



ÅPENHET: Jeanette Myren velger å være åpen om sin psykiske helse og bakgrunn, og forteller om hvordan det er å være mor til to gutter på seks år, og samtidig har to heftige psykiatriske diagnoser.

Foto: Solveig Tofte

foreldre og gjorde sitt beste.

- Jeg hadde en fin og trygg oppvekst, sier hun.

Jeanette oppfattet det som at lærerne mente hun var masete og klengete, og at hun tålte lite.

- Jeg har dårlig samvittighet for det ennå, at jeg burde ha tålt mer. Jeg synes ikke jeg burde ha blitt så syk, for så lite, sier hun.

Utnyttet situasjonen

Den eneste som lyttet og forsto, var et fjernt, inngiftet familiemedlem. Han benyttet imidlertid sjansen til å utnytte den lille jenta på 10 år samtidig. I bytte mot forståelse og lange samtaler, gikk han langt over grensene for fysisk kontakt mellom en voksen mann og et barn.

- Det var ikke snakk om voldtekt, så grovt var det ikke, så dette tenker jeg egentlig også at jeg burde ha tålt, forteller Jeanette.

Men kroppen til et barn tåler ikke denne type overtramp, og hun har ennå store problemer med fysisk kontakt.

Samme år som overgrepene startet, begynte hun å kaste matpakken sin på skolen, i stedet for å spise den.

På ungdomsskolen begynte hun å

slanke seg, og i perioder spiste hun nesten ingen ting. Det gjør hun ikke i perioder nå heller.

- Jeg takler endring dårlig, og kompensere med å spise lite eller ingen ting, forteller hun.

Det dårlige selvbildet førte også til at hun som 15-åring for første gang kuttet seg selv. Den konkrete og fysiske smerten var en lettelse, og noe hun klarte å forholde seg til. Det døyvet den psykiske smerten for en stund.

Foreldrene forsto ikke

Familien flyttet til Spania, og hun fortalte både om overgrepene og selvskadingen til en sosiallærer på skolen. Uten Jeanettes samtykke, fortalte læreren alt videre til foreldrene, og Jeanette husker ennå i detalj situasjonen som oppsto da hun kom hjem. Hun satt i trappa opp til andre etasje, mens foreldrene med alvorlige miner spurte om dette var sant, og ba henne brette opp ermene så de fikk se.

De ba henne slutte. Jeanette oppfattet det som de ba henne ta seg sammen.

- De gjorde så godt de kunne. De forsto ikke, gjentar hun.

Tidene var annerledes, og psykisk helse var fremdeles et vanskelig tema. Noe det

for så vidt er ennå i dag.

Jeanette har valgt å prøve å endre på dette. Hun har valgt full åpenhet, og blogger om hverdagen med to tunge diagnoser, to barn og ektemann, samt hund og hus på Gåsbakken.

Bloggen heter Min Personlige Kamp. Hun var spent på hvordan omverdenen ville takle åpenheten, men det har gått over all forventning. Foreldre og ansatte fra barnehagen klemmer henne, og forteller at de har lest bloggen. Fremmede kontakter henne og sier at hun har klart å sette ord på følelser de selv aldri har klart å sette ord på.

Framtida skremmer

Noen følelser klarer hun selv heller ikke å sette ord på innimellom. Det problematiske forholdet til mat er forbundet med skam, og hun ønsker ikke å snakke om det når hun er inne i vanskelige perioder.

- Jeg har gått til en psykiatrisk sykepleier på Melhus en stund nå, og han kjenner meg så godt at han ser det jeg ikke forteller. Han vet hva han skal si, og hva jeg må snakke om, forteller hun.

Følelsen av å bli tatt på alvor er god, og gir håp, selv om hun ikke tør håpe på så mye.

- Framtida gjør meg vettskremt. Innerst inne kan jeg tenke meg å bli miljøarbeider, men jeg innser at jeg har langt igjen før jeg kan være en ressurs for andre. Innen fem år håper jeg at jeg har funnet en balanse for å kunne fungere både som mor og kone, i tillegg til å være i jobb, sier hun.

Men akkurat nå er hovedfokuset å bli frisk, ta det mer med ro, og lære seg å lytte til kroppens signaler. Det har hun ikke vært så god til.

- Andre sier de liker roen, å sitte i en stol hjemme, og se utover naturen gjennom vinduet. For meg er stillheten og roen bare utenpå, inni meg er det fullstendig kaos, forteller hun.

Tøft å få barn

Jeanette flyttet tilbake til Norge fra Spania for godt i 2006, etter mye frem og tilbake, og noen runder med innleggelse.

Ektemannen, Jon Ståle Myren fra Hovin, traff hun samme året. De vurderte lenge frem og tilbake om de skulle ta sjansen på å få barn. Til slutt landet de på at ett barn skulle gå bra. Slik ble det ikke. Da Jeanette ble gravid, var det like godt med tvillinger, og det ble tøffere enn hun hadde forstilt seg.

-Jeg husker egentlig ingen ting fra de