

Mor, men uden lykke

Det, hun havde set frem til skulle være en lykkelig tid, bliver i stedet en smertefuld tid, hvor hendes liv, bliver meget anderledes end forventet.

Dagbog fra en fødselsdepression fortæller om en periode, hvor forfatteren døjede med en fødselsdepression. Hendes ønske er, at bogen kan være til støtte for andre, der kommer i samme pinefulde situation og bidrage til, at også pårørende får indsigt i, hvordan det opleves at være ramt af depression i forbindelse med graviditet og fødsel. Endelig beskriver bogen, hvordan det er at være partner. Der er brug for ord og fortællinger som disse.

Depressionen havde ikke noget som helst med datteren at gøre, men handler om følelser, hun ikke selv kan finde ud af og finde plads i – og de dilemmaer, glæder og vanskeligheder, hun står over for i sin rolle som mor.

Der er tale om dagbogsoptegnelser, hvilket giver en fin fornemmelse af det forløb, forfatteren gennemgår. Trods den voldsomme følelse af magtesløshed mærker man forfatterens trodsige håb om, at depressionen vil fortage sig. Og som læser ”håber man” sammen med forfatteren hele vejen igennem. Således opslugt tror jeg, at andre kvinder i samme situation vil føle sig forstået, når de læser bogen. Det er beroligende at læse, at man ikke er den eneste, at der er andre, der har været der – og at de er kommet videre.

Bogen giver jeg mine varmeste anbefaling. Den er indsigtfuld og henvender sig til alle, der er i berøring med fødselsdepressioner, personligt og fagligt. Bogen gør os klogere på sit emne og er en livsbekræftende og stærk fortælling om, hvordan en lang, sej kamp kan ende godt.

Tal om tanker og følelser

Rikke Laustsen begynder sin fortælling, da hun sammen med sin mand konstaterer sin ønskede og planlagte graviditet. Videre går beretningen over forventningens glæde, om de mange tanker om at få et barn og blive forældre. Hun fortæller om en ellers god og harmonisk graviditet, som dog sidst i graviditeten præges af en usikkerhed, hun ikke har oplevet tidligere.

Ved eftertanken undrer Rikke sig over, hvad det var der skete med hende på det psykiske plan sidst i graviditeten. Hun gør sig overvejelser om, hvorfor hun ikke fortalte nogen om, hvordan hun havde det – og overvejer, om det ville have hjulpet at sætte ord på sine usikre følelser om at skulle være mor og det store ansvar, der følger med. Hun kommer frem til, at hun skulle have talt med nogle om sin usikkerhed, om at hun var bange for at blive mor.

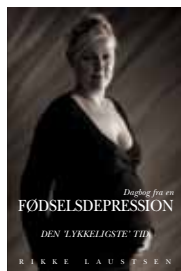
Efter fødslen noterer hun sig, at hun ligner sig selv: Man kan ikke se, hun er blevet mor. Men indeni føler Rikke sig anderledes. Noget er anderledes og ikke på den gode måde. Da datteren bliver lagt på maven, føler hun – ingenting. Den store moderfølelse, hun havde set frem til, lader vente på sig.

Hjemme igen venter en svær tid. Hun tør ikke fortælle om sin fortvivlelse, da hun er bange for, at andre vil synes, hun er en dårlig mor. Hun vil så gerne være den perfekte mor, men føler kun tomhed. Hun er grådlabil, føler ligegyldighed, har svært ved at tage sig sammen, overmandes af ensomhed, angst, tristhed. Hun kan ikke genkende sig selv og tror samtidig, at hun er alene om at have det sådan.

Resten af bogen handler om Rikkes store kamp for at komme på fode. Hun beskriver nærværende sin store usikkerhed til sig selv og over at stå med det ansvar for et lille barn, hendes usikkerhed over for sin mand og de andre nære relationer. Det er som at gå ved siden af sig selv, som om det liv, hun lever, ikke er hendes.

Da hun på et tidspunkt rammes af tanker om, at livet ikke er værd at leve, kontakter hun en psykolog. Sammen med psykologen bliver der sat ord på følelser, og efter ca. fem måneder får hun diagnosen fødselsdepression. Det er et vendepunkt, nu kan kampen begynde. ■

Charlotte Clemmensen



BOGDATA

Rikke Laustsen: Dagbog fra en fødselsdepression – den 'lykkeligste' tid.
GPO Forlag, 2012, 120 sider, 148 kr.