

... så bliver det smertefulde ligesom lidt fortyndet

Af Morten Eiersted, redaktør VI&HIV

En aften om måneden mødes en gruppe mænd på Skejby Sygehus ved Aarhus. Det har de gjort i snart tre år med hiv-rådgiver Tinne Laursen som tovholder.

Gruppen udgør i dag 12 mænd, som kommer fra forskellige dele af Jylland. Mændene er vidt forskellige, biseksuelle, bøsser og heteroseksuelle. Aldersmæssigt mellem 35- og 55 år. Nogle er i arbejde andre ikke. Men de har hiv tilfælles.

De mødes primært om det sociale samvær, for at høre og følge med i, hvordan det går hver især og for at fortælle, hvad de hver især går og tumler med for tiden. Møderne er bygget op om det sociale og udviklende. Der inviteres også oplægsholdere med, så deltagerne får ny viden om hiv, forskning, sund kost, motion og andre emner, som mændene ønsker viden om. Tirsdag den 10. marts var jeg inviteret med for at fortælle om, hvad der sker i hiv-miljøet og for at få indblik i, hvad en Mandegruppe for hiv-smittede mænd kan mødes om. Vi sidder i et te-køkken på Skejby Sygehus, og en af mændene fra gruppen har taget cateringmad med, som var til overs fra en buffet fra arbejdet. De forsikrer mig om, at det er mere almindeligt at de får pålæg, rugbrød, kaffe og te.

Kan I fortælle mig lidt om formålet med jeres mandegruppe?

- Formålet er at mødes med jævne mellemrum. Gruppen er egentlig ret fleksibel, fordi der er plads til at nye mænd kan komme til løbende. Vi har også talt om, at vi nu er kommet så langt med gruppen, at der faktisk er nogle af de ældre gruppemedlemmer, som kan blive coaches for opstart af nye grupper.
- I hospitalsvæsenet oplever vi jo hele tiden, at der kommer nye krav til. Det er spændende at se mandegruppen, som en form for udvidet terapiforum. Det gør faktisk en forskel at sidde over for andre og tale om ens problemer frem for at sidde alene over for en terapeut.
- Det gør en forskel at mødes med andre mænd, som er i samme situation som en selv. Det rykker på en anden måde, fordi man kan relatere til hinanden.
- Vi kommer fra forskellige egne af Jylland. Nogle kører langt, næsten 200 km. For at være med i Mandegruppen. Det kunne være rart om vi kunne få læge konsultation, når vi alligevel skal mødes i gruppen.
- På vores møder taler vi jo også om vores medicin. Men vi har også haft besøg af en diætist, som har talt om kost, og hvordan vi kan leve mere sundt.
- Jeg tror, at det, at vi sidder sammen, giver en større effekt. Vi tager hver især forskellig viden med, og det fører samtalerne hen forskellige steder.
- I en periode arbejdede vi med forandringer, som vi kunne ønske os ske i vores eget liv. Det var spændende at følge med i hinandens proces og det hjalp til at man selv turde arbejde videre.

Hvordan er det at være med i gruppen. Kan det ikke være svært stadig at være fortrolige, når I nu er blevet så mange i gruppen?

- Jeg tror, der automatisk opstår en åbenhed, efterhånden som man har deltaget et par gange.
- Det handler om at fortælle sin historie. Når man har lagt kortene på bordet, så er man ligesom kommet et stykke videre. Så har man åbnet sig over for andre.

- For mig har gruppen været en form for træning i at fortælle min egen historie.

At få snakket om det og forstået det?

- Ja, at få snakket om det, forstået det og ikke mindst accepteret det.

- For mig handler den her gruppe om at få viden om hiv. Jeg vidste ikke særlig meget til at begynde med, men nu har jeg efterhånden fået en del mere viden.

- Jeg oplever mere, at det for mig er vigtigt at placere mit hiv et sted. Her hjælper samtalerne i Mandegruppen mig. Ud over Mandegruppen fortæller jeg jo ikke andre, at jeg er smittet.

- Hiv har fyldt utrolig meget i mit liv, jeg har gået og været fyldt op. I Mandegruppen har jeg et sted at være med hiv.

- Jeg tror, at det vigtigt at forstå, at man kan være, som man er. Der er ingen rigtig eller forkert måde at være på.

Så I tackler hiv meget forskelligt?

- Ja, det gør vi. Vi er egentlig meget forskellige. Nogle lever mere åbent end andre, nogle lever i fast heteroseksuelt parforhold, nogle er msm (mænd der har sex med mænd) og andre lever uden partnere.

- Ved at høre om andre kan vi inspireres til at tænke over vores eget liv. Vi kan høre noget, og tænke på, at det kan vi godt selv bruge i vores eget liv, og har jeg fat i noget af det rigtige her for mig.

- Vi oplever forskellige ting, vi har forskellige udgangspunkter og vores problemer er opstået på forskellig vis. Vi befinder os også på forskellige stadier, men det er ikke noget, der er endegyldigt.

- Nogle gange bliver jeg da også spurgt om af andre kolleger, hvordan så forskellig en gruppe af mænd kan mødes og have noget tilfælles.

Hvad svarer du?

- Jeg siger, at det også undrer mig ind imellem, men jeg tror, at mænd har godt af at mødes som mænd, selv om jeg nu sidder her som kvinde. Men mænd har en mere kontant måde at tale sammen på, når de ikke sidder sammen med kvinder. De kan spejle sig i hinanden på forskellig vis, og de oplever, at de faktisk har meget tilfælles som mænd på trods af seksualitet, forskellig beskæftigelsesbaggrund mv. De har alle oplevelser med i bagagen, som er svære. Men ved at høre og genkende det ved hinanden, så bliver det smertefulde ligesom lidt fortyndet.

- Mændene i denne gruppe har givet hinanden ord på, at det der tales om i gruppen, bliver i gruppen. Der er skabt tillid og accept af hinandens forskellighed. Den gensidige respekt gør, at mændene får mod til at være bundløst ærlige. Og når man tør at være sandfærdig overfor sig selv og andre, kan det give grobund for udvikling. Det er så stort at få lov til at være tilskuer til at opleve.

Når I nu er så forskellige (og alligevel ens), hvordan er det så som ny at komme ind i gruppen?

- Det er min anden gang nu, jeg fik at vide, at jeg har hiv i slutningen af 2014. Jeg er begyndt i denne gruppe, fordi jeg fik det anbefalet af min læge. Jeg føler mig tryk, det betyder noget for mig, at det er Tinne, der er tovholder.

- Jeg har ikke fortalt så meget om mig selv endnu. Jeg er ikke nået dertil. Men indtil videre har jeg taget det easygoing (stille og roligt). Jeg er kommet samtidig med en anden, der også er relativ ny til hiv.

- Vi tackler det meget forskelligt. Når vi mødes, kan vi f.eks. tale om, hvem der skal vide, at man har hiv, og hvorfor det er vigtigt.
- For mig er Mandegruppen et pusterum med indhold med de forskellige foredrag. Jeg går i øjeblikket til psykolog, og der er mange ting, som der er ved at blive åbnet for. Jeg ser ind i mine reaktionsmønstre, og forstår mig selv på en ny måde. Der sker meget for mig for tiden, så jeg nyder disse pusterum.

Er der så et tidspunkt, hvor man forlader Mandegruppen?

- Det har der ikke rigtig været for mig. Det har udviklet sig sammen med mig, og jeg bruger måske samværet i Mandegruppen på en anden måde nu.
- Der er nogle enkelte, som er flyttet og derfor ikke længere har kunnet komme og deltage i møderne. Men vi er ligeså langsomt vokset i størrelse.
- Vi sidder udelukkende blandt hiv-smittede mænd, det fællesskab er noget særligt for mig.
- Og det er kun mænd, alle seksualiteter vel at mærke.
- Det er hiv, som har ført os sammen.
- Det har i hvert fald betydning for mig, at jeg har tillid til tovholderen.
- I gruppen er vi nok lidt mere direkte, men samtidig også omsorgsfulde.

Interviewet ebber langsomt ud, og vi går over til spisning. Efter spisning taler alle rundt om bordet om sig selv og aftenen tager langsomt form af hyggeligt samvær om mad i vennelag.

Er du blevet interesseret i at vide mere om Mandegruppen, om der måske også er en plads til dig, så skriv til hiv-rådgiver Tinne Laursen på Tinne.Laursen@auh.rm.dk