

Utdrag ur min berättelse till den tänkta antologin
Utbrändhetens Ansikte

Av

Mikael Gustafsson

© Copyright Mikael Gustafsson, 2007ff.

Alla former av kopiering beivras.

Utdrag må användas efter tillstånd från författaren.

Förord

Det här är min berättelse. ”Ja, det är klart det är”, kanske du tänker. Men jag menar det verkligen. Det här är *min* berättelse och *jag* bestämmer såväl vad den innehåller som hur den är utformad, inte du. Du har bara att anpassa dig till mig. Hur känns det? Ja, det är klart att du också kan låta bli genom att sluta läsa nu. Men det är ju redan för sent eftersom du redan börjat läsa, eller hur? Att sluta läsa nu vore som ett nederlag, inte minst för din egen nyfikenhet. Och kanske även för din ambition om att slutföra det du påbörjat. Inte sant?

Nå. Upplever du problem med att läsa min berättelse så föreslår jag att du unnar dig att som läsare vara selektiv. Låt intresset leda dig till nedslag i texten. Var inte så petig med att allt måste ske i kronologisk ordning. Du kommer snart att gå vilse i sådana fall och bara bli frustrerad. För du kommer väl ihåg? Det är jag som bestämmer och det är du som måste anpassa dig. Och jag har valt att göra nedslag i min egen berättelse lite som det passar mig. Därför ljög jag lite när jag påstod att detta var min berättelse, för så är det inte alls. Snarare textmässiga nedslag i min berättelse, vilka kan knytas ihop på olika vis. Låt dig därför inte luras av de kronologiska riktmärken som jag lagt ut i texten. De bidrar endast till *ett* sätt att läsa. Men det finns fler, och vilka det är... Ja, det överlåter jag med ödmjukhet till dig att avgöra.

Vad vill jag då? Vad är syftet med min text? Jag är inte helt övertygad om att det finns något entydigt, målinriktat syfte. Men kanske det finns där i grunden ändå: Att beskriva hur det kan vara att ”gå in i väggen” och vad som kan föregå diagnosen ”utmattningssyndrom”. Begrepp som förvisso blivit vardagsmat sedan åtskilliga, dessvärre. Men jag vill gå längre än så, eller kanske snarare djupare: Hur ser det verkliga livet ut bakom de snäva kategoriska begreppen? *Det* är om möjligt syftet med min text.

Avslutningsvis kan det vara på sin plats att poängtera att namnen på alla i texten förekommande personer är fingerade.

Du blöder i ögat

”Men pappa... Du blöder i ögat, ju!”

Orden kom från min snart tioårige son Erkki, där han stod i blå pyjamas och med rufsig kalufs jämte mig framför datorskärmen. Det var i januari månad 2005 och skolorna hade ännu inte börjat efter jullovet. Eller så hade de det, men Erkki var hemma eftersom skolan hade studiedag. Jag minns faktiskt inte vilket... Jag minns dock att jag tittade upp på honom och lät mig fyllas av den sedvanliga glädjen över att se honom efter en natts sömn. Men jag kände också att något hade hänt inombords, som om något brustit. Som om jag under alltför lång tid tvingat mig alltför långt in i ett töckenlandskap av siffror, bokstäver, meningar, stycken, avsnitt och kapitel i kombination med tabeller och diagram. Ett landskap som jag kommit in i efter att alltför länge sedan passerat gränsen *det är bara att bita ihop...*

“Jaha, säger du det?”, svarade jag och såg till att manuellt spara ordbehandlingsdokumentet innan jag tog mig tid att granska mina ögon i badrumsspeglens. Mycket riktigt: Vänster ögonvita var uppsprucket i en påtaglig mängd ytliga blodkärl, ungefär som vid en vagel. Men ingen svullnad och ingen påtaglig smärta eller irritation. Inte i *ögat*, eller i varje fall inte mer i ögat än någon annanstans. “Ja, har du sett!”, fortsatte jag och nu stod åter Erkki jämte mig. “Det ser ju nästan otäckt ut”. Erkki riktade även han blicken mot spegelbilden och nickade bifall. För mitt inre sade

jag "Märkligt. Det där såg jag inte i spegeln efter morgonduschen... Måste ha kommit väldigt snabbt".

Stegade ut ur badrummet och återvände till min plats vid datorn efter att ha dukat fram frukostflingorna åt sonen, samt försett mig själv med en kopp sedvanligt klockan-nio-kaffe. Trots att inte ett ord ytterligare gick att formulera, än mindre meningar, satt jag där ändå fast besluten att göra just det - min vana trogen sen minst ett halvår men sannolikt betydligt längre tid än så. Höll jag på i tjugo minuter, kanske en kvart? Eller var det tio, om ens fem minuter? Jag minns faktiskt inte, men det spelar inte så stor roll eftersom ungefär där och ungefär då var det som om tankarna och därmed livet stannade upp... Eller rättare: Det var då jag förstod att så var fallet, eftersom det inte fanns några alternativ längre. Inte i min skalle i varje fall. Det återstod bara ett alternativ: Att sluta. Allt annat vore att elda på den diffusa men samtidigt ytterst påfallande flammande smärtan som etsat sig fast strax över näsroten. Varje försök att jobba vidare, eller över huvud taget tänka, var som att mata den flammande bålen med mera bränsle.

Det året skulle jag fylla fyrtio. Ensamstående förälder sedan sex år med två barn boendes hos mig varannan vecka. Särbo sedan tre år med min käresta Michaela, på fem mils avstånd. Även hon med två barn varannan vecka. Övriga anhöriga boendes trettio mil bort sedan snart tjugo år. Van att klara mig själv.

Den föregående sensommaren hade jag fått mitt första jobb efter att ha avslutat de tre och ett halvt år långa heltidsstudierna på högskolan, och därtill en halvtidsanställning som lärarar- och forskningsassistent som löpt under det sista ett och ett halvt året medan jag pluggade. Det hade med bred marginal varit den mest ansträngande tiden i mitt liv – såväl prestationsmässigt som ekonomiskt. Men där fanns ändå, vilket väl var en förutsättning för att det skulle hålla, också ett brinnande intresse för det jag höll på med. Det var en fröjd att få syssla med sådant som jag varit intresserad av större delen av mitt liv, men som det ändå hade tagit mig fjorton år att komma fram till. Fjorton år i en helt annan bransch. Från ingenjör och datasupport till beteende- och samhällsvetenskap. För mig är det steget inte bara ganska långt utan också svårt. Det är därför jag kallar det ett lappkast i livet. Inte bara för att man beger sig av i en annan riktning, utan främst för att det påverkar ens hela varande och tyckande. Man växer som människa under det att ens hela uppfattning om människan och samhället förändras. Ett växande som också skulle kunna stavas befrielse från förutfattade meningar.

Nu hade jag alltså lämnat den akademiska tiden bakom mig för att åter närma mig "verkligheten", även om mitt nya arbete hade vissa beröringspunkter med det jag gjort tidigare. Jag hade stor nytta av mina tidigare erfarenheter och min utbildning i det nya arbetet, och det gladdde mig väldigt mycket. Förvisso en visstidsanställning, men allteftersom ambitionen drev mig vidare i projektet förlängdes också anställningstiden. Två månader resulterade snart i ett avtal om ytterligare åtta.

Men arbetet hade förstås också sina avigsidor. En av de mest påtagliga var *enformigheten*, eftersom jag var bunden till terminalarbete hela dagarna – bortsett från fikapauser, lunch och ett och annat möte med de andra på arbetsplatsen. Förvisso ingen ny situation för mig, men så här efteråt har jag förstått att det var nog lite väl enkelt i det avseendet. Det var inte bara enkelt till det yttre, utan också till det inre – alltså det som försiggick i mitt huvud och på datorskärmen. Enformigheten var dock inte endast av elementär natur. Den krävde ständig grundlighet och reflektion. Om och om igen. Dag in och dag ut i veckor och månader.

En annan avigsida var *ensamheten*. Jag var ensam i projektet. Den ende att bolla tankar och idéer med var min chef Bengt. I kombination med den ständigt närvarande höga *ambitionen* – såväl hos mig som hos honom – kom det att bli en källa till en malande men undertryckt *oro*. Som om jag vore ensamt *ansvarig*. Ensamhet, ambition, oro och ansvar ledde mig obönhörligen till *gränslöshet*: Ständigt nya resultat under mitt i statistiken grävande arbete ledde till nya spännande frågeställningar som bara *måste* undersökas vidare. Naturligtvis var det en känsla av glädje som fyllde mig när inte endast jag utan också Bengt fann mina resultat intressanta, för att inte säga anmärkningsvärda. Inte endast glädje över bekräftelsen på det gjorda arbetet i sig, även om det framstod som det primära, utan också över vissheten att just den typen av bekräftelse kunde ha en avgörande betydelse för om jag skulle få förlängd anställning.

Jag kunde med vetenskapliga metoder bekräfta eller slå hål på mer eller mindre etablerade myter. Jag befann mig således nära sanningsproduktionens hypocentrum. En farlig plats att befinna sig på och därför tarvar särskilt mycket noggrannhet och ansvar. Gränsen mellan det sanna och det osanna kan vara hårfin, om man ens kan skönja en sådan gräns, och en missbedömning av var denna gräns går kan få förödande effekt för dem som berörs av konsekvenserna. Befinner man sig dessutom på ett tidigare okänt territorium, ett sammanhang man aldrig tidigare stiftat bekantskap med, kan varje steg vara ett steg på minerad mark. Eller med andra ord: Jag befann mig i en miljö, inte minst i språkligt avseende, som på flera sätt var ny för mig. Det jag kom fram till i mitt arbete skulle inte redovisas på det språk jag lärt mig, det akademiska, utan på ett avnämarspråk. Ett språk jag kanske hade hört emellanåt, men själv aldrig talat. Sanningarna skulle alltså därmed inte endast produceras utan också översättas, reduceras, till ett enklare språk vars koder jag var uttrycksmässigt tämligen obekant med och som obönhörligen skulle leda till att den något osäkra, ständigt reflekterande, akademiska jargongen måste förvandlas till en jargong byggd på påtagliga, objektiva, fakta. Således, samtidigt som projektet svällde ut alltmer till innehållet skulle presentationen av det slimmas alltmer.

Därtill kom andra mera arbetsmiljönära aspekter. Dels en viss *otydlighet* om vad som förväntades av mig utöver de specifika arbetsuppgifterna inom ramen för projektet. Dels den fysiska arbetsmiljön, där jag satt i ett bås endast avgränsad med en axelhög skärmvägg gentemot den gång som ledde från hallen och längre in i lokalen. Inte många meter från det enda konferensrummet och den enda kopieringsmaskinen. Människor kom och gick och varje gång innebar det någon slags koncentrationsstörning. Vissa gjorde inte så mycket väsen av sig om de såg att jag var upptagen, emedan andra helt fräckt antog att jag omedelbart skulle vara tillgänglig för samtal – om det så handlade om väder och vind.

Värst av dem alla var VD:n, Sten-Åke, som uppenbarligen led av kronisk narcissism och sällan försatte en möjlighet att utan omsvep men med hög röst berätta om sin egen förträfflighet. Handlade det inte om den egna, till och med prisbelönta, karriären så bredde han på med historier om adepters som han tidigare tagit under sina vingar och numera, naturligtvis till stor del beroende på just hans insatser, kunde anses som "stora namn" på karriärsstegen.

Kanske var han väl medveten om det avtryck av löjets skimmer som han lämnade efter sig på de anställdas leende läppar när han tågade ut ur kontoret? Kanske var det rollen VD-pajas som han medvetet skapat åt sig och därför trivdes ganska bra med? Jag kan inte hålla det för helt osannolikt. Men det gav i varje fall inte mig något gott intryck, eftersom jag förväntade mig högre personlig integritet ju högre upp i den organisatoriska hierarkin en person befann sig. Inte minst av respekt för de anställda.

På det privata planet hände det också en del. Michaela blev sjuk, ordentligt sjuk, under hösten. Det hade varit en sällsam, för att inte säga otäck, upplevelse att se denna älskade starka och vitala kvinna bli så totalt utslagen av sjukdom under flera månader. Borrelia, som förmodligen verkat oupptäckt i hennes kropp alltför länge ända tills den hade blommat ut med full kraft. Familjeläkaren, som hon besökt tidigt på hösten, hade nonchalerat det femkronorsmyntstora märket på låret. Ingen fara å färde, löd beskedet. Svårt att tänka sig mera fara, tänker då jag.

För egen del insjuknade jag i en besvärlig och efterhängsen förkylning i november. Blev sängliggandes flera dagar, men lyckades småningom komma igång att arbeta igen. Fick tillstånd av Bengt att jobba delvis hemifrån för att över huvud taget orka med en hel arbetsvecka. Det passade mig bara bra, van som jag var vid det efter såväl studietiden som arbetet på högskolan. Van att vara självgående.

Jul- och nyårshelgerna passerade revy, och jag minns inte särdeles mycket av dem idag. Tror inte att jag mindes särskilt mycket då heller, för den delen. Det mesta i livet tycktes smälta ihop på något vis till en enda helhet där de ingående delarna blev allt otydligare.

Dock minns jag den formidabla kraftansträngning jag gjorde på jobbet innan julen, då jag sammankallade kollegor och Bengt till ett internt remisseminarie kring mitt projekt. Sannolikt var jag redan då uppe i något hundratal A4-sidor text, tabeller och diagram, och dessa avhandlades under ett par timmar i syfte att erhålla synpunkter från de andra. Tiden efter alla helgerna skulle ägnas åt att färdigställa allt material. Bengt och jag hade vid det laget kommit överens om att dela upp presentationen i två delar: Dels ett fylligt och komplett underlag, kallat underlagsrapport, dels en förenklad och förkortad version, kallad pm. I den förra kunde jag behålla den akademiska jargongen, emedan den andra var avsedd för avnämarna. Projektet hade således svällt även i presentationsdelen.

Och nu förstod jag att jag måste sluta. Det gick inte längre. Det fanns inte några resurser kvar – allt var tomt. Det flammade och gjorde ont. Jag stängde av datorn och gav upp. “Kanske kan ta ledigt en dag och göra annat istället?”

På eftermiddagen gick det dock upp för mig att en dags ledighet knappast skulle vara tillräckligt – inte på långa vägar tillräckligt. Med stora svårigheter lyckades jag knåpa ihop en inköpslista och sedan ta bilen till Coop Forum. Men väl där började de riktiga svårigheterna. Jag upptäckte att jag inte kunde komma ihåg och hålla reda på vad som stod på inköpslistan, vilka varor som låg i kundvagnen, samt vilka hyllor vi passerat och i vilka hyllor vi skulle hitta de varor som vi hade kvar att handla. Tackar min lyckliga stjärna för att jag tog med båda barnen denna gång, för med deras hjälp slapp jag komma därifrån med oförrättat ärende. Det var ungefär då också som jag blev plågsamt medveten om att jag till stor del hade tappat språket. Jag kunde nätt och jämnt formulera enkla meningar, och det gick långsamt. Inte endast verbalt utan också tankemässigt.

De närmaste dagarna kan inte beskrivas på annat sätt än som kaosartade. Naturligtvis sjukskrev jag mig, men jag vet inte om jag kunde begripliggöra för Bengt vad det var som hade drabbat mig. Sannolikt inte. Språket, det som jag i synnerhet under de senare åren lärt mig att behärska alltmer, var ju plötsligt som borttappat. Kunde nätt och jämnt göra mig begriplig för någon över huvud taget – knappt ens mig själv.

Efter den första veckan hemma kom jag så iväg till familjeläkaren. Inte min ordinarie, som jag

haft sen drygt tio år tillbaks, utan en tillfällig. Den ordinarie skulle visst skära ned på sin tid på läkarstationen och var därför intresserad av att föra över patienter till sina kollegor istället. Flexibel och samarbetsvillig som jag brukar, skrev jag på för en annan läkare som skulle inkomma i mars månad – Edward Halder. Var ändå trött på att mötas av den nästan ständigt sura människan, hur som helst. Hade därtill under en tid själv tänkt initiera byte av familjeläkare sedan hon hade behandlat och bemött min dotter Ella på ett ogenomtänkt vis i samband med ett mindre operationsingrepp. Hade varit en plågsam upplevelse för oss båda och ett löfte om ”inte en gång till” hade slunkit över mina läppar. Nu stod jag alltså plötsligt där med ett undertecknat papper och hade ingen familjeläkare alls för ett tag...

Men Anna Didriksson, den tillfälliga läkaren, svarade för ett gott bemötande och tvekade inte att sjukskriva mig på heltid ett par veckor. Och detta trots, eller kanske på grund av, att jag uppvisade uppenbara problem med att beskriva hur jag mådde. Tror jag använde formuleringar som ”språklig utmattning” och ”demensliknande symtom” som den huvudsakliga beskrivningen och illustrerade det med följande exempel: ”Häromdan var jag i köket och upptäckte att soppsåsen behövde bytas. Sagt och gjort: Jag bär ut påsen till ytterdörren för vidare transport till sopkärl vid ett senare tillfälle. Vänder ryggen mot påsen och dörren och tar ett par steg tillbaks i riktning mot köket. Tänker då 'Nehej, om jag skulle ta å byta soppsåse då!'. Går fram till sophinken bara för att konstatera att jag nyss har bytt påse, ju...”. Alltså som om jag handlade utan att kunna tänka färdigt först vad och hur jag skulle göra, och de tankar som ändå i efterhand strukturerades kring vad och hur tycktes inte kunna inrymma minnet av det jag nyss gjort. Tanke och handling var alltså inte längre lika synkroniserade som tidigare – varken i kronologisk tidsordning eller i kvalitet. Först en tid efteråt förstod jag att det handlade om det för språket, och därmed de strukturerade tankarnas, nödvändiga användning av *korttidsminnet*.

Redan i detta första möte med sjukvården framförde jag önskemål om att få komma till en KBT-terapeut¹. Fick till svar att det var tveksamt om landstinget hade några resurser för sådana remisser, men blev lovad en remiss till den psykiatriska öppenvårdsmottagningen för en bedömning. Det var ju trots allt ett nytt år, och därmed också ett nytt budgetår, så kanske att man inom landstinget hade resurser för tillfället? Det var i alla fall värt en chansning. Med detta och sjukintyget i min hand fick jag låta mig nöja. Nu var det vila och åter vila som gällde. I varje fall i tre veckor framöver.

Minnena från den tiden är synnerligen fragmenterade och otydliga. Jag minns dock att jag reagerade med ens på varje form av krav från andra, eller ambitioner hos mig själv. Flammorna ovanför näsroten infann sig med ens, de fragmenterade tankarna gick allt långsammare innan de helt stannade av och en påtaglig yrsel gjorde att jag inte längre kunde vara uppe utan måste lägga mig. Gång på gång. Säkert ett tiotal gånger under en dag när det var som värst.

Läsa var inte att tänka på. Det fungerade helt enkelt inte eftersom jag några ord in på varje mening inte kunde komma ihåg orden i början av den – än mindre kunde jag koppla samman meningar efter varandra för att etablera ett sammanhang och därigenom en förståelse. Så många böcker som jag formligen slukat under de senaste fyra åren – i snabb takt men ändå fullt med marginalanteckningar! Gick inte annat än att känna sorg över det – om jag hade orkat. Först ett halvår senare läste jag nästa bok.

Köra bil avstod jag helst från, eftersom det tröttade ut mig fullständigt. Och att köra med påslagen radio var inte att tänka på – så väl fungerade inte min simultankapacitet.

1 KBT är förkortning för kognitiv beteendeterapi.

Lyckades dock se till att komma ut på promenad emellanåt. Inga längre sträckor, för efter en kvart, tjugo minuter blev jag påtagligt yr. En slags trötthet som om ögonen inte längre orkade registrera allt omkring mig. Strax efter att yrseln infann sig började vänster ben snubbla, som om hjärnan inte längre orkade lyfta foten tillräckligt högt över asfalten. Dock märkte jag inte av det förrän jag hörde skons skrap mot underlaget och konsekvensen av en lätt oregelbundenhet i gångrörelsen. Men jag kom ut i varje fall, även om ansträngningen var en plåga. Senare, över ett år senare, kom jag på att jag kunde sluta ögonen under några sekunder när tröttheten infann sig under promenaderna. När jag sedan öppnade dem så kunde jag känna mig något piggare igen. Som om synsinnet blev överbelastat och behövde stängas av emellanåt. Jag blev i varje fall vid detta senare tillfälle en rackare på att gå och blunda samtidigt – även ute bland folk.

Tinnitus. Ett lågt, liksom sprakande eller susande bakgrundsljud, dels ett högfrekvent tjutande. Det första var något som jag upplevde varje dag, i synnerhet när det var dags att sova, och fanns med mig hela tiden om än med olika styrka. Det andra var något som uppstod mycket plötsligt, men som också gick över ungefär lika plötsligt. Det första gick att leva med. Det andra däremot stal all uppmärksamhet och blockerade därför mig nästan fullständigt. Den första tiden såg jag inga samband mellan mina ansträngningar och dessa ljud, men småningom uppfattade jag ljuden som en slags måttstock på hur trött jag egentligen var – en trötthet som jag tidigare i livet lärt mig att tränga undan för att inte känna. Med tinnitusen kom också en överkänslighet för vissa ljud, i synnerhet fläktljud och andra högfrekventa ljud.

I slutet av januari månad kom jag och dr Didriksson telefonlededs fram till att det var dags att delvis försöka återgå till arbetet. Det blev blygsamma två timmar per dag, alltså 25%. Väl på plats igen försökte Bengt tillgodose mina behov i en rehabiliteringsplan, vars påtagligaste resultat blev ett eget rum och en stängd frånluftsventil i taket. Rummet var egentligen mer än skrubbd än något annat, men det fanns i alla fall ett fönster med skaplig utsikt. Ventilen fick stängas eftersom jag inte tålde blåsljudet. Jag skaffade öronproppar för att stänga ute datorns fläktljud.

Minns att jag i ett av de första återupptagna projektmötena med Bengt avbröt honom i en utläggning eftersom blåsljuden från fläktarna i hans rum utlöste den andra typen tinnitus, den tjutande, och det var omöjligt för mig att koncentrera mig på det han sade. Symtomen blev därmed något mera påtagligt för min omgivning, och mitt önskemål om att fortsätta med delvis arbete hemifrån infriades.

Att kunna arbeta hemifrån var en viktig premis för mig för att över huvud taget kunna arbeta de tio timmarna i veckan eftersom jag då kunde vila så fort jag kände tröttheten komma. Fem, tio minuters avslappning bidrog till att jag kunde fortsätta ännu en halvtimme. Så höll jag på de dagarna jag kunde och fick arbeta hemma. Dagarna på arbetsplatsen blev mindre effektiva, eftersom möjligheten att vila där var betydligt sämre. Den vila som ändå stod till buds var att vända på stolen mot fönstret och utsikten, luta ryggstödet något bakåt och med oseende ögon vända blicken ut därifrån. Försökte naturligtvis att också vara social på fikapauserna, men det blev oerhört ansträngande för att inte säga outhärdligt att försöka hänga med i de snabba vändningar som diskussionerna gjorde. Det gjorde mig mer illamående än välmående, vilket innebar att jag undvek att vara på arbetet vid fikadags. De sociala stunderna fick jag försöka tillgodose ändå, i enskilda samtal med var och en.

I slutet av februari månad var det så dags att prova halvtidsarbete. Jag var väldigt osäker på om det

skulle fungera och värnade därför möjligheterna att kunna arbeta hemifrån, eftersom jag också månade om att projektet skulle slutföras och därför ville ha så effektiva dagar som möjligt. För att över huvud taget få halvtidsdagarna att fungera fick jag dela upp dem i tvåtimmarssjok: Två timmars arbete på förmiddagen, två timmars lunch och två timmars arbete på eftermiddagen. Den långa lunchen var en förutsättning för att kunna arbeta de två eftermiddagstimmarerna, eftersom jag såg till att cykla hem och vila i sängen en timme mitt på dagen de dagarna jag arbetade på kontoret. Arbetade jag hemmavid passade jag i regel på att ta mig en lunchpromenad istället, vilket kunde efterföljas av en kortare sängvila.

I fyra veckor fungerade det. Sedan blev symtomen - främst den brännande smärtan ovanför näsroten och den fragmenterade tankeapparaten - för intensiv. En ny "vägg" var ett faktum jag hade att erkänna och acceptera. Kunde inte låta bli att känna skuld, eftersom jag parallellt med arbetet engagerat mig inför firandet av min 40-årsdag i mitten av mars månad. Inget märkvärdigt, bara en fest på hemmaplan för de närmaste vännerna. Som ett försök att se om det också gick att "leva ett vanligt liv" och inte bara fylla dagarna med arbete och vila. Var ju också ett sätt att testa mina egna gränser. Men skuld, inte desto mindre.

Festen i sig blev lite speciell, om än ganska lyckad. Jag var glad att över huvud taget kunna vara med, så gästerna fick ursäkta att jag inte orkade förbereda särdeles mycket. Istället fick de leva med att jag delade ut arbetsuppgifter till var och en, vilket också var ett sätt från min sida att göra dem snabbt bekanta med varann och därmed neutralisera en viss befärad inledande social stelhet. Detta eftersom flera av dem inte träffats tidigare, om än dock hört talas om varandra. Från fjärran kom min syster Nora med sambon Leif och Noras vuxne son Mats från ett tidigare förhållande. Min barndomsvän Märten med hustrun Siw kom också till min oerhört stora glädje. Därtill min kära Michaela med äldsta sonen Dag. Småningsom infann sig även mina egna barn Erkki och Ella, samt ännu något senare deras mor Ingrid.

Min huvudsakligaste roll blev att koordinera de andras göranden, efter att tidigare under dagen förberett varmrätten i form av citronmarinerad kyckling. Mansfolket fick ta sig bort till gemensamhetslokalen i bostadsområdet för att kånka möbler som skulle ställas upp i vardagsrummet. Nora och Siw hjälptes åt med att röja undan så att möblemanget skulle få plats. Michaela förberedde förrätten, emedan Mats och Dag fick ordna med musiken. Mat och dryck serverades sedan i ett samarbete mellan Märten, Leif och Mats med bistånd från Michaela.

Under middagen tog sin vana trogen Leif kommandot över samtalet och den ena uppsluppna skrattsalvan avlöste den andra – allteftersom faten, glasen och flaskorna tömdes. Det blev dags för avdukning, diskning och transport till gemensamhetslokalen för planerade lekaktiviteter som Siw och Ella tilldelats ansvaret för. Något lekande blev dock aldrig av, däremot en längre efterfest som gick alltmer i fyllans tecken i takt med att de nyktrare droppade av.

Denna erfarenhet av "det vanliga, normala privatlivet" bidrog tillsammans med min kamp för en "normal arbetsdag" till en ny period av heltidssjukskrivning med början i slutet av mars månad, för att tre veckor senare börja på nytt med 25% arbete. Ytterligare en månad senare, tredje veckan i maj, gick jag så åter upp till halvtid och så fick det bli tills det att projektanställningen löpte ut sista juni. Någon påtagligare förbättring av symtomen var det egentligen aldrig fråga om och jag var fortfarande beroende av att kunna dela upp arbetsdagen, samt att sängvila under luncherna, för att över huvud taget orka med. Ibland kunde jag dock på ett närmast förrädiskt vis få för mig att jag var

så gott som återställd – i synnerhet efter några dagars total vila. Dock blev jag snart nog, det vill säga när jag i handling skulle ”komma upp till bevis”, påmind om att så ingalunda var fallet.

Under senare delen av våren eller tidigt på försommaren mötte jag på patrull. Bengt var inte särdeles förtjust i att jag arbetade hemifrån, trots att det var det som fungerade bäst för min del, eftersom hans chef VD-pajasen proklamerat en generalorder om att allt arbete i hemmet skulle upphöra för samtliga anställda. Orsaken till denna order var att en eller ett par anställda ansågs ha missbrukat denna möjlighet. Så med något som kunde liknas vid kollektiv bestraffning manades jag att ta mig till kontoret så mycket som möjligt. Det var inte förutan att jag upplevde mig kränkt i den situationen. Dels för att jag i hela mitt liv tagit ett stort ansvar för de arbetsuppgifter jag tagit på mig, dels för att jag sedan tiden på akademien var van att arbeta disciplinerat på egen hand, dels för att jag kände mig orättfärdigt misstänkliggjord, men framför allt dels för mina besvärliga symtom som förvärrades av att vara på kontoret. Det blev till att försöka löpa linan ut så gott det gick, att hinna och kunna slutföra rapportarbetet innan anställningstiden löpte ut – trots de förvärrade förutsättningarna.

Rapporten blev klar, men pm:et blev för övermäktigt.