

Min berättelse



*En berättelse om att vara pappa.
Och om att sitta i fängelse.*



Om Bryggan

Bryggan är en ideell förening som arbetar för barn vars föräldrar är eller har varit föremål för kriminalvård. Förutom i Norrköping finns det bryggor på en rad andra orter i Sverige, alla bryggor är samlade under riksorganisationen RiksBryggan.

Barn till frihetsberövade föräldrar har länge varit en osynlig grupp i vårt samhälle. Det är ca 10 500 barn som varje dag har sin ena eller båda föräldrarna på kriminalvårdsanstalt och än fler är de som är barn till frivårdsklienter och före detta fängslade. Bryggan Norrköping vill uppmärksamma samt öka kunskapen om dessa barns speciella situation. Bryggans arbete är brottsförebyggande och vi ser dessa barn som brottsoffer. Barnen är alltid oskyldiga till sina föräldrars kriminalitet ändå straffas de, dels genom andras (och ibland sina egna) reaktioner, dels genom att mista föräldern för en tid.

Bryggan erbjuder både direkt och indirekt stöd till barn i målgruppen. Genom aktiviteter och mötesplatsen Bryggan samt via samtal och grupper får barn och ungdomar stöd och kunskap samt möjligheten att träffa andra barn och ungdomar i liknande situation. Föräldrar erbjuds stöd i sitt föräldraskap, individuellt och i grupp; både på häkte/anstalt samt i samhället.

Du finner mer information om Bryggan samt kontaktuppgifter till de olika bryggorna på www.riksbryggan.se

Du når **Bryggan Norrköping** via www.bryggannorrkoping.se och du är välkommen att kontakta oss via 011-10 70 57 eller info@bryggannorrkoping.se. Från anstalt är det gratis att kontakta en brygga!

2009-2012 arbetar Bryggan Norrköping med Projekt Akka som finansieras av Allmänna Arvsfonden. Det är inom ramen för detta projekt som denna folder tagits fram.





Min berättelse

Denna berättelse är baserad på min egen erfarenhet av hur det är att vara frihetsberövad och pappa. Den innefattar i huvudsak hur jag och mitt barns mamma hanterade och agerade vad det gäller att berätta "hemligheten" – med andra ord; sanningen om att jag befann mig i fängelse. Jag vill berätta hur vi gemensamt agerade med att berätta samt om hur vi stöttade och uppmuntrade vår dotter Josefin att inte hålla inne med tankar, funderingar och frågor.



Bakgrund

Jag heter "Kent"¹ och jag är född och uppvuxen i en stad i Mellansverige på 1960-talet. Barndomen var sorgfri medan tonårsperioden var strulig och bestod av mycket skolk från skolan (i synnerhet under högstadiet). I samma veva inleddes levnadsbanan med rökning, sniffning, alkohol, snatterier och mopedstölder. Då var jag 13-14 år. Högstadiet passerades med dåliga betyg, men jag kom ändå in på en tvåårig utbildning på gymnasiet och där gick jag ut med medelbetyg. Under sista året på gymnasiet mötte jag mitt första barns mor. Jag blev pappa när jag var 20 år gammal. Vi levde ihop i några år, sedan flyttade vi isär. Men jag höll kontakten med sonen genom att ha honom varannan helg. I början av 90-talet blev jag pappa till en dotter. Och det var

¹ Fingerat namn.

samma visa här, vi gick isär efter en tid. I slutet av 90-talet föddes "Josefin"². Det är i huvudsak henne denna skildring ska handla om – om hur jag och mamman hanterade min livssituation – att jag är dömd till fängelse på livstid för mord.

Att berätta sanningen

När jag hamnade på anstalten Kumla så hade Josefin ganska precis fyllt två år. Josefin och mamman besökte mig med jämna mellanrum såväl i besöksrum som i besökslägenheten. De intagna som har barn beviljades möjligheten att boka besökslägenheten för två dygn. Jag minns att jag upplevde det som en form av permission, jag kom ifrån det ibland stökiga avdelningslivet med allt vad det innebär. Jag fick umgås med min dotter under mer normala förhållanden. Vi hade besökslägenheten ungefär varannan månad, och det var lika uppskattat varje gång.

"Jag valde att säga sanningen i och med att Josefin undrade varför jag aldrig kom hem"

Inledningsvis sa mamman och jag till Josefin att jag befann mig på en skola, att jag pluggade. Då var Josefin kring fyra år. Men i takt med att Josefin blev äldre, vid 5-6 årsåldern, så valde jag att säga sanningen i och med att hon undrade varför jag aldrig kom hem. Det var givetvis varken ett lätt val eller lätt att göra. Jag berättade att jag hade begått ett brott och att jag därför befann mig i fängelse.

² Fingerat namn.

Innan jag berättade för Josefin så hade jag rådfrågat anstaltens psykolog hur vi skulle gå tillväga och mamman hade rådfrågat en kurator vid hemkommunen. De rekommendationer vi fick var entydiga; ”**Berätta för Josefin**”. Berätta lite i taget, inte allt på en gång och låt saker och ting få tid att sjunka in. Med tiden så skulle det komma fler frågor från Josefin så de, och det var det som skedde.

När jag ser det ur ett känslomässigt perspektiv så hade jag en **stark obehagskänsla** inom mig och den grundade sig på hur Josefin skulle reagera när jag berättade sanningen; att jag faktiskt befann mig i fängelse och anledningen till detta. Jag kände också skuld och skam i väldigt stor utsträckning.

”Jag var dum som slog och att jag var ’full’ och att jag ångrade mig väldigt mycket.”

Jag sa till Josefin att jag hade begått ett allvarligt brott – jag hade slagit en människa så att denne ramlade och dog. Jag var dum som slog och att jag var ”full” och att jag ångrade mig väldigt mycket. Därför befann jag mig i fängelse.



Allt eftersom kom det fler frågor från Josefin som hon hade funderat kring och då besvarade jag dessa så ärligt som jag kunde. Det var min "taktik" – att så snart Josefin hade en fråga så besvarade jag den och då var hon nöjd med det. Jag och mamman kom också överens om att när Josefin ville veta något, ja då fick hon ställa den frågan eller frågorna till mig och inte till sin mamma. Sedan gick det en tid tills nästa fråga uppstod. För det är ju så att **barn tänker och funderar väldigt** mycket om allting, likadant var det gällande min situation. Ju äldre hon blev desto mer ville hon veta.

"Pappa, vad innebär livstid egentligen, kommer du alltid sitta i fängelse?"

Vi samtalade väldigt ofta på tumanhand, bara Josefin och jag. Jag var noga med att alltid vara rak och uppriktig. **Både mamman och jag är av den bestämda uppfattningen att man ska berätta sanningen för barnet**, men att sanningen kan vara mildrad, man behöver inte gå in i detalj.

För inte så länge sedan hade Josefin en fråga till mig; "pappa, vad innebär ett livstidsstraff egentligen, kommer du alltid sitta i fängelse?" Då hade hon haft denna fundering inom sig en längre tid som hon kände att hon var tvungen att ställa. Och jag förklarade så tydligt och kortfattat som det bara gick och efteråt var hon nöjd och sa; "hoppas att du snart blir fri!"



Ett litet urval av Josefins frågor genom åren:

- varför ser människorna i fängelset ut som poliser?
- vad är ett brott?
- vad är en domstol?
- varför var du full?
- vem bestämmer att du ska vara i fängelse?
- kan inte polisen släppa dig fri nu?
- varför måste du vara i fängelse?
- hur länge måste du vara i fängelse?

Vilka andra fick veta?

Vi gjorde också Josefins sociala närhet medvetna om situationen; såsom dagis, fritids, lärarna och skolsköterskan i skolan – just i syfte för att **de skulle vara uppmärksamma på Josefins mående och beteende**. Om de upptäckte ett konstigt eller ovanligt beteende från hennes sida så kunde de då ana sig till anledningen.

”Josefin berättade för sina allra närmaste vänner, för dem som hon kände förtroende för.”

Vi sa aldrig till Josefin att hon inte fick berätta för någon, utan ville hon göra det så fick hon göra det. Och det blev så att Josefin berättade för sina allra närmaste vänner, för dem som hon kände förtroende för. För andra sa hon att jag jobbade i en annan stad och att vi inte kunde ses så ofta. Och så är det än i dag – hon berättar bara för dem som hon litar på till hundra procent.

Personalen, särskilt på Kumla, har alltid uppträtt på ett mycket korrekt sätt i och med att de har uppvisat ett väldigt trevligt och avspänt bemötande mot Josefin och mamman. I och med att jag befann mig drygt fem år på Kumla så utvecklades det en bra relation mellan Josefin och personalen. Josefin kände aldrig rädsla eller obehag när de åkte och besökte mig på Kumla. Personalen var alltid glada och frågade henne vad hon ville ha för leksaker med sig in och när det var dags att åka hem så frågade de om hon hade haft kul med pappa osv. Josefin protesterade aldrig mot att åka till fängelset och besöka mig, snarare tvärtom, hon längtade.

I dag så besöker de mig inte längre på anstalt, utan jag åker till dem på mina permissioner. Vi har i samförstånd tagit det beslutet. För i sanningens namn så är det alltid trevligare att träffas ute i friheten, utanför murarnas värld.

*”Vi ångrar oss inte ett ögonblick
att vi tog det gemensamma
beslutet att berätta.”*

För mig och mamman har det hela vägen varit av största vikt att vara sanningsenliga och ärliga mot Josefin. I dag när Josefin är drygt 12 år och känner vi båda i våra hjärtan att vi har handlat rätt. Vi ångrar oss inte ett ögonblick att vi tog det gemensamma beslutet att berätta. Hon är i dag en tjej som är stark och trygg i sig själv med många vänner, omtyckt och populär i skolklassen samt att det går bra i skolarbetet. **Min och mammans rekommendation är att prata med barnet och säga sanningen i den mån det går att göra det.** Det skadar heller aldrig att rådfråga utomstående hur ni

ska gå tillväga, t.ex. olika organisationer som jobbar för barn; Bryggan, BRIS (Barnens Rätt I Samhället), Rädda Barnen, skolsköterskan och/eller kurator eller andra vuxna i er närhet som vänner och t.o.m. arbetskollegor. Att hålla inne med sanningen tär på alla. Saken är ju också den att sanningen alltid kommer fram ändå. Att berätta sanningen skapar starka band mellan barn och förälder - förtroende skapar trygghet, barnet vågar lita på föräldrarna. Man måste "våga vara vuxen", föregå med gott exempel och säga sanningen, erkänna att man gjort fel. En relation byggd på lögn blir aldrig stark.

*"Man måste 'våga vara vuxen',
föregå med gott exempel och säga
sanningen."*

Mer om mig – varför är jag där jag är idag?

Avslutningsvis vill jag berätta mer om mig och försöka förklara varför jag är där jag är idag. Mina förhållanden med barnens mammor har alltid tagit slut relativt snart efter att barnen har fötts. Vad som var orsaken till det kan vara flera. Men sannolikt var det min oförmåga att ta ansvar, min rädsla för att tala om känslor och hur man mådde – så snart det blev tal om detta – ja, då valde jag att fly in i alkoholens dimmor.

Min självkänsla var i botten och jag hade utvecklat en negativ självbild, en stark känsla av att vara misslyckad som människa och far. Jag var självcentrerad i allra högsta grad, vilket i sin tur genererade andra negativa aspekter av tillvaron, så som; svek, lögn och undanflykter. Det gjorde relationerna och livssituationen ohållbara. Samma visa var det med anställningarna och

ekonomin, allting raserades gång efter annan. Alkoholmissbruket eskalerade för varje år som gick. Jag insåg att jag hade ett allvarligt problem och det gjorde att jag sökte hjälp ett flertal gånger i kommunens beroendecentrum. Jag var väl medveten om mitt missbruk; **jag var alkoholist, det var den krassa sanningen.**

Den enda hjälp jag ordinerades var alltid antabus, ingen annan form av hjälp kom någonsin på tal - inget tal om behandlingshem eller samtal med alkoholterapeut blev aktuellt. Under dessa antabuskurer så försökte jag alltid få en rätsida på hela min sociala situation; med relationerna till barnen, arbete och bostad. Ofta lyckades jag över förväntan bra, men efter en tid kom en känsla av att jag inte var värd att må bra, ett slags självförakt smög sig på mig. Samtidigt så smög sig tankarna på att upphöra med antabus, just i syfte att kunna börja dricka igen och bedöva verkligheten. Så här såg det ut i många år. Tills den ödesdigra dagen då jag i ett kraftigt alkoholrus dödade en medmänniska.



Foto: Fotoakuten

Frihetsberövad

Jag dömdes i tingsrätt och hovrätt till livstids fängelse för mord. Varför? Den frågan har jag själv ställt många gånger. Jag är inte en farlig person. Jag är inte den som söker våld och bråk, jag har heller aldrig varit det. De allra flesta av oss morddömda begår brottet under alkohol- och/eller narkotikaberausning (enligt BRÅ begås ca 100 mord/år i Sverige, 75 procent av alla dråp/mord sker under inflytande av alkohol/droger). Man kan också säga att flertalet av oss är "situationskriminella" (vi är inte med i kriminella organisationer) och brottet sker i berusat tillstånd samt i stark affekt, med andra ord i ett starkt känslomässigt tillstånd. Jag och min advokat menade på att jag hamnade i patologiskt rus (alltså i ett tillstånd som är totalt främmande för den personen när denne dricker). Normalt sett, alltid när jag drack så blev jag antingen glad och skämtsam eller så blev jag så full att jag somnade. Jag hamnade sällan i andra tillstånd än just dessa två.

"Jag dömdes i tingsrätt & hovrätt till livstids fängelse för mord."

Otaliga är de gånger då jag har önskat att jag har kunnat vrida tillbaka tiden och få denna händelse ogjord. Men jag vet att jag i den perioden som jag var i då i början av den här tragiska sommaren så mådde jag riktigt risigt, såväl psykiskt som fysiskt. Ekonomin var totalt körd i botten, min arbetsgivare förstod att jag hade problem med krökat, jag höll på med körkortet just för jobbet skull, hyran och andra räkningar släpade efter – jag kände mig så frustrerad och totalt vilsen och jag visste inte vad jag skulle ta mig till.

Min tanke var att låna en mindre summa pengar av en yttligt bekant. Men jag kom dit, redlöst berusad efter att ha druckit i tre dagar och jag minns inte särskilt mycket av det som sedan hände, jag har bara fragmentariska minnesbilder. Det var precis som all min frustration och all annan skit som hade samlats i mig under alla år fick utlopp denna dag och det kulminerade i denna tragiska händelse. Men vad som var den utlösande faktorn till mitt våld vet jag inte. **Mer än något annat önskar jag att det aldrig har hänt.** Jag lever med detta varje dag; varje dag bär jag sorg, ånger, skam och smärta – det kommer aldrig försvinna. Varje dag inom fängelsets murar är en ständig påminnelse till gärningen. Men jag försöker att inte bära det i mitt bröst utan snarare i den ryggsäck som jag bär. För om jag tillät smärtan och sorgen belägra mitt inre så skulle jag aldrig kunnat bli den jag är i dag. Jag har snarare händelsen som en stor varningssignal, ett memento, till att aldrig mer dricka alkohol och sätta mig själv eller andra i en sådan situation igen. Känner jag att det blir nödvändigt att inta antialkoholmedicin så gör jag det omedelbart, det är ingen diskussion eller tvekan från min sida. Jag har försonats med mig själv och jag har förlåtit mig själv hur svårt det än kan låta. Men jag har varit tvungen att göra det för att kunna gå vidare som människa.



Framtiden

Jag upplever det som att jag bär på en enorm skuld till samhället i och med brottet och att jag sonar det med många år av mitt liv – men det är inte tillräckligt för mig.

”Jag äger i dag en positiv livssyn med sunda värderingar.”

Det är därför som jag i dag har en genuin vilja och önskan att få hjälpa andra människor, jag vill bara göra gott för andra människor. Jag äger i dag en positiv livssyn med sunda och normala värderingar. Jag har också haft möjligheten och förmånen att få genomgå en 30-dagars långretreat på anstalten Kumla samt en tolvstegsbehandling mot min missbruksproblematik. Jag har även etablerat en trygg och god kontakt med en AA-förening samt skaffat mig en AA-sponsor, plus alla positiva krafter i form av diakoner, präster, pastorer och andra vänner som tillkommit under resans gång.

Allt detta sammantaget har förändrat mig som människa. Jag har rannsakat och renat mitt liv, jag har format det och nu lever jag så som jag lär:

”Tänk positivt, gör goda saker; & det goda kommer till dig förr eller senare. Det du sänder ut i världen kommer på ett förunderligt sätt tillbaka till dig.”

Tack!

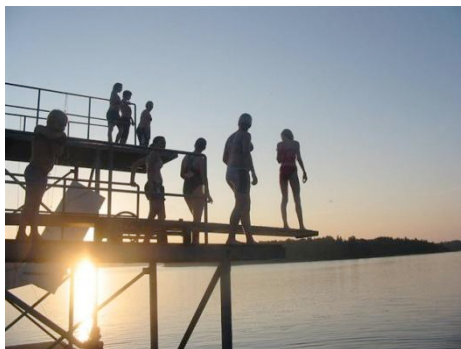


Ett stort tack till "Kent" som på ett modigt och ärligt sätt berättat om sig, sin familj och sina upplevelser om att vara pappa och sitta i fängelse.

Bryggan hoppas att "Kents" berättelse berör men samtidigt att den ger stöd och vägledning till dig som befinner dig i en liknande situation; som intagen eller som anhörig.

Vi hoppas också att "Kents" berättelse ger dem som inte har erfarenhet av föräldraskap och Kriminalvård en inblick i hur det kan se ut att vara pappa och intagen.

// Bryggan Norrköping 2010-09-16



Organisationer för dig som söker stöd:

Bryggan

Föreningen Bryggan arbetar med barn vars föräldrar är föremål för kriminalvård. Bryggan har en riksorganisation och lokalföreningar på många platser i landet. Bryggan arbetar utifrån FN:s konvention om barnets rättigheter och erbjuder olika verksamheter så som barn- och föräldragrupper, olika typer av aktiviteter och läger för både familjer och barn/unga.

På www.riksbryggan.se hittar du mer information och kontaktuppgifter till de lokala Bryggorna.

BRIS – Barnens Rätt I Samhället

Målet för BRIS verksamhet är att stärka barns och ungdomars rättigheter och förbättra deras levnadsvillkor. BRIS har stödverksamhet främst för barn och unga, men har även en stödtelefon för vuxna som behöver information och/eller rådgivning kring frågor som berör barn och unga.

Du som är upp till 18 år kan ringa, maila och chatta om vad som helst. En vuxen på BRIS svarar i telefon, på ditt mail eller chattar, och du är alltid anonym. Du når BRIS via www.bris.se eller **telefon 116 111**.

Du som vuxen når BRIS vuxentelefon på: 077-150 50 50

Rädda barnen

Arbetar för barn och barns villkor på ett strukturellt plan men har även en föräldrastöds telefon. Mer information www.rb.se

KRIS – Kriminellas Revansch i Samhället

För gemenskap och stöd ut ur kriminalitet www.kris.a.se

Andra vägar till stöd och råd

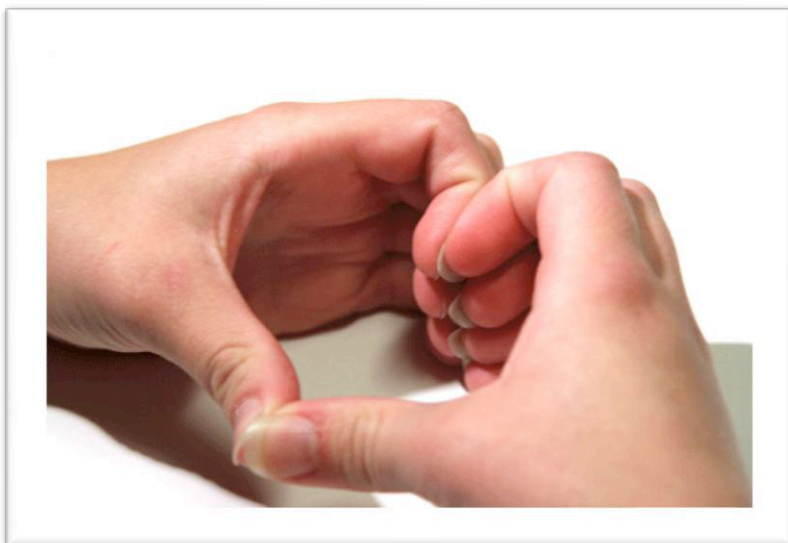
Du kan även få hjälp och stöd via socialtjänsten i den kommun där du är skriven (det gäller både för vuxna och för dig under 18 år). För dig som befinner dig på kriminalvårdsanstalt kan anstaltens Barnombud hjälpa dig. På alla skolor finns en kurator som kan hjälpa oroliga barn och alla landsting har någon form av BUP – Barn och Ungdomspsykiatri.





Min berättelse

Det här är min berättelse om mig, om livet, om misstag, om svårighet (men även glädje!), om kärlek och om ett livstidsfängelsestraff. Men framför allt är detta en berättelse om hur man förklarar detta för ett barn. Mitt barn. Min dotter. *Detta är min berättelse.*



Detta är en berättelse från en pappa som idag avtjänar ett livstidsstraff för mord. Detta är hans egna ord – hans egen berättelse. Syftet med att sprida denna berättelse är att dels att hjälpa och stötta andra som befinner sig i en liknande situation, dels att sprida information om hur det kan vara för en förälder inom Kriminalvården.

Denna folder är skapad i samarbete med Bryggan Norrköping, en ideell förening som arbetar för barn med föräldrar som är aktuella inom Kriminalvården.

