

”Hade jag vetat vilket helvete vi skulle gå igenom hade jag inte orkat”

Text: Anna Broström

AnnaLenas dotter Hannah flyttade till USA med sin pappa när hon var 13 år. Efter ett par månader förstod AnnaLena att någonting var fel, väldigt fel.

Hannah fick diagnosen PTSD, posttraumatiskt stressyndrom, strax innan hon fyllde 14 år.

– När hon var i USA blev saker mer och mer konstiga, det var svårt att få kontakt med henne och jag förstod att någonting inte stämde där borta. Jag var orolig även innan hon åkte iväg med sin pappa, eftersom han själv inte mådde bra och var ur balans, säger AnnaLena.

Under månaderna före avresan till USA hade AnnaLenas före detta man trakasserat och spionerat på henne, på grund av deras separation och för att hon hade träffat en ny man.


AnnaLena beskriver sin före detta man som något av en Dr Jekyll och Mr Hyde. Under stress kunde han bli en vidrig, sadistisk person som det inte gick att kommunicera med.

– Han förvrängde allt jag sa, attackerade mig psykiskt och fysiskt, spottade mig i ansiktet och kallade mig hora. Men jag visste att han älskade sina barn. Att han skulle skada Hannah hade jag aldrig en tanke på.

ANNALENA KÄNDE att hon inte hade några grunder för att säga nej när Hannah sade att hon ville flytta med sin pappa till hans hemland. Hon hade varit mobbad sedan tredje klass och ville byta skola, dessutom skulle de bo hos hennes snälla farmor.

Men efter fyra månader fick AnnaLena reda på att socialtjänsten i USA fått in en anmälan från Hannahs skola om misshandel hemma och att en utredning pågick.

– Hannah var livrädd, henne fick de inte ett ord ur. Hennes pappa bara ljög, men tack vare anmälan och samarbete med myndigheterna fick jag hem henne till slut



När AnnaLenas dotter var 18 år fick hon diagnosen borderline. Det blev en stor lättnad för dem båda och början på en väg ut ur en lång och svår kris. Foto: Karin Border

och då märkte jag direkt att hon inte mådde bra. Men jag hade inte en tanke på att hon kunde bli sjuk på det här sättet.

När Hannah hade varit hemma ett tag berättade hon att hon hörde sin pappas röst i huvudet. AnnaLena kontaktade BUP som gav Hannah diagnosen PTSD. Symptomen var till en början lindriga; hon hade mardrömmar, flashbacks och panikångest men det var fortfarande hanterligt och hon kunde sköta sin skolgång. Men i början av 2006 blev Hannah svårt sjuk.

– Hon hade konstant kraftig huvudvärk och var totalt utmattad. BUP sa att det berodde på hennes genomlidna trauma och att hon hade utvecklat en depression. Jag



hade ingen som helst erfarenhet av psykiska problem, så jag tänkte att hon får några tabletter så blir det bättre, säger AnnaLena.

HANNAH LED AV en svår depression och började med terapiformen EMDR, Eye movement desensitization and reprocessing, för att bearbeta sina svåra trauman. AnnaLena berättar att det var tur att hon inte visste då vad som skulle komma.

– Hade jag vetat vilket helvete vi skulle behöva gå igenom de kommande åren, så hade jag inte orkat.

Under många år led Hannah av svåra ångestattacker, vanföreställningar i form av syner och röster och ett all-

varligt självskadebeteende. Hon skar sig, hällde kokande vatten över sitt ben, försökte strypa sig själv och gjorde flera självmordsförsök som slutade på sjukhus. 2007 hade hon fått diabetes typ 1 vilket gjorde att hon hade tillgång till insulin som hon i kombination med tabletter använde vid självmordsförsöken.

Under terapin började psykologen nysta i Hannahs minne och det framkom då att hennes pappa hade gjort henne illa så länge hon kunde minnas. Det tidigaste minnet Hannah hade var från treårsåldern. Hennes pappa hade tvingat henne att göra saker som att lyfta upp en katt i svansen och att gå in i grannens trädgård för att plocka deras blommor, och sedan skälla ut henne och be-

TEMA: ATT VARA ANHÖRIG

rätta för henne hur dum och värdelös hon var och att ingen någonsin skulle älska henne.

– Det var sjuka, sadistiska saker som han hade utsatt henne för. Mest psykiskt, hot och kränkningar, men även fysisk misshandel. I USA hade Hannah levt under döds-hot. Hennes pappa hade flera gånger antytt att han kunde döda henne och vid ett tillfälle kom han in i hennes rum mitt i natten och riktade ett vapen mot hennes huvud. Hon hade levt som gisslan i en krigssituation och varit beredd på att dö, närsomhelst.

MISSHANDELN HADE PÅGÅTT under hela Hannahs barndom, bakom AnnaLenas rygg. Hannahs pappa hade gett henne pengar för att inte berätta om slagen och sparkarna. För AnnaLena blev sanningen en svår chock.

– Första gången jag märkte att Hannah inte mådde riktigt bra var en sommar, hon var fyra år och vi var i Skåne. Jag minns att jag tänkte att det är någonting med henne som inte är bra, hon verkar inte glad.

– Jag visste ju inte vad som pågick. Men det var inte förrän hon blev sjuk som tonåring och fick behandling som sanningen kom fram.

AnnaLena menar att som nära anhörig har hennes dotters sjukdom påverkat alla aspekter av hennes liv. Under fem-sex år levde familjen i ett kaos, en konstant kris där hon själv var nära att gå under flera gånger. Hannah har en lillebror som också han påverkades av sin storsysters lidande.

– Jag kommer ihåg hans ansikte en gång efter att han hade sett Hannah sitta i en blodpöl på golvet i badrummet. En annan gång hängde han i hennes ben och skrek när hon försökte hoppa från ett fönster. Hur jag än försökte gick det inte att skydda honom från svåra upplevelser.

– När han var mindre sa han inte så mycket men när han kom upp i tolvårsåldern började han fråga om Hannah och om vad som hänt henne. Min strategi har varit att svara ärligt på hans frågor utan att pracka på honom för mycket. Det är många jobbiga och dramatiska saker som han också har fått uppleva.

NÄR HANNAH HADE varit sjuk i ett par år började hon skifta personlighet i de stunder då hon mådde som sämst. Hon vände sig då emot AnnaLena med aggressivitet och kunde gå på i timtal om vilken dålig person hon var. Ett återkommande tema var att AnnaLena var värdelös som mamma och aldrig borde ha skaffat barn.

– Jag kunde hålla mig lugn i några minuter men sedan började jag brytas ner av smärta och förtvivlan och stod inte ut längre. I stället började jag skrika tillbaka och för-

svara mig och det var efter sådana gräl som Hannah gjorde sina självmordsförsök.

– Det var särskilt plågsamt att hon sa de där sakerna eftersom jag kämpade så fruktansvärt hårt hela tiden för att hjälpa henne. Även om jag suttit vid hennes sängkant och tröstat henne tills jag var totalt utmattad kunde hon gå på om hur självisk jag var, hur jag bara tänkte på mig själv.

AnnaLena beskriver hur hon förtvivlat försökte få en förklaring till sin dotters beteende av experter på BUP, utan resultat. Året innan Hannah fyllde 18 gjordes en utredning för att fastställa hennes diagnoser. Både AnnaLena och Hannah själv misstänkte att hon kanske hade borderline.

– Men när vi frågade om detta vände de bort ansiktet och ville inte diskutera saken. Det enda vi fick veta var att BUP inte sätter sådana diagnoser.

”Jag visste ju inte vad som pågick. Men det var inte förrän hon blev sjuk som tonåring och fick behandling som sanningen kom fram.”

NÄR HANNAH FYLLDE 18 år fick hon inom två månader just den diagnosen (som mer korrekt kallas Emotionellt Instabil Personlighetsstörning). Det kom som en stor lättnad för dem båda eftersom det förklarade en stor del av de svåra problem som de hade haft i sin relation.

AnnaLenas råd till andra anhöriga till personer med psykisk ohälsa är att vara försöka vara så öppen gentemot omgivningen som man kan och att försöka ta hand om sig själv så gott det går. Hitta någonting som man mår bra av, och våga be om hjälp.

– Det är samtidigt viktigt att förlåta dem som inte kan hjälpa, jag tror att människor ger det de förmår. Jag har haft tur med min fantastiske särbo, som stöttat mig genom alla dessa år, och förstående arbetsgivare och kollegor.

– Mitt råd är att försöka upprätthålla ett normalt liv. Gå till jobbet och försök behålla en vanlig vardag. Sjukskrivning kan bli nödvändigt men jag tror att det är bra om man kan undvika det, säger AnnaLena.

TROTS ALLA SVÅRA ÅR bearbetar Hannah sitt trauma och AnnaLena vill tro att livet går i en riktning mot det bättre. Hannah är mer stabil och bor nu med sin pojkvän, och hon har slutat skada sig själv sedan ett år tillbaka.

– Jag brukar trösta mig själv genom att tänka att både Hannah och jag har blivit klokare av allt vi gått igenom. Vi har en hel del att ge till andra omkring oss. ■