

## Feedback fra en forældre i Pulsens forældregruppe

'Ej, ellers tak', var min første indskydelse, da nogen for et halvt år siden nævnte Pulsens forældregruppe, selvom ordene 'pårørende', 'hash', 'bekymret' og 'konflikter' fuldstændig rimede på den situation, vi stod i. Det var alt for grænseoverskridende at se mig selv på et behandlingstilbud for unge med alkohol- og stofproblemer.

I dag kan jeg på det varmeste anbefale langt flere at deltage i forældregruppen, hvor blot fem møder har gjort en helt afgørende forskel. Ikke bare for os som forældre, men også for vores teenager og familien som hele.

Pulsens anonyme forældregruppe har først og fremmest givet en elementær følelse af ikke at stå alene med alvorlige problemer. Vi har kunnet lytte og spejle os i andre fædre og mødre, hvis hverdagsliv og forældreskab var præget af sammenlignelige udfordringer og en selvoplevet forståelse af, hvor hårdt det er at se sit barn på vej ud af et seriøst sidespor og et familieliv, der krøller sammen i kølvandet.

Pulsens rådgivere har på fineste vis sat rammerne for, at alle fik luft for det, vi hver især tumlede med, men også hjulpet os til at holde øje med de gode oplevelser, der afviger fra sortsynet. Uanset hvor store eller små sejrene er. Hver gang har møderne desuden givet os faktisk viden baseret på forskning og solide erfaringer fra praksis. Det har tilsammen sat vigtige refleksioner i gang, så vi gik hjem med konkrete idéer til at møde vores teenager på en anden måde og ændre vores egne tankemønstre.

Resultatet er slående. Både vi forældre og vores teenager har ændret adfærd, så vi i dag kommunikerer med fornyet åbenhed og kærlighed frem for mistro og kontrol. Og vi har alle tre fået erfaringer med, at selv voldsomme problemer kan håndteres og løftes. Hver for sig og sammen. På paradoksalt vis håber vi derfor ikke at få brug for Pulsens igen, men skulle det ske, vil vejen ind af døren på Blytækkerporten 1 være let og ukompliceret. Så tag du bare skridtet, hvis du har behov for hjælp. Andre har trådt af samme sti, og det er en større skam at lade være end at følge i fodsporene.

Hilsen Annette, 45 årig mor