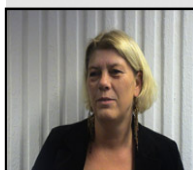


Det barn ikke vet, har de vondt av ... lenge

Ellen Walnum



Ellen Walnum arbeider som barnerepresentant/erfaringskonsulent ved Klinikk for

psykisk helse ved Sørlandet Sykehus HF. Som barnerepresentant skal hun fungere som vaktbikkje og sørge for at barn blir godt ivaretatt når mor eller far er innlagt eller i behandling. En viktig del av arbeidet er å koordinere nettverket av barneansvarlige ved sykehuset. Hun har ingen formelle kompetanse, men har selv vokst opp med en alvorlig psykisk syk mor. Hun opplevde også å få en psykisk knekk da hun selv var mor. Det er denne erfaringen hun bruker av i sitt arbeid.

Denne artikkelen er et innlegg hun hadde på Schizofrenidagene i november 2008.

Personalet på psykiatrisk avdeling sitter i en kaffepause og snakker om en pasient. De snakker om hennes mer eller mindre snurrige trekk. De snakker om hennes hang til utagering og voldsomheter. ”Egentlig er hun jo harmløs” sier en, og får til

svar; ”det er så, men hvordan ville du likt å ha henne til mor?”

Det kunne vært min mor de snakket om i den kaffepausen. Jeg vet hvordan det er å ha henne til mor, og det er dette jeg har lyst til å fortelle litt om her i dag.

Jeg pleier ofte å kalle meg en skotrasker. Indianerne har et ordtak som sier at før du fordømmer din neste skal du ha tilbrakt 14 dager i hans eller hennes mokasiner. Vi har også et ordtak, som sier at den vet best hvor skoen trykker som har den på. Jeg har hatt mange sko på i mitt liv. Jeg har vært barn av en psykisk syk. Jeg har vært og er søster av en psykisk syk, og for en periode av mitt liv har jeg også opplevd å være mor og psykisk syk. Det var den største smerten av dem alle.

Da jeg ble spurt om å holde dette innlegget, var den opprinnelige ”bestillingen” at jeg skulle fortelle hvordan det var å vokse opp med en schizofren mor. Problemet er bare at jeg ikke vet hvordan det er å vokse opp med en schizofren mor. Joda, min mor var schizofren, og jeg vokste opp med henne, men i

ettertid ser jeg at det var ikke det faktum at min mor var schizofren som var det avgjørende, og fikk betydning for mitt liv. Det var alt rundt min mors sykdom. Det var tabuer, hemmeligholdelse, taushet – skam, skyldfølelse, ugyldighet og utforutsigbarhet. Det at min mor aldri fikk fullgod behandling og at jeg aldri ble ivaretatt av sykehuset hadde også stor betydning.

Faktisk visste ikke jeg med sikkerhet at min mor var schizofren før for noen måneder siden. Da fikk jeg lese et resymé av hennes journal. Det var forstemmende lesning på så mange måter. Etter dette har både jeg og min historie i stor grad blitt preget av det jeg leste der. Min mor ble så virkelig for meg da jeg hadde lest disse knappe notatene om hennes lidelseshistorie. Det som slo meg var at det var ingen som så henne som mamma, bare som en veldig syk og til tider vanskelige pasient.

Jeg holder ofte foredrag og undervisning der jeg forteller min historie, hvordan det var for meg da mamma var syk. Denne gangen har jeg behov for å fortelle både om hvordan det var for meg som barn og hvordan det må ha vært for henne som mamma.

Da jeg var barn, visste jeg i alle fall ikke at hun var schizofren – og hadde jeg visst det, hadde jeg ikke skjønt hva det betydde. Da jeg var barn, visste jeg ikke engang at min mor var psykisk syk, jeg ble fortalt at hun hadde vondt i hodet. Dere kan jo tenke hvor redd jeg ble når min far fikk vondt i hodet, eller jeg selv fikk vondt i hodet.

Det var så mye jeg ikke visste da jeg var barn. Jeg var et barn som ikke visste, og jeg hadde vondt av det.....lenge.

Jeg var så vidt fylt 3 år første gangen min mor ble tvangsinnlagt på Eg psykiatriske sykehus i Kristiansand. Min far forteller at første gang vi var oppe for å besøke henne etter at hun ble innlagt, reagerte jeg med vill redsel da hun kom ut i gangen. Jeg løp ut av rommet og ropte ”mamma tygg, mamma tygg”. Han forteller at han løp etter meg og fanget meg opp i armene sine. ”Du skalv som et aspelauv” har han fortalt til meg. Dette var i november 1963. Til jul ville sykehuset skrive ut min mor. Min far ringte opp til dem og sa at de ikke kunne gjøre det. Mamma var så syk, og vi minste barna var så redde. ”Du lyver” sa behandlerne til ham, ”det er din skyld at din kone er syk”.

I mammas journal står det: *"Pasienten kunne være hjemme noen dager til nyttår. Det var hyggelig og hun var glad for at ingen av barna var redde for henne lenger"*.

Som mor kjenner jeg hvordan det knytter seg i meg ved tanken på å måtte oppleve at dine egne barn er redde for deg. Jeg tenker på hvordan det må ha vært for mamma som mamma å oppleve dette, og at ingen ga henne anledning til å snakke om det.

Dette er faktisk det eneste stedet i hennes journal det overhodet er nevnt at han hadde barn. Det står at hun hadde vært medlem av husmorlaget. Det var tydeligvis interessant, men ikke en eneste opplysning om at hun hadde barn. Det var visst ikke interessant.

Min mor var mer eller mindre innlagt i 13 år til hun døde av kreft da jeg var 16 år. Det lengste oppholdet hennes hjemme var på 16 mnd. Min far har fortalt at hun av og til var hjemme i lengre perioder av gangen. Det har ikke jeg noen minner om. I mine minner var hun enten på vei inn eller på vei ut av sykehuset. Hun gikk inn og ut som det en vel kaller en "svingdørspasient". Til sammen var hun innlagt 8 ganger. Den siste gangen var hun innlagt

sammenhengende i 7 1/2 år. Grunnen til at hun ble "utskrevet" var at hun døde. I løpet av de 7 1/2 årene er det ikke et eneste behandlernetat i journalen hennes. De gadd ikke engang å late som de ga henne behandling. Dette var ren oppbevaring, og i løpet av denne perioden var hun bare hjemme på kortvarige permisjoner. Jeg var 8 år gammel siste gangen min mor ble innlagt og ble der.....

I løpet av disse 13 årene kan jeg faktisk ikke huske en eneste av de ansatte som hilste på meg og spurte hvordan jeg hadde det. "Hei Ellen, hvordan har du det?".

Det var ingen som ga meg den kunnskapen jeg trengte om min mors sykdom. Den kunnskapen som kunne gjort meg i stand til å skape mening i alt det meningsløse som skjedde. Da kunne jeg kanskje sagt til meg selv at "det er slik det er når mamma er syk". Kanskje jeg til og med kunne fått noen gode løsninger på hva jeg skulle gjøre når disse tingene skjedde, i stedet for å være maktesløse og full av skrekk.

Det var ingen som fortalte meg at det ikke var min skyld at mamma var syk. Det var det jeg trodde. Jeg trodde at det var noe jeg hadde sagt eller gjort. Da jeg var barn tenkte jeg ofte; "kan jeg bare være litt stillere og litt snillere.....så går det

kanskje bra". Men det gjorde det aldri.

Det var ingen som fortalte meg at det var mange barn som hadde det som meg. Så jeg trodde at jeg var den eneste i hele verden som hadde det akkurat slik. Og dersom ingen andre hadde det slik som meg, måtte det jo være min skyld, det måtte jo være meg det var noen galt med. "litt stillere, litt snillere". Tenk hvis jeg hadde fått gå i barnegruppe!

Det var ingen som ga meg anledning til å snakke om mine opplevelser, tanker og behov. Ingen ga meg anledning til å kunne snakke om alle de vonde tankene jeg hadde, uten å være redd for å såre dem jeg var glad i. Det var ingen som ga meg anledning til å snakke om disse tingene sammen med mamma, slik at jeg kunne fortelle henne hvordan jeg hadde det.

Det var ingen som ga mamma anledning til å se hva hennes sykdom gjorde med meg. Det var ingen som fortalte henne hvordan hun skulle ivareta meg på en god måte selv om hun var syk.

Da jeg var barn elsket jeg min mor inderlig, men jeg klarte ikke å tro at hun var glad i meg. Da hadde hun vel ikke gjort og sagt de tingene hun gjorde og sa. I voksen alder har jeg skjønt at min mor også elsket meg inderlig. Det var ikke kjærlig-

heten hennes som gikk i stykker da hun ble syn, det var hennes evne til å vise meg denne kjærligheten på den måten jeg trengte. Jeg skulle ønske jeg hadde visst dette da jeg var barn.

Det var ingen som tok vare på min far slik at han kunne ivareta meg på en god måte. Da han valgte å skåne meg for min mors sykdom ved å si at hun hadde vondt i hodet i stedet for å fortelle meg om sykdommen hennes, da han valgte å skåne meg ved å ikke snakke om sykdommen og følgene for familien vår, var dette gjort i kjærlighet og i beste mening. Men det var så forferdelig feil. Jeg tror at dette hadde større betydning for at jeg fikk problemer i voksen alder, enn det faktum at min mor hadde vært syk.

Tenk hvis noen hadde fortalt min far at det var viktig at jeg fikk kunnskap om min mors sykdom. Fortalt hvor viktig det var at vi som familie fikk snakket om hvordan vi opplevde mammas sykdom i hverdagen. Fortalt ham at det kanskje ville være viktig for meg å snakke med noen om dette alene, slik at jeg kunne fortelle fritt.

Da tror jeg min barndom hadde sett helt annerledes ut. Da tror jeg livet mitt hadde sett helt annerledes ut.

Men det var ingen som fortalte meg disse tingene. Det skjedd mye i forbindelse med min mors sykdom som var både vondt og vanskelig for et lite barn å forstå. Spesielt når hun var psykotisk. Da jeg var barn skjønte jeg i alle fall at noen ganger forsvant min mamma og jeg ble overlatt til mammaen med vondt i hodet som hadde svarte, harde øyne og som gjorde og sa ting som mammaer bare ikke skal gjøre.

Jeg skammet meg over det meste. Jeg skammet meg over meg selv, jeg skammet meg over min mor og jeg skammet meg over tilstanden hjemme. Problemet var at jeg visste ikke hva det var jeg egentlig skammet meg sånn over.

I voksen alder har jeg sett at jeg som barn var flink til å samle på gode opplevelser. En av de tingene var bursdagsselskaper. Som oftest var min mor innlagt så jeg måtte sørge for å gjøre meg klar selv. Min stakkars pappa ble ganske fortvilet da han oppdaget at jeg hadde gått i bursdagsselskap med ballkjole fra Amerika og slitte orange frottèsokker.

En gang var det ei jente i nabolaget, som jeg ikke kjente så godt, som inviterte meg til 8 års dagen hennes. Jeg løp glad og lykkelig hjem og fant fram ballkjolen og frottèsokke-

ne. Da jeg kom fram til huset hennes stod moren på trappen og ropte; *"Hvorfor i alle dager har du invitert henne? Vi vil ikke ha henne i huset, hun er sikkert like gal som sin mor!"*. Jeg tuslet dukknakket hjem. Jeg visste ikke hva det var å være gal, men jeg visste at det var vondt og jeg visste at det var skamfullt.

De mest skremmende opplevelsene mine var knyttet opp mot min mors religiøse ideer når hun var psykotisk. Hun ble frelst i forbindelse med en vekkelse på Sørlandet noen år før jeg ble født. I min mors journal står det i forbindelse med den første innleggelsen:

"Mente at hun hadde nådegaver utenom det vanlige. Trodde hun hadde helbredende evner, uten å gjøre forsøk på å demonstrere dette. Fikk direkte budskaper fra Gud som ba henne refse bestemte personer".

Jeg kjente at jeg ble redd da jeg leste det. Jeg satt og kjente på redselen jeg følte da jeg var barn og min mor gikk rundt i huset og ropte med bevrende stemme når hun mottok disse budskapene. Jeg går ut fra at alle ville opplevd dette som skremmende. Hvorfor var det ingen som tenkte på hvor skremmende dette var for en 2-3 åring?

Det verste for meg var allikevel uforutsigbarheten. Det at jeg aldri

visste hva dagen ville bringe. Det som var lov den ene dagen, var forbudt den neste. Jeg strevde hardt for å følge reglene. Regler som var umulige å følge. Men det visste ikke jeg. Litt snillere, litt stillere. Jeg var avhengig av at jeg til enhver tid klarte å lese min mors form i løpet av sekunder og innrette meg etter det. Jeg måtte sørge for å lese og fylle min mors behov for at jeg skulle få et levelig liv. Etter hvert "finslippte" jeg denne evnen og utvidet den til å gjelde alle. Alle andres behov var viktigere enn mine. Til slutt mistet jeg evnen til å kjenne etter på egne følelser. På det verste var jeg ikke engang i stand til å kjenne sult.

For meg var det største problemet når mamma ble utskrevet, ikke når hun ble innlagt. Hun gikk som sagt ut og inn av sykehuset, og jeg visste godt når hun gikk inn. Det skjedde ofte meg hyl og skrik og endte meg at falken kom og hentet henne. Etter hvert ble det til at jeg reagerte med lettelse når dette skjedde, i håp om at det skulle gi meg et lite pusterom.

I mammas journal står det i forbindelse med en av utskrivelsene; *"Prøveuken gikk bra"*.

Bra for hvem!!??

"Pasienten utskrives som bedret".

Hva er bedret? Det står aldri at hun var utskrevet som frisk. Nei, min mor var aldri frisk når hun ble utskrevet. Døpet til medgjørighet kanskje. Var det dét de mente med bedret?

Problemet mitt var at jeg aldri visste når hun gikk ut. Jeg fikk aldri beskjed når min mor ble utskrevet. Jeg tror ikke det var noen som tenkte på å informere meg. Plutselig stod mamma der i døren og jeg hadde bruk for forsvaret mitt igjen. Jeg visste nøyaktig hva som kom til å skje når mamma var utskrevet som bedret. Hun sluttet med medisinene sine.

"Umiddelbart etter utskrivning sluttet pasienten med medisiner og tilstanden forverret seg raskt". Min mor trodde nemlig fullt og fast på at Gud skulle helbrede henne. *"Pasienten mener det er feil å ta medisiner for sjelelige lidelser, kun for legemlige"*. *"Bare helbredelse ved bønn kunne hun akseptere"*.

Første gang min mor ble utskrevet, fortalte hun min far at hun skulle slutte med medisiner. Min far var hjertens enig, for den eneste erfaringen han hadde med medisiner var at man ble syk, tok en kur, og deretter var man frisk og sluttet med kuren. Det var ingen som hadde fortalt ham at mamma måtte fortsetter

med medisiner for å holde seg frisk. Jeg husker en samtale min mor hadde med en venninne like etter at hun hadde blitt utskrevet. Hun fortalte venninnen at hun skulle slutte med medisiner, for Gud skulle helbrede henne. Halleluja! svarte venninnen, og jeg satt med ryggen til og gråt, for jeg visste så altfor godt hva som skjedde når Gud skulle helbrede.

Egentlig skjønner jeg godt at mamma ønsket å slutte med medisiner, jeg! Eller hva synes dere om denne ”coctailen”? ”Stemetil i stigende doser, ved utskrivning 50+25+50, i tillegg Nozinan 10+10+25 og Peragit 1 tabl. X 2”.

Etter at min mor sluttet med medisiner, kom det en rolig og god periode. Hun var ikke lenger like dopet som hun var i begynnelsen. Jeg lurte på om noen har tenkt på hvor vanskelig og skremmende det er for et lite barn når mor er dopet til det ugjenkjennelige. Når mamma ikke reagerer på noe og det ikke er noe form for samspill. Til slutt var medisinen helt ute av kroppen hennes og mammaen med hodepinen kom tilbake. Den mammaen som hadde harde kalde øyne og sa og gjorde ting som mammaer bare ikke gjør.

Til slutt ble det hele så uhåndterlig for meg at jeg valgte å legge lokk på det. Jeg husker når det skjedde.

Jeg var 6 år. Jeg var ute og rant på ski sammen med noen av naboungene. Jeg stod på toppen av bakken da jeg så min mor som stod i bunnen av bakken og ropte at jeg skulle komme hjem, for nå skulle det oppdragelse til. Jeg visste ut fra skingringen i stemmen hvilken mamma det var som stod der, og jeg husker at jeg tenkte; ”Nå orker jeg ikke mer”. Så husker jeg ikke hva som skjedde. I det hele tatt husker jeg veldig lite fra de neste årene. Dette faller sammen med den lengste perioden på 16 måneder som mamma var utskrevet. Da jeg leste dette, tenkte jeg at det var ikke så rart at jeg ga opp da. Jeg klarte ikke å håndtere en syk mamma som var hjemme så lenge uten at jeg fikk noe pusterom.

Jeg ble en annen liten jente. Ikke den redde og forvirrede, men ei sterk lita jente som ikke kjente etter på de mange vonde og forvirrede følelsene. Som ble en liten ”superkid” som alltid var sterk og flink. Hun som regnet ut matteboka den første uka på skolen. Ikke minst ble jeg den lille jenta som alltid skravlet. Da slapp jeg å kjenne etter på det som var vondt og vanskelig, og jeg klarte å lure andre til å tro at de kjente meg, slik at de lot den egentlige Ellen være i fred langt der inne.

Og langt der inne fikk hun være i fred i mange, mange år. Helt til jeg hadde mistet meg selv fullstendig og gikk i tusen biter.

Da jeg 37 år gammel fikk min smell, med en påfølgende innleggelse, var jeg selv mor. Til forskjell fra min mor fikk jeg god hjelp. Jeg fikk hjelp til å se den røde tråden mellom min barndom og de problemene jeg hadde i voksenalder. Jeg fikk hjelp til å snakke om de vonde tankene og følelsene jeg hadde fordi jeg hadde påført mitt barn den samme smerten jeg hadde blitt påført da jeg var barn. Vi fikk snakket med sønnen vår om hvorfor jeg ble syk, hvordan sykdommen artet seg og at det ikke var hans skyld at jeg var syk.

Jeg husker en episode like etter at jeg ble innlagt da han og jeg hadde en kjøretur. Jeg fortalte ham at det ikke var hans skyld at jeg var syk, at det aldri er barnas skyld når foreldrene blir syke eller strever med livet sitt. Jeg fortalte ham at når jeg ble irritert og ba ham slutte å mase, var det ikke han som maste, men jeg som hadde så vondt i følelsene mine og var så forvirret i tankene mine at jeg oppfattet alt som mas. Da så jeg at skuldrene hans sank sammen i lettelse, og det var da jeg skjønnte at han hadde gått rundt med akkurat de samme tankene som

meg. Han trodde det var hans skyld!

Sønnen min er nå en praktfull ung mann på 21 år. Fremdeles snakker vi mye om denne tiden. Når jeg spør ham hvilket råd han har, hva jeg skal si til folk, så sier han; ”*Si at de må snakke om det*”. Og han sier at det var noe av det viktigste vi gjorde, selv om han så elegant uttrykte det ”*var så drittlei av å snakke om det*”. For en tid tilbake fremholdt jeg denne historien som en likhet mellom min og hans barndom. Da svarte han ”*Nei mamma, dette viser forskjellen, jeg fikk snakke om det – det gjorde ikke du*”. Jeg tror han har rett, det er det som utgjør hele forskjellen; å få snakke om det.

På et tidspunkt fremgår det av journalen at mammas sykdom endret seg. I stedet for å være, som det står: arrogant og uten sykdomsinn-sikt – ble hun trist og hun slet med angst og skyldfølelse. Den siste innleggelsen ba hun om selv og det står i journalen at hun var sliten.....

De siste månedene før mamma døde, skjedde det noe med henne, og den mammaen jeg elsket kom fram. Den mammaen som jeg aldri fikk oppleve til fulle, men som mine eldre søsken snakker om. Den mammaen som formidlet verdier som de fremdeles husker. Den

mammaen som var full av liv, sang og latter. Som var lynende intelligent og som levde et livlig sosialt liv. Den mammaen som strøk meg over kinnet og kalte med sin lille solstråle. Som så noe godt i alle og aldri fordømte noen. Kort sagt; verdens beste mamma!

Jeg har alltid håpt at mamma ikke husket det hun hadde gjort mot meg. Da jeg leste journalen hennes står det: *"Husker godt sin påfallende oppførsel før innleggelse".....* og ved en senere anledning: *"Virker noe stille og trist og har en del selvbekreidelser og skyldfølelse for sin oppførsel ved tidligere innleggelser"*.

Jeg gråt da jeg leste dette. Jeg gråt over min mamma som døde uten noen gang å ha fått snakket om dette. Og jeg er så glad for at min gutt og jeg fikk anledning til å snakke om det.

Jeg var på et seminar med en pedagog en gang, og hun sa at for at en ting skal sitte, må den gjentas 7 ganger. Jeg skal ikke kjede dere med det, men jeg vil gjerne gjenta det aller viktigste: Det barn ikke vet har de vondt av ... lenge.