Vägen ut

Även i år har vi intervjuat och samtalat med flera patienter. De som intervjuades befann sig i rättspsykiatrisk öppenvård och ombads beskriva sina erfarenheter av den rättspsykiatriska slutenvårdstiden, övergången och den första tiden i öppenvården. En av dessa presenteras nedan.

”Magnus” 63 år

Jag har varit i den rättspsykiatriska vården i nio år det här året. Tidigare har jag aldrig haft med rättspsykiatrin att göra. Innan jag kom till rättspsykiatrin var jag hemlös i tio år, och innan dess bodde jag med mina föräldrar i ca tio år. Har tidigare, innan jag blev förtidspensionär, jobbat och strulat mig genom tillvaron och känt att något är fel.

Jag använder inga droger, så när jag var hemlös kunde jag klara mig bra jämfört med många andra som var hemlösa och som for väldigt illa. Jag skötte mig, var vältränad och borstade mina tänder. Det var tufft att vara hemlös men gick förvånansvärt bra.

Första tiden i rättspsykiatrin var jävligt jobbig. Hamnade på en avdelning med hög säkerhet. Jag fick dela rum med patienter som kom och gick. Det var jävligt jobbigt. Sen efter en tid fick jag eget rum. Det var lösningen på mycket för min del, det kändes mer som ett hem då helt plötsligt.

Med tiden och byte av avdelning blev det bättre, allt eftersom åren har gått så har man lärt känna personalen. Det blev faktiskt mitt hem. Så det funkade bra mot slutet. Det fungerade jättebra.

Har inte kunnat träna så mycket när jag var på avdelningen. Men jag har tagit upp träningen nu igen. Jag tycker det var svårt, och medicinen gjorde att jag hade svårt att träna. Men periodvis har jag gått och simmat här och sånt där, gått lite på gym. Men nu tränar jag själv. Cyklar jättemycket, så nu håller jag mig i form.

Till en början tyckte jag att jag var oskyldigt dömd. Så var det. Jag kunde inte se min del av skulden i det här. Det är någonting som gradvis har gått upp för mig. Att jag var sjuk och så där. Jag kunde inte förstå att jag var sjuk över huvud taget. Jag tyckte att jag var en välfungerande man. Förvisso hörde jag röster, men jag tänkte, jag köpte det liksom.

Efter sju år på avdelningen har jag haft gott om tid att tänka i lugn och ro. Så att, det har jag gjort. Jag tänkte igenom situationen mycket och har sett det ansvar jag haft. Jag tänkte, ingen rök utan eld liksom. Det var ju repetitionen. Upprepningen av att varje år man kommer upp i förvaltningsrätten får man ju papper med diagnoser, och efter ett par år så vande man sig vid att det som stod där, att det stämde liksom. Tänkte att ja, det måste ju stämma. Även om jag stretade emot. Men så tänkte jag, ja, jag är ju på rättspsyk, det måste vara något fel på mig. Jag kunde bara inte inse vad det var.

Den stora förändringen skedde när jag fick bo på ett behandlingshem under två år. Där kom vändpunkten, där ute. Man har egen nyckel till sin lägenhet med dusch och toalett och allting sånt. Pressen från att ha varit inlåst på avdelning släppte där och jag kunde slappna av. Kunde komma och gå som jag ville. Det fanns inga låsta dörrar. Där skedde en förändring. Sen kan jag inte peka på exakt vad det var som hände, men där var det något som hände. Efter de två åren var jag tvungen att komma tillbaka till avdelningen. Det var ju skittufft alltså! Men då hade jag förändrats så pass mycket. Det gjorde inte så jättemycket att jag var på avdelningen. Jag kunde utnyttja det mer positivt. Fick också ett nytt vårdlag då, som jag samarbetade bra med. Jag var tvungen att åka tillbaka eftersom det inte fanns pengar längre för att jag skulle kunna vara kvar på behandlingshemmet. Men det var bra, för under den tiden jag var på behandlingshemmet så fokuserade jag inte så mycket på att söka lägenhet.

Men sen när jag kom tillbaka till avdelningen så var det fokus på att söka lägenhet. Det var det, söka lägenhet varje dag. Jag kom tillbaka till verkligheten på något vis när jag kom till avdelningen igen. Så här ser det ut, jag måste ha en lägenhet. Jag vill ha det mer så där, så som jag hade det på behandlingshemmet. Ja, och det var så tydligt liksom. Jag var mer så, vilka mål är det som behöver uppnås liksom? Det var boendet helt enkelt.

En tid efter detta fick jag ett arv och min förvaltare såg till att jag blev skuldfri. På avdelningen fick jag hjälp med att söka lägenhet. Jag sökte tillsammans med personal, vi sökte varje dag. Det var väldigt bra. Jag är inte så hemma på datorer och sånt. Min kontaktperson hjälpte mig med det. En av kuratorerna, eller två av dem hjälpte mig lite grann med att söka. Men det blev ingenting. Det var först när personalen, min kontaktperson som jobbade mer eller mindre dagligen, när hon steppade in blev det på riktigt och gav resultat. Vi sökte regelbundet, nästan varje dag, även på helgerna.

Sen hittade vi en lägenhet. Min förvaltare hade en stor betydelse i det här. Han ringde upp hyresvärden och förklarat min situation. Att jag var skuldfri och att jag hade förvaltare. Det innebär ju både livrem och hängslen, sen skrev min förvaltare kontrakt.

Det har varit svårt att lämna avdelningen, man vill lämna, men man umgås så mycket med personalen att dom blir som en familj. I början besökte avdelningen mig en gång i veckan. Det kändes väldigt tryggt. För mig var det en bautaomställning. Att hamna i eget boende med digital mikrovågsugn och massa spakar och induktionshäll. Det var en väldigt stor omställning. Jag kände mig väldigt osäker. Jag efterlyste dels arbetsterapeuten, att få hjälp att laga mat, att komma i gång med det här. Men han har bara kommit tre gånger under det året som jag har bott själv. Så, jag har liksom hungrat efter mer stöd. Hela tiden.

Jag har periodvis känt mig lite bortglömd. Det är en fin lägenhet, men vad ska jag med den till? När jag

mår så här dåligt. Men nu börjar det vända. I april är det ett år som jag haft lägenheten. Nu börjar jag känna mig säker på grejerna i lägenheten. Att jag börjar få kontroll. Att jag kan laga mat och sånt. Det finns ett löfte om att jag ska få hjälp och boendestöd. Kommunen ska komma nu på onsdag. Då ska vi använda ugnen och så ska jag försöka lära mig den. Ja, så det är sådana grejer, rent praktiska grejer.

När jag skulle slussas ut till öppenvården och lägenheten tyckte jag att det gick för snabbt. Jag hade kunnat vara kvar inom slutenvården ett tag till. Dels därför att de kändes som min familj. Alltså att jag bodde i lägenheten gick inte för fort! Men att jag hade behövt ha med mig slutenvårdspersonalen lite till. Eftersom jag kände dem så väl. När jag fick kontakt med öppenvården så var det ju nya människor att lära känna. Det blev ett ganska abrupt slut.

Periodvis har jag känt mig jävligt ensam. Komma från ett ställe där det alltid finns personal att fråga, till att vara ensam. Det har varit jävligt tufft. Men det börjar jag vänja mig vid nu och jag känner att jag uppskattar att vara själv nu. Men det har tagit rätt lång tid. Min lägenhet är 58 m^2, och i början kände jag klaustrofobi, kände mig inlåst. Men det har också vänt, nu uppskattar jag det och känner inte alls att jag har klaustrofobi längre. Så att det är bara positivt nu.

Samhället har förändrats mycket, jag kände det direkt när jag kom ut. Vem ska jag nu fråga? Vem ska hjälpa mig? Vem ska kunna hjälpa mig? Det har varit rätt stort för mig. Jag avskyr ”appar” och mobiler. Jag är väldigt analog och köper fortfarande cd-plattor. Men, jag utmanar mig själv med allting tekniskt och digitalt. Jag har bekymmer med det, men jag ger mig på det ändå. Bara för att jag känner att jag måste. Jag måste komma över den rädslan. Men bävar för den dagen jag ska köpa en ny telefon igen, överföra och allt sånt. Jag mår dåligt allmänt, men jag har specifikt oro inför teknik och nya situationer. Det är en bit som kanske arbetsterapeuten skulle kunna ge mer av, eller hjälpa till med.

På dagarna läser och cyklar jag mycket, och så har jag min filmstudio. Ska gå på teatern snart. Jag har inga bekymmer att sysselsätta mig. Filmstudion, det är jättespännande. För 200 kronor kan jag låna sju filmer. Häromdagen såg jag en indonesisk film, lite annorlunda, men en bra film.

Mina föräldrar har gått bort, men jag återfått kontakten med mina två systrar. Vi hade ingen kontakt under många, många år. Nu har vi kontakt igen och jag har fått väldigt mycket hjälp, speciellt av min ena storasyster. Det var mina syskon som tog kontakt med mig. Jag har ju varit omöjlig att få tag på. Har ju varit inom rättspsykiatrin, och där har jag bett personalen att inte uppge för någon som frågar efter mig om att jag är där. Men min syster, hon fick tag på mig. Hon lyckades luska ut att jag hade en förvaltare och kontaktade honom. Han tryckte på att jag skulle höra av mig till min syster. I början tyckte jag det var helt bortkastat. Men sen när jag väl gjorde det så var det jättetrevligt. Idag har vi kontinuerlig kontakt, hon ringde senast igår. I sommar ska jag följa med henne och hennes man till Gotland. Jättetrevligt! Jag förlorade min surrogatfamilj, men är på väg att få tillbaka min riktiga familj.