

Min sanning, min historia

Familjehögtider är mycket jobbiga. De senaste tio åren har jag firat jul ensam utan familj. Det är numera självklart för mina barn och min exfru att inte bjuda in mig på julafton. I julas så hade min dotter bjudit in sina två bröder och sin mamma, men inte mig. Jag bor bara sex mil bort så jag hade ju lätt kunnat åka fram och tillbaka under dagen. Ovälkommen igen.

Jag hade kommit överens med min dotter i januari 2020 att jag skulle komma förbi en kort stund på hemvägen från Trelleborg, framför allt för att få träffa barnbarnen. Min dotter visade på alla vis att jag var mycket ovälkommen. Inget hej eller välkommen när jag kom. Min dotter var som vanligt sur och irriterad och skrek på sin partner. När jag kommit hem så skrev jag ett sms och varnade för skilsmässa om hon inte radikalt ändrade sitt beteende.

Jag fick ingen ursäkt utan hon svarade med att inte höra av sig, inte ens på min födelsedag, fars dag eller jul. Jag gav henne röda rosor, min mammas favorit, på hennes födelsedag. För att visa att jag fortsatte med att försöka att få en relation. Hon tackade via ett sms.

Vad jag förstått är psykisk misshandel inte straffbart. Min fru brukade klaga på mig inför barnen. Hon var en missnöjd, irriterad och arg kvinna. På fredagarna brukar soppåsen stå på trappen, så att jag skulle gå med den till soptunnan. En markering om vem som styrde och ställde i hemmet. Aldrig hej eller en kram. En gång sa hon bara att "Det är bra att du kommit hem så att du kan hjälpa till". Alltid klagomål och kritik, aldrig ett vänligt bemötande. När jag diskat fick jag kritik för att jag inte städade toaletterna. När jag städade toaletterna fick jag kritik för att jag inte diskat. När jag diskat och städade toaletterna så fick jag kritik för en tredje sak. Hennes motto var att beröm är onödigt för då är ju allting bra, men kritik är viktigt så att folk kan förbättra sig. Det som börjar som små saker och blir sedan lätt ett beteende. Jag upplevde det som psykisk misshandel och mobbing.

Jag hade varit pressad av mitt nya jobb i Torsby. Jag hade det yttersta ansvaret för att 70 personer gjorde ett bra jobb. Läget blev akut när vi skulle få nya ägare. Jag visste i flera veckor att jag blivit av med mina två jobb, som produktionschef och platschef. De nya ägarna agerade mycket fientligt. På ett möte med hela min personal så sade den nya huvudägaren att man inte skulle kunna föra pengar mellan de nya bolagen. Jag sade, det jag tror att alla visste, att det kunde man visst göra. Vi hade ett systerbolag i Växjö som förlorat pengar de senaste fem åren, egentligen längre än så. Jag blev senare utskäldd och hemskickad och de skickade även hem resten av personalen. Min frus kommentar var bara "Kunde du inte hållit käften". Inget stöd och ingen sympati.

Jag kände mig hotad till livet och jag kollapsade till slut på sjukhuset, några dagar efter att jag blivit hemskickad från jobbet. Jag blev inlagd i två veckor på sluten psykiatrisk avdelning.

BLE210322

Själv mord, utbrändhet o mobbing!

Först fick jag diagnosen utmattningsdepression. Senare när jag fick en manisk attack så fick jag diagnosen schizofren och bipolär. Ett och ett halvt år efter min kollaps så var min skilsmässa klar. Hon tog barnen och flyttade 30 mil bort. Jag hade fått en mycket svår förföljelsemani, som orsakade ett mycket konstigt beteende ibland. Jag kunde stänga av mobiltelefonen och fly ut i skogen och gömma mig. Min exfru, som tror att självmord är ärftligt, blev orolig när jag inte svarade i telefonen. Hon hade även tränat upp barnen, så att när de blev oroliga så avreagerade de sig genom att skälla ut mig.

En skilsmässa är en maktkamp om barnen. Maktkampen började flera år innan den formella skilsmässan. Hon skrämde upp barnen eftersom hon trodde att jag skulle begå självmord som min pappa. Tänk om jag gjort det. Vad hade då hänt med mina barn med de förväntningarna. Hon var snabb att anklaga mig för olika fel och brister. Jag var lat, för hjälpsam och egoistisk. När man väl var anklagad så var det svårt att motbevisa.

Doktorn hade inför mig och min fru sagt att jag hade en livslång sjukdom (egentligen sa han nog diagnos) och att jag skulle äta medicin för att stabilisera. Jag ville bli frisk så jag vägrade medicinering och tänkte att jag måste hitta ett annat sätt. Det blev fysisk och mental träning (golf). Jag fick en bok om den "Självläkande människan" skriven av Susanna Ehdin av min närmaste arbetskamrat i Torsby. Sömn blev min viktigaste medicin. Jag började min rehabträning med långsamma promenader och golf. Efter sju år flyttade jag till Norrköping och började med allsidig träning, med bl.a. styrketräning, löpning och simning. Träningen har kompletterats med yoga, stretching och töjning. De senaste fem månaderna har jag kört dubbelpass på gymmet fyra dagar i veckan. Förföljelsemanin är i princip borta, tankarna kommer ibland men påverkar inte längre mitt beteende.

Jag får väl ta fram mitt gamla mantra "Ensam är stark" från tiden vid skilsmässan då jag lämnades kvar i Uddeholm för att dö, troligen självmord. Själv mord är aldrig en lösning. Det är ett stort svek mot omgivningen. Nu är jag helt ensam, ingen familj och ingen släkt. Som tur är har jag mina vänner, några få gamla finns kvar men många nya.

Man brukar fråga hur jag mår. När jag saknar livslust och aptit så brukar jag säga skapligt och när jag mår något bättre så brukar jag säga bra. Bättre än så har det inte varit på 20 år. Det är ju en fråga som man förväntas svara positivt på. Jag svarade ärligt en gång och personen vände och gick iväg. De flesta mår inte så bra själva och klarar inte av att höra att andra mår dåligt.

Av Bernt L Eklund

PS! För några veckor sedan bad min dotter mig om hjälp med pengar. Hon skall skilja sig och behöver hjälp så att hon kan köpa en ny bostad. Hon är verkligen fräck och hänsynslös. Min dotter har blivit en värre kopia av sin mamma. Fjärde gången hon tjatade så blev jag till slut irriterad och skickade ett mycket beskt svar. Beskyllningarna är nu rena lögner. BLE!