

Förord

PEBBLES är en av de modigaste människor jag känner. Att så öppet berätta om sin psykiska sjukdom och framför allt sina psykoser är något jag beundrar. Det finns en hel del litteratur om depressioner – en diagnos som numera är mer eller mindre accepterad i samhället – men att ha en psykosjukdom och berätta om den, kan ge hopp till många andra. Den här boken kan hjälpa till att ta bort fördomar. Fördomar handlar om rädsla och okunskap. För anställda inom psykiatrin är den här boken en viktig pusselbit, att få reda på hur en psykos upplevs av en patient.

Boken kan med fördel användas som studielitteratur i undervisningen av blivande personal i vården, framför allt psykiatrin. Det är helt enkelt en mycket bra bok.

Bodil Yilmaz
Behandlingsansvarig mentalskötare

Inledning

JAG SKREV URSPRUNGLIGEN den här boken för att förstå mig själv bättre, bland annat genom att gå tillbaka till gamla dagboksanteckningar. Ett behov var att sätta ord på mina känslor och se mig själv i ett sammanhang. Dels var det terapeutiskt och dels ville jag också vända mig till mina döttrar, Hanna och Fanny. Jag ville urskulda mig på något vis, få dem att se att när jag varit en riktigt dålig förälder, när de fått skämmas för en psykiskt sjuk mamma som inte kunnat möta deras behov av omsorg och värme, berodde det på saker helt utanför deras kontroll. De skulle få veta att det fanns flera orsaker till att jag fått psykoser och att det finns många orsaker till att jag tillfrisknat igen.

Jag skriver också till dem som arbetar inom vård och omsorg, till exempel inom psykiatri eller socialtjänsten, och till studenter. Jag tänker att den här boken kan öka förståelsen för andra människor som är i min situation. I vården behövs det uppmärksammas att patienten finns i ett sammanhang och att en patient är en komplex hög av erfarenheter. Det finns inga enkla samband, och det finns ofta flera »triggers« till psykoser. Jag riktar mig även till anhöriga och har tips för dem som har en person i sin närhet som är psykotisk.

Sist men inte minst vill jag att personer som själva lider av psykisk ohälsa ska läsa boken. Det kan vara skönt att läsa om andra och veta att man inte är ensam. Själv har jag ett behov av att förklara komplicerade sammanhang utan att bli avbruten, och den här boken är för mig ett sätt att göra just det. Jag vill visa helheten – att ett liv hänger ihop. Jag är övertygad om att när man har varit med om omvälvande saker, som en psykos faktiskt är, så tror jag att det finns ett behov av att prata om det.

I boken kommer jag hädanefter att skriva »hon« och »den sjuka« när jag menar den som är sjuk oavsett om den är man eller kvinna, för enkelhetens skull.

KAPITEL I

Pappa blev troligtvis mördad

21 oktober 1992

– Ni får gärna ta den.

Kvinnan log mot soffan som blivit över när hon och hennes man, en vän och arbetskamrat till Tommy, flyttat ihop.

– Vi behöver den inte.

Hon fnissade.

– Dessutom är den rätt ful...

Sådär jättesnygg var den onekligen inte med de stora röda blommorna. Men vi hade ingen soffa eftersom vi bott i varsin etta innan vi flyttat ihop. Och den här dög. Tommy rynkade på näsan och tittade på mig. Jag log.

– Den är väl bra? Bättre än inget...

Efter en stund gav han sig och som tur var var den lätt som en plätt. Vi bar den nerför trapporna och fick upp den på takracket på bilen. På väg hem satt vi tysta. Det var kallt ute och vi var i stort sett ensamma på gatorna. Gatlyktornas konstgjorda sken bildade långa ljuskäglor som for över mina knän. Jag följde dem stirrande med blicken medan vi sniglade oss fram med vårt nyförvärv på taket.

– Är du sur?

Han tittade förvånat på mig.

– Nä, varför skulle jag vara sur?

– Skulle vi inte ha tagit soffan?

– Den är väl bra. Den får väl lov att duga tills vi har råd att köpa en ny.

– Mmm. Om jag fick välja skulle jag vilja ha en hörnsoffa i skinn.

– Men de är dyra.

– Ja ja, men om jag fick välja, sa jag.

Vi fick bära soffan uppför alla trapporna när vi kom hem ef-

tersom soffan inte fick plats i vår lilla hiss. När Tommy stod och fumlade med nycklarna undslapp jag mig en liten gäsp.

– Vi får skynda oss i säng, sa Tommy. Jag börjar tidigt i morgon. Han fick upp dörren och böjde sig ner.

– Här ligger det en liten lapp.

Han läste den och gav den till mig med en förbryllad min.

»Pebbles. Ring Jakobsbergspolisen, Leif Johansson« stod det. Och telefonnumret. Jag blev inte klokare för det, vi lyfte in soffan i vardagsrummet. Jag tog av mig skor och ytterkläder och satte mig i den nygamla soffan. Jag läste lappen en gång till. Jag blev nervös och kände ett sug i maggropen. Vad rörde det sig om? Jakobsbergspolisen? Den enda jag kände som bodde i Jakobsberg var min pappa... Jag slog numret.

– Mordroteln, Leif Johansson.

Det hissade i magen. Jag visste inte vad jag skulle säga.

– Ja hej, fick jag fram.

– Ja hej, sa det i andra änden.

– Jag heter Pebbles Hedström. Jag har fått en lapp i min brevlåda att jag ska ringa dig.

Jag hörde att jag darrade på rösten.

– Vad har du för personnummer?

– Personnummer?

Jag kände att jag inte förstod ett smack och ändå hade jag förstått för länge sedan.

– Jag måste kontrollera att du är du.

Jag sa mitt personnummer och frågade vad som hänt.

– Vet du inte det?

Hans röst lät mycket vänligare.

– Nej.

– Jan Hedström, din far, är död och vi misstänker yttre våld.

– Vaddå?

Jag ville inte förstå.

– Jan Hedström hittades död i dag och vi misstänker yttre våld.

– Är han mördad?

– Det sa jag inte, men jag sa att vi misstänker det.

Jag lyckades ställa en massa intelligenta frågor och fick veta att han blivit hittad på förmiddagen vid 10-tiden av en affärskompan-

jon och att det eventuella dådet antagligen skett natten innan. De visste inte när, för obduktionen var inte gjord.

Tommy stod i dörröppningen och tittade på mig och jag blev sittande tyst och såg på honom medan jag försökte förstå vad polisen i den andra änden sa.

– Är du ensam hemma?

Lugnet och omtanken i rösten fick mig att samla ihop mig något så när.

– Min pojkvän är här. Vi bor ihop.

– Vad bra. Det var tyst en liten stund. Vad heter han?

– Tommy Karlsson.

– Får jag besvära om personnumret?

Otroligt. Jag sitter här och blir förhörd. Min pappa har blivit mördad. Jag tänkte tanken om och om igen. Den snälla rösten fortsatte:

– Orkar du med några frågor? Jag kan ringa i morgon om du vill.

– Nej, nej. Jag kan svara nu.

Jag försökte samla ihop mig och svarade så gott jag kunde.

Svåra frågor blandades med lätta. Var det en eller två veckor sedan jag var och hälsade på honom sist? Jag kom precis hem, mina föräldrar skildes när jag var liten, jag har inte växt upp med honom. Var jobbade jag, var kunde de nå mig, hur väl kände jag min halvbror, kände jag till någon eventuell mördare, misstänkte jag någon?

När jag lade på luren snurrade det i huvudet. Jag satt stilla en stund och stirrade på de röda blommorna i soffan. Jag tittade upp på Tommy, som fortfarande stod i dörröppningen, och sa det ofattbara:

– Min pappa har troligtvis blivit mördad.