

OUT

sideren

ser psykiatrien indefra



Skånsomme jobs - en fed fidus ?

Tema - Psykisk syge på arbejdsmarkedet

OUT sideren

ser psykiatrien indefra

Foreningen Tidsskriftet OUTsideren

Bestyrelsesmedlemmer:

Erik Olsen;	Formand
Anse Leroy;	Socialoverlæge*
Benny Lihme;	Redaktør, Social Kritik
Svend Balle;	Regnskabsfører, OUTsideren
Michael P. Krog;	Ansvarshavende Redaktør, OUTsideren
Karlo Hansen;	Journalist, OUTsideren
Hanne Sloth;	Journalist, Dansk Journalistforbund

Suppleanter:

Jette Nielsen;	Fotograf, OUTsideren
----------------	----------------------

Tidsskriftet OUTsideren er en privat humanitær og social forening, der tilbyder frivilligt arbejde og uddannelse fortrinsvis til mennesker med psykiatrisk patienterfaring. Dette sker ikke som led i en social foranstaltning eller integration, men overvejende fordi disse mennesker besidder en værdifuld viden og erfaringsbaggrund, som er grundlaget for Tidsskriftet OUTsiderens virke.

Tidsskriftet OUTsideren er et tidsskrift om psykiatri og beslægtede emner, hvilket betyder, at artikler i bladet overvejende har en kritisk og nuanceret vinkel på psykiatrien.

Tidsskriftet OUTsideren har som mål at fremstå professionelt, sagligt og seriøst og drives ud fra retningslinier om god journalistik. Derfor lægger vi stor vægt på uddannelse af medarbejderne, såfremt de ikke i starten kan leve op til dette.

Vi har følgende formål:

- at være talerør for mennesker, der har eller har haft en psykisk lidelse, så de får mulighed for at komme til orde.
- at skabe et blad, der informerer bredt om aktiviteter og tilbud til mennesker med psykiske lidelser.
- at være et anderledes blad - en outsider, der tør kritisere de etablerede holdninger og trykke ideer, der går på tværs af den "normale" virkelighedsopfattelse.
- at forsøge at påvirke samfundet til at indtage en mere humanistisk holdning til psykiske lidelser gennem en bred dialog med alle interesserede parter, såsom brugere, pårørende, behandlere og offentligheden i almindelighed.
- at informere om nye behandlingsformer, der bl.a. rummer et helhedsorienteret syn på mennesket.

OUTsideren

Prinsesse Charlottesgade 28,
2200 Kbh. N.

Tlf. / Fax:
35 39 71 24 (kl. 10-16)

Pressekoordinator: Michael P. Krog
Ring: 28 24 10 50 Fax: 39 65 71 44
Giro 1667 2246

Email: OUTsideren@email.dk
OUTsiderenshemmeside:www.OUTsideren.dk

Redaktionsgruppen

Ansv. red: Michael P. Krog
kontortid: Tirsdag 10-16.
Regnskab: Svend Balle
kontortid: Fredag 10-16.
Journalist: Anne Folker
Journalist: Dorthe Raffenberg
Journalist: Tina Nurby
Journalist: Joan Remil
Fotograf: Jette Nielsen
Journalist: Karlo K. Hansen
Webmaster: Frank Fog
Layout: Jorge Osorio

Eksternt tilknyttet

Kenneth Sørensen; Pædagogisk og redaktionel konsulent

OUTsideren udkommer 6x årligt.

Institutionsabonnement	225 kr.
Privatabonnement	100 kr.
Løssalg	25 kr.

Reklamer:

1 side 1000 kr.	1/2 side 750 kr.
1/4 side 500kr.	1/8 side 250kr.

Næste nummer forventes:
maj 2002

Tryk:

PE Offset & Reklame A/S
Tømmervej 9
6800 Varde
Telefon 76 95 17 17

OUTsideren får penge i 2002
af Socialministeriet og Kbh. kommune

Indlæg og artikler udtrykker ikke nødvendigvis redaktionens holdning. Redaktionen forbeholder sig ret til at forkorte i de indsendte indlæg.

Artikler i OUTsideren kan citeres, når kilde klart fremgår af citatet. Kopiering er ikke tilladt ifølge dansk lov om ophavsret, med mindre det er aftalt med redaktionen

Forsidefoto: Jette Nielsen
Bagside: J. Nielsen J. Osorio

Indhold

OUTsider nr 36 marts & april 2002



Anny Red
Michael P. Krog



Konsulent
Kenneth Sørensen



Regnskabsfører
Svend Balle



Journalist
Joan Remil



Journalist
Dorte Raffenberg



Journalist
Anne Folker



Journalist
Karlo Hansen



Journalist
Tina Nurby



Fotograf
Jette Nielsen



Layout
Jorge Osorio



Webmaster
Frank Fog

Den lukkede afdeling som arbejdspladss. 6

At uddanne sig inden for psykiatrien blev en barsk oplevelse for social og sundhedsassistenten Tina Nurby – arbejdsmiljøet var for koldt.
Af Tina Nurby

Fra OUTsider til INSiders.10

Tre kvindelige psykiatribrugere har oprettet deres egen arbejdsplads, som de kalder for INSiderne. De vil opnå fuld accept og integration i samfundet såvel som i erhvervslivet. Virksomhedens mål er at medvirke til at skabe en dybere og bredere forståelse for sindslidendes behov for at føle sig respekterede og ligeværdige i forhold til andre.
Af Maria Holbek

Samarbejde er der brug for også på arbejdspladsens 4

Redaktionel kommentar af Michael P. Krog

Boganmeldelse - liv i fokuss.14

Når livshistorier bliver fortalt. Anmeldt af Svend Balle

Nørremarken produktion og servicess. 16

90 sindslidende trives på Nørremarken. Interview af Karlo Hansen

Læserne meners. 18

Aktuelle læserindlæg

Skånejob på MacDonaldss.20

I de fire timer jeg var på arbejde, forlangte de, at jeg skulle arbejde optimalt, dvs. lige så hurtigt som de andre, fordi de mente, "skåneriet" lå i, at jeg kun arbejdede fire timer. Af Joan Remil

Til »massekonsultation« hos Søren Ventegodts.22

Søren Ventegodt kritiseres for manglende indsigt i psykisk sygdom.
Af Maria Holbek

Alternativ behandling i psykiatriens.25

Svar på Kenneth Sørensens kritik af alternativt seminar. Af Annie Bejart.

Orienterings.28

Aktuelle nyheder fra psykiatriens verden. Redigeret af Svend Balle

Poesivinduets. 31

Poesi fra læserne



Samarbejde er der brug for - også på arbejdsmarkedet

Redaktionel kommentar

Michael P. Krog, ansvarshavende redaktør



Velkommen til gamle og nye læsere af OUTsideren!

Der skulle gerne være en hel del nye læsere, da vi med dette nummer har indledt et samarbejde med to andre tidsskrifter fra psykiatriens

verden. Da de - nævnt uden den mindste smule misundelse - har langt større midler og er langt større i oplag, forventer vi, at samarbejdet og henvisningerne vil gøre, at vi får kontakt med langt flere læsere.

Og som et slogan siger andetsteds i medie-verdenen: **Nye læsere kan begynde her! Eller: OUTsideren - Hvis De vil vide mere!**

Hvad kan man så få mere at vide om?

Hvad der foregår i psykiatriens verden - set fra psykiatribrugers perspektiv. Vi véd også, at mange flere end brugere læser os for at få et indblik i, hvordan psykiatribrugere/mennesker/konsekvensesperter tænker, lever og har det. Og det, der i behandlingssøjemed, hedder patienten eller klienten - og som vi hellere vil kalde mennesket - er vel det vigtigste at have med - og at læse om.

Vi mener - i al ubeskedenhed - at psykiatribrugere fortjener at blive hørt mere, og at OUTsideren derfor fortjener at blive læst af langt flere...

Samarbejdet mellem vore 3 tidsskrifter har resulteret i, at vi alle tre har et fælles tema om arbejdsmarkedet. Man kan så læse en del om emnet i ét magasin - for derefter at læse mere og få andre vinkler i de to andre.

Vi er selv på OUTsideren en arbejdsplads for flere frivillige og færre lønnede, men idealistiske mennesker. Det kan man også læse mere om i den aktuelle udgave af Socialpsykiatri.

Jeg må indrømme, at jeg er slet skjult stolt over at være leder af en redaktion af så vidt forskellige mennesker. Som har det til fælles, at de brænder

for en sag, nemlig at se psykiatrien indefra og viderebringe det på en så indtrængende og levende måde, at læserne - deriblandt brugere, behandlere og beslutningstagere - forstår hinanden bedre - så psykiatrien også bliver bedre.

Vi gør, hvad vi kan for at sprænge vore økonomiske rammer og skabe et fuldt professionelt og læseværdigt magasin. Det kræver sin ildsjæl, og det er i al fald ikke for pengenes skyld, at man påtager sig et skånejob på OUTsideren. Det drejer sig mere om at gøre en forskel - selvværd, stolthed og samfundsansvar.

Men det drejer sig også om mere.

Forleden overhørte jeg i et tog en lille dialog mellem to mennesker som ikke kendte hinanden: En ung mand talte lidt for højlydt i den uundværlige mobiltelefon. Han afsluttede samtalen med at ønske en god arbejdslyst! Det fik en ældre, distingveret herre til at udbryde: Ka' man ha' det?

Arbejdslyst. Der er noget arbejde, som er mere lystbetonet end andet, og lyst skal der til for at arbejde på OUTsideren, når lønnen er forholdsvis sparsom, og arbejdet i øvrigt bærer lønnen i sig selv.

På OUTsideren har vi indtil nu haft lige løn for ulige arbejde. På et skånejob vil det sige, at man får 1/3 af mindstelønnen inden for journalistfaget. For de lønnede, der ikke er under journalistoverenskomsten, spæder OUTsideren så op. Det vil i kroner sige, at for de timer vi får løn for - og vi arbejder langt mere end det - er timelønnen 60 kroner.

Deraf skal så betales skat, men hvad »værre« er, så bliver man trukket for en lang række sociale ydelser og tillæg, man ellers var berettiget til. Hvis man for eksempel er så uheldig at skulle til tandlægen, kan det måske i lang tid slet ikke »betale« sig at arbejde. Havde man ikke haft skånejobbet, havde man fået en hel del mere refunderet, men nu kun en mindre procentdel. Det inspirerer ikke nødvendigvis til større arbejdsiver. Det

kan så lade sig gøre på en arbejdsplads som OUTsideren, hvor vi har en hvis motivation og arbejdsglæde.

Men, som et nyere medlem af redaktionen beretter, noget andet er virkeligheden på andre arbejdspladser. Joan Remil fortæller om sin tidligere arbejdsplads i restaurantkæden McDonalds. Arbejdet her som smørrebrødsjomfru og burgeroverbringer kan enhver forestille sig er - uden at forklejne hverken arbejdet eller McDonalds - langt mere stressende, hårdt og med mindre motivation.

Men timelønnen er *også* langt mindre, nemlig halvdelen - ca. 30 kr. Vel at mærke med den første måned uden løn! Herfra skal naturligvis også trækkes skat og førnævnte sociale ydelser og tilskud.

Derfor kan man måske godt forstå at der er blevet skabt langt færre skånejobs end

oprindeligt beregnet og forventet. Joan fortæller også, at de timer man arbejder, arbejder man effektivt. Så virksomhederne får en effektiv arbejdskraft - som de oven i hatten får refunderet en del af lønudgiften til.

De oprindelige tanker med lovgivningen om skåne- og fleksjobs var måske noget i retning af, hvad den århusianske komiker Jakob Haugaard i sin tid kom i Folketinget på. Hans valgprogram var bl.a. Nutella i soldaternes feltrationer - hvilket vist *er* indført - og en af hans væsentligste paroler lød: Hvis arbejde er sundt - så giv det til de syge!

Det er måske at sætte sagen lidt på spidsen, men det er i al fald sikkert, at det at have et arbejde giver én en identitet og et større selvværd.

Skånejobbet har en kortere arbejdstid, men kan til gengæld være hårdt - også mange andre steder end i restaurationsbranchen. Sammen med en timelønsudgift på godt 30 kr., hvoraf en del bliver refunderet af det offentlige, kan man vel godt kalde det beskedent og

Fortsættes side 27

Fælles fokus på arbejdsliv

Februar/marts-numrene af de tre blade, Psykiatri-Information, Socialpsykiatri og OUTsideren, sætter med hver deres synsvinkel fokus på arbejdslivet.

Dette er resultatet af et samarbejde mellem de tre redaktioner - ikke for at finde fælles fodslag, men for tilsammen at belyse et væsentligt tema, så 1 + 1 + 1 forhåbentlig bliver mere end 3!

Du sidder nu med OUTsideren i hånden, og du er velkommen til at bestille de to andre - god læselyst!

Psykiatri-Information beskriver bl.a. mennesker, der har oplevet voldsomme konsekvenser af stressede arbejdsforhold, en fremtidsforskers syn på tidens ændrede arbejds- og samfundsstruktur, fænomenet stress set fra både en psykiaters og fra en psykologs synsvinkel samt en præsentation af PsykiatriFondens erhvervsrådgivning.

Telefon 3929 3909 www.psykiatrifonden.dk



Socialpsykiatri sætter fokus på, hvad arbejdslivet betyder for at komme sig (recovery), og hvad der skal til for at åbne arbejdsmarkedet for mennesker med sindslidelse.

De i alt ni artikler kommer vidt omkring: fra Fontæne Huset i Århus, over arbejdspladsen OUTsideren, til Australien, hvor psykiatrien i dag ansætter brugerkonsulenter som forandringsagenter.

Telefon 3393 4452 www.socialpsykiatri.dk



Den lukkede afdeling som arbejdsplads



At uddanne sig inden for psykiatrien blev en barsk oplevelse for social og sundhedsassistenten Tina Nurby – arbejdsmiljøet var for koldt.

Kommentar

af Tina Nurby

Den gamle dame havde et arrigt blik i øjnene, alt imens hun nærmest lød som en snurrende ulv på spring til at ville overfalde sin angriber.

Det var dog ikke noget Social og sundhedsassistent Lone overhovedet virkede til at bemærke, det var, som om hun overhovedet ikke registrerede damens arrige udbrud, hvorimod jeg var blevet fanget af hendes vilde blik i øjnene. Hendes øjne var sorte, uden at man overhovedet kunne ane deres naturlige iris eller de farver, der normalt kendetegner et par øjne.

Jeg stod i døråbningen til et rimeligt stort badeværelse. En meter foran mig sad Lone på hug foran en trods alt utrolig velholdt dame på 99 år. Hun sæbede den gamle damens ben ind, samtidig med at hun selv sad og nynnede. Situationen var paradoksalt.

Jeg var blevet bedt om at stå i døråbningen for at observere, hvordan denne patient blev vasket.

Pludselig tog den gamle dame sin ene hånd højt hævet over Lone og førte den ned over Lones hoved.

Den gamle dame bevægede hånden med den samme kraft og bevægelse, som hvis hun havde haft en kniv i hånden. Hun gentog bevægelsen igen og igen, alt imens hun knurrede. Hendes øjne, der stadig var helt sorte og vilde, fyldte mig med rædsel. Jeg kunne ikke få et ord ud af min mund, jeg var totalt paralyseret. Det eneste jeg kunne tænke var, hvordan Lone dog bare kunne sidde der, uden at situationen overhovedet ikke påvirkede hende. Hvordan skulle jeg kunne vaske denne dame uden at have dette billede i mit hoved. Hvordan skulle jeg kunne ignorere de bevægelser, som for mig virkede utroligt skræmmende?

I praktik på lukket afdeling

Scenen med den gamle dame udspillede sig i starten af min praktik på en lukket psykiatrisk afdeling. Rammerne om den hændelse gjorde heller ikke oplevelsen lettere at fordøje.

Jeg var netop startet som elev en uge forinden. Jeg havde fået tildelt Lone som kontaktperson.

Det var første gang i mit liv, at jeg skulle opleve en lukket afdeling, hvor andre mennesker, "de psykiske syge", som man siger i mit erhverv, ville være låst inde, fordi de ikke var i stand til at tage vare på sig selv. De var både til fare for sig selv og andre. Jeg havde selv valgt en lukket afdeling, fordi jeg overhovedet ikke havde betænkeligheder om at lære dette sted.

Den første uge skulle jeg følge Lone og observere, hvordan hun agerede over for patienterne, der var en stor blanding af mennesker, der havde enten diagnosen maniodepressiv, alkohol-demens, skizofreni, depression eller borderline. Aldersgruppen spændte fra 60 år og opefter.

De fleste patienter var godt dopede

Mit umiddelbare indtryk den første uge var, at det var forunderligt, at man her på afdelingen havde så mange forskellige patienter. Jeg undrede mig over, hvordan de depressive patienter kunne holde ud at være sammen med de alkohol-demente og maniske, som kunne være temmelig højroastede. Det måtte være temmelig belastende, hvis man selv var indelukket og frygtelig ked af det.

Selve afdelingens fysiske rammer var meget dystre og uden farver overhovedet. Alle vægge var grå og gamle, i det hele taget bar afdelingen præg af at være forfalden. Afdelingens stuer var 6 mandsstuer, 4 mandsstuer og enkelte 2 mands stuer.

Man brugte seletøj til de aggressive patienter i nogle af sengene og endda også til at spænde nogle fast i en stol, hvis de blev for aggressive eller psykotiske. Der var ingen tvivl om, at de fleste patienter var godt dopede af psykofarmisk medicin.

"Her bruger vi kun medicin"

Jeg havde allerede en af de første dage på afdelingen spurgt Lone, om der slet ikke var nogen behandling af patienterne på afdelingen.

Lone havde kigget undrende på mig og svaret: "Det er en afdeling for svært psykiske patienter, der har levet med deres sygdom i mange år, så her bruger vi kun medicin."

Jeg havde under introduktionen på afdelingen fået af vide, at personalet modtog masser af supervision i form af samtale med en psykolog. Her kunne personalet komme af med deres egne tanker omkring deres behandling og konfrontationer med patienterne.

Det synes jeg lød rigtig godt, fordi der var ingen tvivl om, at personalet måtte komme ud for en masse konfrontationer, som måske ikke altid var forståelige for dem selv. Men jeg undrede mig stadig over, hvorfor patienterne så ikke fik supervision, fordi det var jo de involverede i kon-

flikterne.

Allerede efter den første uge var jeg utryg. Jeg kunne slet ikke forestille mig at skulle være alene med patienterne. Jeg var nervøs for at gøre noget forkert over for disse mennesker og derved pådrage mig nogle ubehagelige oplevelser, både over for patienten og mig selv.

Det gik mig utrolig meget på. Jeg var bange for at sige det til personalet, som virkede totalt upåvirkelige, mennesker der bare var vant til denne form for patienter. Jeg var begyndt at spekulere på om jeg måske havde valgt rigtigt. Men slog det hen med følelsen af, at det nok skulle gå. Personalet var trods alt på min side.

"Man må ikke kigge psykisk syge i øjnene"

Næste morgen blev jeg tildelt den gamle dame fra badeværelset. Jeg fik af vide, at jeg skulle gå ind og vække damen, vaske hende ved sengen og følge hende ned i spisestuen. Som sagt så gjort... men der var bare det, at da jeg stod ved sengen hvor damen lå og sov, begyndte tanker at køre rundt i hovedet på mig. "Jeg må ikke kigge hende ind i øjnene, hvis jeg bliver bange, det vil hun kunne mærke, og så vil jeg ikke kunne agere som professionel plejer". Undervisningens teorier fra studiet ringede forvarslende i mit hoved. Jeg forsøgte forsigtigt at vække damen, der langsomt vendte sig om. Jeg kiggede ind i hendes øjne, og damen vrissede arrigt, hun havde den vildskab i øjnene, som jeg havde set dagen forinden, og jeg begyndte at skælve. Damen satte sig hurtigt op som en lille smidig kat og spyede uforståelige ord ud af de sammenklemte mundvige. Jeg sagde godmorgen, men kunne ikke holde op med at skælve. Jeg fortalte forsigtigt damen, at i dag skulle jeg hjælpe hende med at blive vasket og hjælpe hende med at få tøj på, men midt i sætningen sprang den lille tynde dame ud af sengen og hen imod mig. Jeg reagerede straks og løb ud af stuen. Mit hjerte galoperede, og jeg rystede over det hele. Jeg kunne mærke, at jeg var ved at græde. Jeg sagtnede farten, for at ingen skulle registrere min angst, og gik stille og roligt ind på kontoret.

Her bad jeg min kontaktperson om at hjælpe mig med at vaske damen, fordi jeg var usikker på hende. Jeg fortalte ikke om episoden, fordi jeg flovede mig over min angst. Jeg vidste godt, at disse mennesker, der var indlagt på denne lukkede afdeling, var mennesker, der selv var bange, ikke mindst den gamle dame.

Fortiden meldte sin ankomst

Desværre havde jeg også fået en voldelig oplevelse frem igen, som jeg havde oplevet et halvt år for-

inden. Denne oplevelse mente jeg selv, at jeg havde fået talt ud af mit indre, men den var begyndt at spøge igen. Jeg kunne ikke slippe oplevelsen, fordi den havde en vis sammenhæng med damens vilde, sorte blik.

Jeg var et halvt år forinden med til en privat fest hos nogle gode venner. Her havde jeg fået en del at drikke, hvilket i øvrigt alle havde. En kvinde var gået op på et bord for at danse, og hun dansede hæmningsløst hen over både fyldte flasker og glas, der væltede ned og splintrede. Under optrinet havde jeg ligesom de andre gæster været opstemt, men da flaskerne bare væltede ned med rødvin og deslige, blev jeg vred. Jeg valgte desværre, kan jeg kun sige i dag, at blande mig i kvindens forehavende, og det endte med, at hun efter et have jagtet mig et par timer gennembankede mig, mens ingen af de andre festdeltagere var til stede.

Netop dette blik, den kvinde havde i sine øjne, da hun overfaldt mig, var det samme blik, jeg havde set i den gamle dames øjne.

Krøb langs væggene

Efter at have krøbet næsten tre uger langs væggen på afdelingen kunne jeg ikke holde mine tanker ud mere, så jeg besluttede at fortælle om min voldelige oplevelse til begge mine to kontaktpersoner.

Jeg bad om forståelse for den angst, jeg oplevede, mens jeg gav udtryk for, at ved deres støtte og tålmodighed ville jeg komme over denne oplevelse. Jeg bad om en længere periode, hvor jeg kunne følges med en kontaktperson, i stedet for kun den første uge. Kontaktpersonerne syntes, at vi i fællesskab burde fremlægge problemstillingen for afdelingssygeplejersken samme dag. Som sagt, så gjort. Til afdelingssygeplejersken fortalte jeg sammenhængende om den gamle dame, min voldsoplevelse og min angst, som jeg mente måske kunne have en sammenhæng. Afdelingssygeplejerskens eneste kommentar var – "jamen så burde du slet ikke tage uddannelsen som social- og sundhedsassistent, det egner du dig slet ikke til!" End of discussion, - det var ligesom at få en dør i hovedet, følte jeg. Jeg blev enormt såret og forsøgte at forklare hende, at voldsepisoden til festen var sket midt under min uddannelse, og at jeg ikke vidste, at den ville få nogen som helst betydning for min videre uddannelse. Dette var afdelingssygeplejersken uforstående over for, og jeg fik slet ingen sympati fra resten af personalegruppen.

Stoppede praktikken

Da jeg gik hjem den dag, besluttede jeg mig for at kontakte skolen for at få en samtale omkring mit praktiksted. Jeg sygemeldte mig fra praktikstedet og havde det rigtigt skidt. Jeg var utrolig skuffet over den reaktion, jeg havde oplevet fra personalets

side og følte, at det ikke kun var en lukket afdeling for patienterne, men også for mig som elev.

Jeg kom til samtale på social- og sundhedsskolen, som i fællesskab med mig blev enig om, at jeg skulle holde en pause, indtil næste praktikforløb ville starte på det næste hold. Pausen ville vare fire måneder, og jeg skulle så starte i en ny klasse.

Det gik jeg med til, fordi jeg havde mistet modet til at tage konflikten op med personalet på den lukkede afdeling og mente selv, at hvis jeg gik til en psykolog, så kunne jeg måske få bearbejdet min angst. Imens tog jeg arbejde på et plejehjem, indtil min nye praktik startede igen. Jeg gennemførte resten af min uddannelse. Ikke uden konflikter, men uden synderlig angst.

Utryk ved personalet

Dette er min egen oplevelse af at være elev på en lukket psykiatrisk afdeling, hvor jeg kun nåede at være i tre uger. Jeg vidste ikke, at jeg ville reagere så kraftigt selv på at være elev på denne afdeling, det kom fuldstændigt bag på mig. Havde jeg vidst det, havde jeg absolut ikke valgt en lukket psykiatrisk afdeling. Grunden til, at jeg ikke åbnede munden før efter tre uger, hvor denne episode absolut ikke var den eneste der gav mig angst, var fordi jeg ikke følte mig tryk ved personalet. De små hentydninger, jeg var kommet med over for personalet omkring at jeg var lidt utryk, var blevet henkastet med, at det ville jeg vænne mig til. Der var endda også to andre piger fra min klasse på afdelingen sammen med mig, og dem havde jeg også forsøgt at tale med, men de havde det overhovedet ikke på samme måde som jeg. Derfor følte jeg mig totalt mærkelig.

Det, jeg vil sige med denne artikel, er, at der inden for sundhedsvæsenet tit mangler ressourcer til at pleje personalet kollegaer imellem, og det er absolut et stort problem. Hvis man skal kunne fungere optimalt som hjælper og plejer over for andre mennesker, hvad enten det er somatisk syge eller psykiske syge, så er det vigtigt at have rygstøtte fra kollegaernes side. Og det uanset om det er, mens man er elev eller uddannet. Hvis støtten allerede glipper under oplæringen, hvor skal man så finde den som udlært. Og for det andet, uanset hvilken uddannelse man vælger at tage eller har, så kan vi alle komme ud for oplevelser, som kan mærke os for livet. Det eneste, man har brug for, er forståelse og medmenneskelighed, ikke fordømmende meninger.

Og min angst, ja den har jeg fået sat i perspektiv. Jeg ved nu, at den angst, jeg oplevede, var relevant for mig, og at der ikke er den store forskel på den angst, andre mennesker oplever.

Det kommer helt og aldeles an på, hvordan vi hver især bliver hjulpet, eller hvor længe vi får lov at gå rundt med vores kaotiske indre alene.

Aktivitetshuset Sidelinien

Telefon: 35 82 85 51

Aktivitetshuset Sidelinien er et tilbud til mennesker med sårbart sind og psykiske problemer.

Her kan du komme og være sammen med andre og møde nye mennesker. Du kan komme og få personlige samtaler med personalet. Sidelinien råder over en akutbolig med op til to beboere ad gangen.

Af aktiviteter kan vi tilbyde: Svømning, Motion, Styrketræning, Afspænding, Badminton, Undervisning i EDB/Internet og hjemmeside, Biografture, Spis dig slank kursus, Udflugter til museer, strand m.m., Ferietur til Fyn og Portugal samt andre aktiviteter, som du selv har indflydelse på. Der kan købes morgenbrød og frokost hver dag. Sidste onsdag i hver måned er der fællesspisning om aftenen sammen med Idrætsforeningen Kæmperne, som holder til i Sidelinien. Har du lyst til at vide mere, så kig forbi til en kop kaffe eller ring og få en aftale på tlf. 35828551

Sidelinien har åbent: Mandag -onsdag kl. 8.30-15.30

Torsdag kl. 8.30-20 (første torsdag i mdr. biotur ud af huset)

Fredag kl. 8.30-14-30

Har du lyst til at vide mere eller bare er lidt nysgerrig, så kig forbi til en kop kaffe eller ring og få en aftale på tlf. 35 82 85 51.

Bragesgade 8 C. 2200 København N. Fax. 35828552



- er et aktivitetssted og en blød arbejdsplads for mennesker med psykosocial problembaggrund, bistanmodtagere, efterlønnere, førtidspensionister m.fl.

- er et hyggeligt, økologisk gartneri beliggende i den lille landsby, Vadsby, tæt på Sengeløse og Taastrup. I egen minibuss klarer vi transporten mellem Nørrebro og Vadsby én til to gange om dagen efter behov.

- er godt kammeratskab, jord under neglene, fysisk aktivitet, højt til himlen og masser af frisk luft.

- er også cykel- og busture til andre projekter og gartnerier.

Du kan også være med som:

• frivillig medarbejder • turdeltager • kunde • eller bare som nysgerrig for at snuse lidt.

Åbningsdage og tider

Åbningsdage og -tider afhænger af årstiden. Der er typisk åbent 4 dage pr. uge om sommeren og 3 dage pr. uge om vinteren.

Ring for at høre nærmere om de aktuelle åbningsdage og -tider samt de aktuelle aktiviteter.



Statskontrolleret økologisk

**Gartneri Offside,
Stevnsvej 3-5, 2200 N
Tlf.: 2124 8755 / 4371 9917**

Fra OUTsider til INSider

Tre kvindelige psykiatribrugere har oprettet deres egen arbejdsplads, som de kalder for INSiderne. De vil opnå fuld accept og integration i samfundet såvel som i erhvervslivet. Virksomhedens mål er at medvirke til at skabe en dybere og bredere forståelse for sindslidendes behov for at føle sig respekterede og ligeværdige i forhold til andre. De svarer her på en række spørgsmål, som nok skal inspirere rundt omkring i landet.

Artikel

Af Maria Holbek foto Jette Nielsen

Hvem er INSiderne?

- Vi er tre kvindelige psykiatribrugere og erfaringseksperter: Thoridtt Allermænd, Birte Bondo og undertegnede Maria Holbek, som har oprettet og styrer INSiderne som en selvstændig undervisnings- og konsulentvirksomhed. Vi har inddelt ansvarsområderne på tre poster: Kontaktperson er Thoridtt, PR-ansvarlig er Birte, og økonomiansvarlig er Maria.

Vores undervisningserfaring er bred, og med udgangspunkt i egne historier problematiserer og perspektiverer vi i forhold til sindslidendes generelle vilkår og muligheder i samfundet. Vi underviser på tre meget forskellige måder og går ud, både hver for sig eller sammen, alt afhængig af opgavens art. Vores baggrunde er meget forskellige både opvækst- og uddannelsesmæssigt, men vi deler det at have oplevet sindslidelse på egen krop og sjæl. Det, der driver os frem, er en vilje til at finde en mening i gal-skaben og en insisteren på, at vores viden og erfaringer er både nyttige og brugbare i forhold til andre sindslidende og samfundet som helhed. Vi mødtes gennem SamfundSinds Brugerlærerkursus i efteråret 2000, hvor to af os var deltagere, og den tredje var medarbejder i SamfundSind. Da Brugerlærerne på landsplan skulle finde en organisationsform, havde vi tre en anden og mere forretningsorienteret form i tankerne end de andre Brugerlærere. Derfor var det meget naturligt, at vi fandt sammen om idéen om at oprette vores eget firma.

Hvordan fandt I på navnet?

- Som psykiatribrugere har vi alle tre været OUTsidere i mange forskellige forhold, hvilket giver os den INSider-viden, som firmaet bygger på. Desuden har vi jo gennem mange år haft fornøjelse af at læse i OUTsideren, som vi emnemæssigt føler os beslægtede med. Det er faktisk tilsigtet og forekommer os naturligt, at de to navne og begreber associerer til hinanden.

Hvad er INSidernes mål og formål?

- Det vigtigste for os er at opnå fuld accept og integration såvel i samfundet som i erhvervslivet. Når man har prøvet på egen krop, hvad det vil sige at tilhøre de udstødte, forstår man i sandhed dybden i talemåden: at det er vigtigt at føle, nogen har brug for én. Det er fundamentalt for ethvert socialt individ at indgå meningsfuldt i den sammenhæng, det er en del af. At veksle mellem at bidrage og modtage i samspil med andre er det rum, det spændingsfelt, hvor meningen med livet opstår. Vores identitet er stærkt forbundet med det, vi beskæftiger os med. Det er grundlæggende i vores kultur og opdragelse at tage ansvar i forhold til økonomien, familien og samfundet ved at uddanne sig, arbejde og betale skat. Under uddannelse og senere i arbejdslivet opstår det sociale netværk, anerkendelser og advancementsmuligheder.

Når man er udstødt, står man uden for denne adfærdsform. Så mister man sin identitet. Hvad kan man sige, man er, når folk spørger: »Hej, hvad hedder du? Hvad laver du?« Hvis man en gang



Fra venstre: Maria Holbek, Birte Bondo og Thoridt Allemand

imellem alligevel indgår i daglig-Danmarks hverdags-indslag, så er man mere på besøg end en naturlig del af scenariet. Det vil vi gerne ændre på.

Virksomhedens mål er at medvirke til at skabe en dybere og bredere forståelse for sindslidendes behov for at føle sig respekterede og ligeværdige i forhold til andre. For at forstå, hvorfor det er så svært, må man have en indsigt i, hvordan tabuer og fordomme virker direkte på sindslidendes hverdagsliv. Fordomme bygger som regel på utilstrækkelig viden, og derfor er folk mange gange ikke engang klare over, at de besidder fordomme overfor sindslidende.

Det er f.eks. meget udbredt, at man ikke tror, det er muligt at blive rask, når man én gang har fået stillet en så alvorlig diagnose som skizofreni. Vi kan fortælle en hel del om begrebet Recovery (at komme sig red.). En anden udbredt fordom er, at sindslidende som udgangspunkt er mindre begavede end gennemsnittet. Der er ligefrem nogen, der har stillet spørgsmål om, hvad forskellen på mentalt udviklingshæmmede og psykisk syge er. Vi ser det afgjort som en flot tillidserklæring, at nogen tør stille os den slags spørgsmål, for det viser i bund og grund, at de er åbne og seriøst

interesserede i at høre på os. Et af vores mål er jo at forsøge at nedbryde de barrierer, der er mellem borgere med og borgere uden psykiske lidelser, og det gøres bedst ved at komme i dialog med hinanden. I øvrigt er der en gang i mellem nogle tilhørere (ikke arrangører), der bliver overraskede og en lille smule forargede, når de hører, at vi tager penge for vores ydelser. Vi plejer at svare, at det gør alle andre, der underviser og rådgiver ud fra deres erfaringer, hvorfor skulle vi så ikke? Det er

»I INSiderne er vi enige om, at hvis den smerte, vi har gennemlevet, skal have en meningsfuld betydning, er det essentielt, at andre end vi selv kan bruge vores erfaringer til noget.«

der til gengæld ingen, der anfægter.

En ting, der også kan komme bag på nogen, er, at psykisk lidelse er noget, der kan ramme alle og ikke kun er "forbeholdt de få udvalgte". Vi er overbeviste om, at det er nødvendigt at bane vejen for større accept af sindslidende ved at forsøge at

gøre op med den mystik, det hele ofte omgives af.

Vi vil gerne fortælle folk noget, de ikke ved i forvejen. Vi beskriver f. eks., hvordan sindslidelse opleves indefra, hvilke behov man kan have, men i særdeleshed om sindslidendes værdier! Vi mener, at det, vi gør, er af stor værdi for samfundet, ellers ville vi nok ikke blive ved at gøre det.

Hvordan vil INSiderne opnå deres mål?

Selve det at etablere os som selvstændig virksomhed er en målrettet metode i sig selv. Vi har hver især haft ret svært ved at få et job og blive accepteret på arbejdsmarkedet med det handicap, som det jo er, at have en sindslidelse. Selvom vi kan yde en fuld arbejdsindsats for en virksomhed i mange lange perioder, står mange erhvervsledere alligevel usikre overfor, hvordan de skal fordele f.eks. sådan noget som ansvar. Hvis man i den ene hånd har en uddannelse og en kompetence til en mellemliderstilling og i den anden har en diagnose som skizofren, så vil de hellere være fri for at have os ind på deres virksomhed.

Det har fået os til at sige: **Hvis ikke samfund og erhvervsliv kan eller vil integrere os, så må vi jo gøre det selv!** Derfor har vi oprettet et firma på lige vilkår med andre firmaer både m.h.t. løn, moms, skat og revision. Det er p.t. ikke helt på plads endnu, men Rom blev jo ikke bygget på én dag, og det blev INSiderne heller ikke.

Vi har fået nogle fantastisk positive anerkendelser og erfaringer, som er sunde for udviklingen og energien i foretagendet:

- a. De erhvervsrådgivere, der står bag os med råd og vejledning, tror på idéen og giver os al den hjælp og erhvervstræning, som alle andre nystartede firmaer har behov for.
- b. Vi bestilles og aflønnes af rekvirenter, og der har hidtil ikke været nogen, der har løftet et øjenbryn, når vi nævner prisen.
- c. Vi eksisterer og accepteres på lige fod med alle andre firmaer i det danske erhvervsliv.
- d. Vi har været tvunget til at forholde os professionelt til det, vi beskæftiger os med. Det har involveret såvel regnskabsmæssige overvejelser som f. eks. investeringer, drift, løn, lån og fremtid, samt at vi er nødt til at udvise en dyb og vedholdende respekt for hinandens evner, meninger og forskelligheder.

NET
VÆRKSTEDET

Offside

35357344

Et aktivitetssted for mennesker med psykiske og sociale problemer, førtidspensionister, bistanndmodtagere, efterlønnere o.a. Vi er et hyggeligt sted, hvor du kan møde nye kammerater omkring fælles interesser.

I denne sæson tilbyder vi undervisning på følgende kurser: Yoga, Svømning, EDB, Tekstilværksted, Tegning/maling, Astrologi, Badminton, Kropsbevidsthed, Sang, Musik.

Vi har endvidere en ugentlig debatgruppe, og der arrangeres foredrag, danseaften, udflugter o.a.

Kom ind og få et program - eller ring og hør nærmere.

Undervisning, aktiviteter og socialt samvær
Prinsesse Charlottesgade 28, 2200 Kbh. N.

På SamfundSinds brugerlærerkursus blev vi både præsenteret for og trænet i mange forskellige formidlingsmetoder. Vi benytter os både af de mere traditionelle metoder, som handler om at skrive artikler, give interviews og holde foredrag, men vi spiller også rollespil, power-point-shows, afholder inspirationskurser, dialogmøder, work-shops, personaletæring og fremtidsværksteder. Vi har udfærdiget en oplysningsfolder og målrettede breve til bl.a. amternes behandlingsinstitutioner.

Hvorfor har I valgt denne form? Hvorfor vil I have denne slags virksomhed?

- Der er mange grunde til, at vi har valgt at tage dette skridt. Det er lettere at målrette arbejdsindsatsen, hvis man er flere om det og har nogen at spille bold op ad. Det er ikke kun inspirerende, fornyende og indsigtsgivende at dele arbejdet, men også en kombination af det behagelige og praktiske ved at kunne lægge vægten på det, man er god til.

Alle, der har gennemgået megen lidelse, efterlyser en dybere mening med det.

Den kommer bare ikke flyvende af sig selv. Det er op til én selv at give det, man gør, mening. Det er

»Der er ligefrem nogen, der har stillet spørgsmål om, hvad forskellen på mentalt udviklingshæmmede og psykisk syge er.«

grundlæggende for ethvert menneske at have muligheden for at give sit liv en meningsfyldt rolle i det store puslespil. I INsiderne er vi enige om, at hvis den smerte, vi har gennemlevet, skal have en meningsfuld betydning, er det essentielt, at andre end vi selv kan bruge vores erfaringer til noget.

Derfor finder vi det nødvendigt at gå ud og fortælle om de dilemmaer, tanker, oplevelser og andre erfaringer, vi har gjort os for at få samfundet til at bruge dem til at udvikle en bred forståelse for, at forbindelsen mellem psykisk syge og psykisk raske er smerte. Vi ønsker på denne måde at bidrage til udvikling af bedre behandlingsmetoder, bredere menneskesyn, større rummelighed og tolerance.

Man kan kun formidle budskaber om denne type emner, hvis man har taget stilling til og/eller udviklet en vis personlig distance til tingene.

Der mener vi afgjort, at vi befinder os, så derfor er det vores overbevisning, at vi kan byde på en undervisning, som ikke alene indeholder alvor og seriøsitet, men også en god del humor, selvironi, kreativitet og stof til eftertanke.

Opnår I det, I vil?

- Vi fik idéen for snart et år siden, og der har været mange personlige overvejelser og tilpasninger undervejs.

Vi skal hver dag tage stilling til ting, vi aldrig havde forestillet os ville være punkter, hvor meninger og opfattelser kunne være så forskellige.

Og det er ikke altid lige nemt. Men da vi er fuldt og fast indstillede på at ville det her, animerer det os yderligere til at gå i gang med at løse problemerne frem for at lade dem ligge.

Der er ingen færdig facitliste og heller ikke rigtig nogen fortillfælde, så vi må gå ad ubetrådte stier på egen hånd.

Det er en stor og forfriskende udfordring, som er dejlig at tage op i selskab med kompetente samarbejdspartnere. Alle steder modtages vi med åbenhed, nysgerrighed og interesse, og meget af den feedback, vi får, handler om, at tilhørerne har fået inspiration og tro og håb på, at der er mening og muligheder også for andre.

Denne støtte og opbakning er helt uundværlig, og den giver os en stor del af den energi og drivkraft, vi har brug for til at fortsætte arbejdet.

Hvordan ser fremtiden ud for INsiderne?

- Hvis man skal bevare omverdenens interesse er det nødvendigt, at man til stadighed søger at forny sig.

Det gælder både formidlingsformen og budskabernes indhold. Derfor har vi selvfølgelig planer om efteruddannelse såvel inden for kommunikation, formidling og regnskab, som for at holde os ajour med, hvad der foregår på psykiatriområdet.

Vi har da også nogle drømme, som vi endnu ikke rigtig ved om bliver til noget, men vi kunne da godt tænke os at udvikle nogle bedre og mere kreative udtryksformer såsom bøger, skuespil eller kortfilm.

Da sindslidelse er en yderst besværlig følgesvend og nogen gange noget af en kraftkarl, vil omdrejningspunktet for vores virksomhed under en eller anden form nok altid handle om det.

Det er vores livs kamp, det handler om, så jeg tror faktisk, INsiderne er kommet for at blive.

Men ring til os, og få en nærmere snak på 75 72 67 16, eller rekvirer vores folder på e-mail: t@allermænd.dk



Jónas Gústafsson og Knud Ramian (red.) "Liv i fokus" Forlaget Systime 1998, kan lånes på biblioteket.

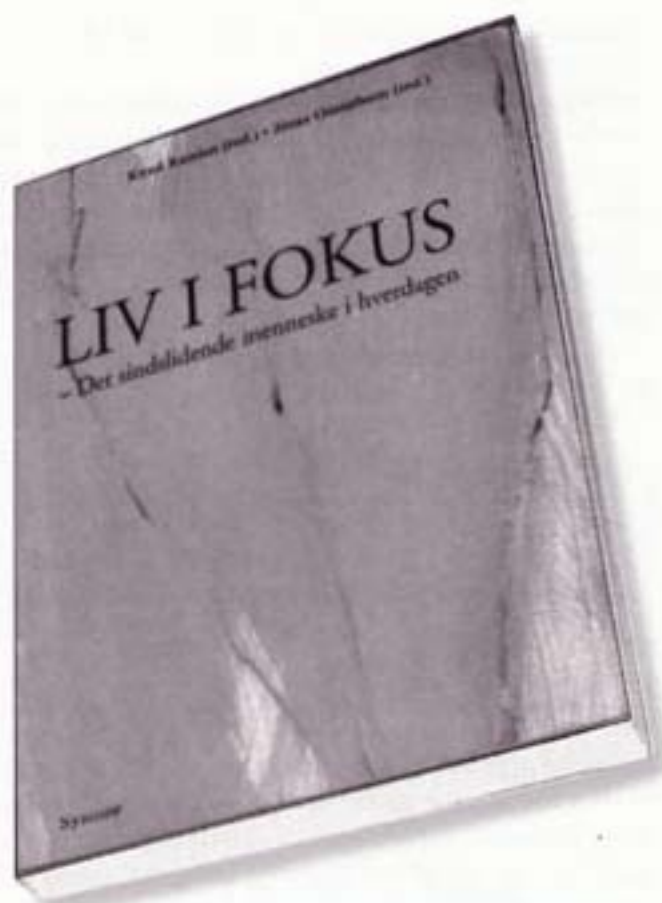
Boganmeldelse

af Svend Balle

For fem år siden, i 1997, hørte jeg på en konference i Horsens Jónas Gústafsson fortælle noget om, hvordan en sindslidende kunne bruge et værested som et springbræt imellem psykiatrien og arbejdslivet. En passiv tilværelse på en afdeling førte videre til et frivilligt arbejde på et værested og derefter til et skånejob og så måske til noget andet og mere. Det lød som en utopi. Og det er det måske også for langt de fleste. Det at få påført en sindslidelse i en ung alder giver ikke ligefrem adgang til de bedste jobs i samfundet. Men hvad giver det så adgang til? Et andet liv, som også rummer noget.

Et år efter, i 1998, førte dette indlæg til ovennævnte bog, skrevet sammen med Knud Ramian og mange flere, som ikke handler særligt meget om sindlidende og arbejdslivet, men om hele hverdagslivet. Det hverdagsliv er der ikke mange, som skriver noget om, navnlig ikke psykiatere.

Ideen med bogen var ifølge Gústafsson, at man blandt behandlere satte sig ned og fortalte hinandens livshistorier. Ideen var den, at vi alle sammen er mennesker, selv behandlerne! De skulle også modsat tidligere teorier og ikke mindst praksis mange steder ikke gemme sig bag en kittel, men over for patienten alias klienten alias brugeren komme ud af busken. Deres livshistorier skulle vi også høre på nu. Hvor mange har netop ikke ved at involvere sig med psykoterapeuter eller de mere strømlinede behandlere på de psykiatriske hospitaler fortalt deres historie igen og igen uden nogensinde at høre behandlerens egen historie, og derfor blev samtalen netop ikke så god. I dag foregår også meget behandling i teams, og der er sikkert eksempler på teams, hvor man heller ikke kender de andres baggrund for at deltage i teamet. Der kunne ideen med at fortælle hinandens historie sikkert også bruges. Skal man imidlertid følge ideen, skal det ikke bare være på det plan, som den tit meget overfladiske snak i en kaffepause befinder sig på.



Der er jo også en årsag til, at man som bruger fortæller sin historie til en behandler. Det skulle ud fra en brugers synsvinkel gerne føre til, at man kom ud på den anden side, hvis det overhovedet var muligt. Eller i det mindste kom i gang med livet på en ny og bedre måde. Vi er sikkert mange, der har prøvet det og ikke har syntes, at der skete så meget. Det har måske ført til, at en del af os sidder tilbage med en generel kritik eller resignation overfor behandlere. Men har vi på den anden side spurgt os selv om, hvorfor vi ikke kom videre.

Jónas Gústafsson åbner i denne bog noget af sløret for svaret på det spørgsmål. Svaret går på, hvilke forventninger vi har til vores liv og dermed til behandlingen af vores problemer. Hvilke drømme har vi for os selv længere ude, hvad havde vi engang, og ikke mindst, hvilke ønsker har vi lige nu for vores liv?

Knud Ramian tager fat i det fra en anden vinkel. Livet er ikke kun forløbet fra fødsel til død, livet er lige så meget den enkelte dags liv, ugens liv og årets liv. Hver dag foretager vi os nogle ting, som tilsammen danner et mønster. Det gælder også for ugens og årets liv. Men i hele livet som sådan gør det samme sig jo også gældende.

Vi vil gerne allesammen videre med vores liv, men ikke på en hvilken som helst måde. Det drejer sig også om at finde noget, man kan gå i gang med lige nu, og som man kan klare. Finde en sten i vandet, som alligevel ligger i retning af noget, man godt kunne tænke sig. Og som i hvert fald er et stykke væk fra en fortid, som ikke var værd at samle på. Kan det i det mindste bare bruges, så var meget nået. For fra den sten kan man måske komme videre, i det mindste til en ny sten. Drømmen om noget andet kunne være fikserpunktet længere ude. Men forventningen er også vigtig:

"Hvordan vil jeg kunne klare det arbejde, man tilbyder mig? Det drejer sig bare om rengøring på værestedet. Eller det drejer sig om noget kedeligt kontorarbejde. Men jeg påtager mig det, og jeg føler, det giver mere mening end bare at sidde og drikke kaffe og ryge smøger. Jeg kan lidt mere."

På den måde kan bogen komme til at handle om arbejdslivet. Skal jeg imidlertid give en egentlig anmeldelse, så synes jeg, at bogens indledende kapitler af redaktørerne til bogen er de mest læseværdige. Der er også rundt omkring i bogen meget at hente. Projektet med og bag bogen er der heller ikke noget at sige på. Det er også mere omfattende, end jeg på få linjer her kan berøre i detaljer.

Problemet med den slags projektrapporter er imidlertid blot, at de tit bliver målrettet mod en bestemt gruppe. Hvilket i dette tilfælde paradoksalt nok betyder, at ideen om at nedbryde behandlerens måde at forholde sig til tilværelsen nærmest tværtimod bliver opretholdt. Det er behandlere, der beskriver brugerens adfærd, deres historier, ikke brugerne selv. Hvordan ville de med deres ord beskrive deres eget hverdagsliv, deres komplette historie uden behandlernes hang til fortolkninger?

Nuvel, der ligger sikkert meget god vilje bag foretagendet. Men holder det? Hvad har en person, der har været igennem en kort psykisk krise, at gøre med en person, hvis liv har været meget præget af psykisk sygdom? Der er igen og igen en livshistorie til forskel.

Måske skal man også, som Knud Ramian er inde på i indledningen, se bogen som en måde at komme i kontakt med dem, som ikke kun er udstødt til psykiatrien, men også er udstødt af psykiatrien som sådan. Ramian er senere inde på nogle af de tanker i beskrivelsen af et projektforsøg.

Bogen giver alt i alt en masse nytænkning. Jeg kan også godt lide Gústafssons skelnen imellem et sindsygt liv, hvor man ikke øjner nogen plan med sit liv og så et liv med en sindslidelse, hvor man accepterer at skulle leve videre med en sindslidelse, der bestemt kan være byrdefuld.

Café Offside

arbejdsglæde - fællesskab - økologi

Brug caféen:

Som frivillig cafémedarbejder:

Hvis du er førtidspensionist eller arbejdsledig, kan du blive frivillig cafémedarbejder. Vær med til at drive en god café - du vælger selv arbejdsdage og -opgaver. Der kræves ingen forkundskaber. Ring og hør nærmere. Caféen er fra 1997 godkendt som økologisk Café.

Som kunde:

Kan du spise et sundt måltid varmt mad for 25 kr., læse dagens avis, få en sludder med naboen og nyde billederne i cafégalleriet.

Ca. en gang om måneden er der aftenåbent med musik, foredrag og lign.



Statskontrolleret økologisk

Priser:

Dagens ret	25,-
Kaffe	4,-
Ostemad	8,-
Søbogaard vand	8,-
Grønsagstærte	12,-

Åbningstider:

Mandag:	10-16
Tirsdag:	10-16
Onsdag:	10-16
Fredag:	10-16

Stevnsvej 3-5 2200 Kbh N. - Telf. 35 370473

Nørremarken

Produktion og Service

Nørremarken Produktion og Service i Viborg er en amtsligt arbejdsplads og samtidig revaliderings center for ca. 90 sindslidende. Alfred Sloth Knudsen trives her og arbejder i køkkenservice-afdelingen og er samtidig medlem af LAPs arbejdsmarkedsgruppe, hvor man arbejder på at lægge en fælles arbejds-markedspolitik for sindslidende.

Interview

af Karlo Hansen foto: Birte Bondo

Alfred Sloth Knudsen, hvordan oplever du Nørremarken Produktion og Service som din arbejdsplads?

- For mig har det været en lise for sjælen at komme her efter 20 år i det private erhvervsliv, hvor det kørte på højtryk. Mit første indtryk i 1979, da det var en industriterapi, der hørte under det psykiatriske sygehus, Sønderø Parken, var meget dårligt. I dag foregår alt efter et helt andet og meget mere spændende koncept fyldt med nytænkning. F.eks. er der i dag adgang til en kontaktperson, der kan bløde de typiske konflikter op, som findes for os sindslidende, hvor mange jo kæmper med selv de mest simple kommunikationsproblemer samtidigt med, at man hele tiden er på vagt over for, hvordan andre taler om en, når man vender ryggen til.

Her på Nørremarken oplever vi en særlig følelse af selv-værd. Vi opnår virkelig følelsen af at være på en „arbejdsplads“, og vi kalder os selv og hinanden for medarbejdere og ikke for sindslidende.

Takket være et velgennemtænkt koncept er såvel leder, personalet som medarbejdere forsynet med mange værktøjer, som vi på hver vores måde har til rådighed i hverdagen, så vi opnår både trivsel og et voksende medansvar.

På Nørremarken arbejder medarbejdere med forskelligt funktionsniveau, men det er en forudsætning, at man har en restarbejdsevne, som man ønsker at udnytte på Nørremarken. Der lægges vægt på, at den enkelte person udfordres ud fra der hvor man lige p.t. står.

Den veluddannede personalegruppe

- Selvom politikerne har pumpet milliarder i psykiatrien i Danmark, så ser det for mig ud, som om man stadig mangler den veluddannede og erfarne personalegruppe, som virkelig ved, hvad det vil sige at have med sindslidende at gøre.

I mere end 10 år har man her i huset samlet mange erfaringer med det at have med sindslidende at gøre. De efter min mening gode resultater er opnået gennem samarbejde



Alfred Sloth Knudsen

mellem ledelse, personale og ikke mindst medarbejderne.

De problemer, der er mest typisk for en sindslidende, opleves nok som kæmpe barrierer for den enkelte, men det at personalet er veluddannet og øvet i at takle situationerne gør sit til at, at problemerne ikke når at udvikle sig, så det ødelægger arbejdsmiljøet eller den enkeltes evne til at fungere. Det lyder så enkelt og banalt, men sandheden er, at det ikke at have et veluddannet personale, som kan gribe ind, stadig står som et af de største og mest simpleste problemer på landsplan.

Mange strenge at slå på

- Vi må forstå, at der blandt de sindslidende er utroligt mange tilstande og behov. Derfor er det mest optimale, at sindslidende får et meget stort udbud af tilbud, så de kan tilpasses den enkelte.

Nørremarken er derfor indrettet med mange vidt forskellige arbejdsfunktioner.

Vi sælger produktion og service af høj kvalitet til andre virksomheder og institutioner inden for så forskellige områder som elmontage, vedligeholdelse af udenomsarealer, mad ud af huset, rengøring, renskrivning, layout, trykning, lønkrævs, undervisning, tekstilproduktion, kursuscenter-virksomhed og trykkevirksomhed. Hertil skal lægges, at sindslidende er inddraget i alle husets funktioner, uanset om det er administrative funktioner eller udbringning af varer i Nørremarkens egen varebil.

Meningen er, at Nørremarken skal kunne være stedet, hvor man kommer ind i en positiv udviklingsproces. For nogle bliver dette et springbræt til det ordinære arbejdsmarked. Andre vil fortsat have brug for det lidt beskyttede miljø.

Et højt prioriteret arbejdsmiljø

- Når ting lykkes så godt hos os, er det, fordi vi alle i fællesskab har formået at skabe en „positiv ånd“, en ånd som vi alle fungerer i, og som vi respekterer. Da jeg var på arbejdsmarkedet, fungerede det typisk ved, at alt foregik i højeste gear, hvor alle var resultatorienterede, men ingen steder har man opnået at fokusere så meget på „selve det psykiske arbejdsmiljø“, som man gør her. Og det er da derfor, jeg oplever stedet som en lise for sjælen. Her oplever jeg de rette forudsætninger for at kunne trives og udvikle mig. Men ingen får jo et sådant miljø serveret på et sølvfad, og hos os er det da også resultatet af mange års målbevidst arbejde. En af årsagerne til, at det lykkes så godt, er, at vi som „medarbejdere“ er blevet lyttet til i dagligdagen, på evalueringsdage og i samarbejdsrådet.

Et samarbejdsråd

- Som et af stedets mest interessante ting, er der her et samarbejdsråd, der består af 50% medarbejdere og 50% personale. Rådet består af repræsentanter fra hver afdeling og er et forum, hvor alle parter på lige fod kan komme til orde. Samarbejdsrådet har sin egen økonomi, som derfor kan træffe sine egne beslutninger. Jonna Vithner, der er vores chef, er dog født medlem. Det mest interessante ved netop dette råd er, at vi som sindslidende virkelig føler, at vi har indflydelse, og at vi kan gøre vores til, at man lytter til os og vore synspunkter.

Ideerne som svæver over Nørremarken, findes

i kapitlet „Arbejdsliv“ i Bogen „Når rejsen er målet“, som udgives af Videncenter for Socialpsykiatri. Det med, at rejsen er målet, er i øvrigt en god formulering for den ånd, der hersker på Nørremarken, hvor man hele tiden er på vej mod målet, men aldrig når det.

Du nævner mange fordele, som der findes her i et beskyttet miljø. Men findes der ikke også ulemper for en som dig, der jo har været ude i det pulveriserende arbejdsliv. Er der ikke risiko for, at du går i stå?

- Efter mange år inden for computerbranchen, er jeg nu kommet til en situation i mit liv, hvor jeg har behov for en arbejdsplads, hvor tingene fungerer på en anden måde, og hvor der findes adgang til en særlig trivsel og et rart og godt miljø. Det er rigtigt, at en beskyttet arbejdsplads let kan komme til at gøre mere skade end gavn, når man som jeg har en restarbejdsevne. For fejlplaceres jeg (det har jeg prøvet for år tilbage), så går jeg i stå, bl.a. fordi jeg som nu ikke får adgang til en situation, hvor kravene hele tiden vokser i takt med min voksende evne til at fungere. At jeg stadig kan opleve mig selv vokse og udvikle mig, er derfor kun muligt, når man som her arbejder med mange vidt forskellige arbejdsgrupper.

Når jeg udvikler mig som tilfældet er, så er en af hemmelighederne, at man her arbejder meget ihærdigt på at komme så tæt på det virkelige arbejdsliv som muligt. Det at vi følger SID's overenskomst er vigtigt, ligesom muligheden for lønadvancement til max ca. 1800 om måneden efter skat – ved siden af pensionen – er en anspore til at give den en skalle ekstra. Omvendt må vi så også acceptere, at vi kan falde i løn, når vi i perioder ikke kan leve op til det niveau, som vi får løn efter.

Hvis jeg begynder at gå i stå eller begynder at opføre mig negativt over for omgivelserne, så ved jeg i øvrigt, at jeg vil blive kaldt til en samtale med min kontaktperson. Hvor man andre steder bare lader de sindslidende gå rundt med deres egne problemer, hvor selv uddannede medarbejdere helt bevidst ikke vælger at gribe ind, så ser man alt for ofte, hvordan miljøet påvirkes. Den går ikke her.

Hvad vil du gerne opnå personligt at føre igennem i LAPs arbejdsmarkedsgruppe?

- Som medlem af LAPs arbejdsmarkedsgruppe kæmper jeg først og fremmest for, at sindslidende, som er på arbejdsmarkedet, får mulighed for at have en kontaktperson og derigennem får mu-

Fortsættes side 24



Alle aktiviteter skåret ned på Ballerup psykiatriske hospital

Den nye regering reklamerer så flot med, at der skal tilføres hospitalerne flere ressourcer. Derfor forstår jeg slet ikke det, jeg lige er blevet bekendt med. ALLE aktiviteter på det psykiatriske hospital i Ballerup bortfalder, fem værkstedsassistenter bliver fyret og aktiviteterne nedlagt. Det er en katastrofe for patienterne.

Der er på Ballerup hospital en aktivitetsgruppe, hvor patienterne kan komme og lave de mest utrolige hobbyprægede ting. Gruppen er uhyre populær blandt patienterne, da det er væsentligt at komme lidt væk fra afdelingerne. Der er altid venteliste til denne gruppe. Gruppen skal nedlægges.

Industriterapien skal lukkes. Endnu en katastrofe, da denne aktivitet for mange patienter er en dagligdag på lige fod med et arbejde.

Om formiddagen er der ældreterapi for de gerontopsykiatriske patienter, der i forvejen er blevet sparet meget på, idet man har nedlagt en gerontopsykiatrisk afdeling sidste år. Denne ældreterapi bliver også lukket.

Træværkstedet bliver ligeledes sparet væk, ligesom

den ganske uundværlige musikpædagog bliver fyret. Musikpædagogen går rundt på afdelingerne og spiller og synger med patienterne, ligesom han er primus motor i alt, hvad der hedder fester og arrangementer.

Hvad er der tilbage? Intet. Jo, kaffen og smøgerne. I disse tider forsøger man jo at få folk til at holde op med at ryge. At være på en psykiatrisk afdeling en hel dag uden aktiviteter kræver 60 smøger, for at man kan holde det ud.

Det er nu den rene opbevaring. Er det meningen, at man vil lukke hospitalet? Man skal spare 6 millioner på Ballerup hospital, og med fyringen af de fem værkstedsassistenter mener man at have sparet 1 million. Det er imidlertid en dyr foranstaltning, idet det vil kræve en længere indlæggelsestid for patienterne, der intet har ud af at være der.

Hvad tænker man på?

Ingrid Norup

*Formand for patientrådet på Ballerup hospital
2880 Bagsværd*

Hvad er Virkelighed???

Ien debatartikel i OUTsideren, der handler om virkelighed, siges der, at "over for en videnskabelig forholden til virkeligheden kommer vi altid til kort, virkeligheden har for længst trukket det længste strå. Virkeligheden er et for stort begreb til, at noget menneske kan rumme det."

Ja, siger jeg, hele virkeligheden begriber vi ikke. Men min egen virkelighed begriber jeg, og jeg kan høre radio og se TV, læse bøger om filosofi og videnskab og derved om virkeligheden.

Der er en sætning prof. Sløk (professor i systematisk teologi) kom med, da han levede, som kan bruges af alle, og som kan gøre alle til små videnskabsmænd, nemlig som følger: »Lige så vigtigt det er at indrømme det, du ved, lige så væsentligt er det at indrømme det, du ikke ved.« Jeg mener faktisk, at den kan bruges af alle i umådeligt mange situationer, også undervisningssituationer.

Jeg ved f.eks., at det bord, som jeg sidder ved, er her og nu, at jeg sidder og skriver ved det i mit køkken, at jeg har en stue med stole, borde og radio og TV osv. osv. Elementære kendsgerninger, simple empiriske fakta, der udgør et hele for mig i mit hjem. Og det er sikker objektiv viden. At jeg også har oplevet Gud åbenbare sig i et lys i mine øjne, et lys, der blev set af andre, er for mig sikker viden. Videnskaben udtaler sig ofte ligeså skråsikkert om dens viden, og Gud velsigne den for det. De ovennævnte kendsgerninger i min lejlighed udgør noget af det prof. Dr. Phil David Favrholt kalder fundamentalsproget, hvori han mener at kunne forankre al videnskab.

Der er en kreds af filosoffer med f.eks. den meget dygtige filosof, dr. phil. Zinkemagel i spidsen, der er enige med Favrholt, men der er altså også nogle, der er uenige med dem. Men som Favrholt forsvarer

jeg også fundamental-sproget, som handler om den objektive sande virkelighed. Noget andet er, at jeg samtidig er skizofren, antageligvis, og derfor er en del af mine forestillinger oppe i hovedet, antageligvis, uvirkelige, f.eks. at jeg mener, at radio og TV handler om mig. Vrangforestillinger er defineret i psykiatrien som uvirkelige forestillinger.

Men takket være psykiatrien og de bøger, som jeg har læst herom, har jeg, som I kan forstå, dannet et sprog, hvorom man kan tale ærligt om skizofrenien, uden at andre mennesker tager anstød heraf. Ofte siger de til mig, at jeg ikke fejler noget. Jeg forestiller mig, at man med kognitiv terapi og psykoedukation på redelig vis kan forklare de skizofrene om deres symptomer, så de har tjek på virkeligheden og derfor er lettere at omgås og ikke hele tiden løber panden mod en mur. Vel bliver de

ikke raske deraf, men betydeligt bedre. De kan få et godt liv. Jeg arbejder hårdnakket på at finde en vej ud af sygdommen.

Et er nemlig virkeligheden, et andet er, hvad vi gør ved den, vi behøver en dynamisk psykiatri, f.eks. en normativ psykiatri. I min filosofi skelner jeg skarpt mellem deskriptive og normative sætninger og videnskab, f.eks. skal de psykiatriske patienter beskrives sådan som de er og uafhængigt af normer, og derefter skal vi søge at gøre dem raske eller blot få dem videre, altså en normativ videnskab. Først en værdifri videnskab og derefter en værdifuld videnskab. F.eks. Die psychiatrie muss romanticiert verden, stor kærlighed i psykiatrien.

*Kærlige hilsener til alle
Egon Gad
2860 Søborg*

Paradigmeskift er en nødvendighed!

Såfremt jeg bliver »skør« igen, kunne jeg sønske, at jeg kunne henvende mig til et socialpsykiatrisk tilbud, og ikke som det er nu til min egen læge og der få ordineret »kun« medicin og en sludder for en sladder eller en indlæggelse i hospitalspsykiatrien og ud fra deres syn modtage en passende behandling.

Jeg kan ikke bruge den lægefaglige måde at anskue mine problemer på til andet end, at jeg bliver forvirret, stresset og taber magten og dermed bliver syg. Tit og ofte er problemet, at når jeg skal træffe en større beslutning, er jeg nødt til at tage medicin.

Bøvlet er så, at medicinen går ind og reducerer min handlekraft. Den hjælp jeg savner, når jeg er ude af mig selv, er at få et tilbud, som kan hjælpe mig til at træffe en beslutning og evt. praktisk hjælp og støtte til at få den handlet ud. Så jeg kommer helt over problemet.

Jeg havde næsten igennem indlæggelser i hospitalspsykiatrien mistet troen på mig selv og derved overgivet min skæbne til afmagt og forvirring og derved til udvikling af skizofren (skør) adfærd.

Jeg blev drevet ud til overvejelser om, at selvmord var den eneste udvej. Bare den tanke, at jeg igen kan få brug for hjælp, har i en årrække stresset og lammet min udfoldelse og reduceret min arbejdskraft og energi. Jeg

havde nær mistet troen på mig selv.

Derfor bør vi i Danmark sigte mod udbygning af socialpsykiatrien og lægge de overordnede kompetencer over i dette regi.

Derved bør vi reducere hospitalspsykiatrien. Vi har blandt andet også svært ved at finde læger til at dække hospitalspsykiatrien, og så har vi løst dette problem.

Desuden bør vi udvikle en vifte af tilbud (socialpsykiatriske), så den enkelte borger med psykisk forstyrrelse kan vælge et passende behandlingstilbud, som giver mening for den enkelte.

Psykisk forstyrrelse drejer sig om tre hovedpunkter:

1. Vi bliver ramt i det private rum (vi bliver sygeliggjort).
2. Vi bliver ramt i det offentlige rum (deltagelse i samfundet).
3. Vi bliver ramt i det spirituelle rum (det indre rum).

Såfremt vi sætter disse elementer i stedet for sygdom, vil meget være vundet. Dette vil være med til at skabe håb (reducere selvmord) og sikre patienternes aktive deltagelse i recovery.

Måske skal der tænkes privatisering af nogle socialpsykiatriske tilbud.

*Ib Bak konsulent i personlig udvikling,
Herning*



Skånejob på McDonalds

I de fire timer jeg var på arbejde, forlangte de, at jeg skulle arbejde optimalt, dvs. lige så hurtigt som de andre, fordi de mente, "skåneriet" lå i, at jeg kun arbejdede fire timer.

Af Joan Remil

Jeg blev ansat på McDonald i maj 2000, og efter en måneds prøvetid (uden løn) blev jeg ansat efter "gældende overenskomst", dvs. 1/3 af mindstelønnen, hvoraf kommunen betalte det halve, så rent økonomisk var det en kæmpe fordel for den amerikanske virksomhed "McDonald". Efter kort tid var jeg nemlig oppe på 100% funktionsniveau med de andre ansatte og de pressede citroner hele tiden.

"Tør du tage springet til et skånejob?"

Jeg havde da også kun taget jobbet, fordi jeg havde gået på kursus i Lyngby i forsommeren 2000. Det var fordi, jeg havde en død periode og skulle prøve noget nyt.

Jeg har tidligere haft nogle rengøringsjob på nedsat tid til normal løn og på alm. vilkår. Men jeg var måske blevet lidt træt af den ensomhed i jobbet, der som regel følger med det at gøre rent. Det var da også en udfordring pludselig, at få en masse friske unge kollegaer på McDonald.

Jeg arbejdede hver dag fra kl. 11:00 - 15:00, og det kan man måske sige er et meget godt tidspunkt. Men da jeg er et meget udpræget A-menneske, selvom jeg får medicin, var jeg som regel oppe ved 6-tiden, og så nåede jeg jo at blive træt, inden jeg skulle på arbejde.

I de fire timer jeg var på arbejde, forlangte de, at jeg skulle arbejde optimalt. Dvs. lige så hurtigt som de andre, fordi de mente "skåneriet" lå i, at jeg kun arbejdede fire timer. Det var skåneriet i sig selv, så det var altså med fuld kraft og en pause på 15 min., som jeg selv skulle betale.

Ikke skånejob men deltidsjob til skåneløn

Efter min mening var der ikke tale om et skåne-

job, men deltidsjob til skåneløn. McDonald forstod sandelig at udnytte min arbejdskraft.

På et tidspunkt havde jeg en kort indlæggelse, det var der ikke problemer med, men da min økonomi begyndte at halte (på grund af den dårlige løn), kunne de ikke hjælpe mig. De tilbød i hvert fald ikke lønforhøjelse eller en stilling på almindelige vilkår. Det kunne jeg ellers sagtens have levet op til (det gjorde jeg jo i forvejen), men det havde jo kostet dem, så det var de ikke interesseret i. Jeg blev fyret i april 2001.

Det positive ved jobbet var som sagt, at jeg havde kollegaer, og jeg kunne snakke med dem om stort set alt, fordi de var unge og friske. Jeg var da også med til et par personalefester. Det var meget skægt.

Jobkonsulenten sød - men på arbejdsgiverens side

På et tidspunkt lavede jeg sammen med min jobkonsulent en TV-udsendelse på DR-1 om det rummelige arbejdsmarked:

"sagsbehandler på udebane".

Jeg havde en god kontakt til Gitte Oversøe (jobkonsulent). Hun var konsulent, dels for McDonald, dels for mig. Hun var ansat som en del af "Net-værket" i Hvidovre Kommune, som satte folk på bistand i aktivering og folk på pension i skånejob. Men som regel talte hun arbejdsgiverens sag og var på deres side, men hun var nu alligevel sød til at lytte til mine personlige problemer.

"Skånejob" til almindelig løn

Efter 10 måneder i skånejob brød tingene sammen. Jeg kunne ikke få økonomien til at hænge sammen, så jeg vendte tilbage til rengøringen. Jeg har nu fået et job på et fritidshjem, 3 timer om



dagen, på normale vilkår og til normal løn.

Så det er jeg glad for, og personalet er mindst lige så søde, som mine kollegaer var på McDonald, selvom vi måske ikke snakker så meget privat.

- Og dog, her for nylig fik jeg en depression, som var udløst af nogle personlige forhold, men jeg var ikke klar over at det var en depression, før min psykolog satte ord på. Så jeg sagde op!

Alligevel kunne jeg senere forklare chefen, hvad der var sket, og jeg blev genansat efter et fravær på tre uger. Så det kan man da kalde "at skåne", og det er det almindelige arbejdsmarked, og jeg arbejder stadig på fritidshjemmet.

Min økonomi hænger bedre sammen, og jeg får den mellemste førtidspension, dvs. jeg har bevaret 1/3 af min arbejdsevne, og det udnytter jeg.

Jeg vil gerne spare sammen til at komme ud at rejse. Nu må vi se, om det lykkes!

De sociale behov opfyldes andetsteds

"Den sociale dimension" i skånejobbet får jeg nu opfyldt ved at være en del af OUTsideren og Café Offside, så man kan godt sige, at jeg nu har slået 2 fluer med et smæk. Normalt arbejde til normal løn og et socialt liv ved siden af.

Mine personlige problemer er jeg begyndt at snakke med en psykolog om. De har i hvert fald bedre tid end psykiaterne. Jeg er også ved at komme mig over min

depression, så nu regner jeg med, livet begynder at funke igen.

Hvis nogen skulle have lyst til at snakke med mig om det at være i skånejob eller på arbejdsmarkedet, kan jeg kontaktes gennem OUTsideren.

** Jeg har båndet det, og folk kan også godt låne det af mig.*

Skånejob eller flexjob tilbydes personer, som ikke kan klare sig på nedsat tid, på det almindelige arbejdsmarked. Det kan enten være i forbindelse med en revalideringssag, eller som i mit tilfælde, under loven om det rummelige arbejdsmarked, til personer som ønsker beskæftigelse, selv om de har deres førtidspension.



Støtte og Kontakt Centeret

Tlf. 3314 9841

Døgnrådgivning

Café 24

Åben for personlig og telefonisk kontakt alle årets dage for sindslidende københavnere. Personlig rådgivning, gratis og anonymt alle dage 9-22.

Åbent alle årets dage fra kl. 14-22. Vi serverer varm mad hver dag kl. 18.00. Linnésgade 24.

Der er også mulighed for værksteder og andre aktiviteter.

Vi tilbyder juridisk, psykologisk og socialrådgiver støtte. Telefonisk rådgivning hele døgnet.

Støtte Kontakt Personer.

Du kan få hjælp i hverdagen helt anonymt og gratis.

Linnésgade 24²
1361 Kbh. K.

Til »massekonsultation« hos Søren Ventegodt

På en debataften om "det gode liv" provokerede Søren Ventegodt, ifølge brugerlærer Maria Holbæk, med sin manglende indsigt i psykisk sygdom, og hun tilbyder ham afslutningsvis en konsultation.

Debat

af brugerlærer og Insider Maria Holbæk
foto: Jette Nielsen

Det var en velbesøgt og stort anlagt debataften, som BUPs stod for. Overskriften var "Det gode liv på trods af modgang", og undertegnede var inviteret til at holde oplæg sammen med en anden psykiatribruker, Erik Jensen, tillige med skuespiller og entertainer Anne Marie Helger og læge og forfatter Søren Ventegodt. Mine forventninger var egentlig ikke særligt fastlagte på forhånd, men noget i retning af, at fortælle og lytte til andres bud på, hvordan man får skruet et godt og rart liv sammen på trods af, at man er nødt til at dele det med en psykisk lidelse.

Det var første gang, jeg mødte Anne Marie Helger personligt, men hun var da aftenens energimættede og sprudlende, positive indslag. Jeg havde den ære at sidde ved siden af hende i panelet, og jeg kunne mærke, hvordan hun dirrede, mens hun talte. Selv bordet dirrede! Hun mente simpelthen, hvad hun sagde helt ind i sjælen. Essensen af hendes budskab var, at det er nødvendigt at tale med én stemme, og den skulle være så stor, så vi bliver hørt, ellers får vi aldrig opfyldt vores krav eller behov. Og at det trods alt stadig er et af danskernes privilegier at kunne ytre sig nogenlunde frit, men at denne ret ikke vedbliver at være en selvfølge, hvis den ligger ubenyttet hen.

En fabel om ulven, anden og løven

Som mit bud på, hvordan man kan få et godt liv, havde jeg valgt at fortælle en fabel om ulven, anden og løven, som var en omskrivning af mit personlige forløb og en lidt eventyragtig form at beskrive min Recovery-proces på. Til sidst opfordrede jeg folk til at kæmpe for alt, hvad de har kært, dø om så det gælder, da er livet ej så svært, døden ikke heller!

Erik Jensen opfordrede alle til at mærke efter i deres sjæl og følge den vej, som den byder én. Han



Maria Holbæk

mente, at man er bedre i stand til at lytte til sin sjæls signaler, hvis man også bliver god til at nyde livets gratis gaver såsom smukke solnedgange og motion i frisk luft.

Søren Ventegodt besnærede

Søren Ventegodt startede også rigtig godt, og jeg var en del besnæret af alle de "rigtige" tanker, han lagde frem. Han mente, at det var nødvendigt for psykiatrien at få et mere nuanceret menneskesyn, hvis deres mission om at helbrede folk eller at gøre dem mere raske skal lykkes. Han fortalte, at han sammen med flere andre læger og behandlere har etableret et anderledes behandlingstilbud i København. Her udfører han efter sin overbevisning en anderledes terapi, som bygger mere på menneskers egne ressourcer frem for at bedøve dem med for meget medicin. Så langt så godt, det lød jo positivt.

Han kom længere ind i sit oplæg og fortalte om en krise, han havde gennemgået som ung, hvor han havde stillet sig selv det eksistentielle ultimatum, at hvis ikke der var en mening med

dette liv, så ville han dø. Han havde besluttet sig til at rejse langt væk og isolere sig for enten at tage fat i livet og leve det eller også at tage det af sig! Stærke siger, man skal ikke underkende unge menneskers modningsprocesser, så med al respekt for det må jeg også lige korrigere ham i, at det så ganske aldeles langt fra kan sammenlignes med at have en tilbagevendende sindslidelse, som kan sætte én fuldstændig ud af spillet, ud af sammenhæng med virkeligheden. At være plaget af hallucinationer, indre stemmer eller dybe depressioner er ikke det samme som en livskrise. Sorg og smerte kan ikke måles, og det er ikke ment som en konkurrence om, hvad der gør mest ondt. S.V. skal bare vide, at han ikke ud fra sin ungdomsoplevelse kan vide, hvad psykisk sygdom handler om.

Søren Ventegodt brugte psykisk syg uanstændigt

Derpå beskrev han, hvordan en kvindelig kursist på et kursus, han havde afholdt, havde stoppet med sin medicin og efterfølgende udfoldet en rablende psykose for øjnene af ham. Han beskrev hendes adfærd helt ned til det mest intime, bl.a. om hvordan hun havde blameret sig og tilbød samleje med ham, som han dog afslog. Meningen med denne fortælling, hvad enten den er sand eller ej, var at beskrive, at han mener sig i stand til at håndtere psykoser med andet end medicin, uden at det behøver at være farligt for patienten. Han kunne også tillade sig at give denne beretning, for der var ikke tale om et patientforhold, og dermed var han ikke bundet af nogen tavshedspligt, men derfor kunne man jo godt efterlyse noget etisk finfølelse! I det vindue, hvor S.V. ville udstille og demonstrere sin dygtighed, blev den pågældende kvinde altså stillet til offentlig beskuelse! Uanstændigt efter min mening. Jeg håber næsten på, at historien er et eksempel på en forfatters kreative måde at ytre sig.

Vi var til konsultation hos Ventegodt

Da vi kom til spørgerunden, gik det for alvor op for mig, at vi alle sammen var i konsultation hos Søren Ventegodt.

Publikum stillede spørgsmål, ikke til nogen bestemt i panelet, men S.V. gik straks i direkte dialog med publikum og fejede de andre "panelister" til side. S.V. spurgte ordret: "Må jeg ikke godt skælde jer lidt ud?" (Hvordan mon det ville blive modtaget, hvis



Søren Ventegodt

en psykiatribrunder sagde sådan under et foredrag i distriktspsykiatrien? Jeg stod helt af på ham!) Han var af den overbevisning, at psykisk syge er nødt til at kæmpe og tage sig sammen, for der er ingen, der kan redde dem, hvis ikke de redder sig selv. For at gå ind i den påstand og dreje den over på aftenens emne, forsøgte jeg at beskrive, hvor selvforstærkende små, men vigtige personlige sejre er. Hvordan man kan bygge sig op ved at lægge den ene succes oven på den anden. Det er jo delvist rigtigt, at der ikke er nogen, der kan tage kampen i livet op for andre, men det er ikke sandt, at man ikke kan få hjælp til at klare kampen eller til at opbygge den indre styrke til at udkæmpe den. Det er spørgsmålet om, hvilken hjælp der hjælper, hvor jeg jo holder på medmenneskelighed frem for medicin. Mange psykiatribrugeres pointe er i høj grad, at vi bliver frataget vores selvstændighed, vores evner, vores følelser, vores sociale færdigheder og vores ret til at protestere, efterhånden som årene går, og man overgår til at være i medicinens vold og tilhøre samfundets udstødte. Der er tale om et meget større problemkompleks end "bare" psykisk sygdom. Hvordan og hvorfor det forholder sig sådan, var det desværre meget tydeligt, at S.V. var blottet for indsigt i.

Psykisk syge må kæmpe sig selv op

Så vendte S.V. tilbage til sin konsultation. Der var en kvindelig publikummer, der mente, at det var

nødvendigt at behandle psykisk syge som syge i den periode, hvor de var angrebne, passe og pleje dem, for derefter langsomt hjælpe dem til at klare sig selv ved at støtte dem i deres kognitive færdigheder. Til det svarede S.V., at hvis ikke han vidste bedre, ville han tro, hun ikke var voksen, for hun udtalte sig som et forkælet barn. Han vedblev at fastholde, at psykisk syge er nødt til at finde kræfterne til kæmpe sig op selv.

Da en anden fra publikum påpegede, at hverken psykiatere eller behandlere har nogen nævneværdig opmærksomhed på den isolation, næsten alle sindslidende oplever, både socialt og i kærlighedslivet, svarede S.V., at folks kærlighedsliv ikke kunne være lægeverdenens ansvarsområde.

Jeg synes nu nok, at når man medicinsk fratager folk deres sociale og seksuelle evner, så må det også høre til det, man må være med til at restituere. Men på dette tidspunkt var jeg blevet fuldstændig mundlam. Jeg var så forbavset over S.V.'s facon. Både at han tog det som en selvfølge, at det var ham, publikum var kommet for at høre på, samt at emnet havde taget den drejning, at det var ham, der skulle fortælle os, hvad der var det gode liv. Desværre er jeg ikke så hurtig til at respondere på den slags overrumplinger, så jeg fik aldrig forklaret S.V., at han var totalt galt afmarcheret.

Konsultation hos Ventegodt for dyrt

Men der, hvor jeg ligefrem blev harm, var, da en anden kvindelig publikummer efterlyste, hvordan man kunne få psykiaterne til at forstå, at mange ikke bryder sig om al den medicin, de bliver præsenteret for, og at de gerne ville have andre behandlingsmetoder. Konkret spurgte hun, hvor meget det kostede, og hvordan hun kunne komme til at modtage den alternative og anderledes behandling, hun kunne forstå, S.V.'s projekt i det nye lægehus stod for. Jeg mener, at S.V. nævnte en timebetaling på enten 300 kr. eller 500 kr., men uanset beløbet ville det ikke være muligt for den unge pige at betale ca. 4 konsultati-

oner pr. måned. S.V. sagde, det var et spørgsmål om prioritering og spurgte, hvor mange penge pigen havde om måneden. Hun svarede, at det ikke var ret meget, for hun var bistandsklient. S.V. spurgte hvor meget det var. Beredvilligt nævnte pigen det præcise beløb. Til det svarede S.V., at det var nok. "Nok... til hvad?" spurgte vi alle sammen indvendig, pigen sagde det højt. "Ja, til konsultationer hos mig." Hun blev hylet helt ud af den. Alle de ord, hun gerne ville have sagt, stimlede sammen i munden og ville alle sammen ud først. Der kom sådan en slags opgivende lyd i et langt s, og så sagde hun ikke mere.

Det er fuldstændig rigtigt, at ethvert voksent og ansvarligt menneske er nødt til at prioritere sine økonomiske dispositioner. Men når det beløb, man får, i forvejen er for lille, er spørgsmålet mere, hvad man i denne måned IKKE skal betale. Prioriteringen handler slet ikke om at gå til konsultation hos S.V. i stedet for at gå ud at spise. Spørgsmålet er snarere, "Skal jeg gå til konsultation hos S.V. og så lade være at betale min elregning?"

Den unge pige gennemskuede derfor meget hurtigt, at med den holdning, S.V. lagde for dagen, er det slet ikke de alvorligt psykisk syge, han ser eller får i behandling. I stedet for at anerkende pigens skarpsyn, fik han hende til at føle sig ussel, fordi hun ikke var nær så velformuleret som han og som tilhørende samfundets nederste sociale klasse, en psykisk syg bistandsklient.

Ventegodt kan komme i konsultation hos mig

"Ved han overhovedet, hvad psykisk sygdom handler om?" Spørger jeg mig selv. Hvor ville jeg skamme mig, hvis jeg var S.V.

Jeg ser det som min pligt som INSider at tilbyde ham et konsultationsforløb på 5 timer á 600 kr. Her vil jeg undervise ham i, hvordan de problematikker, som publikum denne aften tog op, hænger sammen samfundsmæssigt, sjæleligt og sygdomsmæssigt, men det kræver en noget mere ydmyg og imødekommende holdning fra hans side.

fortsættes: fra side 17

lighed for at have en kontaktperson og derigennem får mulighed for at få supervision. Jeg vil gerne opnå, at andre nu kan få glæde af alle de erfaringer, vi har opnået igennem mange år her i Viborg.

Jeg vil gerne, at man i langt højere grad forstår,

hvilke forudsætninger en succes hviler på, når man har med sindslidende at gøre.

Her har jeg desværre erfaret, at der mange steder er langt endnu, og en af hovedårsagerne er, at personalet endnu ikke får adgang til den fornødne uddannelse.

Alternativ behandling i psykiatrien

svar på Kenneth Sørensens artikel i Outsideren nr. 34

Debat

af Annie Bejart foto Jette Nielsen

Efter at have læst Kenneth Sørensens artikel om alternativ behandling i psykiatrien er det vigtigt at give en anden version af mit indlæg i Roskilde. Kenneth Sørensen skriver bl.a.: »Hvor oplægsholdere end ikke gider komme ind på det emne, de er annonceret under.« De var (Merete Gundersen og undertegnede) ustrukturerede, postulerende og fagligt særdeles svage.»

I programmet stod der:

»Annie Bejart, udviklings-kinesiolog, NLP terapeut, leder af kursuscenter for udviklings-kinesiologer.

Annie Bejart uddanner udviklings-kinesiologer, desuden har hun egen klinik. Hun har gennem mange år på et holistisk grundlag arbejdet med at behandle bl.a. psykiatriske lidelser. Vi vil i Annie Bejarts indlæg høre om hendes erfaringer med udviklings-kinesiologien og NLP terapien i forhold til sindslidende personer. Vi vil høre nogle af de resultater, hun har opnået, samt hvilke typer af sindslidende, der henvender sig, og hvilke redskaber der bruges i behandlingen.»

Det, jeg leverede, var cases fra min klinik, hvori der indgik, hvilken lidelse den pågældende klient havde, og hvilken behandling jeg anvendte. Det drejede sig bl.a. om autisme, mani-depressive, skizofreni, paranoia, borderline, psykotisk tilstand. Desuden talte jeg om et barn, der var fuldstændig psykisk lukket efter en vaccine, og om behandlingen måske var en forebyggelse af, at barnet som voksen ville være kommet ind under psykiatrien. (Det var ingen konklusion - kun en teori).

Desuden fortalte jeg om en samtale med en klients psykiater. Jeg fortalte også, at jeg ikke vil arbejde alene med f.eks. skizofrene, da jeg ikke har nok kendskab til sygdommen. Det kunne f.eks. være bedre for brugeren, der har fået denne diagnose, at have to samarbejdende behandlere - en alternativ behandler og en psykiater, hvis vedkommende ønsker dette. (Kun et forslag).

De behandlingsmetoder, der blev anvendt i behandlingerne, og som blev fortalt på seminaret, var: Homeopati, som jeg bruger kinesiologien til at teste frem, samtaleterapi, hvor jeg bruger red-



Annie Bejart

skaber fra NLP'en, ændring af tanker samt jordforbindelsesøvelser og min Åndelige Vejleder, som hjælper på sidelinien. Der kom kommentarer fra salen, da jeg viste en jordforbindelsesøvelse: »Det vil jeg hjem og prøve.« »Det vil jeg også.«

Til Kenneth Sørensens spørgsmål, om jeg nogensinde har hørt om den proces, man kalder tænkning, kan jeg kun gentage, at jeg havde en case med i mit indlæg, der lige netop handlede om tanker. (Denne case kan også læses i min bog, Tankens Kraft, som kan lånes på alle landets biblioteker).

Hvorfor mon Kenneth Sørensen skriver, at diverse cases blev fyret af fra hoften? Det kan undre, at han kun har cases med som en bibe-mærkning, når det var dem, der fyldte det meste af mit indlæg. Det kan endvidere undre, hvordan man kan sætte sig selv i centrum i en case. Jeg bliver nødt til at nævne i en case, hvordan jeg har arbejdet med vedkommende, da det var mig, der var behandleren, men det var hverken mig, der havde autisme eller andre diagnoser. I min

vurdering er både klient og terapeut i centrum, da begge er vigtige for, at behandlingen bliver et samarbejde omkring klientens problemer.

Kenneth Sørensen skriver også, at mit indlæg var programsat fra kl. 13-14 og kl. 13.54 bliver jeg bedt om at uddybe, hvad udviklings-kinesiologi er for noget. Jeg blev spurgt, hvor navnet udviklings-kinesiologi kommer fra, hvortil jeg svarede, at det havde jeg selv fundet på.

Det er ikke kinesiologien, som er min egen opfindelse, og jeg fortalte, hvad udviklings-kinesiologi er.

Mit svar var, at det var en blanding af kinesiologi og NLP med samtaleterapi som det vigtigste, da jeg vægter forståelsen af personen mere end teknikkerne.

Angående min falske strubehoste blev den nævnt i en kort præsentation af mit forhold til lægerne fra jeg var barn og sparkede dem, indtil i dag hvor jeg samarbejder med dem. Skal man referere folk, skal man gøre det ærligt, ellers bliver sandheden forvrænget.

Som kommentar til dokumentation har jeg et spørgsmål. Hvordan dokumenterer vi vore følelser? Til de kristne, hvordan kan I dokumentere Gud? Videnskaben har erkendt, at maskiner er påvirkelige af den menneskelige energi, og ifølge videnskaben selv er de fleste af deres resultater hypoteser.

Personligt har jeg intet imod dokumentation, men når den bliver det eneste vigtige element, er det vigtigt at se på, at inden for det konventionelle er 20-30 % dokumenteret. Endvidere er jeg målløs over, at tegninger af tændstikmænd

bliver vigtigere end budskabet, og konklusionen bliver en bidragelse til useriøsitet. Hvor er vi så henne?

Angående Kenneth Sørensens bemærkning om, at der var flere, der mente, at vi var useriøse, ustrukturerede og satte os selv i centrum, har jeg denne kommentar: » Det kan undre, at han for en stor dels vedkommende fylder sin artiklen med mig - direkte og indirekte - putter mig i centrum. Der var flere, der var begejstrede og kom hen til mig bagefter og udtrykte dette. Hvis det havde været så dårligt, som Kenneth Sørensen giver udtryk for, var jeg vel ikke af tilhørerne blevet spurgt, om jeg vil komme til Sjælland og holde foredrag og kurser.«

Hvis en alternativ behandler **ulovligt** diagnosticerer en person til bl.a. at have aids, som den behandler Kenneth Sørensen beskriver, er det ikke nok kun at klage til venner, bekendte eller i et blad; men gå direkte til behandleren og myndighederne.

Den antipati mod det alternative, som Kenneth Sørensen har lavet omkring seminaret, er ikke et positivt bidrag til samarbejde - men en hæmning. Alle indlægsholderne på seminaret har positive resultater og vil gerne samarbejde. Men hvis modstanden både kommer fra brugerne og fra det konventionelle, så kan der ikke blive noget samarbejde.

Brugernes tilfredshed er den bedste dokumentation og skulle gerne i fremtiden være en tilfredshed med et direkte samarbejdende tværfagligt personale -konventionelt og alternativt, når **brugeren selv** ønsker det.

Kenneth Sørensen svarer:

Hvad der blev sagt eller ikke sagt på konferencen, er ikke mit anliggende her. Jeg har givet min version, og den står jeg naturligvis ved. Men der er et principielt spørgsmål, som det er vigtigt at få afklaret, og det er holdningen til forskning og dokumentation.

Annie Bejart spørger: »hvordan dokumenterer man følelser«, og »brugernes tilfredshed er den bedste dokumentation.«

Til det første spørgsmål vil jeg anføre, at dokumentation for, hvorledes en behandlings-effekt påvirker menneskers følelsesliv, er noget psykologien har forsket i i mange år. Derfor er psykologi en videnskab og ikke et trossystem, som religionen er. I dag ved man, at kognitiv

terapi virker, det er ikke noget man tror. De alternative behandlingsmetoder, der virker ind på følelseslivet, må gennemgå samme videnskabelige proces, som de anerkendte psykologiske metoder har været igennem.

Det arbejder man på i dag fra bl.a. Sammenslutningen af Alternative Behandlere og i mange andre spændende forskningsinitiativer. Dokumentation er vejen frem, hvis den alternative behandling skal komme ud over den private og ofte noget uprofessionelle praksis, som den i dag desværre lever i skyggen af.

Derfor var jeg også meget positivt indstillet over for det indlæg om forskning og dokumentation, som Torsten Dinesen kom med på konferencen.

Annie Bejarts påstand om, at "brugernes tilfredshed er den bedste dokumentation", er måske godt nok for den enkelte alternative behandler, der har nok i sin private praksis.

Men det er aldrig nok for offentligheden, der skal godkende en praksis til anvendelse i det offentlige system. Man må skille skidt fra kanel, og det gør man bl.a. ved at føre journal og evaluere langtidseffekten. Det er aldrig nok, som mange alternative behandlere gør, at fremvise nogle enkeltstående solstrålehistorier.

Man må også vide, hvor mange der ikke fik det bedre eller måske ligefrem fik forværret sin situation af den pågældende behandling. Hvis

dokumentation er vigtigt inden for det somatiske område, så er det umådelig væsentligt, når det handler om behandling af de mest sårbare grupper af mennesker.

Til sidst vil jeg anføre, at saglig (selv)kritik og krav om professionalismisme er det, der vil presse udviklingen frem også inden for den alternative verden. Her bør ikke herske en holdning om, at man er hævet over kritik eller at det man udøver, ikke kan vurderes af uindviede i den etablerede verden. Den holdning er skadelig for implementeringen af alternativ behandling i sygehusvæsenet, hvilket også vil være til skade for såvel patienter som samfund.

fortsættes: fra side 5

et indirekte virksomhedstilskud. Derfor kan man, som Joan Remil funderer, godt stille spørgsmål til, om »skåneriet« er mest for virksomheden eller »skånejobberen«. Det kan man så veje op mod det identitetsskabende i at have et arbejde.

Identitet som andet end patient, syg, sindslidende, taber eller offer og et større selvverd er især vigtigt, da psykiske sygdomme og lidelser desværre alt for ofte er noget, man skjuler og direkte skammer sig over. Det er stadig et stort tabu på trods af den store landsdækkende reklamekampagne for et par år siden.

Det identitetsskabende viser sig også tydeligt her på arbejdspladsen OUTsideren. Jeg har således kunnet mærke, hvordan nye medarbejdere, om ikke kom med bøje rygge, så alligevel efter kort tid voksede og både fysisk og psykisk rankede ryggene.

Noget af det første, man møder et nyt menneske eller en gammel bekendt med, er nemlig det næsten obligatoriske spørgsmål: Hvad laver Du? Ens arbejde er et af de største konversationsemner - foruden vejret. Selvom alle taler om vejret, men ingen gør noget ved det, kan man trods alt gøre noget mere aktivt ved arbejdet.

Det giver ikke stor prestige eller anseelse at svare: Jeg er psykisk syg eller førtidspensionist. Tidligere hed det endda invalidepensionist, så lidt fremskridt er der sket, selvom man alligevel stadig hører den forældede betegnelse.

Så lyder det ulige meget bedre at sige: Jeg er journalist, fotograf eller lay-out'er.

Derfor kunne man ønske sig, at der blev dannet en lang række arbejdspladser og virksomheder

som OUTsideren.

Måske ikke ligefrem psykiatri-tidsskrifter, men andre brugerstyrede steder. Som f.eks. vores nabo, Café Offside, hvor man kan få dejlig økologisk mad, og hvor redaktionen hver tirsdag indtager et velfortjent frynsegode i form af tærte eller ostemadder og noget drikke.

Rundt omkring i landet findes andre lignende steder, som i Århus, hvor der er Rejsecaféen og andre brugerarbejdspladser.

Det er godt at have en identitet man er tilfreds med!

Det blad Du sidder med i hånden har vi lidt polemisk kaldt OUTsideren. Men selv en identitet som outsider kan der gå inflation i.

Vi har før nævnt en spiseseddel og overskrift fra Ekstra Bladet, hvor Kronprins Frederik udtaler: Jeg er en outsider! Siden kom samme blad med meldingen fra daværende kulturminister Elsebeth Gerner Nielsen om, at hun også var en outsider!

Den foreløbige kulmination skete en forgangen lørdag, da Ekstra Bladet med store typer på midtersiderne udnævnte sangeren og komponisten Sebastian til: OUTSIDEREN.

Åbenbart er det en vinkel Ekstra Bladet er fascineret af!

Vi håber, at Du efter læsning af OUTsideren i al fald får lyst til at fortsætte og udbygge bekendtskabet med os.

Derfor: endnu en gang velkommen - og hvis Du også får lyst til at komme med et indlæg - skal Du endnu en gang være velkommen...



Børnepsykiatri har langventetid

Mange børn og unge venter rundt omkring i landet på at komme i psykiatrisk behandling. Dagens medicin har opgjort det til i alt 900. I Århus amt er det imidlertid mere slemt. Her drejer det sig om hele 254 børn, hvilket bl.a. fremgår af en artikel i Jyllands-Posten (31.1.). Nu vil den ny indenrigs- og sundhedsminister, Lars Løkke Rasmussen, se nærmere på problemet.

Af det samlede antal på ventelisten har over halvdelen ventet i mere end tre måneder, og 10 procent har ventet i over et år på behandling. Det fremgår af artiklen, at økonomiske midler ikke alene kan rette op på den lange venteliste. I Århus amt er der blevet henvist mange flere de seneste år end tidligere. Siden 1996 er der tale om en stigning på en tredjedel flere. Dette har ført til, at amtet har øget bevillingerne til hospitalet i Risskov med 52 mio. kr. ekstra, men det har altså ikke løst problemet alene. Der mangler også flere uddannede speciallæger til området. Problemet med ventelistens længde skyldes på den måde ikke kommunalt sløseri, men er altså snarere udtryk for de danske sygehuses samlede problem.

Mere hjælp til de svage?

I forbindelse med finanslovsforhandlingerne bebudede socialminister Henriette Kjær, at nu ville de svageste grupper blive hjulpet mere. Det fremgik bl.a. af en artikel i Jyllands-Posten fra 29.1. Den bebudede hjælp skal f.eks. omfatte behandlingsgaranti til stofmisbrugere, flere boliger til de hjemløse og såkaldt "skæve eksistenser", flere behandlingstilbud til alkoholikere og bedre akut bistand for sindslidende.

I forslaget indgår også alternative skadestuer og plejehjem til hjemløse. De svages LO, som det er blevet kaldt, "Rådet for Socialt Udsatte", skal være med til at føre forslaget ud i livet. Rådet får et særligt sekretariat indrettet i Socialministeriet, og det skal have ti medlemmer, som alle skal komme fra de frivillige foreninger. Rådet kan imidlertid ifølge artiklen først blive gennemført til sommer, da det ikke kunne gennemføres via finanloven, men skal vejen igennem Folketingssalen.

En del af initiativerne skal ses i forlængelse af den tidligere regerings tiltag, men socialministeren bebuder stram-

mere og bedre tiltag rundt omkring. Det fremgår imidlertid ikke af artiklen, hvordan man vil få rettet op på, at der rundt i landet er blevet skåret ned på opholds- og behandlingssteder for socialt udsatte. Ekstra-Bladet omtalte det i en artikel juleaftensdag (24.12.2001). Det er amterne, som har skåret deres tilskud væk til mange af dem. Om staten med det nye program kan få rettet op på den skævhed er et godt spørgsmål.



Mobbende skal kunne hjælpes

I Århus kommune vil man gennemføre et projekt, hvor 15 ofre for mobning inden for HKs område skal hjælpes.

Det fremgår af en artikel i Politiken fra 13.1, hvor det også fremgår, at HK/Handel i Århus står for gennemførelsen af projektet. Et stort problem for ofrene har været at få tillid til andre mennesker, et andet problem har været arbejdsløshed og den ringe lyst til et nyt job.

Projektet bliver støttet af kommunen, og det er meningen, at man med projektet vil vise, hvordan mobningsofre kan hjælpes. På den måde får kommunen et overblik over, hvordan den skal kunne hjælpe alle de mange, som har behov for den behandling,

Forstå de psykisk syge

En indlagt patient, Mads Møller, stiller i Politiken (23.12.) spørgsmålet, om en psykiaters indlæggelse af en patient og efterfølgende behandling nu altid skal stå til troende. Han mener, at psykiatrien som videnskab betragtet er gået tilbage, siden lægen Knud Pontoppidan i 1800-tallet blev landets første professor i psykiatri.

Han talte om sygdom i den sjælelige materie, hvorimod man i dag udelukkende indlægger og behandler på baggrund af, hvad den psykisk syge selv har sagt om sin egen situation.

Det er vel at mærke psykiaterens fortolkning af den psykisk syge. For at blive ordentligt behandlet må man nemlig som indlagt sætte sig ind i, hvordan psykiateren forstår ens egne reaktioner, så man evt. kan tilbagevise den forståelse.

Han opfordrer psykiaterne til mere at forklare, hvordan de selv opfatter patienterne - fremfor blot at sætte en diagnose på patienten, som denne eller de pårørende så skal sætte sig ind i.

Fugle kan også blive psykisk syge

Ikke kun mennesker kan have gavn af psykiatrisk behandling. Lykkepiller gives som bekendt også til depressive hunde. Men de kan også med fordel gives til fugle, som har det med at pille fjerene af sig.



Ifølge en notits i Politiken (27.1.) var det tilfældet for en papegøje fra Cape Town, som derfor fik lykkepiller af mærket Fontex af den stedlige dyrepyskiater. Pillerne var imidlertid ikke uden bivirkninger.

Papegøjen blev lettere aggressiv i den periode, behandlingen stod på, men kunne efter en måneds tid lægge pillerne på hylden.

Af samme notits fremgår det, at andre dyrepatienter havde fået mere smag for pillerne, så det ikke var helt let at fravriste dem pillerne.

Så dyr kan måske også blive pillemisbrugere?

Selvhjælpsgrupper

LAP søger igangsættere af selvhjælpsgrupper

Vi søger borgere med psykiatrisk baggrund, nuværende og tidligere brugere, som har lyst, mod og overskud til at være igangsættere af selvhjælpsgrupper. Der kan laves mange forskellige selvhjælpsgrupper, f.eks. stemmehørere, angst/fobi osv. Fælles formål er at få det bedre (recovery) og selv være med til at gøre noget ved eget liv sammen med andre (empowerment).

Vi bidrager med støtte, kurser/seminar og materialer

Vi afholder igangsætter kursus/seminar fredag den 12-4-02 kl. 9.30-17.30 i Odense og fredag den 24-05-02 kl. 9.30-17.30 også i Odense

Skriftlig tilmelding til LAP med en kort beskrivelse af, hvad du har tænkt dig at gøre. LAP afholder udgifter i forbindelse med mødet.

Du vil høre nærmere om programmet, og om du er optaget på kurset/seminaret (max 20 deltagere). Projektet er støttet af PUF midler (midler for frivilligt social arbejde)

LAP – Landsforeningen Af nuværende og tidligere Psykiatrisbrugere, Klingenberg 15, 2.th, 5000 Odense C, www.lap.dk, lap.dk@tdcadsl.

HØJSKOLEN

en bro til livet

HØJSKOLEN – en bro til livet er åben for alle og har siden 1998 udviklet et højskolemiljø, med særlig tanke på psykisk sårbare mennesker og mennesker med en sindslidelse. Skolen er en selvejende institution, der samarbejder med IT- Folkehøjskolen Snoghøj ved Fredericia. Sideløbende arbejder vi på at udvikle et blivende højskolemiljø i egne bygninger.

PLANLAGTE KURSER 2002

FORÅRSKURSER

En, to eller tre måneder fra den 3. marts til den 25. maj 2002

Hovedfag

Billedkunst, mediefag og skrivekunst.

Valgfag

Kristendom og andre religioner, IT/edb, litte-ratur, rytmisk musik, motion og friluftsliv, dra-ma/teater.

Fællesfag

Livsfilosofi, historie, samfund, sang og fortælling, myter og eventyr, morgensang og fortælling, caféarrangementer med musik, lyrik og underholdning samt foredrag og eks-kursioner.

SÆRLIGE KURSER

Kurser til personale- og faggrupper, brugere, pårørende mv. arrangeres efter interesse og behov. Ring og hør nærmere.

EFTERÅRSKURSER

En, to eller tre måneder fra den 1. sept. til den 30. nov. 2002.

Fag og indhold som under forårskurser.

JULEKURSUS

21. – 27. december 2002. Sang, musik, fortælling, undervisning, foredrag og hygge.

SOMMERHØJSKOLE

Fra den 16. til den 29. juni 2002

Her kan der vælges mellem en eller to uger.

Fagene vil bl.a. være idræt, musik, drama/ teater, billedkunst, skrivekunst, journalistik, livsfilosofi, samfundsfag, historie, natur, fri-luftsliv, foto, byvandring, krop og stemme, gegl, myter og eventyr.

Desuden tilbydes udflugter, højskoleaftener, morgensang, fortælling og samvær.

UNGE PÅ HØJSKOLE

Undervisning – Vejledning – Fremtid

Højskolen tilbyder foruden undervisning også støtte, vejledning og afklaring for psykisk sårbare og sindslidende unge, der har særligt behov for det. En vejledning der dels omhandler elevens trivsel i hverdagen på højskolen, samt retter sig mod fremtiden, mht. valg vedr. arbejde, uddannelse, undervisning, boformer eller andet. Aldersgruppen vil hovedsagligt være de 18- til 26-årige.

Ring og hør nærmere og få tilsendt specialbrochure.

INFORMATIONSMØDER

Vi afholder informationsmøder og foredrag over hele landet og tilbyder rundvisning og informationsmøder på højskolen.

Den usynlige mur

Kurset handler om de kommunikationsbarrierer der ofte er mellem brugere og personalegrupper på væresteder, aktivitetshuse mv. når det gælder brugerindflydelse og demokrati. Der findes regler og love for hvordan samarbejdet skal foregå, men uden et åbent og fordomsfrit menneskesyn hvor begrebet ligeværd er integreret i et åbent og tillidsfuldt miljø kommer man ingen vegne. Kurset sætter fokus på hvordan love og regler og et åbent menneskesyn kan/skal integreres i dagligdagen. Kurset er tredelt med et forløb for brugere, et forløb for personalegrupper samt et fælles forløb.

En videreudvikling af tidligere afholdt forløb under samme titel ved aktivitetshuset i Middelfart med leder Allan Bentzen.

Tid: Brugere 9. - 13. sep. – Personalegrupper 23. - 27. sep.

Fælles 24. - 25. oktober. Ring og hør nærmere og få tilsendt specialprogram

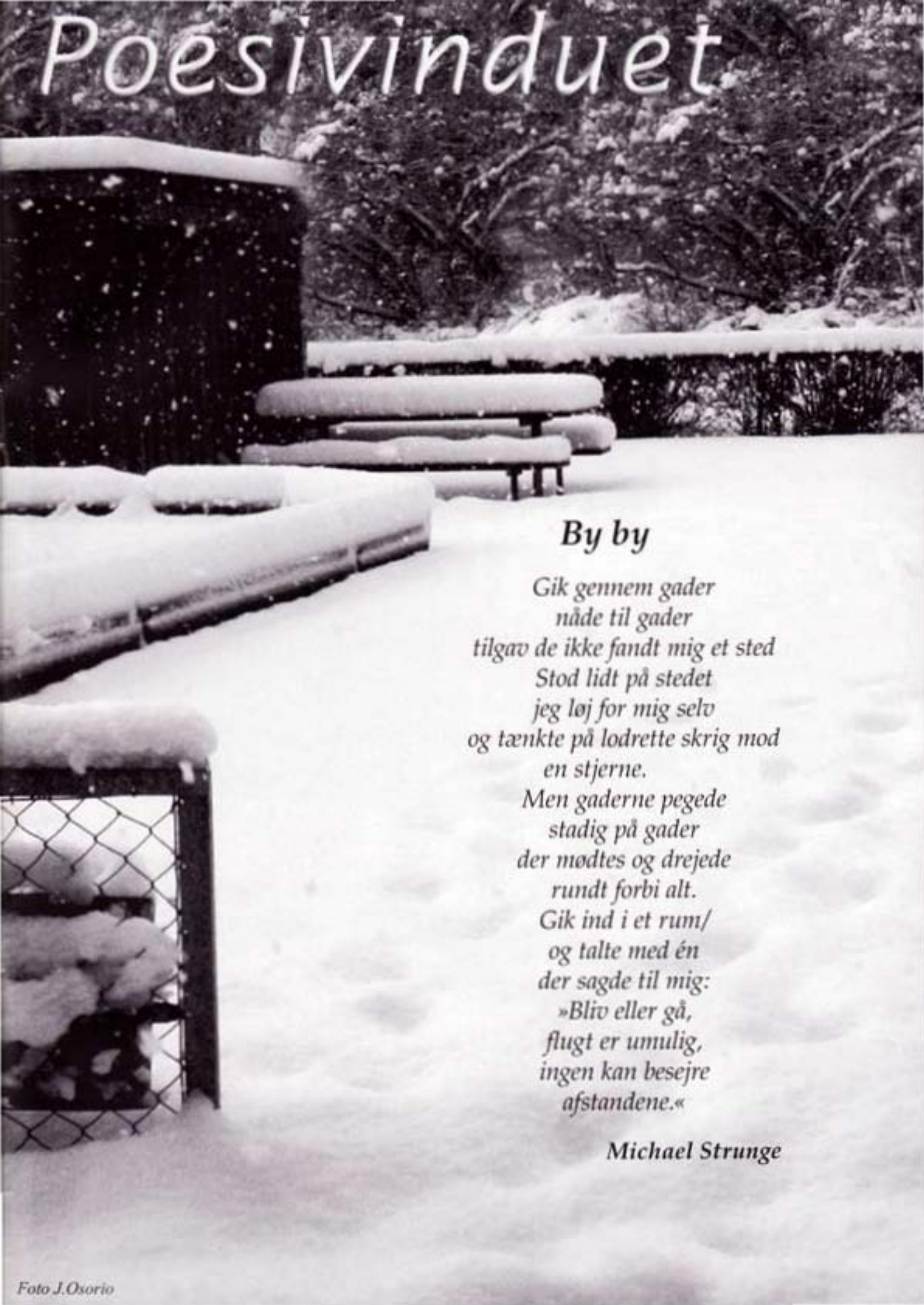
Livsglæde og arbejdsglæde

Kurset kan følges af alle interesserede, men henvender sig specielt til mennesker, der arbejder i psykisk krævende job, eller mennesker, der af forskellige årsager har været eller befinder sig i psykisk krævende livsopgaver. Det kan være personer fra social- og sundhedssektoren, pårørende og undervisere m.fl.

Tid: 27.- 31. maj 2002 – Ring og hør nærmere og få tilsendt specialprogram

HØJSKOLEN – en bro til livet ■ Højskolevej 9, Snoghøj ■ 7000 Fredericia
Telefon: 75941120 ■ E-mail: højskolen-enbrotillivet@mail.tele.dk ■ www.højskole-enbrotillivet.dk

Poesivinduet



By by

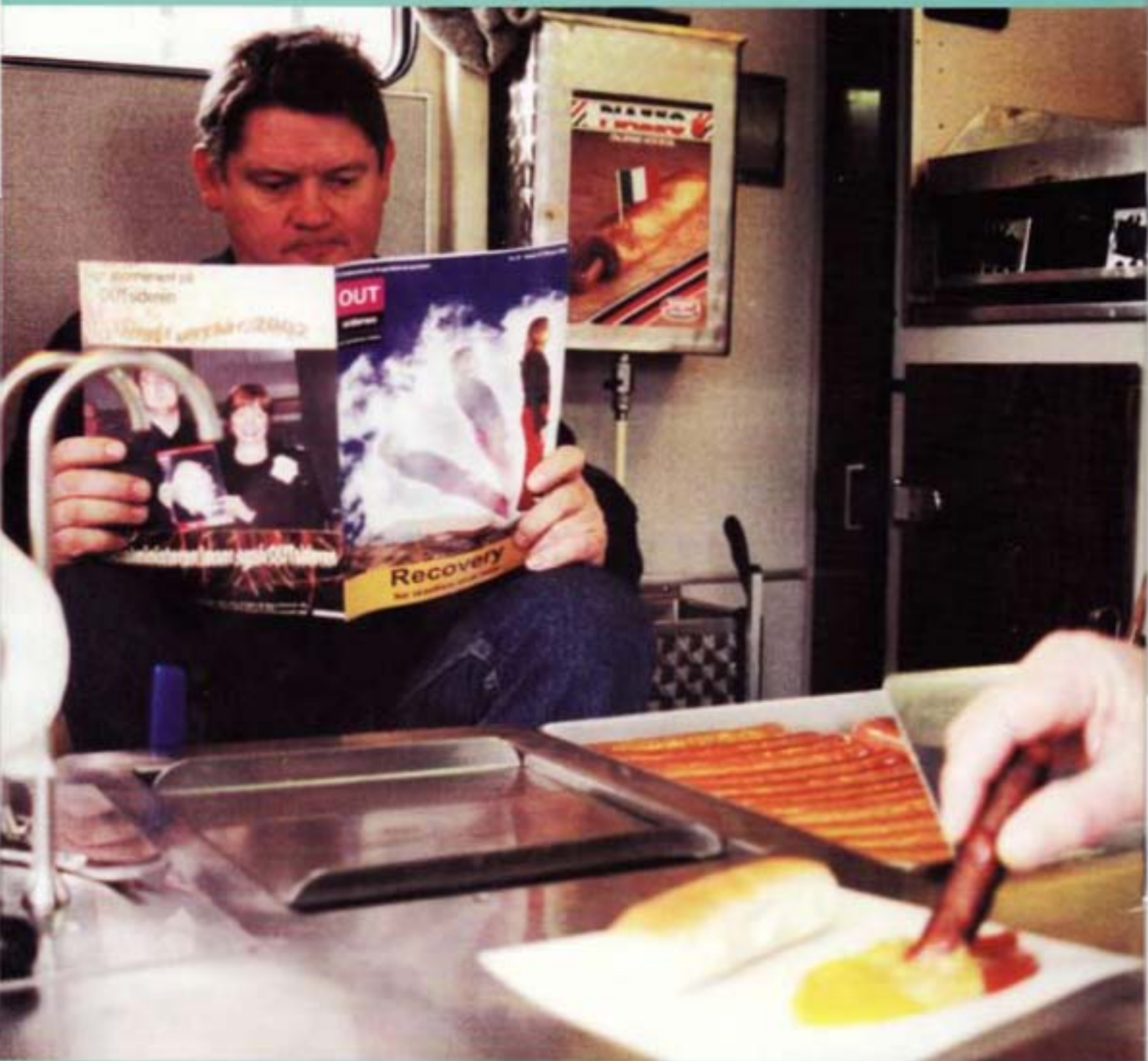
Gik gennem gader
nåde til gader
tilgav de ikke fandt mig et sted
Stod lidt på stedet
jeg løj for mig selv
og tænkte på lodrette skrig mod
en stjerne.

Men gaderne pegede
stadig på gader
der mødtes og drejede
rundt forbi alt.

Gik ind i et rum/
og talte med én
der sagde til mig:
»Bliv eller gå,
flugt er umulig,
ingen kan besejre
afstandene.«

Michael Strunge

Pølsemanden læser
også **OUT**sideren!



Kan **DU** undvære OUTsideren på din arbejdsplads ?

Prinsesse Charlottesgade 28-30 2200 København N.

Tel. 35 39 71 24. Fax 35 39 71 24

WWW.OUTsideren.dk - Email. OUTsideren@email.dk

ISSN 1397-0537