

Bragt i Vejle Ugeavis onsdag den 21 november 2001.

Dette er den første artikel jeg har skrevet og den krævede virkelig af mit hjerteblod. Jeg havde det pisse dårligt og tudede hele tiden. Tillige med var jeg meget nervøs for reaktionen.

Det er jeg slet ikke mere, når jeg skriver. Det er faktisk udelukkende positiv kritik jeg får. De der er uenige med mig, vælger åbenbart at tie.

Alkoholikerens datter.

Fra første dag følger børn deres forældres liv. Tillidsfulde, uden spørgsmål, uden tvivlen. Forældrene er børns idealer, som de ser op til, er stolte af og loyale overfor. Intet barn bliver født med forventningen om, at det ikke er velkommen. Eller at det vil blive gjort fortræd. At det er i vejen og uønsket.

Hvilke redskaber forældrene er udstyret med, hvordan de tackler konflikter og problemer, fungerer som forbillede for, hvordan børnene senere håndterer deres liv.

Intet barn bliver født forberedt på, at dets forældre ikke kan varetage deres ansvar.

Om de er i stand til at elske barnet, spørger ingen om.

Generation efter generation giver vi i arv, hvad vi selv har arvet. Bevidst som ubevidst – ønsket som uønsket. Sådan bliver vi mennesker præget til livet. Intet barn ved fra fødslen, at forældrene oftest ikke har gjort op med deres arv. Det sker – hvis det sker – noget senere i livet, for de fleste.

Nogle forældre lærer deres børn at være åbne for nytænkning og giver plads til personlig udvikling. Andre har ikke disse ressourcer og betragter selv det mindste skridt i selvstændig retning, som forræderi og foragt for familien.

Intet barn kan fra fødslen vide, at familien har visse uskrevne regler der skal efterkommes. Regler, der sikkert ikke kan forklares, det er bare sådan!

Der hvor jeg voksede op, var det almindeligt at have en forældre der drak. Børnene tilpassede sig misbrugerfamilien og tav om deres egne behov. Intet barn har fra fødslen bare den mindste chance, for at kunne forstå hvad det bliver født ind i.

Det var en tid hvor sætningen: "Din vilje sidder i min bukselomme" var virkeligheden. Det var også en tid, hvor der ikke blev stillet spørgsmålstejn ved, om børn skulle afstraffes korporligt eller ej. Og jeg kan da slet ikke mindes, at man diskuterede, om børnene kunne tage skade af tæsk. Gad vide, om der overhovedet var nogen der tænkte sådan?

Min vilje er tæt forbundet med mine tanker og ønsker, og det fører til selvstændighed i sidste ende. Mine tanker var jeg nød til at gemme. Fordi jeg tænkte ikke som de andre, mente jeg. Og derfor blev der ikke sat ord på.

At tænke anderledes blev straffet med mobning eller tæv. Engang imellem smuttede der et ord ud af min mund, som min familie reagerede på, ved at fortælle mig hvor dum jeg var. Hvis jeg så blev vred, fik jeg betegnelsen hysterisk. Hvis jeg tav men nægtede at give mig, var jeg stædig. Det eneste jeg kunne finde ud af, var at gemme mig i mig selv.

Det er som om pædagogik og psykologi først blev opfundet i 60'erne!

Når vi blev slået, var det ikke bare et klap bagi, det grinede vi jo nærmest af. Nej – vi fik rigtig tærsk. Og det var helt naturligt. Jeg har aldrig set nogen gribe ind. Vi har tit været bange for at gå hjem, fordi vi vidste, der var lagt op til øretæver.

Det var ikke altid vi vidste hvorfor vi fik dem. Nogle børn blev slået af deres far, når han var fuld. Min far slog kun, når han var ædru. Men et fællestræk var, at de slog.

Os det gik ud over, vidste godt det var forkert. Blot forstod vi ikke hvordan. Jeg tror det blev noget meget personligt for hvert enkelt barn. Noget så personligt og privat, at det nærmest var utænkeligt at sætte ord på og sige det højt. Det blev kun nævnt, hvis vi stod i en situation, hvor det blev tydeligt for andre.

Nedværdigende vold.

At blive udsat for vold, er for mig det mest nedværdigende jeg har oplevet. Det gør ondt at blive slået og det får tårerne frem. Men det er intet at regne i forhold til, hvad jeg følte og tænkte.

Folk siger børn af alkoholikere skjuler deres forældres misbrug og skammer sig over det. Det var ikke helt sådan, jeg tænkte. Jeg forsøgte at skjule, hvad jeg følte. Nemlig – at jeg skammede mig over ikke at blive elsket.

De få voksne jeg betroede mig til og bad om hjælp, svigtede alle sammen. De valgte alle – uden undtagelse, at se den anden vej. Så det forekommer mig som en hån, når jeg gang på gang hører andre mennesker sige, at det er børnene, der skjuler noget.

Jeg tog skade på min sjæl. Min opfattelse af mig selv som intet værd, dannede grobund for selvforagt og selvhad. Men det kan vi mennesker ikke holde ud af vise hinanden, med mindre vi står overfor en, der selv er åben med sine problemer. Så jeg blev vred i stedet for.

Vrede indeholder energi. Vreden fik mig til at reagere! Var jeg ikke blevet vred og havde vendt mine følelser indad, var jeg sikkert blevet sindssyg, som nogen af dem jeg voksede op med, blev det.

Vreden gav mig mod. Mod til at trodse min angst. Modet blev min styrke.

Når jeg var uenig med andre, hjalp den mig til at bevare min opfattelse af tingene. Modet hjalp mig også til at klare de barske oplevelser, når jeg hentede far hjem fra hans drukture.

Mange af de børn, jeg voksede op sammen med, fandt ikke modet i dem selv. De er i dag misbrugere. Det gør ondt at tænke på, hvem de var og hvad de er blevet til. Et par stykker har begået selvmord, eller er døde af en overdosis.

Min vrede blev en energikilde til at finde mod og styrke, til at bevare min identitet. Men den skabte også afstand til andre, fordi de ikke forstod hvor den kom fra. De forstod ikke, at jeg ikke havde overlevet, foruden min vrede.

Ikke elsket.

I dag ved jeg, at jeg ikke blev elsket af mine forældre. Min far kunne umuligt elske mig og gøre mig så ondt samtidig.

Min mor ville ikke have været i stand til at se den anden vej i så mange år, hvis hun havde følt kærlighed til mig.

Jeg tror ikke på, at det kan være så fysisk og psykisk pinefuldt, at blive elsket!

Når jeg tænker tilbage, ser jeg min opvækst i et nyt lys. Jeg ser mere klart, synes jeg, og er ikke mere så påvirket af, hvordan andre har oplevet episoderne. Jeg ved, hvad jeg så – og jeg ved, hvad jeg hørte. Og i dag ved jeg også, hvad ordene projektion og neglect betyder. Det er ord, jeg fortrinsvis er stødt på som medicinske betegnelser. Men tro mig, de har deres berettigelse i dagens Danmark.

Manipulationen fandt sted i min familie, hvor jeg fik at vide at tingene ikke var sådan, som jeg oplevede dem. Men jeg ser også manipulationen i samfundets opfattelse af misbrugerne og deres pårørende.

Alle har en mening og en holdning til problematikken. Men hvem ved noget?

Jeg har oplevet læger og sagsbehandlere, som jeg har opsøgt i forbindelse med sygdom, hvis opgave det er at hjælpe mig videre. Men de ved ikke hvem jeg er og hvor jeg kommer fra. Således føler jeg, at det bliver min opgave at oplyse dem, fordi ellers bliver jeg igen manipuleret med.

De sætter ord på mig, i deres statusbeskrivelser og resumeer, som jeg føler, er helt hen i hampen. En læge vil have mig i arbejde hurtigst muligt. En anden mener jeg skal revalideres. Jeg skal have et arbejde, der ikke vækker mine følelser.

Jeg har knoklet med disse følelser, og har brug for at mærke dem, for at kunne komme videre. Gad vide – hvornår de hører, hvad jeg mener?

Skyggesider.

Jeg er ikke bange for at mærke mig selv, og følelserne kan jeg kun undgå, ved at blive sindssyg, eller starte et misbrug. Og jeg har for mange år siden truffet beslutningen om, at det gør jeg ikke!

Jeg ved, at for at have en fremtid må jeg dykke ned i fortiden og samle alt det op, som jeg har ladet urørt.

Ingen fremtid uden fortid. I hvert fald ikke for mig!

Jeg har sgu betalt for mine erfaringer og dem slipper jeg ikke, også selv om de er anderledes end de fleste andre menneskers.

Jeg må se dem i øjnene, konfrontere dem og gøre op med de gamle oplevelser. Ellers vil de forfølge mig resten af livet. Jeg tror på, at jeg bliver stærkere af processen. Derfor vælger jeg – bevidst om smerten – at føle!

Projectionen ser jeg i bl.a. alle de floskler, der er bygget op omkring misbrugerne og deres familier.

Her tænker jeg på sætninger som ”De små voksne” – ”De usynlige og glemte børn” – og at ”Børnene skjuler misbruget og skammer sig.”

Jeg oplever mennesker sige sådan, nærmest i selvforsvar, fordi de er bange for at se samfundets skyggesider, i deres ellers så velordnede tilværelse. Og ved at hæfte disse floskler på os, undgår de at se eller tænke på, hvad børnene til dagligt står model til. Næmlig fysiske og psykiske overgreb ingen – heller ikke behandlerne – kan holde ud, at blive konfronteret med!

Men for mig og mange andre, er det sådan vi kender livet!

Da det ikke har været muligt for mig, at finde mennesker, der kan rumme min virkelighed, har jeg gemt den i mit sind. Men gemt er ikke glemt og nu hvor jeg tillader det, kommer alt til overfladen

Kan ikke tie mere.

Jeg byder det velkommen, i forvisheden om at tiden er inde til, at jeg bryder et tabu, måske også god opdragelse og almindelig etik og moral?

Ikke fordi jeg har modet til at så frem. Jeg gør mig mange tanker om, hvordan det jeg skriver vil blive modtaget. Men jeg er nødt til det, fordi jeg ikke kan tie mere.

Der er mange børn, der vokser op ligesom jeg. Børn der kunne være mine børnebørn, min opvækst har ikke røvet min forstand, men det er lige før, tanken om disse børn gør det! Og jeg synes der er så inderligt forundrende, at disse børn også er "De små voksne" – "De usynlige og glemte børn." En gruppe børn, man i behandlerkredse, endnu ikke har fundet ud af, hvordan man kan hjælpe.

Er det kun mig, der synes det er tankevækkende?

Hele livet har jeg været en rebel. Jeg har været en fremmed, i min familie og egentlig også i samfundet. Fordi, jeg er datter af en alkoholiker.

At vokse op i en familie med misbrug, har for mig betydet:

En barndom - uden ret til integritet.

En ungdom – uden mulighed for løsrivelse og personlig udvikling.

En opvækst – uden nærvær og kærlighed, uden krav på mit eget liv.

Min far var omdrejningspunktet i familien - når han drak – fordi han drak!

Vi var bekymrede over, hvor han var – hvem han var sammen med – om der skete ham noget osv.

Når han ikke drak, fordi – hvornår ville han drikke igen? Kommer han hjem i dag eller ej? Osv.

Fantomet alkohol styrede os alle sammen. Vores tanker – Vores ønsker – Vort samvær. Alting var afhængig af fars druk.

Far var i fokus.

Vi elskede misbrugereren i vores familie og tænkte altid først på ham. Jeg nåede aldrig længere med min empati, end til dem der så ud til at lide mest.

Mine forældre var begge afhængige, min mor af min far - og han af alkohol. Når vi talte med hinanden, endte det med at blive en snak om far. Jeg kender ikke mine søskende i dag, fordi vi aldrig blev hinandens samtaleemne.

Det far foretog sig var i fokus, det handlede altid om, hvad vi skulle gøre og hvor synd det var for mor. Mit følelsesliv handlede om alle de andre, ikke om mig selv, der var ikke plads til mig.

Alt efter hvordan vi reagerede, fik vi rollerne tildelt. Jeg var handlingens "mand" der ikke turde tillade sig at blive bange, så ville jeg miste kræfterne til opgaverne.

Alle mennesker har ansvar for sig selv. Uanset om vi forstår det – om vi ønske det eller ej, må vi leve med konsekvenserne af vores valg. Alt for let overlader misbrugereren sit ansvar til andre og alt for hurtigt tager vi imod dette ansvar, fordi vi er i stand til at elske!

Hvis du – ligesom jeg, troede du var alene, vid – det er du langt fra. Du ved det sikkert for længst, inderst inde, men tør måske ikke føle det? Jeg tør heller ikke, når jeg skal være ærlig, men jeg kan ikke lade være mere.

Vid du har ret til dine følelser, og vid du tænker ligeså klart som andre. Hold fast ved det du fornemmer og det du tænker – det er en del af, hvem du er.

Tillad ikke noget menneske, at manipulere med din forstand. Heller ikke dem der siger, de elsker dig.

Betalt prisen.

For mig er der ingen vej tilbage, jeg har betalt prisen for min fortids uansvarlighed. Hvis jeg gik derhen igen, ville jeg ikke leve ret meget længere. Og hvis jeg skulle fortsætte med at leve i fornægtelse og løgn, ville jeg blive sindssyg.

Min far skulle dø, før jeg kunne se klart. Jeg var psykisk bundet til misbrugeren og håbede hele livet på, at han ville vise hvad han indeholdte - udover alkoholikeren.

Længslen efter hans kærlighed og accept levede i mig, selvom jeg ikke så ham i mere end ti år.

Trods fysiske og psykiske overgreb, elskede jeg ham.

Selvom han var grænseløs egoistisk, elskede jeg ham.

Han sagde, han hadede mig, jeg gav ham min kærlighed til gengæld.

Først nu forstår jeg, at hans misbrug ødelagde hans følelsesverden.

Jeg tror på, at trangen til alkohol var så stærk, at min far ikke havde noget reelt valg. Hvis jeg var et offer, var han det også. Inden alkoholen gjorde ham utilregnelig, så jeg det i ham. At han led. Men der var ingen, der kunne hjælpe ham.

Ingen af os – de pårørende – magtede at sige fra. Vi var fanget i et uhyggeligt psykologisk drama, hvor vores hjerner blev manipuleret.

Intet var som jeg troede det var. Og dog – var det lige præcis det, det var. Min hjerne tænkte skræmmende klart.

Hvorfor var der ingen, der hjalp mig til mine rettigheder som menneske?

Var min opfattelse af mig selv også andres opfattelse af mig?

Var jeg virkelig ikke værd at elske – fortjente jeg ikke kærlighed?

Hvis du kan bruge mine ord – tag dem! Er der noget af det jeg skriver, der får dig til at stoppe op, fordi du genkender det i dig selv, så smag på ordene. Vej dem frem og tilbage, og tag hvad du kan bruge. De er skrevet til dig!

Kærlig hilsen

Bodil.