

Det går att ha förhållanden trots svår psykisk ohälsa

Det är inte lätt att leva med en kvinna eller man som lider av grav psykisk ohälsa. Under mina relationer har jag alltid varit ärlig med mina diagnoser och personlighetsstörningar, det vill säga grav psykisk sjukdom.

Mitt första kärleksförhållande var med en man som själv led av psykisk ohälsa. Det förhållandet varade i 17 år. Det gick fint i början, vi var tillsammans som handen i handsken, men efter några år förvärrades han i sitt psyke.

Det som i början hade varit en kärlek, den sortens romans som andra enbart kunde se på film, det förvandlas snabbt till att jag sakta men säkert kvävdes i vår relation.

Plötsligt förstod han inte att jag stundtals behövde vara ifred. Han krävde att vi två skulle vara tillsammans 24/7. Jag har alltid sagt till dem jag levt med hur svårt det är att leva med en kvinna som jag.

Men en av dem jag levt med hjälpte mig alltid när jag kom i mina så kallade "skov" då inget hos mig fungerar och det mesta i min vardag är svart.

Han hjälpte mig att lära mig våga bada igen. Under mitt första förhållande blev jag bestraffad med att den mannen höll mig under vatten tills jag svimmade.

Att leva med en människa som lider av psykisk ohälsa kräver oerhört mycket kunskap hos partnern man lever med. Kunskap som man kan få genom böcker, tidskrifter och läkare. Partnern måste själv också få berätta hur han mår. Vara arg, känna sig maktlös, skrika eller gråta. Annars förlorar partnern fotfästet till slut!

Och det går att leva i relationer med grav psykisk ohälsa och personlighetsstörningar MEN personen som bär på detta måste vilja själv. Och den viljan måste klara av att förflytta berg. Och det måste finnas en karaktär av guld.

För det går att ha ett jättefint förhållande/äktenskap trots dessa "handikapp" som jag kallar det för. Det går att vara världens LYCKLIGASTE ♥️