

Cecilia Bergstedt

Hem känslor

**GÖTEBORGS
STADSMISSION**

Innehåll

3	Förord
5	Hemkänslor – samtal och tankar om att skapa ett hem
7	Vad är ett hem?
10	Tillhörigheter – tingen och tillhörigheten
17	Yttre och inre rum
22	Otrygga rum
27	Återtagna rum
31	Distraktioner
34	Tillhörighet
40	Kulturell tillhörighet
42	I exil?
44	Att känna sig hemma – slutord
46	Referenslista
48	Metod
49	Hemkänsla och Bostad först – idéer om komplement till modellen
51	Författarens tack

Förord

Grundtanken med Bostad först är att erbjuda personer som är hemlösa – och som ofta har någon form av beroendeproblematik i kombination med psykiska besvär – en lägenhet. Det som erbjuds är alltså en lägenhet; det som återstår för personen att göra är att skapa ett hem. En lägenhet är inte per definition ett hem, det är en tom yta utan innehåll som begränsas av yttre väggar. Vi som arbetar med Bostad först kan inte erbjuda någon ett hem. Ett hem är det som invånaren skapar. Det är där den verkliga utmaningen ligger – att förvandla en lägenhet till ett hem.

Under de år jag har arbetat med att stödja personer i Göteborgs Stadsmissions Bostad först-verksamhet har det gradvis gått upp för mig hur mycket som tas för givet när vi pratar om ett hem. Vi har alla våra personliga referenser och föreställningar, och inte sällan utgår vi från att de delas med andra. Men vad är egentligen ett hem, och hur skapas det? Vad är det som ska till för att få lägenheten att bli ett hem? När vi verkligen börjar tänka efter är det en mängd faktorer som påverkar om en plats känns som ett hem eller inte. Vissa av dem är materiella, andra mer känslomässiga. Några är relativt lätta för oss att påverka, medan annat står utanför vår makt.

När någon som under lång tid inte haft en bostad blir erbjuden en Bostad först-lägenhet kan det på sätt och vis verka så enkelt. Med tillgång till en lägenhet kommer säkert känslan av att vara trygg och att få vila och återhämtning att infinna sig nästan omgående. Att äntligen få låsa en egen dörr och sova i en egen säng kan väl inte medföra några större bekymmer? Liknande tankar tror jag är vanliga både hos vi som arbetar med Bostad först och hos dem som flyttar in. Men i mötet med grannarna kan det bli tydligt hur många outtalade regler och uppfattningar som finns om vad, var och när vi förväntas göra olika sysslor i våra hem. Omgivningen kan dessutom ha åsikter om allt från hur den nya hyresgästen ser ut till vilka de umgås med. Allt det här gör att för de allra flest är flytten till den nya lägenheten starten på en lång och mödosam process som kan innehålla oro, misslyckanden, besvikelser och ensamhet.

Med bakgrund som socialantropolog har de här processerna som sätts igång hos hyresgästerna väckt mitt intresse. Vad menar vi när vi pratar om hem? Vad är det för utmaningar som de här personerna ställs inför och som de behöver genomgå?

Varför är det inte bara enkelt och skönt att äntligen få en lägenhet?

Jag har även inspirerats av psykoanalytiska tankar som ett komplement till det antropologiska perspektivet. Medan antropologer intresserar sig för de sociala sammanhangen vi befinner oss i, så bidrar det psykoanalytiska perspektivet till att fundera över hur våra personliga erfarenheter och minnen påverkar oss i vårt hemskapande. Om det är något som vi alltid tar med oss in i våra hem så är det allt det vi varit med om tidigare.

Tanken väcktes att jag skulle vilja fånga upp hyresgästernas upplevelser av att försöka skapa ett hem och skriva om det utifrån ett perspektiv som speglar hur mångbottnat och svårt det kan vara. De här funderingarna resulterade till slut i den här essän som kom till i samtal med några personer som bor i Bostad först-lägenheter. Syftet är att försöka att närma sig de här frågorna baserat på deras erfarenheter.

Hemkänslor – samtal och tankar om att skapa ett hem

Ett fyrvåningshus i en göteborgsförort. Huset är av rött tegel med inglasade balkonger, byggt i mitten av 1960-talet. En lägenhet, ett rum med sovalkov och ett avlångt kök där ett litet matbord och ett par stolar precis får plats. M flyttade in för några veckor sedan. Vi står mitt i det nymöblerade rummet. När det blev dags att flytta in hade vi varit på Ikea där M köpt en soffa, ett soffbord, gardiner till rummet och två gröna växter. Sängen, en byrå, två stolar och ett köksbord hade han fått ta med sig från sitt senaste kommunala boende. Säckar med kläder hade M också haft med sig från boendet, och några saker hade hans mamma tagit hand om under tiden. Jag frågar hur det är i lägenheten. "Det är så tyst här" säger M. "Åh, va' skönt" blir mitt omedelbara svar. "Det är skitläskigt. Inte ett ljud från grannarna. Det är som att de väntar på att jag ska göra något fel."

Det här var inte vad jag hade väntat mig. Kanske var det då jag slogs av hur olika vi kan uppfatta känslan i vår bostad. Mitt svar var spontant och oreflekterat. Tänk så skönt med en lägenhet där grannarnas och omgivningens ljud inte tränger in och stör ens ro. Där de egna ljuden får ange tonen. Det var inte så M uppfattade tystnaden. För honom var det en obehaglig tystnad som tydde på att grannarna förväntade sig att han skulle begå misstag. Vad det skulle kunna vara för misstag kunde M inte riktigt precisera, och det var nog en bidragande anledning till M:s obehag. Det var som att det fanns förväntningar och krav som var outtalade och som han skulle bli varse först när det var försent. Eller som att grannarna anade att han inte skulle hålla måttet och bara väntade på att det skulle besannas. M kände sig ofta påpassad. Ibland berättade han att han var säker på att andra blängde snett på honom och att de bildade sig en uppfattning om hur han var, men som inte stämde. Ibland handlade det om att andra tyckte han såg farlig ut, fast han ville vara en schyst person som var hjälpsam och rolig.

Andra gånger berättade M att han inte blev behandlad med respekt, att andra inte förväntade sig att han skulle göra något rätt. När han var arg vände han ofta ilskan utåt, mot personer i hans närhet, mot andra runtomkring och mot samhället i stort. M sa att han inte tänkte bli någon vanlig Svensson, han tänkte göra sin grej, röka på och leva som han ville. När han var besviken på sig själv frågade han sig varför han inte klarade sådant som andra verkade klara utan större problem: hålla sig nykter och ha ett jobb.

M bor inte kvar i lägenheten längre, trots att han i ibland sa att han trivdes och att den var viktig för honom. I perioder fyllde M lägenheten med "fynd" som han kommit över. Saker som kunde vara bra att ha, som skulle gå att laga eller som ingick i kommande och pågående "konstnärliga" projekt. Det hände att även jag tyckte att de här projekten antog intressanta former, men i stunder

av klarhet kunde vi också enas om att det inte sällan gick över styr och var resultatet av "pundande". Till slut försvann perioderna när saker forslades bort från lägenheten och det öppnades upp ytor så att det gick att städa och ha en överblick över det som fanns där. Istället fylldes det på med mer och mer grejer. De gånger jag var hos M och det var som mest saker där, kändes det nästan som att jag var i en annan värld, fylld av främmande föremål och där andra ordningar gällde.

En sista gång lyckades M – med hjälp av en väninna – röja upp och få lägenheten att se begriplig ut för två besökande representanter för kommunal förvaltning och bostadsbolag. Men då hade redan lägenheten blivit en plats dit personer kom och gick under dygnets alla timmar. Händelser runt lägenheten – främst att påverkade personer rörde sig i trapphuset, saker bars till och från lägenheten och att någon försökte slå in M:s ytterdörr – gjorde att grannarna uttryckte rädsla. En eftermiddag ringde M och sa att någon höll på att krossa hans rutor och att han kände sig hotad. Polisen var på väg. Uppsägningen var ett faktum. Det som hade kunnat bli ett hem blev inte det. Gränserna mellan tryggt och otryggt, kaos och ro, eget och andras hade luckrats upp. Vid den här tidpunkten i livet förmådde M inte skapa sig en plats där han kunde känna sig hemma, varken i lägenheten, i samhället eller i sig själv.

Samtalet med M, där han uttryckte obehag över något som för mig framstod som det motsatta, gjorde att jag började fundera på vad ett hem och hemkänsla egentligen är, och vilka faktorer som påverkar om vi känner oss hemma i en bostad eller inte. I början berättade M att en egen lägenhet var betydelsefullt för hur han ville att livet skulle se ut i framtiden. Men istället för ett hem uppstod kaos och otrygghet.

Mötet med M och andra personer som inte funnit sig tillräta i sina lägenheter, som inte kunnat bo kvar, eller som kämpar för att kunna det, har gjort mig intresserad av hemskapandet. Det har blivit tydligt att det krävs mer än tillgång till en lägenhet för att känna sig hemma.

För att undersöka det här närmare intervjuade jag sju personer som bor eller har bott i en Bostad först-lägenhet med stöd från Göteborgs Stadsmission¹.

1. Bostad först innebär att en person som är hemlös, och där det inte fungerat bra med andra boendeformer, blir erbjuden att hyra en lägenhet i andra hand av Exploateringsförvaltningen. Ofta har personen en missbruksproblematik – inte sällan i kombination med någon form av psykiska problem. Personen behöver ha ett ärende hos Socialtjänsten eftersom Bostad först är en biståndsbedömd insats. Ett villkor för att få en Bostad först-lägenhet är att personen tar emot stöd, exempelvis från Göteborgs Stadsmission. Stödet utgår främst från att personen ska kunna bo kvar i lägenheten. Personen får möjlighet att hyra lägenheten i andra hand under 18 månader. Om hyresgästen under den tiden betalat hyran i tid, inte stört sina grannar och vårdat sin lägenhet så får personen skriva ett förstahandskontrakt. Uppstår problem under de 18 månaderna kan det bli fråga om att förlänga tiden som andrahandshyresgäst. Är problemen tillräckligt stora, dvs om hyresgästen brutit mot hyreslagen, så kan det bli fråga om uppsägning.

Den här essän bygger på de samtalen. Två av dem har vid det här laget skrivit förstahandskontrakt och hyr sin lägenhet på samma premisser som alla andra, de andra hyr fortfarande i andra hand. Under intervjuerna har vi tillsammans undersökt och funderat över vad som påverkar hur det känns för dem i deras lägenheter, när det känns som hemma och när det inte gör det. Under samtalen har några teman framträtt som verkar vara avgörande för hemkänslan.

Vad är ett hem?

Vi har alla en uppfattning om vad ett hem är och förmodligen tänker vi inte så mycket på vad det betyder just för att det är så självklart. När någon säger "nu går jag hem" eller "jag är hemma" så ser vi det framför oss utan att reflektera. I vår del av världen är vi vana att tänka på ett hem som en plats som omges av väggar, med minst en dörr och oftast ett fönster eller fler. Det kan vara ett fristående hus, eller en del av ett hus. Hemmet är privat och där kan vi dra oss tillbaka från omvärlden. Både vi och våra saker är skyddade. Psykoanalytikern Agnes Heller menar att en av mänsklighetens längsta traditioner är att betrakta en eller möjligen ett par platser som hemma, och att "hem" förmodligen är ett av få konstanta inslag i mänskligt liv. Istället för att tolka detta bokstavligt – vi har ju en lång historia av omkringströvande jagande och samlande, och nomader finns fortfarande – tänker jag mig ett allmänmänskligt behov av att känna sig hemma, trygg och hemtam, både i de yttre rum som omger oss och i våra inre, själsliga, rum.

Vår uppfattning om våra hem och hur de ser ut har växt fram under historiens gång. De speglar den tid och kultur som omger oss och som vi alla behöver förhålla oss till, både som individer och som samhällsmedlemmar. Att hemmet kan skapa känslor av trivsel, eller säga något om invånarnas personlighet, är relativt nytt. Witold Rybczynski är professor i arkitektur och han hävdar att den europeiska idén om hemtrevnad har funnits i lite mer än trehundra år, med början bland urban Nederländsk köpmannaklass. Form och funktion har varierat, men tanken att hemmets interiör kan skapa trivsel och intimitet tog då sin början. Hemmet hade även innan varit en plats för husliga sysslor, men runt 1600-talet började rummen med sina föremål befästas med ett eget värde. Innan hade det varit ett flöde av människor, saker och aktiviteter genom huset. Nu började husägarna att utveckla ett medvetande om interiörens betydelse för att skapa en atmosfär som blev en del av hur familjen presenterade sig för omgivningen. Tanken var nu att familjekänslan skapades i samklang med husets inre. Hemmet hade börjat materialisera en atmosfär.

Steket är nu inte långt till att koppla hemmet till familjens moral. Sedan det borgerliga hemmet börjar ta form i norra Europa på 1700-talet, har familjer eller personer som inte har något hem ofta setts som suspekta. Att inte ha en fast plats och en boning som kan skydda familjemedlemmarna från andras blickar på offentliga platser har setts, och ses, som tecken på sociala och moraliska brister. Antropologen Allen Abramson ser en koppling mellan plats, hus och kroppar. Dessa tre faktorer, menar han, skapar en enhet och en acceptans runt vår existens. I de flesta nutida samhällen betraktas kopplingen till en plats som en förutsättning för ett ordnat liv. En kropp utan ett hem är en avvikelse från normen och betraktas ofta som främmande och till och med hotfull.

Personer utan koppling till en plats behöver ofta leva sina liv i samhällets publika rum och kan därmed inte ta hänsyn till den tydliga skillnaden mellan det offentliga och det privata som framväxten av borgarklassens idé om hem drog upp. Etnologen Rebecka Lennartsson beskriver hur hemmet och gatulivet började ställas i kontrast till varandra i 1800-talets Stockholm. Gatan förknippades med risk, sedeslöshet, anonymitet, det flyktiga och röriga, medan hemmet stod för kontroll, ordning, lugn, och det beständiga och intima. Det är i hemmet goda samhällsmedborgare skapas. Men, påpekar Mikkel Bogh, som är chef för Statens Museum for Kunst i Köpenhamn och som skriver om hemmets representationer i konsten, ett hem kan också vara en plats där motstånd mot normer, regler och lagar kan bedrivas och få en plats. Det som sker innanför hemmets väggar kan från ett statsperspektiv framstå som svårkontrollerat och därmed "hemligt" och hotande. Detta blir exempelvis tydligt i samhällets vilja att kontrollera och reglera allt från markanvändning till ägande och besittningsrätter för hus och hem. Vem som bor var är viktigt, både för samhället och för den enskilda individen. Hemmets utformning och hur vi bebor det kan förmedla både att höra hemma och att inte göra det. Vi kan fråga oss om hemmet kan vara en frizon för den som inte känner sig tillfreds i samhället, eller om samhällets normer sträcker sig in i hemmet och kontrollerar invånaren.

Det som sker innanför hemmets väggar är ofta de mest intima och privata delarna av våra liv. Enligt psykiatern och psykoanalytikern Clarence Crafoord känner vi oss omslutna av våra hem och de förknippas med vila och lustfyllda aktiviteter. Platser som kök, sovrum, badrum och toalett gör oss påmind om våra behov och erbjuder oss möjlighet att tillfredsställa dem. Han menar att känslan av att komma hem påverkas av minnesfragment från den tid vi tillbringade i moderskroppen, där vi hade allt vi behövde och förnöjt vilade i trygghet. Även psykoanalytikern Sigmund Freud kopplar ihop moderlivet med bostadshuset och ser huset som en slags ersättning för vår allra första boning, där vi kände oss trygga och tillfreds. Förmodligen, menade Freud, längtar vi på

något vis alltid tillbaka dit igen. Efter moderlivet är barndomshemmet den första platsen för våra liv och många är de författare, tänkare och konstnärer som kommer tillbaka hit i sina verk.

Författaren Per Olov Enqvist återkommer i flera av sina böcker till det gröna huset i Sjön, Hjoggböle, och i den självbiografiska boken Ett Annat liv beskriver han hur han i tankarna är tillbaka i sitt barndomshem och går igenom husets alla detaljer bit för bit för att inte tappa sig själv helt i sin alkoholism. Crafoord hävdar också att barndomshemmets utformning, alla utrymmen och saker, de personer och den atmosfär som fanns där, sitter djupt inristat i oss under hela våra liv. Det kommer aldrig att finnas andra platser och rum som är lika betydelsefulla för oss. De känslor och minnen som skapas i vår barndoms rum återkommer vi alltid till och de kommer att präglade innehållet i våra inre rum.

Även de saker som finns i våra barndomshem kommer vi att förknippa med människor, relationer och stämningar från våra tidigaste år. I mitt hem finns det en hel del saker som blev mina efter min farmors död. I ett köksskåp finns en hel servis som hon och farfar skaffade på 1950-talet och som jag använder när det är lite högtidligt. Köksbordet och stolarna kommer också från farmor och farfar, så vid varje måltid är de på sätt och vis också närvarande. När jag sitter och skriver det här betraktas jag över axeln av en rad släktingar vars foton står överst på min bokhylla. Det är några av de sätt som min barndom befolkar mina nuvarande rum på. När jag kommer hem kan vi också säga att jag återkommer till delar av mitt barndomshem. Men det mesta har jag skaffat själv under årens lopp och nu delar det på utrymmet med de saker som min sambo hade med sig och det vi skaffat tillsammans. En hel del av våra intressen går att gissa sig till genom att titta sig omkring i vårt hem. De saker vi väljer att ha i våra hem kan på så sätt säga något om vilka vi är. Crafoord uttrycker det som att vi delger oss själva och vår historia till vår omvärld genom att låta andra ta del av vårt hem och de föremål som finns där.

Kopplingen mellan vår ombonade tillvaro som ofödda i moderlivet och vårt hem utgår från att hemmet är en trygg plats där vi känner oss väl till mods. Och trygghet verkar vara bland det första, och ofta det viktigaste, som förknippas med ett hem. I radioprogrammet "Känslan av ett hem"² pratar filosofen Jonna Bornemark och psykologen Maria Ferm om känslan av ett hem. Båda nämner trygghet först, att det är en plats som erbjuder oss skydd. Bornemark lägger till en viktig faktor för att känslan av trygghet ska infinna sig, nämligen att hemmet omges med förutsägbarhet, att vi vet hur saker och ting fungerar i och runt vårt hem.

2 Kropp & själ, Sveriges radio P1 från 20200407.

Heller är inne på samma linje när hon skriver att känslan av förtrogenhet är den viktigaste komponenten för att vi ska känna oss hemma.

Men hon frågar sig också om hemmet nödvändigtvis är, eller har varit, så behagligt:

Den förtrogna gesten kan vara handen som höjs till slag. Färgen kan vara mörk och grå. Hemma är där vi grät men ingen hörde oss, där vi var hungriga och frös. Hemma var den lilla cirkeln som man inte kunde bryta sig ut ifrån, barndomen som verkade oändlig, likt en tunnel utan slut.

Hemmet kan vara en plats där vi känner oss obekväma, där det finns problem och där vi känner att vi inte passar in. Hem, hemsk och hemlig är besläktade ord och i radioprogrammet påminner Bornemark oss om att det som sker i hemlighet, bakom hemmets stängda dörrar dit andras blickar inte når, kan vara just hemskt.

Så vad är då ett hem? Kulturgeograferna Robyn Dowling och Kathleen Mee föreslår att ett hem både är en fysisk plats och en uppsättning känslor. Hemmet är sammansatt av sociala, emotionella, fysiska och materiella komponenter. Till skillnad från vilket hus som helst, är ett hem alltså fyllt av känslor, minnen, förväntningar och relationer och är därför djupt meningsfullt. Det blir en del av oss själva, en andra hud, en förlängning av hela vårt varande – kroppsligt likväl som själsligt. Ett hem är inget som bara finns, utan något vi skapar hela tiden genom våra minnen, erfarenheter, tillhörigheter, handlingar och framtidsplaner³.

För några betyder hemmet trygghet, intimitet och tillhörighet och blir en bärande del av välbefinnandet. För andra kan hemmet komma att bidra till fara, skräck, obehag, främlingskap och avvisande.

Tillhörigheter – tingen och tillhörigheten

Att flytta gör oss ofta extra medvetna om de saker vi har, allt vi samlat på oss under årens lopp. Flytten kan vara ett tillfälle att rensa ut och kanske skaffa något nytt, något som speglar vårt nuvarande liv bättre än de gamla sakerna. Eller till och med står för drömmen om vem vi önskar vara – förhoppning om att den rätta inredningen kommer att föra oss lite närmare den vi vill bli. Genom att skapa en personlig hemmiljö som visar upp vilka vi tänker oss att vi är, göder vi drömmar om "det rätta livet". De saker vi väljer att omge oss med är fyllda med markörer om status och klass, och i vilken livsfas vi befinner oss. Kanske vill vi

3. Jfr. Iris Levin, 2016.

bevara saker som tillhört familjen och skapa trygghet och kontinuitet, eller så är det dags att rensa ut och ge plats för något nytt.

Tingen i våra hem kan betraktas som ett slags vittnen och följeslagare genom livet. De omger oss och utgör sceneriet till det som händer. På så sätt ingår saker i våra livsberättelser, som påminnelser om händelser och personer. Sakerna i våra hem kan betraktas som identitetsförstärkande och när andra rör runt bland våra saker känns det ofta som att det också är vår person som berörs. Vi kan ladda nya saker med betydelse och vi kan "ladda ur" dem när något spelat ut sin roll och vi vill gå vidare. Att möblera ett hem en gång för alla, så som var vanligt för bara ett par generationer sedan, är nu snarare en avvikelse. Nu har konsumtionssamhället lärt oss att skaffa nytt när vi vill förändra oss. När scenariot känns trist så köper vi oss ett nytt och bättre. Andra propagerar för minimalism, att bara omge sig med saker som gör oss glada och göra oss av med all plottrig röra.

Allt det här bygger på att vi har möjlighet att göra val när det gäller våra hem och våra tillhörigheter, att vi har kontroll över vad vi har, var våra saker finns och om vi vill göra oss av med dem eller inte. Det bygger också på att vi råår över när och vart vi vill flytta och att vi har, och har haft, det som behövs för att aktivt välja hur flödet av saker i våra liv ska se ut. Vårt hem och de saker vi omger oss med – eller inte omger oss med – gör oss tillgängliga för andras tolkningar och bedömningar av vilka vi är, och de berättar också saker för oss själva. Inför detta kan vi vara olika sårbara och ha olika mycket kontroll.

*

Betydelsen av tillhörigheter för att känna sig hemma var något som kom upp i alla samtalen. T och jag sitter i hans kök och jag börjar med att fråga:

- Känner du dig hemma här?
- Nu börjar jag göra det, men från allra första början var det jobbigt. Jag har bott på så många hem, eller boenden, det var inget roligt. Jag visste inte vart jag hörde hemma. Och så gjorde jag bort mig på hemmen. Jag vet inte varför, inte för att åka därifrån, men det blev så.
- Du sa att det tog ett tag innan du började känna dig hemma. Nu har du bott här i över fyra år...
- Är det så länge?
- Ja, men nu börjar det kännas som hemma, varför det?
- För att jag har fått upp saker på väggarna, kopparsakerna från min morfar och hans gamla kopparkittlar.

- Är det saker som betyder något för dig?
- Ja. Jag älskar min dator och min teve, saker som jag har fått kämpa mig till. Det är en dyr dator som jag skaffat gradvis, men de är skit egentligen jämfört med den här gipstavlan, till exempel, som är nedtagen ovanför en port på Vasagatan. Det var min pappa som tog ned den, och häromdagen fick jag veta att min mamma varit med och hjälpt till att ta ned den. Det gör så mycket att ha de här sakerna, som mina skrin och mina lakan. Jag gillar gamla bomullsgrejer, gamla lakan. De är från min morfar som ägde en syfabrik och ett vattenkraftverk. Ingen rikemansfamilj, han hade skulder och så, som alla andra har, men han var direktör. Jag har skinnat hela släkten, frågat om de har några gamla påslakan och örngott. [...]
- Hur har du lyckats behålla alla dina saker genom alla boenden?
- Jag har packat ned saker så mycket som möjligt, jag och min mamma. Och jag har fått saker av min mamma, för hon vet att de försvinner inte. Men jag har egentligen haft mycket, mycket mer saker. Men jag har blivit av med mycket. Här också har saker blivit stulna av personer som har fått sova här. Det är jobbigt.
- Hur påverkar det hur det känns här?
- Det känns jädrigt jobbigt. Det här är ju mitt hem. Skända inte mitt hem. Jag kan bli ursinnig. Och jag är inte den som slåss och bråkar, men får jag svart på vitt att någon har tagit något, då är det bara: "Ut, ut här ifrån!" Det känns lite som en våldtäkt för mig. Det är viktiga saker (visar ett Höganäskrus med pennor i som står på köksbordet och en något skamfilad trebent kaffekanna av koppar).
- Du sa för inte så länge sedan att du hade funderat på om det är så här ett hem ska se ut.
- Ja, jag frågade (en vän) för några dagar sedan när vi städade. Jag är fyrtioåtta år, ser ett hem ut såhär? Med massa grejer (pekar på en hög- blank kolv från en motor som ligger på mikron), små troll... Han sa "är det ett hem för dig, tycker du att det är ett hem?" Jag bara "ja". Han: "ja, då är det ett hem". Men jag tänker om en tjej flyttar in...
- Tänker du att hon skulle tycka att det ser märkligt ut?
- Ja, att det kanske är lite väl mycket pryttlar och prylar och grejer överallt.
- Men det här är din stil, det du gillar?
- Ja.
- Men du funderar ibland på om andra skulle tycka att det ser lite konstigt ut här?
- Inte den här väggen (köksväggen med kopparsaker uppsatta), tror jag inte i alla fall. Men jag vet inte. Hemma hos andra är allting så stelt. Jag pratade med mamma och hon har målat om ett gammalt skåp och jag tycker det ska behålla sitt utseende. Det är snickarglädje och det är själ i det, och då ska det vara så. Annars kan man åka till Ikea och köpa bokhyllan Billy. Jag gillar snidade saker, som med skrinen, men det får inte vara en massa snäckor och så för då är det plottrigt.

För T finns föremålen där för att skapa känslan av ett hem. Han har en hel del saker som han kopplar till sin egen och sin familjs historia. Sakerna bidrar till att väcka minnen och känslan av att höra till. När T funderar på de föremål som betyder något i hans hem så är de kopplade till både positiva och negativa känslor och minnen. Han blir påmind om sina föräldrar och när de var tillsammans och att han är en person som, trots lång avsaknad av ett eget hem, kan vårda och bevara vissa saker. Dessutom uppskattar han hantverksskicklighet och det som gör ett föremål unikt – hellre ärvda lakan och handsnidade skrin än massproducerade bokhyllor. Sakerna påminner också om sådant som inte längre finns kvar, som gått förlorat i flyttar, i en brand och genom att andra har tagit dem. Olika former av saknad både motverkas och stärks av de föremål som fortfarande finns kvar.

T:s saker utgör ett sätt att visa vem han är och det väcker en del ambivalens. Å ena sidan känner T en stolthet över sin historia och sin egen estetik. Men det finns också en sida som funderar över om hans egen stil skiljer sig från en mera gängse uppfattning om hur ett hem ska se ut. Viljan att smälta in, och kanske en förhoppning om att någon annan en dag ska vilja dela hans hem, ställs mot känslan av att stå emot normerna och visa fram sin egen personliga stil.

*

En person som säger sig möblera efter eget tycke och smak är S. När vi möts för första gången, innan jag besökte honom i lägenheten, berättar han att det nog är lite bohemiskt hemma hos honom och att han inte tycker om att möblera som alla andra. Han berättar att han, till skillnad från majoriteten, valt att inte möblera med teven som utgångspunkt – så att det står en soffa, en fåtölj och ett bord som alla är riktade mot teven. Då blir det så osocialt. När S berättar om sitt hem förstår jag att det varken finns mycket saker eller möbler där. Han berättar att många har frågat om han inte ska ha lite mer grejer i sin lägenhet, men han svarar alltid att det får ta sin tid. Men tiden rinner lätt iväg. I hans fall kan "ett tag" vara flera år, berättar han. S säger att för honom är det inte viktigt att ha fler saker eller möbler nu. Han känner sig hemma som det är och spenderar mycket tid i lägenheten som han bott i snart ett år.

Den förra Bostad först-lägenheten behövde han lämna, men där hade han nästan inga möbler alls, berättar S. Han tyckte vardagsrummet var allt för stort och fyrkantigt och visste inte hur han skulle möblera det. Rummet kändes "opersonligt, monotont och kantigt". Han beskriver lägenheten som typisk för miljonprogrammet och alla hus i området såg i princip likadana ut. Där han nu bor är planlösningen lite ovanlig, rummen är mindre kantiga och monotona. Både själva huset och lägenheten skiljer sig något från de allra vanligaste i området.

S räknar upp de möbler som nu finns i lägenheten: en säng och ett köksbord med två stolar som han köpt för första halvan av möbelbidraget. Den andra halvan, låter han mig förstå, gick till andra saker. Dessutom har han en divan och en fällbar fåtölj i svart skinn som eventuellt hör ihop med varandra. S är nöjd med dem och de skaffades inte nya. Han föredrar äldre möbler som har en historia. Snart ska S, genom kontakter, få ett sängbord, en hylla och en golvlampa. Sängen, säger S, köpte han på Ikea. Det tycker han är tråkigt, för deras möbler är opersonliga och har ingen historia. De är kantiga och stela. Med bara Ikea-sängen känns sovrummet lite för stort, sängbordet behövs för att fylla ut lite. Om sängen stod mitt i rummet, med huvudgaveln mot en vägg, tror S att han skulle trivas bättre, men det skulle ändå bli tomt på ena sidan av sängen.

Det är tydligt att S inte känner sig bekväm med att bo i kantiga rum med "monotona" ytor och att det inte är självklart hur rummen ska fyllas – eller ens om det går och är önskvärt. Om S fick möblera ett stort rum – ett vardagsrum – precis som han ville så skulle han ha hörnhyllor i varje hörn, sådana som står på golvet och sådana som sitter på väggarna, både små och stora, säger han. Då skulle rummet få en egen intressant form. I en tidigare lägenhet berättar S att han hade placerat möblerna lite hur som helst i rummet. Andra som kom dit frågade om han inte skulle möblera ordentligt, men S tyckte inte att det behövdes. Dessutom visste han inte riktigt hur han ville ha det, eller hur han skulle göra för att det skulle bli bra, och då lät han det vara.

Här smyger sig en osäkerhet in. Hur ska ett hem se ut? S berättar att minst tio tavlor står i hans hem, men han vet inte hur han ska sätta upp dem. Skulle han göra det själv, funderar han, skulle de hänga hur som helst, stora och små om vartannat och på olika höjd. "Det skulle se förjävligt ut." Förmodligen, säger S, skulle jag trivas bättre om tavlorna inte hängde hur som helst. Osäkerheten gör att han avvaktar med att sätta upp dem. "Jag tror att jag saknar estetiskt sinne" säger S och jag invänder. S vet uppenbarligen en hel del om hur han vill ha det, men säger ännu en gång att han känner sig osäker och därför skjuter på inredandet.

Precis som T, har S erfarenhet av att ha blivit av med saker från tidigare bostäder. Personer som varit på besök har tagit med eller förstört grejer. Annat har försvunnit i planerade och oplanerade flyttar. När jag besöker S hemma berättar han att de få prydnadssaker och möbler han har är skaffade sedan han flyttade in här.

Även C har skaffat det mesta som finns i lägenheten sedan han flyttade in för ungefär två år sedan. Till skillnad från S har C inga problem med att fylla rummen. Tvärtom är hans utmaning att inte ta hem så mycket saker och att

istället få ut en del av det som just nu finns där. När vi träffas är C igång med att slänga och städa.

- Hur känns det nu i lägenheten?
- Just nu känns det kanonbra, har aldrig känts så bra. Det börjar bli... jag trivs.
- Vad är det som gör skillnad?
- Det börjar bli struktur på något sätt. Bara att det är städlat, att det inte ligger en massa prylar överallt – visst är det mycket prylar – men inte så mycket som innan. Jag har slängt massor och försöker att inte ta upp så mycket. Det är svårt ibland, med elektronik och kanvastavlor – de målar jag över med roller, för det är så dyrt att köpa nya. (C använder de rollade dukarna till att måla egna tavlor). [...]
- De saker som du har här nu, är det saker som du trivs med?
- Det är saker som jag hittat. Och de lamporna och den tavlan köpte du och jag när jag precis hade flyttat in.
- Om jag minns rätt så blev det inte som du hade tänkt dig när du flyttade in?
- Mina förväntningar sprack totalt när soffan var möjlig.
- Just det, den som stod i förrådet hos dina föräldrar.
- Ja, jag hade hela möblemanget där. Jag hade räknat med att ha den här.
- Så vad hände?
- Jag satt ju på en pinnstol här med ett litet bord med en liten dator på. Då kände jag att det var inte skoj. Det blev så ensamt. Det blev inte som jag planerat. Jag hade pratat med (dottern)⁴ om vilken säng hon skulle ha, men inget blev som planerat och jag blev så uppgiven. Det kändes så kallt och morsan och farsan motarbetade mig kändes det som. "Vi behöver inte köra allt på en gång", men jag ville ju ha allt. Helst skulle det ha varit gjort igår. Så känns det ibland.
- Så det blev inte som du hade tänkt dig?
- Så fort jag fick in den här soffan så blev det bättre. Och så mattan.

De rum som först var svåra att fylla och där ensamheten blev tydlig, har sedan genomströmmats av ett flöde av saker. Mest saker som C hittat i soprum, eller som han kommit över genom vänner och bekanta. Även C berättar att han blivit av med många saker från den här lägenheten. Och för några år sedan, när han och en före detta sambo blev vräkta, så blev han av med allt han hade. Långt senare lyckades han få tillbaka en hårddisk med foton. Allt annat, ett helt hem, var borta.

4. C har en dotter som han inte har vårdnaden om, men som han hoppas ska kunna besöka honom och sova över någon gång

– Har du något här som du haft med dig en lång tid, som betyder något för dig?
– Datorn (skrattar). Nej, men den tavlan har jag haft en stund. Jag hittade den på Järntorget och plockade ned den. Jag läste någonstans att det ska finnas fem som satt uppsatta i stan. (C pekar på en vit plansch där det står med svart: "Jag tänker fan inte ge upp" och som han själv ramat in).

– Är det den grej som du känner mest för här hemma?
– Jag vet inte, men den är lite peppig. Men ibland så har jag lust att slänga den åt helvete, när jag misslyckas.
– Men du har inte slängt den än...
– Nä, för jag tänker inte ge upp. Det har kommit så långt att jag har inget att förlora känns det som.

*

Jag besöker V, som bott i sin lägenhet i tre år och nu har förstahands- kontrakt sedan flera månader tillbaka. Vi pratar om saker och jag frågar:

– Har du några saker med dig hit som gör att det känns hemma?
– Nej, inga saker. Saker betyder inget för mig. Du ser ju själv, jag har inte mycket prylar.
– Nej, inte mycket, men du har ju ändå saker, det ser ut som ett hem.
– Men det är också för att visa utåt, för att visa att man inte är något jävla stolpskott, det är mycket det. Det sitter mycket i det, att man måste visa att man verkligen klarar av det här. Och då är det smågrejer, som att hänga upp lite tavlor och ha lite växter, hålla rent i köket. Det är normen liksom. Det har suttit i för mig, men det är inte noga. Det finns inga grejer som jag har en sentimental förbindelse med. Det enda som jag har haft så är det väl musiken i så fall, och det är ju inga grejer jag har på väggarna.
– Har du känt att hur du skulle vilja ha det har krockat med hur du tror att andra tycker att du borde ha det?
– Nej, jag har inte ens haft de tankarna. Jag har ju gjort det efter mitt eget tycke, inte vad jag tror att folk vill ha. Jag har gjort det som jag vet att ett hem ska se ut, men det är ingenting jag lägger stor vikt vid. Skulle det tas bort så skulle jag väl sakna det, men det är ingenting man märker när det finns där. Det är här för att det är här. Det fyller ingen direkt funktion, det fyller bara. Det är utfyllnad. Det är inte prylarna som gör människan. Det har jag lärt mig, allt är förgängligt. Saker kan man inte ta med sig någonstans.

– Har du förlorat många saker under årens lopp?
– Ja, jag har förlorat allt, allt, flera gånger om. Det är därför jag har märkt att det

inte är någon idé att lägga någon vikt vid materiella ting. Saker och ting kommer och går hela tiden. Det är bara så. Det gör även andra människor. Det enda som man har är sig själv.

*

O har bara bott ett par månader i sin lägenhet, den första som kan bli hans egen. Vi sitter i hans kök och pratar.

- Har du några saker som är viktiga för dig, för att du ska känna dig hemma?
- Nej, jag har skaffat mest nytt. Det mesta här är nytt för mig.
- Har du någon grej som du har haft med dig under tiden innan?
- Nej.
- Hur känns det att skaffa nya grejer då?
- Det är bara kul. Göra nya minnen liksom. Det känns bra att börja om på nytt.

*

Det är T som är unik här. Han omger sig av saker som väcker minnen från barndom och familjehistoria. De andra har inte med sig en del av sig själva och sitt förflutna i de saker som de omger sig med. S sade att han ogillar nya, kantiga Ikea-möbler utan historia. Kanske kan äldre sakers egen historia, även om den är okänd för den nya ägaren, bidra med att fylla rum som annars kan vara svåra att veta hur man vill fylla? Materiellt har ingen utom T något som de känner representerar någon form av ursprung. De har behövt börjat om från början, flera gånger. Det finns inte några saker som kan bidra med kontinuitet och en känsla av vem de är. För några känns de nya rummen kala och tomma. Det är inte självklart vad de ska fyllas med. Kanske, som V sa, har erfarenheterna visat att det inte är värt att fästa sig vid sakerna i hemmet. De har ju ändå en tendens att försvinna. Medan många av oss har haft hela bohag att flytta med oss från hem till hem, där vi själva valt vad vi vill ha kvar eller skaffa nytt, så har de flesta vi möter här inte kunnat göra sådana val. Deras bostäder och tillhörigheter har oftast varit temporära. I gengäld kan den nya tomma lägenheten göra det möjligt att, som O sa, skapa nya minnen – särskilt om många av de gamla är obehagliga.

Yttre och inre rum

När Jonna Bornemark i radioprogrammet ska definiera ett hem är det första hon säger: "hem är en förlängning av mig, min kropp". Hon menar att det inte finns någon tydlig gräns mellan kroppen och hemmet. Kroppen omsluts av

kläder, hus, kvarter och omgivning. De går i varandra utan tydliga början och slut. T verkar vara inne på samma spår när han säger att det känns som att bli skändad och våldtagen när någon stjälar saker från hans hem. Vår omgivning, hemmets väggar och sakerna därinne, är en del av oss och vi en del av dem. Det som händer där händer även oss. Konstnären Sirous Namazi berättar i samma radioprogram om sitt barndomshem i Iran som förintades och hur det rubbade hans förmåga att känns sig hemma någonstans. Han beskriver det som en mycket aggressiv handling som gjorde ett enormt intrång i den privata sfären eftersom det var familjens personliga ägodelar som förstörts. Detta bearbetar han som vuxen i sin konst, där han, med hjälp av sina syskon, bland annat rekonstruerat föremål från barndomshemmet ur minnet. En av anledningarna är att försöka återskapa känslan av ett helt hem och en hel familj igen.

Den första platsen vi utforskar är våra föräldrars omgivning och de första relationer vi har är med deras kroppar, påminner oss Crafoord. Genom dessa relationer upplever vi anknytning och förlust, separation och återförening, avstånd och närhet för första gången och, menar Crafoord, de här relationerna präglar också våra första uppfattningar om plats. Inte sällan är det just i hemmet som allt det här formas och tar sin början. På så sätt blir hemmet också platsen för våra inre liv, en plats där vi upptäcker oss själv i relation till det som inte är vi, det som är de yttre rummen – och det som är vi själva, de inre rummen.

Det finns med andra ord en ömsesidig relation där vår uppfattning om vilka vi är hänger samman med hur det är i våra hem.

*

V och jag pratar om att det inte är sakerna som får honom att känna sig hemma, det är andra kvaliteter. V berättar att han blivit av med alla saker han ärvde från sina föräldrar och mor- och farföräldrar.

– Jag var görsne för det länge. Men det var bara pryglar, det finns här uppe ändå (pekar på huvudet), jag kommer ihåg det ändå. Det är vad jag har här inne som betyder något (bankar på bröstet). Om någon skulle ta bort varenda möbel här så skulle det ändå vara mitt hem. Det som inte går att ersätta är hemmet och jag själv. Det är bara de två sakerna och det slutar vid mig. Det slutar alltid vid mig.

V berättar vidare om en träningslägenhet han hade i en annan stadsdel och som aldrig blev ett hem.

– Det var bara ett tillhåll. Där spelade ingenting någon roll. Skulle jag komma

hem och det var ett stort hål i väggen så skulle jag skita i det. Jag skulle inte bry mig, inte ens om det var någon annan som också hade flyttat in. Men här är det ett annat, här är det mitt. Här är det jag alltihop. Ingen annan har varit och petat i mina väggar. Jag har gjort precis allting själv.

S är inne på liknade spår när vi pratar om vad som är viktigt i livet. Jag frågar var på en sådan lista hemmet kommer och S säger att nu sätter han det tillsammans med sig själv, att de är lite ett och samma nu, han och hemmet.

Med andra ord kan vi tänka oss att det som händer hemma, på den plats som ska vara vårt hem, har stor inverkan på oss. Om någon går över gränserna till, eller i, vårt hem är det också våra gränser som överskrids.

Alla jag har pratat med har erfarenheter av att ha bott på olika kort- och långtidsboenden och i tränings- och referenslägenheter⁵. En sak som de tycker skiljer de boendeformerna från Bostad först-lägenheten är gränserna mellan den boende och personalen. På andra boenden har inte den boende själv kunnat sätta gränserna för när någon ska komma in. Inte sällan fanns det dessutom andra boende och besökare som också utmanade gränserna för det egna rummet. Det var svårt att ha kontroll över vilka som passerade över gränserna till det som skulle vara det egna.

En av anledningarna till att T ville prova Bostad först var att "ha något med en egen nyckel där ingen annan kan komma in utom jag. På boenden kan personal komma in när som helst och det känns inkräktande". Att personal bara dök upp oannonserade för att kontrollera och inte för att stötta är något som flera har tagit upp. V, till exempel, menar att "de var bara där för att kolla att du gör som de säger. Då kan man inte slappna av. Då kan man inte skapa sig ett hem, det går inte". När jag frågar O om hans erfarenheter säger han att det är "våldigt skönt att det inte bara kommer någon, riktigt skönt. Jag vill börja starta mitt liv. Nu kan jag göra det, fast jag är 37 år (skrattar), det känns skönt".

Att själv ha inflytande över vem och vad som kommer över gränserna är betydelsefullt för att känna sig hemma. V säger att det är viktigt att få göra misstag och lära sig av dem. När han kom som hemlös till andra boenden så...

– ... räckte det med ett enda misstag, kanske bara något man sa, så kunde man åka ut. Det går inte att bilda sig ett hem där. Det går inte att se en framtid. Man väntade bara på vad som skulle gå åt helvete idag.

5. Tränings- och referensboenden, eller lägenheter, syftar till att den boende får det stöd den behöver för att på sikt få referenser för att kunna söka eget boende. Vanligt är att personen efter referenstiden söker, och tillslut får, ett kommunalt kontrakt där personen hyr lägenhet i andra hand av Exploateringsförvaltningen med målet att, efter en tid, få ett eget förstahandskontrakt med fastighetsägaren.

Det var det jag hade i kroppen när jag flyttade hit. Nu är det borta, nu är det ingenting som kan gå åt helvete.

H, som tidigare bott i olika boendeformer, säger att:

–Skillnaden i den här lägenheten är att det inte är hot – ”tar du ett återfall så åker du ut” – och det gör stor skillnad. Nu kan man sakta bygga det till sitt eget. Även om jag tar återfall så åker jag inte ut och jag kan vara ärlig och säga som det är. Det handlar inte om drogerna nu, om jag ska ha mitt hem. Det handlar om att jag ska ta hand om min lägenhet, betala min hyra och inte ha en massa spring.

Två av de jag pratat med har så dåliga erfarenheter från andra boendeformer att det satt djupa spår i dem. De har fortfarande känslan av att det närsomhelst kan dyka upp personal hos dem för att kontrollera vad de gör och bedöma deras tillstånd. Det får dem att ofta vara på helspänn. J uttrycker det så här: ”De rör om i ditt eget, och de lär inte känna människan i sig. De antar mycket och jag säger ingenting alls från början, för jag är livrädd för hur de arbetar, hur det jag berättar möter deras arbets sätt”.

*

När de jag samtalat med får frågan vad de tycker påverkar hur det känns i lägenheten, när det känns hemma, kommer ordning, kontroll och överblick ofta upp som viktiga komponenter. Jag frågar T hur det är för honom. ”Att städa och göra i ordning” svarar han och fortsätter:

– Säg att man ligger i soffan och är lite däven, då känns det underbart att se att min lägenhet i alla fall är okej och jag kan släppa in vem jag vill. Jag går runt och pular och ställer i ordning grejer, räkningar, så att jag vet vart jag har allt. Då känns det mycket bättre, att jag har koll.

Enligt V är det:

– När jag har betalat hyran, när jag har betalat mina räkningar, då känner jag mig hemma! Då mår jag bra, då får jag en liten kick alltså. Att teven kommer att rulla på, ingen som tjötar om att jag kan bli vräkt eller något. Jag har koll på precis allting, det är det som gör att jag känner mig hemma, inte bara själva lägenheten.

H säger att saker inte är så viktiga för hur det känns, men:

– Det ska ju finnas saker som man behöver, det behöver inte vara pedant, men jag vill ha ordning och reda. Man ska kunna öppna vilket skåp som helst utan att få allt i huvudet. Jag till och med viker mina trosor. Jag är en sådan människa, men jag är inte pedant. Jag vill gärna ha ordning och reda, då trivs jag.

När C och jag pratar om vad som påverkar hur det känns i lägenheten just nu, så säger han:

– Det är nog mest att... nu har det ju inte varit städad så himla länge, men jag har planer för mycket. Det har jag inte haft innan. Bara att jag gjorde de här (pekar på två små taklampor som C hittat och gjort nya skärmar till). Det är så sjukt att det kan påverka så mycket att det är städad. Jag vill inte släppa in någon när det är som... alltså, jag tycker det är pinsamt när det är för mycket prylar och jag mår inte bra då. Jag vill ju ha det i ordning, men jag vill också ha mina prylar tillgängliga när jag behöver dem, som vid datorn och när jag målar. [...] Det har ju varit städad här, jag har ju fått sådana ryck, men sedan blir det inte att jag upprätthåller det.

– Vad är det som gör att du tappar det ibland?

– Det är ju så enkelt att ta med glaset när man går iväg. Men det känns som ett måste, det blir ett måste och alla måsten är jäkligt jobbiga.

– Kan man säga att det syns här hur du mår?

– Ja, det kan man säga. Förut så stod det knökat med ölburkar, men jag dricker inte så mycket nu och jag plockar alltid bort ölburkar när det kommer någon. Folk kan få för sig... det blir en annan blick än om det står tallrikar. Står det ölburkar så blir det sunkigt direkt, och man blir klassad, får jag för mig. Det behöver inte jag, och då plockar jag bort det. Ångesten är total ändå.

C är inte ensam om att se paralleller mellan hur han mår och hur lägenheten ser ut. Alla jag pratat med säger att det finns ett samband. Under perioder med försämrad psykisk hälsa – som ibland sammanfaller med återfall eller ökat drogbruk – blir disken stående och saker plockas inte bort, högar växer till sig. T och V, som bott längst och har egna kontrakt, är också de som tycker att de ändå håller ordningen skapligt, även under sämre perioder. T säger första att när han mår dåligt så "skiter jag i allting", men tillägger snabbt "men ändå inte så mycket, jag gör det per automatik, ställer i ordning". V menar att "det är fan i mej lika dant ändå. Jag är noga med det, att det ska vara undanplockat ändå. Visst, lite stök, men det går aldrig över styr, jag får alltid ihop det". Jag frågar om det alltid varit så och V svarar: "i den här lägenheten har det det, men inte innan, speciellt inte i Hammarkullen. Det var inte ens ett hem".

Utan tillgång till yttre rum som hjälper oss att hålla oss trygga påverkas möjligheten att känna sig hemma och att skapa trygghet i de inre rummen. Det finns en växelverkan mellan de miljöer vi omges – eller omger – oss med och våra inre klimat. När det inre är oroligt och ångestfyllt spiller det lätt över på den yttre omgivningen, och om det yttre upplevs rörigt och oberäkneligt påverkas även vårt inre i den riktningen. Förutsägbarhet och kontroll i de yttre rummen underlättar känslan av inre ro, det var alla ense om. Får vi våra yttre gränser överträdna gör det något med vårt inre.

Otrygga rum

Om vi nu tänker oss att ett hem förväntas vara en plats som är trygg och förutsägbar, så kan vi också tänka oss att motsatsen – en otrygg och oförutsägbar plats, inte känns som ett hem. Personerna som jag samtalat med har alla erfarenhet av det, när kontrollen förloras och gränserna överskrids. S bor nu i sin andra Bostad först-lägenhet. Den första låg i samma stadsdel som han fortfarande bor i, men på bottenplanet. Vid ett tillfälle, berättar S, kom det en person inklivande genom det franska fönstret. Med den här personen hade S gjort en affär, men skulden hade skrivits upp och de var nu oense om dess storlek. S säger att efter det här kunde han varken äta eller sova. På kort tid gick han ned tolv kilo. Det var omöjligt att slappna av. Efter ett par månader kunde S byta till en annan lägenhet. Den nya ligger på tredje våningen – ingen kan komma inklivande här, betonar han. Enligt S är det bara ett par personer som vet vart han bor nu och som har varit hemma hos honom. S säger att han inte har några problem med att säga nej och dra gränser för vilka som får komma in, men att det inte alltid varit så. På andra boenden har personer kommit in som inte respekterat hans nej och han har heller inte varit lika noga.

*

Hos C har hans nuvarande hems gränser blivit överträdna flera gånger.

- Har det funnits perioder när du har känt dig hemma här?
- Ja, ja, i början så. Tills det började gå, ja inte gå galet, men till det började komma in fel folk här. Sedan var det kompisar här som inte var kompisar egentligen. De stal saker, det försvann så mycket mobiltelefoner, varje gång var det som Bermudatriangeln. Jag visste egentligen vilka det var, men jag hade inga bevis. Jag är väldigt, ja inte konflikträdd, men jag orkar inte med intriger.
- Så det påverkade hur det kändes här?
- Ja, och ändå släppte jag in dem några dagar efteråt.
- Varför blev det så att du släppte in dem igen tror du?

– Jag trodde väl att det inte skulle hända igen. Jag kommer väl aldrig att sluta tro. Jag kan inte tro att alla ska stjäla eller ställa till det för mig. Jag måste tro att... annars kommer jag att sitta här själv.

C sätter ord på ett dilemma som han delar med flera av dem jag mött. Svårigheter uppstår i försöken att hålla oönskade personer borta utan att riskera att ensamheten blir för stor.

T och jag har prata mycket om det här under de drygt fyra år vi känt varandra. Nu frågar jag om det finns gånger när det inte känns som hemma i lägenheten.

– Ja, det gör det. De gånger jag har haft folk här. Jag känner att jag inte har något att säga till om då. Jag vet inte vad det är för något, men de tar över på något vis. Ändå är de snälla mot mig. Jag vet inte hur jag ska hantera det, för jag har svårt att säga ifrån.

– Vill du att de ska vara här ibland?

– Ja, då och då. Inte komma och vara här varenda jävla dag, som "soffliggaren" (en person som bott på T:s soffa några månader). Det är alldeles för länge, men jag vill inte att han ska behöva åka till Lilla Bommen som jag själv har bott på, eller Betelskeppet eller Tillfället. Men det börjar bli så att han måste iväg snart. Jag orkar inte riktigt. Efter du har gått så kommer jag att lägga mig på soffan och antagligen somna, för det är så skönt när han inte är här. Det är min barndomsvän och han är jättesnäll, men han har levt samma liv som jag har gjort. Det blir mycket skumma grejer, svårt att komma bort från det gamla livet för honom.

Innan "soffliggaren" flyttade in så hade T en annan person han känt länge boende på soffan. Under de år som T bott här har det ofta varit någon som i brist på ett eget hem haft T:s soffa som en fast punkt. Några veckor senare är vi hemma hos T och pratar om när det känns riktig bra i lägenheten. Då, säger T, har han en peng på fickan så att han kan köpa något gott att äta, kanske se en ny film och allra helst, drömmer T, med "en flicka att hålla om". Han fortsätter:

– Det enda som kan förstöra är att någon ringer på dörren, då förstör det hela min seans. Det är inte så att jag är helt borta, men jag går in i filmen så in i bänken, det är underbart. Om någon ringer på då och ber att få komma upp och visa något, någon skit. Men jag skiter i det. Men ibland så säger jag okej då, kom upp.

– Vad blir det för känsla då?

– Då blir jag orolig. Då vet jag inte om personen i fråga kommer att ta någonting, alltså några saker härifrån. Jag kan inte slappna av. Och vem är min vän? Jag har inga vänner längre. Han som har varit här längst och som jag känt längst, jag

vet ju att det har försvunnit grejer genom hans händer.

– Hur tänker du nu med att släppa in folk?

– Det ska inte bli något mer sådant. Det beror helt på vem det är. Men jag vet inte någon häromkring, någon i min bekantskapskrets, som inte håller på med något, testar lite.

Under vårt samtal ringer den person som först bodde på T:s soffa och fråga om han får låna duschen. T säger att han kan komma när jag gått.

– Hur känns det att släppa in honom nu?

– Så där. Vi är egentligen ovänner.

– Så varför släpper du in honom?

– Jag vet inte. Jag vill vara snäll. Jag vill inte vara ovän med någon. [...]

– Nu när "soffliggaren" inte ska bo här mera...

– Jag vet precis vad du tänker fråga. Hur kommer det att bli? Jag vet inte. Jag försöker hålla kvar (en tjej som bor över sedan förra helgen) så länge som möjligt.

– Känns det jobbigt att bo själv?

– Jag vet inte. Jag har inte hunnit känna efter, eller känna på det på riktigt. Jag vet inte. [...] Jag tänker väldigt mycket. Mycket, mycket tankar. Och jag har svårt att slappna av helt när jag sitter och tittar på film, för jag tänker att det ska komma någon, hela tiden nästan. Jag vill kunna slappna av som jag alltid har kunnat göra innan. Men då har det i och för sig varit hasch iblandat. Men det har jag märkt nu att det behövs inte. Det blir en extra boost med hasch om man tittar på film. Men det behövs inte nu. Det går utan det.

*

J och jag har känt varandra i över tre år. Under tiden har han haft två Bostad först-lägenheter, bost i akut jour-lägenhet och i en tränings- och referenslägenhet. Nu ska han förmodligen flytta igen, till en träningslägenhet i ett hus med enbart sådana lägenheter. Vi pratar om hur det var i den senaste Bostad först-lägenheten.

– Det slutade kännas hemma när vissa dök upp, av ingen anledning alls egentligen. Det var folk som kände (en tjej som bodde hos J då) hennes kille. Jag hade lärt känna honom på Lilla Bommen, vi umgicks också. Först slog de sönder hans bil mitt på dagen, och sedan är det någon av dem som kommer in i lägenheten – för det är någon idiot som inte har låst – och drar en hammare i huvudet på killen. Efter det blir det nerbajsat.

– Lägenheten kändes besudlad?

– Ja. Och att sådana människor vet vart jag bor, det gillar jag inte. Det blev skitobehagligt. Innan dess hade det känts skapligt, när vi började få i ordning.

- Skulle du bo själv om du flyttar till den nya lägenheten?
 - Det är väl tanken att jag ska bo själv. Jag har ju bott själv innan, i Gårda. Men jag har alltid folk runt omkring mig. Alltid är det någon. Jag hatar att vara ensam. Det förstår också mycket. Vissa fattar ju inte när man säger att det inte ska vara spring i trappen, och håller på och rycker i dörrar och fönster, eller vad som helst. Vissa är riktiga idioter, de står och ropar vid elva, tolv på natten.
 - Det låter som att det blir ett dilemma för dig, att det kostar dig en del att det är svårt att vara ensam i lägenheten.
 - Ja. I sista änden kostar det mig mitt boende, alltid.
- Vi pratar vidare om hur det kan bli på det nya stället och det visar sig att J ändå hoppas att en vän han känt länge, och som ofta bott till och från i de boenden och lägenheter som J haft, ska kunna bo med honom där.
- De finns vissa slitningar mellan dem...
- Men han är bra också. Han säger ifrån direkt om det är andra människor runt omkring. Om det skulle vara något. Det finns ju två rum, så det vore perfekt. Då kan vi ha varsitt rum.
 - Skulle det kännas bättre än om du var tvungen att bo där ensam?
 - Ja. Men vissa gånger behöver man ju vara ensam också. Det har jag ju fattat nu, efter lång tid.
 - Varför?
 - Jag har ju aldrig känt så där att gud vad skönt det skulle vara att vara ensam. Eller "åh, vad gott och äta middag nu" och så är man ensam.
 - Men du sa ändå att ibland behöver man vara ensam...
 - Ja, men inte mer än en kvart, tjugo minuter (skrattar till). Jag kan ju inte hjälpa att jag mår kassare än vad han gör. Så det är bra att ha honom i alla fall. Han har sagt att han kan känna min ångest vibrera i rummet ibland. Det är en av de mest fuckade grejer han känt.
 - Är det den där ångesten som gör att du tror att det skulle vara svårt för dig att bo själv?
 - Ja, ja, det tror jag. [...] Man ska inte behöva vara orolig när man är hemma, att någon ska knacka på dörren. Det är onödigt tänkande egentligen. Det skapar onödig ångest.
 - Vad kommer den där ångesten ifrån, tror du?
 - Det räcker väl med hammaren?!
 - Ja, det gör det. Det räcker med hammaren.
 - Folk är dumma i huvudet i den här stan, tro mig Cecilia.
 - Så känslan kommer också av att det faktiskt har hänt riktigt obehag- liga saker?
 - Ja, och den känslan följer med. Kommer man till en ny lägenhet eller ett boende och känner att "fuck, det här känns inte bra". Men man kan inte med att säga någonting heller oftast, så man bara tar det.

– Vad är det som påverkar mest? Är det hur du mår eller var lägenheten ligger?
– Det är måendet. Jag är ju känslomässigt störd, liksom, efter de här grejerna. Rädslor, liksom. Men man får inte vara kräsen. Jag oroar mig ständigt för att det ska knacka på dörren och att jag ska vara där själv. Folk som kommer och söker upp mig, oftast av fel anledningar. Rädd att det ska hända något. Det skapar det där med ensamheten. Att jag inte vill vara ensam. Och ooops så åker man bakåt i tiden och påminns om sådant som kan hända.

I längden har J inte kunnat bo kvar i de lägenheter som blivit besmittade av händelser och psykiska tillstånd som varit för obehagliga för att han ska kunna känna någon ro. Hittills har obehaget kommit ifatt J varje gång han har flyttat. Det uppstår ett dilemma för J där han har ett behov av att omge sig med människor för att hålla obehaget på avstånd samtidigt som samma människor också är de som för med sig obehagligheter. Det här gör att han har svårt att bryta mönstret.

*

Att omges av en kaotisk miljö medför oförutsägbarhet. I längden kan det göra att vi alltid är i beredskapsläge där vi förväntar oss att något hemskt ska hända. Om det hemska vi varit med om utspelat sig i vårt hem, dessutom kanske vid upprepade tillfällen, så har det som skulle kunna vara en trygg, vilsam och vänlig plats förbytt till en hotfull, kuslig och oförutsägbar miljö. Freud skrev essän "Das Unheimlich" där han funderar över definitioner och betydelser av begreppet Unheimlich. På svenska motsvarar det ungefär det kusliga eller det hemska. En viktig poäng som Freud gör är att när något som varit eller förväntas var välbekant och hemtamt visar sig även ha okända, hemliga egenskaper så lämnar det en öppning för "Das Unheimlich" att tränga in. Det välbekanta har, i alla fall delvis, omvandlats till något okänt. Just det faktum att det är något hemtamt som också visat sig vara hemskt gör det så mycket mer obehagligt. Jag tänker mig att när detta händer med vårt hem påverkas inte bara det yttre, även våra inre rum blir starkt berörda.

*

C och jag pratar om några gånger när gränserna för hans hem överskridits och obehaget har tagit sig in. Framför allt pratar vi om när två personer för snart ett år sedan tog C:s lägenhet i besittning genom hot. De stannade knappt två veckor och uppehöll sig mest i sovrummet. C var också där under tiden och vi berör den otrygghet och rädsla som detta medförde och som C ännu känner av. Tidigare har C berättat att han undviker sovrummet efter det, och att han aldrig

sover där. Det har känts för besudlat.

- Känner du att du har återtagit ditt sovrum nu?
- Jag har återtagit hela fästningen nu, så att säga.
- Om jag minns rätt så var det sovrummet du sa var jobbigast..?
- Det var det som var trashat. Kollade du aldrig in?
- Jo då.
- Det låg sprutspetsar och sönderslagna gitarrer. Det mesta var sönderslaget eller förstört på ett eller annat sätt. Jag minns knappt hur jag fick ut dem, hur det gick till. Jag måste ha haft något slags posttraumatiskt stressyndrom. Jag träffade ju en utav dem häromdagen och jag höll på att heja på honom. Det är lite Stockholmssyndrom, eller hur? Och han var ändå inte en av dem som var här⁶.
- Vill du säga något om hur det kändes?
- När de var här? Jag var så deprimerad. Jag bara satt i soffan här och visste inte hur jag skulle gå tillväga. Jag visste ingenting. Jag hade ingen plan. Vem ska jag ringa? Vem kan jag ringa? Vad kan jag göra? Och alla mina grejer är borta. Det är bara materiella grejer. Men har man blivit av med alltihop en gång innan så. [...] Det har kommit så långt att jag har inget att förlora känns det som.
- Har du förlorat allt som finns att förlora?
- Nej, men hot och sådant bekommer mig inte så mycket längre. Första gångerna så... men nu, liksom, "kom med något nytt".
- Är hot en del av livet nu?
- Det är liksom den världen som jag levt och lever i. Eller kanske inte lever i nu. Jag hade lämnat den, kändes det som.

När jag är hos C har han besök av en kvinna som jag aldrig träffat förut. Hon har varit där några dagar förstår jag det som och C säger att det gör stor skillnad, både för att hon varit drivande i att städa och få i ordning och för att det gör att C känner sig tryggare när någon han litar på är där. Några dagar senare berättar C att hon har en person efter sig som sökt henne i lägenheten. Men än så länge övertrumfar tryggheten, menar han. Hon är betydelsefull för att motverka det obehagliga och bidrar, säger C, till att han känner sig mera hemmastadd just nu.

Återtagna rum

Mitt intryck är att ju obehagligare händelser som utspelat sig i lägenheten, desto större insatser krävs för att balansera upp dem. Om det alls är möjligt. Under samtalen har jag fått exempel både på när det har varit möjligt, som C:s gradvisa återtagande av rummen, och när det inte har varit det, som med S och J som båda behövt flytta.

6. Personen som C mötte har nära koppling till en av dem som intog C:s lägenhet.

H berättar att när hon flyttade in i sin lägenhet såg den fruktansvärd ut. Bovärden sa att om hon inte ville vänta i sex månader så kunde hon få färg och göra i ordning själv. Hon, en vän och en ex-partner satte igång, och efter fyra, fem strykningar så var väggarna vita. Strax efteråt tog hon ett återfall. Lägenheten blev inrökt och väggarna fläckiga efter smutsiga händer. H åkte till ett behandlingshem och när hon kom hem så målade hon, återigen med hjälp av vänner, så att det blev fräscht. Det tog sex veckor att rätta till allting berättar H.

– Nu har jag fått det som jag vill ha det. Det känns som hemma. Jag har fått göra helt som jag vill ha det. Innan återfallet så hade jag det fint, men inte riktigt som jag vill ha det. Jag trivdes inte riktigt. Alla pengar gick till droger. Jag köpte en soffa och tog mitt ex:s säng och jag hade teve. Men jag hade inte så mycket saker, det kändes inte som hemma, och så släpade jag hit folk som jag tyckte synd om, ”ja men sov här, du kan sova här”. Det var väl en process att komma till. När jag kom tillbaka igen så bara ”nej, nej, nu sover ingen här”. [...] Det är ingen som vågar komma hit. De är inte välkomna, det står på min Facebook. Jag tar bort dem som inte lyssnar. Har bara de som kämpar och som är på behandling, som försöker sluta. Är de inte drogfria så är de inte välkomna hem till mig. Då kan vi ses ute. Men det är inte ofta jag går ut. Det kan vända och man måste vara försiktig hela tiden. [...] Det blir ensamt, men till slut vänjer man sig. Jag tar hit dem jag litat på. Jag måste hålla de andra borta. Det var väldigt ensamt ett tag, men jag har alltid haft någon.

– Har lägenheten känts som ett fängelse någon gång?

– Nej, det har den faktiskt inte. Jag trivs. Det har tagit lite tid. Det har inte gått fort. När jag slutade droga så byter man personlighet. Det är lite tuftt ibland. Man måste klippa band. Det är väl jag har gjort, för mina barn. De andra har valt och jag har valt. Man respekterar varandra, men man kan inte prata. Deras liv handlar bara om droger och mitt liv handlar om mina barn.

När jag träffat H tänker jag att hon rehabiliterade både sig själv och sin lägenhet samtidigt. Efter de cirka fyra månaderna H var på behandlingshem kom hon tillbaka till en lägenhet där sådant hänt som hon inte längre vill ska vara en del av hennes liv. Med hjälp av tid, avstånd, ny färg, nya saker och nya möbler kunde hon skapa ett hem som omgärdas av de gränser H nu sätter. Innan hon åkte iväg hade hon sagt till sig själv:

– Jag hade bestämt mig. Det måste funka för mig. Jag orkar inte mer. Det här är sista gången jag åker på behandling.

V och jag prata om hur det har varit för honom när det hänt obehagliga saker, både i den nuvarande lägenheten och på tidigare ställen. V menar att numera är lugn och ro det viktigaste.

- Så du har haft lägenheter där det inte varit lugn och ro?
- Ja, det har varit ett jävla spring. Det är många som kan relatera till det. Det är görtröttsamt. Det sliter på kropp och hjärnan så det visslar om det. Det går inte, man måste hitta sitt eget hem, sin egen borg, ”här bor jag”, här kommer ingen hit. Då kan man koncentrera sig på sig själv och gå vidare. Annars går det inte, om man har en massa folk runt omkring sig, nej, nej, nej.
- Vad var det som gjorde att det var en massa spring innan?
- Det är drogerna helt enkelt. I den världen är inte folk snälla mot varandra. De går hem till ett ställe där det finns, och så är det femton, tjugo pers som springer där dagligen. Det är inte konstigt att det går åt helvete. Ska man ha en egen lägenhet, ett hem, så får man vara där själv och försöka tänka på att man inte kan ha folk som en jävla svängdörr, det går inte.
- Vad var det som gjorde att det inte blev en svängdörr här?
- Att jag kände att det var mitt hem. Har man en lägenhet med en massa spring så tror jag inte att man ser det som sitt eget hem, då är det bara som ett kärl, för att kunna fortsätta med det man höll på med innan.
- Var du mera benägen att bryta med det nu? För det låter som du haft lägenheter med svängdörr innan.
- Det har väl alltid varit – eller periodvis varit – så. Vissa lägenheter, man har tröttnat på det. ”Nej, nu har det inte gått bra i den här lägenheten, nu skiter jag i det här” ungefär. Så har det blivit. Så har man gett upp.
- Så om det har hänt saker i lägenheten som man inte mått bra av...
- Det sitter i väggarna. Då vill man inte ha lägenheten. Det spelar ingen roll då, vilken situation man är i. Om man då får välja mellan att ha en lägenhet och att vara hemlös – och det sitter så mycket skit i väggarna – då väljer man att vara hemlös. Då är det bättre att lämna, för då mår man bara psykiskt dåligt av det. Man blir påmind hela tiden om det som sitter i väggarna. Man kan inte koncentrera sig på någonting. Varken äta, sova, kolla på teve eller någonting. Det går inte om det har hänt en massa skit. Man vill bara bort från det.
- Så det går inte att städa bort sedan, om det hänt en massa skit?
- Nej, det gör det verkligen inte. Men vissa grejer går att få bort, som att jag har tapetserat här. Vissa grejer, för att få väck tankar och så, det funkar. Men är det för mycket då går det inte. Då får man bygga om hela lägenheten. Det gjorde jag på Tamburingatan. Där byggde jag om en hel lägenhet, från en trea till en tvåa, bara för att få bort allting. Då kändes det som att det var en helt annan lägenhet. Men det sket sig ändå, för då var det andra faktorer som spelade in, så då ville jag bara därifrån. Och så blev jag ju vräckt också, tack och lov för det.
- Så du har gjort lite grann här också?
- Ja, men här har det ju inte hänt något egentligen.
- Vad var tapetseringen om då?
- Det var väl (säger namnet på sitt ex) då. För att få städa ut och få bort det.

Men det var inte så farligt ändå. Det var en lättnad för mig och det var jag som bestämde det. "Nu ska du ut härifrån".

– Och det funkade?

– Ja, det gjorde det.

Medan många jag träffat och talat med kämpar med att sätta och hålla gränser runt sig och sina hem är V en av dem som numera verkar ha oerhört strikta gränser, nästan som ett skyddsvärn, runt sig och sitt hem.

–Mitt intryck är att du har varit väldigt hård här, med gränsen, vem som ska in och inte, stämmer det?

– Ja, ja, det har jag verkligen. Jag talar inte om för folk vart jag bor någonstans. Jag har inte den mentaliteten att jag säger "ö, du kan komma hem till mig", att jag känner mig ensam på något sätt. Jag känner mig inte ensam, det gör jag inte. [...]

– Du har ju, rätta mig om jag har fel, haft några perioder här när du inte har mått så bra psykiskt?

– Ja, det har suttit i från förr.

– Har det känts bra att vara här när du mått dåligt?

– Ja, jag vill inte vara någon annanstans. Då är det här jag vill vara, för det är här som är min trygga punkt. Har jag inte det här så vet i fan vad som skulle ha hänt. Då kunde allting ha brakat åt helvete direkt.

– Som jag förstått det så har du snarare dragit gränserna hårdare omkring dig när du mått dåligt, inte släppt in mer, utan tightat ihop?

– Ja, jag har dragit åt säcken hejdlöst. Jag ger inte andra människor en andra chans längre. Märker jag att det är något som är fel så lyssnar jag på det med en gång. Då drar jag gränsen, smack, så är det "hej då!" [...]

– Är det något som skulle kunna påverka hur det känns här?

– Ja, om det börjar ringa på dörren. Då skulle jag få mig ett spel. Då skulle jag känna att jag inte vill bo kvar här. Det skulle jag känna nästan direkt, då blir det besudlat, om folk börjar ringa på dörren och håller på och jagar mig, bara för att vara här. [...] Jag är väldigt förtegen om lägenheten och då blir det inget intressant med den. Och de vet att jag inte tar något och inte har något här, så vad fan ska de göra här? Håller man på och man har grejer hemma så är ju det en lockelse, och då kan det komma hur mycket folk som helst. Men i och med att det inte finns, så finns det inga idioter här heller.

På sätt och vis framstår det som att V har gjort sin lägenhet till en tillflykt undan omvärlden. Hans hem är ett skydd och han verkar känna att han till stor del lyckats hålla obehaget utanför väggarna den här gången. Det som ändå tog sig in kunde han eliminera genom att sätta upp nya tapeter och göra det till sitt eget

igen, efter att en relation tagit slut. Men även V har, som sagt, perioder när han inte mår bra och saker från förr gör sig påmind. Tankar och minnen som kan vara svåra att hålla borta.

Distractioner

Som V uttryckte så bär vi med oss saker från förr, som kommer inifrån oss själva. De här sakerna – minnen och erfarenheter, både medvetna och omedvetna – finns med oss oavsett var vi befinner oss. Vi befinner oss aldrig bara på en enda plats och i ett enda ögonblick. Alla våra minnen och upplevelser utgör också delar av våra inre rum, och de flyttar med oss och påverkar våra yttre rum.

När psykologen Maria Ferm, även hon i radioprogrammet "Känslan av ett hem", fick frågan om vad ett hem är sade hon att för henne är det en plats med positiva minnen. Jag tror att det speglar idealbilden av ett tryggt hem, snarare än realiteten. De flesta av oss har säkert med oss minnen från våra hem som spänner över hela skalan mellan positiva och negativa. Oavsett vilket är många av våra minnen skapade i våra hem och vi påverkas starkt av dem.

Filosofen Gaston Bachelard påstår att hela vårt förflutna bebor även våra nya hem och att vi inom oss bär med oss sammanvävda erfarenheter från alla våra tidigare hem. Han menar också att vi på så sätt kan trösta oss själva genom att återuppleva gamla minnen av att känna oss skyddade. De tror jag också och Bachelard skulle få medhåll från psykoanalytiskt håll. Men – och som vi redan sett några exempel på – även de obehagliga minnena flyttar med oss till våra nya hem och kan göra så att skyddet ibland raseras. Att förflytta sig mellan den yttre och den inre världen, röra oss från våra inre rum och utåt, för att sedan åter dra oss tillbaka för en stunds vila, är en grundläggande mänsklig strävan enligt Crafoord. I våra egna rum – inne i oss själva och i våra hem – kan vi förhoppningsvis sortera de intryck vi fått och återhämta oss från allt som finns i vår omvärld. Genom att följa en dygnsrytm, där sömn och drömmar hjälper oss med bearbetning och återhämtning, kan vi lättare hitta en balans mellan det inre och det yttre. Obehagliga minnen och erfarenheter kan störa den förmågan och göra det svårt att komma till ro och kunna vila. Alla jag pratade med hade upplevt detta – och gör det mer eller mindre fortfarande.

Strategier för hur besvärliga minnen hanteras kom oftast upp när jag ställde frågor om vad de brukar göra hemma. Det i särklass vanligaste svaret på den frågan var "ser på teve". Givetvis gjorde de andra saker också: fixade i ordning lägenheten, åt mat, spelade spel och lyssnade på musik, sov, hade besök osv. C, till exempel, målar också tavlor, J fixar i perioder med sitt och andras hår

och T tycker om att "pilla" med sin dator. En annan ingång till de medverkandes strategier för att hantera obehagliga minnen var samtal om sovvanor. Även här spelade teven ofta en avgörande roll.

*

J berättar att han alltid har teven på och att det är omöjligt att sova utan den – särskilt när han ska sova ensam, vilket han tycker känns väldigt jobbigt. När någon annan sover över, och det händer ofta, får de acceptera att teven är på. "Om någon stänger av teven vaknar jag direkt", säger han. När det är tyst och han är hemma ensam så "känns det som att jag drunknar i mig själv, som att all oro och alla tankar bara maler på. Det är omöjligt att slappna av". Tevens ljud håller det här på avstånd, distraherar och får honom att tänka på annat.

När jag frågar vad T brukar göra hemma svarar han: "Ofta så gillar jag att ligga och kolla på film eller spela spel, bara för att komma bort från tankar, som det här med jobb och grejer, att jag är rädd för alla människor då, när jag tänker på det". T berättar vidare:

- Jag går gärna inte ut utan att ljudet är på. Helst är teven eller radion på för att det ska kännas välkomnande när man kommer hem.
- Brukar du ofta ha ljud på när du är hemma?
- Stänga av teven? Nej, nej, nej då får jag (börjar andas ansträngt för att visa hur jobbigt det är). Något ljud måste det vara. Jag har ställt in teven på timer så att det tar en timme innan jag somnar. Jag somnar snabbare med ljud.

O, som inte bött så länge i sin lägenhet, berättade tidigt att han brukade ha teven på för att distrahera jobbiga tankar under natten. Nu frågar jag igen:

- Kommer du ihåg att du berättade att du brukar ha teven på för att kunna sova. Kör du fortfarande på det?
- Det kör jag fortfarande på. Jag har ju teve-rum och så, men ändå står teven på i sovrummet, och den kommer att stanna där.
- Och den är på dygnet runt?
- Den är på dygnet runt. Då är det lättare att sova.
- Vad beror det på?
- Det är väl så att jag är så institutionsskadad att jag är van vid ljud.
- Känner du dig tryggare om den är på?
- Ja.
- Hur känns det om du stänger av den?
- Det blir för tyst, det går inte. Det går inte.

- Vad händer då?
- Mycket tankar och så kommer upp. Vad som har hänt och vad jag har gjort.
- Så teven hjälper dig att distrahera?
- Ja.

Även för H är teven viktig:

– Jag sover med teven på. Det gjorde jag inte innan. Men det känns inte så tyst då. Förut ville jag ha tyst, men jag får lätt mardrömmar och tankar som inte släpper. Jag har mer mardrömmar igen. Med teven på tänker jag på annat och jag är nogna med vad jag tittar på så att det inte påverkar mina drömmar.

C och jag pratar om när hans lägenhet var ockuperad av två andra och att sovrummet var det rum han tycker har varit jobbigast att återta. Nu är det nästan ett år sedan och det är först nu som han har börjat kunna vara där igen. Det har varit några bra dagar på sistone säger C, inte minst för att han haft sällskap hemma. Så jag frågar:

–Sover du i sängen nu?

–Ja, det gör jag. Fast det blir ofta här ändå (syftar på soffan han sitter i). Det händer ofta att jag somnar här med kläderna på, eller delar av dem. Blir jag väckt så har jag väldigt svårt att somna om. Då jobbar jag upp mig själv. När jag sover i sängen klär jag av mig innan. Förut var jag tvungen att ha teven på för att kunna somna. Nu kan jag ligga och lyssna och då måste det vara en svensk film, eller svensk kanal utan reklam. Jag blir förbannad när det kommer reklam. Då höjer de ljudet och jag vaknar. Det ska vara något som jag bara kan ligga och lyssna på och blunda. En film går bra. Då kan jag visualisera själv.

–Hur är det nu?

– Jag sover oftast på dagarna, så länge jag kan. Men nu går jag upp ganska tidigt. Det har inte varit den ångesten. I vanliga fall är det som att någon slår ett knytnävsslag, kanske inte direkt jag vaknar, men efter tio minuter, som ett knytnävsslag rätt i (visar mot mellangärdet). Och det går inte över förrän jag har tagit en öl eller något. Så är det nästan... fast nu har det inte varit så farligt i alla fall. Inte den där riktiga hårda knockouten. Det är skitjobbigt att ha det så.

För V är teven också viktig, men kanske inte fullt lika nödvändig som den är för några av de andra. V säger att han oftast har på teven hela tiden, att han börjar med TV4-nyheterna på morgonen och sedan stänger han inte av den, inte ens när han går hemifrån.

– Så du har den på då?

– Ja, jag lämnar den på. Men det kan vara en vana. När folk lyssnar utifrån, "är

han hemma?”, så låter det. Det är någon gammal grej som sitter i.

– Känns det jobbigt när det är tyst?

– Jag gillar inte när det är tyst. Jag vill gärna ha hemmasorlet. De där ute får gärna hålla käften, men här hemma får det gärna vara ljud. Det är mitt ljud, det vill jag ha. När jag vilar lämnar jag teven på för det känns tryggt.

*

Det blir tydligt att det inte är självklart att lägenheten, eller hemmet, fyller invånarens behov av ro och vila. Trygghet och återhämtning kan vara svåruppnåeligt när känslor av obehag, rädsla och ångest hotar att ta över rummen och när hemska minnen gör sig påminda. Psykoterapeuten Else-Britt Kjellqvist menar att för att få tillgång till våra inre rum, där vi kan bearbeta dagens erfarenheter, likväl som sådant som hänt för längre sedan och som kan hända i framtiden, behöver vi kunna vara ensamma – eller med närvaro av någon som inte tränger sig på, eller in. Vi kan också tänka oss att när de inre rummen fylls av plågsamma tankar och minnen är det påfrestande att vara ensam i inre likväl som yttre rum. Där kan teven utgöra en nödvändig närvaro och en hjälp att hålla ovälkomna tankar borta. Psykoterapeuterna Ann-Mari Seldén och Berndt Westman berör något liknande när de menar att när vi har svårt att vara i kontakt med våra inre rum kan det upplevas som att vara inlåst i sig själv, där vi kan känna oss maktlösa gentemot ett främmande inre. J, som vi såg, beskrev det som att drunkna i sig själv, med malande oro och tankar. För mig framstår det som att det kan vara den maktlösheten som bekämpas med tevens distraherande bilder och ljud. Hemmets tystnad gör att vårt inre börjar ge sig tillkänna. Beroende på våra erfarenheter så kan det vara allt annat än behagligt.

Tillhörighet

Från inledningen, där frågan vad ett hem är ställs, kan vi dra oss till minnes att det ur ett samhällsperspektiv betraktas som viktigt att alla tillhör ett hem. En kropp förväntas ha ett hem, en fast plats, för att bli accepterad som samhällsmedborgare. Hemmets väggar kan ge skydd mot den utsatthet som hemlöshet kan innebära, men det ställer också krav på oss att bebo hemmet på lagligt, socialt och kulturellt accepterade sätt. Hemmet är alltså inte bara en plats, vilken som helst, utan omgärdas av normer och strukturer för vad vi gör där, när vi gör vissa saker och var i hemmet de utförs. På så sätt ingår våra hem i ett större kulturellt sammanhang där våra hem och dess gränser utsätts för andras uppfattningar. Efter som det råder ett relativt stort samförstånd runt vårt sätt att bebo och sätta gränser runt våra hem blir det också möjligt att

avvika från normerna. Den som bryter mot oskrivna – likväl som skrivna – regler riskerar att ses som någon som inte hör hemma på den platsen.

J, som återigen är på väg att flytta, nu från en integrerad träningslägenhet⁷ till en som ligger i ett hus med enbart träningslägenheter, berättar att en viktig anledning till att han vill flytta är att han känner att grannarna tittar snett på honom. "Grannar som tidigare hälsat eller pratat lite fnyser nu." J säger att han vill vara hygglig mot alla, men nu känns det som att flera av dem tar avstånd från honom. Förändringen skedde när det blev stökigt i huset och i närområdet sedan en person flyttat in i lägenheten mittemot. J uppger att han blev beskylld för mycket av det som då hände: spring i trappan, folk som ropade utanför för att få komma in på kvällar och nätter, och inbrott i vindsförråd för att nämna något av det som grannar framförde till bovärdar och Störningsjouren. Trots att J, i möte med bland andra Störningsjouren, blivit rentvådd från en hel del av det som hänt och att den andra personen flyttat sedan några månader tillbaka, så känner J att den dåliga stämningen mellan honom grannarna håller i sig. J säger att han känner sig iakttagen, till och med bevakad, när han rör sig till och från lägenheten. "Jag känner mig så olustig när jag går ut och så träffar jag grannar som jag träffat en massa gånger förut och så ser de sura ut. Men jag är aldrig otrevlig mot någon. Det känns inte avslappnat."

C har liknande erfarenheter. Även han har fått en del klagomål från grannar och besök från Störningsjouren. Vi kommer in på relationen till grannarna när vi pratar om att C håller på att rensa ut saker från lägenheten. C har för vana att leta efter och hitta saker i soprum. En hel del har han tagit hem. Det finns, som vi redan sett, ett flöde av saker som går genom C:s hem.

– Vad är det för saker du har slängt ut som du inte vill ha här nu?

– Ja, nu står de ju kvar i köket, men de ska ut, två teveapparater. Jag kollar ju inte så mycket på teve nu och den bästa har jag till datorn. Jag gillar inte att gå i det närmaste soprummet, inte för länge. Det var ju en gubbe som fotade [fotograferade] mig och grejade, när jag sorterade och slängde.

Men de ska inte få mig på det. Men ser jag något så plockar jag upp det. Smågrejer.

Samtalet övergår till att handla om att C tycker att han träffat några personer som är "bra folk, som inte svikit mig hittills".

– Släpper du in dem här?

– Ja.

– Har det påverkat hur det känns här?

– Ja, alltså det är inget liv så, men det är alltid någon som tappar något i golvet och jag får så ont i magen varje gång. Men jag ska lägga ut ännu mer mattor här. [...]

– Skulle du vilja göra saker här som du inte gör?

– Alltså, jag tassar omkring här på kvällarna och efter klockan åtta vågar jag knappt ta fram dammsugaren för att jag är rädd att det ska bli tjafs med han därnere. Han är inte hundra och han för logg. Han är en sådan som kan få en vräkt. Han har sagt till grannarna, han med hunden, att det var mina "luffarkompisar" som snott hans cykel. Vad ska man göra? Men nu har folk börjat hälsa igen. Jag har inte brytt mig så mycket.

– Känns det bättre i området nu?

– Jag känner ju att jag har ögonen på mig, speciellt härute. Det är därför jag inte vill vara här (syftar på sophuset). Jag kan gå in och slänga något fort. Det känns som att folk tittar, eller om jag kommer med någon som är lite berusad. Ibland så går vi bara igenom hit, men det känns ändå som att det står folk och tittar. Jag blir lite nojig. De som bor rätt över, de hälsar aldrig. De ser rätt in här egentligen och jag kan tänka mig att de har sett rätt så mycket. Jag vill att alla ska vara... jag vet ju vad jag har gjort och inte gjort.

– Skulle du vilja känna att du "passar in", eller hur man ska säga?

– Det hade ju varit skoj om folk hälsar tillbaka när man hälsar på dem. Sitter jag på bänken utanför och vilar mig, eller väntar på någon, så hälsar jag på de som kommer förbi. Vissa vänder bort huvudet ibland, men de flesta inte.

Ett samtal med S rör sig i en något vidare cirkel runt hemmet. När jag besöker S hemma har han fått några fler möbler än när vi pratades vid första gången, då på kontoret. På min fråga om S tycker att det går åt rätt håll med möbleringen av lägenheten så svarar han, lite oväntat:

– Det är inte många svenskar som bor här.

– I området menar du?

– Ja. Jag har bott i det här området innan. Hade ett rivningskontrakt här för trettio år sedan, när jag flyttade hit. Och sedan fick jag ett förstahandskontrakt här i närheten.

– Känner du dig hemma i området?

– Ja, det har inte varit några skjutningar här.

– Vill du passa in, känner du att det är ditt område?

– Ja, jag trivs väl. Jag tänker inte på det viset. Det är väl att de tittar snett ibland och då blänger jag tillbaks. Jag tar ingen skit i mitt eget land. Men jag är inte rasist och jag säger ingenting. Vid hållplatsen händer det att de blänger. Det kan stå femtio personer och två är svenskar. De tittar misstänksamt, de tror väl att man är rasist, eller att man är långhårig kanske. Det händer att jag (visar

långfingret), då tittar de bort. Det var en man som skällde på en yngre kvinna för att hon inte hade en familj eller något och jag sa till honom att hålla käft. Han skällde på henne och jag sa "håll käft" och då slutade han. Jag gillar inte att de tar med sig sin skit hit, islam, då kan de dra åt helvete.

–Tror du att du skulle känna dig mer hemma någon annanstans i Göteborg?

– Nä.

– Vill du bo i Göteborg?

– Ja, jag har inte tänkt flytta. [...]

– Det har väl ändrat sig en del under vår livstid?

– Det var segregerat även förut och det har blivit ännu mer. De svenskar som bor här är ju lite utslagna.

– Känner du dig hemma i vårt samhälle, i svenskt samhälle?

– Ja, jag är ju svensk.

– Att samhället är till för dig också..?

– (Skrattar till) Det har jag aldrig tyckt.

– Inte när du var yngre heller?

– Nej, jag har alltid stått lite utanför.

– Varför det?

– Som missbrukare. Man står utanför då.

Innan jag går visar S mig en balkong på andra sidan gården, mittemot hans köksfönster, där det brukar stå en äldre man och röka och titta in på S. S säger att mannen ofta är där och att han inte sällan kommer ut när S är i köket. Första gången jag träffade S berättade han om mannen och att det skulle vara bra med gardiner i köket för att hindra insyn. Nu har S hängt upp en jacka på varje sida om fönstret, men de täcker inte mycket. Det har hänt att S gett mannen fingret och vid ett tillfälle, berättade S, så moonade han och förmodligen såg mannen det, för han gick in.

*

De två som verkar finna sig mest tillrätta i sitt hus och sitt närområde är T och V. Jag frågar T:

– Vill du passa in här i området?

– Ja, alla vet vem jag är.

– Och det känns bra?

– Ja, ja.

– Så du känner att du har hittat din plats här?

– Ja. Jag flyttar inte på mig, det orkar jag inte. Jag känner inte alla, men de som har hundar och en del av grannarna. De vet väl att det har varit en del spring här. De säger "hur går det T, vi vet ju lite grann om vad..." och jag undrar ibland,

vad fan kommer det ifrån? En del säger att de vet vad jag hållit på med. Men jag har pratat lite med en granne nedanför och hon sa att hon hade misstänkt det.

– Hur känns det?

– Mig gör det inget. Det spelar ingen roll, de får ta mig som jag är. Den dagen jag går ut (härmar en rejält påverkad person), då får jag skylla mig själv.

– Så du känner att det är ditt område det här?

– Ja. Det kommer ju en del gäng och småungar, men det här är mitt område, "visa respekt". Men det funkar inte riktigt ändå, om det kommer fem, sex stycken, så jag går förbi och så har jag hunden med mig och det funkar.

– Känner du dig trygg i området?

– Nja, inte så. På baksidan inte, så jag går helst ut med hunden.

– Känner du dig trygg i lägenheten?

– Ja.

Jag frågar V om han tror att han hade känt sig mer hemma om han hade fått ett förstahandskontrakt direkt. Han säger att det är svårt att spekulera i, men att det var en viktig tillfredsställelse när han sedan fick det. Han fortsätter:

– För mig kändes det ändå naturligt. För det första var det i (säger stadsdelen där han bor), fin lägenhet och lugnt område. Då var det klart, då var det inga problem. Mitt namn stod ändå på dörren på en gång.

– Kände du dig mer hemma efter att du fått förstahandskontrakt?

– Nej. Jag tror att jag slappnade av för ett par år sedan, efter att jag bott här ett drygt år. Då hade jag fortfarande lite stress kvar i kroppen, men inte nu längre. Nu blir jag bara lugnare och lugnare. Jag skulle aldrig kunna tänka mig att bo någon annanstans. Det gjorde mycket att det var rätt område, för är det en massa andra runt omkring som håller på som man själv håller på, då är det kört. Man måste bort från allting sådant, helt ny start, och det var det här. [...]

– Hur är det med grannar då?

– Jättebra grannar, görbra. Det har varit ett par incidenter, men aldrig något annars. Jag har varit helt öppen. Har bra kontakt med grannarna, inte bara i den här uppgången, utan de andra runt omkring också. Det här är en hemmaplats för mig. Han under förde lite oväsen i början, men det är lugnt nu.

Vid ett annat tillfälle pratar V och jag om en annan slags tillhörighet som han känner att han har att falla tillbaka på, en erfarenhet som hjälper honom nu. Det börjar med att jag frågar om V känt att till exempel jag eller socialtjänsten haft några särskilda förväntningar på hur V ska ha det i sin lägenhet. V svarar:

– Nej, inte här. Här har jag fått bestämma själv, diktera mitt eget liv, det finns inga förväntningar på dig. Eller det finns vissa förväntningar, det gör det givetvis, det gör det ju alltid. Men jag var en hyresgäst med en gång när jag kom hit.

Det var inte det att jag kom från ett boende till ett annat boende, fast nu hade jag nyckel. Så är det på andra boenden. Bara för att man kommer till en lägenhet behöver det inte betyda att man är fri från "boendekänslan", man blir institutionaliserad.

– Men känslan gick över här?

– Direkt. Jag fick min frihet.

– Man kan ju också känna sig rätt så vilsen med friheten...

– Ja, att man inte vet vad man ska göra med det. Det beror nog på hur länge man har varit ute. Jag vet att det är så att har man haft ett liv innan det sket sig, så är det lättare att falla tillbaka till det. Men har man haft skit sedan tonåren och hållit på med samma grej till man är fyrtio, femtio år, då är det nästan omöjligt att komma ur.

– Hur har det sett ut för dig?

– Jag har ju haft ett liv innan. Jag har alltid haft ett liv, innan det sket sig för mig. Även fast det varit så i många år, så har jag ju haft ett liv innan, som jag har gått tillbaka till lite grann, för jag vill ha det. Det är den bekvämlighetszonen som jag sökte efter igen.

Säkert är det många som kan känna igen sig i V:s erfarenhet. Samtidigt har jag träffat de som har haft andra liv innan, med arbete och bostad, och som känner sig mera kluvna inför den erfarenheten. C till exempel har berättat att han både arbetat och haft sambo och hem tidigare – inte helt drogfri, men dock. För honom verkar den erfarenheten vara mera dubbel. Å ena sidan har han faktiskt klarat det förut, men å andra sidan är fallet ganska långt från den tillhörighet i samhället som arbete och bostad ofta ger, till att inte längre kunna behålla det. Precis som M, som vi mötte i introduktionen, så har C frågat sig flera gånger varför det ska vara så svårt för honom att klara av sådant som "alla andra" klarar av.

Den förlorade – eller aldrig riktigt uppnådda – tillhörigheten kan vara smärtsam att inse och vägen vidare mot att skapa ett hem kan kännas svår, ibland omöjlig. Som vi har sett så kan det till exempel uppstå konflikter med grannar, det kan hända saker i och runt lägenheten som skapar otrygghet och det kan vara besvärligt att veta hur ens hem ska utformas. Relativt många av dem jag träffat som hyresgäster i Bostad först har inga eller mycket få erfarenheter från att ha levt i ett hem de själva skapat och där de har känt sig accepterade och hemmastadda. Istället har de andra erfarenheter och kunskaper.

Kulturell tillhörighet

Jag funderar på hur det är att försöka skapa hemkänsla i en egen lägenhet när en kommer med andra erfarenheter och tillhörigheter än de som delas av majoriteten; när det visar sig att lägenheten och rollen som hyresgäst inte rymms i den nuvarande livsföringen utan kräver andra saker – saker som en inte har så mycket, eller till och med ingen, erfarenhet av. Som ny och ovan hyresgäst består några av alla utmaningar i att fråga sig hur gärna en vill passa in och vad en är beredd att ge upp för att göra det. Även frågan om hur villig omgivningen är att ta hänsyn till en nykomling, vars vanor skiljer sig från uttalade likväl som outtalade överenskommelser, kan väckas.

*

T och jag pratar ofta om hur ett annat liv än det han har erfarenhet av kan se ut. Jag uppfattar det som att T har en längtan till något som han själv brukar kalla ett "normalt" liv där man träffar "normala" människor. Han känner att det inte är där han befinner sig ännu. Han är medveten om att hans levnadssätt inte tillhört gängse normer och ideal. En gång berättade han att han inte gärna åker in till centrala Göteborg för att det inte finns något för honom där – att han inte vet vad han ska göra om han är där. Han konstaterar att för att göra det andra verkar göra – "fika, köpa en t-shirt" – så behövs pengar. Dessutom är han lite orolig för att väcka gamla impulser till liv där "fingrarna blir långa" och får med sig något från en butik. Bättre att hålla sig därifrån. Risker finns också att han träffar på personer från gamla kretsar som lockar med någon drog "för gamla tiders skull". Den risken finns i och för sig över hela staden, säger T. Det är något han alltid behöver räkna med. T har berättat att han tidigare i livet hade en tydlig identitet och tillhörighet inom vissa kretsar där droger var det centrala. Nu försöker han hitta andra sammanhang, men det är svårt. Han säger att han ibland känner sig ensam i sina försök för att han inte har "några normala vänner, personer som inte drogar."

T har provat arbetsträning med blandat resultat, men han har inte gett upp tanken. Ett problem som T upplevt med arbetsträning och andra liknande åtgärder är att alla de andra deltagarna har med sig erfarenheter som liknar hans. Nackdelen är att den där normaliteten som T längtar efter inte infinner sig då. J och jag har också haft många samtal som rör sig runt hur avlägset andra sammanhang kan vara när en önskar lämna de nuvarande. J delar T:s erfarenhet av att inte ha några vänner som inte använder droger. Vid ett par tillfällen har J sagt: "vad ska jag göra? Gå in på biblioteket och ropa: är det någon som vill vara vän med mig?".

Alla de vi mött i den här essän har under längre perioder i livet inte haft varken tillgång till eller möjlighet att skapat den typ av hem som majoritetssamhället avser: en trygg och ombonad plats där vi kan få vila. De har varit i sammanhang där droger har en given plats och där det – precis som i alla kulturella sammanhang – finns myter, normer, koder för språk, klädsel, sätt att umgås, jargonger, humor, mat- och dryckesvanor, dygnsrytm, rutiner, minnen och historia som är typiska för det levnadssättet. Drogkulturer har, mer eller mindre, varit deras hemvist.

Psykologen Rollo May menar att om vi inte kan delta i samhällets myter så skapar vi egna gemenskaper och myter. Anledningen till att detta sker är att vi blir till i mötet med det allmänna samhällets myter och om vi då inte blir delaktiga där så uppstår ett slags identitetshemlöshet. Uppfinnandet av alternativa gemenskaper med egen moral och mytbildning blir ett sätt att skapa ett hem och en tillhörighet för vår identitet.

Den smärta och olust som för många uppstår genom att inte ha en given plats i majoritetssamhället kan få tillfällig lindring genom droger och den kultur som omger drogbruk. Det kan vara som att bli erbjuden ett tillfälligt hem. Crafoord menar att om vi känner brist på tillhörighet, inte har platser där vi får finnas till – vissa av oss kanske redan från barndomen – så finns det en risk att vi tar vår tillflykt till droger. Både Crafoord och Seldén skriver att droger ger tillfälliga löften om bekymmerslöshet och de gör liknelser med den ojämfröliga trygghet och omboning som livet i livmodern erbjuder det nyfödda barnet. Där är tillhörigheten total och alla våra behov upplevs som tillfredsställda. Med drogens hjälp går det att tillfälligtvis "reda sig en plats" som påminner om vårt ursprungliga hem, utan den smärta som brist på en plats att tillhöra medför.

Alla deltagarna i essän berättar om den ensamhet som uppstår när, eller om, de lämnar sina gamla sammanhang bakom sig. Några av dem slits mellan viljan att försöka skapa nya platser – i lägenheten och socialt – men finner det ännu för smärtsamt att lämna de gamla platserna, personerna och tillhörigheten. Mitt intryck är att de ännu inte känner tillit till att det nya ska bära, vilket jag tror krävs för att våga möta det nya och osäkra. Den ensamhet och de minnen och psykiska tillstånd som gör sig påminda i en egen tyst och tom lägenhet skapar ett obehag som känns övermäktigt. Droger och de välkända sammanhangen kan då vara det enda som gör det möjligt att i stunden bereda sig ett slags boning som skyddar mot akuta obehag. De kämpar också, bland mycket annat, med de krocker som uppstår när deras tillhörighet i en drogrelaterad kultursfär möter majoritetssamhällets idéer om hur ett hem bebos. För den som lever i en drogkultur är både de fysiska och psykiska gränserna svåra att hålla och kontrollera, vilket påverkar både en själv och omgivningen.

Ett par av deltagarna har dragit upp en tydlig gräns mellan drogkulturen och hemmet. För att skapa och bibehålla trygghet och hemkänsla i lägenheten bevakar de gränsen stenhårt; ingen, eller inget, ska komma igenom som kan hota hemmet och det nya livet innanför väggarna. Drogkulturen måste till varje pris hållas på avstånd. En annan verkar ha funnit lite av hemmets trygghet i lägenheten, men känner inte samhällstillhörighet utanför. Där blir "missbrukare" den kulturella tillhörigheten – en ofta önskad grupp med få privilegier.

I exil?

Kan det vara så att den som tillhör en kulturell sfär, där droger och olika former av hemlöshet är fundamentala komponenter, upplever det som att befinna sig i ett slags exil om de söker en plats i majoritetssamhället? Kan flytten till en lägenhet, där meningen är att ett hem ska skapas, liknas vid de utmaningar som möter exilikern – det vill säga lämnandet av en kultur för att försöka leva i en annan?

Att vara i exil är att ha behövt lämna en plats för en annan för att det inte längre går att leva – kanske heller inte att överleva – på den tidigare platsen. Men det är inte bara platsen utan också tillhörigheten i den förra kulturen som överges. På den nya platsen riskerar en att hamna i ett läge där det kan kännas ytterst osäkert vilka rättigheter och skyldigheter en har och vad som anses vara acceptabelt och inte. I försöken att skapa ett nytt liv på en ny plats stöter den nyanlända ofta på motgångar – både mera förutsägbara och sådana som inte gått att ana innan de sker.

Att lämna en kultur där det finns en gemenskap vars koder och normer vi kan och förstår är en omvälvande handling, även om den plats som lämnas är fylld av faror och destruktivitet. Svårigheterna att göra sig hemmastadd på en plats där vi har få privilegier och inte kan så många koder, kan göra att vi saknar den förra platsen trots alla dess risker och besvär. Där var iallafall både obehagen och välbehagen relativt bekanta. På den nya platsen kan vi bli föremål för andras kritiska och ogillande blickar, som en påminnelse om att vi där kan uppfattas som främmande och önskad.

För att bli emottagna och accepterade på en ny plats krävs alltid ett visst mått av anpassning. Crafoord menar att vår första reaktion är att avvisa den som "tränger sig in". När någon vill komma in på vårt område är oftast misstänksamhet och fientlighet de första känslorna, innan den nya kan accepteras. Heller skriver att "alla hem är i viss mån tyranniska; de kräver engagemang, en ansvarskänsla och även någon form av assimilering". Det

finns med andra ord både uttalade och outtalade regler som vi som nyinflyttade förväntas följa.

När känslan av hemhörighet och förtrogenhet sätts ur spel blir vi främmande för omvärlden. Vi riskerar även att bli främmande för oss själva när vi behöver överge mycket av det som gör att vi är de vi är för att kunna bebo en ny plats. Det går att föreställa sig att det är en lång och snårig process som väntar för att finna sig tillrätta på den nya platsen – inte minst för att den nya platsen kan upplevas som att den inte tillhör en, inte än i alla fall. De som flyttar in i en Bostad först-lägenhet behöver ofta överge en stor del av sin gamla hemhörighet, vilket betyder att deras tidigare liv inte helt går att integrera i det nya sammanhanget. Som vi har sett uppstår ofta problem när umgänge och vanor från det gamla livet flyttar med till den nya platsen. Det betyder att även om det finns en längta och en vilja att komma ifrån det som varit destruktivt och svåruthärdligt, så medför det också att sörja förlusterna av sin tidigare tillhörighet och gemenskap. Med nya människor runtomkring finns det få eller inga som delar ens minnen och erfarenheter. De nya sammanhangen i en egen lägenhet kan medföra känslan av att vistas i marginalen, där en inte har en självklar plats och där ingen behöver en. Där en är överflödig.

En viktig förutsättning för hemkänsla är att ingå i en gemenskap, med andra människor omkring oss som har en uppfattning om världen som något sånär liknar vår. I radioprogrammet "Känslan av ett hem" säger regissören Valentina Chamorro Westergårdh att för henne är hemkänsla att hitta en plats där hon kan smälta in, inte vara annorlunda, bara vara sig själv. Att känna samhörighet på en plats gör att hon kan slappna av, både fysiskt och psykiskt. När hon blir förstådd känner hon sig hemma.

I boken Gubbas hage funderar författaren Kerstin Ekman bland annat över vart man egentligen känner sig hemma. Själen bor inte alltid där vi själva bor, utan där kärleken finns, skriver hon. Jag tror att hon i det här sammanhanget menar kärleken till en plats och hur den platsen får oss att känna oss. Ekman citerar poeten Gunnar Ekelöf ur *Modus vivendi*:

Man känner sig hemma där trycket från omvärlden är det minsta möjliga. Det är inte alltid fallet där livet, materiellt sett, är lättast att leva, utan oftare där människorna är lättast att leva med. Där man kan få vara ensam utan att det behöver gå till isolering, där man kan vara okänd utan att nödvändigtvis behöva försaka bekantskaper. Där den ömsesidiga övervakningen saknas.

Med hjälp av Heller kan vi lägga till: ”och där tystnaden inte är hotfull känner vi oss hemma”. Det skulle nog M, C, S och J hålla med om, som alla har känt av omgivningens exkluderande tystnad.

Att känna sig hemma - slutord

Så vad är det som påverkar hemkänslan? Och varför kan det vara så svårt att känna sig hemma?

Låt oss börja med att konstatera att ett hem inte är en plats som är avskild från resten av världen. Hemmet skapas av den som bebod det och av de sammanhang som platsen och invånaren befinner sig i. För att låna ord av Crafoord kan vi säga att hemmet är relationellt. Det påverkas av vår historia, våra minnen och våra erfarenheter och det står också i kontakt med våra uppfattningar om vår framtid.

Förutom att vårt här och nu knyts ihop med dåtid och framtid så förbinder hemmet våra inre rum med de yttre, och präglas av de relationer vi har till andra människor och till samhället i stort. Hemmet är med andra ord ingen enkel plats som skänker trivsel och trygghet utan att den som bor där har möjlighet och vilja att skapa just det. När vi ska försöka skapa ett hem finns det ett antal rum som ska fyllas.

Som vi har sett är det inte självklart hur och med vad vi ska fylla dem. De personer vi har träffat här har oftast inga tillhörigheter som kan utgöra grunden för att inreda hemmet. Vi tänker oss lätt att meningsbärande saker bidrar till hemkänsla, men om det inte finns några saker, inget hem att återskapa och inga invanda hemrutiner att falla tillbaka på, så kan det bli som att bygga tomma kulisser snarare än ett hem. Som när V berättar att han vill visa att han förstått hur ett hem ska se ut, men att sakerna i sig inte betyder något. O uttryckte det som att det behöver skapas nya minnen att fylla tingen med. Våra yttre rum fylls också med sådant som finns i våra inre rum. Personerna i samtalen har berättat om hur oro, ångest och hemska minnen tränger sig på och behöver hanteras hemma – antingen genom distraktion i form av tevens ljud och bilder, genom att – på gott och ont – ha andra runt omkring sig, eller genom ruset av droger. För att lägenheten ska kännas som en lugn och avspänd plats behövs tillräckligt många goda och stärkande minnen och erfarenheter som motvikt till de hemska och obehagliga.

Ordning och reda, kontroll och förutsägbarhet är några faktorer som kan bidra till både yttre och inre lugn. Flera vittnade om att när de kände att de hade ordning hemma och kontroll över gränserna, både inre och yttre – vilka och vad som

kom och gick – så kände de sig som mest hemma. När andra, oönskade, kom och störde, eller överskred gränsen genom stöld, hot och våld, så förvandlades hemmet till en otrygg plats. Ibland så pass otrygg att obehaget flyttade in permanent och inte gick, eller tog mycket lång tid, att bli av med.

Nästan alla beskriver svårigheter och dilemman när det gäller hur hårt gränserna till hemmet ska bevakas och vem som ska släppas in. Känslor av ensamhet och brist på tillhörighet vägs mot risken att släppa in personer och göra sådant som kan ställa till obehag och bidra till att hemmet riskeras. Flera av dem vi har mött i texten berättar att de känner att de har omgivningens blickar på sig och att de inte är accepterade av alla grannar. Den uppfattningen kan sträcka sig längre ut i samhället.

T berättar att det inte finns något för honom inne i centrala staden och S har aldrig känt att han tillhör samhället. I området han nu bor i uppfattar han det som att andra tittar misstänksamt på honom, att han identifieras som missbrukare och att han därmed står utanför. För att hitta en ny plats i samhället behöver vi ge upp mycket av den identitet och de sammanhang som har varit våra – och det är inte självklart att omgivningen låter oss komma vidare och skapa nytt.

Så vad är det som kan få oss att lämna det gamla? Är det när det blir för farligt, när livet bokstavligen står på spel? Eller är det då vi inte får våra behov och heller inte våra begär tillfredsställda längre? Är det då vi flyr till något som vi hoppas kan bära, till det som måste vara bättre, det som förhoppningsvis kan bli tryggt och hemtamt? När vi är tillräckligt säkra på att det gamla inte håller, och att det nya är värt en chans?

Arkitekten och stadsplaneraren Iris Levin tar i boken *Migration, Settlement, and the Concepts of House and Home* hjälp av antropologen Ghassan Hage för att definiera fyra känslor som förknippas med hem:

1) att känna igen sig – att vara familjär – med hur platsen fungerar för att kunna ha viss kontroll över den. 2) att kunna se möjligheter till ett bättre liv och att kunna utveckla sina färdigheter. 3) att känna gemenskap och tillhörighet. Det vill säga att dela normer och värderingar och att själv vara accepterad. 4) att känna sig tryggt och säker så att vi kan tillgodose våra behov och inte känna oss allt för annorlunda.

Jag tror att de fyra punkterna är viktiga grundkriterier för vad vi behöver för att vi ska kunna och våga lämna en tillhörighet bakom oss och känna att vi

kan vara hemma på en ny plats. En hel del av det som personerna vi mött här berättar om och kämpar med speglas väl i definitionerna ovan. Men, som Heller poängterar, alla hem kräver att vi följer vissa normer och krav, att vi engagerar oss och känner ansvar. Vi avkrävs alltså ett visst mått av assimilering, vilket innebär att några av vanorna och beteendena från den förra kulturen behöver överges till förmån för sådana som fungerar i den nya. I gengäld kan vi då hoppas på – ja, kanske till och med förvänta oss – att vi ska bli åtminstone tolererade, ännu hellre accepterade och allra helst välkomnade.

En viktig del av hemskapandet består i våra försök att fylla rummen – yttre likväl som inre – med sådant vi kan stå ut med, så att de goda erfarenheterna blir fler än de dåliga. För det krävs att vi har möjlighet att göra sådant som bidrar till känslor av just gemenskap, trygghet, möjligheter och förtrogenhet. För, menar Crafoord, när vi känner oss hemma och att vi hör till på en plats, när vi känner att vi får finnas till, så stärker det också vår inre självbild.

Att känna sig hemma är en lång process som kommer gradvis. I Gubbas hage skriver Ekman att upprepningar och återkomster är en viktig del av hemkänslan. Då kan den komma smygande, även om den tar god tid på sig. Där blickarna är välvilliga och tystnaden inte hotfull, där känner vi oss hemma.

Referenslista

Abramson, Allen, & Dimitrios Theodossopoulos. (Red.). (2000). *Mythical Land, Legal Boundaries: Wondering about Landscape and Other Tracts*. Land, Law and Environment. Pluto Press.

Bachelard, Gaston. (1994). *The Poetics of space*. Beacon Press, Boston. (Originalarbete publicerat 1964).

Bogh, Mikkel. (2016). *Closer. Intimacies in Art, 1730-1930*. Statens Museum for Kunst.

Crafoord, Clarence. (1997). *Platser för vårt liv*. Natur och Kultur.

Dowling, Robyn, & Kathleen Mee. (2007). *Home and Homemaking in Contemporary Australia. Housing, Theory and Society*. Vol. 24, No. 3, 161-165.

Ekman, Kerstin. (2018). *Gubbas hage*. Albert Bonniers förlag.

Freud, Sigmund. (2008). *Vi vantrivs i kulturen*. (Lars W. Freij, Övers.). *Samlade skrifter av Sigmund Freud X, Samhälle och religion*. Natur och Kultur.

(Originalarbetet publicerat 1930).

Freud, Sigmund. (2009). Det kusliga. (Ingrid Wikén Bonde, Övers.). Samlade skrifter av Sigmund Freud XI, Konst och litteratur. Natur och Kultur. (Originalarbetet publicerat 1919).

Heller, Agnes. (2015). Var är vi hemma? Arche, 2015:52-53.

Kjellqvist, Else-Britt. (1999). Skapande rum – inre, yttre och det tredje. Yttre rum och inre. Svenska psykoanalytiska föreningens skriftserie, Nr. 3, 23-43.

Kropp & Själ. (20200407). Känslan av ett hem. Sveriges radio, P1.

Lennartsson, Rebecka. (2003). Flyktighetens erotik: kulturella perspektiv på den sexualiserade staden. Ord & Bild, Nr. 5-6, 59-71.

Levin, Iris. (2016). Migration, settlement, and the concepts of house and home. Routledge.

May, Rollo. (1991). Ropet efter myten. Rabén & Sjögren.

Seldén, Ann-Mari, & Berndt Westman. (2012). Rus förför – relation förändrar. Missbruk i psykodynamisk teori och klinisk praktik. Handbok i missbrukspsykologi – teori och tillämpning. Liber.

Seldén, Ann-Mari. (2020). Vådan av att inte "gå till". Utagerande i missbruk och konsekvenserna för individ och omgivning. [Publicerat manus till föreläsning, Göteborgs Psykoterapi Institut].

Rybczynski, Witold. (1988). Hemmet – boende och trivsel sett i historiens ljus. Bonniers.

Metod

Intervjuerna som ligger till grund för essän är gjorda under oktober och november 2020. Alla deltagarna gav sitt samtycke till att jag spelade in våra samtal vid intervjutillfällena. Deltagandet var helt frivilligt och det var möjligt att dra sig ur när som helst. Deltagarna var informerade om att intervjuerna skulle användas som underlag till en essä om hemkänslor. Alla har erbjudits att läsa och kommentera texten.

Sju personer deltog i intervjuerna. Två av dem, S och H, träffade jag för första gången när intervjuerna gjordes. Jag kom i kontakt med dem via mina kollegor

på Stadsmissionen Bostad först. De övriga fem kände jag sedan innan genom att vara deras kontaktperson/boendeassistent inom samma verksamhet. T är den jag känt längst. Vi träffades första gången hösten 2016. J och V har jag känt i cirka tre år, C i två och O sedan augusti 2020.

Sex av personerna är män och en är kvinna. Det är inte representativt, även om det finns en viss övervikt av män bland Bostad först-deltagarna. Könsfördelningen beror helt enkelt på att jag, när intervjuerna gjordes, nästan bara hade kontakt med hyresgäster som är män. För framtida studier av hemskapande och hemkänsla vore det intressant att få med flera kvinnor.

I den här essän har det varit berättelserna och erfarenheterna snarare än representativiteten som har stått i fokus. Samma sak med etnicitet. De flesta av deltagarna har svenskt ursprung, ett par har inslag från andra länder. För fortsatta studier av Bostad först kan etnisk härkomst vara en viktig och lärorik faktor när det kommer till möjligheter att känna sig hemma och skapa ett hem. För den här studien var det mindre relevant och ämnet kom inte upp i samtalen, förutom när S talade om att han delvis påverkades av att bo i ett område med få personer av svensk härkomst.

Alla intervjuer utom två är gjorda i personernas lägenheter. S träffade jag, som sagt, för första gången på Stadsmissionens kontor, och den första intervjun med J (som jag redan kände sedan tidigare) gjordes utomhus, i närheten av hans dåvarande lägenhet.

Som boendeassistent består kontakten främst av att stödja hyresgästerna i det som har med lägenheten och möjligheten till kvarboende att göra. Utöver det lämnar Bostad först-idén möjlighet för hyresgästerna att söka stöd för och samtala om allt möjligt annat som de känner behov av och som är inom lagens ramar. Visserligen samarbetar personalen på Bostad först med Socialtjänsten och har inte tystnadsplikt gentemot dem (vilket hyresgästerna vet), men boendeassistenterna är inte myndighetsutövare och har inte mandat att fatta beslut, bevilja eller ge avslag på några ansökningar om exempelvis pengar, boende, vård eller behandling. Detta medför att hyresgästerna inte sällan känner att de kan etablera en typ av förtroendefull relation till personalen på Bostad först, där det, för den som önskar, finns möjlighet till relativt stor öppenhet. Eftersom grundtanken är att hyresgästen och boendeassistenten träffas minst en gång i veckan – oftare om det behövs eller hyresgästen önskar

– är boendeassistenten på Bostad först ibland en av de personer de träffar mest frekvent och ofta under flera års tid. Det gör att relationerna kan bli både långvariga och relativt förtroendefulla, något som förmodligen påverkat hur samtalen som essän baseras på utspelat sig.

Hemkänsla och Bostad först – idéer om komplement till modellen

Genom att intervjua personer som bor, eller har bott, i Bostad först-lägenhet, om deras erfarenheter och upplevelser av att försöka skapa ett hem öppnades det upp perspektiv på hem och boende som sällan lyfts fram inom verksamheten, men som kan vara avgörande för hyresgästerna.

För det första verkade de flesta finna det meningsfullt att prata om hur de faktiskt känner sig i lägenheten och vad det är som påverkar hur de har det där. Här blev det tydligt att både tidigare och mer aktuella händelser spelar stor roll. För mig blev det ett nytt sätt att närma sig sådant som annars kanske inte hade kommit fram, men som är betydelsefullt för personerna. Genom att exempelvis fråga hur de haft det i andra lägenheter och boenden, vad som varit positivt och negativt, vad som fungerat och vad som gått fel, varför de lämnade och vad de hoppas på i den nuvarande lägenheten, fick jag inblick i händelser som format personernas erfarenheter av att bo, samtidigt som hyresgästerna satte ord på samband och mönster som kanske började framstå tydligare för dem. Det som händer i ett hem har stor inverkan på hemkänslan.

Det var också givande att fråga hur tillståndet i lägenheten hängde ihop med det psykiska måendet. Alla kunde se samband och resonerade sig fram till faktorer som påverkar varandra. Att fråga om personerna kände sig hemma i lägenheten, i området och i samhället var också intressant, då det kan säga något om hur hyresgästerna ser på sig och sin plats i närområdet och i övriga samhället. Känns det önskvärt att "passa in"? Känns det som att det finns plats för mig? Eller känns det snarare som att det inte finns, kanske aldrig har funnits, någonstans där en hör hemma? Här kan finnas ingångar till förståelse för hur hemma någon känner sig och hur det påverkar handlingar och tankar om framtid etc.

Frågor runt sovvanor, ljud och känslor av trygghet eller obehag, var en annan spännande väg till att utforska hur hyresgästerna kände sig i lägenheten.

Det blev tydligare varför någon exempelvis har svårt att vara ensam och vad det var som oroade och skapade otrygghet. Här kan finnas möjligheter till samtal om hur hyresgästen ska kunna känns sig tryggare och vad som behövs för att minimera obehag. Att kunna ha kontroll över vilka som kommer och går – inklusive stödpersonal – var en viktig faktor som bidrog till trygghet och hemkänsla.

Samtal om tillhörigheter och saker var en annan ingång till att prata om hur hyresgästen förhåller sig till den nuvarande lägenheten, till personer som finns runt omkring, att sätta gränser för andra och att ha förlorat hem och ägodelar tidigare. För mig ökade det förståelsen för hur svårt det kan vara att till en början uppfatta Bostad först-lägenheten som en långsiktig lösning, tillskillnad från de många temporära boenden som de flesta har erfarenhet av. Varken platser, saker eller personer har varit beständiga.

Jag tror att samtal som rör sig runt vad som påverkar hemkänsla, och vad som motverkar den, kan vara ett givande komplement till Bostad först- modellen på så sätt att det öppnar upp för fler möjligheter för hyresgäst och stödperson att förstå vad som påverkar hyresgästens möjlighet att skapa sig ett hem. Att ge hyresgästen chans att reflektera över tidigare erfarenheter, hur de påverkar, vad som är möjligt att förändra och varför det kan vara så svårt att förändra vissa saker, kan förhoppningsvis bidra till ökad självkänedom och möjlighet till kvarboende.

Genom att utforska och visa intresse för hur hyresgästerna har det hemma, vad som skapar en känsla av att trivas, och vad som har motsatt effekt, kan vi ytterligare stötta dem i att göra lägenheten till ett hem.

Att redan innan hyresgästen flyttar in i Bostad förts föra samtal om tidigare erfarenheter av hem och boende, samt hur tankarna ser ut runt den nya lägenheten, tror jag kan vara givande både för hyresgästen och för stödpersonen. Sammantaget är det allt det som görs, känns, tänks och upplevs i lägenheten som präglar viken typ av plats det är. Ett hem är en fysisk plats som vi fyller med mening, känslor, drömmar, relationer och aktiviteter. Helst ska ett hem präglas av kontinuitet och att vi kan kontrollera det så pass mycket att det blir tryggt, förutsägbart och familjärt. Jag tänker mig att vi från första mötet till avslutad stödinsats regelbundet kan återkomma till gemensamma samtal om just detta: känns det hemma i lägenheten? Vad är det som påverkar hur det känns?

Författarens tack

Först och allra främst vill jag tacka de sju personer som gick med på att samtala med mig och bli intervjuade i sina lägenheter. Utan dem hade jag inte börjat tänka på vilka faktorer som påverkar våra möjligheter att skapa ett hem, jag hade inte lärt mig något nytt och det hade inte blivit någon essä.

Jag vill också tacka Göteborgs Stadsmission för möjligheten att genomföra den här studien.

Studiens promemoria och utkast till texten har visats i flera sammanhang och lästs av flera personer och jag är tacksam för det stöd och den uppmuntran jag fått. Ett extra tack vill jag rikta till Dr. Kristina Nässén, Prof. Lisa Åkesson och Dr. Wil Burghoorn som alla har gett användbara kommentarer. Jag vill också tacka Peter Torpegård för att han letat stavfel och andra skavanker i texten.

**GÖTEBORGS
STADSMISSION**