

Men du er ikke til besvær

Mit navn er Maiken Elise Callesen Svendsen. Den 22. november 2007 væltede min verden.

Jeg er født på Bornholm i 1982. I 1999 forlod jeg øen for at uddanne mig. Først fik jeg en grunduddannelse som skov – og landskabsarbejder, så som teknisk designer og i 2003 som PGU'er (pædagogisk grunduddannelse).

I 2004 blev jeg mor til verdens bedste datter. Da hun var 11 måneder, startede jeg på pædagoguddannelsen, og det var her mit møde med det psykiatriske system begyndte.



Maiken blev indlagt på den psykiatriske skadestue i Oringe, og med et skulle hun vende sig til et liv, hvor hendes hverdag var kampen mod svær depression og skizofreni. Hun skulle vende sig til, at det nu var hende, der havde en kontaktperson - frem for at være kontaktperson. Midt i kampen er det imidlertid lykkedes Maiken at skrive en fascinerende bog om sine erfaringer, der kan være til gavn for både andre med psykiske lidelser, deres pårørende og professionelle behandlere.

Maiken Svendsen, hvorfor kastede du dig ud i at skrive *Den forkerte side af bordet*?

Skriveprocessen er kommet meget af sig selv. Jeg har skrevet, når jeg har haft noget på hjertet, og når jeg har følt, at jeg kunne bruge det som en form for terapi for mig selv. Det første ord blev skrevet på den første dag, jeg mødte systemet, altså under min første indlæggelse, den 22. november 2007. På det tidspunkt havde jeg ikke den vildeste ide om,

at det ville blive til en bog. Dengang var den en måde at få de tanker og følelser ud af hovedet og ”få luft”.

Hvad har været det sværeste ved at skrive om dine erfaringer?

Der er ikke rigtig noget i bogen, der har været svært at skrive. Jeg har analyseret mig selv, og det har ikke været helt rart, men jeg har været ærlig over for mig selv, og det føler jeg, at jeg er kommet langt med. Jeg har kunnet være mig selv og skrive det, som jeg havde på hjertet.

Det er dog ikke alt, der er kommet med i bogen, fordi jeg ikke er ude på at udstille nogen eller gøre nogen ondt. Min barndom er kort beskrevet, og jeg nævner, at jeg har følt mig svigtet, men det var ikke det, jeg følte skulle være omdrejningspunktet for bogen. Bogen er stille og roligt blevet mit lille barn, hvor jeg kunne sætte fokus på psykiatrien indefra gennem mine oplevelser og erfaringer.

Du beskriver jo i bogen, hvordan du i de sværeste tider manglede energi til alt. Hvordan fandt du energien til at skrive?

På en dårlig dag, og ja de er der stadigvæk, har jeg kunne tømme mit hoved ved at skrive. Med det mener jeg, at jeg har kunnet få mine frustrationer ud, og jeg har kunnet komme af med de tanker, der roder i hovedet og holder mig fast. Det meste af bogen er blevet til på dårlige dage. Jeg har ofte ligget i min seng og skrevet, fordi energien ikke har været der til andet. Jeg har haft mange frustrationer over ikke at have energi til helt basale ting – ikke kunne gå i bad, ikke kunne lave mad, ikke kunne være social. Ja jeg kunne blive ved. Men computeren er taknemmelig, for den kan ligge ved min side, og jeg har kunnet skrive nogle timer, og samtidig har jeg fået luft.

Det er efterhånden nogle år siden, du afsluttede især de første dele af *Den forkerte side af bordet*. Hvordan kan det være?

Bogen blev egentlig afsluttet, lige før jeg valgte at flytte tilbage til Bornholm, for der var jeg sikker på, at jeg aldrig mere skulle have hjælp fra systemet. Sådan gik det dog ikke, og det er nok derfor, jeg startede op med skriveriet igen.

Efter jeg så i anden omgang syntes bogen var færdig, begyndte jeg at undersøge, hvilke muligheder der var for at få den udgivet. Jeg kontaktede de ”kendte” forlag, men enten svarede de, at de ikke var interesserede, eller også fik jeg bare ikke svar fra dem. Men jeg var stadig overbevist om, at min bog ville kunne hjælpe andre – både den syge, de

pårørende og de professionelle, og derfor skrev jeg til mit netværk på Facebook, om der var nogen, der kendte nogen.

På den måde kom jeg i kontakt med EgoLibris. De syntes om min bog og ville gerne hjælpe mig med at få den udgivet. Sammen fik vi søgt penge fra forskellige fonde, og derfra gik det meget hurtigt. På omkring et halvt år er bogen blevet klar til snart at udkomme, hvilket jeg slet ikke kan sætte ord på. Jeg er lykkelig over det.

Tillykke Maiken, hvad håber du at opnå med udgivelsen af *Den forkerte side af bordet*?

Mit håb med bogen er helt klart at kunne hjælpe andre, der måtte komme i samme situation som mig. At vide, at man ikke er den eneste i verden, der har det svært. Jeg kunne godt selv have brugt sådan en bog, da jeg første gang blev bekendt med det psykiatriske system.

Jeg har skrevet denne bog for først og fremmest at kunne formidle det budskab, at det ikke er verdens undergang at blive indlagt. "bare fordi at det ramler lige nu, betyder det jo ikk' at du helt er gået itu," som Rasmus Seebach så flot beskriver det i en af hans sange. For det andet ville jeg gerne sætte fokus på et system, som alt for få mennesker kender. Jeg var under uddannelse som pædagog, da min verden væltede, og jeg havde ikke den vildeste ide om, at det ville blive mig selv, der skulle have en kontaktperson. Det er jo ikke det, man forventer, når ens liv fungerer, og man klarer sig selv og sin familie.

Min psykiater har skrevet en seddel til mig, hvor der står: "Du har det besværligt, men du er ikke til besvær". Den seddel kigger jeg ofte på, når livet ikke lige vil, som jeg vil, og jeg er ved at opgive håbet. Hun har ret. Det er min sygdom, der gør, at jeg har det svært. Det er ikke mig som person.