

Børn til misbrugere.

Børn af misbrugere er svære at hjælpe, eller rettere – er svære, at få lov til at hjælpe. Det kræver behandlere med menneskelig indsigt og storsind - samt megen psykologisk viden.

Vi børn - er mennesker, der er vant til at få pålagt - urimelige krav og opgaver. Vi er mennesker, som har oplevet tonsvis af smertefulde afvisninger. Ikke mindst af de personer, som i barndommen betyder mest i børns liv – vores forældre. Men også af de andre voksne vi har mødt.

Dette betyder at vores medfødte naturlige tillidsfuldhed, er blevet taget fra os - af netop - de voksne.

Dette har været meget vigtigt for mig at gennemskue. Fordi – det sætter virkelig mit liv i perspektiv, i forhold til andres opvækst og oplevelser. Disse mange svigt - er en af hovedårsagerne til, at jeg er anderledes og hele livet har følt mig – anderledes og forkert.

Vi er mennesker, som ikke bliver set og derfor ikke føler os som selvstændige individer.

Dette igen – har været noget af det mest pinefulde - jeg har lært - at gennemskue sammenhænge i. Og det gør stadig ondt.

Ikke - at blive set, som min egen person, med egne behov og følelser, har for mig betydet at jeg ikke eksisterer. Jeg er ligegyldig. Jeg er ikke!

Min navlestreng bestod af ambivalens. Jeg ønskede, men turde ikke gå.

En stor frihedstrang, hvor angsten for at gøre hvad alle andre gjorde - nemlig svigtede – holdt mig tilbage.

Angsten – for at svigte - kan vi – børnene - ikke overvinde. Hvordan skulle vi kunne? Det er jo den største af vores egne smerter.

Jeg har aldrig været i tvivl om, at min far – alkoholikeren - havde brug for hjælp. At han havde mistet kontrollen over sit liv, til alkohol. Hvis jeg mistede grebet og ikke var stærk nok til opgaverne. Hvis jeg ikke hjalp. Hvis jeg gik - var der ingen tilbage til at holde sammen på familien.

Det var tydeligt, at ingen ønskede at se vores problemer. Så jeg forsvandt ind i opgaverne. Mine behov blev symbiotiske med mine forældres og mine søskendes. Jeg fungerede som en katalysator. En robot der ikke følte noget. Der ikke tænkte eller stillede modkrav.

Ikke at blive set har også betydet, at jeg ikke har udviklet evnen til at mærke mine egne behov. Selv de mest basale som sult og søvn, har jeg ikke kunnet fornemme, i lange perioder af mit liv.

Jeg har direkte befundet mig i fare, uden at fornemme det. Kunne ikke genkende og erkende sammenhængen i episoderne af mit liv, hvor jeg var i klemme og det var farligt at være mig. Fordi mine erfaringer intet var værd. Jeg fik aldrig lov til, eller mulighed for, at fortælle om mine oplevelser. Jeg blev aldrig lyttet til, derfor var mine ord uden betydning. De havde ingen vægt. Når jeg en sjælden gang rebellerede og forlangte at blive hørt, eller overrumplede ved bare at tale løs, blev jeg kaldt løgner, eller latterliggjort. Mine oplevelser var det pure opspind.

Fordi jeg aldrig blev spurgt – Hvad, har du brug for? – Hvad, kan du lide? Hvad, føler du? - Hvad, mener du? – Hvad, tænker du? - Hvad, ønsker du? o.s.v. har jeg aldrig udviklet fornemmelsen af, at mine behov eksisterede – ej heller hvad de betød. Hvor vigtige de er, for et barns udvikling og et menneskes eksistens. Jeg anede det simpelthen ikke.

Jeg fik fortalt, hvad jeg skulle tænke – mene o.s.v. Hvis jeg ikke gjorde det rigtige, blev jeg straffet med mobning. Fra hele familien. Jeg stod op mod dem alle og blev latterliggjort. Alle mine fejl og mangler blev kastet i hovedet på mig. Eller rettere de fejl og mangler, min familie mente jeg havde. Det var mange.

Jeg var dum – tyk og fed – stædig – grim – løgnagtig og hysterisk. Det er blot et lille udpluk.

Disse sammenstød var direkte hadefulde. Jeg blev frosset ude og ikke talt til. Nogle gange i flere dage. Det var utrolig ensomt.

Jeg begyndte at fedte for min familie. Kunne simpelthen ikke holde tilstanden ud. Den eneste måde at gøre det på, var ved at føje mig. Lade mig nedværdige. Nedværdigede - mig selv.

Sådan manipulerede min familie, med min hjerne, indtil jeg mistede evnen for, at føle noget overhovedet. Jeg lukkede af og handlede pr automatik.

Ind imellem protesterede jeg igen, straffen faldt prompte. Jeg lukkede atter af.

Hvor mobningen ikke slog til fik jeg tæv.

Det er hændt, at jeg har stået imellem mine to søstre og de begge har tævet løs på mig. Eller den ældste af dem har holdt mig fast, mens min yngste storesøster bankede mig. Hun kunne nemlig ikke klare mig alene. Det betød intet i min familie. Sådan var vi bare. Mine forældre kunne se på, endda mere sig og først reagere, når vores larm irriterede dem. Ikke fordi vi slåssede 2 mod 1.

Jeg husker et tilfælde, hvor jeg havde skændes med min ældste søster. Hun jagede mig rundt i lejligheden. Jeg skulle have tæsk. Hun kunne ikke fange mig, jeg var hurtigere end hende. Hun blev irriteret, fordi jeg fortsatte med at drille, mens jeg løb. Vidste godt, hun ikke ville indhente mig.

Jagten gik, fra rum til rum. Hvis hun kom for tæt på mig, smuttede jeg under spisebordet og ud, på den anden side. Eller drejede bare rundt under bordet og fortsatte i samme retning, alt efter hvor hun var på vej hen.

På et tidspunkt blev hun virkelig rasende - hun kastede sig frem. Med sin udstrakte arm, kunne hun lige nøjagtig nå mig og hun hamrede en knytnæve ind i min ryg. Det slog fuldstændig luften ud af mine lunger og jeg kunne ikke trække vejret i lang tid. Der gik panik i mig. Jeg gispede efter vejret og søgte min mors hjælp. Det gjorde vanvittig ondt og jeg var bange. Jeg følte, jeg mistede balancen. Gik hen mod min mor med armene oppe, for at finde hjælp og trøst.

Min mor morede sig over mig. Hun mente jeg overdrev, og grinede højlydt, sammen med mine søstre. "Åh – lad være med at skab dig sådan," sagde hun. Den episode har brændt sig ind i mit sind.

Tit – når jeg tænker tilbage, kan jeg komme i tvivl om, om det jeg husker nu også er sandt.

Om jeg bare har drømt det, eller på anden vis har bildt mig det ind. Det var jeg jo vant til at få at vide af min familie og det blev hen af vejen også min egen måde, at tolke oplevelserne på.

Jeg tvivlede virkelig på, om min hjerne fungerede rigtigt. Eller drillede mig på en eller anden syg måde. Jeg oplevede ting der ikke foregik. Jeg var mærkelig.

Det virker så afsindig skørt og ondskabsfuldt. Jeg kan ikke kapere det med min forstand.

Men det er ikke drømme. Jeg har ikke andet at sætte i stedet!

Jeg blev set i sammenhæng med alkoholikeren - min far. Eller som en del af min mor, velegnet til bestemte opgaver. Det blev tidligt klart, at jeg ikke kunne have personlige behov. At mine meninger og holdninger var uden betydning.

Jeg skulle opføre mig på en bestemt måde. Være en bestemt person. Se ud som min mor mente, jeg skulle se ud. Tale og gebærde mig sådan som mine forældre havde

*brug for, jeg gjorde. Så vi kunne ligne alle andre "normale" familier. Selv min frisure bestemte min mor.
Jeg får hovedpine og kvalme af at tænke på deres magt.*

Mine forældre havde et elendigt ægteskab. Hvorfor valgte de, at bruge så mange negative kræfter på, at dominere og tilpasse deres børn, i stedet for at gøre noget ved disse problemer?

Lige nu er det mine følelser der taler, for min forstand ved udmærket godt hvorfor.

*Med mine følelser kommer jeg aldrig til at acceptere mine forældres kulde og ligegyldighed.
Ikke før vi får talt alt igennem. Og det vil aldrig ske. Jeg gør mig ingen illusioner.*

*Før vi får talt finder jeg ikke ligeværdighed, med min familie. Heller ikke retfærdighed for og accept af min person.
Før jeg har fået mulighed for at sætte mine ord, på mine oplevelser – min smerte og mine savn og føler, mine forældre virkelig får indsigt, ændres intet for mig. Jeg har behov for at min familie viser mig, at jeg er værd - at blive set. Fordi jeg eksisterer. Fordi jeg er.*

Mine sår - i forhold til min familie - kan ikke hele, så længe mine forældre ikke har vedkendt sig deres roller i mit liv. Så længe – de mennesker – der har forvoldt mig den største af alle mine smerter, ikke hjælper mig med at komme af med den, kan jeg ikke være sammen med dem.

*Dette har intet med had at gøre. Jeg ved, hvordan jeg bliver tolket.
Heller ikke med tilgivelse. Jeg har tilgivet.*

*Det betyder derimod for mig, at jeg vedkender mig mit liv – som det var, uden - at pynte på noget. Jeg ser demonerne i øjnene og kæmper mine kampe. Det er jeg nødt til, jeg er den eneste der kan og hvis jeg ikke gør det, bliver jeg syg igen.
Jeg har ikke råd til at blive syg mere. Det tror jeg ikke, jeg overlever.*

*Jeg tror der går et utal af voksne – sårede – børn af misbrugere rundt i DK, som gerne ville have modtaget en undskyldning, for deres forældres svigt og overgreb.
Blot ordet - undskyld. Er det urimeligt at ønske?*

Min far fik aldrig sagt undskyld. Da han døde, begravede jeg min smerte, sammen med ham. Den smerte som jeg – på det tidspunkt – var bevidst om. Det har givet mig en vis indre ro, i forhold til ham.

Senere – er der dukket mange episoder frem, fra min underbevidsthed, som jeg dengang ikke havde kendskab til. De bringer ny smerte med sig, som jeg så – efterfølgende – må bearbejde.

Jeg har 2 fotografier hængende, af min far. Et i stuen og et i entreen. Engang imellem stopper jeg op og taler, til hans billede. Måske lytter han – et eller andet sted? Hvis han gør, har han måttet lægge ører til lidt af hvert.

Disse følelsesudbrud, kommer kun, når jeg føler mig helt tryk. Når jeg er alene og tillader mig selv, at reagere. Jeg holder intet tilbage, alt hvad der ikke før er blevet sagt – råbt – skreget eller grædt ud, kommer i disse øjeblikke.

Jeg har lagt mærke til, at jeg aldrig berører fotografierne.

Med min mor, forholder det sig anderledes. Hun lever stadig. En sjælden gang, møder jeg hende i den indre by.

Vi kan gå - meget tæt - forbi hinanden. Hun genkender mig ikke. I mit stille sind, tænker jeg

”Hej mor. Håber du har det godt.” Uvilkårligt følger billederne af mine søskende med – dette møde fra min fortid. Jeg sender dem alle, en kærlig tanke og håber, de er sunde og raske og har et godt og lykkeligt liv.

Senere kan der komme følelser op i mig, som jeg må forholde mig til.

Det kan være en dyb – rolig – undre over, at mit liv, har formet sig, som det har. Jeg ryster – uforstående og vantro - på hovedet, mens spørgsmålene dukker frem. Mange spørgsmål, som bedst kan beskrives med 1 ord – Hvorfor?

En anden følelse, som er ubehagelig – men den er der – er afsky.

Jeg vil ikke gøre mig bedre, end jeg er.

Jeg tænker. ”Vor herre bevares,” eller ”Fy for helvede, Hvordan - kan nogen tillade sig, at behandle sine børn sådan?”

”Hvordan - kan nogen påstå, at elske sine børn og samtidig være så kolde og ondskabsfulde. Lukke helt af for, at se konsekvenserne af deres egne handlinger?”

”Så fulde af benægtelse?”

”Hvordan - kan kærlighed gøre så forbandet ondt?”

”Hvordan - skal et barn, kunne gennemskue voksne menneskers løgne og fordrejninger af sandheden. Undgå, at blive ødelagt, for livet?”

”Hvordan har jeg undgået det?” ”Hvis jeg da har?” Jeg aner jo ikke, om der gemmer sig mere, i min underbevidsthed, som endnu ikke har rørt på sig. Og jeg må tilstå, at min kvote, af styrke er ved, at være opbrugt.

Disse tanker og følelser, indeholder også – en dyb foragt – for samfundets måde, at håndtere problematikkerne på.

”Hvordan - er det muligt?” ”Det kan kun lade sig gøre, hvor alle andre er ligeglade!”

”Hvordan - kan mennesker lave lovgivninger - som skal sikre børns rettigheder - og alligevel bare skide på, om de fungerer i virkeligheden?”

”Hvorfor - tager mange mennesker uddannelser og ønsker, at arbejde med, deres medmennesker, og så bliver de iskolde og tænker mere på, hvordan de kan spare samfundet for penge?”

”Hvordan kan disse mennesker, læne sig tilbage og mene, at der er noget galt med mennesker som mig, ligeså snart de ikke kan finde ud af, at håndtere problematikken. Og hvorfor dygtiggør de sig ikke?”

”Hvornår – gider de høre på os, der har oplevet det - de forsøger - at gøre sig kloge på?”

”Med hvilken ret, mener de, at vide bedre?” ”Og hvordan - kan de tillade sig, at give mig ” gode råd” omkring mit liv?”

”Hvordan – kan nogen overhovedet mene, at dårlig hjælp og manglende indsigt – er hjælp?”

”Hvorfor – koster det mon, samfundet så mange penge?”

Og sidst, men bestemt ikke mindst – Hvad er der – i disse læger – psykologer – pædagoger – præster - skolelærere – socialrådgivere o.s.v. - som gør, at de lige netop har valgt, at arbejde med mennesker? Er der nogen, som tænker over det? Jeg ved godt, hvorfor jeg valgte mit arbejdsområde. Hvorfor gjorde du?

Jeg kan også føle savn og sorg og bare græde min smerte ud. Jeg isolerer mig og græder, til jeg er tom. Det letter.

Derefter fortsætter jeg livet, lidt klogere – lidt lettere.

Andre gange, har jeg direkte moret mig, over livets ironi og absurdhed. Følt den sorte humor skylle igennem mig og grinet, med en stor tung klump, i maven.

Mennesker føder børn og en af de første handlinger, disse nye forældre foretager sig er, at konstatere – dette lille væsen tilhører dem.

Selvfølgelig tænkes disse tanker ikke. Men en indre vished og tryghed om, at her bestemmer de -forældrene – betingelsesløst. Her er der ingen der blander sig, med mindre det står virkelig slemt til. Den tanke/følelse tror jeg på eksisterer.

Her stilles ingen krav til deres forældre kvaliteter – evner – motivationer eller hensigter. De kan gøre som det passer dem. De kan elske deres barn og behandle det med respekt - eller det stik modsatte.

De kan guide og støtte deres barn og dermed give deres ypperste til barnet, så det har alle mulige forudsætninger for, at udvikle sine medfødte, specielle evner og egenarter.

Eller de kan manipulere og forme barnet til, at blive som de har behov for og dermed kvæle alt, hvad der - for dem - er værdiløst.

Den største magt, tror jeg, er den magt mennesker får tildelt, når de bliver forældre. De fleste forældre behandler – gud ske lov – deres børn, ud fra en dybfølt kærlighed.

Hvorfor mon andre børn fødes – uden, at være denne kærlighed værdig?

Min familie kender mig ikke. De aner ikke, hvad der gemmer sig, inde i min person. De ønsker ikke at vide, hvad jeg indeholder.

Jeg tror ikke, nogen af de andre voksne turde spørge - hverken dem selv - eller mig, hvad der foregik. De vidste godt, at det var både forkert og skadeligt, for et barn. Men så længe jeg ikke selv kunne reagere, behøvede de ikke gribe ind. Jeg så vel ud til, at have det godt nok?

Jeg var fanget. Kunne intet foretage mig. Bare vente på, at møde en person, som evnede – ville og turde se mig. Jeg skulle blive 51 år, før denne person dukkede op, i mit liv.

Jeg plejer, at fortælle, at jeg er født 2 gange. Den 24. maj 1950 kom jeg ud, af min mors skød.

Min ældste søskende, min bror - døde den 28. februar 1999. Min far døde den 24. april 2000. Derefter udviklede jeg en depression.

Langsomt over flere måneder, modnedes min depression, indtil jeg ikke kunne holde på mig selv mere. Jeg kæmpede imod, som jeg var vant til, at bekæmpe mine egne følelser og tanker.

Denne kamp tabte jeg – heldigvis.

Jeg er overbevist om, at jeg kunne være blevet samlet op undervejs. Der var bare ingen, som kunne - eller ville se, hvor slemt det stod til. Derfor måtte jeg helt ned i dybet, af en månedlang depression.

Efter min depression og mange samtaler med en fantastisk psykolog, fandt jeg tilbage til livet.

Jeg blev født anden gang.

I dette liv, bestemmer jeg.

Jeg har tænkt mig, at bruge mine erfaringer til, at bryde tabuer og oplyse samfundet. Der er sagt og skrevet så utrolig meget usandt og floskelagtigt om mennesker, med en baggrund som min.

Så meget ligegyldigt pis, af andre mennesker, som synes de ved noget. Mange mennesker har udtalt sig, på vegne af min "slags." Det er nemt, fordi vi aldrig bliver spurgt og langt de fleste, har ikke energien til, at protestere. Jeg kæmper ensomt og rebellerer mod alt, hvad jeg finder forkert.

Aldrig mere, vil jeg lade mig manipulere med og bestemme over. Jeg fortæller min sandhed, også når den smerter. Jeg kan ikke andet.