

# Hestene hjælper Marie tilbage til livet



▲ For Marie Andersen har botilbuddet i Aale skabt nyt håb om et godt liv efter en meget svær periode med sygdom. Foto: Michael Svenningsen

◀ Marie Andersen har altid tegnet og gør det stadig for at finde ro og fordybelse. Foto: Michael Svenningsen



## FAKTA

### TEAM NORDAHL

Etableret i 2008 af Gitte Nordahl i Aale.

Team Nordahl Botilbud inkluderer hesteassisteret terapi og personlige udviklingsforløb til borgere i alderen 18-60 år med nedsat psykisk eller fysisk funktionsevne.

Målgruppen er mennesker med særlige behov, personlighedsforstyrrelser, opmærksomhedsforstyrrelser, angst, depression, stress, omsorgssvigt, forskellige former for overgreb og dobbelt diagnoser.

Team Nordahl har et dagtilbud, som også benytter hesteassisteret terapi til både unge og voksne.

23-årige Marie Andersen var endt på plejehjem. Nu er hun ved at finde vejen tilbage til livet, godt hjulpet af dyr og terapeuter på Team ordahl samt andre lokale kræfter.

## TERAPI

Elisabet D. Hyttel  
edh@hshfo.dk

**AALÉ:** Marie Andersen ligger i en seng på et nordsjællandsk plejehjem, et sted den 22-årige pige slet ikke burde være.

Men hendes hjemkommune har ikke vidst, hvad de skulle gøre med hende, efter hun i omkring ni måneder har været indlagt på hospitalet med en livstruende sygdom. Derfor har den unge kvinde nu i syv måneder boet blandt demente.

Hun kan ikke selv stå, men støtter sin over 185 kg tunge krop til en stor rollator. Begge hendes fø-

der er ubevægelige som følge af dropfod. Den blodforgiftning, der sendte hende på hospitalet, forårsagede en seks uger lang koma, og de mange måneder på hospitalet har svækket hendes ene arm og gjort hende næsten ude af stand til at bevæge sig.

Marie Andersens ting står i fire sorte plastiksække på gulvet i plejehjemsværelset. I værelset er en seng, et natbord med en flaske vodka på og så ellers intet.

Det er det syn, der møder Gitte Nordahl fra Team Nordahl i Aale, da hun i december 2017 kommer for at hente Marie Andersen. Team Nordahl er et bosted, der arbejder med at få unge med problemer som angst, lavt selvværd

eller traumer til at bliver klar til selv at mestre livet.

- Jeg vil betragte Marie som en levende død, da vi fik hende. Der var ingen øjenkontakt, hun var helt lukket ned, siger Gitte Nordahl, der har arbejdet med heste og dyreassisteret terapi i mange år.

## På plejehjem

Team Nordahl var blevet kontakttet af Maries hjemkommune, fordi kommunen havde fundet frem til, at hesteassisteret terapi kunne hjælpe den unge kvinde på fode igen. Kommunen og bostedet i Aale bliver i december enige om, at Marie Andersen skal til Jylland.

Gitte Nordahl plejer at mødes med de personer, der skal bo på

stedet inden ankomst, men det er ikke muligt i Maries tilfælde, derfor foregår første møde på det nordsjællandske plejecenter.

- Jeg var chokeret over at se, hvordan Marie sad på et plejehjem blandt 90-årige demente, så jeg klappede hende på skulderne og sagde: Nu skal vi hjem, fortæller Gitte Nordahl med et smil.

Marie Andersen gengælder smilet, for hendes livssituation er en helt anden, her 10 måneder efter hun første gang kom til sit værelse på gården, der ligger lige uden for Aale.

- I dag er jeg tryk, og jeg tror på, at jeg nok skal få et godt liv, siger Marie Andersen med stor overbevisning i stemmen.

Hun har tabt 40 kg, lært at gå igen og ikke mindst fået liv i øjnene og et smil på læben, som hun sidder der på en bænk i gårdmiljøet omgivet af islandske heste, der venter på en trækkekur, og hunde og katte, der villigt lader sig klappe. En forvandling, der næsten ikke er til at forestille sig.

## - Jeg var en zombie

Hendes opvækst er ellers opskriften på, hvordan man ikke får et godt liv. Hendes mor var narkoman og døde, da Marie var to år. Hun voksede op med sin far og blev udsat for overgreb, inden hun som 11-årig kom til en plejefamilie. Her gik det ikke meget bedre, men Marie Pedersen klarede

sig igennem det første år i gymnasiet.

Derefter blev traumerne for store. Marie Andersen, der viser billedet fra den tid af en smuk, slank pige, trostespiste, så vægten steg eksplosivt.

Det medførte sukkersyge og en rosen-infektion, der siden udviklede sig til den livstruende blodinfektion, der sendte Marie seks uger i kunstig koma.

- Jeg kan ikke rigtig huske, hvad jeg lavede, eller hvad jeg tænke i den periode. Jeg var bare en zombie, fortæller Marie Andersen.

Gitte Nordahl viser billeder af Marie, der sidder foran plejehjemmet på sin rollator med et udslukt blik i ansigtet. En stor kontrast til

kvinden i dag, der ser besøgende i øjnene og åbent fortæller om sit liv.

Vejen fra billedet på telefonen og til den, Marie er i dag, har været ekstremt krævende. Både for Marie selv og for personalet og de mennesker, der har været med i behandlingsforløbet.

## Dyr er nemmere end mennesker

Den første opgave for Team Nordahl var at få bearbejdet de traumer, som havde lukket den unge kvinde i.

Hun skulle lære at få kontakt med sine følelser og sanser igen. Team Nordahl bruger specialtrænede heste, hunde og katte i arbejdet med beboerne.



Gitte Nordahl (tv.) bruger både dyr og samtaler i arbejdet med Team Nordahl beboere, der kan kæmpe med problematikker som angst og lavt selvværd. Foto: Michael Svenningsen



Alle beboere har deres eget værelse på Team Nordahl. Billedet på væggen har Marie Andersen selv malet. Foto: Michael Svenningsen

← FORTSAT FRA  
FOREGÅENDE SIDE

- I Mariens tilfælde begyndte vi at arbejde med sanserne. Hestene var for store, så i første omgang brugte vi vores hunde, kaninerne og marsvin. Det gik ud på at få Mariens sanser i gang igen. Røre ved dyrene, mærke dem, se dem, fortæller Gitte Nordahl, der i gennem mange år har brugt heste og andre dyr som et led i terapien. Marie Andersen viser, hvordan hun kan trække en af de specialtrænede heste ud til folden. Gitte Nordahl går ved siden af for at være klar til at støtte, hvis Mariens ben

ikke kan mere. Sådan har de trænet hver dag i mange måneder. Halvvejs stopper de, og Gitte får Marie til at læne sig ind mod hestens side. Hun står og læner sig op ad det mælkehvide dyr og lægger hovedet mod ryggen, mens hendes krøllede hår flyder ud over hestens ryg. - Hvad gør det ved dig at mærke hesten på den her måde, spørger Gitte blidt. - Det føles trygt, siger Marie med et smil. Den 23-årige kvinde er blevet helt fortrolig med at aflæse hestens signaler og bevæger sig hjemmevant rundt, når hesten

skal strigles og have rensset hove. - Hemmeligheden bag den hesteassisterede terapi er, at hesten spejler den person, der går med den. For beboere her på stedet, der har svært ved menneskelig kontakt, fordi de ofte er blevet svigtet, er det nemmere at skabe en god kontakt til dyrene. Og dyrene spejler, hvordan de har det, så de kan lære noget om sig selv, forklarer Gitte Nordahl. I begyndelsen havde Marie hjælp døgnet rundt til alt lige fra personlig hygiejne til at styre, hvor meget hun spiste. Sideløbende fulgte rigtig mange samtaler for at få bearbejdet barndommens traumer. Og

langsomt begyndte Marie at åbne sig mere og mere. - Da Marie kom her, havde hun en skizofreni-diagnose og fik maser af medicin, men min tanke var, at det var traumerne, der var skyld i de symptomer, fortæller Gitte Nordahl. Hun fik derfor en lægekonference i stand, som løftede diagnosen af Marie, som nu heller ikke længere behøver at tage medicin for sin skizofreni. Den eneste medicin, hun tager, er for sin sukkersyge, som hun også har fået styr på. Hendes sukkertal er faldet betragteligt samtidig med, at vægten er faldet.

Næste skridt er en neurologisk undersøgelse, fordi sygdommen har gjort skader på nerverne i den unge kvinde ene ben og muligvis også andre steder. Marie Andersens fysiske handicap, især dropfod, var forholdsvist nyt for Team Nordahl at arbejde med, men fysioterapeuterne i Tørring Fysioterapi trådte til og hjalp med genoptræningen af nerver og muskler i benene. Dropfod kommer, når nerverne, der styrer foden, er beskadiget eller dårlige. Skaderne på Mariens ben er sket i forbindelse med indtrækkelsen på sygehuset, og genoptræningen går ud på at styrke

muskler og nerver, så hjernen igen kan styre fødderne. Marie kan nu gå uden rollator og bruger kun en krykke, noget der syntes som en umulighed for blot 10 måneder siden. - I dag kan jeg gå med en hest hele vejen rundt om folden, og målet er at komme op at ride, siger Marie Andersen med en overbevisning i stemmen, der afslører, at det mål når hun også. Selvom hun var svækket fysisk, havde Marie Andersen fra dag ét opgaver på bostedet. Hun skulle støvsuge i værkstedet og på gårdspladsen i det omfang, hun kunne, og siden har hun fået mere ansvar.

- Jeg er hønseansvarlig, fordi jeg er den eneste, der tør røre ved hønsene, så det er mig, der skal tage dem væk, hvis de ligger på reden, når vi samler æg ind, siger Marie Andersen med et smil. Hendes hverdag er sat i helt faste rammer med regelmæssige måltider og praktiske opgaver foruden store mængder af samtaler og de forskellige former for terapi. **Modeshow som næste udfordring** Gitte Nordahl beskriver Mariens fremskridt som fantastiske, men det har været og vil stadigvæk være en hård proces. - Jeg havde en periode i løbet af

sommeren, hvor jeg var lidt deprimeret og mistede lidt motivationen, men nu har jeg det helt godt igen, siger Marie Andersen. Hvor lang tid hun skal være i Aale, ved hun ikke, for ifølge Gitte Nordahl er der stadigvæk meget at arbejde med, selvom Marie Andersen er kommet langt. - Jeg ved, at jeg kommer til at have et godt liv. Jeg tager en dag og en udfordring ad gangen, siger Marie Andersen med eftertryk. Den næste udfordring har hun netop klaret. I onsdags gik hun modeshow i tøjbutikken Viola i Tørring og tog dermed endnu et skridt på vej mod et godt liv.

**Med kun én krykke kunne Marie Andersen gå modeshow hos tøjbutikken Viola i Tørring. For 10 måneder siden kunne den 23-årige kvinde kun gå støttet til en kraftig rollator. Foto: Michael Svenningsen**

