

# Å leve med schizofreni

TEKST

**Randi Magnussen**

PUBLISERT 1. juni 2007

---

Jeg er sårbar. Jeg er psykisk syk. Jeg prøver hele tiden å gjemme sjelen min. Ikke vise hvem jeg er. I fjor utga jeg boken «Randis verden». Jeg har skrevet om virkeligheten min – det jeg har sett, hørt og luktet. Andre mennesker jeg har møtt, har ikke samme oppfattelse av møtene. For jeg er noen ganger psykotisk, og har av og til hallusinerte sanseintrykk.

**«Jeg sitter ved skrivebordet og  
tenker at nå kan du godt  
komme, nå har jeg fått orden på  
livet mitt»**

Alle hendelsene jeg beskriver, er virkelige for meg, men de har ikke nødvendigvis funnet sted. Selv i ettertid kan jeg ikke alltid skille ut hva som objektivt er sant. Følelsene jeg skriver om, har jeg skildret så sannferdig som mulig, og dem kan ingen korrigere.

Det er forvirrende når virkeligheten ikke står fast. Jeg har vært fortvilet og redd. Men jeg ser også at det av og til kan være komisk. Og det er kanskje mindre farlig enn mange tror.

På barneskolen slet jeg sosialt. Verden var stor og skummel, og jeg var redd de andre elevene. Men jeg levde for norsktimene. Når vi fikk skrive stil, var jeg i mitt ess. Jeg hadde oppdaget det skrevne norske språket. Språket levde mellom fingrene mine. Læreren leste stilene mine høyt for klassen, de andre elevene lyttet, jeg erfarte hva det ville si å ha et publikum – og jeg elsket det. Interessen min for å skrive holdt seg opp gjennom hele skoletiden. Drømmen om å bli journalist eller forfatter var skapt, men jeg innså at det ville bli vanskelig å leve av skrivingen som voksen. Imidlertid var jeg også kunnskapstørst og hadde intellektuelle interesser, så universitetet ble min vei.

Da jeg begynte på universitetet, oppdaget jeg hvor mye skolen hadde gjort for å hjelpe meg sosialt. Men selv om jeg sosialt sett fikk det verre på universitetet, fikk jeg dekket kunnskapstørsten min og tilfredsstilt mine intellektuelle behov. Dette var til hjelp, og veide på en måte opp for de sosiale vanskene mine. Likevel ble de psykiske problemene mine etter hvert så store at jeg etter samråd med psykiater valgte å begynne med

medisiner. Dette gjorde hverdagen min lettere, og jeg fikk et mer avslappet forhold til det å spise, sove skikkelig og «å få skuldrene ned fra ørene».

Medisinen dempet ikke de negative symptomene mine, men her hjalp det å ha et godt forhold til psykiateren min. Psykiateren min, som også er min fastlege, har gjennom hele min sykdomsperiode vist meg stor tålmodighet og vært til uvurderlig hjelp og støtte. Hun ble aldri sint på meg eller hev meg ut av legekantoret sitt, selv om jeg i perioder kom innom ukentlig, og selv om jeg ikke hadde så mye å si. Jeg vil si det så sterkt at uten henne hadde jeg neppe vært i live i dag.

Den tanken dukket opp i meg, at hvis legen min foreslo for meg å legge meg inn, ville jeg gå med på det. Jeg hadde slitt i flere år, og nå var jeg så plaget og truet at jeg ikke fikk fred noen steder. Jeg trengte trygge omgivelser, noen som passet på meg. Jeg trengte nattevakter som sjekket dørene om natten. Jeg behøvde noen som forstod og var tilgjengelig det meste av døgnet. Ikke bare en ti minutters legekonsultasjon annenhver uke. Det var ikke nok.

Jeg hadde forfatterdrømmen, og begynte etter eget initiativ på skrivekurs på AOF og Friundervisningen i Bergen. Jeg så at selv om jeg slet sosialt og var psykotisk, hadde angst og var deprimert, så kunne jeg klare å skrive en skjønnlitterær tekst. Dessuten var der andre, hyggelige kursdeltakere til stede som jeg ble kjent med. Jeg fikk venner, et sted å gå til, vi delte forfatterdrømmen.

Da jeg under den første innleggelsen min på et psykiatrisk sykehus fikk diagnosen som paranoid schizofren, ble jeg lei meg og redd. Hvordan skal det gå med meg nå, undret jeg. Men så leste jeg i et informasjonshefte om sykdommen min, at noen schizofrene hadde gitt store bidrag innenfor kunst og vitenskap. Yes! tenkte jeg. Nå gjelder det å snu negativt til pluss, jeg kan komme til å skrive godt på grunn av at jeg har schizofreni, og ikke på tross av det. Jeg tenkte også at når jeg først var så uheldig å bli syk, var jeg glad for at schizofrenien rammet meg, og ikke noe annet.

Du har et stort blødende indre, sa psykologen min. – Men det som er rundt, er merkelig friskt. Og kreativt. – Jeg vet at jeg har noe å bidra med, sa jeg. Jeg vet det.

Jeg ble aldri journalist. Jeg er alvorlig sinnslidende, og derfor 100 prosent ufør. Jeg er trygdemottaker. Jeg er cand.mag. Men jeg har masse inni meg. Nå har jeg fått meg jobb, jeg skal begynne å arbeide i en vernet bedrift. Jeg har fått en støttekontakt som jeg så vidt har hilst på. Hun har et vennlig, imøtekommende vesen, og et godt smil. Jeg håper vi kan komme til å arbeide bra sammen. Jeg har fått innvilget en psykiatrisk hjemmesykepleier, hun skal komme hjem til meg en gang i uken. Det er jeg lettet over. Jeg skal begynne på Grete Roede-kurs.

Nå sitter jeg ved skrivebordet mitt i Brøstaneset, og ser utover mot Askøybroen. Det løsnet for meg her. Det løsnet da jeg endelig fikk hjelp. Nå vet jeg hvorfor jeg har hatt det så vondt. Jeg håper jeg vil få det bedre fremover.

Jeg sitter ved skrivebordet og tenker at nå kan du godt komme, nå har jeg fått orden på livet mitt. For jeg er blitt 35. Jeg begynner nå.

*Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 44, nummer 6, 2007, side 800-801*

**TEKST**

**Randi Magnussen**, Cand.mag. og forfatter