



# En livsfortælling med styrke

*“Der er ikke noget, der er så skidt, at det ikke er godt for noget.” Sådan lyder J.’s motto, og han mener, at alt på hans vej lærer ham noget om det næste skridt. Han rejser sig altid, når livet spænder ben. Netop derfor er han så god på vej i dag.*

Jeg ankommer til Ude-Bo et kvarter tidligere end planlagt. Går op ad trapperne, husker håndspritlen inden jeg træder ind og tager mundbindet på. Med et smil gemt i masken møder jeg en ung mand med mørkebrune, rolige øjne. Han er iført en nystroget mørkeblå skjorte og byder mig venligt velkommen. J. sidder klar med friskbrygget kaffe. Han har sagt ja til at fortælle sin historie og er i god tid.

J. flyttede ind på Ude-Bo, da han var 17 år. Han var faret vild i ungdomslivet. Havde boet i en ungdomshybel sammen med en kammerat, men det blev for vildt. En kort stund boede han på Borgmesterbakken, et opholdssted for børn og unge, men der kunne han ikke blive. Med støtte fra en fritidsklubpædagog, som han havde et nært forhold til, blev han henvist til Ude-Bo: *“Jeg har altid bare været her, også efter jeg ikke var tilknyttet længere. Jeg er en del af det her. Jeg kan være mig selv, og jeg føler mig tryk her!”*

## **To kulturer, en stor forvirring**

Det var svært at vokse op hjemme hos J. Med vietnamesiske forældre hørte en vietnamesisk opdragelse til. I Danmark må man ikke slå børn, men trods dette oplevede J. at blive slået: *“På et tidspunkt, da jeg var yngre og havde idrætt folkeskolen. Der havde jeg mange blå mærker, rigtig mange*

- J. er en ung mand på 24 år, der ønsker at være anonym.
- Han er født i Danmark af vietnamesiske forældre.
- Bor til dagligt i Fredericia med sin kæreste, men er vokset op i Horsens.

*gule og lilla mærker, det var voldsomt. Derfor var jeg fløv over at gå i bad, men jeg skulle jo i bad. Min lærer kunne selvfølgelig ikke undgå at se det, så hun sagde til mig, at jeg skulle fortælle min mor, at hun ikke måtte slå mig."*

Splittelsen mellem en vietnamesisk hård opdragelsesstil i hjemmet og de bløde danske værdier udenfor hjemmet har forvirret J. Han beskriver selv, at det var det, der var med til at skubbe ham i den forkerte retning: *"Jeg har haft en dårlig opvækst, eller i hvert fald en forvirret kulturel opvækst. I Danmark er det ikke okay at gøre nogle ting. Det er anderledes i Vietnam. Men jeg hader ikke min mor og min far, de har også haft det træls gennem deres liv. I starten – der hadede jeg dem. Jeg vidste ikke, hvad jeg havde gjort for at fortjene det der, men nu er jeg blevet klogere, ældre. Jeg er klar over, at de har set det som almindelig opdragelse, ikke af ond mening, men det var det, de kendte til – det de vidste hørte med i opdragelsen."*

### Jeg er ikke mig selv

Da J. mistrivedes i hjemmet, kom han på efterskole. Det var på efterskolen, tingene for alvor væltede for ham, og her stiftede han bekendtskab med psykiatrien for første gang: *"Efter et halvt år begyndte det hele at vælte. Så jeg blev sendt på psykiatrisk afdeling."* Man havde indtil da troet, at J. var en ballademager, som kom fra et dårligt miljø. Han havde indlæringsvanskeligheder og stødte ofte på problemer. Men historien skulle vise sig at være en ganske anden.

Efter flere indlæggelser fandt man ud af, at J. lider af diagnosen paranoid skizofreni. Han får et anfald og kan intet huske: *"Det er det, der er så mærkeligt med min diagnose, jeg ved slet ikke, at tingene går dårligt. Tingene går bare dårligt. Jeg opfanger slet ikke noget, men man kan se det på mine øjne, de mister livsglæde. De bliver dybe, og jeg har ingen mimik. Det er i hvert fald det, jeg har fået at vide, for jeg har ikke selv oplevet det."*

Splittelsen mellem to kulturer og en hård opdragelse gjorde ikke J. til en ballademager med indlæringsvanskeligheder, men gav ham en strategi, en diagnose: *"Man tror, det er en forsvarsmekanisme. Så når jeg bliver presset eller har det skidt, så kommer det. Det tror man, fordi jeg har haft en så dårlig opvækst, jeg har jo bare været en lille dreng og vidste*

*ikke, hvordan jeg skulle forholde mig til det – og så har jeg udviklet det her for at kunne være i smerten."*

### En lampe bliver tændt

Forestil dig en lampe. Den lampe kan både være tændt og slukket, men aldrig begge dele på én gang. Sådan beskriver J. så malerisk sin diagnose. Når lampen er tændt, er han sig selv – intet mere, intet mindre. Han er en ung mand på 24 år, der har de helt samme interesser og udfordringer som mange

andre unge mænd på 24 år. Når lyset er slukket, kan han hverken se eller huske, for alt bliver mørkt. Heldigvis slukker lampen efterhånden sjældent. J. er nemlig kommet langt i sin udvikling, i sin forståelse af sine livsbetingelser. Han er gået fra at have 62 anfald på 63 døgn til i dag at have et til to anfald om året: *"Der er rigtig mange, der spørger, om jeg er velmedicineret, men jeg er slet*

*ikke på medicin. Jeg er ikke på noget som helst. Er hverken tilknyttet psykiatrien eller afhængig af medicin. Jeg er kommet dertil i mit liv, i min udvikling, hvor jeg er videre. Jeg har siddet fast. I den tid har jeg dog altid haft en drivkraft til at rejse mig, selvom jeg faldt – førhen faldt jeg ofte."*

J. har tydeligvis en viljestyrke, som kommer ham til gode. Det er en livsbetingelse at have diagnosen som følgesvend, for han kan ikke kureres. Men d. 3. november 2016 skete der en ændring: *"Der kigger jeg mig selv i spejlet og siger: Det her, det skal ikke ske mere! Dagen efter skete det ikke. Heller ikke næste dag. Og sådan gik det – pludselig var der gået et halvt år, hvor det ikke var sket. Så jeg skyndte mig at ringe til en studievejleder og sagde: Jeg skal meldes ind på en skole. Så tog jeg 9. og 10. klasse på et halvt år, og efter det læste jeg videre på en EUX. Se, nu er jeg så her."*



### UDE-BO

er et selvejende socialpædagogisk ungdomsprojekt under foreningen JBF med egen bestyrelse og ledelse.

I 2004 blev Ude-Bo et selvejende ungeprojekt og er i dag godkendt til anbringelse efter

ServiceLovens § 142 stk. 5 og § 107.

Ude-Bo's målgruppe er borgere mellem 18-30 år med psykosociale problemstillinger – herunder unge, der er tidligt skadede, har psykiatriske problemstillinger, begyndende misbrug og/eller udviklingsforstyrrelser.



### ***Et voksent liv i balance***

J. fortæller, at livet har vendt sig. Han kan ikke sætte en finger på, hvad det er, der er anderledes, men tingene fungerer, og han trives i livet: *“De sagde, at jeg aldrig ville blive rask. Jeg fik på et tidspunkt at vide, at det ville blive bedre med medicin, men det var jeg ikke tilfreds med! Nu står jeg her uden medicin, uden tilknytning til psykiatrien.”*

Til daglig bor han med sin kæreste i Fredericia. Hun er i gang med at uddanne sig til sygeplejerske, og selv synes han, at den nye uddannelse i Aarhus, IT-arkitektur lyder spændende. Faktisk så interessant, at han er i gang med at undersøge, om det er den vej, han skal. De har sammen bygget et godt hjem op, et trygt hjem: *“Jeg ved ikke, hvad jeg har gjort for at fortjene hende. Hun accepterer mig for den jeg er, og det er altså ikke alle jeg møder, der kan det. Jeg har brug for én, der er lidt stabil, forstår du! Hun er bare... Der er ikke noget pjat der. Hun er fantastisk!”*

### ***At give noget tilbage***

J. er startet som frivillig i Move, som i dag har skiftet navn til HUSRUM Danmark. Han mødte engang en pædagog, som hjalp ham i sin fritid, i sit privatliv: *“Jeg spurgte ham så: Hvorfor gider du bruge tid og ressourcer på, at jeg har det godt? Han fik jo ikke en krone for det. Ved du hvad han sagde?”:*

***“Jeg håber på, at du en gang vil hjælpe en anden, der har behov for det. Så kan vedkommende hjælpe en anden, og til sidst har vi så hjulpet hele verden!”***

Den sætning har sat sig fast i J., og han er draget på en livsmission. Han vil hjælpe andre, så de også kan få det godt – præcis som han har det nu. <<

## ***HUSRUM Danmark***

Tilbud om fællesskab, forståelse, anerkendelse, hjerterum og udvikling til unge, som føler sig ensomme. Konkret tilbyder HUSRUM samtale- og netværksgrupper, sociale arrangementer og hjertevenner. HUSRUM er drevet af frivillige kræfter og er en af Jysk Børneforsorg/Fredshjems frivillige koncepter.

HUSRUM prioriterer at møde de unge i øjenhøjde, og derfor har HUSRUMs frivillige alle en personlig eller faglig erfaring med psykisk sårbarhed. HUSRUM er desuden baseret på ung-til-ung-princippet, og derfor er de frivillige i samme alder som målgruppen.