

Gretes mor var psykisk syk



Nå skammer jeg meg ikke lenger

Da Grete Moen (43) fra Bærum ble født, fikk moren en fødselsdepresjon. Sykdommen utviklet seg, og moren ble aldri seg selv igjen. Vesle Grete fikk «skylden». Skammen over sin psykisk syke mor har fulgt henne som en skygge gjennom livet.



HJEMMETREPORTASJE

Tekst: Guri Haram Foto: Jørn Grønland

Da Grete ble født som nummer tre i søskenflokket i Bodø, gikk moren inn i en depresjon. I motsetning til de fleste andre som rammes av fødselsdepresjon, ble Gretes mor aldri frisk igjen.

–Helt fra jeg var liten, fikk jeg høre at det var jeg som hadde gjort henne syk. Og jeg måtte hele tiden passe på så hun ikke skulle bli sykere. Mamma hadde alltid en undertone av sårhet, forteller hun.

Fikk skylden

Grete tror ikke de voksne ønsket å gi henne dårlig samvittighet da hun var barn. Men stadig ble hun minnet på at det var hun som var den indirekte årsaken til at moren aldri ble seg selv igjen. «Hun er ikke så sterk», og «hun har dårlige nerver», ble gjengangere i beskrivelsen av moren.

–Ubevisst la de voksne ansvaret på mine skuldre. Jeg var alltid redd for å gjøre noe galt, og ble en av disse snille ungene som barn av psykisk syke gjerne blir, sier hun.

◀OMTANKE: Barn av psykisk syke har godt av å møte andre i samme situasjon. De bør få informasjon, omtanke og vite at det er lov å ha vonde følelser, sier Grete Moen.

Barndommen til Grete har vært god. Moren var flink og gjennomført snill. Hun var en aktiv kristen, omsorgsfull og glad i håndarbeid. Men Grete manglet den nære kontakten med henne. Hun var også redd for at de andre barna i gaten skulle få greie på at mammaen hadde vært psykiatrisk pasient.

–Fortsatt beskriver folk psykiatriske sykehus som «galehus». Psykisk lidelse er så tabubelagt! Selv opplevde jeg ikke moren min som gal. Det ble til at jeg bar sykdommen hennes som en hemmelighet inni meg.

Moren til Grete var tilsynelatende en vanlig mamma. Hun var glad i å strikke, og trillet turer med barna. Men Grete ble god til å tolke morens signaler — de som ikke var like synlige for andre. Dette kunne være småting som skifte i humøret, at moren ble lei seg. Grete merket en annen stemning bredte seg i rommet. Det var som om det var noe udefinert annerledes hun ikke helt fikk taket på.

Ble sykere

Grete husker godt en vakker dag på 1980-tallet da hun var 16 år og løp opp i andre etasje hjemme i tomannsboligen. Da hun rev opp døren til rommet sitt, merket hun straks at noe var veldig galt. Moren lå på sofaen med ansiktet vendt mot henne og stirret apatisk ut i luften. Grete husker at hun ble irritert av den ekle



►LITEN: Grete skulle få en oppvekst med skyldfølelse. Her er hun sammen med storesøster. Foto: Privat

følelsen hun fikk. Nå skjer det noe snart, tenkte hun.

Moren var dypt deprimert og ønsket å snakke. Hun trodde en prat med datteren kunne gjøre henne friskere. «Kan du ikke snakke med pappa?» spurte Grete. Men det ville hun ikke, for han skulle få slippe. Og hos legen fikk hun bare medisiner, sa hun.

–Jeg ville jo snakke med henne, men klarte det ikke, selv om jeg visste jeg burde. Det hun trengte, var jo å snakke med fagpersoner. Da jeg ikke kunne hjelpe, ble jeg i stedet avvisende og irritert, slik en ungdom gjerne blir. Og så fikk jeg dårlig samvittighet for det, sukker Grete.

Hun kan fortsatt se for seg moren idet hun forlot rommet. Hun kunne se skuffelsen på hele kroppen hennes.

Like etter flere lignende episoder fikk moren et kraftig angstanfall. Hun ble tvangsinnlagt. Men etter en uke var hun hjemme igjen. Fire dager senere, mens

◀SAMMEN MED MAMMA:

Dette er ett av få bilder Grete har av moren fra før hun ble syk første gang. Grete er i vognen.

Foto: Privat



moren var alene hjemme, skjedde det Grete fryktet mest. Moren forsøkte å ta livet sitt med en overdose beroligende tabletter. Det resulterte i full hjertestans. Men ektemannen fant henne og reddet henne i siste liten.

Faren til Grete sto støtt ved sin kones side helt frem til han selv døde.

–Han var utslitt. Men til tross for sykdommen hennes hadde de en usvikelig kjærlighet som jeg blir ydmyk av, sier Grete.

Kjente ikke barna igjen

Lenge visste ingen om moren ville overleve selvmordsforsøket. Trolig hadde hun fått en hjerneskada. Grete hadde ingen å snakke med om problemene hun opplevde i familien. Etter noen dager fikk hun møte sin mor på sykehuset. Det var alt annet enn lett.

–Da jeg kom inn i rommet, var det helt stille. Mamma festet blikket på meg, men blikket var så gjennomtrengende at jeg følte



Noen burde snakket med meg



Skrev bok

Den faglige kunnskapen og de personlige erfaringene har ført til at Grete har skrevet boken «Barns møte med psykisk lidelse – en datters historie». Den ble utgitt i fjor på Cappelen Forlag.

hun kunne se tvers igjennom meg og lese alle tankene mine, minnes Grete.

Mens hun holdt morens hånd ved sykesengen, ba sykepleieren pasienten om å trykke datterens hånd hvis hun kjente henne igjen. Men hånden forble rolig. Moren kjente ikke igjen sin egen datter.

–Det var tøft. Alle var opptatt av hvordan den syke hadde det, og hvordan den yngste, min lil-

lesøster, hadde det. Og pappa. Så ble det til at vi i midten satt igjen med de vonde tankene.

Rett etter overdosen burde noen ha satt seg ned og snakket med meg. Forklart meg hva som skjedde. Men alt ble dyssset ned. Ingen informasjon, men masse dårlig samvittighet og skyldfølelse ble resultatet, sier Grete.

Moren ble aldri seg selv etter overdosen. I de følgende årene måtte Grete og søsknene besøke moren på psykiatrisk sykehus. På sykehuset opplevde hun at de som barn av pasienten ikke ble særlig godt mottatt.

–Der manglet det en naturlig plass for oss å være. Vi ble bare låst inn og ut. Det var dager da mamma bare hylte og skrek og jamret seg. Ingen sa til oss at vi heller burde komme tilbake på en bedre dag. Ingen hilste på oss eller tilbød oss så mye som et glass saft.

De burde sett menneskene bak. Men pasientens barn ble ikke tatt

på alvor. Da mamma skulle få elektroshokk, spurte jeg overlegen hva det var. Han sa det var som om de tok en løs skrue og ristet den på plass. I tillegg sa han at en med angst til slutt kan være redd for en banan, om så skulle være. Det lyder komisk. Men for meg, i min situasjon, var det respektløst å formulere seg sånn. Det var jo moren min de snakket om, sier Grete.

Hun kan fortelle at det i år har kommet en endring i loven som fastslår at barn og unge nå har krav på informasjon når foreldre blir innlagt.

Barna ble oversett

En dag ga legen Grete den tunge beskjeden om at moren aldri kom til å bli frisk igjen. Samtidig satt moren hele tiden og tok på klærne til datteren. «Nå slutter du!» utbrøt Grete brydd.

–Da skammet jeg meg straks, og følte meg samtidig avslørt. At jeg kunne være streng med

henne når andre ikke så. Sannheten er at om jeg hadde fått informasjon opp gjennom årene, ville jeg ikke vært så irritert. Hadde jeg bare visst at det var lov å kjenne vonde følelser som sinne og frustrasjon!

Senere unnskyldte Grete seg i telefonen overfor legen. «Jeg så du hadde det vanskelig,» fikk hun til svar. En kort setning som betydde mye. Det var første gang at hun ble vist medfølelse fra sykehusets side.

–Det skal så lite til. I dag er det fortsatt slik at det takket være tilfældige ildsjeler på avdelingene blir en god opplevelse for barn av psykisk syke å besøke sine foreldre. Men det burde helt klart vært ordnet bedre på et overordnet nivå. Det er jo slik at barn av psykisk syke ofte velger mellom to reaksjoner: Å bli stille, inne-sluttet og tilsynelatende uberørt av det som skjer, eller bli sinte og søke ut, og i verste fall å oppsøke feil venner.

Problemer kan fanges opp tidligere. På sykehuset setter helsepersonell alle ressurser inn på å snakke med den syke om deres barndom. Ofte har de hatt psykiske lidelser i familien. Likevel blir barna til den psykiske syke oversett. Det er et paradoks, sier Grete, som knapt husker moren som frisk.

Da moren døde i 2004, ble Grete minnet om hennes gode sider. For første gang følte hun stolthet. I begravelsen var venner og tidligere naboer samlet, og flere holdt rørende minneord. Moren ble beskrevet som omsorgsfull og ressurssterk.

–For ei dame! tenkte jeg. Jeg fant også tekster hun hadde skrevet. Der skrev mamma at hun var syk og redd for hva hun kunne komme til å gjøre, forteller 43-åringen.

Hun er utdannet barneverns-pedagog og jobber i dag som spesialveileder for MOT, en holdningsskapende organisasjon til støtte for unge.

Grete er også selv mor, til Kristine (15) og Maria (13).

–Jentene mine er det beste som har skjedd meg. Det er godt å vite at jeg kan være en mor som er til stede for dem. ♦

hjemmet@bm-media.no

MOT

Grete jobber i dag som spesialveileder i MOT. Dette er en holdningsskapende organisasjon som jobber for og med ungdom. For mer informasjon, se www.mot.no