

Det er jo konsekvenserne af misbruget, der har fyldt i mit liv



Michella, mor til to, er vokset op med en alkoholiseret far og i et meget konfliktfyldt hjem. I Babygruppen i 'Dit Rum' har hun fået aha-oplevelser, der har gjort hende bedre i stand til at forstå, hvorfor hun handler, som hun gør. Og hun ville ønske, hun havde gået i 'Dit Rum' under sin første barsel.

Michella, 32 år og pædagog, går i én af 'Dit Rums' Babygrupper. Men da hendes sundhedsplejerske foreslog gruppen i sin tid, var hun egentlig ikke synderligt interesseret.

– Jeg tænkte om misbruget "Det fylder ikke i mit liv, hvorfor skal jeg se på det?" Men nu efter at være startet i 'Dit Rum,' ville jeg ønske, jeg havde gået her som førstegangsfødende. Ved mit første barn var jeg enormt usikker og nervøs for ikke at gøre det rigtigt, jeg har følt mig så forkert og som en dårlig mor, og det har rokket meget på mit humør.

'Dit Rum' kunne dengang have været den lommelygte, der kastede lys i mørket, for nu har jeg lært mig selv bedre at kende og er faldet mere til ro, siger Michella, der er mor til to piger – den ene snart fire år, den anden på fem måneder.

Selvom hun har gået i terapi før, er det først nu, hun rigtigt ser en sammenhæng til misbruget derhjemme.

– Det er jo konsekvenserne af misbruget, der har fyldt i mit liv, og som gør, at jeg reagerer, som jeg gør. I dag ser jeg misbruget som roden til en masse dårligdomme, og det giver så meget mening at tale om det. Det er det, vi har til fælles i Babygruppen, og jeg synes nærmest, højdepunktet på måneden er hver anden onsdag, hvor vi mødes, siger Michella.

Far med bestemt promille

Michellas barndom var præget af farens alkoholforbrug og hendes egen rolle i familien.

– Min far var aldrig døddrukken, men han havde åbenbart brug for en bestemt promille for at kunne komme igennem dagen. Jeg er vokset op i et meget støjfyldt hjem med mange skænderier og skældud. Der var heller ikke mange penge. Jeg drømte sådan om, at vi kunne sidde om spisebordet og spille et brædspil sammen, lige som andre familier gjorde det. Det skete aldrig... Den bedste dag

i min barndom var, da mine forældre blev skilt, siger Michella.

Hun husker det som om, hun var på konstant overarbejde derhjemme, fra hun var helt lille.

– Jeg vidste for eksempel godt, at min far ikke måtte drikke øl, når han kørte bil. Så jeg sørgede for at give ham et stykke tyggegummi, så min mor ikke kunne lugte øllene og blive sur på ham, når vi kom hjem. Jeg var den, der gydede olie på vandene, trøstede min mor og tog mig af min lillesøster, som har en mindre hjerneskade. Jeg vidste godt, der var noget galt, at der var noget skam forbundet med det, og jeg havde meget tankemylder og var meget bekymret. Men udadtil tog jeg en klovnemaske på og var altid et glad og smilende barn. Og vi snakkede aldrig om noget derhjemme, fortæller hun.

Vidt forskellige vinkler

Michellas Babygruppe mødes hver anden onsdag og består af mødre, der har vidt forskellige vinkler på overforbruget af alkohol eller rusmidlerne.

– Jeg føler, vi har et bånd i Babygruppen, vi har en overbygning tilfælles, som gør, at vi kan være trygge i at dele ting og har en forståelse for hinanden. Og det er jo lige meget, om det så er en partner, der har misbruget, eller man selv har haft det eller man er opvokset med det. Jeg fik virkelig en aha-oplevelse af at høre, hvordan det er at være partner til den, der har misbruget. Så kunne jeg bedre forstå min mor, som er hende, jeg har været mest vred på i alt det her. At det også har været hårdt for hende. Og man kan jo godt både være vred på sine forældre og prøve at forstå dem, siger Michella, som stadig ser begge forældre i dag.

Og hvad har hun så lært i Babygruppen?

– Jeg har lært en del af mig selv meget bedre at kende og forstår bedre min adfærd.

Jeg har et temperamentsfuldt barn, og når hun tidligere skreg meget, triggede det noget i mig. Når jeg ind imellem kom til at råbe ad hende, kan jeg jo i dag godt se, hvor det kom fra. Og omvendt gør jeg meget ud af at lege med mit barn, som sikkert er fordi, jeg aldrig selv legede særlig meget som barn.

På spørgsmålet om hendes døtre også får noget ud af det, svarer Michella:

– Jeg tror, de får en meget mere bevidst mor, som de kan spejle sig i på sigt. En mor, der er blevet klogere og som ikke er bange for at snakke om de ting, som gør ondt, og som er bevidst om sine adfærdsmønstre. Jeg har været så usikker på, hvordan jeg skulle være forælder, fordi jeg aldrig har lært det hjemmefra, men nu er der faldet mere ro på mig, og jeg er også blevet bedre til at sige undskyld, siger Michella. ♥



Jeg kan i dag godt undre mig over, at ingen for alvor greb ind – heller ikke mine forældres nære venner. Alle vidste, hvad der foregik, men vi havde en pæn facade: Vi havde rent tøj på og altid madpakke med, og så hørte det måske til privatlivets sfære. Men jeg klarede mig ikke godt i skolen, og en lærer sagde endda til mig: "Du får aldrig en studentereksamen..." Det fik jeg, siger Michella, der er på barsel fra sit job som pædagog.

Lansinoh® - en komplet serie til amning
Vi står sammen med alle mødre ved at genkende og imødesee dine udfordringer med innovative produkter, der passer til dine behov. Men mere end det stræber vi efter at støtte og styrke – sammen med sundhedspersonale – for at gøre enhver forældres rejse lidt lettere, i dag og for fremtiden.

se vores fulde sortiment her: 