

# EMPATI

Nr 2 2024



**"The vibrant mind"**  
– Kreativitet och  
mentalt välmående

## DEBATT

Psykisk sjukdom hos ungdomar

**VÅRA MEDLEMMAR:**  
DIKT, TACKBREV OCH  
RAPPORT

GLAD  
SOMMAR!

FAMILJESTIGMA-  
FORMULÄR  
SID 06

MÅNGFALD OCH  
PERSPEKTIV  
SID 08

BOKTIPS  
FÖR BARN  
SID 10



SIMON KYAGA  
SID 12



**Utgivare**

Intresseförbundet för personer med schizofreni och liknande psykosjukdomar, Schizofreniförbundet

**Ansvarig utgivare**

Åsa Konradsson Geuken  
Förbundsordförande

**Adress**

Schizofreniförbundet  
Hantverkargatan 3G  
112 21 Stockholm  
Tel 08-545 559 80  
office@schizofreniforbundet.se  
www.schizofreniforbundet.se

**Redaktör & grafisk form**

Elin Ingblom

**Redaktionsråd**

Åsa Konradsson Geuken  
Lennart Lundin

**Omslag**

"Conundrium" av Julia Pivén

**Tryck**

Exakta Print AB, Malmö

**Antal nummer**

Fyra nummer per år

**Upplaga**

4 500 ex

**Prenumeration**

250 kr per år

**Deadlines för nästa nummer**

Nr 3, 2024

Manusstopp 15 juni

I brevlådan 11 september

**Insändare**

Max 800 tecken

**Villkor**

Gästskribenter står själva för sina åsikter. Redaktionen ansvarar inte för insänt material. Redaktören tar sig frihet att redigera.

**Annonser**

08-545 559 84

office@schizofreniforbundet.se

ISSN 2001-709X



Åsa Konradsson Geuken

Ordförande  
Schizofreniförbundet

**LEDARE**

## Kreativiteten flödar!

I min krönika i Empati 4 2023, berörde jag kort sambandet mellan schizofreni och kreativitet, vilket fascinerat forskare och konstnärer under lång tid. Jag uppmanade även våra medlemmar och läsare att dela hur kreativa uttryck har påverkat behandling, återhämtning, eller varit gynnsamt på något annat sätt. Responsen var överväldigande – målningar, fotografier och dikter fyllde Schizofreniförbundets inkorg. Var och ett med sin unika berättelse och känsla av att övervinna hinder genom konstnärlig uttrycksfullhet.

I detta nummer av Empati är vi stolta och tacksamma över att få presentera en del av dessa verk i något vi valt att kalla vårt "tidningsgalleri". Vi har också haft äran att intervjua Simon Kyaga, en framstående forskare vars arbete kring sambandet mellan kreativitet och psykisk hälsa har väckt stor uppmärksamhet. Simons och Jonas Matssons bok "Ekvilibrium – om sambandet mellan kreativitet och galenskap" ger oss insikter om den komplexa relationen mellan dessa två världar och hur den kan påverka individens välbefinnande.

För att ytterligare utforska potentialen i att använda kreativa uttryck i behandlingen av psykisk sjukdom har vi också följt, samt deltagit i projektet "A Vibrant Mind",

Vill du bidra till EMPATI?  
Kontakta oss!

ett europeiskt initiativ som leds av GAMIAN-Europe. Projektet strävar efter att stärka personer med psykiska hälsoproblem genom konst, med en plattform för konstnärer att dela sina verk på olika platser i Europa. Målet är att öka förståelsen för sambandet mellan konstnärlighet och mental hälsa, samt att minska stigmat kring psykiska sjukdomar för både drabbade och deras anhöriga.

Med sommaren i antågande vill jag önska er alla en strålande och njutbar tid! Må era dagar fyllas med solsken, skratt och minnesvärda stunder tillsammans med nära och kära. Ta tillfället i akt att utforska nya platser, njuta av god mat och skapa minnen som kan värma hjärtat långt efter sommaren gått över till höst. Oavsett var ni befinner er i världen så hoppas jag att ni får en fantastisk sommar och att ni tar hand om er själva och varandra.

Er förbundsordförande

Åsa Konradsson Geuken

## Innehåll | Nr 2 | 2024

- 04 HJÄLPMEDEL**  
STÖDLINJE OCH  
STUDIECIRKLAR
- 05 IFS DALARNA**  
TEMADAG
- 06 ENKÄT**  
FAMILJESTIGMA-  
FORMULÄR
- 07 PROJEKT**  
"THE VIBRANT MIND"
- 08 GALLERI**  
MÅNGFALD OCH  
PERSPEKTIV



- 10 BOKTIPS**  
NY BOK FÖR BARN
- 11 FRÅGA JURISTEN**  
OLIKA TYPER AV  
ERSÄTTNING
- 12 PORTRÄTT**  
SIMON KYAGA
- 13 DEBATT**  
PSYKISK SJUKDOM  
HOS UNGDOMAR
- 15 VÅRA MEDLEMMAR**  
DIKT, TACKBREV OCH  
RAPPORTER

# SCHIZOFRENIFONDEN

- Schizofrenifonden ska tillvarata de av schizofreni och liknande psykosjukdomar drabbades hälsa liksom att tillvarata deras sociala, ekonomiska, politiska och yrkesmässiga intressen.
- Schizofrenifondens insatser kan vara forskning kring schizofreni och liknande psykosjukdomar eller stöd till projekt av mera praktisk natur, som överensstämmer med fondens syften.
- De projekt som stöds ska sammantagna belysa eller stödja den totala livssituationen hos dem som drabbats av schizofreni eller liknande psykosjukdomar.
- På vår hemsida ser ni exempel på vad Schizofrenifonden finansierat.

 schizofreniförbundet



123-900 72 79

Stöd oss



**SCHIZOFRENIFORBUNDET.SE/  
SCHIZOFRENIFONDEN**



## Schizofreniförbundets Stödlinje – en alltmer omtalad och uppskattad verksamhet

TEXT BRITT-INGER WILLING & BRITTA NORRSTRÖM

Schizofreniförbundets stödlinje har drivits sedan 2021 utifrån behovet hos såväl själverfarna som deras anhöriga/närstående av att ha tillgång till en lättillgänglig stöd- och rådgivningsfunktion i allehanda frågor- och behov som är kopplad till psykosjukdom. Detta behov blev extra tydligt när pandemin gjorde sitt intåg i Sverige då samtalen till förbundets kansli ökade markant från människor som hade behov av att få prata och få stöd- och råd kring sina funderingar. Utifrån detta förhållande ansökte förbundet om ekonomiska medel från Folkhälsomyndigheten för uppstart av en specifik stödlinjeverksamhet för stöd- och rådgivning i frågor och funderingar inom just psykosområdet. Denna första ansökan beviljades och Folkhälsomyndigheten har sedan dess beviljat våra årliga inlämnade ansökningar för en fortsatt stödlinjeverksamhet i Schizofreniförbundets regi.

Antalet samtal in till stödlinjen har ökat hela tiden, år 2021 ringde 850 personer in till stödlinjen, 2022 fick vi

1 100 samtal och under 2023 tog vi emot 1 750 samtal. Under våren 2024 har samtalen fortsatt att öka, inte bara från själverfarna och anhöriga utan även från personal inom hälso- och sjukvården liksom från andra stödjande samhällsfunktioner.

Från början bemannades Stödlinjen av fyra personer, tre professionella och en anhörig, vartefter som samtalen blivit fler har personalen utökats. Idag bemannas den av fyra rutinerade psykiatrisjuksköterskor med lång och gedigen erfarenhet av psykosvård samt av två initierade anhöriga.

Stödlinjen har sedan start varit tillgänglig varje helgfri vardag året om mellan kl. 08:00-21:00 och tankar finns om en viss utökning av tillgängligheten under vissa helgdagar.

Sprid gärna information om Stödlinjens existens och tveka inte att ringa på telefon 08-580 000 34 om ni skulle vara i behov av stöd- och rådgivning.

## RESUMÉ AV GENOMFÖRDA STUDIECIRKLAR I DIGITALA VERKTYG

TEXT BRITT-INGER WILLING & BRITTA NORRSTRÖM

Vid kongressen 2021 framkom det önskemål om en digital kunskapsutveckling inom sociala media på såväl personligt plan som på organisationsnivå.

Utifrån det önskemålet beslutade förbundsstyrelsen att undersöka möjligheterna om ett samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan vilket de ställde sig positiv till. Ett kursprogram togs fram och under senhösten 2022 genomfördes en första pilotomgång som gavs i digital form.

Efter utvärdering av första pilotomgången gjordes en del ändringar och under våren samt senhösten 2023 genomfördes den andra respektive tredje kursomgången som alla innefattade fem utbildningstillfällen à 3 timmar och som berörde Facebook, Instagram samt olika mötesplattformar

Kursen gav förutom den personliga kunskapsutvecklingen tillfällen till bra diskussioner om hur vi som föreningar och förbund kan använda oss av sociala medier. Men



också hur vi kan använda oss av digitala mötesplattformar för att göra medlems- och styrelsemöten mer tillgängliga.

Om det finns intresse hos er medlemmar för ytterligare utbildningstillfällen så kontaktar ni office@schizofreniforbundet.se eller ringer vår kanslitelefon 08-545 559 80. Planering för en ny kursomgång kommer att starta så fort som ett tillräckligt stort antal medlemmar anmält sitt intresse.



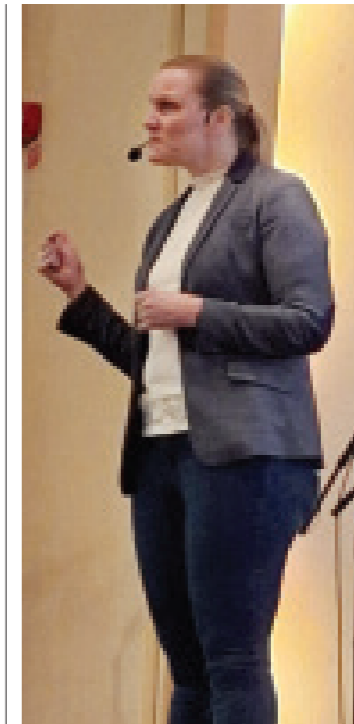
## Temadag om Schizofreni och psykosjukdomar

TEXT KARIN BLOMKVIST-SPORRE & LARS JOHAN REHN

FOTO LARS JOHAN REHN & BÖRJE VIKSTRÖM

IFS Dalarna, Studieförbundet Vuxenskolan och Region Dalarna bjöd in till en lyckad temadag om schizofreni och psykosjukdomar.

Målgruppen var de som lever med schizofreni och annan psykosjukdom eller är närstående till någon som lever med sjukdomen samt de som arbetar inom området, politiker samt andra intresserade. Dagen syftade till att ge ökad förståelse och kunskap samt möjlighet att träffa personer i samma situation. Dagen delades upp i tre föreläsningsspass varav det första hölls av Yvonne Lowert, överläkare och chefsläkare, Division psykiatri och habilitering i Region Dalarna via länk. Det andra passet hölls på plats av Åsa Konradsson-Geuken som är Schizofreniförbundets ordförande och det tredje passet hölls av Ingrid Lindholm som är möjliggörare/praktiker på Nationellt Kompetenscentrum Anhöriga (NKA) och Sofia Lirkas, anhörigkonsulent i Rättviks Kommun. Uppslutningen blev större än vi räknat med och fick mycket uppskattning från de medverkande såväl som åhörarna som kom från hela Dalarna för att lyssna. Enligt en enkät vi gjorde gillades Yvonne pass på grund av hennes stora kunskap, Åsas pass eftersom hon är så personlig samtidigt som hon är insatt inom forskningen och Ingrid och Sofias pass uppskattades eftersom de kom med både nationell och lokal kännedom. Vi hoppas att få arrangera fler liknande dagar som denna och vi vill särskilt tacka Funktionsrätt Dalarna och Borlänge Kommun. 🙏



Kvarnsveden, Borlänge, 22/2 2024





# Mig icke prata mamma!

TEXT LENNART LUNDIN

DENNA ARTIKEL ERSÄTTER "FRÅGA PSYKOLOGEN"

65 personer med erfarenheten av att ha någon nära familjemedlem med allvarlig psykisk sjukdom svarade skriftligt på öppna frågor i ett familjestigmaformulär om sina erfarenheter och upplevelser.

Alla bodde i Västsverige och deras drabbade anhöriga kom från 16 olika psykiatriska enheter. En norsk/svensk forskargrupp analyserade och har nu publicerat artikeln: En ond cirkel av hopp och förtvivlan: erfarenheter av stigmatisering hos närstående till personer med allvarlig psykisk sjukdom (min översättning av den engelska titeln). Förstanamn är Bente Weimand.

Författarna tecknar en bakgrundsbild av den känsla av utsatthet och diskriminering som drabbar de drabbade men också deras familjemedlemmar (familjestigma). Det finns nu mycket forskning som belyser den mycket negativa påverkan på välbefinnande, stöd och resursfördelning som stigmatisering innebär. Och man konstaterar att personer med allvarlig psykisk sjukdom tillhör de mest utsatta!

Ett fokus i artikeln är de mycket negativa erfarenheter som många familjemedlemmar har av bemö-

tandet från vårdpersonal. Många har naturligtvis också goda erfarenheter men alltför många berättar historier av dåligt stöd. Det kan röra sig om allt från att stängas ute från information och planering till aktivt motarbetande. Trots att vården är helt medveten om att familjen i många fall spelar en avgörande roll i patientens liv, involveras den inte i vård- och stödprocessen. Man bjuds inte in aktivt i vården. Tvärt om beskriver många hur de får kämpa för att få komma till tals. Och många har mötts av svävande hänvisningar till sekretess när vårdpersonal inte har önskat träffa familjen. Det upplevs som mycket frustrerande att inte bli lyssnad på. Detta minskar drastiskt familjemedlemmarnas förtroende för vårdpersonalen. Det verkar dock som om det är få som råkat ut för gamla tiders psykodymamiska utpekande av mamman som sjukdomsframkallande. Nu är det mest ointresse och utestängande som familjen utsätts för. Alltför sällan förmedlar vårdpersonalen en känsla av hopp och framtidstro.

Socialstyrelsens utvärdering av de Nationella riktlinjerna för schizofreni pekar på samma sak som denna artikel: familjeinsatserna är otillräckliga och vården försummar en viktig chans till ett bättre behandlingsresultat för patienten och en väg till bättre välbefinnande för familjen.

Det ordagranna citatet: "Mig icke prata mamma!" är något som cirkulerar i IFS Göteborg. Det var en mamma som var med sin dotter

till ett läkarbesök på en psykosmottagning. Dottern hade svårt att förstå och förmedla sig till läkaren. Mamman ville försöka reda ut något missförstånd i samtalet. Läkaren vänder då ryggen åt mamman och säger: "Mig prata L... Mig icke prata mamma". Det ökade inte mammans känsla av att vara önskad och förstådd.

Artikeln avslutas med en genomgång av de många framgångsrika sätt som idag finns för att aktivt involvera nätverket runt patienten i information, planering och genomförande av stöd och behandling. Och hur detta i hög grad minskar familjemedlemmarnas känsla av stigma och utsatthet. Gemensamt beslutsfattande i olika former lyfts fram som en väg till samarbete och dialog. ©

## PROJEKT & LITTERATUR

A Vicious Circle of Hope and Despair: Stigma Experienced by Relatives of Persons with Severe Mental Illness.

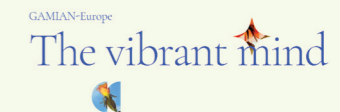
Bente Weimand, Anita Johansson, Nils Sjöström, Margda Waern & Mats Ewertzon. Issues in Mental Health Nursing. Published on line 16 Feb 2024.

# "The Vibrant Mind"

En djupdykning i kreativitet och mentalt välmående för att bygga starka stödsystem

TEXT PETER JOHANSSON & ÅSA KONRADSSON GEUKEN

BILD "STOCKHOLM" AV MATS KONRADSSON



"The Vibrant Mind" är ett europeiskt projekt som leds av GAMIAN-Europe och som är dedikerat till att stärka individer som lever med psykiska hälsoproblem genom den uttrycksfulla kraften i konst.

Syftet är att projektet skall skapa en plattform där konstnärer som hanterar olika former av psykiska hälsoproblem kan visa upp sina verk på olika platser i hela Europa, från traditionella gallerier, patientorganisationer samt även digitalt. Målet är att belysa den komplexa relationen mellan konstnärlighet och mental hälsa, underlätta dialog, utmana stigmatisering och främja förståelse.

Kopplat till "The Vibrant Mind" så hade europeiska konstnärer med olika former av psykiska hälsoproblem möjlighet att under december 2023 skicka in bidrag för att bli kunna bli utvalda till ett digitalt galleri och en konståvling. Från Sverige valdes 3 verk av Mats Konradsson, Julia Pivén och Peter Johansson, alla medlemmar i Schizofreniförbundet. Efter en omröstning i det digitala galleriet och bedömning från en jury stod det klart att Mats Konradsson med ett motiv av hans hemstad Stockholm, var en av vinnarna i konståvlingen. Som vinnare kommer hans konstverk att tryckas på canvas och visas i en serie utställningar i flera Europeiska länder under våren 2024.

För att belysa projektet "The Vibrant Mind" så anordnade GAMIAN-Europe, i samarbete med

EUFAMI, webinariet "Konstnärliga Sinnens" på alla hjärtans dag 2024. Péter Kéri, president för GAMIAN-Europe, delade med sig av sin personliga erfarenhet av schizofreni och underströk den avgörande rollen för initiativ likt "The Vibrant Mind". Webinariet hade tre huvudsakliga avsnitt: i) konst som uttryck och personliga berättelser, ii) när kultur och mental hälsa förenas, samt iii) framväxande stöd genom konst.

## KONST SOM UTTRYCK OCH PERSONLIGA BERÄTTELSE

Då Åsa Konradsson Geuken sitter som styrelseledamot i EUFAMI så hade hon möjlighet att nominera svenska talare till webinariet "Konstnärliga Sinnens", och inte förvånande så nominerade hon: Julia Pivén, Peter Johansson och sin bror Mats Konradsson. Julia Pivén delade med sig av sin erfarenhet av att starta en konstnärs-

förening som utvecklades till en förening för mental hälsa medan fotografen Peter Johansson diskuterade hur hans tillstånd formar hans passion för fotografi. Peter berättar att han är med i en fotoförening som gör fotoutflykter. När han går ut ensam, ser han olika linjer och mönster och fotar dem, han har utvecklat ett "fotoöga" och tar bilder av hus och byggnader, men även gatufoto som är en annan stil. Byggnader kräver oftast bara några exponeringar, medan gatufoto handlar om att ta många bilder och fånga människor i rörelse. Åsa presenterade tillsammans med sin bror Mats den terapeutiska rollen av konst i hanteringen av schizofreni. Mats övergång mot ett mer autentiskt konstnärligt uttryck, påverkat av hans tillstånd, var en central punkt och erbjöd insikter i den komplexa relationen mellan kreativitet och





mental hälsa. Webbinariet skiftade sedan fokus till Vincent Van Gogh, med Dimitra Stefanopoulos från EUFAMI, som presenterade konstnärens liv och relationen till hans bror, Theo. Dimitra framhävde Vincents kamp med psykisk sjukdom och hur hans konst speglade hans känslomässiga uttryck.

**NÄR KULTUR OCH MENTAL HÄLSA FÖRENAS**

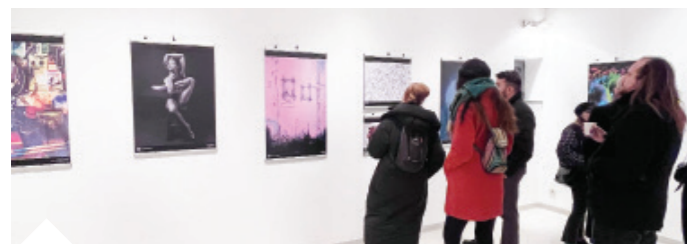
Lars Münter, direktör för internationella projekt i danska kommittén för hälsouppllysning (DCHE), diskuterade de varierade tillämpningarna av konstterapi i Europa och betonade betydande skillnader i tillvägagångssätt mellan länder. Han framhöll vikten av att förstå och uppskatta denna mångfald istället för att försöka påtvinga en enhetlig lösning. Trots dess effektivitet och popularitet berörde han även underfinansieringen av konstterapi, och det strategiska användandet av konstterapi inom psykiatrisk vård och konstens potential för att stödja mental hälsa.

**FRAMVÄXANDE STÖD GENOM KONST**

Oriold Károly, konstterapeut från Budapest, och David Somekh, nätverksdirektör för European Health Futures Forum (EHFF), talade om terapeutiska effekter av grupprocesser och vikten av att skapa stödjande miljöer för personer med psykiska besvär och sjukdomar. Samtalet underströk vikten av relationsmässig trygghet och personligt anpassad vård för att främja en läkande miljö.

Webbinariet avslutades med en diskussion om att öka användningen av protokollbaserad terapi mellan konst och mentalt välbefinnande, samt för att främja en stödjande gemenskap för personer med psykiska besvär och sjukdomar.

Det kreativa sammanhanget i GAMIAN-Europe's projekt "The Vibrant Mind" lyfter inte bara fram konstens kraft i hanteringen av mental hälsa, utan erbjuder också en rik mångfald av perspektiv och erfarenheter för att främja en mer inkluderande och stödjande gemenskap för alla. ☺



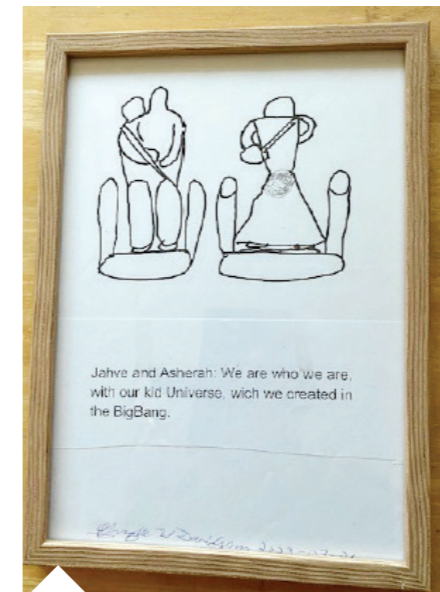
**VIBRANT MIND-UTSTÄLLNINGEN I KROATIEN**  
GAMIAN-Europe

# GALLERI

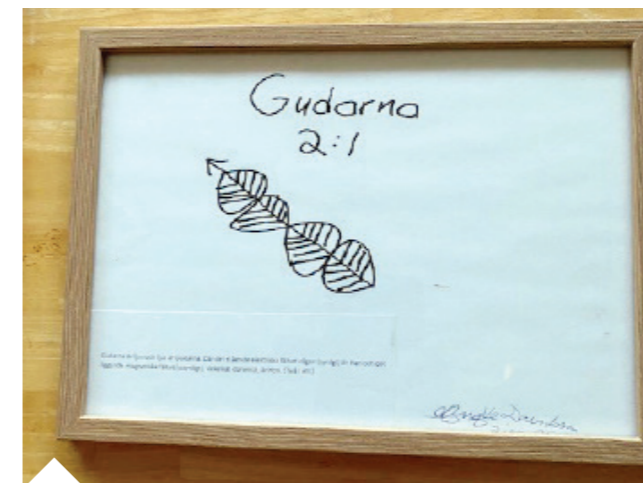
Välkommen till en mångfald av perspektiv och kreativitet. Stig in i en värld av konstnärlig utforskning och självuttryck, där varje verk ofta bär med sig en unik berättelse. I detta galleri presenteras verk skapade av medlemmar från Schizofreniförbundet, där konsten blir en kanal för att både uttrycka och förstå olika dimensioner av den mänskliga upplevelsen.



**DET VIKTIGA** Julia Pivén



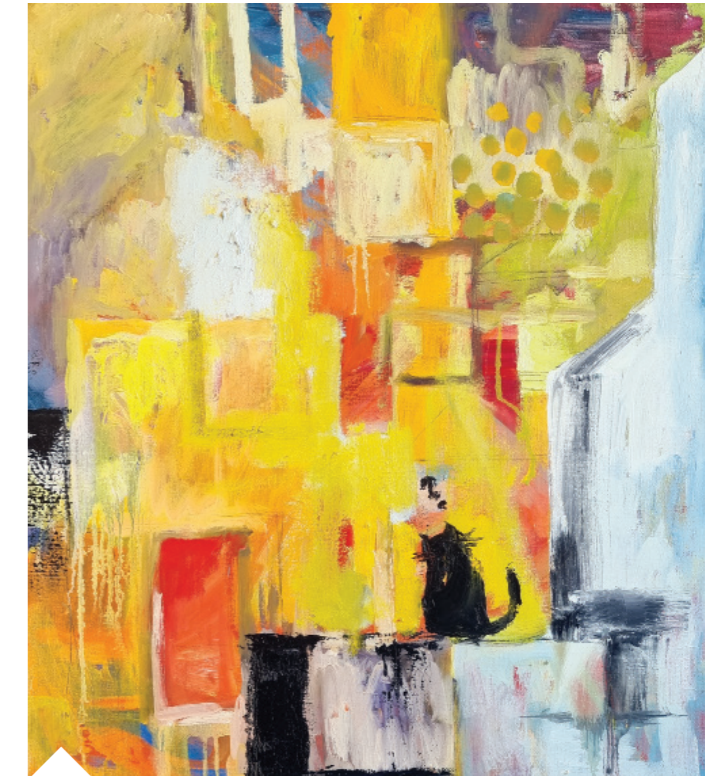
**GUDARNAS NAMN**  
YngVe Davidsson



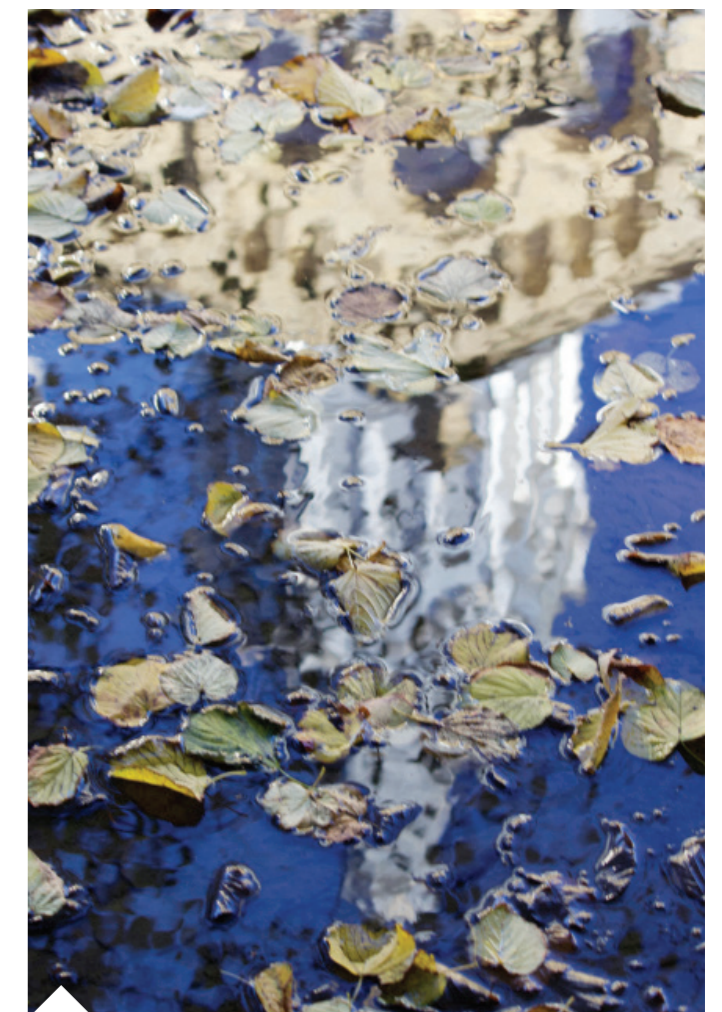
**GUDARNA TVÅ I ETT** YngVe Davidsson



**ENSAMHETEN** Peter Johansson



**CONUNDRUM** Julia Pivén



**SPEGLING** Peter Johansson



## NY BOK LÄR BARN VAD SOM HÄNDER NÄR HJÄRNAN BLIR SJUK

TEXT MAGNUS ALSNE



– Med lek och allvar vill vi avdramatisera och väcka barnens nyfikenhet, berättar Åsa Konradsson Geuken

som tillsammans med forskarkollegan Klas Kullander skrivit ”När hjärnan blir sjuk”, en bok som förklarar varför en farmor plötsligt kan få svårt att känna igen sina barnbarn, men också att det går att leva ett bra liv även när hjärnan mår dåligt.

Det var en gång... brukar godnattsagan börja, men visst vore det spännande att en kväll inleda med ”Hjärnan är gjord av hundra miljarder nervceller som pratar med varandra”. Nu får alla vetgiriga barn och föräldrar chansen med den nya boken När hjärnan blir sjuk, en berättelse långt från prinsessor och enhörningar – men som däremot innehåller Zebror med superkrafter och en farmor som får allt svårare att känna igen sina barnbarn.

– Jag föreläser ofta på skolor om hjärnans sjukdomar och vet att många barn lever nära personer som drabbats och vill förstå vad som pågår. Jag vet också att det saknats en bok som på barnets nivå förklarar vad som faktiskt sker när en hjärna blir sjuk. Nu har vi skrivit den boken, och genom att blanda lek med allvar hoppas vi både avdramatisera och väcka barnens nyfikenhet, berättar Åsa Konradsson Geuken, som

inte bara är Schizofreniförbundets ordförande, utan även forskare med fokus på Schizofreni.

Boken har Åsa skrivit tillsammans med Klas Kullander, professor i neurovetenskap och redan känd på barnbiblioteken med ”Hur funkade hjärnan?” En ofta vältummad volym som med inspirerande texter och färgglada illustrationer förklarar för barnen varför just deras hjärnor är extra bra på att lära sig saker och dessutom motiverar dem att fortsätta söka ny kunskap när de ändå håller på.


– ”När hjärnan blir sjuk” är på sätt och vis en fortsättning på ”Hur funkade hjärnan?”. Att beskriva sjukdomar för barn innebär alltid utmaningen att vara så sann som möjligt utan att skrämja eller förringa. När fokus är på hjärnan måste vi dessutom tydliggöra att inte ens vuxna har alla svar trots att barnen helst av allt vill få facit i svart på vitt. Men med den färdiga boken i hand tycker jag att vi lyckas förmedla viktiga kunskaper inom ramarna för en spännande sagostund, säger Klas.

”När hjärnan blir sjuk” bjuder även på flera tänkvärda och fantasifulla illustrationer av Kalicharan Patra, till vardags vid Stockholms universitet, liksom en inledande målning av Mats Konradsson, konstnär och äldre bror till Åsa. I sena tonåren drabbades Mats av en psykos och diagnostiserades kort därefter med schizofreni. I bokens avslutande del berättar

han tillsammans med Aila Ibanez Mengüç och Mathias ”Bissen” Larsson, tidigare svensk mästare i bandy, om hur det är att leva med tillstånd och sjukdomar som drabbar hjärnan.

– Vi är så glada att de ville vara med i boken och visa att precis vem som helst kan drabbas, och framför allt att det går att leva ett bra liv även när hjärnan mår dåligt. Vi är också otroligt tacksamma för samarbetet med Mathias Larsson som möjliggör för oss att sprida boken i samband med Bissens Brainwalks, liksom det finansiella stödet från Schizofreniförbundet som möjliggjort hela projektet, säger Åsa.

Våren 2024 utkommer boken på engelska och en internationell organisation visar redan intresse att översätta titeln till en rad språk för utgivning i Europa. Längre fram väntar ytterligare ett bokprojekt, material och ett omslag ligger redan på skrivbordet

– Vi har verkligen haft roligt när vi skrev boken och nu hoppas vi att så många barn som möjligt ska få läsa den tillsammans med sina föräldrar eller i klassrummen. Vi brinner båda två för att sprida kunskap och att ersätta fördomar och rädsla med nyfikenhet och kunskap. Och hör skolor av sig med önskemål om att vi ska komma på besök och prata med eleverna så lovar vi att göra allt för att det ska bli verklighet, säger Åsa och Klas. 



Maria Nyström Agback

Jurist

HAR DU SYNPUNKTER PÅ DETTA ELLER NÅGOT ANNAT SOM GÄLLER REGLER? HÖR GÄRNA AV DIG TILL: **MARIANYSTROMAGBACK@HOTMAIL.COM**

DU FÅR  
VARA  
ANONYM

### VILKEN ERSÄTTNING PASSAR BÄST FÖR PERSONER MED SCHIZOFRENI: FÖRSÖRJNINGSTÖD, SJUKPENNING ELLER SJUKERSÄTTNING?

Många av de människor som drabbas av schizofreni och andra psykosjukdomar återhämtar sig och kan studera eller arbeta. Men vägen tillbaka kan vara både lång och svår. Schizofreni är en av de diagnoser som har de längsta sjukskrivningstiderna idag.

De flesta som blir sjuka får sjukpenning. Hur mycket man får, och hur länge man kan få sjukpenning, beror på flera olika saker. Det beror på om man har jobbat tidigare, om man är arbetsökande eller om man studerar. Men sjukpenning ges oftast för en begränsad tid.

En del personer med psykosjukdomar har av olika anledningar inte sjukpenning utan försörjningsstöd, även kallat ekonomiskt bistånd eller socialbidrag, från socialtjänsten. Det är en ersättning som vi alla har rätt till, om vi inte kan försörja oss på annat sätt, men den är mycket låg. Det vanligaste är att försörjningsstöd ger den lägsta ersättningen som man kan få, samtidigt som kraven på ansökan kan vara omfattande.

Sjukersättning är oftast den ersättning som ger störst möjlighet till återhämtning för personer med schizofreni eller andra psykosjukdomar. Ersättningen kan vara låg för den som inte har arbetat tidigare (från cirka 11 800 kronor före skatt i månaden), men den som får sjukersättning kan även ansöka om

bostadstillägg, och ansöka om att få eventuella studielån avskrivna.

Sjukersättning ges på lång sikt, men den är inte ett hinder mot att återgå i arbete eller studier. Man kan prova att arbeta eller studera på deltid och behålla sjukersättningen på deltid. Du kan också ha vilande sjukersättning medan du provar att arbeta eller studera.

### VAD HÄNDER MED SJUKERSÄTTNINGEN NÄR PENSIONSÅLDERN HÖJS?

Eftersom pensionsåldern höjs betalas sjukersättningen nu ut längre än förut. I nuläget får du behålla sjukersättningen och bostadstillägget fram till månaden innan du ska fylla 66 år. Tre månader innan dess bör du ansöka om allmän pension samt bostadstillägg för pensionärer.

Du kan läsa mer om den allmänna pensionen på Pensionsmyndighetens webbsidor: [www.pensionsmyndigheten.se](http://www.pensionsmyndigheten.se)



Boken ”När hjärnan blir sjuk” av Klar Kullander och Åsa Konradsson Geuken går att beställa på Schizofreniförbundets hemsida eller via mail till [office@schizofreniforbundet.se](mailto:office@schizofreniforbundet.se)  
**Boken kostar 160 kr + frakt.**



# Psykosen granne med kreativiteten

TEXT BIRGIT ANDERSSON  
FOTO CAROLINE ANDERSSON

Frågan om sambandet mellan genialitet och galenskap har diskuterats sedan antiken. Svaret finns nu i en vetenskaplig studie från Karolinska institutet. Det är psykiatrikern Simon Kyaga som i sin forskning har bekräftat kopplingen mellan kreativitet och psykisk sjukdom. Empati fick en intervju.

Det galna geniet. Redan de gamla grekiska filosoferna förknippade kreativitet med en slags galenskap. Vincent van Gogh, Winston Churchill och August Strindberg var alla storheter inom sitt område, men delade också psykisk sjukdom. Med sin erfarenhet som psykiatriker kände Simon Kyaga sig övertygad om att det kunde finnas ett samband mellan kreativitet och genialitet, men konstaterade samtidigt bristen på starkt vetenskapliga stöd för kopplingen. Det fanns tidigare studier på området, men inga tillräckligt statistiskt omfattande för att man skulle kunna fastslå en säker slutsats.

Tillsammans med några kollegor på Karolinska institutet startade Simon Kyaga sin forskning, och disputerade slutligen på en avhandling som undersökte

sambandet mellan kreativitet och psykisk sjukdom.

– Det finns ett starkt samband mellan kreativitet, bipolär sjukdom och schizofreni, säger Simon Kyaga. Gemensamt för de båda sjukdomarna är psykotiska symtom.

Forskningsresultaten stärkte sambandet mellan psykos och kreativitet.

– Psykos är en allvarlig störning med förändrad verklighetsuppfattning. Det kan handla om förlusten av det filter som vår verklighet möter, innan det når medvetandet, förklarar Simon Kyaga.

– Vi vet att den kreativa processen bygger på divergent tänkande, det vill säga förmågan att tänka brett, associationsrikt och utanför boxen, där det avgörande är öppenheten mot det oväntade.

## KOMBINERA HÄLSOREGISTER

Studien, som är den enda av sitt slag i världen, baseras på flera hundra tusen patienter.

Forskningen kunde genomföras tack vare de svenska hälsoregistrerna. I Sverige finns hälsoregister som löper över flera decennier; data som är guld värd för medicinsk forskning.

Genom att kombinera olika register, knöt man odefinierade personer som behandlats för schizofreni, bipolär sjukdom eller depression till deras friska släktingar, och fick samtidigt information om deras yrken.

– Inom vetenskapen har konstnärliga och vetenskapliga yrken beskrivits som kreativa. Därför tittade vi på yrken som konstnärer, musiker, författare och forskare, säger Simon Kyaga.

– De starkaste sambanden finns bland patienternas närmaste släktingar (föräldrar, syskon och barn) snarare än hos dem själva. Det ligger i linje med en tidigare teori om att psykiatriska symtom till en viss gräns leder till ökad kreativitet och att kreativiteten sedan, vid alltför kraftiga symtom, i stället minskar.

## TA VARA PÅ

I en ny rapport från Socialstyrelsen konstateras att människor med psykiska funktionsnedsättningar oftare får sämre behandling inom vården än befolkningen i övrigt. Det gäller bland annat personer med schizofreni.

Hur ska man i stället stötta och ta till vara kreativiteten hos människor med de här personlighetsdragen?

– Det är ingen tvekan om att moderna samhällen eftersträvar en ökad förekomst av innovation som driver utvecklingen framåt; att kreativitet är centralt för mänsklig utveckling, svarar Simon Kyaga. Då är det rimligt att optimera förutsättningarna för de här personerna.

– Effektiva läkemedel med färre biverkningar är en central behandling, men också andra behandlingsformer som inte erbjuds idag.

– Det kan handla om att stötta den enskilde i en individanpassad kontext; att prioritera det som den enskilde individen är bra på. Om vi stöttar individer med de här personlighetsdragen så de når sin jämvikt och balans, skulle vi minska lidandet hos den enskilde och det skulle gynna hela samhället.

## SKREV EN BOK

Det är nu cirka tio år sedan Simon Kyaga publicerade sin banbrytande studie. Idag arbetar han fortfarande med hjärnforskning, men är också en eftertraktad föreläsare och publicist inom området kreativitet och psykisk sjukdom.

Tillsammans med journalisten Jonas Mattsson, skrev han nyligen boken: "Ekvilibrium".

Där visar han hur många av världens mest betydande framsteg formats av personer med starka drag av bipolaritet, schizofreni, autism och ADHD. ©

## SVÅR PSYKISK SJUKDOM HOS SVENSKA UNGDOMAR:

Ojämlig vård och behovet av nationella åtgärder för diagnostik och vård

Svår psykisk sjukdom som kroniska psykoser, bipolära syndrom eller svåra depressionstillstånd förekommer bland ungdomar i Sverige<sup>1</sup>. Tillstånden är ofta kroniskt invalidiserande och alltid förenade med en stor risk för förtida död: tre av fyra ungdomar som dör i självmord bedöms lida av svår psykisk sjukdom<sup>2</sup>.

Detta skulle kunna motverkas då det finns medicinsk behandling som visat sig minska risken för självmord bland både ungdomar och vuxna när de används på ett ansvarsfullt och välövertvägigt sätt<sup>3</sup>. En tidig och korrekt diagnos är avgörande för att inleda rätt behandling i tid. Det utgör en konkret åtgärd som, för många drabbade, minimerar risken för både kronisk funktionsnedsättning och förtida död.

Vi har genomfört och redovisat en serie utvärderingar av vården som tillhandahålls för svenska ungdomar. Vi har funnit flera oroande tecken på att diagnostik och behandling i Sverige inte sker på bästa sätt – något som riskerar orsaka onödigt lidande och död.

Vår forskning tyder på att endast en av 50 av svenska ungdomar som har bipolär sjukdom diagnosticerats<sup>4</sup>. Fel diagnos medför hög risk för felaktig vård.

I svenska regioner där fler ungdomar diagnostiserats med bipolär sjukdom finns färre fall av självmord bland tonårspojkar<sup>4</sup>.

Årligen diagnostiseras endast sex till 21 fall av schizofreni bland ungdomar upp till 18 år i Sverige. Detta motsvarar cirka 2–8% av det årliga antalet fall i ålderskategorin 20–24 år<sup>5</sup>. De flesta regioner har inte haft en enda ungdom med schizofreni under mer-



parten av åren det senaste decenniet. Den förväntade förekomsten har uppskattats vara ungefär hälften jämfört med vuxna<sup>6</sup>. Många drabbade ungdomar kan gå miste om den vård som är mest effektiv för dem.


I en tredjedel av de svenska regionerna har inga ungdomar i åldern 15–19 år med svår depression behandlats med elektrokonvulsiv terapi (ECT) under en femårsperiod<sup>3</sup>, trots att Socialstyrelsen rekommenderar detta med högsta prioritet<sup>7</sup>.

Svenska regioner som behandlar fler ungdomar med ECT (svår depression), litium (bipolär sjukdom) och klozapin (psykossjukdom) har med 99,99% sannolikhet lägre självmordsdödlighet bland tonårspojkar. Ökad behandling med ECT, litium och klozapin verkar således kopplat till bättre behandlingsresultat<sup>3</sup>.

Vi föreslår därför:

- En nationell översyn av vården av svår psykisk sjukdom inom BUP, ledd av exempelvis Svenska Psykiatriska Föreningen, brukarföreningar och experter i dialog med drabbade unga och anhöriga. Frågor som specifikt bör belysas är:
- Vi behöver etablera en barn- och ungdomspsykiatri som följer den modell som är gängse i svensk sjukvård, där huvudansvaret för vården samt särskilt akutfall, remisshantering och initiala bedömningar alltid hanteras av läkare. Denna modell tillämpas redan i (alla?) andra medicinska fält, inklusive vuxenpsykiatri och primärvårdpsykiatri för vuxna.
- Regioner och Socialstyrelsen måste säkerställa att blivande specialistläkare (ST-läkare) får nödvändig klinisk erfarenhet i den evidensbaserade vården av de svårast sjuka ungdomarna. Eftersom barn- och ungdomspsykiatri i så låg omfattning identifierar dessa fall, är det hög risk att många specialistläkare examineras utan konkret klinisk erfarenhet av bipolär sjukdom, psykossjukdom, ECT, litium eller klozapin till ungdomar.
- Ökat stöd till klinisk forskning, öronmärkt svår

psykisk sjukdom bland ungdomar.

- Främjandet av medicinskt orienterade vårdinrättningar och specialiserade kliniker för att utveckla spetskompetens i vården av de svårast sjuka. 

Artikeln har tidigare publicerats i "Altinget" den 6/2 2024.

## FÖRFATTARE

**Adrian Desai Boström**, ST-läkare inom barn- och ungdomspsykiatri, medicine doktor och postdoktor vid Karolinska Institutet

**Peter Andersson**, legitimerad psykolog och doktorand vid Karolinska Institutet

**Mathias Lundberg**, överläkare inom barn- och ungdomspsykiatri och docent i psykiatri

**Conny Allaskog**, ordförande NSPH och Riksförbundet Hjärnkoll

**Tore Hansson**, Förbundsordförande RSMH

**Ulrika Sonander**, Förbundsordförande i riksförbundet BALANS

**Lennart Lundin**, leg psykolog, specialist i klinisk psykologi och förste vice ordförande i Schizofreniförbundet

**Åsa Konradsson-Geuken**, docent och universitetslektor i farmakologi vid Uppsala universitet samt Förbundsordförande i Schizofreniförbundet

**Johan Lundberg**, överläkare och adjungerad professor i psykiatri vid Karolinska Institutet

## REFERENSER

1. Lundberg M. et al. Schizofreni. 2024;10(1):101-110.
2. Bridge JA. et al. J Child Psychol Psychiatry. 2006;47(3-4):372-394.
3. Desai Boström AE. et al. Nat Commun. 2023;14(1):1-8.
4. Andersson P. et al. JAMA Psychiatry. Published online May 24, 2023.

5. Stockholm. Socialstyrelsen, Diagnoser i slutenvård och specialiserad öppenvård [internet]. Socialstyrelsen. Accessed September 24, 2022. [www.socialstyrelsen.se/statistik-och-data/statistik/statistikdatabasen/](http://www.socialstyrelsen.se/statistik-och-data/statistik/statistikdatabasen/)
6. Hua LL. et al. Pediatrics. 2021;147(6). doi:10.1542/PEDS.2021-051486/180278

7. Socialstyrelsen. Nationella Riktlinjer För Vård Vid Depression Och Ångestsyndrom.; 2021. [www.socialstyrelsen.se/globalassets/sharepoint-dokument/artikelkatalog/nationella-riktlinjer/2021-4-7339.pdf](http://www.socialstyrelsen.se/globalassets/sharepoint-dokument/artikelkatalog/nationella-riktlinjer/2021-4-7339.pdf)

## DIKT FRÅN MEDLEM

Vem satte denna falska rot?

Vem eller vilka gav psykisk ohälsa en skamfylld slöja då, kan man verkligen snacka om att vara sjuk.

Just därför har många i sin tysthet sitt lidande fått dölja men det allra värsta är, att det fortfarande kan vara i bruk.

Det har ju ändå gått några århundranden sedan denna "kuckelsnubbe" satte denna falska rot.

Men än idag finns det spår efter den stora plundraren bara för att denne, bar en undermålig intelligenskvot.

Ingen av idag tror väl längre att vår jord är platt men en gång, fanns denna tro i varje människas hjärna.

Ända tills någon kom och kunde själva sanningen ta fatt så nu behöver också psykisk ohälsa, en kraftfull ledstjärna.

Jag tror, att vi själverfarna kan utplåna en stor del av detta det räcker visst inte, att enbart höra vetenskapens nya rön.

Nej, vi måste nog också träda fram, om tabun ska kunna lättas då först, står vi verkligen upp för de hårt drabbades innersta bön.

Marianne, Anhörig



## TACKBREV

Jag är oerhört tacksam att jag fått bidraget "Kropp & själ" från Schizofrenifonden som gjort att jag fått chansen att delta i Växjösimningscrawlkurs.

Ni har verkligen hjälpt mig att nå mina delmål och komma närmare mina långsiktiga mål. Under tiden jag gått kursen har jag träffat flera trevliga människor som förgyllt min vardag och lärt mig simma crawl bättre. Jag simmar nu ca 50m crawl, målet är att kunna simma 750m och 1 500m, för att kunna genomföra en eller flera triathlon-tävlingar. Vid ett tillfälle under samma period som jag gick crawlkursen genomförde jag ett "mini" triathlon på egen hand, då simmade jag 25mx10 och vilade ca 1min mellan varje 25m crawl jag simmade. När jag simmat 25x10 bytte jag om och cyklade 5km följt av 2,5km löpning.

Det var tufft men roligt att genomföra. Crawlkursen har även betytt mycket på så sätt att jag kommit från rättspsykiatriska avdelningen jag vårdades på, för att komma iväg och träffa nya trevliga människor och ägna mig åt crawlsimning.

Bästa hälsningar Joanna

## Rapport från Region Norr

Länsbrukarrådet har bytt namn till NSPH-Väster-norrland (Nationell Samverkan Psykisk Hälsa). I NSPH ingår bland andra Schizofreniförbundet och RSMH. NSPH:s informationsbord med självhjälps-häften och information om Schizofreniförbundet fortsätter på Regionssjukhuset och Sollefteå sjukhus. Informationsborden är strategiskt placerade i sjukhusens entréhall, och når bland andra patienter, anhöriga på väg till och från mottagningar samt vårdpersonal, politiker, m.fl. På informationsbordet exponeras även tidningarna Empati och Revansch som ges ut av Schizofreniförbundet respektive RSMH (Social och Mentalhälsa). Det har visat sig att dessa även är informativa och givande för vårdpersonal, då alltför många psykiatriska och sociala enheter prenumererar. Samverkan med regionen har stärkts, områdesdirektörerna för länspsykiatri medverkar i länsbrukarrådsmöten, och hälso- och sjukvårdsnämndens ordförande som har socionomkompetens deltar i RSMH:s samverkansmöten, som också gör att RSMH ser regionen som en intressant samarbetspartner.

Text: Jan Lidén



# Stödlinje

08-580 000 34



Att själv drabbas av schizofreni eller att vara närstående till någon som drabbats är ofta en kris som väcker många frågor.

**Vart** ska jag vända mig för att få stöd?  
**Hur** ska jag bemöta min sjuka anhöriga?  
**Vad** kan jag ställa för krav på vården?  
Eller behöver du bara någon att prata med?

**Schizofreniförbundet** har en stödlinje där du kan få vägledning och stöd. Vi som svarar har lång erfarenhet av arbete inom människovårdande yrken.

Du kan vara helt **anonym** och du **behöver inte vara medlem** i Schizofreniförbundet.



schizofreniförbundet

## Vill du gå en utbildning tillsammans med andra anhöriga?

Ur innehållet:

- Hitta rätt vård och stöd
- Hantera stress
- Att ge stöd som anhörig

 **prospect**

Hör av dig till:

**prospect@schizofreniforbundet.se**

Läs mer på hemsidan

**schizofreniforbundet.se/prospect**