

Jag. Har. Inga. Ord. Kvar – Föreläsning om att vara anhörig till missbrukare



Mitt namn är Anna Bergfors, jag är mamma och anhörig till en missbrukare.

Jag föreläser om att vara anhörig till en missbrukare.

Föreläsningen bygger på mina egna erfarenheter av att vara anhörig och texter ur min bok "Jag. Har. Inga. Ord. Kvar" (finns via bod.se).

Föreläsningen tar upp frågor som många anhöriga brottas med såsom skam och skuld, medberoendeproblematiken och den ständiga närvaron av oro och sorg. Men även strategier för att hantera denna situation utan att gå under själv.

Praktisk information

Föreläsningen riktar sig dels till yrkesverksamma som arbetar med missbrukare och/eller anhöriga och dels till anhöriga.

Jag föreläser på utbildningar, kurser, konferenser, workshops, möten etc. etc.

Föreläsningens längd kan variera från ca 30 minuter till 2 h beroende på uppdragsgivarens önskemål.

Vänligen kontakta mig för offert.

Du får gärna hjälpa mig att sprida information om denna föreläsning.

Kontakt Mail: anna.bergfors@hotmail.com Mobil: 0733-20 98 28

Länkar

Klicka på länken för att ta del av föreläsningen som gavs 191115 på Anhörigdag i Stockholm:

[http://anhoriga.se/nyheter/nar-orden-tar-slut-en-foralders-tankar-kring-sitt-barns-missbruk-/](http://anhoriga.se/nyheter/nar-orden-tar-slut-en-foralders-tankar-kring-sitt-barns-missbruk/)

Om du vill läsa mer om boken så klicka på länken:

<https://fashionforfiftyish.com/2020/05/14/jag-har-inga-ord-kvar-min-bokdebut/>

Referenser

Mikael Malm, Sveriges kommuner och regioner avd. för vård och omsorg, Mobil 0767-61 58 31, Tel 08- 452 78 31, mikael.malm@skl.se

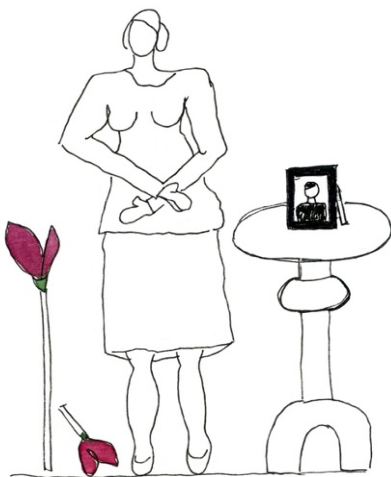
Zophia Mellgren, Sveriges kommuner och regioner avd. för vård och omsorg , Mobil 0725-39 13 24, Tel 08-452 79 53, zophia.mellgren@skl.se

Susanne Holmsten, Utvecklingsstrateg Regionala utvecklingsförvaltningen i Västmanland

Mobil 0704-96 90 57, susanne.holmsten@regionvastmanland.se

Camilla Helgesson, Gruppchef och inspektör Polisen Eskilstuna, Mobil 0722-32 68 39, camilla.helgesson@polisen.se

Marina Gäaw, verksamhetschef ungdomsmottagningen region Västmanland, Mobil 0721-53 07 18, Tel 021-17 68 62, marina.gaaw@regionvastmanland.se



Jag. Har. Inga. Ord. Kvar.

ANNA BERGFORS

“Jag har inga ord kvar

Jag har inga ord kvar fast jag har så mycket att säga. Ord som inte sägs. Ord som inte hörs. Ord som bara tänks. Ord som känns.

Jag. Har. Inga. Ord. Kvar.

De tog slut.

Men jag kan skriva orden.

Jag planerar för din begravning. Det har jag gjort ganska länge nu. Det finns nån slags tröst i det. Som att jag får ta ut sorgen nånstans.

För jag sörjer. Jag sörjer det jag saknar. Jag sörjer att jag saknar. Jag saknar verkligen dig. Det känns som om jag är en barnlös mamma. En halv mamma. En ganska misslyckad mamma. Ibland. Ibland tänker jag att jag misslyckades nog och ibland tänker jag att du misslyckades. Jag vet inte vilket som är värst. Men jag kan vara en misslyckad mamma i all evighet om det skulle hjälpa dig. Om det skulle hjälpa dig tillbaka till oss levande.

Det är konstigt att sörja de som lever, det är konstigt att planera för de levandes begravning, men jag gör det för då kanske jag är mer beredd om du dör. När du dör. När du dör kanske jag också dör. På något sätt dör jag nog.

Ibland tänker jag att det vore lugnare om du dör. Då kanske oron och ångesten kan dämpas. Då kanske allt blir tyst och stilla. Då kan jag sörja, på riktigt. Då kan jag berätta om min sorg. Då kanske orden kommer tillbaka. Då kan jag berätta om dig och mig. Då kan jag berätta vilken fantastisk och underbar person du är. Den riktiga du. Den som blev kidnappad. Den som jag saknar och sörjer. Den roliga och omtänksamma du.

Jag skulle verkligen vilja att du kom tillbaka till livet. Till mig, till Kevin, till mormor, till alla som älskar och saknar dig.

Vi saknar dig. Vi älskar dig. Jag saknar dig. Jag älskar dig. Kom tillbaka. Kom hem.”

(Ur boken Jag. Har. Inga. Ord. Kvar av Anna Bergfors)