

Skilsmässa – men barnen då?

– en pappa berättar

Man är tillsammans, man skaffar barn. Ibland skiljer man sig.

Men barnen finns kvar. Och förälder är man, för alltid.

Mats Janson är en tvåbarnsfar mitt uppe i en pågående skilsmässoprocess. Hur hanterar man detta som pappa? Vad är svårast? Skuldfrågorna och ensamheten? Misslyckandet? Och hur förändras relationen till barnen?

1: Beskedet

Det var en söndag i januari, direkt efter frukost. De ville ha det så, de ville ha så mycket som möjligt kvar av dagen, att vara tillsammans på.

De frågade Måns, 7 år och Love, 5 år om de märkt att de inte varit så bra vänner på sista tiden. "Vi måste försöka bli det igen" sa de. "För att göra det ska vi prova att flytta isär ett tag för att se om vi längtar efter varann."

– Måns reagerade blixtnabbt med den största ledsenhet jag nånsin sett hos honom. Han grät, slängde sig i soffan och skrek: "Gud hjälp mig!" Jag hade aldrig hört honom säga "Gud" förut. Love var lugnare, men jag såg hur han mörknade i blicken. Det enda han sa var: "Det tycker jag är tråkigt."

Resten av dagen pratade de. Försökte vara så nära barnen som möjligt och skylldes på terapeuterna. "Såna som kan sånt här säger att det är en bra sak att göra när man inte är kompisar längre."

De la sig alla fyra i samma säng på kvällen. Tidigare hade Mats ringt till dagisföreståndaren och berättat, på måndag morgon när han lämnade Måns på skolan pratade han med fröken. Han bad henne: "Det här kan väl stanna mellan oss så länge." En kvart senare, på samlingen, sa Måns högt: "Min mamma och pappa ska skiljas."

2: Mats och Marie

En skilsmässa är sällan en god vän. Där finns ingen trygghet, bara den där tyngden; misslyckandet av ett livsprojekt – oavsett om man vill skilsmässan eller inte. Och där finns barnen. Statister och huvudrollsinnehavare på en och samma gång i en process som måste hanteras.

Mats och Marie har varit tillsammans i 15 år. De är gifta och har två barn. Sedan 1998 har de bott i ett radhus i Nacka.

I slutet av november insåg de att det var ohållbart. Marie drev på, Mats förstod att hon hade rätt.

– Då trodde vi båda två verkligen att det var slut. Det hade varit för mycket bråk, för hårda ord. ändå gick Marie med på att vi skulle träffa en familjeterapeut.

De gick till ett terapeutpar, en kvinnlig och en manlig. Efter att ha lyssnat på Mats och Marie gav de dem ett enda råd: "Skilj er inte. Inte än. Kom ifrån varann istället, ta en paus så att ni får avstånd till problemet. Det kan hända så mycket på den tiden."

Tiden gick, det lackade mot jul. Mats föräldrar skulle fira jul hos dem, båda pojkarna fyller år i början av januari.

– Det gick några veckor, vi visste inte vad vi skulle göra. Det var ett slags dimma. Vi kände båda att det var kört, vi skulle verkligen skiljas, men vi bestämde att vänta till efter jul, efter deras födelsedagar.

När januari kom, helgerna och festerna var över, hade beslutet mognat fram: via en andrahandsförmedling hade de fixat en lägenhet, en möblerad andrahandsetta på Söder. De skulle bo varannan vecka hemma med barnen, varannan vecka ensamma i ettan. I fyra månader, sedan skulle ett beslut tas.

3: Mats nu

När jag träffar Mats är det mitten av mars. Ungefär halva tiden har gått, ingen vet hur det kommer att gå.

– Ju mer tiden har gått desto mer övertygad har jag blivit om att jag älskar Marie. Jag vill ha henne. Jag älskar när hon ringer mig fast jag spelar spel och säger "ska vi verkligen ha den här kontakten?". Jag längtar efter söndagarna som vi har tillsammans hela familjen. Det känns som om jag blir förälskad på nytt varje söndag. Jag är säker, jag vill leva med henne.

4: Mats skuld

I februari, under en av Mats barnveckor, tog han med sig pojkarna och for till fjällen. En veckas semester. På väg hem, på tåget, sa han: "Nu ska det väl bli skönt att träffa mamma igen."

"För dig med." sa Love.

"Jamen" sa Mats, "du vet väl att nästa vecka bor jag i lägenheten."

Love såg på honom och sa: "Men om vi är riktigt duktiga då?"

– Jag tog upp honom i knät och sa till honom att du har inget med det här att göra, det är inte ditt fel. Det verkade som om han förstod, men resten av resan satt han tungt i mitt knä och ville bli tröstad.

Senare frågade Mats Måns om han kände likadant. Han tittade upp en sekund från sitt Game Boy-spel, sa "Nej" och fortsatte spela.

– Jag lever med en stark känsla av att jag sviker deras tro på vår familj. Jag känner skuld för att deras mamma och pappa inte kan leva tillsammans. De två som betyder mest för dem kan inte hålla ihop, jag vill inte åsamka dem den sorgen. Och när jag är ensam med dem känner jag skuld för att Marie inte är där när de längtar så. Det känns som om det är mitt fel.

Det har funnits så många olika ansikten på skuldkänslorna. De första veckorna när Mats lämnade barnen på dagis och skola tänkte han att nu skulle de gå där hela dagarna och bära sorgen ensamma. Det var en jobbig insikt, att barnen skulle vara ledsna men varken han eller Marie skulle vara där och trösta.

Eller på söndagkvällarna efter en dag tillsammans med hela familjen. Känslan att lura pojkarna: "Nu har vi varit tillsammans hela dagen som en riktig familj, men sorry grabbar – back to reality."

Eller det faktum att man inte är i balans. I Mats fall har det lett till att han lätt blivit förbannad på barnen. Han har haft kortare stubin än vanligt, just i detta läge när de absolut inte behöver det. Ilskan har legat för nära och förstört.

– När vi var i fjällen kissade Love på sig i skidbacken. Jag var förbannad i 20 minuter, det får man ingen stjärna i psykologiboken för. Det är klart att jag inser att han har det jobbigt just nu, att det kanske var hela den här situationen som fick honom att kissa på sig och som tack för det skäller jag ut honom. Men jag kunde inte stå emot.

5: Ensam i huset

Det har varit en stor omställning. Inte bara till de ensamma veckorna i lägenheten, utan kanske framför allt till det ensamma umgänget med barnen.

– Det blev inget kul. Jag kände det så starkt i början, jag ville bara att de skulle gå och lägga sig.. Det har varit så otroligt tomt i huset, det har känts så fel vid middagsbordet när det

bara varit vi tre dag efter dag samtidigt som man ska försöka hålla skenet uppe. Jag har haft svårt att vara närvarande och det har förstås gett dåligt samvete. Jag kan inte ens vara kul när de behöver mig som mest. Jag har inte varit en så bra pappa som jag vill och kan när jag mår bra.

– På eftermiddagarna när jag hämtar dem har jag åkt omkring med en klump i bröstet, den här starka känslan av att något är fel. De har varit extremt lätthanterliga, de har dykt ner i tv-spelet dagligen och jag har känt mig lättad. Jag har helt enkelt inte haft tillräckligt mycket glad energi för att orka engagera mig, jag har inte förmått bryta mönstret. Istället har de fått spela och jag har skött ruljansen.

6: Ensam i lägenheten

Veckorna i lägenheten hade han på ett sätt ändå sett fram emot. Det hade varit en jobbig tid, han längtade efter den ensamma vilan nu när det ändå var bestämt att den skulle komma. Han hade en vision: vad skönt det skulle bli att gå på bio, ta en öl med kompisarna, skriva, sova, göra vad han ville.

– Visst, det har funnits såna stunder. Men mest har det varit tråkigt. Jag var på bio själv en gång, men jag var så rastlös att jag satt och väntade på att filmen skulle ta slut. Och det är inte kul att ta hem hämtmat och sitta ensam och käka framför tv:n i en lägenhet som inte är ens egen när resten av familjen sitter ensamma i ett annat hus.

– Men morgnarna har varit bra. Det är bara att resa sig ur sängen, käka frukost och gå till jobbet. Och det är en skön känsla att vakna halv åtta och vara först på jobbet. Förut vaknade jag halv sju, stressade som en idiot och kom sist till jobbet.

Det har alltså funnits stunder av vila. Efter 15 år tillsammans och sju år med småbarn har han lärt sig lyxen att njuta av friheten, trots att den är påtvingad, nyvunnen och förhoppningsvis tillfällig.

– Bortsett från de första veckorna har jag inte längat efter barnen så mycket som jag trodde jag skulle göra.. Att få vila från föräldraansvaret och veta att de är i goda händer, det har nog varit det bästa med det här. Vilket i sin tur förstås också gett dåligt samvete.

I lägenheten har också svartsjukan vuxit sig stark. Han har letat spår. När Mats kom tillbaka efter fjällresan med barnen upptäckte han att värmeljusen var halvbrunna. Men när han lämnade lägenheten var de helt nedbrunna, och hon skulle ju inte vara där den veckan han och barnen var borta. Vad hade hon gjort?

– Vi gjorde upp ett avtal där vi sa att under de här fyra månaderna skulle det bara handla om Marie och mig, vi skulle reda ut vårt förhållande, vi skulle inte blanda in en tredje part.

Samtidigt som vi sa det var vi förstås medvetna om att det inte fanns några garantier. Det är så lätt att åka dit, att i ett sådant läge ramla in i en förälskelse.

Han frågade aldrig Marie om värmeljusen.

7: Mats hoppas

Medvetet har Mats och Marie sett till att de ibland har träffats i lägenheten alla fyra. De har käkat pizza eller fikat, tänd ljus och bara varit där några timmar. De har försökt göra den till familjen Jansons lägenhet trots allt, den skulle inte vara någon främmande och skrämmande plats. För sitt inre skulle barnen kunna se var den andre föräldern var någonstans när han eller hon inte var med dem.

– Första gången var det jag och barnen som hälsade på Marie. Måns sprang in direkt, sa "Wow! Vad mysigt!" och slängde sig i soffan framför tv:n medan Love stod kvar i hallen med kläderna på. Han ville inte vara där, han tyckte inte om det.

Nu har även Love accepterat lägenheten och Mats känner att den faktiskt blivit något av en fristad för hela familjen att vistas i ibland, bort från huset där de anklagande orden och bråken har bott.

– En gång satt Marie och jag i köket och fikade medan de tittade på tv. Vi satt och pratade länge och jag tror de kände det, att vi två faktiskt kunde sitta och prata vänligt med varandra som andra föräldrar.

Mats är förstås medveten om att barnen tänker på situationen långt mer än vad man kan märka på dem. Att det inte går att lura barn, att de vet när det är allvar. En av Måns första frågor var: "Men om ni inte längtar då?"

Han har frågat dem om de tänker mycket på det här. "Nej" svarade Måns, "bara på kvällarna när jag ska sova och när jag vaknar."

Han har också brottats med frågan om han ska uppmuntra dem eller inte. De dagar han känt att det kanske ordnar sig trots allt, skulle han säga något till barnen?

– Eftersom jag har hoppats har jag velat ge hopp. Jag har flera gånger sagt till Måns att det känns som om vi är lite närmare varann nu. Jag vet inte om det är rätt eller fel. Men det är sant, de gånger Marie och jag pratat under den här tiden har vi pratat på ett sätt som vi inte gjort på tre år.

– Jag har tänkt på att det här är den första smällen de får av "verkligheten". Men jag har också tänkt att nån gång måste de få en smäll och lära sig något, kanske mogna av att de ser att de klarar det. Ingen är så bra på att ta smällar och acceptera saker som just barn, det känns snarare som att vi vuxna glömt något vi kunde som barn: att acceptera läget och vara glad ändå.

8: Vad gör mest ont?

De första veckorna ringde Mats och Marie varje kväll från lägenheten för att säga god natt till barnen. Det kändes naturligt, självklart. Men det blev för svårt.

– Måns har haft stora problem att avsluta samtalen när jag ringt. Han har fått tvinga sig själv att räkna högt till fem och snabbt slänga på luren för att klara det. Det blev för jobbigt, nu ringer jag inte alls på kvällarna längre. Men det händer att Måns ringer när han längtar.

De första veckorna var också tuffast för Mats. När någon tilltalade honom på jobbet började han gråta. Sorgen var för stor, han ville inte att detta skulle ske. Men han var länge osäker på varför han inte ville det.

– Jag tänkte så mycket på det, men det var omöjligt att reda ut i sorgen över hela skiten. Var det Marie jag saknade, var det barnen eller var det förlusten av "familjeprojektet" som gjorde mest ont? Det är möjligt att det senare var det allra starkaste: att vi hade glidit isär och gjort varandra illa, att lyckan hade vänt och gjort oss både olyckliga. Ett tag tänkte jag att det var längesen jag slutade älska Marie, och att jag nu kämpade bara för min bild av Familjen, själva konceptet.

Det är svårt att veta hur allt detta påverkat barnen, det går bara att gissa. Men klart är att bägge agerat på ett sätt de inte brukar i skolan respektive på dagis. Love har varit mer sorgsen vid lämningarna, Mats har märkt att han bitit ihop på ett sätt han inte brukar. Måns har haft koncentrationssvårigheter, svårt att sitta still och se på den som talar. En incident fick hans fröken att kalla till samtal.

– Han hade lärt sig att knäppa med fingarna och gjorde det oavbrutet, dessutom framför ansiktet på folk vilket ju är oerhört irriterande. Men han kunde inte förstå att han skulle lägga av, varför de blev arga, han rörde dem ju inte. Det kulminerade i en situation där skolan ringde oss.

Och samma dag vi träffas har Mats precis fått höra att Love på dagis under dagen dels sparkat sönder en spegel, dels sparkat en flicka.

9: Närhet

Förut har Måns och Love somnat i sina egna sängar. Det gör de inte nu. Redan första natten de tre var ensamma i huset ville Måns sova hos Mats och efter några dagar kom också Love. Sedan dess sover de alla tre i den stora dubbelsängen.

– De kryper verkligen inpå och jag har sugit åt mig av det, jag vill ha dem där, så nära det bara går. Jag gömmer mig bakom tanken att de behöver mitt stöd, men det är precis lika mycket jag som behöver dem.

Fotnot: När de fyra månaderna gått bestämde Mats och Marie att de skulle flytta ihop och försöka igen.

5 frågor:

Hur lär man sig skilja på äktenskap och föräldraskap?

– När man har barn tillsammans är man för alltid knutna till varandra genom barnen, man måste alltid med stor vilja ta ansvaret att vara mamma och pappa vad som än händer. Men vi har också förstått att om vi ger vårt äktenskap en chans till måste vi arbeta på vår relation till varandra, inte bara som mamma och pappa. Vi får inte sluta uppvakta varann och ha kul ihop. Vi måste göra saker ihop UTAN barnen vilket vi varit otroligt kassa på. Vi måste lära oss att barnen måste få ta lite mindre plats.

Har barnen fått agera slagträn?

– Nej. Det är en klassisk grej, jag vet, men det får bara inte ske. Fast det har legat där, jag har varit frestad att säga "nej, mamma vill inte träffa mig, det är hennes fel". Men jag har inte gjort det, aldrig. Istället har jag sagt att "Ni är det bästa jag vet. Och mamma."

Har ni lyckats bevara omtanken om varann när ni delat upp ansvaret och de praktiska lösningarna?

– Ja, vi har inte motarbetat varann utan försökt hjälpa. Vi har också gått in och hjälpt varann vissa kvällar under våra barnlediga veckor om den andre haft något den måste göra. Vi har försökt bete oss som vuxna och samarbeta.

Hur lär man sig att vara ifrån barnen?

– Jag vet inte. Det är kluvet, på söndag kväll tänker man "fy fan, en hel vecka innan jag får se dem igen", men sen går veckan och man längtar mindre än man trott. Men efter den första ensamma veckan tog det mig en hel dag att komma in i normala gängor med dem. Jag blev chockad av mötet. Men allt sånt har gått bättre och bättre.

Hur reagerar barnen vid återseendet?

– Det är olika. Men en gång när jag hämtade Måns på skolan när vi inte hade setts på en vecka slog det liksom över för honom. När han fick syn på mig sprang han först ut i kapprummet och hämtade sina kläder innan han kom och kramade mig. Det var som om han måste springa av sig först, att det blev för starkt. Andra gånger tittar han knappt på mig när jag kommer, men man ser på kroppsspråket att något pågår.