



# ÅBENHED ER VEJEN TIL HJÆLP

En kontaktperson, en mentor og ikke mindst åbenhed om det at være psykisk sårbar har været Torben Hansens vej tilbage til skolebænken – og livet.

Tekst // Lena Møller. Fotograf // Thomas Hommelgaard

Fremtiden tegner godt for Torben Hansen. Han læser på Handelsskolen i Roskilde og bor sammen med sin kæreste Irene og katten Fnugge i en hyggelig lejlighed i Søborg. Hvis alt går efter planen, kan han kalde sig datamatiker om et år. Sådan har det ikke altid været. For syv år siden fik Torben stillet diagnosen skizofren.

"Det gik for alvor galt lige efter studentereksamen, hvor jeg fik det rigtig dårligt. Jeg havde haft det dårligt gennem hele gymnasiet. Jeg havde svært ved at møde op, aflevere opgaver og havde en høj fraværspcent. Det var ikke fordi, skolen ikke var opmærksom på, at jeg havde problemer. Men de vidste jo ikke, hvad der var galt med mig, og derfor heller ikke hvordan de skulle hjælpe mig," fortæller Torben.

På grund af sin høje fraværspcent måtte han gå til eksamen på særlige vilkår, dvs. næsten fuldt pensum. Han fik dog sin studentereksamen, men bagefter begyndte det at smuldre for ham.

"Jeg kunne ikke længere skjule det for mine forældre og fik det dårligere og dårligere. Til sidst blev jeg indlagt. På det tidspunkt opfattede

jeg det næsten som en lettelse – en pause fra livet."

## Træning i livet

Efter indlæggelsen flyttede Torben ind på et botilbud for unge, og her fik han hjælp til at få det bedre.

"Det var godt for mig. Jeg fik træning i at klare mig selv – en slags træning i livet, kan man vel godt kalde det. Og jeg fik lov til at prøve forskellige ting og finde retning i livet."

Det var Torbens kontaktperson på botilbuddet, der fik ham i gang med en uddannelse som elektriker. Det måtte han droppe, da han ikke kunne finde en praktikplads. I stedet valgte han at studere Computer Science på Roskilde Handelsskole.

"Jeg tænkte, at jeg ligeså godt kunne gøre min hobby, som er computer, til mit erhverv."

Allerede fra starten valgte Torben at være åben om, at han havde psykiske problemer, og det har han ikke fortrudt – tværtimod.

"Jeg tror ikke, jeg havde fået

samme hjælp, hvis jeg ikke havde fortalt om mine psykiske problemer. Allerede på det første infomøde fortalte jeg studievejlederen, at jeg var psykisk sårbar og lidt usikker på det hele. Det var svært at få sagt, og jeg skulle lige tage mod til mig. Men hun var jo super støttende omkring det. Det er ikke fordi, jeg fortæller det til alle. Jeg siger det til dem, der har behov for at vide det. F.eks. har jeg fortalt min studiegruppe det og mine lærere, men ikke hele mit hold. Men det er altid blevet godt modtaget."

## Støtte til uddannelse

Allerede på første semester af studiet valgte Torben at gå til studievejlederen for at få hjælp.

"Jeg havde svært ved at komme op og af sted, at overskue det hele. Jeg syntes heller ikke, jeg var på det faglige niveau, jeg skulle være. Studievejlederen foreslog, at jeg fik en mentor, og hun hjalp mig med at søge SPS (socialpædagogisk støtte, red.)."

Torben har selv valgt at få en lærer som mentor, men det kunne lige så godt være en ældre studerende.

"Jeg bruger mange flere ressourcer end andre på alt det rundt om studiet for at have styr på mit liv. Så for mig var det vigtigt, at det var en, der vidste noget om uddannelsen og de faglige krav. Jeg har fået en rigtig god støtte i min mentor Anders. Han hjælper mig med at planlægge og koordinere studiet og at prioritere opgaver. Han giver mig faglig sparring, eller vi tager en snak, hvis jeg har brug for det. Det er mig, der siger til Anders, at jeg synes, vi skal mødes, eller at jeg har brug for hjælp. Det er den måde, vi har valgt at gøre det på. Og det fungerer rigtig godt for mig," siger Torben, som ser lyst på fremtiden. Han er forlovet med sin kæreste og ser frem til 12 ugers praktik i Værdipapircentralen.

"Min historie bekræfter jo, at man skal være åben og sige noget højt, så man kan få hjælp og støtte til uddannelse. For der er hjælp at få. Men du er nødt til selv at være åben om dine problemer og behov."

» **Jeg tror ikke, jeg havde fået samme hjælp, hvis jeg ikke havde fortalt om mine psykiske problemer**