagen efter det. Og så endnu engang. Nu er det ikke godt nok mere. Halvt så meget aftensmad. Men husk nu: lad det dække hele tallerken, for din familie må jo ikke opdage noget. Der er ingen grund til, at de skal blande sig, DU har jo helt styr på det!
- 10 For udefra kommende virker et sådant tankemønster irrationelt og restriktivt, men som person fanget i kløerne på spiseforstyrrelsens faste grab, er man hver dag tvunget til at tage stilling til disse tanker. Tankerne er som en evig kamp, der fylder så meget, at der ikke er plads til noget andet.
Der er ikke plads til *alt det gode* – skole, venner, familie og fritidssport bliver
- 15 valgt fra, imens at man langsomt falder dybere og dybere ned – helt derned, hvor det kan virke umuligt at komme op fra igen.
Dit værd gøres op i mad og kalorier, og så egoistisk som det nu engang lyder, sætter du alt på spil, bare for at undgå at spise den ligegyldige chokolade, din mor tilbyder af ren kærlighed.
- 20 Jeg ønsker ikke at stigmatisere personer med forstyrret spisning, men med udgangspunkt i, at jeg selv har været totalt styret af en spiseforstyrrelse, ved jeg desværre, at der er hold i mine udtagelser.
- Da jeg var længst nede, og fuldkommen overtaget af anoreksien var mit liv et
- 25 stort kaos. Ikke udadtil men indvendigt.
Mit liv var et stort valg. Valget om hvor meget, eller nærmere for lidt, mad jeg skulle indtage. Valget om hvor lang en løbetur jeg skulle tvinge min fuldstændig energiforladte krop ud på.

30 Valget om hvorvidt jeg skulle forblive i kontrol, eller om jeg skulle finde tilbage til et liv, fri for de udmattende selvdestruktive tanker.
Et evigt valg om at leve, eller langsomt miste følelsen af, *at leve*.

Jeg ville ønske, at jeg med stolthed i stemmen kunne sige, at jeg nu er 100 % rask
35 – at jeg fuldstændig har sluppet den ødelæggende tankegang, der i en årrække var grundlaget for min hverdag – men sådan er virkeligheden desværre ikke. Anoreksien vil forevigt forfølge mig, og i perioder indhenter den mig også. Desværre har jeg bare ikke værktøjerne til at ryste den af mig igen. Og hvorfor så ikke det?

40 Måske fordi, at man i behandlingen for en spiseforstyrrelse, bliver behandlet som hvis man var fysisk syg.

Din fremgang måles i vægt – den vægt du i forvejen er ualmindeligt bange for. Du går ind i behandlingen på den bekostning, at du er i mål når du har opnået ”normal” vægt.

45 Men desværre blev jeg ikke på mirakuløs vis rask, da BMI fortalte mig, at jeg nu ikke længere var undervægtig. Men om ikke andet troede systemet det, og fra da af har jeg været på egne ben, med mine egne tanker.

Jeg håber, ønsker og drømmer inderligt om, at personer med en
50 spiseforstyrrelse, i mindre grad vil ende som svingdørspatienter, fordi behandlingen har været mangelfuld.

Det eneste jeg opnåede i min behandling, var en acceptable vægt. Jeg lærte aldrig hvordan jeg skulle håndtere mine tanker, eller hvordan jeg skulle leve mit liv, når jeg ikke længere kunne kategoriseres som syg.

55 Jeg trådte ud i det virkelige liv som værende normal, men indvendigt larmede det stadig lige så meget som før.

En ting står for mig helt klart – når op mod halvdelen af de personer, der modtager behandling for en spiseforstyrrelse i psykiatrien, får et tilbagefald, er behandlingen ganske enkelt ikke god nok.

60

Jeg ved, at det er nemt for mig at stå her, og vise min utilfredshed med den psykiatri vi har i dag. Især med tanke på, at jeg har en mor, der hver dag kæmper og gør sit bedste for at få enderne til at mødes, i hendes job i psykiatrien. JEG VED, at de løber stærkt – nok også ALT for stærkt.

65 Det er derfor heller ikke et opråb om bedre eller mere kompetente medarbejdere i psykiatrien. Det er en drøm om, at den behandlingsform der bruges mod spiseforstyrrelser, skal tilpasses.

70 Den skal tilpasses så det ikke længere behandles som blot noget fysisk, men også
anerkendes som den mentale belastning det er, hele tiden at have krig i sit hoved.
En spiseforstyrrelse opleves forskelligt alt efter hvem du er, og derfor hjælper det
heller ikke, at alle modtager samme behandling.

Behandlingssystemet skal have kapacitet og rumlighed til, at der kan foretages
små justeringer, tilpasset den enkelte patient.

75 Behandlingen, som den er nu, er for fastlåst og urokkelig, hvilket vidner om
mangel på tid og især overskud fra personalet, som desværre går ud over
patienterne, der ender som en flok foie gras-gæs.

Tungere, men stadig ulykkelige.

80

Kilde

Manuskript tilsendt af taler

Kildetype

Digitalt manuskript

85

Tags

Agitationstale, Talefest

Relateret

Frederik Windings tale "Lad os have vores drømme" ved Talefest Midt
17. april 2024

90

Laura Ipsen Pedersens tale "Lytter du?" ved Talefest Midt
17. april 2024

Lærke Kjær Fentz' tale "Vi griber ordet og hinanden" ved Talefest Midt
17. april 2024

Mads Vinther Falcks tale "Sikkerhed" ved Talefest Midt
17. april 2024

95

Mia Svane Rasmussens tale om unges mentale helbred ved Talefest Midt
17. april 2024

Signe Gundersens tale "Drømmer om at drømme" ved Talefest Midt
17. april 2024

Tilde Holm Sjællands tale "Madspild" ved Talefest Midt
17. april 2024

100

Vigga Overgaard Christensens tale "I dag er drømme nærmest et pres" ved Talefest Midt
17. april 2024

Bertil Skaarenborgs tale om drømme ved Talefest Midt
17. april 2024

Caroline Jeppesens tale "Udryddelsen" ved Talefest Midt
17. april 2024

105

Morten Søndergaard Villumsens tale "Rygestop Nu" ved Talefest Midt
17. april 2024

Lærke Østergaard Pedersens tale "Se op!" ved Talefest Midt
17. april 2024

Amon Vestergaards tale "Autentiske Drømme Håbefulde Drømme" ved Talefest Midt
17. april 2024

110 Caroline Højgaard Willumsens tale "Mindsk presset; øg forståelsen" ved Talefest Midt
17. april 2024

URI

<https://www.dansketaler.dk/tale/marie-kaergaard-mortensens-tale-ved-talefest-midt>

115

120

125

130

135

140

145