

# 'Er der livsglæde at spore?'

Lotus Turèll er datter af forfatteren Dan Turèll, der i mange år havde et stort alkoholmisbrug. Med bl.a. foredrag, en DR dokumentarfilm og bogen 'Hemmeligheder for Pige' ønsker Lotus Turèll at sætte fokus på, at alle typer af familier – også ressourcestærke – kan opleve misbrug og nød og have brug for hjælp.

---

AF KARINA LUISE ANDERSEN

## En barndom med alkohol og et voksenliv med senfølger

'Jeg lavede 'Lotus og den fulde sandhed' (DR-dokumentarfilm i to afsnit, red.) for at sætte fokus på barnets oplevelse af at vokse op i et hjem med skjulte alkoholproblematikker. Med 'skjulte', mener jeg, at de ikke blev bevidnet eller reageret på af andre mennesker omkring os, og at vi også selv holdt tæt med dem. Det er meget belastende for børn og for familielivet – også i ressourcestærke og kærlige hjem – at gå alene med længerevarende problematikker, hvad alkoholen ofte medfører. En afhængighed varer ikke sjældent 8-10-12 år, og det er jo en hel barndom,' fortæller Lotus Turèll om sine bevæggrunde for at stå offentligt frem og fortælle om sin barndom og om de følger af den, som hun har oplevet i sit voksenliv.

Lotus' fars afhængighed af alkohol havde kraftigt tag i ham allerede, da Lotus var vuggestuebarn, og han trappede først sit misbrug ned, kort tid inden han blev diagnosticeret med cancer, da Lotus var 13 år gammel. Lotus, som i dag er 37 år og selv er forælder, fortæller, at hun som voksen har oplevet en række senfølger af sin fars alkoholmisbrug såsom triste og tunge følelser, ensomhed, stress og angst, som hun har måttet arbejde sig igennem, ligesom genetablering af sit selvværd og ikke mindst sin tillid til andre men-

nesker også har været en del af processen.

'Jeg tror, at al heling starter med at få åbnet op og få talt om de svære følelser og oplevelser, og at blive set og forstået og lyttet til med kærlighed og åbenhed. Derfra kan man begynde at udvikle sig i en livsfremmende retning,' siger Lotus og fortæller, at da hun første gang i sin tidlige ungdom begyndte at fortælle andre om sin barndom, troede de ikke på omfanget af hendes historie. Og det fik hende til at tvivle på sin egen dømmekraft.

'Det har selvfølgelig ikke været af ond vilje, at man ikke uden videre har troet på mig, men fordi det er så svært at forestille sig, at ressourcestærke familier kan miste taget i egen tilværelse,' siger Lotus og uddyber, at dét, at man i den grad kan miste kontrollen over sin tilværelse, ikke kun kan være svært for omverdenen at forstå, men også kan være en stor skam for de ramte familier selv.

'Jeg tror, at skammen over kontroltabet er massivt. Frygten for at tabe ansigt og anseelse holder mange tilbage fra at række ud efter hjælp. Det er også derfor, at vi som samfund skal signalere meget tydeligt, at vores børn og unge gerne må række ud, selv om deres forældre undlader at gøre det. For man klarer sig ikke godt igennem en opvækst med rusmiddelproblematikker uden støtte. Tilføres støtten, er det til gengæld fantastisk, hvad man kan vende om.'

Lotus arbejder i dag med formidling og coaching

om bl.a. misbrugsproblematikker, men hun vil gerne understrege, at hun ikke er misbrugsspecialist.

'Jeg ved meget om trivsel og genoprettelse af trivsel, både qua min historik, men også gennem min faglighed (Lotus er uddannet på Københavns Universitet i medievidenskab og pædagogik og er desuden certificeret coach samt uddannet i mindfulness, red.). Jeg har altid arbejdet med formidling, og den erfaring kommer mig nok til gode, når jeg taler og skriver om rusmiddelproblematikker. Jeg tager rundt på folkeskoler, gymnasier, kulturhuse, biblioteker, centre, ungdomsklubber, hos faggrupper og kommunalt

ansatte i hele landet og oplyser på området. Dét, jeg igen og igen bemærker, er, hvor mange, der kender til det (misbrugsproblematikker, red.) i ét eller anden omfang fra deres eget liv. Det, jeg kan, er at være med til at åbne op og gøre noget "farligt" muligt at snakke om, mødes om og blive klogere på.'

Lotus mener, at det er vigtigt, at vi som samfund øver os i at tale sammen om svære anliggender, og at vi skal huske på, at man sagtens kan være både et elskeligt, dygtigt menneske og samtidig blive ramt af en afhængighed eller hvilken som helst anden sårbarhed. En sårbarhed, som kan sætte sig dybe spor hos alle, der er i nærkontakt med den, eksempelvis hos et barn af en misbruger.

'Rusmiddelproblemer skaber generelt uforudsigelighed, usikkerhed, skam og svigt,' fortæller Lotus om sin egen barndom. 'De kommer nemt til at dominere familielivet over tid, hvis ikke der bliver grebet ind og tilført familierne hjælp til at komme tilbage til nogle sundere familiemønstre. Der kan også følge et relativt højt niveau af konflikter og stress med i kølvandet på rusmiddelproblemer, og det er selvsagt også et svært klima for især børn at trives i.'

### **Stærke ressourcer kan skjule meget**

I Lotus' familie, som bestod af hendes mor (skuespillerinden Chili Turèll, red.), hendes far og Lotus selv, var der stor forskel på, hvordan hendes fars alkoholmisbrug blev oplevet indadtil i familien selv, og hvordan det blev oplevet af omverdenen, såsom skole, kolleger og omgangskreds.

'Jeg tror ikke, at andre end os tre, min mor og far og jeg, oplevede, hvor slemt det stod til. Jeg husker det faktisk, som om det var relativt nemt at gemme vores sårbarhed udadtil. Og det er jo egentlig naturligt nok, at

Da Lotus første gang fortalte andre udenfor familien om sin barndom, troede mange ikke på hende. Det fik hende til at tvivle på sin egen dømmekraft.



vi gjorde det, for der følger generelt en god del skam med i kølvandet på at have personlige problemer, der er vokset én selv over hovedet.’

Lotus vil derfor gerne skabe fokus på, at de misbrugsproblematikker, som ressourcestærke familier oplever, ikke nødvendigvis udmønter sig på samme måske tydelige måde, som det kan gøre hos familier med færre personlige, sociale og økonomiske ressourcer til rådighed.

’Vi havde mange ressourcer og også meget kærlighed til hinanden. Men vi kunne også gemme os bag netop vores ressourcer. En af mine egenskaber, som man godt kan kalde for en ressource, var min udviklede formuleringsevne samt evne til at indordne og tilpasse mig til alle situationer. Man kan skjule sig temmeligt effektivt bag et velformuleret ydre. Det kan simpelthen være svært for folk udefra at forestille sig, at man kan have brug for hjælp, hvis man fungerer og lyder godt.’

Lotus fortæller dog, at der har været flere tilfælde og omstændigheder, hvor andre voksne i hendes barndom burde have lagt mærke til, at noget ikke var helt, som det skulle være, eksempelvis Lotus’ tendens til at

”klistre” sig til andre, være meget velforberedt, nem at omgås og samtidig også meget anspændt, trist og nervøs med begyndende tegn på social angst.

’Min tandlæge og min sundhedsplejerske kunne have spurgt ind til mig eller interesseret sig lidt ekstra for mine mange huller i tænderne, og hvor mine mavesmerter kom fra. Fra tid til anden blev jeg også hentet alene fra vuggestue i taxa, hvilket man vist besluttede sig for at se gennem fingre med, da min far var en travl og anerkendt mand. Og jeg har også oplevet at være overladt til mig selv om natten, så jeg måtte hente hjælp på gaden for at forsøge at finde mine forældre.’

### **Støtte til ressourcestærke børn og familier**

Baseret på Lotus’ egne erfaringer og de mennesker, hun har mødt og talt med, når hun har talt om sin barndom og de problematikker, hun har oplevet, så er hendes mål med sin egen åbenhed klar:

’Jeg ville ønske, at nogen havde forsøgt at hjælpe os dengang. Forsøget alene, tror jeg, havde gjort en forskel. Det havde helt klart været et hårdt ”spejl” for os, men det havde nok også givet en følelse af, at





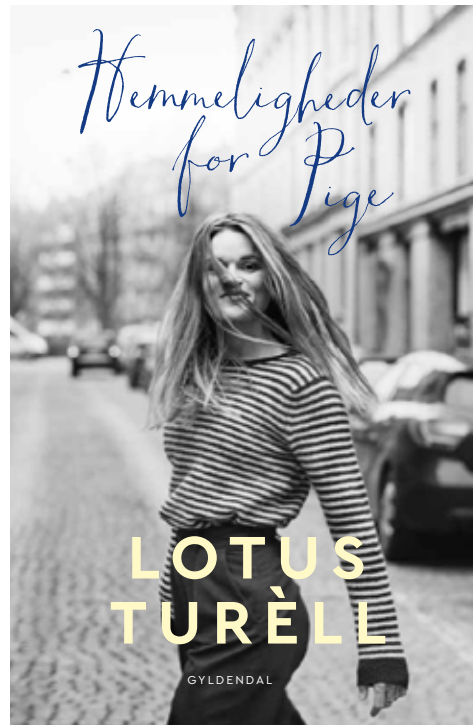
nogen kerede sig om vores trivsel, og det havde givet os en mulighed for at komme hinanden nær igen. Så jeg vil gerne sende et tydeligt signal om, at alle typer familier kan opleve nød og have brug for at få tilført støtte til at komme ud af den igen.'

Hun fortsætter: 'Jeg tror, at vi skal øve os i at udvide vores definition af udsathed og i at tale med hinanden om livets skyggesider generelt i en så omsorgsfuld og nuanceret tone som muligt. For det er op til os voksne at bryde tabuer. Vi kan ikke blot forvente, at vores børn og unge kan og tør, hvis ikke vi selv går forrest. Vi opdager ikke nødvendigvis de samarbejdende og/eller fagligt stærke børn. Og vi kommer måske til at sætte lighedstegn mellem høj faglighed og høj trivsel. Jeg tror også, at vi har flere barrierer i forhold til at snakke med ressourcestærke forældre om, hvordan det går derhjemme, end vi har med forældre fra mere typisk socialt udsatte klasser.'

Lotus foreslår, at man med fordel måske kunne lave nogle mere målrettede behandlingstilbud til familier fra den brede middelklasse. Hun vil også gerne give råd videre til, hvad man som voksen kan tænke over, hvis man vil holde øje med, om der er et ressourcestærkt barn i ens professionelle eller daglige liv, der måske oplever misbrugsproblematikker i hjemmet.

'Jeg tror, at man skal bruge sin kvalificerede mavefornemmelse til at få øje på de ressourcestærke børn. Man skal øve sig i at se bag facaderne og prøve at se barnet for det, det er, nemlig et barn: Er der livsglæde at spore? Glimt i øjet? Et unikt udtryk? Selvstændighed? Jeg vil vove den påstand, at en smule vilje eller modstand i ny og næ er et godt tegn, for det er vreden, den gode sunde vrede, vi bruger til at sætte grænser med for eksempel. Og ens personlige grænser er ofte temmelig utydelige, hvis misbruget har fat derhjemme, og hvis familiens medlemmer er inde i en medmisbrugende "gå-med"-adfærd. Man kan også reagere på tegninger eller stile, hvis de for eksempel gentagne gange handler om noget med flasker. Og forhøjede reaktioner. For eksempel involverede jeg mig nogle gange kraftigt og beskyttende i frikvartererne i, hvad jeg antog for en truende situation mellem drenge og piger, men som viste sig at være en helt almindelig situation. Det kunne man måske godt have interesseret sig for som gårdvagt?'

Som en del af Lotus' arbejde for at udbrede kend-



Forsiden på Lotus Turèlls netop udkomne bog 'Hemmeligheder for Pige'

skabet til misbrugsproblematikker i ressourcestærke familier har hun netop skrevet bogen 'Hemmeligheder for Pige'. Bogens titel kommer af, at Lotus som barn begyndte at kalde sin mor for 'Pige'. Lotus fortæller, at bogen er delt i tre dele med en biografisk del, en tilbageskuende del og en erfaringsguide til at komme i balance efter en svær opvækst. Hun har skrevet bogen, for at den kan læses af andre, der måske har en opvækst, der minder om hendes egen, eller som kender én, der har - eksempelvis en kæreste eller en ven.

'Jeg har primært skrevet bogen for at normalisere og eksternalisere problematikker, som mange ellers vil være tilbøjelige til at vende indad. Jeg synes, at der skal stå et vidnesbyrd fra min (sociale, red.) "klasse" på hylden på biblioteket, hvor mange unge sniger sig hen for at finde information om svære ting...'

*Du kan læse mere om Lotus Turèll og hendes foredrag på [www.lotusturell.dk](http://www.lotusturell.dk)*