

Jeg er her endnu

Alina er 25 år. Hun har en HF-eksamen og er i et jobafklaringsforløb.

Nytårsaften 2011 blev Alina voldtaget på det kollegium, hvor hun netop var flyttet ind. Efter fyrværkeriet udenfor havde hun lagt sig på en seng. En udvekslingsstudent kom med et glas vand til hende og lagde sig oven på hende. Alina ville ikke have sex og sagde fra, men kort efter sortnede det for øjnene af hende, og hun vågnede næste morgen med en klar fornemmelse af, at hendes nej ikke var blevet respekteret. Dette blev senere bekræftet af andre, der deltog i festen.

Hvis han ikke havde puttet noget i det glas vand, så jeg fik et blackout, havde jeg gennemtæsket ham. Jeg ville have gjort alt, hvad jeg kunne for at få ham væk fra mig. Jeg har fået masser af tæsk, og jeg har også tæsket masser af mennesker, så det er ikke, fordi jeg ikke vil kæmpe.

Jeg troede jo ikke, det nogensinde ville ske for mig, men det gjorde det, og jeg lod det bare ødelægge mig. I stedet for at sige til mig selv, at det her er sket for dig, og det er fucking synd for dig, og give mig selv lov til at føle det, så blev jeg ved med at udsætte det og udsætte det. Jeg har udsat mange følelser i alt for lang tid. Det er det, der har ødelagt mig. Det er ikke det, han gjorde, det er alt muligt andet. Hold ud, hold ud, vær stærk og kom videre, sagde jeg til mig selv. Sådan har jeg altid sagt, for det hjem, jeg er vokset op i, var ikke et godt hjem.

Hjemme hos os har vi ikke været børn, det har vi ikke fået lov til. Min far var aldrig hjemme, og når han var hjemme, var der skænderier. Det var et helvedes hus. Jeg tror, det er derfor, jeg har sagt: Hold ud. Hold ud, indtil du kan slippe hjemmefra. Jeg fik verbale tæsk hver dag og været udsat for mange slemme ting, men jeg klarede det. Så da jeg blev voldtaget, var jeg vant til at holde ud. Holde ud at man ikke behandlede mig godt.

Jeg kunne ikke sige noget til politiet. Jeg vidste jo godt, at de ikke ville tage det seriøst. Jeg ville heller ikke sige noget til min familie. Dengang arbejdede mange fra kollegiet på en fabrik, hvor min bror var chef. Det var mig, der havde sagt til ham, at han skulle ansætte os alle sammen, for ingen havde noget arbejde. Min bror kendte *ham* og ville nok have tæsket ham ihjel, hvis han fik noget at vide, så jeg lod være med at sige noget. Også for min brors skyld. Jeg vidste, at han måske ikke kunne stoppe. Så ville det have været min bror, der kom ind at sidde i stedet for voldtægtsforbryderen, og det skulle han ikke. Min udvej blev at drikke og ryge rigtig meget. Jeg var skæv næsten 24/7, festede og lavede alt muligt lort i rigtig lang tid. Jeg var fuldstændig ligeglad med mig selv.

Sidst jeg så *ham*, må have været i sommeren 2013. Der havde jeg den mest latterlige reaktion. Jeg så ham sammen med en kæreste og gik hen og sagde: Ej, jeg har ikke set dig i lang tid - ih og åh! Jeg lod fuldstændig som ingenting. Hvis jeg så ham i dag, jeg tror, jeg ville gå fuldstændig grassat på ham og bare sige: Ved du, hvad du har gjort? Men dengang var jeg jo i total fornægtelse. Nu er han heldigvis rejst. Jeg snakker stadig med en fyr fra dengang. Han bor sammen med én, der hedder det samme som *ham*, og jeg har sagt til ham: Vil du ikke nok lade være med at sige hans navn, for hver gang du siger det, tænker jeg på *ham*. Så hans navn bliver ikke nævnt.

I de næste fire år levede Alina i perioder et liv bedøvet af hash og sprut i skiftende dårligt selskab. Hun, der havde været fagligt dygtig i skolen, kunne nu ikke koncentrere sig og droppede ud af en uddannelse. Hun skiftede ofte bopæl, havde forskellige slags arbejde, og var ofte økonomisk bagud. På et tidspunkt sygemeldte hun sig.

Da jeg sygemeldte mig, tænkte jeg: Jeg har brug for en pause, inden jeg mister forstanden fuldstændig. Jeg har brug for at slappe af, for det havde jeg ikke gjort i rigtig mange år. Jeg forberedte mig hele tiden på det værste. Hvis jeg ikke stopper nu, så bliver jeg sindssyg, tænkte jeg. Jeg fantaserede om at blive kørt ned, så jeg kom i koma og ikke skulle leve i det helvede, jeg levede i.

Det første år var jeg hjemme. Jeg lå hele dagen og så serier og røg joints. Dag ud

og dag ind. Jeg lod mig selv gå fuldstændig til spilde. Der var næsten ikke nogen, der vidste, at jeg havde været udsat for voldtægt og alt sådan noget. Jeg har altid været meget stærk, så jeg ville ikke indrømme, at jeg havde brug for hjælp. Jeg har altid selv klaret tingene, men jeg fik det bare værre og værre, og til sidst kunne jeg ikke være stærk over for andre og heller ikke mig selv.

Så blev jeg sendt til noget mindfulness og okay, det var det, jeg havde brug for! Det hjalp mig meget, og til sidst fik jeg bare nok af mig selv. Jeg tænkte: Jeg bliver nødt til at få nogen til at forstå, at det ikke bare drejer sig om, at jeg har det lidt skidt. Jeg bliver nødt til at sige det til nogen. Jeg kunne ikke være i mig selv mere. Jeg havde brug for hjælp.

Jeg tænkte, at man nok ikke ville tro på mig, hvis jeg sagde, at jeg havde haft det hårdt, dengang jeg var barn, for det var jo sådan noget gammelt noget, og voldtægten var heller ikke særlig ny. Men jeg havde ikke haft et eneste år, hvor der ikke var sket mig et eller andet. Så jeg tænkte: Okay, jeg bliver nødt til at sige alt. Og det gjorde jeg til kommunen. Jeg fortalte både om voldtægten og om familien og om mit hashmisbrug, det hele. Så blev jeg sendt ud til Center for Voldtægtsofre for at tale med en psykolog. Inden jeg kom derud, var jeg også hos nogle andre psykologer, men de irriterede mig voldsomt. Jeg kunne ikke snakke med dem, men psykologen på centret kunne jeg snakke med. Endelig var der en, der forstod mig, en der lyttede. Jeg synes det var hårdt. Jeg blev ked af det, og i en periode kunne jeg ikke holde ud, at nogen rørte ved mig. Selv ikke et knus kunne jeg tåle, men det var også dejligt at tale. Befriende.

Da jeg boede hjemme hos sine forældre, fortæller Alina, var det mig, der vaskede tøj, foldede tøj og lagde det på plads. Min mor bad mig om at gøre det, for jeg var den bedste til at organisere.

Jeg har lært at sætte mine grænser, for hver gang jeg har sagt: Hold ud, hold ud, så har jeg fået det værre. Før i tiden havde jeg det hele tiden sådan: Hvad nu hvis, hvad nu hvis? Hvad kommer der til at ske nu? Når de tanker kommer nu, siger jeg bare til dem: Shut up! Hvis der sker noget, så må vi tage den derfra. Der er ingen grund til at frygte noget, før der overhovedet er sket noget. Jeg har nok været i sådan uafbrudt panik mode før i tiden.

Tidligere havde jeg mange venner, men det var jo ikke rigtige venner. Nu har jeg

bare nogle få veninder, som jeg ved, jeg kan stole på, og som kan være der, når jeg har brug for det. De ved om voldtægten og alt det andet lort, og jeg har sagt til dem: Jeg sover ikke hjemme hos andre, og jeg vil sove alene i min seng. De syntes først, at det var noget underligt noget, at vi ikke kunne sove hos hinanden. Men jeg kan ikke sove med nogen overhovedet, og det er så på grund af voldtægten. Før har jeg ikke haft problemer med det, eller jeg har ikke mærket det, fordi jeg har været skæv, men nu ligger jeg lysvågen hele natten, hvis der sover nogen ved siden af mig. Så jeg har ikke haft en kæreste i snart fem år, og det er da lidt mærkeligt. Jeg har jo datet og sådan, men jeg har droppet dem lige så hurtigt igen. Så snart jeg kan fornemme, at en situation ikke er god, eller at en person ikke vil mig noget godt, så er jeg den, der er gået. Jeg har endnu ikke mødt en, som jeg har haft lyst til skal lære mig at kende som den, jeg er inderst inde.

Jeg har altid orden - også i mine køkkenskabe, siger Alina. Der gemmer sig ikke noget i mine skabe og skuffer.

Jeg føler, at jeg har måttet tabe mig selv fuldstændigt for at finde mig selv igen. Og jeg har fundet en, der er stærkere. Jeg har oplevet rigtig mange ting i mit liv. Og jeg er her endnu. Jeg ved, at jeg kan meget, og jeg ved også, at jeg kan hjælpe andre, og det vil jeg også gerne. Det er også derfor, jeg har sagt ja til dette interview, for jeg har virkelig oplevet meget lort i mit liv, men det skal ikke stoppe mig, og det skal ikke stoppe nogen andre. Uanset hvad man har været ude for, så skal det ikke ødelægge en. Man skal ikke tillade andre at have så meget magt over en for noget, der skete én gang i et kort øjeblik i ens liv. Det skal ikke stoppe mig eller nogen andre fra at være den, jeg har lyst til at være, eller de har lyst til at være.

'Alina' har ønsket at være anonym i dette interview.