

# Jag tror att mordet på pappa utlöste min psykos

Som att leva i en fantasivärld. Så beskriver Pebbles hur det var att drabbas av en psykos. När hallucinationerna, vanföreställningarna och förföljelsemanin tog över och hon inte längre kunde ta ansvar för sitt liv. Eller sin dotters...

TEXT OCH FOTO: LOTTA MODIN

I dag har Pebbles lärt sig att hantera både livet och sin sjukdom.

**K**vinnan som öppnar dörren ser ut som vem som helst av oss. Och det är just det som är ett av problemen: psykisk ohälsa syns inte utanpå. Än i dag är det både skambelagt och mycket hyschhysch att ha en psykisk sjukdom, trots att ungefär 30 procent av alla sjukskrivna har en psykisk diagnos.

Det är alltså mycket vanligare än vad många tror. Det drabbar också alla samhällsklasser.

Vi går in i den lite stökigt hemtrevliga lägenheten. På teven går en film och i soffan ligger Pebbles 19-åriga dotter Hanna och en kompis och slappar, så där totalt utslaget kattlikt som tonåringar kan. Pebbles Karlsson Ambrose, 43, gör i ordning kaffe till mig och en stor mugg, modell balja, te till sig själv.

Mitt första intryck av Pebbles är att hon är ganska försynt men varm och omtänksam. Under lite allmänt småprat vid det svarta köksbordet berättar

Pebbles att hon är en aning nervös inför intervjun. En anledning är att hon inte klarar av så mycket nytt, påfrestningar eller stressfaktorer sedan hon blev sjuk. Oron att det ska börja surra i huvudet finns alltid där.

–Två saker i veckan kan jag ha inbokade. Blir det en sak till måste jag boka av något, berättar hon.

### En tuff resa

Det är 16 år sedan Pebbles fick sin första psykos och hon har numera lärt sig att hantera både sin sjukdom och sitt liv, med hjälp av mediciner och lite stöd. Men det har varit en mildt sagt tuff resa kantad av både skilsmässor, avsked från jobb, tvångsinläggningar och ekonomisk krasch parad med den tunga vetenskapen om att hon periodvis inte kunnat vara en bra mamma.

Jag ber henne berätta hela historien. Och den börjar med ett mord.

När Pebbles är 22 år mördas

hennes pappa. Polisen informerar henne på ett tämligen brutalt sätt och hon sjunker ner i en djup depression.

### Känner sig förföljd

–Sett i efterhand tror jag att det var den utlösande faktorn. Men helt säker kan jag förstås inte vara, säger Pebbles lugnt och tar en klunk te.

Några år senare drabbas hon av en förlossningspsykos i samband med sin andra förlossning – Pebbles har hörselhallucinationer och känner sig förföljd. När hon går till polisen för att anmäla sin förföljare blir hon körd till psykiakuten. Där vill de att hon ska läggas in och då måste hon lämna sin nyfödda dotter ifrån sig. I panik blånekar Pebbles till allt och bestämmer sig för att aldrig berätta något igen. Ett beslut som hon ändrar några år senare.

–Men det är inte så som man tror, att vård och myndigheter med alla medel försöker ta barnen ifrån en. Fast

det visste jag tyvärr inte då, säger Pebbles.

Sedan följer några intensiva år med mycket jobb och många resor, familjeliv, pluggande och frivilligarbete hos Brottsofferjouren. Efter sju år kommer den andra psykosen. Längre och svårare än den första.

Jag ber Pebbles försöka beskriva hur det är att vara i en psykos. Hon tänker efter innan hon säger något och formulerar sig noga, det märks att hon är mån om att göra sig förstådd.

–Å, det är svårt. Det är som att drömma och vara vaken samtidigt på något vis. När man är i en psykos så har man sin "fantasivärld" men man är ju i den "vanliga världen" också samtidigt, så man kommer ihåg allt vanligt som händer. Under tiden som man är helt i det blå är man ändå logisk, som till exempel att jag "pratade" engelska med FBI-agenterna men svenska med Säpoagenterna som var med i

Forts på sid 99

### Fakta om psykos

- ★ 1 500–2 000 personer insjuknar i psykos varje år.
- ★ Förlossningspsykos drabbar 0,1–0,2 procent av mammor i Sverige medan förlossningsdepressioner drabbar cirka 15 procent.
- ★ 50 procent av de som får en psykos får senare i livet diagnosen schizofreni. Risken att få det är ungefär 1 procent för kvinnor och män mellan 18 och 30 år. I dag finns cirka 30 000 personer i Sverige med diagnosen schizofreni.
- ★ Vetenskapen tvistar om ifall schizoaffektiv syndrom är en affektiv sjukdom, som till exempel bipolär sjukdom, eller en form av schizofreni.
- ★ Mer än 10 000 svenskar är varje år inlagda på psykiatrisk slutenvård enligt LPT, lagen om psykiatrisk tvångsvård.
- ★ Varje dag tvångsvårdas ungefär 3 000 personer i Sverige med stöd av lagen om psykiatrisk tvångsvård (LPT) eller lagen om rättspsykiatrisk vård (LRV).
- ★ Tre av fyra svenskar har egen erfarenhet eller erfarenhet av en anhörig som lever med psykisk ohälsa.
- ★ Cirka 30 procent av alla sjukskrivna har en psykisk diagnos, varav de flesta är kvinnor. Men endast knappt 3 procent av Vetenskapsrådets medicinska anslag går till forskning om psykiska sjukdomar.

### Pebbles tips till anhöriga:

**Tveka inte** att söka vård! Ring 112 om det är akut. Både polis och ambulanspersonal är bra på att ta hand om psykotiska personer.

**Lägg dig i**, visa att du bryr dig. Om tvångsvård är nödvändig måste du tänka på att man inte kan fatta egna beslut när man är psykotisk. Den sjukas ilska får du bortse ifrån.

**Hälsa på**, även på slutenvårdsavdelning, även om du tycker att det är skämmigt. Det kan vara ovärderligt för den sjuka.

**Om du kan** – hjälp till med det praktiska. En psykiskt sjuk tänker inte alltid på att sjukanmäla sig, betala räkningar och göra sådana vardagliga saker som kan få stora konsekvenser.

**Barn till psykiskt sjuka** behöver stöd och hjälp. Förutom BUP och skolkurator/psykolog finns till exempel BRIS, Maskrosbarn eller Schizofreniförbundets verksamhet Källan.

### Vinn Pebbles bok

Pebbles har diagnosen schizoaffektiv syndrom. I boken "Jag vet inte var psykos kommer ifrån" berättar hon avskalat och personligt om hur det började och hur det är att leva med psykisk ohälsa. Du kan också läsa Pebbles på hennes blogg [bookiecookiez.wordpress.com](http://bookiecookiez.wordpress.com). Tävla om 3 ex av boken på [allas.se](http://allas.se)!



Då kröp det fram att hon hade varit med en kille. Jag såg rött och frågade om de hade legat med varandra.

Enligt pappan nekade Mandy, men han lovade att hålla koll på henne. Han hade även noterat att hon bar kondomer i sin börs och att det var en försvinnande åtgång på dem.

–Åter ställde jag henne mot vägen, men hon påstod att de bara gosade, men jag trodde henne inte.

Monika märkte att det nu var en tydlig förändring i förhållandet mellan far och dotter. Men hon kunde inte riktigt sätta fingret på vad som var fel. Hon tyckte inte att det var så farligt att den tonåriga dottern började upptäcka sin sexualitet.

Men så kom Mandy hem en dag i juli 2009 och berättade att pappan hade smygtittat på henne när hon besökt hans badrum.

–Han tittade på mig genom nyckelhålet!

Monika blev bestört och ringde omedelbart Hartmut. Men han förnekade alltihop.

–Jag skulle aldrig drömma om att förolämpa vår dotter på det sättet. Hon måste ha missuppfattat allt, sa han.

## Sexuellt utnyttjad

Monika valde att tro på Hartmut, det måste röra sig om ett misstag. Lördagen den 18 juli 2009 skulle Mandy åter över-



Mandy, till vänster, tillsammans med sin bästa väninna Rike.

natta hos honom. Under natten våldtog Hartmut sin dotter och på morgonen ströp han henne. Därefter ringde han självmant till polisen.

I rättegången några månader senare erkände 48-åriga Hartmut Bluhm allt utan omsvep. Han förklarade att han efter bara några få veckors bekantskap hade känt sig attraherad av sin egen dotter, att han utnyttjade henne sexuellt. Men han var rädd för att dottern skulle avslöja allt för sin mamma. Därför såg han ingen annan utväg än att mörda Mandy.

–Jag förtjänar det hårdaste straffet, grät Hartmut. Jag är inte en människa, jag är ett monster!

Han fick sin önskan uppfylld. Rätten dömde honom till livstids fängelse för våldtäkt och mord.

–Jag önskar att jag aldrig låtit henne träffa honom! grät Monika. Jag hade mina onda aningar, men jag ville uppfylla min dotters önskan. Nu känner jag mig medskyldig till hennes död. ■

## JAG TROR ATT MORDET PÅ...

Forts från sid 7

min andra och tredje psykos.

Pebbles berättar att de tre första psykoserna kom plötsligt, utan förvarning. Numera har hon med hjälp av terapi lärt sig känna igen de tidiga tecknen på att en psykos är i antågande och kan avstyra den. Även med hjälp av medicin. Men det är inte som att ta en Alvedon – den hjälper inte på tjugo minuter. Det tar några veckor för medicinen att göra verkan.

Under en psykos är det en sorts trygghet att vara inlagd, menar Pebbles. Men det krävs att någon annan ser till att en tvångsinläggning blir av.

## Beroende av andra

–När man är psykotisk kan man inte ta ansvar för sitt eget liv. Man är beroende av andra.

När man själv inser att hallucinationerna, rösterna, följelsemanin eller vad som drabbat en inte är på riktigt – då är man på väg ur den akuta psykos, berättar Pebbles och drar handen genom håret. Med glimten i ögat lägger hon till:

–Fast man kan ju undra om det underlättar att bli frisk när man sitter i dagrummet tillsammans med Jesus och Marilyn Monroe.

Psykosers längd varierar mycket. Pebbles längsta var sex månader. Då var hon i Spelet, FBI och Säpo konspirerade mot henne, hon var tvungen att vittna mot kungen som var pedofil, hon var en av Robert Aschbergs "starfuckers" och han var pappa till hennes ena dotter. För att nämna en del av det som utspelade sig då.

2010 hände något som förbättrade Pebbles livskvalitet: hon fick permanent sjukersättning (fd sjukpension). Att slippa oroa sig för arbetsträningar och att få en i och för sig inte stor men stabil ekonomi medförde att hon kunde slippa den vardagliga paniken.

–Jag har goda erfarenheter av vården, socialen och Försäkringskassan, men visst underlättar det att kunna kom-

municera. De tycker att det är okej att jag jobbar en timme om dagen med min bokblogg, bookiecookies.wordpress.com, och min bok. De inser att det är bra för mig att ha något att göra, något som inte stressar mig, berättar Pebbles.

## Kunde komma ut

När man har hittat sin trygghetszon, lärt sig vad man klarar av och inte, är det lätt hänt att man isolerar sig. Det hände även Pebbles som under en tid mest bara rörde sig mellan sin lägenhet, Ica och biblioteket i det närliggande lilla centrumet.

–Tack och lov för internet! Vad gjorde folk innan det fanns? Tittade på tv? frågar Pebbles retoriskt och fortsätter:

–Jag fick en social kontaktperson som har varit till stor hjälp. Då kunde jag komma ut lite mer, gå på bio eller teater eller bara ta en promenad.

Pebbles berättar att dottern Hanna har fått ta för mycket ansvar. Tidvis är det Hanna som har skött både matlagning och städning, vilket till sist avspeglade sig i hennes skolarbete.

–Men jag ville hjälpa till, mamma! hörs plötsligt Hannas röst från soffan.

Pebbles ler, fast jag anar att det gör ont i modershjärtat.

–Vi blev erbjudna att få en boendestödare, alltså en person som kommer en gång i veckan och hjälper till att handla och laga mat, städa, betala räkningar och vad man kan behöva hjälp med.

–Jag ville inte ha hjälp, jag kunde själv minsann! hojtar Hanna. Men nu älskar vi vår Ulla!

Vi går ut för att fotografera och njuta av solen. Luften är lite småkyllig men det är värme i blicken på alla vänner och grannar som Pebbles möter – det märks att hon är omtyckt. Och envis – det tog henne sju år att skriva boken. Bitterheten över att ha drabbats så hårt har hon slängt undan.

–Nu fokuserar jag på det positiva. Och att sprida kunskap om psykisk ohälsa, avslutar Pebbles. ■



Flickrummet står orört även om Mandy aldrig kommer tillbaka.