

Lina:

Mit navn er Lina og jeg er barn af en alkoholiker. Havde du mødt mig for et par år siden, ville den sætning have været næsten umulig for mig at skrive, men sådan er det heldigvis ikke i dag. For godt et år siden valgte jeg at afbryde kontakten med min far, da jeg ikke kunne holde hans misbrug ud længere. Jeg har stadig ikke kontakt med ham og det er sådan det må være.

I april 1995 kom jeg til verden. Jeg var og blev eneste barn af to midaldrende voksne, der var bosat i Århus. Her blev vi boende de første to år af mit liv, hvorefter vi flyttede til Sjælland, da min far havde fået job der.

Da jeg var fem år gammel, fik min mor konstateret brystkræft for første gang. Til at starte med forstod jeg ikke rigtig hvad det egentlig var min mor fejlede, men jeg forstod, at situationen var alvorlig. Selv den dag i dag føles det som om, at min mor var syg gennem hele min barndom. Ikke fordi hun hyklede – jeg har aldrig set nogen kæmpe så brødt – men fordi det bare var en lang og sej kamp. Jeg har ikke noget kronologisk billede af situationen, men jeg kan tydelig huske når hun tog sin paryk på, satte det falske bryst på og de gange jeg besøgte hende på hospitalet. Sidstnævnte er et af de billeder fra min barndom, der fremstår tydeligst.

Jeg var et meget stille og genert barn og jeg har lige fra fødslen været meget tæt knyttet til min mor. Det var skrækkeligt at se hende være syg, og at vide at hun kunne dø. Det er en frygt jeg stadig har.

Da jeg gik i anden klasse blev min far indlagt med en blodprop i hjertet. Et par dage efter at han var kommet hjem fra hospitalet, skulle min mor igen opereres for hendes kræft. Det var en meget kaotisk tid og vi var ikke ret langt inde i min mors sygdomsforløb før jeg forstod, at der også tilfaldt mig et stort ansvar for at få dagligdagen til at hænge sammen. Det var ikke et valg jeg tog, men en helt naturlig del af det liv vi levede.

Da jeg var 10 år gammel flyttede vi til en ny by, hvor jeg, selv om jeg prøvede, aldrig rigtig faldt til. De barske oplevelser jeg allerede havde været igennem, gjorde mig ældre end de andre børn og jeg var så vant til at være en lille voksen, at jeg ikke kunne forvandle mig tilbage til at være et barn igen.

Min far har altid godt kunnet lide et glas, men i årene herefter begyndte hans misbrug.

Grundet mobning valgte jeg at tage min niende klasse på efterskole og det er en af de bedste beslutninger jeg nogensinde har taget. Den sidste tid i folkeskolen var ubehagelig, men da jeg kom på efterskole skulle jeg ikke længere undskylde for hvem jeg var. Jeg fik plads til at være Lina. Det gav mig samtidig et sted at søge hen, når jeg ikke kunne holde min fars misbrug ud længere.

I slutningen af mit efterskoleophold fik min mor brystkræft igen og midt i sorgen var vi faktisk en familie der bekymrede sig om hinanden. Heldigvis undgik hun denne gang kemoterapi og et halvt år efter var min mor rask igen. Få uger efter dette startede jeg i gymnasiet. I december samme år fik min far en by-pass operation. I de første måneder efter operationen gik det fint, men herefter vendte alt tilbage til det normale og han fortsatte sit drikkeri.

Min fars alkoholmisbrug har været svingende fra periode til periode. Der er perioder hvor han drikker meget og perioder hvor han holder sig helt fra alkoholen. Det kører efter rutinen, at han drikker i et stykke tid, hvorefter min mor og jeg har påpeget det over for ham. Det plejede han at

forstå og derefter holde sig helt væk fra al alkohol i et stykke tid. Denne type pause holder bare aldrig og når han vender tilbage til at drikke, er det altid værre end da han stoppede. Hver gang han begynder at drikke igen, bruger han altid undskyldningen at han overhovedet ikke har drukket i en periode og tager det som en selvfølge, at så var der intet galt i at drikke og han kan sagtens stoppe helt, hvis han ville. Problemet er, at det hverken kunne eller kan han.

Misbruget tog langsomt en større og større del af ham og i dag udgør misbruget og hans arbejde det hele af ham. Det var kun under både min mors og fars sygdomsforløb, at han befandt sig mentalt i samme rum som os andre, ellers er han væk. Han befinder sig i sin egen verden, og hvor det bør være ham der skal indstille sig på at være en del af en familie, er det i stedet blevet min mor og jeg der dagligt måtte håndtere hans mentale fravær. Jeg kunne godt håndtere dette fravær, men det jeg fik i stedet var en indebrændt ”far” der på hverdagsaftener sad og råbte af fjernsynet i fuld tilstand. Det kunne jeg ikke håndtere. For mit vedkommende resulterede det i, at jeg distancerede mig mere og mere fra min far og jeg var vred på ham – hele tiden stort set. Jeg kunne sagtens stå op om morgenen og vrisse af ham, for mens han slet ikke opfattede hvordan hans opførelse egentlig var, så var jeg ikke i stand til at glemme det. Jeg kunne ikke acceptere eller tilgive, at han ødelagde så meget for os – og han sagde ikke engang undskyld! Han gjorde intet for at rette op på sine fejl og han forstod ikke og det gør han stadig ikke, hvor meget han har såret min mor og jeg hver gang han har drukket sig fuld og opført sig upassende. Det var værst til jul og nytår. I størstedelen af min levetid, har vi holdt dem med mine morforældre og min tante, hvilket fungerede godt da jeg var barn. I de sidste 5-7 år er det i stedet blevet til et sammenligningspunkt for min fars misbrug, det er blevet værre for hvert år der er gået. Han drak sig altid godt fuld og var ubehagelig at være i nærheden af. Han plejede fx at blive rigtig glad for min tante, hvilket han bestemt ikke lagde skjul på, også selvom min mor og jeg var til stede. Det der først havde været en glæde over den forestående jul blev til skepsis og senere frygt. Den sidste jul vi holdt sammen blev han meget fuld lillejuleaften. Han var så fuld, at han ødelagde den stol han sad på og var frygtelig at være i stue med. Senere på aftenen, mens min mor og min tante var ude med hunden og min morfar småsov i en stol, ville jeg hjælpe ham hen til trappen, så han kunne komme i seng. Selvom han nærmest ikke kunne stå på sine egne ben, lykkedes det ham at slå ud efter mig og sige ”Piss off”. Jeg var kvalm over at skulle være i stue med ham de næste dage og meget sur på ham – hvordan kan nogen også forvente at jeg skulle være andet? Min mor kommenterede nærmest kritisk min opførsel overfor ham, men da jeg fortalte hende årsagen, måtte hun trække sine udtalelser tilbage. På det tidspunkt havde jeg mistet al respekt for ham og jeg brugte resten af juleferien på at søge efter en lejlighed og skrive jobansøgninger.

Jeg fandt en lille notesbog hvor jeg en aften har skrevet om nogle af de følelser, der fulgte med hans massive druk. Dette er hvad der stod:

”Hvis du virkelig elsker min mor og mig, så forstår jeg ikke hvordan du kan gøre dette mod os. Du har så meget værdifuldt, men det bliver du ikke ved med at have hvis du fortsætter på denne måde.

Det er den 23. december og jeg kunne ikke glæde mig mindre til i morgen. Jeg frygter det ikke, men jeg er bange. Ikke for dig, men for den skade du kan forvolde mor. Du kan ikke længere

gøre mig noget. Jo, jeg kan græde, men det er ikke over dig. Det er over den måde du så hensynsløst sårer mor på. Hun er alt hvad man kan tænke sig og alt for god til dig.

Jeg prøver at forstå hvad årsagen er til dette her, men det kan jeg ikke. Jeg forstår det simpelthen ikke. Hvad forventer du at jeg skal tænke? Hvad forventer du at jeg skal synes om dig? Du får det til at se ud som om at det er min skyld, men det er det ikke. Du vil have mig til at tro at det er mine hårde kommentarer, men de kommentarer er det eneste skjold jeg har, og de skal dække over både mor og mig.

Hvordan vil du have at jeg skal have respekt for dig? Du har tvunget mig ud i at være den ansvarlige og så skal du fandme ikke få det til at se ud som om at det er mig der er forkert på den.

Jeg har ikke lyst til at tænke tilbage på alle de gode tider vi har haft sammen, for det gør det hele alt for hårdt. Jeg ved ikke hvordan eller hvorfor du kom så langt ud, men det er du altså nu og det er os andre der må tage konsekvenserne af det. Det er dig der har et problem, ikke os! Og det er heller ikke os der skal tyranniseres under det.

En jul da mormor stadig levede sagde hun på et tidspunkt til min moster, at det var synd for min mor at du drak så meget. Dengang var jeg bare et naivt barn der tog min far i forsvar. Jeg blev sur på hende, men egentlig mest fordi at hun sagde det højt, som jeg ikke selv turde indse. Her til aften var det så morfar der sagde det til min moster. ”Det er synd for pigerne at han drikker så meget”. Ja, det er det.

Jeg troede jeg var forberedt på det i år, men det kan man vist ikke rigtig være.”

En anden aften skrev jeg dette:

”Du sagde ”Piss off” til mig og det er så det jeg gør. Du hjalp mig endda på vej ved at slå ud efter mig.

Du forstår det ikke. Du sårer os, og det kan ikke bare repareres ved at du går med hunden eller køber aftensmad. Hvis jeg bare vidste hvad årsagen var, så ville jeg have et sted at starte. Men det har jeg ikke. Jeg skal ikke leve under din sorg, og det skal mor heller ikke.”

En måneds tid senere var jeg en weekend hjemme hos en veninde og jeg blev decideret chokeret over hvordan en familie også kan være. Mens jeg lavede mad, slugte den og forsvandt ind på mit værelse, så nød de rent faktisk at bruge tid sammen. Det var og er stadig et rigtig rart sted at være og det har givet mig et helt nyt syn på hvordan et familieliv også kan være.

Efter sidste jul jeg holdte med min far, tog min mor og jeg en alvorlig snak med ham omkring problemet forud for min 18-års fødselsdag et par måneder senere. Her lovede han udtrykkeligt, at han ikke ville drikke til den fest. Det gjorde han og jeg opgav ham endeligt.

I juli 2013 flyttede jeg hjemmefra og en måneds tid senere afbrød jeg kontakten med min far. Det skete, da jeg valgte at tage hjem halvvejs inde i vores ferie i Frankrig. Det var med nød og næppe, at min mor fik mig overtalt til alligevel at tage med, da jeg havde meget svært ved at være i stue med ham. I stedet for at holde ferie, havde vi ikke andet end opgør for han ville bestemme alt. En dag da vi er ude og køre rundt i området beslutter min far at han gerne vil til en by der ligger langt væk. På trods af, at hverken min mor eller jeg ønsker at køre så langt,

kører han derhen alligevel. Da vi ankom valgte min mor at gå med ham, ”nogle gange er det de voksne der bestemmer, Lina” sagde hun. Men hun valgte ikke bare at gå rundt med ham, hun valgte mellem os og hun valgte hendes alkoholiserede misbruger af en mand frem for hendes eget barn. Det er dét der gør allermest ondt.

Jeg talte ikke til mine forældre resten af den dag og heller ikke morgenen efter. Da min mor og jeg endelig var alene fortalte jeg hende, at jeg havde besluttet at tage hjem, hvortil hun svarede at det nok også var for det bedste. Dagen efter fløj jeg hjem til Danmark, de fulgte mig ikke ind i lufthavnen.

Hun skulle have beskyttet mig og hun skulle have valgt mig først. Forældre skal altid vælge deres børn først, men det gjorde hun ikke. Min mor lokkede mig med på ferie og hun lod mig bare rejse hjem. Jeg er vant til, at min far altid vægter flasken højere end mig, men jeg troede ikke hun ville svigte mig på den måde.

I det efterfølgende halve til trekvarte år var mit forhold til min mor sat på en spids. Jeg var dybt såret og jeg følte mig forrådt. Et par måneder efter at jeg var taget hjem fra vores ferie, spurgte jeg min mor om, hvem af os hun ville vælge hvis hun skulle. Til dette svarede hun, at det kunne hun ikke svare på. Vi sad i stilhed i nogle minutter, før hun svarede, at ”det var da selvfølgelig mig”. Men der var det ligesom for sent. En mor bør vælge sit barn som det første.

Det at erfare, at alkohol, vin, stolthed, er vigtigere end ens egen datter, er noget jeg ikke kan forstå. Så jeg er holdt op med at prøve på at forstå det, for det er der ingen mulighed for at jeg kan. Det er ikke bare langt ude, det er sygt. Det har taget mig år, at komme til det punkt, hvor jeg har fundet fred med, at sådan er virkeligheden. Det er ikke noget jeg kan gøre noget ved og jeg skal ikke lade mit liv ødelægge af det. Men for at komme til det punkt, har jeg været nød til at tage nogle rigtig grimme opgør med de mennesker, der i virkeligheden skulle have beskyttet mig fra en sådan situation. Min mor og min far.

Jeg har altid været meget knyttet til min mor, men da jeg var barn elskede jeg også min far meget højt. Han var en fantastisk legekammerat og vi var tit i zoologisk have, hvilket jeg elskede. Jeg ved ikke hvor den far jeg havde dengang forsvandt hen, men der er en anden der har overtaget ham. Der har været gange, hvor det var nemmere for mig, at forestille mig, at min far døde da jeg var mindre – mens han stadig var ham, end det er at acceptere den han har været de sidste 5-7 år. Jeg kan ikke se nogen sammenhæng mellem de to personer og så er det lettere at forestille sig, at de er to forskellige. Jeg kan ikke forstå, at min far, der havde tålmodighed til at lade mig stå og se på en elefantunge i 1,5 time, ikke vil acceptere at han har et problem, men i stedet ikke har set sin datter i over et år og gået glip af min studentereksamen. Det er umuligt for mig at forene de to personer i én og samme.

I virkeligheden handler det alt sammen om magt og opmærksomhed. Han har meget svært ved at indrette sig efter andre mennesker og han vil gerne bestemme alt, selv ned til helt små detaljer som fx hvorvidt min mor skulle have et målebånd med en dag vi tog ud for at købe et nyt håndtag til køleskabet. Men i stedet for, stille og roligt, at foreslå at min mor tager et målebånd med, så ryger han på et par sekunder ud i et raseri. Da vi et par timer senere kom hjem fra vores indkøbstur, var noget af det første han sagde til min mor ”Har du set at jeg har slået græs? Ja, men du siger jo ikke noget til det”. Nej, men det gør du fandme heller ikke for

alle de ting min mor render rundt og gør for dig. Det er det samme med mig. Ja, det var fint at jeg gjorde rent, lavede madplan, købte ind, lavede mad hver dag og i øvrigt tog ansvar som en voksen, men jeg skulle for alt i verden ikke tro jeg havde samme rettigheder som en voksen. ”Det er de voksne der tager beslutningerne”. Det er lidt svært, når du sjældent er hjemme, og når du er, så drikker du dig fuld og er rasende på verden.

Min far kan på mange måder sammenlignes med et barn. Han har brug for en næsten konstant opmærksomhed og hertil hørende komplimenter. Får han ikke det, så bliver han rasende, for ud fra hans synspunkt, der er det os andre der har taget det fra ham, men aldrig ham selv, der ikke har levet op til at få ros.

At være barn af en alkoholiker er forbundet med en masse skam og en frygtelig skyldfølelse. Jeg skammede mig hver gang jeg var på indkøb med min far og han købte en masse vin. Jeg skammede mig, når han ødelagte alle familiesammenkomster eller vennebesøg. Til sidst skammede jeg mig hver gang jeg så ham. Skammede mig over min magtesløshed og at jeg ikke kunne holde bedre styr på ham – jeg skammede mig over at jeg ikke kunne dække over hans misbrug.

Det værste var dog ikke skammen, men det var den skyld jeg ofte følte. Siden jeg var helt lille, har min far altid konkurreret med mig om at være den bedste. Han udnyttede at jeg var meget genert og fik mig til at føle skyld over mig selv. Han fortalte mig da jeg var ni år gammel at det var min egen skyld, at jeg ikke havde nogen venner – det er rigtig flot at sige det til et barn der bliver mobbet synder og sammen i skolen. Til dels følte jeg også skyld over hans misbrug, men mest af alt, at jeg ikke kunne beskytte min mor.

Jeg begyndte at blive vred på ham, hvilket fik skubbet nogle af de skam og skyldfølelser, som jeg gik rundt med, lidt væk, men langt fra dem alle og langt fra langt nok væk.

Jeg ved godt, at hans misbrug og væremåde ikke er min skyld og det har det aldrig været. Men jeg kan stadigvæk skamme mig og være bange for at folk omkring mig ikke kan lide den jeg er. Det var først da jeg startede til terapi, at det gik op for mig. Det er blevet bedre i og med, at jeg har lært at stole mere på mig selv, men jeg er endnu ikke der hvor jeg gerne vil være. Jeg har været en Lina udadtil, men hun har ingen sammenhæng haft med den Lina jeg er indadtil. Hvem er jeg når jeg ikke behøver bære en facade hele tiden og hvordan gør man i det hele taget det? Jeg vidste det ikke og jeg har stadigvæk svært ved at besvare det spørgsmål. Jeg har manglet et sikkert fundament, således at der ikke skulle have været et skel. Om det var grundet kræften eller misbruget, det ved jeg ikke og det er sådan set også underordnet, for jeg manglede det dengang og jeg mangler det på nogle punkter den dag i dag.

Derfor har jeg også brug for at befinde mig i trygge rammer og at der ikke sker alt for meget nyt på én gang, for det kan jeg ikke rigtig håndtere, i hvert fald ikke på en måde, hvor jeg selv er med i det. Utrygheden ved alt for meget nyt, var det der gjorde, at jeg på et tidspunkt tog hjem til min mor en weekend også selvom min far var der. Jeg savnede hende alt for meget til ikke at gøre det og så savnede jeg ideen om at have en familie at tage hjem til.

Det var rigtig godt at se ham igen, for det beviste at han ikke længere er en del af mit liv, men vigtigst af alt – at jeg ikke har lyst til at have ham som en del af mit liv. Jeg afskyr den måde han er på og jeg vil aldrig kunne forstå ham, men det har jeg heller ikke brug for længere og det

er en lettelse, en meget stor lettelse. Jeg er fri for ham, for nu har jeg stået over for ham og været ligeglad med ham.

Det var en nem beslutning af stoppe kontakten til min far, men det er ikke altid nemt at håndtere konsekvenserne deraf. Det blev klart hvor alene jeg var. Både fordi jeg stod i et opgør med min familie og de værdier vi har levet under, men mest af alt fordi jeg ingen anelse havde om hvem jeg var. ”Jeg” havde brugt så lang tid på at kæmpe mig frem til en normal hverdag og på at holde mine egne følelser væk, men hvad sker der, når man holder op med det? Simpelthen bare holder op med at kæmpe imod.

Det føles som at blive sparket og slået meget hårdt og det holder ikke bare op. At blive valgt fra, er et psykisk sår der bliver ved med at bløde i lang tid og for første gang siden jeg valgte at være ærlig overfor mig selv, kunne jeg ikke bare gemme smerten og tårerne væk.

Det er stadig hårdt, for ligegyldigt hvor meget jeg kæmper, så vil jeg altid være barn af en alkoholiker og det vil jeg aldrig være i stand til at ændre på. Det giver mig ar og de vil aldrig forsvinde. Jeg er blevet tilsidesat for hans alkoholmisbrug og sindssyge væremåde og det er ikke lige til at komme sig over. Jeg er blevet svigtet så dybt af de mennesker jeg burde kunne stole allermost på, at det stadig kræver rigtig hårdt arbejde at lære at stole på folk jeg ikke kender. Det hjælper dog, at jeg igen har fået et rigtig godt forhold til min mor og at jeg nu igen kan stole på hende.

For det skal nok blive bedre. Det tager tid og det er pissehamrende hårdt, men har du besluttet dig for at det skal blive bedre, så skal det også nok gøre det – på et tidspunkt.

Jeg er datter af en alkoholiker. Jeg er datter af en mor med to gange kræft og en far med flere blodpropper. Jeg er et mobbeoffer. Jeg er en skjult skuespiller. Og jeg er – desværre – en blandt mange. Men jeg er meget mere end det. Jeg er den eneste der har taget kampen op mod min far og hans misbrug. Jeg har valgt mit eget liv og jeg har selv kæmpet mig til hvor jeg er i dag. Til tider er jeg stille og genert, andre tider stædig og bestemmende, og det er et konstant arbejde at forene de to. Men mest af alt er jeg stærk. Jeg er så stærk at jeg tør modtage hjælp når jeg har brug for det. Jeg er dybt taknemmelig for den hjælp jeg har fået og for den del af mig, der fik mig til at søge hjælp. Jeg skal leve med, at min far betragter alkohol som noget mere værdifuldt end mig. Det kan jeg ikke ændre på. Men jeg har ændret på den skyldfølelse jeg før havde omkring hans drikkeri. Jeg har skabt fundamentet for det liv jeg gerne vil leve og for den person som jeg er og gerne vil være. Og det kan jeg godt leve med.