



# MØDRE- HJÆLPEN ER NÆR



*Carina Bothilde Nielsen er børneterapeut hos Mødrehjælpen og rådgiver om bl.a. skilsmisse, børns trivsel og vold i familien.*

Irmas kunder forærer i år mere end en halv million kroner til et godt formål via pantflasker. Modtageren er **Mødrehjælpen**, der i over 100 år har støttet sårbare forældre. En af dem er 33-årige Sisse Bachmann, der gennemgik sit livs krise som højgravid.

“

**MANGE AF DEM, VI HJÆLPER, HAVDE ALDRIG TROET, AT DE SKULLE FÅ BRUG FOR MØDREHJÆLPEN. MEN PLUDSELIG SIDDER DE I EN SITUATION, FOR EKSEMPEL PÅ GRUND AF SKILSMISSE, HVOR TINGENE BLIVER ET STORT KAOS.**

**MERE** end 20.000 rådgivninger om året. Og antallet stiger. Behovet for Mødrehjælpen er ikke faldet i løbet af de 100 år, hvor organisationen har rådgivet og støttet gravide og børnefamilier i svære situationer.

“Vi oplever, at flere og flere kommer til os. På alle vores kanaler. Om det er chat, telefon, i grupper eller individuelle samtaler”, siger Carina Bothilde Nielsen, børneterapeut hos Mødrehjælpen.

Blandt de mange udfordringer, som børnefamilier kæmper med, er skilsmisser, samvær, økonomi, børns trivsel, vold i familien, tvivl om abort og juridiske og sociale rettigheder. Det er forældre fra hele landet og i mange samfundslag, der rækker ud efter rådgivning og støtte hos Mødrehjælpen. For er der én ting, som Mødrehjælpens mere end 100 års historie har vist, så er det, at:

“Alle kan blive ramt af livet. Kriser rammer alle mennesker. Mange af dem, vi hjælper, havde aldrig troet, at de skulle få brug for Mødrehjælpen. Men pludselig sidder de i en situation, for eksempel på grund af skilsmisse, hvor tingene bliver et stort kaos. Der har vi en meget bred

faglig viden, som kan være med til skabe overblik igen”, fortæller Carina Bothilde Nielsen.

#### **Følte sig omfavnet**

En af de forældre, der pludselig fik brug for hjælp, er 33-årige Sisse Bachmann. For fem år siden blev hun ramt af en livskrise. Hendes mand gik fra hende, mens hun var gravid med deres andet barn i syvende måned.

“Tæppet blev hevet væk under mig. Jeg havde slet ikke set det komme. Jeg sov ikke og var vildt ked af det. Jeg havde brug for hjælp. Så jeg gik til min læge”, fortæller Sisse Bachmann.

Lægen foreslog Sisse at kontakte Mødrehjælpen.

“Jeg havde ikke hørt om Mødrehjælpen før, men jeg kontaktede dem alligevel. Det første jeg så, da jeg trådte ind hos Mødrehjælpen, var et billede af Kronprinsesse Mary. Jeg er ikke royalist, men på en eller anden måde følte jeg mig omfavnet, —



#### **DU KAN OGSÅ STØTTE**

Når du donerer din pant i Irmas flaskeautomater, støtter du Mødrehjælpen. Via MobilePay kan du også indbetale et valgfrit beløb på 57350. Alle donationer går ubeskåret til Mødrehjælpen.



og jeg tænkte 'det skal nok gå', genkalder hun.

### Okay at søge hjælp

Mødrehjælpen tilbyder hjælp skræddersyet til den enkeltes behov. Nogle kan nøjes med at klikke rundt i de mange artikler med rådgivning på hjemmesiden, andre får støtte på chatten, og andre igen kommer ind til individuel rådgivning. Sisse Bachmann fik samtalehjælp og økonomisk rådgivning, så hun kunne få sit nye liv som alenemor til snart to piger til at fungere.

“Jeg har altid været meget stærk og selvstændig, så noget af det, der hjalp mest, var at finde ud af, at det var okay at få hjælp, det var okay at være ked af det og tabe ansigt. Hos Mødrehjælpen følte jeg mig ikke alene. Og jeg følte mig rustet til al praktikken omkring mit nye liv også. Det var en meget stor hjælp”, fortæller hun.

Nu er Sisse Bachmann ude af krisen og videre i sit liv.

“Jeg vil sige til andre forældre, der står i en livskrise, at de skal søge hjælp. Og at Mødrehjælpen kan give dem en rådgivning, der gør, at de ved, hvad deres næste skridt skal være.”

### Hjælper gennem forældre

Hos Mødrehjælpen er det børnenes trivsel, der er i fokus, men:

“Vi tror på, at vi skal støtte forældrene for at kunne hjælpe børnene. Vores vigtigste opgave er at hjælpe forældrene med at skabe de bedste rammer for det gode børneliv”,

*“Vores vigtigste opgave er at hjælpe forældrene med at skabe de bedste rammer for det gode børneliv”, forklarer Carina Bothilde Nielsen.*



forklarer børneterapeut Carina Bothilde Nielsen og tilføjer, at Mødrehjælpenes rådgivere er højt specialiserede. Til familieretlige spørgsmål er der juridiske rådgivere. For meget unge mødre findes der særlige grupper. Er der vold i hjemmet, har Mødrehjælpen også en indsats for det.

“Vi går meget op i at være en samlende kanal – det eneste sted, du behøver at gå hen for at få svar og overblik i en kaotisk situation”, siger Carina Bothilde Nielsen.

Mødrehjælpen har rådgivningshuse i de største byer. Dertil kommer rådgivning pr. telefon og chat, som er landsdækkende. Det hele er gratis. Og i dag hjælper Mødrehjælpen – trods navnet – også fædre i krise. ●

*Sisse Bachmann blev ramt af en livskrise, da hendes mand forlod hende, mens hun var højgravid.*

