



g

LIVSMOD När Yasmin Jungstedt var femton dök hon på för grunt vatten i Spanien och skadade ryggmärgen allvarligt. Hennes yrkesdröm om att bli dansare krossades. Hur tar man sig tillbaka till livet och ny glädje?

TEXT OCH FOTO EVA BERLIN eva.berlin@duochjobbet.se

"Det jag var bäst på fick förlorat"

Att sitta i rullstol är en slags inbjudan till diskussioner om livet och frågor från helt främmande personer: "Dök du?", "Kollade du inte djupet innan?", "Ångrar du dig?"

Då måste man fatta beslutet om man ska dra den långa eller korta historien, konstaterar Yasmin Jungstedt. Den långa drar hon i sin färska och mycket väl skrivna bok *När livet störtök*.

– Det jag var allra bäst på, dansen, mitt sätt att uttrycka mig på, gick förlorat. Jag var tvungen att ta mig igenom den svarta sorgen och hitta en ny mening för att komma vidare.

VI SE I HENNE STREVLIG LÄGENHET i markplanen där hon bor med kille, liten hund, och plats för assistenter. Yasmin Jungstedt är lätt att få kontakt med, är påfallande verbal och säger att hon är lycklig över livet. Men det har varit en lång väg.

I boken beskriver hon hur själen fick flytta någon annanstans när andramänniskor sysslade med hennes kropp, hur det är att vara en del av någons arbetsdag, när andra kan se ens kiss i en påse och ens slem i en annan behållare, att vara 15 år och ha döden alldeles för nära. På intensiven lägg gamla människor som rosslade och jämrade sig.

– Ibland vaknade jag och såg att en säng var tom, någon hade dött. "Lika bra det", tänkte jag, "det vill jag också göra".

Kroppen som hon hela livet slitit för att träna upp förtvinade, benen började se ut som sugrör, armarna blev allt tanigare. Hon hade svåra problem med lungorna, med ryggen som blev sned.

– Jag låg ensam på ett sjukhusrum med förlamad kropp, tristessen som ett svart moln. "Jag måste skriva en bok", tänkte jag. "Folk måste få veta hur det är, att det kan hända vem som helst."

Ett år efter olyckan kunde hon börja gymnasiet, men nu på medialinjen. Hon vill utveckla skrivandet.

– Jag fick veta att jag skulle få personliga assistenter, andra människors kulle varamina armar och ben. Det var ett yrke att hjälpa mig. Hur skulle det fungera?

Inte särskilt enkelt, visade det sig. Och gymnasiet var samma plats som där dansarna gick.

– Jag såg gruppen jag tidigare varit en del av gå till sina lektioner med danskläder på. Det skulle jag också ha gjort. Det var som att se sitt eget spöke. Jag borde ha skonat mig från den smärtan.

Ändå stannade hon ett tag till i dansens värld. Entidigare lärare frågade om Yasmin Jungstedt ville skriva för Danstidningen.

– Hon tänkte att det kunde vara ett sätt för mig att hålla kontakten. Hon visste att jag alltid gillat att skriva, blanda jag skickat ett brev till lärarna där jag tackade för den uppfostran dansundervisningen hade varit. Allt viktigt som jag kunde hade jag ju fått lära mig genom den; betydelsen av respekt, disciplin, stark vilja ...

SÅ YASMIN JUNGSTEDT SKREV om dans och det var roligt att se sitt namn i tryck, men känslomässigt blev det bakslag.

– Jag förstod att jag var tvungen att lämna den världen helt och hitta andra sätt att uttrycka mig. Det var en nyttig lärdom: det

fungerar inte att hänga sig kvar när något är över.

Hon berömmar lärarna som gjorde sitt allra bästa för henne. Med assistenterna var det svårare.

– Jag trodde att det skulle vara bäst med unga tjejer som mig, men det blev komplicerat med personalomsättning och utsudda gränser mellan jobb och vänskap. Mitt rum blev en allmän mötesplats. Ibland tog assistenterna över min vänners, ibland drog de ut på egen hand och lämnade mig.

SÅ SMÅNINGOM FÖRSTOD hon att det som behövdes var stabila och erfarna personer.

– Människor som kunde hålla sig i bakgrunden och ha en känsla för vem jag är.

Det innebär inte att assistenter ska behandlas som luft, som inställningen var iett assistentkooperativ som hon gick med i. Som om de faktiskt vore just armar och ben. Man ska visa varandra respekt, tycker hon.

– Så småningom startade jag eget företag för att kunna påverka och ge bättre löner. Det är inget lätt sak att leda andra när man är tonåring.

Efter nya motgångar, bla ett svårt liggsår som gjorde två av gymnasieåren sängliggande, kunde hon resa igen.

– Det blev vändpunkt. Alla möten och nya intryck fick mig att se att världen innehåller så mycket mer. Möten med andra har alltid gett mig mycket.

Yasmin Jungstedt började intresseras för hur människor med funktionsnedsättning hade det i andra länder – Sverige tillhör verkligen de bättre, tycker hon.

– Jag vann en uppsats tävling och fick åka till en konferens i Japan och hålla tal



BOK OM ATT TÄNKA OM OCH BLOGG OM VARDAGEN

OM ATT KOMMA VIDARE

Yasmin Jungstedts bok heter Yasmin – när livet störtök och passar såväl den som av olika skäl måste tänka om som den som jobbar med andra människor, dvs de flesta.

I förordet skriver en vän: "Hon lärde mig att få perspektiv på tillvaron, att se vad som i själva verket är värdefullt i livet. Hon skänkte mig ett bättre omdöme."



YASMIN OM ODETTE

Så här skriver Yasmin Jungstedt om sin assistent Odette på bloggen <http://textyasmin.se/blogg>:

"Nu har jag resfeber tillsammans med min personliga assistent Odette. Hon har inte ätit och sovit på en vecka nu. Jag och Janne var precis förbi henne med Budapestbakelser för att önska henne ett stort lycka till – imorgon, i natt, åker hon till Rwanda för att träffa sina barn och barnbarn för första gången på tio år!!!

... Hennes livsglädje, trots allt det hemska hon har gått igenom, skulle inspirera många. Hon har lärt mig mycket om livet, om världen, och förtjänar bara det bästa av allt! Odette har varit med mig i sex år, hon har stöttat mig igenom svårigheter och gläds åt mina framgångar. Vi har skrattat och gråtit tillsammans och givit varandra styrka. Tillsammans är vi en oslagbar kraft!

Känns fantastiskt och ofattbart att hon äntligen kan få åka och krama om sina barn! Är det någon som vet vad ordet tålmod verkligen handlar om så är det Odette. Hon finns alltid närvarande, för allt och alla, för vänner och familj i Sverige, dygnet runt."



WorkingLife 2012

VILL DU VETA MER? Lyssna på Yasmin Jungstedt på WorkingLife 2012 den 17 oktober på Stockholm Waterfront. Se www.workinglife.se.

"Jag pratar om smärtan och sorgen. Men jag tänker att när de ser den jag är idag så kan det vara som en uppmuntran." YASMIN JUNGSTEDT

¹ SID 21 om hur det fungerar hos oss. Jag började vara ute och träffa folk, festade och tog igen mina förlorade tonår.

Hon beskriver ett växande självförtroende.

– Först satt jag mest i bylsiga tröjor i rullstolen, men en assistent fick mig att klä upp mig och sminka mig. Jag var öppen för att flirta lite med killar.

Hon gick Poppius Journalistskola och ville sedan plugga utomlands.

– Jag var ju tvungen att ha assistans och det fanns inga riktlinjer för vad som gällde hos Försäkringskassan, jag var något av en pionjär.

HON KOM DOCK I VÄG TILL Kalifornien med fyra personliga assistenter och pluggade bland annat akademiska och estetiska ämnen under nio månader.

– Jag blev otroligt imponerad över att alla var så anpassade till funktionshinder, bl a avfasade trottoarer vid alla övergångsställen och ramper på alla bussar. Stockholm, däremot, är ingen tillgänglig stad. Helan byggda Järva Sjö, där jag bor, är fullt av gatsten och trappor. Åkermantunnelbanan kan man

räkna med att dessa är urinstinkande, om de alls funkar.

IDAG JOBBAR YASMIN JUNGSTEDT bl a som webbredaktör på Stiftelsen Spinalis, som främjar forskning om ryggmärgsskador. Hon föreläser och håller i ett nätverk för ryggmärgsskadade kvinnor och söker också upp nyskadade.

– Det är viktigt att de är ungefär lika svårt skadade som jag så att de kan identifiera sig med mig. Jag pratar om smärtan och sorgen. Men jag tänker att när de ser den jag är idag så kan det vara som en uppmuntran.

Hon förklarar att hon är allergisk mot hurtighet och att inte få sörja. Själv kände hon trycket att vara avdelningens lilla solstråle.

– Jag minnst exakt när jag bar av villegga i min säng en dag och var helt deprimerad så fick jag inte det. Sköterskorna blev oroliga och skulle till varje pris ha upp mig till det fulla uppehållsrummet där folk stirrade i väggen. Vi skulle prata och umgås.

Det är viktigt för skadade att så snart som möjligt få komma ut i arbetslivet och få vanliga rutiner, betonar hon.

– Vi måste bli mycket bättre på det! Sådana som jag måste få vara med – och vi har lärt oss mycket som andra kan ha glädje av. Ofta går det att anpassa jobbet med enkla medel.

Hon betonar hur tillfredsställande det var att börja gå upp tidigt och göra något produktivt.

VARJE ÅR DRABBAS cirka 150 personer av en ryggmärgsskada, några anledningar är trafikskador och dykskador – ett tiotal personer dyker för grunt. Fallolyckor är också vanliga.

– Jag har träffat många unga killar från byggbranschen. Det gör mig ont att se dem, ofta är de intresserade av något administrativt jobb. De är skickliga på sitt och vill jobba med händerna, det som inte längre går.

Och framtiden?

– Jag vill komma ut och föreläsa om boken. Jag hoppas ge unga tjejer styrka att vara starka och ta för sig. Man kan komma långt om man inte är rädd. Jag vill berätta hur jag kom vidare, det kan finnas både jobb, kärlek – ja, man kan ha sex – och nya livsintressen.