



Utan att passera gå – en poddserie från Kriminalvården

Transkribering avsnitt 2 Muckat men ännu ej fri

Cecilia: Kvällen innan hade vi haft muckkalas, jag bjöd på cupcakes. Ja, men man säger väl hejdå. När jag skulle gå till mitt rum så låg massa bestick och köksredskap i min säng.

Tommie: Du, vem är det här?

Melinda: Det är Cecilia. Och hon berättar om sin sista dag på anstalten.

Cecilia: Skulle släppas klockan nio och åka till centralstationen i Göteborg. Det första jag gjorde var att be vakterna ladda min telefon så jag kunde lyssna på musik när jag gick därifrån.

Tommie: Spännande.

Melinda: Det här avsnittet kommer att handla om vad som händer när man har muckat, men ännu inte är fri. Du vet vad “muck” betyder va?

Tommie: Ja, det är ju gammal slang för att bli frisläppt.

Melinda: Precis, och när man sitter på anstalt så brukar man släppas ut när man avtjänat två tredjedelar av sin tid.

Tommie: Och då är man fri eller?

Melinda: Nej, det kan man kanske tro men då hamnar man inom Frivården. Och Frivården är den del av kriminalvården som bedrivs utanför murarna. Men ...

Tommie: Finns det ett “men” här?

Melinda: Det här avsnittet blir också vårt psykologiska avsnitt. Lyssna på det här:

Psykolog: Det är inget slumpmässigt flummigt som vi stoppar in, utan vi gör det under mycket strukturerade former. Vi ska göra det på rätt sätt. Med skrivna manualer. Kan vid då använda sätt att utveckla oss till bättre människor, då ska vi använda de bästa metoderna.

Tommie: Det där var stora ord! Berätta vem det är som säger det!

Melinda: Det där är Martin Lardén! Han är psykolog och chef för behandlingsprogrammen inom Kriminalvården.

Tommie: Mm-hmm?

Melinda: För i det här avsnittet kommer vi prata en hel del om Kriminalvårdens behandlingsprogram. Och hur KBT, alltså kognitiv beteendeterapi, blev en viktig kugge i den svenska Kriminalvården.

Tommie: Okej. Men ska vi ta och presentera oss nu?

Melinda: Jag heter Melinda Wrede och du lyssnar på "Utan att passera gå", en podd där vi berättar historier från den ofria världen.

Tommie: Och jag heter Tommie Jönsson, jag är reporter och sidekick till dig, Melinda.

"Intromusik"

Tommie: Okej, var börjar vi då?

Melinda: Vi börjar vid muck. Här är Cecilia igen:

Cecilia: Man blir fri tidigt. Klockan 09 tror jag var min tid. De öppnade i cellen klockan sju, så då jag äter frukost. Sen fick jag låna en tjejs plattång och någon hade lite smink och det var mycket fjärlar i magen och nervositet. Sen är det så här att man inte ska titta tillbaka när man lämnar anstalten och man ska få en spark i rumpan när man går, en lyckospark. Fängelseskrock är det väl.

Melinda: Cecilia satt inne ett halvår på en anstalt, dömd för narkotikabrott.

Cecilia: Senare hos centralvakten så lämnar de ut de värdesaker som jag har lämnat när jag kom, brev jag fått skickat till mig. Och sedan går man därifrån och det elektriska stängslet öppnas. Den känslan var obeskrivlig för jag hade ju bara sett utsidan inifrån i ett halvår och helt plötsligt kunde jag gå där.

Melinda: Det här var första dagen i frihet och då kan man verkligen förstå att hon vill fira. Men det blev inte så glatt.

Cecilia: Det första jag åkte till var Göteborgs centralstation och jag som är ångestbenägen tyckte det var jättejobbigt med alla människor. Jag satte mig på bussen från Göteborg, det tog väl fyra timmar. Sedan köpte jag ett fentanylplaster och kommer inte ihåg mycket mer av den helgen.

Tommie: Ajdå.

Melinda: Mmm. Det här är en krokig berättelse ur verkligheten. Jag tänkte att vi kan använda Cecilias historia som ett exempel på hur det faktiskt kan gå till när man kommer ut från en anstalt.

Tommie: Mhm

Melinda: För då ingår man i frivården, som är den sista slussen man ska gå igenom innan man är redo för att helt återgå till samhället. Och med Cecilia var det så här att hon var dömd för narkotikabrott. Men hon missbrukade även själv.

Cecilia: Så jag köpte ett fentanylplåster och blev så otroligt besviken, för jag romantiserade det så mycket. Känslan av friheten, allting och kände ingenting. Det kändes bara jag var äcklad, skam, skuld. Jag blev så besviken. Det här var på en fredag och jag skulle till frivården på måndag och var förstörd efter en helg med mycket droger.

Tommie: Vad var det som gjorde att Cecilia hamnade i den här situationen, från början?

Melinda: Ja, alltså det började med att hon sålde smuggelsprit.

Tommie: Mhm.

Melinda: Men det slutade inte där.

Cecilia: Jag lärde känna en kille som producerade egna droger, egna bensodiazepiner, ångestdämpande ... och han introducerade mig för darknet. Det var när bitcoins var nya i början. Så jag började hänga där på dåvarande Silk Road som Tradera fast för kriminella saker som droger, mord, pedofili, våldtäkter, allt. I sju år levde jag ett dubbelliv och utvecklade tablettmissbruk.

Tommie: Det här är mörkt!

Melinda: Ja, men utåt sett var Cecilia en lyckad bloggare och entreprenör.

Tommie: Och hur slutade det?

Cecilia: Jag skulle sälja ett hekto amfetamin och möta en specifik köpare. Det visade sig att jag hade span och att de hade span, så när jag åkte hem med det hektot så stormade poliser från huset och från garaget. Där kom civilbilar bakom, poliser med pistoler och då var det bara... allt är kört.

Tommie: Vad dömdes hon till?

Melinda: Hon fick nio månader på anstalt.

Cecilia: När jag kom dit första dagen så var jag positiv på 14 substanser för jag körde ju loss dagarna innan och var toknervös. Så jag fick sitta på isoleringen de tre första dagarna och den upplevelsen är så mycket hemskare än hela anstaltstiden. Att vara själv i ett rum med en metallsäng och ett fönster som är kanske 30 gånger 30 centimeter högt på väggen. Och så kommer nån och lyser med ficklampa en gång i kvarten för att säga att jag lever och rört på mig. Då började jag vakna till i var mitt liv hade hamnat. Efter sju år sitter jag i en isoleringscell och det kändes som att jag inte visste hur det hade gått till.

Tommie: Okej här låter det som om Cecilia är nere på botten. Men kanske är man mottaglig för behandling då?

Melinda: Ja man kan tro det.

Tommie: För visst ska det här handla om behandlingsprogram?

Melinda: Precis, på anstalten ska Cecilia gå två stycken behandlingsprogram, det första av dem heter VINN, som är ett motivationsprogram speciellt anpassat för kvinnor ...

Cecilia: Jag minns inte jättemycket från det. För jag tror inte att jag var mottaglig.

Melinda: Men efter VINN gick Cecilia behandlingsprogrammet som heter Återfallsprevention.

Cecilia: Och det var väl där jag började öppnas upp inför KBT tankens kraft. Hur känslor och handlingar påverkas av mina tankar.

Tommie: Nu, Melinda, nu ska jag äntligen få spela upp lite ljud.

”Miljöljud från inpasseringskontroll i byggnad”

Melinda: Var är vi nu?

Tommie: Nu är vi Norrköping. På jobbet hos psykologen Martin Lardén. För om det är nån som kan saker som tankens kraft och att jobba med svåra känslor, så borde det vara han.

Martin Lardén, psykolog: Vi vill ju alla på olika sätt försöka att få folk att sluta begå brott. Vi vill skapa ett säkrare och tryggare samhälle.

Tommie: Martin säger att straff oftast fungerar bra för att hindra folk från att begå brott.

Melinda: Men?

Tommie: Ja, det finns ett men här.

Martin: Men! De klienter som vi kallar för återfallsförbrytare som tenderar att komma tillbaka dom biter inte straffen på. Det beror på att de ända sedan barnsben har varit utsatta för straff helt enkelt. Vad som sker då när man får “nej, nej, stopp, stopp”, det är en så kallad habituering.

Tommie: Habituering är ett begrepp som Martin återkom till flera gånger.

Melinda: Och vad är det då?

Tommie: Jo, det betyder alltså att man vänjer sig vid den här typen av tillsägelser och straff, så pass mycket att det inte får någon effekt längre.

Martin: Det är som att hålla vatten på en gås, helt enkelt. Därför måste vi istället gå en annan väg. Och lära dem “vad kan du göra istället” istället för de här beteendena som har lett till att du har stulit eller varit våldsam. Och då sysslar vi med vad vi idag kallar för behandling.

Tommie: Ja, okej, nu blir det lite psykologifokus här.

Melinda: Inte mig emot!

Tommie: Bra. För Kriminalvårdens behandlingsprogram ska hjälpa klienten att lära sig nya beteenden och tankemönster. För att hindra klienten från att begå brott igen.

Melinda: Men vad består själva behandlingsprogrammen av då?

Tommie: Ja, det kan vara lite olika saker. I programmen kan det finnas gruppövningar, rollspel, samtal, läxor. Till och med meditation och yoga kan ingå i dem.

Melinda: Om man vill vara lite vara elak nu, så låter ju det du säger, med rollspel, meditation och yoga och så här, någon kanske skulle hävda att det var i riskzonen för flum.

Tommie: Fast det är egentligen tvärtom. Allt de gör, alla behandlingsprogram, de måste vila på vetenskaplig grund.

Martin: Social inlärningsteori är den mest grundläggande teorin bakom våra behandlingsprogram. Det handlar helt enkelt om hur vi lär oss i möten med andra människor helt enkelt.

Tommie: Och på en praktisk nivå, så bygger Kriminalvårdens behandlingsprogram oftast på kognitiv beteendeterapi.

Melinda: Det är väl det man förkortar KBT?

Tommie: Exakt. KBT används förstås inte bara inom Kriminalvården. Det är en behandlingsform som man kan hitta överallt i samhället idag. Till exempel kan det användas för att träna bort fobier, för det man gör det är att man verkligen tränar på att använda sig av nya beteenden och tankemönster.

Melinda: Men hur kommer det sig att Kriminalvården använder den här metoden då?

Tommie: Så här svarar Martin:

Martin: Det skedde väl någon typ av paradigmskifte på 90-talet. Från att vi alla varit psykodynamiker, till att vi blir kognitiva beteendeterapeuter. Det har väl att göra med att någonting som är självklart om man är kognitiv beteendeterapeut, det är att man också ska utvärdera och forska på de behandlingar man gör. Vilket då var mindre vanligt i den traditionella psykoterapin. Så det gjorde att när man i samhället började tala om att vi måste vara evidensbaserade, vi ska göra det forskningen säger, då blev det ju ett naturligt försprång för kognitiv beteendeterapi därför att det fanns mera forskning på det, helt enkelt.

Melinda: Cecilia, som vi hörde tidigare, hon gick ett av Kriminalvårdens vanligaste behandlingsprogram när hon satt på anstalt. Det heter Återfallsprevention.

Cecilia: Jag hade en behandlingsterapeut som jag träffade, jag kommer inte ihåg hur ofta. Varje enskild gång så gick vi igenom olika aspekter av livet. Jag fick ofta läxor som jag skulle göra på mitt rum som skulle träna upp min självkänsla och lära mig att känna tacksamhet, lära mig vad normala saker är. Som respekt. I den kriminella världen är ju respekt att "du ska vara rädd för mig", men det är inte respektens betydelse. Det jobbigaste var såklart självrannsakan. Att få läxor där jag behövde tänka på vad min drogförsäljning hade gjort, att människor på riktigt har dött av droger jag har sålt. Hur fan man förlåter sig själv för det? Det vet jag inte och det vet jag fortfarande inte.

Melinda: Tommie?

Tommie: Ja?

Melinda: Det var ju du som träffade Martin.

Tommie: Ja.

Melinda: Jag kan inte riktigt släppa det här med rollspel. Det låter spännande, hur funkar det?

Tommie: Vi kan lyssna här.

Martin: Man spelar teater, helt enkelt. Som det oftast går till i ett möte då i frivården är att man gör det här som ett så kallat rollbyte. Det vill säga att du kanske kommer dit till mig som frivårdsinspektör eller som behandlare och säger "min socialsekreterare hon lyssnar aldrig på mig utan vad jag än försöker säga så får jag ett dumt svar". Okej! Då funderar jag på, hur kan vi liksom förstå det här och hur kan vi visa det. Då får du som klient spela den här socialsekreteraren. Vad gör hon? Vad säger hon? Och jag får då bemöta det på ett prosocialt eller socialt kompetent sätt. Istället för att bli förbannad eller försöka argumentera så hittar jag andra sätt att lyssna. Och sen så byter vi! Och då spelar jag den här odrägliga socialsekreteraren. Och klienten får bemöta mig med det nya beteendet. Det är ett sätt att rollspela, det vill säga att man tränar in nya saker. Och det här är viktigt för att vi vet att det inte går att bara förändras i tankar. Man måste både tänka och göra annorlunda om det ska få en varaktig effekt.

Tommie: Martin Lardén betonade flera gånger att det handlar om att träna, träna, träna.

Martin: Just kognitiv beteendeterapi var den modell som gick att föra över till den här klientgruppen. För att prata abstrakt om någonting, att översätta ett abstrakt resonemang till en verklighet, det är någonting som många har svårt med hos oss. Men däremot, pratar vi om, "okej, kan vi också visa, kan vi också öva". Så vi tränar allt från avslappning, så kallade surf-övningar, det vill säga att om man till exempel har ett drogsug så får man då liksom sluta ögonen, lära sig att uppleva de här sugkänslorna, man stannar kvar i dem och då klingar de av. Det är ungefär så vi jobbar med fobier.

Tommie: Du, Melinda, du tyckte det här med rollspel lät intressant?

Melinda: Ja absolut.

Tommie: Men då har jag en annan grej här. För Martin berättade om en annan behandling som man håller på att ta fram i samarbete med Rättsspsykiatrin. Det är ett program för klienter med våldsproblematik. Det håller just nu på att testas på två anstalter. Och det här är lite mer åt science fiction-hållet. För man använder sig av virtual reality.

Melinda: Får klienterna ha VR-glasögon?

Tommie: Mmmm ...

Martin: Virtual reality, det är ju egentligen en teknik där man med hjälp av hörlurar och glasögon kliver in i en ny värld. Och sedan så möter klienten i den här nya världen, i virtuella världar, han möter olika avatarrer. Och avatarrerna spelas i realtid av programledaren. Till exempel, det kan vara att klienten ska gå på bussen och möter en busschaufför som kanske är lite oförsämd. Eller

kanske blir stoppad i en dörr när han vill komma in i en bar eller så. Och det här gör ju att plötsligt så kan vi öka realismen. Vi kan alltså träna på att bli provocerad och bli arg. Det är jättesvårt med våra klienter att träna, speciellt i fängelsemiljön, så vi ser den här framtiden med Virtual Reality som en möjlighet att liksom verkligen fördjupa och få det till att kännas mer som att man verkligen tränar på att bli bättre på att kontrollera sig själv, vilket är ett stort problem för många klienter med våldsproblematik.

Tommy: Jag tror ju att det är så här att väldigt många vanligt folk inte tänker att Kriminalvården inte riktigt håller på med sådan här typ av forskning och utveckling.

Martin: Vi har ju valt att vara en evidensbaserad kriminalvård. Då måste man hela tiden uppdatera sig så att säga vad det innebär att vi måste följa med. Vi ska inte vara dom som utsätter våra klienter som försökskaniner, det är universitetens uppgifter, men vi måste få hit de modernaste sätten för att få så stor möjlighet att påverka människor i rätt riktning.

Melinda: Men du, jag undrar en sak apropå behandlingsprogrammen. Hur har det här förändrats genom åren?

Tommy: Ja, och jag frågade faktiskt Martin om just det och om skillnader mellan då och nu.

Martin: Förr så var ju verkligen den här skillnaden mellan hårda tag, straff och sånt och behandling och flum, den var väldigt påtaglig, helt enkelt. Då hade man en grundprincip att "vi låter alla blomma blomma", det vill säga att vi låter folk där ute på självet använda alla behandlingsprogram som finns. Och då kunde det vara allt från kanotresor till att spela musik till psykoterapi, allt hette behandling. Och då tänkte man att det kanske finns 50 olika program i kriminalvården, tänkte man då. Så vi startade en insamling och sedan så har vi en stor konferens i Södertälje för att se och det visar sig att man inte hittade 50. Man hittade 284 stycken.

Melinda: 284 stycken olika behandlingsprogram?!

Martin: De hade vissa gemensamma saker. Inget var utvärderat. Inget byggde på manualer och struktur. Egentligen visste man inte vad man gjorde, helt enkelt. Och då bestämde man sig för att vi ska istället ha nationella program. Och då tog man nästa steg, om vi nu ska ha nationella program så skulle det vara de bästa som finns. Och därför skapar vi då en ackrediteringspanel, det vill säga att vi tar de mest erfarna och skickliga professorerna och docenterna vi har inom området i Sverige och så skapar vi en panel som får bedöma vilka program som är mest lovande.

Miljöljud: Cecilia håller upp vätska i ett glas.

Cecilia: Jag muckade på en fredag och skulle till frivården på en måndag och var förstörd efter en helg med mycket droger.

Melinda: Nu är vi tillbaka hemma hos Cecilia. Efter att hon blev utsläppt från anstalten, skulle hon söka upp frivården.

Cecilia: Jag kommer mest ihåg att det var en lucka i receptionen som jag skulle säga namn och personnummer. Och så var det två fåtöljer som jag skulle sätta mig i en av dem och vänta på min övervakare. Jättenervös, jag vet ingenting om hur det här fungerar. Och det första jag gjorde det var bara att berätta allt, att jag har tagit återfall och jag vet inte hur jag ska hantera det här.

Melinda: Dom går tillsammans igenom vad frivården handlar om, vilken hjälp och stöd som Cecilia kan få, men också vilka skyldigheter hon har.

Cecilia: Jag började inse att jag behöver många insatser för att komma ur det här. Ensam är inte stark längre.

Melinda: När Cecilia lämnade anstalten var hon villkorligt frigiven. Då ingår det att man ska träffa sin övervakare regelbundet.

Cecilia: Jag var villkorligt frigiven ett år.

Melinda: Men Cecilia hade fortfarande inte lämnat sitt missbruk.

Cecilia: Och sen återföll jag i kriminalitet och fick skyddstillsyn, om det var åtta månader.

Melinda: Det här återfallet i kriminalitet som hon pratar om var en stöld. Därför förlängdes Cecilias straff och hennes tid i frivården.

Tommy: Men vad innebär det att ha skyddstillsyn egentligen?

Melinda: Skyddstillsyn är ett straff som du avtjänar utanför anstalt. Under den tiden ska du ha regelbundna möten med din frivårdshandläggare. Målet med den här åtgärden är att du ska återanpassas till ett icke-kriminellt liv. Och under skyddstillsyn så kan du få särskilda föreskrifter om att gå behandlingsprogram.

Tommy: Man tvingas gå i behandling?

Melinda: Ja, det kan man säga. Så var det för Cecilia. Under hennes skyddstillsyn så gick hon på behandlingsprogrammet PULS.

Cecilia: Det är egentligen inriktat för våldsamma män, så alla kategorier kanske inte passar in. Men det var väldigt inriktat på våra problem och de brotten vi var dömda till och också väldigt mycket om kring tankens kraft, kring självkänsla. Diskussioner kring värderingar, moral. Jag tror att när jag började gruppbehandlingen på frivården så var jag som mest mottaglig för att göra en förändring för att jag var så fruktansvärt less på det här livet. Och då fanns dom där i rätt tid med rätt människor.

Miljöljud: Cecilia bläddrar i papper.

Melinda: Cecilia har sparat häften och pärmar från behandlingsprogrammet.

Cecilia: Det här är hela häftet för behandlingsprogrammet. Här till exempel så gick vi igenom ett återfall.

Melinda: Och hon visar ett papper där hon ritat upp en väldigt detaljerad tidslinje.

Cecilia: Såhär, det här är mitt sista återfall innan jag blev drogfri. Och då har vi gjort en tidslinje på vart allting började. Det var en midsommarhelg. Jag skulle varit med en drogfri vän men det blev inte så.

Melinda: Idén med att rita upp den detaljerade tidslinjen är att det ska bli tydligt hur händelser och tankar leder fram till ett återfall.

Cecilia: Fredagen midsommarafton måste det ha varit, som började med att det inte blev något umgänge med den person jag tänkt.

Melinda: En tjejkompis som är missbrukare hör av sig. De bestämmer sig för att fira midsommar ihop.

Cecilia: Sen ser man då under den här tidslinjen att vi knarkar under natten, det går över till tidig morgon.

Melinda: Sedan cyklar Cecilia till stationen för att ta tåget till en annan stad och köpa mer droger. Och sen:

Cecilia: Att jag tar tåget hem. Jag ringer mobila teamet och diskuterar med dom. Att jag är rädd för vad jag håller på med. Jag har varit vaken för länge så att jag hallucinerar. Jag åker hem och mår dåligt.

Melinda: Sedan träffar Cecilia en annan tjejkompis. De tar mer droger och åker till en langare.

Cecilia: Där jag totaldäcker. och vaknar med att någon har målat sin tag långt ner på min mage och jag vet inte vad som har hänt. Det enda jag minns är att jag sa att jag inte ville att han skulle röra mig.

Tommie: Och vad var egentligen poängen för Cecilia med att rita upp det här på en tidslinje?

Melinda: Hon beskrev det som att det gav en mycket tydligare bild av vad som egentligen hänt den där midsommarhelgen. Hennes minne var ju först att hon inte hade något att göra. Att hon hade åkte till en kompis och det blev droger och sen ville hon ha mer droger och sen hamnade hon hos fel killar. Slut. Men när hon ritade upp allt det här, så mindes hon mycket mer.

Cecilia: Att börja måla upp allting och detaljerat förstå varje steg att varje steg ledde till slutet fick mig att lära mig se mina risktankar innan ett återfall för att jag ska kunna bryta dom lättare.

Melinda: En sån här övning som Cecilia berättar om är ett exempel på hur Kriminalvårdens behandlingsprogram utgår från KBT, för att hjälpa klienterna i vardagen.

Tommie: Ja och att jobba så här hänger ihop med en sak som Martin Lardén förklarade. Han sa att det är svårt att sudda ut gamla tankemönster. Men att det däremot går att träna in nya.

Martin: Ja, det är en del i det resonemanget, så att säga, fungerar straff? För om vi ser någon person göra något fel så vill vi ju säga "stopp och belägg!", "sluta med det där, sudda bort det!" Men det visar sig tyvärr att har man lärt in ett beteende så tenderar att man falla tillbaka till det beteendet. Och det går då inte bara att sudda ut och säga "stopp, stopp, stopp" om du inte vet vad du ska göra i stället. Kan vi då få de här nya sakerna att dominera och visa sig att de faktiskt är mer långsiktigt effektiva, de funkar i de flesta situationer då kommer de till slut att dominera över det här riskbeteendet.

Melinda: Men Tommie, sa han något om hur effektiva dom här behandlingarna är?

Tommie: Jo, jag frågade honom om det. Det fanns faktiskt en siffra.

Martin: Ett problem i forskningen, i statistiken, är att det är väldigt stor variation beroende på att det är så många saker som påverkar huruvida du återfaller eller inte. Det är dels du själv, din personlighet, men också de omständigheter du lever kring. Men generellt sett så någonstans mellan 10 och 15 procent kan man minska med behandlingsprogram.

Melinda: Okej, men jag undrar en annan sak. Går alla ens att behandla?

Tommie: Ja, vi kom in på den frågan. Och Martin menar att det egentligen inte finns några omöjliga fall, men vissa är ju såklart svårare än andra.

Martin: Man har gjort en hel del studier och det har visat sig att det finns i dag ingenting vi kan mäta som är ett definitivt hinder för att förändras. Förut var det väldigt mycket tal om psykopati till exempel, att har man den här psykopatiska personlighetsstörningen, då är man immun mot rehabiliterande åtgärder. Forskningen och erfarenheten visar att nej så är det inte alls. Det är svårare, det är tuffare, men det går.

Tommie: Du Melinda, vad hände med Cecilia, hur gick det för henne?

Melinda: Ja alltså, i hennes fall så har ju både straffet och behandlingsprogrammen fungerat. Även om det inte har varit lätt alla gånger. Vi kan lyssna lite på vad hon gör idag.

Cecilia: Jag jobbar. Arbetstränar i kök. Det har jag gjort de senaste två åren. Tanken är att jag ska börja studera nästa år. Jag tränar, jag har rutiner, jag har struktur. Jag mår bättre än jag någonsin har gjort. Det var länge under mitt missbruk som jag trodde att jag knarkat bort förmågan att må bra igen.

Melinda: Cecilia har de senaste tre åren hållit sig bort från droger och kriminalitet.

Cecilia: Och jag känner mig väl som en del av samhället igen och att jag inte förstod att jag hamnade i ett utanförskap. När jag väl skulle tillbaka in i samhället igen förstod jag hur mycket jag varit utanför det. Min behandlingsterapeut och min övervakare, dom räddade mig, på riktigt.

Melinda: Du Tommie, nu är det här avsnittet är snart slut. Men det finns faktiskt en liten historia här, som är nästan för bra och fin för att inte berättas.

Tommie: Okej? Vad är det då?

Melinda: Den handlar om Cecilias allra sista besök på frivårdens kontor. För i en trappuppgång så knyts hela hennes historia ihop.

Cecilia: Dels så låg min advokats kontor under, så av en slump så stötte jag på honom i trappen och sa att nu har jag lämnat allting, jag lämnar frivården, allt går bra. Han kramade mig och var glad för min skull. När jag kommer ut från frivården så möter jag den polis som haft span på mig som avlyssnat på mina telefoner som jag haft förhör med som gjort husrannsakan hos mig. Allting. Den polis som jag har lekt katt och råttat med i så många år. Och han visste ju att jag hade lämnat allting, han har ju koll på sådant, han har koll på den världen. Det var så fint att vi kunde mötas och prata och han sa att, "att se såna som dig, det är ju min lön för arbetet". Och att vi

kunde kramas efter så många år i den här katt- och råtta leken. Det var som ett avslut på allting att vi fick mötas där av en slump och jag tackade honom för att jag fick straffet. För utan det tror jag inte att jag kommit insikt. Det var så himla fint ögonblick att säga hejdå både till frivården, advokaten, det livet och slutligen den polisen. Han bara gick där runt hörnet när jag kom. Det kan inte bara va en slump, det skulle hända.

Melinda: I nästa avsnitt av ”Utan att passera gå”.

Röster ur nyhetsklipp: Gängkriminaliteten...de kriminella nätverken...den här gängmiljön...kriminella gäng.

Kvinnlig röst: Det är väldigt mycket fokus på nätverken nu, för det är i nätverken som det i väldigt stor utsträckning skjuter varandra:

Manlig röst: Ena dagen är dom bröder och nästa dag har de ihjäl varandra.

Kvinnlig röst: Jag tror att dom ser sig på ett annat sätt än de här klassiska gängen. Och jag tänker också att det får ju väldigt mycket konsekvenser. Särskilt under en verkställighet om de blir klassad som organiserad brottslighet.

Melinda: Du har lyssnat på ” Utan att passera gå”, en poddserie från Kriminavården. Jag heter Melinda Wrede.

Tommie: Och jag heter Tommie Jönsson.

Länk till avsnittet Muckat men ännu ej fri:

https://open.spotify.com/episode/5PsuGUJMcza4trxWkMOFYO?si=BxxwL_iWRKyqIfeyITBYWA