

AnnKatrins barn har flera diagnoser:

Det jobbigaste har varit folks oförståelse

I 25 år har AnnKatrinn levt med barnens ADHD, Aspergers syndrom, Tourettes och OCD, också kallat tvångssyndrom. Men det svåraste av allt har varit omgivningens okunskap och oförståelse. I dag arbetar AnnKatrinn på olika sätt för att skrota skammen kring diagnoser.

Av Cecilia Helle Foto: Pernilla Wahlman

Det var när yngste sonen **Markus** inte längre fungerade på dagis, som **AnnKatrinn Noreliusson** och hennes man **Anders** började misstänka att något låg bakom sonens ständiga utbrott, bråk, sömnproblem och koncentrationssvårigheter.

Först hade de bara anklagat sig själva för att brista som föräldrar. Men när Markus skulle börja skolan sökte AnnKatrinn till BUP för att påbörja en utredning.

Då hade det varit stor cirkus varje gång sonen skulle lämnas och hämtas på dagis och problemen kulminerade med ständiga kompisbråk.

Markus var arg och ledsen, han grät nästan varje dag.

Utredningen visade att Markus hade ADHD, Tourettes och tvångssyndrom (OCD). Senare skulle det visa sig att han även hade Aspergers syndrom.

– Funktionsnedsättningarna låg som i olika lager, när han var mindre var han främst överaktiv. Men med åldern fick han allt större sociala problem och började isolera sig, förklarar AnnKatrinn, 58, som bor i Hudiksvall.

När AnnKatrinn berättade på

BUP om bråken mellan syskonen hemma, gjorde psykologerna också en utredning på Markus syster **Martina**, som fick diagnosen ADHD.

BLEV INTE BJUDNA PÅ BARNKALAS

AnnKatrinn och hennes man blev allt mer nednötta av nattvak och bråk mellan Markus och Martina. Nu började även kampen för att få rätt hjälp till barnen i skolan.

– Att få diagnoser på barnen var både skönt och ångestladdat. Plötsligt väcktes frågor om framtiden. Skulle de klara studenten? Flytta hemifrån? Träffa partner och få barn?

En diagnos blir också en stämpel. När en del andra föräldrar fick höra om Markus ADHD blev han inte längre bjuden på kalas.

– Det gällde att inte fastna i bitterhet över att barnen inte var som andra, utan lära sig att acceptera det. Det var en tuff utmaning.

Det gick inte över en natt, men nu har AnnKatrinn lärt sig att fokusera framförallt på de framstegen barnen gör.

– I dag kan jag se det som är bra. Som att jag har den gulligas-



I dag har barnen Martina och Markus flyttat hemifrån och jobbar – mycket tack vare ett stort föräldrastöd under uppväxten.

te och trevligaste killen i världen, som gör så gott han kan.

– Och min dotter är fin, klok och förständig och kämpar hårt. Jag är glad åt att det inte gått käpprätt åt skogen för dem.

Många barn med neuropsyki-



atriska funktionsnedsättningar får varken diagnoser eller hjälp som leder framåt.

En del börjar därför självmedicinera med droger när de kommer upp i tonåren, eller blir deprimerade och utvecklar



AnnKatrin Noreliusson är professionell coach och handledare i sorgbearbetning och tycker att den som är tyst förstärker skamkänslan.

självska debeteenden.

Det har AnnKatrins barn klarat sig ifrån. Men en funktionsnedsättning växer inte bort, man måste hitta verktyg att hantera svårigheterna.

– Martina har fått slita för att

hitta en fungerande vardagsstruktur och Markus kämpar dagligen med sitt tvång.

– Trots att han är smart och vet att tvångshandlingarna är vansinniga, kan han ändå inte låta bli att göra dem.

”Enda sättet att skrota skammen är att våga prata om problemen”

– Tvångsrutinerna som att tvätta händerna om och om igen tar mycket tid och energi – ibland orkar han inte gå utanför dörren.

Om AnnKatrin ska gradera allt jobbigt som hänt, är nog omgivningens okunskap och oförståelse det som har slitit mest.

Att bli misstrodd och att möta oförståelse och ibland förebråelser från skola och sjukvård, har varit nedbrytande.

Till slut gick det för långt, AnnKatrin brakade in i väggen och var sjukskriven ett halvår. Efter det gick hon inte tillbaka till jobbet, utan påbörjade en textilkurs.

– Jag producerade inte mycket av värde på den kursen, men jag fick omge mig med fina saker och göra sådan jag tyckte var kul. Det hjälpte mig.

ÄVEN KÄNDISAR HAR BÖRJAT BERÄTTA

I dag har bägge barnen flyttat hemifrån och de klarar sig utan AnnKatrins dygnet runt-service. Martina är 26 år och arbetar som socialsekreterare inom socialtjänsten, och Markus, 24, arbetar deltid på en bondgård.

– Den största anledningen till att det gått så bra är nog att vi alltid har pratat öppet om allt i familjen, även om det har varit jättetuffa, skambelagda saker.

– Ibland har vi gråtit allihop, men vi föräldrar har varit tydliga och raka med vad som krävs. Det har bidragit till att hitta rätt lösningar.

Det går att ställa krav om relationen bygger på kärlek, menar AnnKatrin.

– Grunden har varit att vi finns för varandra, jag har varit tydlig med att jag älskar mina barn.

På senare tid har det skrivits en del om ADHD och en del kändisar har också gått ut med att de har diagnosen. Det har bidragit till att avdramatisera det hela.

Men fortfarande är det myck-

et hysch-hysch kring exempelvis Aspergers syndrom och Tourettes.

Att hålla tyst om sitt handikapp är att lida i tysthet. Om den anhörige även låtsas om ingenting, förstärks barnets känsla av att det rör sig om skamliga problem.

– Enda möjligheten att skrota skammen är att våga prata om problemen, säger AnnKatrin.

I dag är AnnKatrin coach och handledare i sorgbearbetning. Hon föreläser om neuropsykiatriska funktionsnedsättningar för sjukvårdspersonal, skolor och allmänhet.

MÅSTE SÄTTA EN GRÄNS SJÄLV

Att på heltid få ägna sig åt detta har gett henne ny kraft och hon brinner för ämnet.

Hon är stolt över sig själv och det stora arbete hon gjort för sina barn. Hon har slutat att hacka på sig själv, det ger bara negativa spiraler. I stället går hon aktivt in för att glädja sig åt det lilla.

– I dag sätter jag en gräns. Jag kan inte anpassa mig helt till barnens funktionsnedsättningar.

– Då riskerar man att utveckla ett medberoende och ett kontrollbehov, som i förlängningen kan ge utmattningssyndrom igen.

– Som anhörig är det viktigt att våga stå upp för sig själv och sina egna behov också, inte bara existera som förälder.

Den verkliga vändpunkten kom den dagen då barnen klarade av att stå på egna ben. När både Martina och Markus hade flyttat till egna lägenheter och började trivas.

– När jag för första gången kunde ta i dörrhandtaget hemma, utan att känna stress, förstod jag vilken press jag hade levt under i alla år.

– Nu är mitt hem min oas. Jag har äntligen fått andrum och det har gett mig ny kraft till att kämpa för en mer fördomsfri värld. ■