

Pernilles opvækst var barsk og kaotisk

Mine børn skal have et bedre liv end jeg

Pernille Petersen voksede skiftevis op hos en alkoholiseret mor og en voldelig far, der misbrugte hende, og hun har haft svært ved at få voksenlivet med kæreste og børn til at fungere. Indtil hun kom i psykoterapi. I dag er hun gladere, raskere og mere afslappet

Da Pernille Petersens forældre blev skilt, blev deres børneflokk på fire delt, og Pernille og hendes lillebror kom til at bo hos deres far. – To år senere blev vi tvangs-fjernet og skulle nu bo fast hos vores mor. Men far kunne underligt nok fortsætte med at have os hver anden weekend. Det var der ingen, der greb ind over for. Og da jeg var 18 år, stod min fem år ældre storesøster frem og anklagede ham for incest. Det førte til, at han fik en dom. På det tidspunkt gik det op for mig, at det måtte være derfra, de ubehagelige billeder, jeg af og til havde inde i hovedet, stammede, fortæller den nu 27-årige Pernille, der bor i Nykøbing Falster med sin kæreste Morten og deres børn, Magnus på seks år og Melanie på tre et halvt. Morten, 32, er i gang

med en uddannelse som pædagog. Netop den del af sin barndom er hun endnu ikke klar til at begynde at tale om og bearbejde. Men der har mildt sagt været nok af andre emner at tage fat på, siden Pernille for to et halvt år siden startede i psykoterapi hos Lise Jørgensen i TUBA i Nykøbing Falster – og siden i Næstved, hvortil Nykøbing-afdelingen er flyttet. TUBA står for "Terapi og rådgivning for unge, der er børn af alkoholmisbrugere". Alkoholisme var nemlig også en del af Pernilles turbulente opvækst. Og selv om hendes far misbrugte sine børn og tillige var voldelig og opfarende af natur, var forholdene ikke ret meget bedre hos hendes alkoholiserede mor og hendes mand, hvor lektiehjælp og skolemadpaker var ukendte begreber. Begge steder var børnene i øvrigt tvunget til at arbejde hårdt.

– Min mor var social- og sundhedsassistent og min stedfar håndværker, men samtidig havde de et husmandssted med 100 grise, og vi børn skulle både rydde op, gøre rent og muge ud i stalden. Når min mor kom hjem fra arbejde, skulle

der være pænt og hendes seng være redt. Så drak hun og min stedfar kaffe og Gammel Dansk. Hvis da ikke huset var fyldt med festende, drikke gæster. Tøjet, vi passede grise i, blev vasket og hængt til tørre i fyrrummet, så i skolen stank vi altid af røg, og det var sikkert en af grundene til, at jeg blev mobbet voldsomt, fortæller hun.

Røg ud i stofmisbrug

Som 15-årig forsøgte Pernille selv at gøre en kommunal sagsbehandler opmærksom på de problemer, hun havde hjemme.

– Og forholdene var måske blevet opdaget, hvis hun var kommet på uanmeldt besøg. Men hun ringede altid i forvejen. Med det resultat, at alt var skinnende rent og i skønneste orden, når hun dukkede op.

– Også hos min far skulle vi knokle. Han havde en grøntfortretning og leverede desuden øl til venner og bekendte, og vi skulle slæbe store kasser op og ned ad trapper. Og så var der hans hid-sighed: En gang kom jeg til at tabe gulvspanden, da jeg gjorde rent. Med det resultat, at han tævede mig med et støvsugerør og smed videobånd efter mig. En anden gang smed han en varm bagekartoffel i hovedet på mig, fordi jeg frisede, da han tabte den.

En opvækst i evig angst og alarmberedskab satte naturligvis sine spor. Som voksen havnede

Pernille i stofmisbrug. Og det var som misbrugere i hver sin støttebolig, at Morten og Pernille lærte hinanden at kende. Ligesom hun har han haft en barndom præget af alkohol.

– Da det blev klart for os, at vi ville begynde en tilværelse sammen, vidste vi også, at det skulle være slut med stofferne. Vi er et godt team, for vi har været igennem en masse ting sammen, og vi ville nok ikke kunne klare det uden hinanden, siger hun.

Det var dog lettere sagt end gjort at få dagligdagen og familielivet til at fungere. Særligt, da børnene kom til.

– Jeg har været fuld af dårlig samvittighed og bekymringer på børnenes vegne over, at de havde fået en mor som mig, der f.eks. ikke har kunnet holde på et job i ret lang tid ad gangen. Og jeg har



En glad familie i Nykøbing Falster. Pernille har ingen kontakt med sine forældre i dag, og det var terapien, der hjalp hende til at bryde med sin mor og dermed slippe af med det ubehag, der altid greb hende, når de skulle ses

haft vanskeligt ved at opdrage på dem og sætte grænser. Jeg havde nemlig meget bestemte idéer om, hvordan tingene skulle være. Og vigtigst af alt har det været vigtigt for mig, at børnene aldrig skulle have det, som jeg har haft det. Men jeg glemte at afstemme det efter, at det også skulle være praktisk og rart. Slappe af og bage en kage i stedet for at være så bekymret og på mærkerne hele tiden. Det blev en belastning for hele familien – også for Morten. Og vi havde sandsynligvis ikke været sammen den dag i dag, hvis ikke, jeg var begyndt hos Lise, siger Pernille. Og psykoterapeuten supplerer:

– Da Pernille kom til mig første gang, døjede hun med spændingshovedpine, ledsmerter og ondt i ryggen. Hun har fået det bedre på alle områder efter, at hun begyndte at arbejde med sig selv og blive

bevidst om, hvad hun har svært ved og hvorfor. Og hun får af samme grund langt mindre medicin i dag.

Søster blev inspireret

Hun har dog skullet over visse barrierer for at nå dertil, hvor hun er i dag:

– I 2010 deltog jeg i noget kommunal aktivitet, og her talte jeg med en, der anbefalede mig at gå hen i TUBA. Men jeg var i tvivl. Jeg så ikke mig selv som alkoholikerbarn. Og jeg havde da heller ikke let ved at få hul på snakken, siger hun.

Lise tager over: – Hun skulle først være tryk og føle, hun kunne stole på mig. Hun har jo oplevet det ene tillidsbrud efter det andet hele livet.

– En samtale foregår sådan, at vi hele tiden tager udgangspunkt

i de vanskeligheder, Pernille har her og nu, og prøver at finde frem til, hvad de bunder i. Det kan sammenlignes med at skrælle lag af et løg. Det er vigtigt ikke at lukke op for alt for meget på en gang. Det kan nemlig retraumatisere og fuldstændig lamme et menneske. Incesten er f.eks. stadig alt for dybt begravet.

I takt med, at sårene fra Pernilles barndom er begyndt at hele, er hendes selvværd vokset, og hun får mod på stadig flere nye ting. Her og nu er hun ved at afslutte 10. klasse, og derefter skal hun i gang med at uddanne sig til sygeplejerske.

– Jeg havde aldrig troet det muligt, at det kunne gå så godt. Jeg har gået hos flere kommunale psykologer gennem tiden, men først hos Lise fik jeg en oplevelse af, at her var noget, der kunne

hjælpe mig videre. Og havde jeg ikke arbejdet mig gennem bunken af grimme oplevelser, ville jeg stadig sidde hjemme og gemme mig og aldrig få den uddannelse, jeg har drømt om.

– Morten har ligesom jeg haft gavn af at gå i TUBA – dog hos Lises kollega, Anne. Også min storesøster er begyndt i terapi hos Lise. Hun har jo set den udvikling, jeg har været igennem, og det har inspireret hende til selv at gøre noget ved sit liv.

Lise lægger ikke skjul på sin glæde over, at hendes arbejde tydeligvis har sat en bølge i gang.

– Det er den slags oplevelser, der får mig til at føle, jeg har verdens mest meningsfulde job, siger Lise. Hun har jo set den udvikling, jeg har været igennem, og det har inspireret hende til selv at gøre noget ved sit liv.

– Men jeg ved, jeg kommer til at gøre det. Jeg skal bare lige have overbevist mig selv om, at det er godt for mig. Og det ved jeg jo inderst inde, at det er, smiler Pernille Petersen. □



Af Johan Isbrand
Foto: Torkel Dyrting

johan.isbrand@familiejournal.dk



Pernille hygger sig med børnene og deres kæledyr. Terapien har gjort hende til en bedre og mere afslappet mor



Kærlighed og fælles oplevelser knytter Morten og Pernille tæt sammen, og det er lykkedes dem at slippe ud af de mønstre, de selv er vokset op under

Lise Jørgensen, 50, var sygeplejerske, inden hun videreuddannede sig til psykoterapeut. I dag arbejder hun to dage om ugen i TUBA's regi samtidig med, at hun har sin egen, private praksis. Hendes speciale er incestofre, børn af alkoholikere og andre mennesker med ondt i livet. Og i sit job ser hun gang på gang, hvordan det kan lade sig gøre at bryde nedravede mønstre og skabe varig forandring. I den forbindelse har hun i øvrigt erfaret, at tilgivelse er et nøgleord, når man skal ændre sin tilværelse og komme videre. Af samme grund er hun i gang med at forberede en event om tilgivelse i Brorsons Kirke i København. Læs meget mere på Lises hjemmeside, lisejoergensen.dk.