”Idag lever jag det liv jag drömde om då”

Text och bild: Anna Matzinger

Mikael Åsberg beskriver sin tid inom rättspsykiatrin som tuff på många sätt. Men den gav honom också nyttiga insikter och en stigande motivation till att ta sig därifrån. ”Mitt viktigaste råd till personalen är att ta till vara och uppmuntra patienternas egna idéer. Att engagera sig i något kan verkligen göra situationen bättre”, säger han.

Vi träffas vid tågstationen i Borås. Mikael bor en bit utanför stadskärnan, i ett hus tillsammans med sin fru och deras två barn. I garaget står förutom bilen också två motorcyklar. För många år sedan, när Mikael vistades på Restad Gård, var drömmen om att en gång ha just körkort, motorcykel och hus en stor anledning till att han orkade kämpa för att komma vidare.

2003 dömdes Mikael till rättspsykiatrisk vård efter att ha knivskadat en man som han trodde hade muckat gräl med honom på krogen. I bakgrunden fanns en stökig uppväxt där Mikael bland annat blivit misshandlad som liten och så tidigt han kunde flyttat hemifrån.

I de tidiga vuxenåren klarade han sig okej; han hade bostad och jobb och ett bra nätverk med vänner. Men också en växande social fobi och aggressionsutbrott som blev allt svårare att manövrera.

– Jag kunde till exempel inte åka buss utan att dricka lite först och de enda gångerna jag gick ut på stan var när jag gick på krogen, för då var det såklart också alkohol inblandat, berättar han.

Vi promenerar genom centrum till lunchrestaurangen, där ägaren bullrigt och glatt hälsar på Mikael. Förutom sitt jobb på en trähandel arbetar Mikael också extra som snickare i sin svärfars firma, och har hjälpt till att renovera restaurangen.

– Det var något jag bestämde mig för tidigt, att jag skulle ha ett jobb igen när den rättspsykiatriska vården var avslutad. Under min tid på Restad Gård hade jag aldrig svårt med motivationen, jag satte upp mål för mig själv som att ha jobb, bostad och körkort inom en viss tid efter avslutad vård, säger Mikael.

Praktisk träning vore bra

Den första tiden som patient beskriver Mikael dock som mycket tuff.

– Apropå indikatorn "livskvalitet" så skulle jag säga att den för mig den första tiden var lika med noll. Jag som var van vid att gå upp sex och jobba hela dagen skulle plötsligt inte längre göra det. Det tog ett tag att vänja sig vid, säger Mikael.

Efter en tid vaknade dock motivationen hos Mikael och tillsammans med några andra patienter började de ta initiativ för att förbättra vistelsen på Restad Gård.

– I personalrummet stod det ett pingisbord som bara personalen använde, och dessutom väldigt sällan, så där satte vi in datorer istället och ordnade LAN. Jag fick också bra kontakt med en av vårdarna som var träningsintresserad precis som jag och tillsammans fick vi gå till brandstationen och träna några gånger i veckan, säger Mikael.

Tyvärr var träningen på brandstationen ett arrangemang som inte höll så länge.

– Personalen tyckte att jag blev för stor och stark, inte minst med tanke på min aggressionsproblematik, och stängde ner mina möjligheter till det. Det kändes tungt och jag var väldigt arg i samband med det, säger Mikael.

Just Mikaels aggressionsutbrott hörde till den symptombild han arbetade med under tiden på Restad Gård.

– Det där med sjukdomsinsikt är svårt. Man måste gräva djupt i sig själv och jag var under många år mycket frustrerad. Jag kände mig inte sjuk, i alla fall inte så sjuk att jag skulle sitta inlåst. Under min tid på Restad fick jag samtala med en psykolog ungefär en gång i veckan och fick så småningom, bland andra, diagnosen personlighetsklyvning. Det var bra, fast jag tycker att det borde varit en mycket större del praktisk träning. För mig hade det till exempel varit nyttigt att få träna på att få bort mina sociala fobier, som att åka buss och så. Men någon sådan träning blev jag aldrig erbjuden, säger Mikael.

Chock med skadestånd

Också när det gäller den ekonomiska biten saknade Mikael en del stöd under vårdtiden. Han hade en anställning när han blev dömd och fick därför ersättning från Försäkringskassan under tiden på Restad Gård. Han hade därför inga problem med att betala vårdavgiften och kunde också spara en del.

Under rättegången blev han dömd att betala ett skadestånd på drygt 100 000 kronor – men den vetskapen lyfte varken personalen eller Mikael som ett område att arbeta med under vårdtiden. Istället blev han bryskt påmind om det fem dagar efter att den rättspsykiatriska vården avslutats.

– Jag fick ett brev hem om att jag skulle betala 104 000 kronor om två veckor. Och det var ju en rejäl chock kan jag säga. Jag hade kontakt med socialen då så jag gick dit och de hjälpte mig att sätta upp en avbetalningsplan. Och det gick ju bra eftersom jag hade jobb, men tänk om jag inte hade haft det? Eller om jag blivit så rädd för det där beskedet att jag bara lagt det i en byrålåda och låtsats som inget, vilket jag tror att många som inte har någon att vända sig till gör? När man kommer ut har man en väldigt skör situation och en sån här sak kan verkligen förstöra den totalt, säger Mikael.

Mikael tycker också att träningen för att sköta vardagsekonomin borde vara bättre inom den rättspsykiatriska vården.

– När jag kom ut hade jag inte en aning om hur en internetbank funkar och hur man betalar räkningar och så. Jag gick med allt till socialen och så fick de hjälpa mig där, säger Mikael.

Viktigt med ordning

Något som däremot fungerade bättre var stödet när Mikael skulle börja arbetsträna och ordna ett jobb utanför kliniken.

– Jag började som kock på Holmängens arbetslivsinriktade rehabilitering 2004 och trivdes bra. Det handlade ju om att bygga upp en tillit och ett förtroende och det gör man bara ett steg i taget. Det gällde att ha tålamod, säger Mikael.

Mikael trivdes bra och ökade gradvis sin arbetstid tills han var uppe i motsvarande en heltid. Han fick också tillgång till en träningslägenhet. När den rättspsykiatriska vården avslutades 2005 fick han hjälp av kommunens Företagsteam att ordna en praktikplats på en trävaruhandel – där han fortfarande är kvar.

– Jag var hela tiden öppen med min bakgrund och ville inte dölja något. Istället handlade det om att visa att jag hade koll på läget nu, bevisa att jag kunde vara en tillgång på en arbetsplats. Och det har ju funkat, säger Mikael.

Sammantaget tycker Mikael att tiden på Restad Gård var bitvis både tung och frustrerande – men kanske också en nödvändighet för det liv han skapat sig idag.

– Idag lever jag det liv jag drömde om då och jag vill rikta ett tack till personalen på Restad som hjälpte mig så gott de kunde. Erfarenheterna har självklart satt sina spår, men de har också gett mig mycket. Jag dricker ingen alkohol förutom kanske en öl hemma då och då. Och jag är fortfarande otroligt noga med min ekonomi, betalar alltid räkningar i tid och köper inget extra förrän jag verkligen vet att vi har pengar. Min fru blir lite tokig på mig ibland. Men har man en gång lyckats få ordning på sitt liv så vill man för inget i världen tillbaka till kaoset igen, säger Mikael.

” Mitt viktigaste råd till personalen är att ta till vara och uppmuntra patienternas egna idéer. Att engagera sig i något kan verkligen göra situationen bättre ”

Mikaels tips till den rättspsykiatriska vården

– Varje patient borde ha ett team med tre vårdare omkring sig. En som kan hjälpa till om man behöver hjälp att sköta sin ekonomin, en som har hand om kontakter med nätverk och närstående om man är i behov av hjälp med det och en som har hand om tiden efter avslutad vård. På så vis riskerar inga viktiga saker att falla mellan stolarna.

– Det borde finnas nationella riktlinjer för hur patienterna informeras om och tränas i att sköta sin ekonomi. Utan en stabil ekonomi blir det väldigt svårt att skapa sig ett liv efter frisläppandet.

– Uppmuntra alltid patienternas egna initiativ och engagemang. En grej som verkar liten för vårdarna kan ha stor betydelse för den som är inlåst hela dagarna. Gör allt som står i er makt för att hjälpa patienten att genomföra sina önskemål!