

Viggo og Walthers verden



EN AF OS

Væk med tavshed, tvivl og
tabu om psykisk sygdom!

The background of the entire page is a solid light yellow color. It is decorated with numerous hand-drawn white stars of various sizes and orientations, scattered across the top and bottom portions of the page. The stars are simple line drawings, some with five points and others with slightly irregular, hand-drawn shapes.

Viggo og Walthers verden

Viggo og Walthers verden

© Landsindsatsen EN AF OS og Nanna Sofie Højstrøm

1. udgave, 1. oplag, 2016

ISBN: 978-87-999557-0-1

Udgivet af Landsindsatsen EN AF OS

www.en-af-os.dk

Mail: info@en-af-os.dk

Manus:

Nanna Sofie Højstrøm

Illustrationer:

Cathrine Gram

Layout:

Peter Dyrvig Grafisk Design

Bogen kan rekvireres hos de regionale PsykInfo'er

– find kontaktoplysninger på www.en-af-os.dk/kontakt.

Forord

I Danmark er der mindst 80.000 børn og unge, der har en mor eller far, der har en psykisk lidelse (Sundhedsstyrelsen 2016). Undersøgelser viser, at mange af disse børn oplever, at de står alene med deres tanker og bekymringer. Ofte fornemmer de, at der er noget galt uden at kunne sætte ord på det. "Viggo og Walthers verden" tager udgangspunkt i dette sårbare emne, og den sætter fokus på vigtigheden af at tale med børn om psykisk sygdom i familien. Ved at tale åbent og ærligt med barnet er man ikke kun med til at nedbryde fordomme og tabu omkring psykiske lidelser generelt, man bryder også med den ensomhed,

som mange børn oplever. Ved at hjælpe dem med at sætte ord på deres tanker og følelser kan man i sidste ende også være med til at forbygge, at barnet selv i fremtiden udvikler psykiske lidelser.

Landsindsatsen EN AF OS ønsker med denne bog at bidrage til større åbenhed om psykiske lidelser og dermed gøre livet nemmere for de børn, der vokser op med en forælder med psykisk sygdom.

Læs mere om EN AF OS på www.en-af-os.dk.



**Væk med tavshed, tvivl og
tabu om psykisk sygdom!**

Her er Viggo. Han er ni år gammel.
Han bor sammen med sin mor og far. Han har ingen søskende, men han har en bedste ven. Sådan en af de allerbedste. Han hedder Walther. Det er kun Viggo, der kan se Walther. Han er en stor, varm bamse, der kan kramme Viggo, til han næsten ikke kan få luft. Viggo kan godt lide, når Walther krammer ham, for så ved han, at han passer på ham.

Viggo går i anden klasse. Han synes det er svært at læse og skrive, og læreren siger, at han skal øve med sin mor og far.

Han har spurgt, om far vil hjælpe ham, men det har han ikke tid til. Han skal både købe ind, lave mad, vaske op, vaske tøj, støvsuge og alt muligt andet, som Viggo ikke kan se meningen med. Han har ikke spurgt mor. Hun har det ikke så godt. I hvert fald ikke i øjeblikket.





Lige nu ligger hun i sin seng. Viggo kan høre, at hun græder, og far sidder ved siden af og prøver at trøste hende.

“Det skal nok blive bedre. Jeg ringer til lægen i morgen,” siger far.

Far opdager, at Viggo står i døren og kigger på dem. “Viggo gå lige ind på dit værelse,” siger han. Han lukker døren og trasker ind på sit værelse. Det var meningen, at han skulle øve sig i bogstaverne, men det kan han ikke nu. Han har ondt i maven.

Han lægger sig på sin seng og trækker dynen op over sit hoved. Han kan mærke, at tårerne er på vej. Han vil ikke græde! Han holder vejret og lukker øjnene. Det plejer at hjælpe. Da han åbner dem igen kalder han med en stille hvisken: “Walther, er du der?”

Walther er der altid, når Viggo kalder. Han lægger sine varme poter på Viggos mave. Det hjælper lidt på mavepinen.

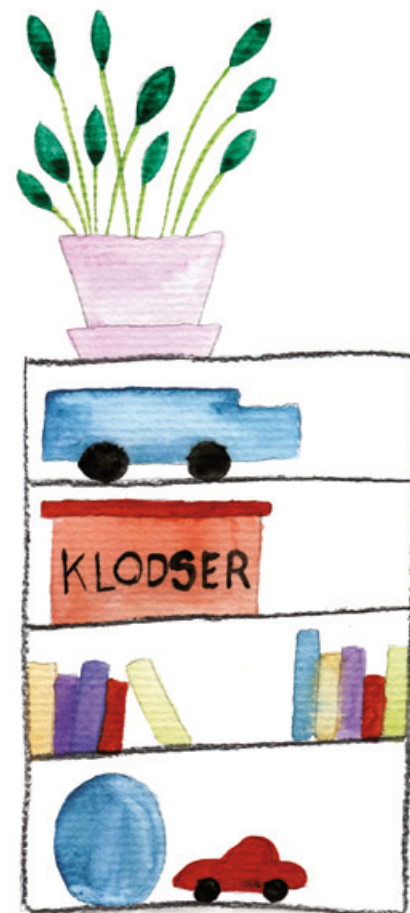
“Vil du med ind i vores hemmelige verden?” hvisker Viggo. Walther vil altid gerne med, når Viggo spør-

ger ham. Han finder sin lommelygte frem. Det er hans yndlingslegetøj.

Han tager den med ind under dynen og forestiller sig, at den er en stor stjerne, der lyser den mørke himmel op. Når lommelygten rammer dynen kan han se tusinder og millioner af stjerner, og for hver stjerne må man ønske. Viggo ønsker altid det samme – at hans mor vil blive rask.

Når han ligger under dynen med sin lommelygte og Walther, er det, som om de har deres helt egen hemmelige verden.

Her kan han altid gå hen, hvis han er ked af det, og så trøster Walther ham, til han bliver glad igen. Her kan de snakke om alt. Der er kun de to. Og det er dejligt. Han kalder den for “Viggo og Walthers verden”.



Da det bliver aften, kommer far ind og putter Viggo. Han siger ikke så meget. Bare godnat. Da han er på vej ud af værelset, spørger Viggo: "Er mor ked af det?" "Det skal du ikke tænke på. Du ved, hvordan det er. I morgen er hun nok glad igen," siger far og slukker lyset.

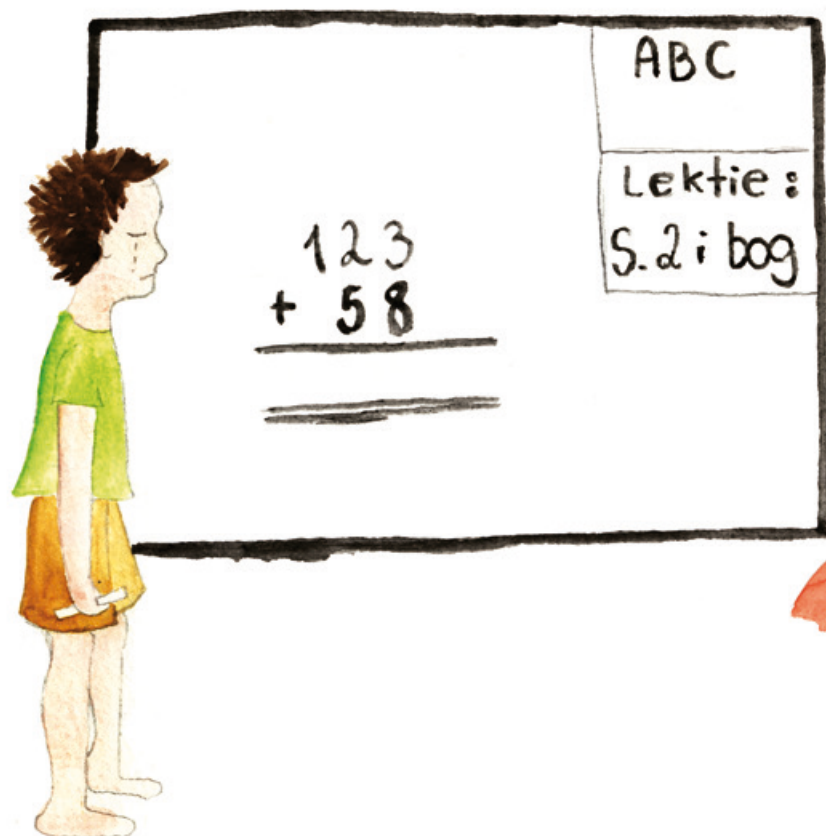
Da Viggo vågner næste morgen, går han ud på toilettet og tisser. Far står i badet, og han siger, at Viggo skal tage sit tøj på, og så køber de et rundstykke på vej til skole.

På vej til skole siger de ingenting. Viggo ved godt, at mor er ked af det, når han kommer hjem fra skole. Hun ligger i sengen det meste af dagen og taler næsten ikke. Hun spiser heller ikke ret meget

og er blevet helt tynd. Det eneste hun gør, synes Viggo, det er at græde. Han forstår slet ikke, hvorfor hun græder så meget, og han tænker tit på, om det mon er, fordi han har gjort noget galt.

I skolen er det Viggos tur til at komme op til tavlen. Han skal lægge en hel masse tal sammen med hinanden. Han kan slet ikke finde ud af det, og han kan mærke, hvordan de andre børn kigger på ham. Han er ikke venner med nogen af dem. Ikke sådan rigtigt i hvert fald.

Nogle gange siger de til ham, at hans mor er gak i låget, og så griner de, mens de løber deres vej. Han gider ikke lege sammen med dem, når de siger sådan noget.

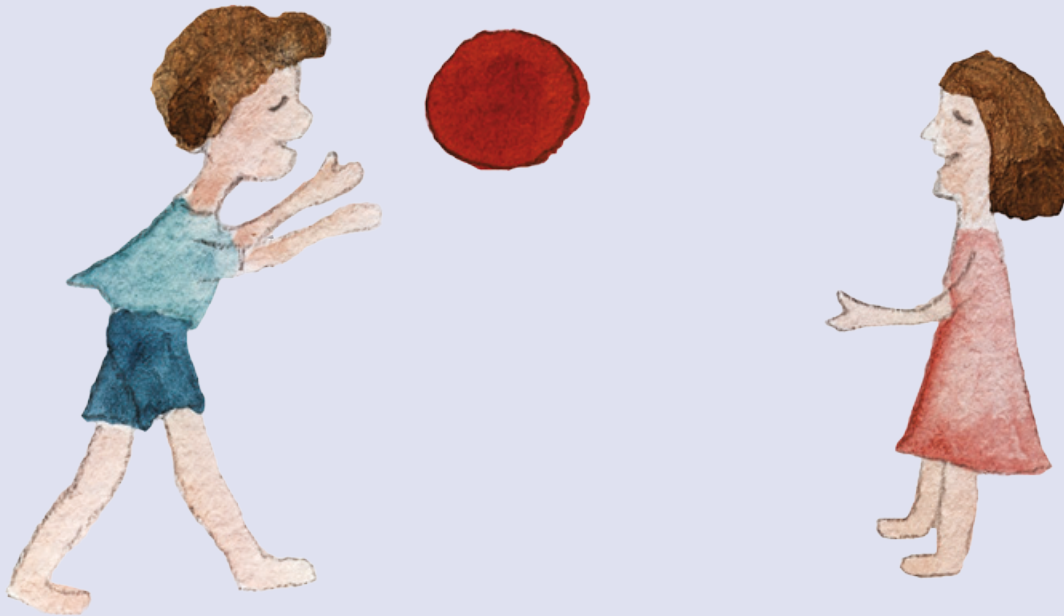


Han har fundet et hemmeligt hjørne bag en hæk i skolegården. Der går han over i det store frikvarter, og så kalder han på Walther.

De andre børn må ikke se det, for så siger de sikkert også bare, at han er gak i låget. Og det er han slet ikke. Han fortæller Walther, at han ikke kunne finde ud af regnestykkerne på tavlen, og at alle de andre

grinede af ham. Hans lærer sagde bare, at han skulle øve sig noget mere.

Walther hjælper Viggo med at øve sig på at lægge tal sammen. Det er meget nemmere, når det er Walther, der forklarer det. Det er nok, fordi han er sådan et fjollehoved, der altid kan sige tingene, så man forstår dem.







Da Viggo kommer hjem fra skole, er der helt stille.
Hans mor sidder i sofaen og stirrer ud i luften.
Hun ser ikke, at Viggo står lige ved siden af hende.

Han kan se, at hun har grædt igen. Han har mest lyst til at sætte sig på hendes skød og mærke hendes varme krop imod sig og dufte til hendes hår. Men det er, som om hun er stivnet i kroppen, så i stedet for lægger han forsigtigt et tæppe omkring hende og tænder for forsynet, så hun i det mindste har noget at kigge på. Han sætter sig ved siden af hende helt stille og tager hendes hånd i sin.

Hun er helt kold. Så mærker han en varm pote i sin anden hånd. Det er Walther, der sidder lige ved siden af ham og passer på ham. Det er dejligt, at han har Walther. Ham kan man altid stole på.



Da han lidt efter går ind på sit værelse, lægger han sig på sengen. Han hvisker ud i rummet: "Hvad er der galt med mor? Er hun helt ligeglad med mig? Elsker hun mig ikke mere?"

Han kan ikke forstå, hvorfor hans mor altid er så ked af det. Sådan var hun da ikke engang? Eller var hun? Viggo kan ikke huske det. Det føles, som om det altid har været sådan.

Da han en dag spurgte sin far, hvorfor mor altid græder, sagde han kun, at sådan har nogle mennesker det bare. Og så sagde han, at Viggo ikke skulle tænke mere over det. Men det kan Viggo ikke lade være med. Faktisk tænker han på det hele tiden. Selv når han ikke engang lægger mærke til det, så tænker han på det.

"Walther, hvorfor er der aldrig nogen, der fortæller mig noget som helst? Jeg ved jo godt, at der er noget galt, men jeg forstår det ikke."

Walther lægger sine varme poter på hans mave og siger, at nogle gange kan det være svært at snakke

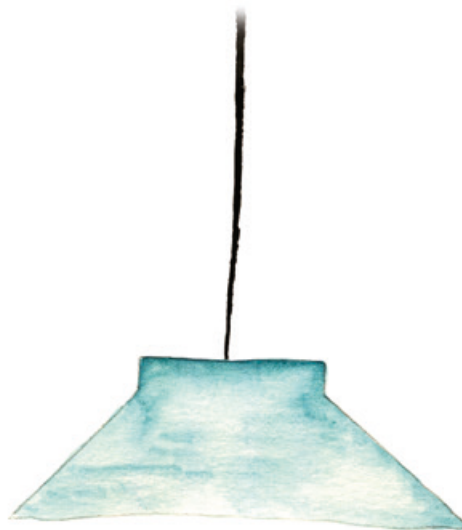
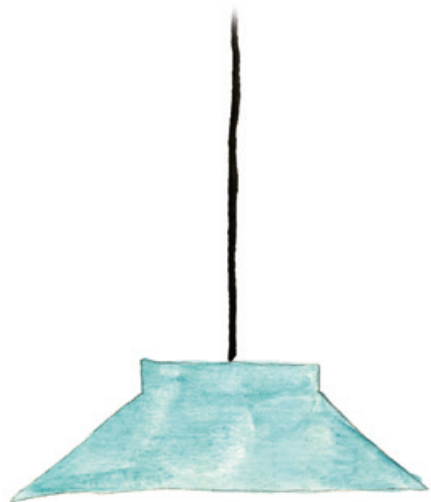
om de ting, der gør en ked af det, fordi man er bange for at blive endnu mere ked af det. Derfor synes nogen, at det er nemmere slet ikke at sige noget, selv om det i virkeligheden kan gøre tingene værre.

Men han fortæller også Viggo, at hun elsker ham mere end noget andet i verden. Hun er syg, og det er ikke Viggos skyld. Det er ingens skyld.

Walther har altid et svar. Viggo forstår ikke, hvordan han kan vide alting i verden, men det gør han altså bare. Måske er det, fordi han kan høre, hvad de voksne taler om, når Viggo ikke er der.

"Bliver jeg også sådan, når jeg bliver voksen?" spørger Viggo.

"Nogle gange, Viggo, så bliver mennesker syge, uden at man ved hvorfor. Der er ingen, der kan spå om fremtiden, men jeg kan love så meget, at jeg passer på dig resten af dit liv!" siger Walther. Viggos øjenlåg bliver tunge, og han falder hurtigt i søvn.



Næste morgen vågner han tidligt. Han tager sit tøj på, går ned og spiser morgenmad og lister ud af døren, uden nogen opdager det. Han lægger en seddel til sin far, hvor der står, at han er taget i skole tidligt, fordi han havde glemt sin bog i skolen og derfor ikke havde lavet sine lektier. I virkeligheden har han ikke lyst til at se sin mor den morgen. Han vil bare prøve at glemme det hele – bare for en dag.

Henne i skole trasker han langsomt ned mod sit klasseværelse. Der er helt stille. De andre børn kommer først om en halv time. Da han træder ind i klasselokalet, stopper han brat op i døren. Han får øje på Anna, der sidder helt ned bagerst i lokalet. Hun kigger forskrækket op på ham med helt røde øjne. Han kan se, at hun har grædt, og hun tørrer hurtigt tårerne væk.

“Hvad er der galt?” spørger Viggo forsigtigt.

“Ikke noget,” siger Anna.

Viggo ved ikke, hvad han skal sige. Han står helt frosset som en statue og kigger på hende.

Han træder langsomt et skridt frem og går stille ned til hende. Han ved godt, hvordan det er at være ked af det og slet ikke have lyst til at sige det til nogen. Alligevel ville han også ønske, at han havde nogen at snakke med – ikke fordi Walther ikke er god, men et menneske, mener han.

“Jeg siger det ikke til nogen,” siger han så.

Pludselig begynder Anna at græde igen. “Min mor er på hospitalet, og det er anden gang!” siger hun så og græder endnu mere.

“Hvad fejler hun?” spørger Viggo.

“Det ved jeg ikke. Hun er bare ked af det hele tiden og ligger i sengen. Min far siger, hun har en *dæpsission* eller sådan noget.”

“En depression?” spørger Viggo. Sådan en har Walther vist nok fortalt om. Det er, når ens mor eller far er rigtigt ked af det hele tiden.

“Det har min mor også,” siger Viggo så.

Anna kigger på ham med store øjne. “Har hun det? Er hun også på hospitalet så?”

“Næh, hun ligger bare derhjemme,” siger Viggo.

“Det gjorde min mor også ... altså før hun kom på hospitalet!” udbryder Anna.

Viggo ved igen ikke, hvad han skal sige. Er der virkelig andre, hvis mor også er syg på den måde?

Klokken ringer, og de andre børn begynder at myldre ind i klassen. Viggo sætter sig på sin plads. Han kan slet ikke koncentrere sig. På en måde er han glad. Ikke fordi Annas mor er kommet på hospitalet, men fordi han ikke er den eneste, hvis mor er syg.

Han kan ikke lade være med at kigge på hende hele tiden, men hver gang hun ser det, kigger han hurtigt væk igen.

Han kan se, at hun skriver noget på en lille seddel. Den er til ham! Viggos hjerte begynder at hamre vildt. Han har aldrig fået en seddel før i klassen. Han åbner den lille seddel. Der står: “Skal vi være venner? Hilsen Anna”.

Hvad skal han dog skrive? Han vil jo gerne have en ven, men hun er jo en pige. Kan man virkelig være ven med en pige? Viggo beslutter sig for, at det kan man godt og skriver tilbage, at det vil han gerne. Han spørger, om hun har lyst til at mødes i hans hemmelige hule ned bag hækken i skolegården. Det vil hun rigtig gerne. Da det bliver spisebrikvarter styrter han ned af trapperne og falder næsten lige på halen på det nederste trin. Han løber om til hulen.

Det er jo egentligt hans hemmelige hule, men han har lyst til at dele den med hende, for nu er han jo ikke alene mere. Han hører Anna snige sig forsigtigt ind gennem busken.

“Hvor er her hyggeligt,” siger hun.

“Tak. Jeg plejer at gå hened, så jeg ikke behøver at lege med de andre. De siger nemlig, at min mor er gak i låget, og det er hun slet ikke. Min bedste ven Walther siger bare, at hun er syg, og det er slet ikke det samme som at være gak i låget.”

“Hvem er Walter?” spørger Anna.

“Øh, det er bare en ven, jeg har. Han går ikke her på skolen. Han besøger mig mest derhjemme,” siger Viggo.

De kigger genert på hinanden. Ingen af dem siger noget. Viggo tænker som en gal. Han vil så gerne sige noget rigtig sejt, som *jeg har det sorte bælte i karate*, eller *min far er pilot og rejser hele verden rundt*. I stedet flyver det ud af munden:

“Har du heller ingen venner?”

Åh nej. Hvorfor sagde han nu også det? Det er jo slet ikke sejt. Hvem gider være ven med en, der ikke

har nogen venner? Han krummer tæerne og håber på, at der er en lille bitte chance for, at hun ikke hørte det.

Han kan se, at hun tænker. Hun kigger ned i jorden og mumler stille: “Næ, ikke rigtigt. Jeg har prøvet at have nogen fra klassen på besøg. To gange, men hver gang var min mor bare SÅ pinlig. Første gang var det Louise, der var på besøg, men hun ville gerne hjem igen, fordi min mor sad og græd inde i stuen.

Den anden gang var det Ida. Hun var faktisk rigtig sød, men næste dag, da jeg kom i skole, havde hun fortalt alle de andre piger, at min mor var mærkelig. Jeg blev rigtig ked af det og låste mig inde på toilettet hele dagen. Siden da har jeg ikke haft nogen med hjem, og der er ingen af pigerne, der har spurgt, om jeg vil hjem til dem. Jeg blev heller ikke inviteret til Louises fødselsdag i lørdags.”

Viggo ved slet ikke, hvad han skal sige. Han vil så gerne trøste Anna. Hvad mon Walther ville sige ... klokken ringer ind. Han kan se, at Anna tørrer øjnene.



Resten af dagen snegler sig af sted. Viggo kan slet ikke koncentrere sig og for første gang i lang tid glæder hans sig faktisk en lille smule til at komme hjem. Han kan ikke rigtig forklare hvorfor. Måske er det, fordi han ikke længere føler sig alene. Han synes, Anna er rigtig sød, og når man er så sød som hende, så kan det da umuligt være hendes skyld, at hendes mor er syg. Måske er det så heller ikke Viggos skyld, at hans mor er syg.

Han løber hjem fra skole og glæder sig til at fortælle sin mor, at han har fået en ven. Nogle gange kan han mærke, at hun er der – altså hvor det ikke bare er hendes krop, der er der, men hans rigtige mor. Sådan som hun var, da han var mindre. Han håber, i dag er sådan en dag.

Da han åbner døren, kan han med det samme mærke, at i dag ikke er sådan en dag. Der er helt stille i huset. Pludselig kommer hans moster ud i gangen. "Hej Viggo," siger hun. Hun har røde øjne.

"Hvor er mor og far?" spørger Viggo.

"Mor har det ikke så godt," siger hun så. "Far har kørt hende på hospitalet, så hun kan blive rask igen. Du skal ikke bekymre dig, hun skal nok få det bedre."

Men Viggo kan ikke andet end at bekymre sig. Hvorfor siger de voksne altid, at han ikke skal bekymre sig? Og hvorfor kan *han* ikke gøre hende rask? Hvorfor er det lige *hans* mor, der skal være syg? Det er bare så uretfærdigt. Viggo kan mærke, at han bliver gal. Han tramper ind på sit værelse og smækker med døren. Dumme mor, tænker han og får med det samme dårlig samvittighed. Han elsker hende jo, men han er også sur og vred på hende.

Han lægger sig under dynen, tager sin lommelygte frem og kalder på Walther. Han mærker hurtigt Walthers varme pote på sin mave. "Hvorfor mig?" spørger han Walther. "Hvorfor skal det lige være *min* mor, der er syg?" "Jeg hader hende."

"Viggo," siger Walther blidt. "Du hader ikke din mor. Det er sygdommen, du hader. For det er sygdommen, der er skyld i det hele. Det er den, der stjæler

din mor fra dig. Men du skal vide, at hun er lige inde bag sygdommen. Det er ligesom en grim maske, som man kan tage af, hvis bare man får lidt hjælp. På hospitalet kan de hjælpe hende med at fjerne masken og dermed også sygdommen, og så får du hende tilbage igen.”

Viggo begynder at blive rolig indeni. Kan han virkelig få hende tilbage igen? Hvis de virkelig kan hjælpe hende med at få masken af, så er det måske slet ikke så farligt, at hans mor er på hospitalet.

“Ved du hvad Walther?” siger Viggo og skifter emne. “Jeg har fået en ven i dag. Hun hedder Anna. Hendes mor er også syg og ligger på hospitalet.”

“Det lyder dejligt med en ven. Hvad fejler hendes mor?” spørger Walther.

“Anna siger, at hun har en depression. Er det det samme, som mor har?” spørger Viggo.

“Ja, det er det.”

“Måske er de på det samme hospital. Måske er de venner ligesom mig og Anna!” Viggo smiler ved tanken om det. Mon man kan få venner, når man har en depression, tænker han.

“Ja, det kan man godt,” siger Walther, som jo kan høre Viggos tanker. “Nogle gange er det faktisk rigtig rart at kende mennesker, der har det på samme måde som en selv. Ligesom dig og Anna. I har begge to en mor, der har den samme sygdom.”



Den aften falder Viggo hurtigt i søvn, og for første gang i lang tid drømmer han dejligt. Han drømmer om en stor lys mark, der stråler i solen. Først tror han, at der er korn på marken, men som han kommer nærmere, viser det sig, at den er lavet af millioner af bittesmå slikkepinde, der står og vejrer blidt i vinden. Han kan høre en stemme langt væk. Han vender sig omkring og ser sin mor stå for enden af marken. Hun smiler og griner, mens hun plukker en buket af strålende slikkepinde til Viggo. Den nat var en god nat.

Som dagene går, begynder Viggo at vænne sig til, at hans mor er på hospitalet. Han savner hende rigtig meget, men på en måde synes han også, at det er lidt rart, at hun ikke hjemme, for så skal han ikke se hende græde. Han siger selvfølgelig ikke til nogen, at han har det sådan (kun til Walther). Han vil ikke have, at andre tror, at han ikke elsker sin mor.

En morgen spiser han morgenmad med sin far. De sidder stille ved bordet med hver deres portion havregrød. Viggos far har givet ham ekstra meget sukker på, og han smiler til ham.

“I dag skal vi ud og besøge mor på hospitalet,” siger han pludseligt. Viggo er lige ved at tabe grøden ud af munden. Han ved ikke, hvad han skal sige. Han har slet ikke lyst til at tage på hospitalet. Det er jo ikke, fordi han ikke gerne vil se sin mor, for det vil han gerne. Han savner hende jo, men hvad nu, hvis hun bare sidder og græder? Det kan han ikke holde ud at tænke på. Så vil han hellere bare blive hjemme.

Han vil kun tænke på hende, som hun står ude i slikkepindemarken. Der hvor hun er glad og smiler og griner. Ikke inde på hospitalet, som sikkert lugter og er mørkt. Han hader ting, der lugter og er mørkt. Han har heller aldrig været på et hospital. Han har kun set nogle på film, og der er der altid noget med blod og operationer. Sådan vil han ikke se sin mor.

“Du skal ikke bekymre dig. Det skal nok blive godt at se mor igen,” siger far.

Hele dagen er det, som om Viggo har en stor knude i maven. Han kan ikke lade være med at bekymre sig. Han vil ikke ud på det dumme hospital. Hvad skal der ske? Ligger hans mor i sengen? Skal hun



opereres? Kan hun snakke? Kan hun holde om ham? Er der andre patienter på stuen? Og hvis der er, skal han så snakke med dem? Skal han møde lægen? Vil de mon tro, at der også er noget galt med ham? Vil de undersøge ham? Og kan han blive smittet med noget farligt?

Viggo går rundt med tusindvis af spørgsmål inde i hovedet. Han kan ikke få styr på dem. De er som små lopper, der hopper inde i hovedet på ham.

Og en gang hørte han sin far sige, at en depression blandt andet kommer inde fra hjernen. At hjernen er med til at gøre, at nogle mennesker får en depression. Det kan man ikke selv gøre for.

Viggo tænker, om hans mor så skal have gips om hovedet? Han kan ikke lade være med at grine lidt ved tanken om sin mor med gips på hovedet. Det ville se ret så fjollet ud. Han beslutter sig derfor til, at tro på, at hun nok ikke har gips på hovedet.

Og hvad vil de andre sige over i skolen? Han vil ikke sige det til nogle af de andre børn i klassen.

Han synes, det er lidt flovt, at hans mor er på hospitalet. De andre mødre har jo arbejde og går i pænt tøj og reder deres hår hver dag. Og så har de penge til, at deres drenge kan gå til fodbold og hockey og karate.

“Hej Viggo”. Han kigger sig over skulderen, og Anna står der og smiler over hele femøren.

“Ved du hvad? Min mor kom hjem fra hospitalet i går. Det var virkelig dejligt. Hun smilede hele tiden, og da jeg skulle i seng, puttede hun mig og læste en lang godnathistorie. Hun sang også en godnat sang. Det var lidt underligt, fordi jeg slet ikke kan huske, hvornår hun smilede sådan sidst. Jeg vidste slet ikke, hvad jeg skulle sige til hende, for hvad nu, hvis hun pludselig begyndte at græde igen – ligesom hun plejede? Men det gjorde hun slet ikke. Hun var bare glad ... Viggo, jeg tror, lægerne har gjort hende rask.”

“For øvrigt, hvad hedder din mor, Viggo?” spørger Anna.

“Hun hedder Rikke. Hvorfor?”

“Min mor fortalte, at hun havde mødt en dame på hospitalet, som også havde et barn, der gik på vores skole, og så fandt de ud af, de gik i samme klasse. Det er os, Viggo! Vi er deres børn, der går i samme klasse. Er det ikke mærkeligt?! Min mor fortalte, at hun var rigtig sød, og de havde grinet meget sammen.”

“Grinet sammen,” tænkte Viggo. Jamen, hans mor kan slet ikke grine. Eller kan hun? Han kan ikke huske, hvornår han sidst har hørt hende grine.

Hvis Annas mor kunne komme hjem og være rask, så kunne hans mor måske også? Han turde ikke rigtig håbe på det.

Den dag hentede hans far ham ude foran skolen. Han havde en stor buket blomster i hånden.

“Er du klar, Viggo?” spurgte han.



Viggo var slet ikke klar. Han havde mest lyst til at løbe den anden vej og gemme sig, så hans far aldrig kunne finde ham igen. Men så mærkede han Walthers pote i sin hånd. Den var helt varm og blød, og Viggo slappede mere af. Måske var det slet ikke så farligt at skulle besøge sin mor på hospitalet, når nu man havde sin bedste ven med.

Da de kom hen til hospitalet, så Viggo et skilt, hvor der stod *Psykiatrisk afdeling*. "Hvad er det?" spurgte han sin far.

"En psykiatrisk afdeling er dér, hvor mennesker med f.eks. depressioner er indlagt. De læger, der arbejder her, ved alt om depressioner, og derfor er det det bedste sted at være indlagt, når man har den sygdom, som mor har."

Da de nærmede sig indgangen, sank Viggo en stor klump og holdt vejret ... bare lige for en sikkerheds skyld, hvis nu det virkelig stank så meget, som han regnede med. De trådte indenfor, og nu skulle det vise sig, at han slet ikke var særlig god til at holde vejret, for idet dørene lukkede sig bag ham, var han nødt til at tage en dyb indånding. Han troede, at han var lige ved at blive kvalt af den grimme lugt ... men det var da alligevel mærkeligt, tænkte han. Hvor var al den grimme lugt blevet af?

Det viste sig, at det slet ikke lugtede grimt på hospitalet. Der lugtede faktisk bare af kaffe – ligesom derhjemme. Han kiggede på Walther, der trak på skulderen og hviskede: "Bare rolig, det er slet ikke farligt at være på et hospital. Det kan godt være, at der er syge mennesker her, men de er her jo for at blive raske igen."

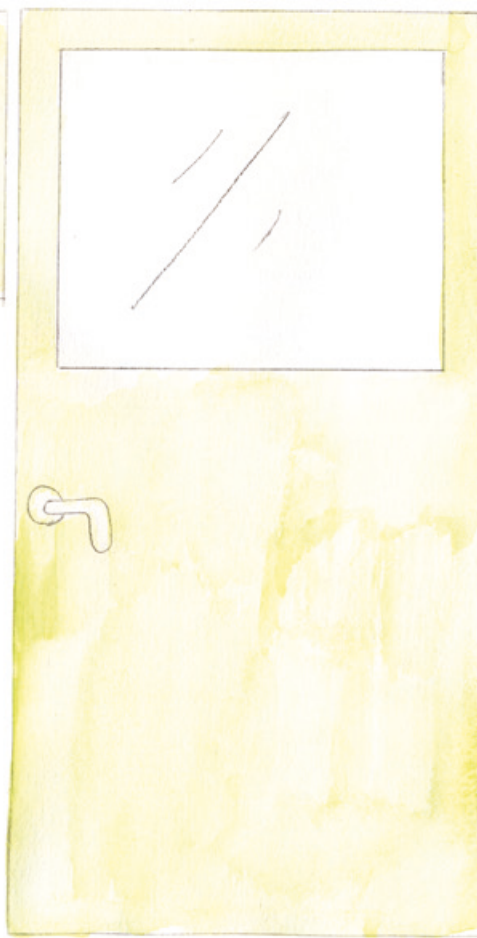
Viggo holdt godt fast i Walthers pote, og langsomt nærmede de sig hans mors stue. Indtil videre havde han ikke set noget blod og ingen operationer ... ja, og så lugtede her altså heller ikke. Alt i alt en god start, tænkte han.

"Her er din mors stue, Viggo. Du må gerne gå ind," sagde hans far.

Men Viggo turde ikke åbne døren, så Walther gav ham et lille puf, og langsomt åbnede han døren.



Psykiatrisk Afd.



Indenfor så han sin mor. Hun sad i en blød lænestol ovre ved vinduet. Der var blomster over det hele i stuen og masser billeder af ham i fine rammer. Hun havde også hængt nogle af hans tegninger op på en stor opslagstavle. Det lignede faktisk slet ikke et hospital inde på hendes værelse.

“Viggo!” råbte hun. På en glad måde, kunne han mærke. Hun sprang op af lænestolen som en katapult i en flyvemaskine. “Åh, min skat, hvor har jeg savnet dig.” Hun gav ham et kæmpe knus. Hun holdt så længe om ham, at han næsten ikke kunne trække vejret.

“Mor,” gispede Viggo ... “Luft, jeg kan ikke få luft.” Hun slap ham straks og tog hans ansigt i sine hænder.

“Undskyld min skat. Jeg har bare sådan savnet dig,” sagde hun. “Kom, så skal du se, hvad jeg har til dig.” Hun åbnede et lille skab, og indeni lå en kæmpe stor gave, som næsten ikke kunne være der. Hun baksede lidt med den for at få den ud.

Viggos mave var lige pludselig fyldt med sommerfugle. Ikke kun fordi han var ved at få den største gave, som han nogensinde havde set, men fordi hans mor smilede. Et vaskeægte smil. Og så var det selvfølgelig også spændende at få en gave. Men smilet var nu den bedste gave.

Han åbnede langsomt gaven. Han ville gerne have, at spændingen skulle holde så længe som muligt. Han åbnede det ene hjørne ... en helikopter! Han hoppede op og ned og sprang over til sin mor og gav hende det største knus, han nogensinde havde givet hende. “Jeg elsker dig mor,” fløj det ud af ham. Han blev helt chokeret, da han hørte ordene. Det havde han aldrig sagt til hende før. Hun fik tårer i øjnene. “Åh nej, hvad tænkte jeg dog på! Nu gjorde jeg hende jo ked af det – netop som hun var begyndt at smile.”

Men så begyndte hun at grine. Det dejligste “morgrin”, han nogensinde havde hørt. “Jeg elsker også dig min skat, og mine tårer er glædestårer. Jeg har det godt. Jeg har det rigtig godt. De passer på mig herinde på hospitalet, og de hjælper mig med at blive rask igen, så jeg snart kan komme hjem til dig.”



Selvom han gerne ville have sin mor hjem, så kunne han mærke en lille knude i maven. Hvad nu, hvis hun blev syg igen? Hvad nu, hvis han ikke kunne holde hende rask? Hvad nu, hvis hun græd hele tiden og bare lå i sengen igen? Han kiggede op på sin mor, og nu løb tårerne ned af hans kinder som et vandfald.

“Undskyld mor. Det er min skyld, at du blev syg. Det er min skyld, at du ikke er rask. Det er min skyld det hele. Det er, fordi jeg ikke har passet godt nok på dig. Du må ikke komme hjem, for så bliver du bare syg igen.”

“Jamen, Viggo dog. Det er slet ikke din skyld, at jeg blev syg. Det er ingens skyld. Og det er ikke dig, der skal passe på mig. Det er mig, der skal passe på dig. Jeg er jo den voksne, og det er de voksne, der passer på børnene. Men jeg ved godt, at du har passet på mig i lang tid, mens jeg har været syg, men nu er det mig, der skal passe på dig.”

Hun tog en stor slikpose frem fra skabet ... og spillekort. “Har du lyst til at spille *Fisk*?” spurgte hun. Det ville Viggo gerne. Han mindedes ikke, at de

nogensinde havde spillet kort sammen før. Det var ret sjovt, og han vandt endda tre gange i træk.

Hans far kom over og lagde en arm om ham og strøg ham over håret. “Kom, Viggo, vi skal hjem nu. Men vi besøger mor igen snart.”

Hun gav ham et stort og varmt kram. Viggo tog sin skoletaske på og gav sin mor et stort kys midt i panden. “Jeg savner dig, mor. Lover du mig, at du snart kommer hjem?” “Ja, det lover jeg, og smut så hjem med dig. Vi ses lige om lidt.”

Viggo var både glad og lidt ked af det, da de gik. Han turde næsten ikke tro på, at hans mor snart kunne komme hjem og være rask, men nu savnede han hende mere end nogensinde. Hans far tog ham i hånden. “Kom, Viggo. Nu går vi to ud og spiser middag sammen på en restaurant. Det synes jeg, at vi fortjener.”

Viggo havde aldrig været på restaurant før. De gik hen et sted, hvor han kunne spise så meget is til dessert, som han overhovedet kunne. Da han kom hjem, trillede han nærmest i seng, fordi hans mave var fyldt med is og chokoladesovs.



Det havde været en dejlig dag, selvom han først ikke ville af sted, men han kunne jo se, at det slet ikke var farligt at været på hospitalet. Det var faktisk lidt hyggeligt, og det bedste ved det hele var, at han kunne se, at hans mor var glad for at være der, og at hun havde fået det bedre. Så måske var det der hospitals-halløj egentligt meget godt, når nu det skulle være. Lige inden han lukkede øjnene, hviskede han stille til Walther: "Walther, ved du hvad? Jeg tror nok, at alt skal blive godt igen." Og så snorkede han som en bjørn.

Næste morgen sprang Viggo som en fjeder ud af sengen. Han kunne ikke vente med at fortælle Anna, hvor godt det var gået i går. Han skyndte sig i tøjet, og da han kom ud i køkkenet, havde hans

far varmet rundstykker og kannelsnegle i ovnen. Han troede ikke sine egne øjne.

"Godmorgen Viggo. Har du sovet godt? Jeg syntes, vi skulle have lidt god morgenmad." Viggo satte sig langsomt ned på stolen. Det var længe siden, at han havde set sin far være så glad. Kunne det virkelig været rigtigt?

"Hvad syntes du om at besøge mor i går?" spurgte han så.

"Øh, det var meget godt." Han vidste ikke rigtig, hvad han skulle sige.

"Jeg syntes i hvert fald, det var dejligt. Jeg ved godt, at det har været svært for dig Viggo, at mor har

været syg så længe. Jeg har måske ikke været så god til at snakke med dig om hendes sygdom, men jeg har ikke vidst, hvordan jeg skulle forklare dig det, og så har jeg nok syntes, at det var nemmere slet ikke at sige noget som helst. Det var min fejl.

Jeg skulle have fortalt dig, at det er en sygdom, som er væmmelig, men at man sagtens kan blive rask igen. Du skal også vide, at jeg elsker dig, og jeg er stolt over, at du er sådan et godt menneske.”

Nu var Viggos ører ved at falde af, og hans kæbe lå og rodede rundt et sted nede på gulvet.

“Øh, tak far.” Han blev næsten helt rød i hovedet. “Du er også et godt menneske.” Efter morgenmaden tog de deres overtøj på, og hans far lagde madkassen ned i hans taske sammen med vanddunken. Det plejede Viggo ellers selv at gøre. Hans far blinkede til ham, og så tog han Viggos hånd, og de gik sammen ud af døren.

Hans far snakkede hele vejen over til skolen. Han snakkede om alt muligt, og Viggo lyttede ivrigt. Det var dejligt at høre sin fars glade stemme, selvom Viggo ikke forstod alt, hvad han sagde. Da de nåede over til skolen, satte hans sig ned på hug og sagde

til Viggo: “I dag skal jeg mødes med din klasselærer. Jeg synes, det er vigtigt, at hun også ved, at mor er syg. Så kan du altid snakke med hende, hvis du savner mor og bliver ked af det i skolen.”

Viggo vidste ikke, om han synes, det var så godt, hvis hans klasselærer vidste, at mor var syg. Hvad nu, hvis hun også troede, at der var noget galt med ham? Eller sagde det til nogle af de andre børn i klassen?

“Bare rolig, hun siger det ikke til de andre børn, med mindre du gerne vil have det”, sagde far.

Det gjorde Viggo lidt roligere. “Far, jeg har fået en ven. Hun hedder Anna, og hendes mor er også syg. Anna siger, at hun har en depression. Er det det, som mor også har?”

“Ja, det er det.”

“Hvad sker der egentligt, når man har en depression?”

“En depression er, når man er rigtig ked af det. Altså, ikke bare sådan almindeligt ked af det, som alle kan

blive. Det er mere sådan, at man har rigtig, rigtig, rigtig, rigtig svært ved at blive glad igen, og det er ikke altid, at der er nogen grund til, at man er ked af det. Man kan også være så træt, at man næsten sover hele dagen lang. Det er ikke farligt, og man kan sagtens blive rask igen. Nogle gange går det over af sig selv, men det er ikke altid. Derfor kan det være en god ide at få lidt hjælp. Nogle har glæde af at snakke med en psykolog. Det er sådan en, der ved en masse om f.eks. depressioner, og nogle snakker med en psykiater. En psykiater ved også en hel masse om depressioner, men de kan også give en noget medicin, så man kan blive rask. For nogen kan det også være en hjælp at komme på hospitalet – ligesom med mor. Når hun er på hospitalet, så er der hele tiden nogen omkring hende, der kan hjælpe hende, hvis hun har brug for det.”

“Smitter en depression?”

“Nej, det smitter ikke, så du bliver ikke syg.”

“Hvorfor får man egentligt en depression?”

“Der kan være mange grunde til, at man får en depression. Det er forskelligt fra person til person,

men det er ikke noget, man selv kan gøre for. Men du skal vide, at det i hvert fald heller ikke er din skyld! Du har ikke gjort noget forkert! Det er aldrig børnenes skyld, og en depression betyder ikke, at ens mor eller far elsker en mindre, end før de blev syge. Det betyder heller ikke, at de er ligeglade med deres børn. Sygdommen gør bare, at man har svært ved at føle glæde og kærlighed. Derfor kan det nogle gange føles, som om at man ikke betyder noget for mor eller far. Men inde bag sygdommen er der lige så meget kærlighed, som der altid har været.”

Som dagene gik, kunne Viggo mærke, at han blev mere og mere glad. Han bekymrede sig ikke så meget om sin mor. Han kunne jo se, at hun var ved at få det bedre, og han var ikke længere bange for at få hende hjem. Nu vidste han også, at det ikke var hans skyld, at hun var syg.

Hans klasselærer, Mette, havde også snakket med ham om det. Hun sagde, at hun var ked af, at hun ikke havde snakket med ham om det noget før, men hun vidste ikke, at hans mor var syg. Hvis han havde lyst, kunne han altid snakke med hende om det. Hun kendte nemlig også en, der havde haft en

depression, så hun vidste godt, hvor ked af det, man kan være, når ens mor eller far eller bedste ven var syg. Og hvis han gerne ville have lidt ekstra hjælp med lektierne, ville hun meget gerne hjælpe ham. Hun havde også givet sit telefonnummer til Viggos far, for så kunne de altid ringe, hvis de havde brug for hendes hjælp. Hun havde ikke fortalt de andre børn i klassen om det, men hvis Viggo havde lyst, så ville hun gerne forklare det til dem, så de ikke drillede ham.

Viggo syntes, at det var dejligt at snakke med Mette om det. Tænk, at hun også kendte en med en depression. I lang tid havde han troet, at han var den eneste i verden, hvis mor var syg med en depression. Men det var han jo slet ikke!

Han vidste ikke rigtig, om han ville have de andre børn til at vide, at hans mor var syg. På den ene side ville det være rart, hvis de holdt op med at drille ham. På den anden side var han også bange for, om de ville begynde at drille endnu mere. Han besluttede sig dog for at tage chancen og bad Mette fortælle de andre børn i klassen, at hans mor var syg, og hun altså ikke var gik i låget.

En dag skulle de så have klassens time, og Mette havde fortalt Viggo, at hun ville snakke med klassen om det der. Viggo havde ondt i maven. Hvad nu hvis de begyndte at drille ham og tro, at han også var syg?

Men det gik heldigvis rigtig godt. Faktisk rigtig, rigtig godt. Der var flere af de andre børn, der også havde prøvet at være kede af det over noget derhjemme, og pludselig var det, som om det ikke var farligt at snakke om det at være ked af det. Alle havde jo prøvet det. På et tidspunkt havde Viggos værste drillepind, Lasse, rakt hånden op. Viggo kunne se, at han var rigtigt ked af det. Han kiggede på Viggo og sagde:

“Du må undskylde, at jeg har drillet dig så meget med din mor. Det var rigtig tarveligt af mig. Jeg håber, du har lyst til at være venner med mig alligevel?”

Viggo vidste slet ikke, hvad han skulle sige. Tænk, at alle de andre børn i klassen pludselig var så søde over for ham – og forstod, hvorfor han nogle gange var ked af det. Måske kunne han nu få nogle nye venner?



Til slut havde klassen aftalt, at de ikke ville drille hinanden, men i stedet prøve at hjælpe hinanden, hvis man kunne se, at der var en, der var ked af det.

I frikvarteret kom alle drengene over til ham. Der var flere af dem, der gav ham et klap på skul-

deren. "Du må også undskylde, at vi har drillet dig," sagde et par af dem. "Har du lyst til at være med til fodbold?"

Det ville Viggo mægtig gerne, og så løb de alle sammen ned i gården. Han var ikke super god til

fodbold. Faktisk var han ret dårlig til det, for han havde aldrig prøvet at spille med nogen før. Men de andre drenge var rigtig søde ved ham, også selvom han på et tidspunkt kom til at lave et selvmål.

Den eftermiddag var Viggo mere glad, end han nogensinde havde været før. Tænk, hvis han kunne få nogle nye venner i klassen. Han turde slet ikke tro på det.

Han susede lige hjem fra skole. Han håbede sådan, at hans far allerede var hjemme fra arbejde, så han kunne fortælle ham om alt det, der var sket i klassen. Han sprang op af trapperne og åbnede døren til lejligheden. "Far ..." kaldte han. "Ved du, hvad der skete i skolen i dag ...?" Viggo løb ind i stuen. Han stoppede brat op. I sofaen sad hans mor! Hun smilede over hele femøren, rejste sig op og løb hen til Viggo.

"Hvad laver du her, mor?" spurgte Viggo.

"Jeg er kommet hjem. Sådan rigtigt hjem. Lægerne har sagt, at jeg har fået det så godt, at jeg ikke behøver at være på hospitalet."

"Jamen, har du så slet ikke en depression mere?"

"Nej, det har jeg ikke. Men jeg får stadig lidt hjælp. Hver uge snakker jeg med en rigtig sød og dygtig psykolog, og så tager jeg lidt medicin – bare for at vi er helt sikre på, at den ikke kommer tilbage!"

"Er det ligesom, når jeg tager min vitaminpille?"

"Ja, på en måde. Du tager jo også vitaminpiller, så du kan blive stærk og holde dig rask. Men mine er voksenpiller, så dem må du ikke smage. Det må du love mig! Dem kan børn ikke tåle. Se, jeg har dem i sådan en lille æske her."

Hun tog en lille rød æske frem. Den havde syv små rum, og på hvert rum stod der nogle bogstaver.

"Hvad står der, mor?"

"Der står alle ugens dage, så kan jeg huske at tage mine piller hver dag. Er det ikke smart?"

Det synes Viggo, at det var. Han spurgte, om han også måtte få sådan en æske til hans vitaminpiller.

“Ja, selvfølgelig. Det var da en god ide. Man kan også få en blå æske. Kunne du tænke dig det?”

Det ville Viggo gerne, og de aftalte, at næste dag ville de sammen tage ned på apoteket og købe en blå pilleæske til ham og nogle nye vitaminpiller. Han ville nemlig gerne have dem, der smagte af cola. Det var hans yndlingssmag.

“Far og jeg tænkte, at vi skulle tage i biografen i aften og fejre, at jeg er kommet hjem. Kunne du tænke dig det?”

Det ville Viggo helt vildt gerne! Han havde faktisk aldrig været i biografen med sin mor og far før. Kun et par gange med sin moster, der havde taget ham med, når hun alligevel skulle i biografen med sine egne drenge, Kalle og Kasper.

Viggo havde så mange sommerfugle i maven, da de tog af sted. Han kunne næsten ikke vente. De skulle se en sej film om en superhelt, der reddede hele verden. I biografen sad han mellem sin mor og far. Da filmen startede holdt han forsigtigt sin mor i hånden. Den var helt varm. Ikke kold som den plejede. Viggo blev glad. Igennem mørket

kunne han se, at hans mor smilede. Hun kiggede på ham og hviskede i hans øre: “Jeg elsker dig, min skat!”

Da han hørte ordene kildede det i hele kroppen af ren og skær lykke.

“Jeg elsker også dig, mor!” hviskede Viggo tilbage. Og så startede filmen



Da de kom hjem sad de alle tre ved spisebordet og spiste pizza. Det var lidt mærkeligt at sidde ved bordet med både mor og far. Han vidste ikke rigtig, hvad han skulle sige. Han var stadig ikke helt sikker på, om det nu også kunne være rigtigt, at hans mor var blevet helt rask og ikke skulle tilbage til hospitalet. Hun kunne se på ham, at han bekymrede sig.

“Viggo, er du bange for, at jeg alligevel skal tilbage til hospitalet?” spurgte hans mor pludseligt. Det var, som om hun kunne læse hans tanker. Det var ellers kun Walther, der kunne det.

“Ja, lidt,” svarede han stille.

“Det skal du ikke være. Lægerne har passet godt på mig, og de har lært mig, hvordan man selv kan være med til at holde sig rask. Nogle gange kan en depression nemlig godt komme tilbage. Der er nogle mennesker, der skal på hospitalet mere end en gang, men der er en masse ting, man selv kan gøre for at holde den væk. Jeg snakker med min psykolog, tager min medicin, og så skal jeg dyrke lidt motion, for det hjælper nemlig også. Lægerne sagde, at det kunne være en god ide at lave noget

sport, som man synes er sjovt, og ved du hvad ... Da jeg var barn, elskede jeg at spille badminton, så nu har jeg meldt både dig og mig og far til badminton. Hvad siger du til det? På den måde kan vi dyrke sport sammen ... som en familie.”

Viggo havde aldrig holdt en badminton ketcher i hånden og han tvivlede på, om han nogensinde ville kunne ramme den der lille bitte, bitte fjerbold. Men han ville gerne prøve. Om ikke andet så for at være sammen med sin mor og far.

Da det blev sengetid kom hans mor ind på værelset. Hun satte sig på sengekanten, kyssede ham på panden og nussede ham i håret.

“Ved du godt, hvor sej en lille dreng du er, Viggo?” spurgte hun.

“Nææh, egentligt ikke,” svarede han. For det anede han ikke. Han syntes faktisk ikke slet ikke, at han var særlig sej. Han bekymrede sig jo altid over et eller andet og var nervøs og havde ingen venner (lige med undtagelse af Walther og Anna og med lidt held nu også et par af drengene fra klassen, men det turde han endnu ikke helt tro på).



“Viggo, du er en god dreng. En dreng der tænker på andre end sig selv. Du har haft mange bekymringer i dit liv, men alligevel er du sød, kærlig og god ved andre, og det betyder mere end noget andet i verden. For når man er sådan, så er man et sejt, lille menneske. Jeg er så stolt af, at du har klaret dig igennem hele denne tid, hvor jeg har været syg.

Vi voksne, har vist ikke været gode nok til at hjælpe dig og snakke med dig om min sygdom. Det skulle vi have gjort bedre, og det håber jeg, at du kan tilgive mig og far for. Hvis jeg kunne, så ville jeg have gjort meget anderledes. Jeg ville have forklaret dig, hvorfor jeg blev syg. Jeg ville have forklaret dig, at det ikke var din skyld, og jeg ville have forklaret dig, at det ikke var din opgave at gøre mig rask igen. Jeg ønsker ikke, at du skal have flere bekymringer, og du må love mig, at du altid kommer til far eller mig og fortæller os, hvis der er noget, du er ked af.”

Viggo smilede. “Det lover jeg mor. Altid. Vil du så også love at fortælle mig, hvis du bliver syg igen?”

“Det lover jeg min skat,” sagde hun og gav Viggo et stort kram. “Kan du nu sove rigtig godt. Vi ses i morgen.”

Idet hun skulle til at lukke døren, sagde Viggo:

“Mor, da du var på hospitalet, havde jeg en dejlig drøm. Jeg drømte, at du stod ude på en kæmpe stor mark, der var lavet af slikkepinde. Du var glad og vinkede og havde lavet en buket af slikkepinde til mig. Kunne du tænke dig, at vi mødtes ved slikkepindemarken i nat?”

Hans mor kiggede længe på ham, kom over og satte sig på sengekanten igen. “Der er ikke noget sted i verden, jeg hellere vil være, end ved slikkepindemarken.” Hun kyssede ham endnu en gang og holdt om ham, som om hun aldrig ville slippe ham igen.

Da hun var gået ud af døren, hviskede Viggo ud i mørket: “Walther, er du der?”

Det var Walther selvfølgelig. Han var der jo altid, når Viggo havde brug for ham.

“Ved du hvad, Walther ... Min mor er kommet hjem fra hospitalet.”

“Ja, det ved jeg godt. Jeg sad lige her ved siden af dig, da hun puttede dig. Hvordan har du det med, at hun er kommet hjem?” spurgte Walther.

“Jeg er glad. Men også lidt nervøs. Hvad nu, hvis hun bliver syg igen?”

“Hvis hun bliver syg igen, Viggo, så skal vi nok klare den. Nu ved vi jo, hvad vi skal gøre, så hun bliver rask igen. Og nu ved du, at det ikke er farligt. Jeg ved godt, at de voksne altid har sagt, at du ikke skal bekymre dig, og hver gang de sagde det, så bekymrede du dig bare endnu mere. Men denne gang er det rigtigt. Du behøver ikke, at bekymre dig mere. Nu skal du nyde, at din mor har det godt. Du skal nyde det, når hun smiler, når hun griner, når hun krammer dig ...”

“Men Walther, nogle gange er det, som om det er nemmere for mig at bekymre mig, end det er at være glad. Jeg er jo mest vant til at være ked af det og bekymre mig. Tror du virkelig, at jeg kan finde ud af at være glad?”

“Ja, det tror jeg helt sikkert! Du skal bare tro på det.”

Viggo kunne mærke, at hans øjenlåg blev tunge, mens Walther snakkede, og med hans dejlige, bløde stemme i baggrunden faldt Viggo hurtigt i søvn.

Næste morgen sprang han ud af sengen. Han glædede sig til at se sin mor og håbede, at hun stadig havde det godt. Da han kom ind i køkkenet, var hun ved at gøre morgenmaden klar, og hans madkasse lå allerede ned i tasken.

“Godmorgen Viggo,” sagde hun og smilede. “Har du sovet godt? Jeg har i hvert fald sovet dejligt, og hvor var det en fantastisk slikkepindemark!”

“Ja, er det ik’? Mor, jeg har fået en veninde. Hun hedder Anna, og hun fortalte mig, at du havde mødt hendes mor på hospitalet. Er det rigtigt?”

“Ja, det er det. Jeg havde tænkt på at spørge, om hun og Anna har lyst til at komme forbi en dag efter skole. Hvad siger, du til det?”

Det, syntes Viggo, var en rigtig god ide. Han kiggede på uret. Han var lige ved at komme for sent til skole. Det var bare så dejligt at spise morgenmad med sin mor. Hans far var allerede taget på arbejde, så han havde hende helt for sig selv og ville egentligt helst blive hjemme fra skole, så de kunne være sammen. Men den gik desværre ikke, havde hans mor sagt.

Da han kom over på skolen, mødte han Anna på gangen. Han løb over til hende.

“Anna, min mor er kommet hjem fra hospitalet!!!!” Han kom til at råbe det alt for højt, hvilket ikke helt var meningen, for så kunne alle de andre børn også høre det, og han troede stadig ikke helt på, at de ikke ville drille ham med, at hans mor havde været på hospitalet. Måske troede de stadigvæk, at hun var gak i låget. Måske var det bare noget, de havde sagt, fordi læreren var der.

Han kunne se, at Lasse kom over til ham. Han kunne med det samme mærke mavepinen. Ville han nu drille Viggo igen?

Men Lasse ville ikke drille. Faktisk var han smadder sød. Han sagde, at han var rigtig glad for, at Viggos mor var blevet rask og var kommet hjem fra hospitalet. Viggo troede næsten ikke sine egne ører. Mente han virkelig det? Ja, det gjorde han vist, og de andre børn var også glade på Viggos vegne.

Som ugerne gik, kunne Viggo mærke, at hans mor fik det bedre og bedre. Hun stod op hver morgen og spiste morgenmad med Viggo, og hun var hjemme,

når han kom hjem fra skole. Hun græd slet ikke mere, men var glad og frisk hele tiden. Nogle dage hvilede hun sig en smule, men hun stod altid op igen og blev ikke bare liggende i sengen, som hun plejede. Hver eftermiddag lavede de lektier sammen, og pludselig var det, som om at alle bogstaverne begyndte at hænge sammen og blive til ord, og tallene blev til regnestykker. Hans lærer sagde også, at hun kunne se, at han klarede sig meget bedre end tidligere, og Viggo blev pave stolt, da han til skolehjemsamtalen fik at vide, at han var en af de bedste til matematik. Det havde han aldrig troet ville kunne lade sig gøre.

De havde også haft besøg af Anna og hendes mor. Det havde været en fantastisk hyggelig eftermiddag. Viggos mor havde bagt to forskellige slags kager, hvilket var ret vildt, for han havde aldrig set hende bage noget som helst før. Og de smagte endda godt – også selvom hun havde glemt at putte sukker i den ene!

Viggo blev også gladere og gladere for hver dag, der gik. Han bekymrede sig ikke om så mange ting mere. Walther var der selvfølgelig stadig, hvis Viggo havde brug for at snakke, men på det seneste var

det kun gode ting, de talte om. For eksempel fortalte Viggo rigtig meget om alle de mål (og desværre også selvmål), han scorede, og han fortalte om alle de venner han havde fået. Anna var blevet hans bedste ven (men ikke lige så meget som Walther naturligvis), for de delte en helt særlig historie sammen. På mærkværdig vis var det sygdommen, der havde bragt dem sammen, og selvom de selvfølgelig gerne ville have været det foruden, så var de samtidig taknemlige for, at de havde hinanden.

En eftermiddag da Viggo sad og lavede lektier med sin mor, kiggede han på hende og sagde: "Mor, jeg troede aldrig, at livet ville blive godt igen, da du var syg. Men nu ved jeg, at livet ikke kun er bekymringer. Det er også dejligt, og jeg elsker det, når du smiler og griner. Jeg er glad for, at du fik hjælp, og jeg er glad for, at vi har hinanden. I denne her familie, der passer vi på hinanden, ik' mor?"

"Jo, Viggo, i denne her familie, der passer vi på hinanden, og nu har vi lært, at det er en god ting at få hjælp fra andre og snakke med hinanden om vores bekymringer. På den måde kan vi sammen klare alt her i livet."

Da Viggo gik i seng den aften, kravlede han under dynen og tændte for sin lommelygte. Stjernerne lyste klart og smukt. "Walther, er du der?" Det var Walther selvfølgelig – ligesom han plejede. "Ved du hvad, Walther? Mit højeste ønske er gået i opfyldelse. Min mor er blevet rask. Jeg troede aldrig, at det ville ske, men det gjorde det. Tak, fordi du har passet så godt på mig i al den tid, min mor var syg. Du og jeg, Walther – bedste venner for evigt!"



Om forfatteren

Efter en fem måneder lang indlæggelse på en psykiatrisk afdeling blev Nanna Sofie Højstrøm i 2011 diagnosticeret med en bipolar lidelse. Som mor til to små børn fulgte en lang række bekymringer og spørgsmål; *skal jeg fortælle dem om min sygdom, hvad skal jeg sige, hvor meget forstår de, eller er det bedst slet ikke at sige noget som helst?*

“Viggo og Walthers verden” tager udgangspunkt i Nannas egne erfaringer med sine to børn, og bogen så sin spæde start, da hun i samråd med sin familie og behandlere i sin tid begyndte at klæde sine børn på til at forstå, hvad det betyder, at deres mor har en psykisk sygdom. I dag er hun ikke i tvivl om, at hendes åbenhed og ærlighed har været med til at give børnene en tryk og stabil barndom på trods af hendes perioder med sygdom.

Viggo og Walthers verden

“Viggo og Walthers verden” giver et unikt indblik i en lille drengs univers, da hans mor får en depression og bliver indlagt på en psykiatrisk afdeling, og hvilken betydning det har for hans hverdag i forhold til skolen og derhjemme.

Bogen henvender sig både til børn i alderen 6-10 år, forældre og andre pårørende, skolelærere og øvrige fagfolk, som er i kontakt med børn og familier, hvor psykiske lidelser spiller en væsentlig rolle for trivslen.

Ved at indleve sig i hovedpersonen, Viggo, kan bogen for barnets vedkommende bruges til at få sat ord på nogle af de tanker og følelser, der fylder i hverdagen, fx:

Hvorfor er mor (eller far) syg?

Er det min skyld?

Hvad vil de andre i skolen tænke?

Hvem kan jeg snakke med?

For den voksne kan bogen være med til at give et indblik i, hvad børn i en sådan sårbar situation oplever, tænker og føler. Bogen bygger således bro mellem barnets verden og de voksnes verden. Ved at læse bogen sammen kan den bruges som et redskab til at bryde tavsheden og tale med barnet om den voksnes sygdom, og hvordan barnet selv påvirkes heraf. En fælles snak som kan være vanskelig for alle, men som ikke desto mindre er uundværlig i forhold til barnets trivsel og videre udvikling.



Væk med tavshed, tvivl og
tabu om psykisk sygdom!

TrygFonden
er også EN AF OS

ISBN: 978-87-999557-0-1