

# FRYSHUSET BERÄTTAR:

HÖRT PÅ FRYSEN:

Laddat, starkt, unikt  
och varmt — det är  
Forum för eldsjälar

LEO RAZZAK, MEDARBETARE ELEKTRA/SHARAF HJÄLTAR



**FRYSHUSET**  
FORUM FÖR ELDSJÄLAR

Föreningen Maskrosbarn, Aron Eriksson och Espen Bjordal är några av deltagarna i Fryshusets årliga konferens "Forum för Eldsjälar". Under tre dagar, 1-3 oktober kan du välja mellan 30 spännande seminarium och föreläsningar. Du kan dessutom besöka Torget där du träffar utställare från olika organisationer, mingla med föreläsare, träffa bidragsgivare och andra besökare från hela landet.

**Datum:** 1-3 okt

**Plats:** Fryshuset

**Anmälan och program:**

[www.fryshuset.se/forumforeldsjarar](http://www.fryshuset.se/forumforeldsjarar)

Mer information och priser finns också på hemsidan.

Oavsett vem du är, vad du jobbar med eller var du befinner dig i livet erbjuder Forum för eldsjälar tre höstdagar fyllda av kunskap, kontakter, inspiration och ny energi. Anmäl er nu – missa inte detta inspirerande tillfälle!

**Vid frågor kontakta:**

Projektledare Anna Kringberg

**Mail:** [anna.kringberg@fryshuset.se](mailto:anna.kringberg@fryshuset.se)

**Tel:** 08-691 74 76

Denise Madsen och Therese Eriksson började lyssna och stötta varandra. För att även hjälpa andra startade de föreningen Maskrosbarn

## Vänskapen väckte viljan att hjälpa andra

**T**herese Eriksson och Denise Madsen lärde känna varandra på gymnasiet. Men det var inte några vanliga gemensamma tonårsintressen som fick dem att bli kompisar. Båda hade växt upp med psykiskt sjuka mammor och började stötta varandra i sina upplevelser.

– Äntligen fanns det någon som förstod mig, säger Therese idag. För att hjälpa andra som går igenom samma sak startade Therese och Denise föreningen Maskrosbarn.

**Äntligen fanns det någon som förstod mig**

**Vi ville rädda världen**

– Att träffa någon med liknande erfarenheter som jag kunde prata med gjorde hela skillnaden, säger Therese. Trots att hon tidigare hade sökt hjälp från samhället hade hon inte fått något stöd. I vänskapen med Denise väcktes viljan att hjälpa andra s.k. glömda barn - barn till missbrukare eller psykiskt sjuka föräldrar. Därför startades Maskrosbarn.

**Vårt viktigaste budskap är att vi som har de här erfarenheterna inte ska skämmas eller känna skuld**

– Vi ville rädda världen! Först nu förstår jag hur naiva vi var men utan den övertygelsen hade vi aldrig kommit igång.

– Glömda barn möts av mycket fördomar och får inte den hjälp de behöver, det syns ju inte utanpå! Det vill vi ändra på. Maskrosbarn jobbar för att "glömda barn" ska få stöd från samhället och för att öka kunskapen om deras situation. Vi har också en stödverksamhet dit unga kan vända sig per mail och telefon för att få stöd och råd. Vi kommer även att starta en självhjälpgrupp för ungdomar.

**Motstånd och misstänksamhet**

Men i början möttes Maskrosbarn av motstånd och misstänksamhet, många trodde att Therese och Denise överdrev problematiken. Det pepade dem bara mer. De började föreläsa på skolor och Socialtjänstkontor.

– Vårt viktigaste budskap är att vi som har de här erfarenheterna inte ska skämmas eller känna skuld, och att de drabbade är vanliga människor som alla andra, säger Therese.

Den första kontakten med Fryshuset hade Therese och Denise när de just hade startat Maskrosbarn. Då när ingen annan trodde på dem fick de hjälp av Fryshusets präst.

– Hon pratade med oss och trodde på vår förmåga, det gav oss jättemycket kraft. Jag vet inte var vi hade varit i dag utan henne, säger Therese.

**Jag vill fortfarande rädda världen, men förstår nu hur mycket vi har att slåss emot**

Samarbetet med Fryshuset har fortsatt och i år föreläste Maskrosbarn tillsammans med Fryshuset under politikerveckan i Almedalen.

För att fortsätta väcka opinion och sprida kunskap kommer Therese och Maskrosbarn

även medverka i Fryshusets konferens Forum för Eldsjälur den 1 – 3 oktober. Hon är idag 21 år och har fortfarande ungdomens perspektiv på frågan, hon minns hur det kändes att träffa socialtjänst och kuratorer som inte förstod, och vad man kan göra annorlunda i mötet med utsatta barn och ungdomar.

– Jag vill fortfarande rädda världen, men förstår nu hur mycket vi har att slåss emot, säger Therese.

Läs mer på: <http://www.maskrosbarn.org>

MOA KESKIKANGAS

Hör gärna av dig till [city@fryshuset.se](mailto:city@fryshuset.se) om det vi skriver eller annat som du tycker, känner, vet eller tror. Fryshusets inslag i City finns också på [www.fryshuset.se](http://www.fryshuset.se)



Foto: Moa Keskikangas

Ledarskapsutbildningen handlar om att vända dåliga och smärtsamma erfarenheter till kompetens som kan hjälpa andra, säger Aron Eriksson, utbildare vid Fryshusets KunskapsCentrum

# Svåra erfarenheter görs om till kompetens

**D**e finns överallt, ungdomarna som inte "syns" men som märks genom att de aldrig finner ro i tillvaron, genom sin självdestruktivitet eller oförmåga att bli nöjda med sig själva, säger Aron Eriksson, utbildare vid Fryshusets KunskapsCentrum.

Aron pratar om ungdomar som har vuxit upp i dysfunktionella miljöer. I Sverige finns det idag omkring 300 000 ungdomar som vuxit upp i missbrukarhem eller andra dysfunktionella miljöer. Det innebär cirka tre barn i varje skolklass, i alla samhällsklasser.

– Alla ungdomsledare borde känna till hur man ska stödja dessa ungdomar, kunskapen är sorgligt eftersatt. fortsätter Aron.

**Ledarskap handlar överhuvudtaget inte om att hjälpa, utan om att stödja**

För att råda bot på detta utvecklade Aron tillsammans med Espen Bjordal, tidigare generalsekreterare på Ungdomens nykterhetsförbund (UNF) och Tollare Folkhögskola, utbildningen Ledarskap i kamratstöd, som ger unga redskap att hjälpa sig själv och stödja andra. Utbildningen blev på några år så efterfrågad att platserna inte räckte till. Därför har

den nu integrerats i olika sociala utbildningar på Fryshuset.

Aron jobbade själv tidigare inom Lugna Gatan i många år och har sett problematiken på nära håll.

– En del av ungdomarna i Lugna Gatan har den här bakgrunden, avsaknad av föräldrarelationer på grund av missbruk eller depression är vanligt. Många av dem bär på skuld och skam och är uppväxta med att tiga om situationen. De är präglade av barndomen, mönstren förs över från föräldrar till barn. Det kan leda till att de själva blir destruktiva på olika sätt. Men det kan också omvandlas till förmågor som kan komma andra till godo.

Aron fortsätter:

– Ledarskapsutbildningen handlar om just detta, att vända dåliga och smärtsamma erfarenheter till fördelar, till kompetens som kan hjälpa andra.

– Vi har lärt oss mycket av UNF: s sätt att arbeta med dessa ungdomar. De har ett sunt och öppet klimat där ungdomarna delar sina erfarenheter och stöttar varandra. Inom utbildningen gör vi på samma sätt, vi låter ledarna dela med sig till andra ledare, och unga dela med sig till unga.

Utbildningen går också ut på att deltagarna

får medvetandegöra sina egna dysfunktionella mönster och lära sig ta hantera dem.

**Man måste se upp med prestigen, det är osunt att hjälpa så mycket att man blir outhärlig.**

– Det är viktigt att granska sina egna relationsmönster. Målet för alla ungdomsledare borde vara att ungdomarna ska kunna stå på egna ben och inte vara beroende av ledarna. Man måste se upp med prestigen, det är osunt att hjälpa så mycket att man blir outhärlig. Ledarskap handlar överhuvudtaget inte om att hjälpa, utan om att coacha till förändring. Det går inte att förändra en person men man kan vara med och stödja processen. Men för att komma dit krävs en stor självinsikt. Det händer mycket med individerna under utbildningens gång och om någon behöver extra stöd finns det nätverk för krisbearbetning till hands.

Aron Eriksson och Espen Bjordal föreläser om sina erfarenheter på Fryshusets konferens Forum för Eldsjälar, torsdag 2 okt kl. 09.00. För mer info se rutan på motstående sida.

MOA KESKIKANGAS

**FRYSHUSET**

Huvudsponsorer är Vattenfall, Telia Sonera, If och tidningen City

**FRYSHUSET** är inte bara en mötesplats för många olika människor, det är också en idé som utgår från verksamheter inom Utbildning, Sociala projekt och Passionerade intressen. Fryshuset agerar där det finns behov. Vi är inte rädda för det som är nytt och okänt. Vi mobiliserar krafter där andra bara ser problem. Delar av våra verksamheter finns även i Göteborg, Malmö, Linköping och Uppsala. **Läs mer på [www.fryshuset.se](http://www.fryshuset.se)**



VILL DU STÖDJA FRYSHUSET? GÅ IN PÅ [WWW.FRYSHUSET.SE/STODFRYSHUSET](http://WWW.FRYSHUSET.SE/STODFRYSHUSET)