

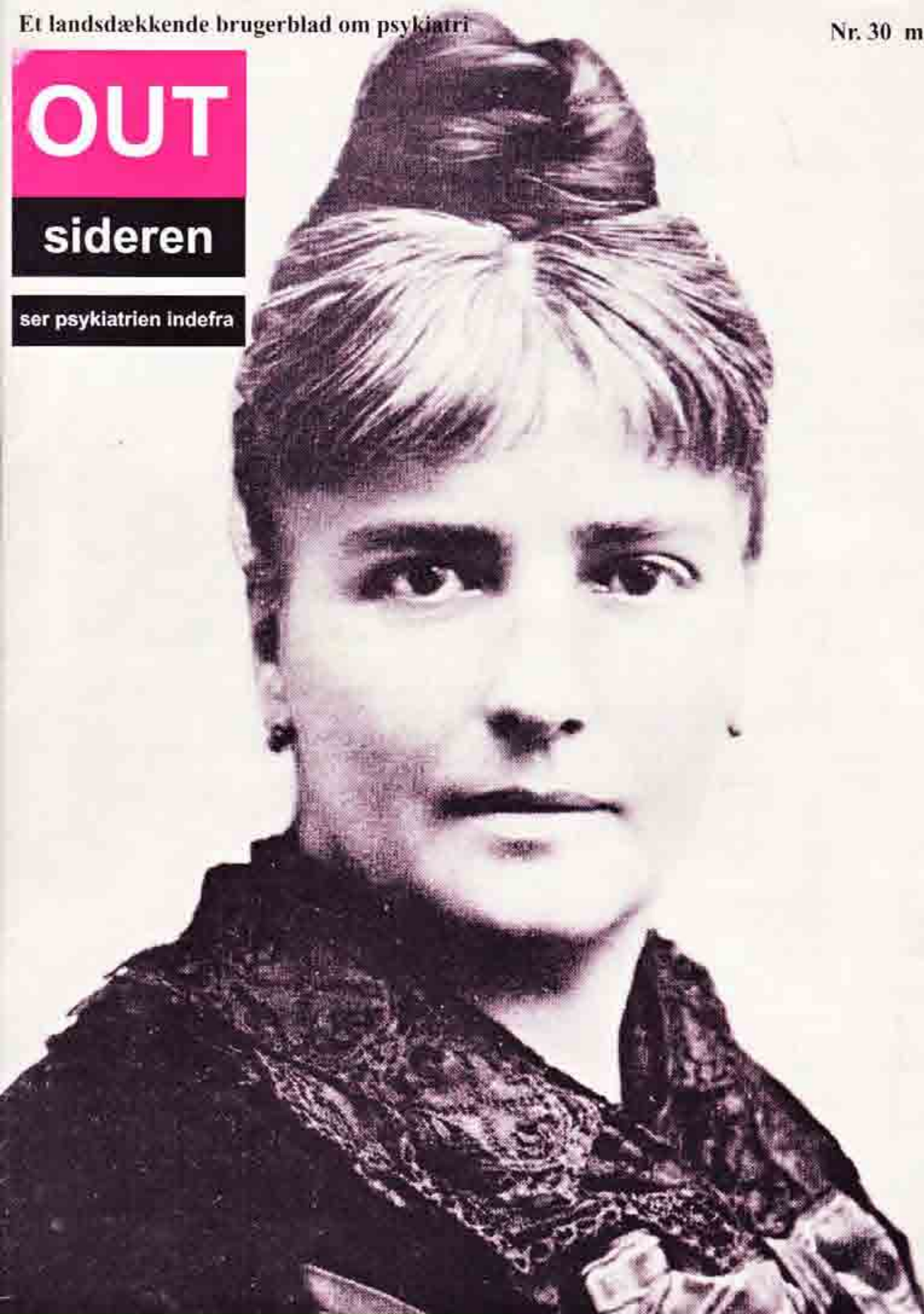
Et landsdækkende brugerblad om psykiatri

Nr. 30 marts & april 2001

OUT

sideren

ser psykiatrien indefra



Amalie Skram

Samfundsreformatør og sindslidende

Foreningen Tidsskriftet OUTsideren



Bestyrelsesmedlemmer

Formand: Erik Olsen

Anse Leroy; Socialøyerlæge

Benny Lihme; Redaktør; Social Kritik

Svend Balle; Regnskabsfører, OUTsideren

Michael P. Krog; Ansvarshavende Redaktør, OUTsideren

Næstformand: Inger Fredtoft; Journalist, OUTsideren

Hanne G. Sloth; Journalist

Suppleanter:

Jette Nielsen; Fotograf, OUTsideren

Medlemskab koster 150 kr. for et år incl. 6 numre af OUTsideren.

Du kan bestille det på telefon 35 39 71 24.

Tidsskriftet OUTsideren er en privat humanitær og social forening, der tilbyder frivilligt arbejde og uddannelse fortrinvis 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

OUTsiderens hjemmeside:

www.OUTsideren.dk

Redaktionsgruppen

Michael P. Krog; Ansv. red.

kontortid: Tirsdag 10-16.

Svend Balle; Regnskab

kontortid: Tirsdag 10-16.

Steffen Petersen; Journalist

Inger Fredtoft; Journalist

Dorthe Raffenberg; Journalist

Jette Nielsen; Fotograf

Karlo K. Hansen; Marketing

Jorge Osorio; Layout

Frank Fog; Webmaster

Eksternt tilknyttet

Kenneth Sørensen; Pædagogisk og redaktionel konsulent

OUTsideren udkommer 6x årligt.

Institutionsabonnement 150 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 2001

Tryk:

PE Offset & Reklame A/S

Tømmervej 9

6800 Varde

Telefon 76 95 17 17

OUTsideren får penge i år 2001
af Socialministeriet

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.

Forside: Jorge Osorio

Indhold



Amalie Skram s.5

Med sine to bøger: »Professor Hieronimus« og »På Sankt Jørgen« (Sankt Hans Hospital) formår Amalie Skram i 1895 at trænge igennem med sin kritik af de sindslidendes forhold.

Portræt ved Karlo Hansen



Ulven kommer s.11

Min påstand er, at langt de fleste børn af psykisk syge får en, måske særpræget, men brugbar barndom, som nok på nogle områder adskiller sig fra den tilværelse, børn af »normale« forældre (hvem det så er) fører, men til gengæld giver dem en ballast og nogle kvaliteter, som »normale« børn går glip af.

Kronik af Hanne Sloth



Mere åbenhed om sex s.25

Når man taler med hospitalspersonalet og kommer ind på seksuelle emner, så bliver der pludselig tavshed, og personalet skynder sig at skifte emne

Interview ved Karlo Hansen

Orientering s.10

Aktuelle nyheder fra psykiatriens verden

Uddannelse i egen psyke s.15

Psykiatrisk behandling baseret på kognitiv terapi. Interview ved Dorthe Raffenberg

Jeg er kun min krop - eller er jeg mere end det. s. 18

Professor i psykoterapi, Ernesto Spinelli, besøgte København. Svend Balle refererer.

Stemmerne s.19

Oplevelser med stemmer beskrevet af Steen Henrik Lind

Hjemløs i mere end en forstand s.21

Interview med Per Lorang Sørensen af Svend Balle

Folkehøring i Århus s.23

Regeringsreferat kommenteret af Karlo Hansen

SamfundSinds brugerlærere gør status s.28

Maria Holbæk gør status over brugerlærer uddannelsen

Poesivinduet s.31



Ansv. Red.
Michael P. Krøg



Regnskabsfører
Svend Balle



Konsulent
Kenneth Sørensen



Journalist
Inger Fredtøft



Journalist
Steffen Petersen



Journalist
Dorthe Raffenberg



Webmaster
Frank Fog



Journalist Marketing
Karlo Hansen



Fotograf
Jette Nielsen



Layout
Jorge Osario

Ulven kommer !

Redaktionel kommentar af

Michael P. Krogh, ansvarshavende redaktør



Dagens prædiken tager især sit udgangspunkt i kronikken af Hanne Sloth længere fremme i OUTsideren.

Hun skriver under den skrækindjagende overskrift »Ulven kommer!«, om sin

egen oplevelse af at være mor og have prædikatet psykisk syg på sig. Hanne Sloth er journalist og det nyeste medlem af OUTsiderens bestyrelse, samtidig med at hun er en dynamisk og indigneret debattør og stifter af foreningen mod mobning.

Ulven går også igen i en anden hudløs og personlig skildring af Steen Henrik Lind. Han fortæller, hvordan han i sin sygdom fantaserede og frygtede at nogen ville sende ulve ind i hans værelse.

Historien om hyrdedrengen der keder sig på marken og derfor råber at ulven kommer, er nedskrevet fra omkring 200 år før vor tidsregning og bl.a. Cícero har hentydet til den. Moralen er at folk de første gange kommer ilende til hjælp. Undtagen den gang hvor ulven virkelig kommer - og drengen bliver ædt. Hans klagen bliver ikke længere taget seriøst - med fatale konsekvenser.

Udtrykket »ulven kommer« er kendt på næsten alle sprog og kan også vække til eftertænkning i vores egen psykiatriske verden. Hanne Sloth beskriver levende et eksempel, og jeg hører også ofte fra mennesker, som ønsker flere positive historier om det gode, der sker inden for og uden for de psykiatriske vægge. Det er især fagfolk, der efterlyser det gode eksempel. Jeg var til en konference på Sankt Hans, hvor den faglige sekretær fra Socialpædagogerne gav som eksempel, at han ikke ville bidrage til Jyllands Postens artikelserie, fordi den ville være kritisk og overvejende vise, hvad der var galt. Det mente han, ville skade søgningen til de socialpædagogiske uddannelser og derved hans fagpolitik.

Det er da også overvejende de dårlige oplevelser og eksempler, man ser i medieverdenen. Men det

ligger - desværre - i sagens og journalistikkens natur. Bad news is good news and good news is bad news!

Der er ikke noget interessant og usædvanligt i ting, der går godt og at hund bider mand, men det begynder at blive det, hvis manden bider hunden.

Jeg sagde på omtalte møde, at der desværre lå sande og ofte tragiske historier bag de fleste historier og nyheder. Men at alle med både faglig og menneskelig interesse for psykiatrien burde stå sammen for at få historierne frem og sørge for, at det uheldige og ulykkelige ikke gentager sig. Men samtidig også vise de gode eksempler til efterfølgelse.

Vores hovedmål for OUTsideren er at være talerør for mennesker med en psykisk lidelse. I dagens udgave står 3 mennesker frem og fortæller dybt personligt og derfor spændende om deres liv. Jeg tænker især på de to, jeg allerede har nævnt, men også på Christina Jensen, som åbent og ærligt fortæller om sit forhold til sex, og at hun tog 50 kilo på i vægt på kun ¼ år på grund af medicinen og på trods af motion. Interviewet begrundes med al ønskelig tydelighed vores løbende artikelserier om sex og overvægt.

Vi har også en historisk beretning om en anden stolt kvinde, Amalie Skram, som var forkæmper for en bedre psykiatri og har lagt navn til en kær kollega, nemlig galebevægelsens blad Amalie.

Endelig har vi en informativ artikel om brugerlærerne - skrevet af en brugerlærer. Jeg har selv haft det privilegium at undervise SamfundSinds brugerlærere i journalistik. Det var en stor oplevelse at se og lære de stærke og stolte - især kvinder - at kende. De viste mig endnu en gang, at virkeligheden ofte overgår fantasien med stor styrke. Men endnu flere bør derfor lære dem at kende, og de hedder også brugerlærere for at blive brugt! Klik ind på hjemmesiden: www.butik.samfundsind.dk eller ring på telefon 76 30 09 40.

Artiklen slutter med de manende ord, jeg nu vil gøre til mine: »Be careful out there!« og tilføje nogle kloge ord, som er sagt af den indiske statsmand Gandhi: »Du må være den forandring, du ønsker at se i verden!«.



Den norske forfatterinde Amalie Skram (1846-1905)

Amalie Skram

Med sine to bøger: »Professor Hieronimus« og »På Sankt Jørgen« (Sankt Hans Hospital) formår Amalie Skram i 1895 at trænge igennem med sin kritik af de sindslidendes forhold.

Af Karlo Hansen

Midlet var hendes litterære evner og stærke indflydelse som en af tidens førende forfattere, der virkelig havde magt over sproget, og for første gang bliver sindslidendes forhold inddraget i litteraturen.

At få en berømt forfatterinde, som tilhørte den mest radikale venstrefløj, indlagt på den psykiatriske modtagelsesafdeling, kunne ikke undgå at vække den allerstørste opmærksomhed. Selvom Amalie Skram blev kritiseret for at anvende *naturalismen* (1) i sin mest ekstreme og utilsørede form, så var de sindslidendes forhold i virkeligheden langt værre, end dem hun med stor lidenskab og dygtighed tog fat på at beskrive.

Amalie og den antipsykiatriske bevægelse

Den første bog bygger på Amalies ophold på København Kommunehospitals 6. afdeling, hvor hun beskriver forholdene og især kritiserer overlægen, Knud Pontoppidan, hvis autoritære fremfærd hun finder lunefuld og upalidelig. Den efterfølgende bog beskriver hendes ophold på Sankt Hans Hospital, hvor hun udskrives efter en måned.

Bøgerne er et langt opgør med behandlingssystemet, med lægens absolutte autoritet og hospitalet som en gennempatriarkalsk institution. Som kvinde og „sindssyg“ er Amalie Skram dobbelt undertrykt. En undertrykkelse, som hun deler med både medpatienter og sygeplejersker, idet hun med deres støtte opnår at få kræfter til den endelige sejr.

Amalie Skram beskriver helt præcist overlægens institutionaliserede magt, den tvangsmæssige inde-

spærring og isolation, afklædningen, udleveringen af personlige ejendele, ydmygelsen og det tvungne sengeleje. Endvidere beskriver hun psykiaternes egne principper om underkastelsen under den „moraliske behandling“ (2) som det væsentligste i den psykiatriske terapi.

I 1890'erne rejste der sig i København en egentlig antipsykiatriske protestbevægelse mod de mere eller mindre vilkårlige tvangsindlæggelser og tvangstilbageholdelser på sindssygeanstalterne. Protesterne og kritikken rettede sig især mod Kommunehospitalets 6. Afdeling og dennes overlæge, professor Pontoppidan, der regnedes for den førende personlighed i dansk psykiatri. Stormen mod 6. afdeling blev ført an af adskillige agtværdige borgere, der påstod, at de var blevet tilbageholdt på 6. afdeling imod deres vilje og i længere tid, uden at de havde været sindssyge. Selvom bevægelsen langsomt ebbede ud i 1894, formåede Amalie at give den ny næring i 1895. Den antipsykiatriske debat fortes i flere år i landets største aviser, ugeblade og fagpresse. Sagen om de psykiatriske overgreb blev rejst både i Folketinget, Rigsdagen og i Københavns Borgerrepræsentation, hvor der blev stillet forslag om skærpet juridisk kontrol med sindssygelægerne. Justitsministeriet fandt anledning til at meddele et cirkulære til politiet om kun at medvirke ved tvangsindlæggelser efter ordre fra selve politimesteren og efter begæring fra de pårørende og attest fra autoriseret læge. Der blev holdt møder om psykiatriske patienters rettigheder, og emnet blev drøftet af nogle af tidens mest fremtrædende jurister.

Opvækst, ægteskab og indlæggelse

Efter i 105 år at have været kendt som en sindslidende forfatter, så står Amalie Skram i dag måske mere end nogensinde som en central skikkelse inden for samfundsdebatten i både Danmark og Norge og herunder ikke mindst som kritiker af sindslidendes forhold (Indtil nu er der skrevet mange bøger om hende, og sammen med hendes egne udgør de i dag ca. 188).

Amalie Skram fødtes i Norge i 1846. Hun voksede op blandt fire brødre i et fromt, men ufredeligt købmandshjem. Moderen - en udvendig gudsfrygtig og selvretfærdig kvinde - blev af Amalie skildret som ond. Faderen beskriver Amalie som stærk, opvakt og smuk og elsket for sin kampvilje. Han var indesluttet og melankolsk og tilhørte en gammel-religiøs sekt, hvilket dog ikke hindrede ham i at få et særligt godt forhold til sin eneste datter. Trods små kår blev børnene sendt i byens bedste skoler. Da Amalie var 17, blev faderen af moderens ambitioner drevet ud i spekulationer, gik fallit og rejste til Amerika bort fra kreditorerne og den store familie, hvilket fyldte de efterladte med skyldfølelse.

Året efter blev Amalie gift med en 9 år ældre skibskaptajn, hvilket hun selv skildrer som et socialt avancement og en flugt fra familiens trange kår. Ægteskabet var ikke lykkeligt og var fra starten dømt til at mislykkes. Efter 13 års forløb blev de skilt til stor forargelse for omgivelserne, især moderens.

Allerede som 31-årig havde Amalie stort set gjort de livserfaringer, hendes forfatterskab kom til at kredse om. Og kimen blev her lagt til et alvorligt sortsyn, som fulgte hende livet igennem.

Allerede under hendes første ægteskab blev hun fortrolig med den psykiatriske verden og hvilke forhold, der gjaldt for samtidens sindslidende. I 1878 blev hun indlagt på et sindssygehus med en psykose og beskriver uhornt overlæggen som sindssyg.

Venstre radikal og naturalist

Efter udskrivningen begyndte hun en journalistisk virksomhed, som tydeligt viser hendes intense medleven i tidens spørgsmål. Snart befandt hun sig på den yderste radikale fløj og var med i kredsen omkring Bjørnstjerne Bjørnson, Holger Drachmann og brødrene Brandes, især Edvard Brandes, som blev hendes nære ven. Alligevel blev tiden svær for hende, og hun følte forargelsen slå hårdt imod sig. Man fandt noget provokerende i denne "fraskilte", blændende smukke, højtalende og cigarrygende dame, som mængede sig med så mange herrer.

For Amalie blev det "*naturalismen*", der udløste hendes talent, idet den som en ny litterær retning gav plads til hendes sjældent skarpe og veludviklede iagttagelsesevne og til at sætte ord på hendes oplevelser,



Overlæge Knud Pontoppidan (1853-1916)

som mere end andre forfatters fyldte hende med dirrende harme og en sjælden lidenskabelig vrede.

Nordmændene var ikke til hendes åbenhjertige blotlæggelser, og hun blev direkte *blacklistet*, hvor de kvindelige skribenter samledes om Norsk Kvindesagsforening og tog skarp afstand fra naturalismens idéer.

Gift igen og debut med Constance Ring

Hos Brødrene Brandes møder hun Erik Skram og bliver gift i 1884 - 38 år gammel og flytter med Erik til København.

Erik Skram opmuntrede hende til at skrive, og i 1885 debuterer hun herhjemme med ægteskabsromanen *Constance Ring*. Stoffet kom fra hendes tidligere ægteskab og var en kras skildring af et tvangsægteskab. Litteraturforskeren Marie Hvidt skriver:

-Ingen har så stærkt som Amalie Skram beskrevet middelklassekvinders grænseløst undertrykte og ked-sommelige liv. Siden følger romaner om kærlighed, seksualitet, dobbeltmoral, og ægteskaber som temaer.

For samtiden var hun ofte for kontroversiel, skarp og beregnende, men i nutiden har hun vundet sig position for sin åbenhjertighed og mod til at afdække de mest ekstreme tilstande, både socialt og psykisk i en stil, der med tiden snarere blev ekspressionistisk.

Med forfatteren Erik Skram kom nok den lykkeligste tid i hendes liv. I København kommer de igen ind i en radikal kreds, men arbejdet var ikke let for hende. Ind imellem blev hun dybt usikker og bange, og efter flere nervøse sammenbrud måtte hun efter

et selvmordsforsøg lade sig indlægge på 6. Afdeling, hvorfra hun efter en måned tvangsindlægges på Sankt Hans.

Temaer i hendes forfatterskab

Den litterære kærlighed havde trange kår hos Amalie Skram, som hellere viser dens vrangbilleder:

–I alle mine bøger har jeg mest skildret det uædle, det stygge, det hæslige og rå, skriver hun til Harald Høfding. Fra sin barndom, skriver Marie Hvidt, havde hun følt sig draget af det uhyggelige og grusomme, en arv og tilbøjelighed i hendes væsen, som var blevet udviklet under hendes personlige modgang og yderligere ansporet i mødet med naturalismens krav om skænsningsløs blottæggelse af virkeligheden. Dertil kom en voldsom trang til at få alt det harmelige og sorte "ned på papiret". I de 16 år hendes andet ægteskab varede, skrev hun som besat bog efter bog, mindst én om året, som tilsammen udgør et af Nordens dystreste forfatterskaber. Selv skriver hun:

"Det gælder om at forstå, forstå, for at kunne se rundt om dem", og hun led og sled "så græseligt" med sine personer, sagde replikkerne højt for sig selv, gjorde deres bevægelser og skrev bøgerne under strømmende tårer skuffet over, det ikke kunne gå personerne bedre.

Hendes synspunkters aktualitet har afspejlet sig i moderne dramatik, f.eks. er TV-spillet „Else Kant“ fra 1978 af Kirsten Thorup skrevet over de to bøger.

Ud over at give navn til Galebevægelsens foreningsblad, Amalie, er det i dag især kvindebevægelsen, der har givet interessen for Amalie et sving opad, men fællesnævner er mennesker i afmagt, alle set under livs-angstens tryk.

Indlæggelsen på 6. Afd.

Amalie Skram lod sig indlægge frivilligt med den forventning, at hun først og fremmest havde brug for ro og omsorg og for at få lov til at hvile en tid som rekonvalescent, medens hendes mand ser hende som en syg og behandlingstrængende kvinde, der kort for indlæggelsen forsøgte at tage sit eget liv.

På afdelingen er hendes første indtryk en ulidelig raslen af nøgler, af fængsel og af fangedragter. I det hele taget fremstår den som en blanding af fængsel og en opdragelsesanstalt, og behandlingen opleves som undertrykkelse og genopdragelse af patienterne via umyndiggørelse.

I bogen »Epoker i dansk psykiatri« skriver overlæge Møllegaard:

–Hun skal indlægges på første pleje på den rolige del af afdelingen, men p.g.a. hendes skræk for at sove sammen med andre mennesker, indlægges hun på den urolige celle-afdeling. At hun her får afdelingens bedste stue, ændrer dog ikke på hendes holdning og den senere

udredning af opholdet.

Afdelingen drives efter den åbne dørs princip, der medfører permanent overvågning. Som beroligende middel anvendes her rigelige mængder af kloral. Hvor de åbne døre bliver opfattet som et overgreb, så var alternativet aflukning med lås og nøgler.

Næsten alle afdelingens procedurer opleves af Else Kant (Amalie) (3) som frihedsbegrænsende, selv om de er begrundet i et reglement, der er formuleret som et velgennemtænkt forsøg på at skabe et godt behandlingsmiljø. Det går efterhånden op for hende, at hun skal tvinges gennem en særlig behandlingstrategi, der kan overvinde hendes modstandskraft, og hun føler, at hun kun kan komme igennem indlæggelsen ved at underkaste sig afdelingens regler. Netop dette nægter hun imidlertid at gøre og reagerer med en ødelæggende trods.

Det hele ender i en stærk uenighed mellem Amalie og Pontoppidan, hvor han med sarkasme afviser hendes fremstilling af sagen og tolker de fleste af hendes udsagn som tegn på en sindssygdom, som skulle være hendes egentlige problem, og som hun nu skal behandles for. Hendes sygdomsindsigt forsvinder hurtigt og erstattes i stedet af en forståelig vrede, som følger hende i tiden fremover. Konflikt imellem de to ender med at være ødelæggende for behandlingen.

I en samtale mellem Hieronimus (Pontoppidan) og Else Kants ægtemand Knut (Amalies mand, Erik), foreslår professoren, at Else skal indlægges på Sct. Jørgen (Sct. Hans) et års tid. I forbindelse hermed refereres følgende replikskifte:

–Og professoren er af den mening, at der ad denne vej vil opnås helbredelse?"

–Ubetinget. Vi har mange eksempler derpå. Det første halvår vil hengå under protester fra Deres hustrus side. Så vil hun falde til og endelig forlade hospitalet med taknemmelighed i hjertet og helbredt...

–ad denne rent mekaniske vej, ved afsondring og indespærring?

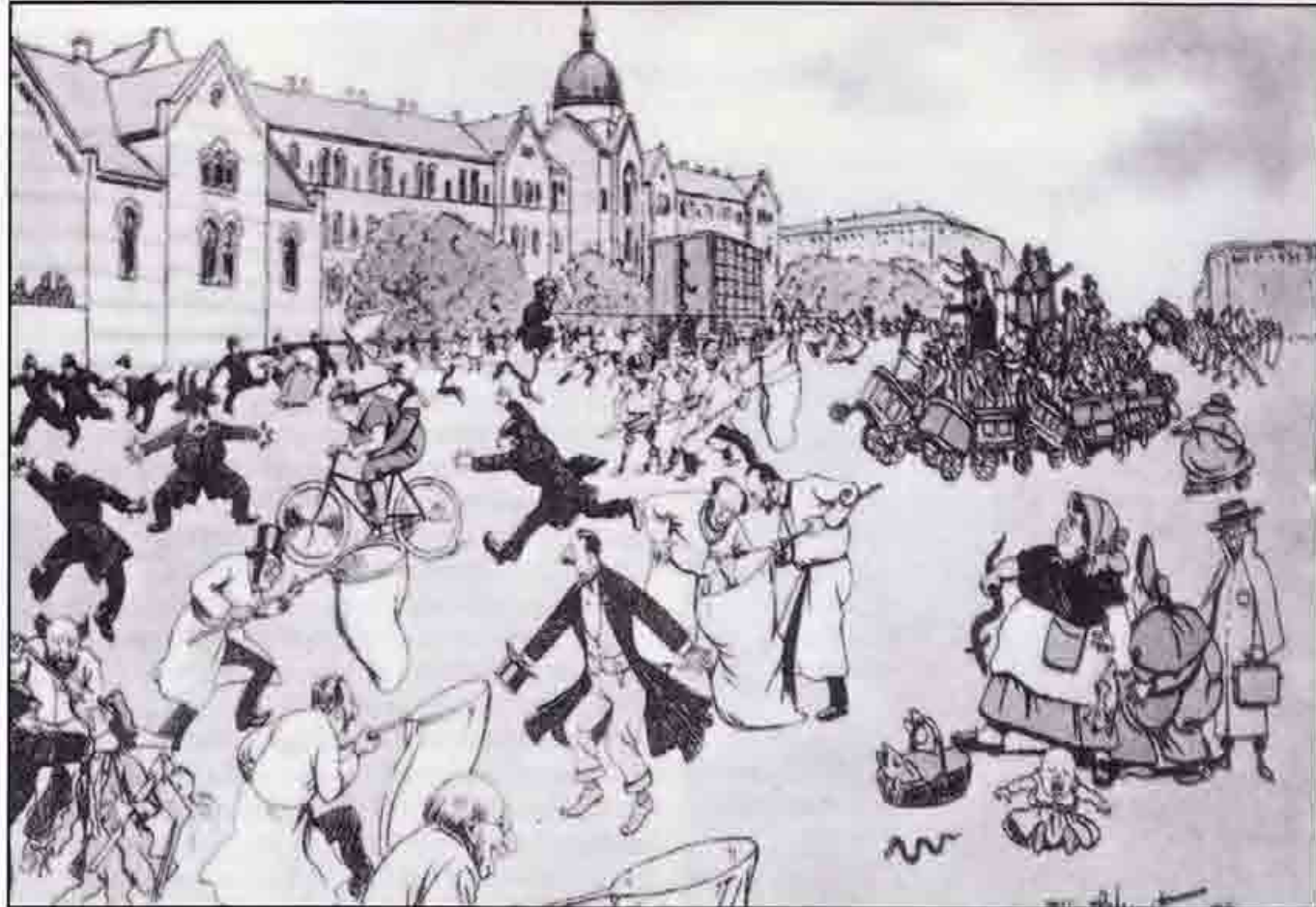
–Ad denne rent mekaniske vej – ja, sagde Hieronimus med en mine, som om han netop fandt udtrykket slående.

Overlægen Knud Pontoppidan

Knud Pontoppidan (1853-1916) skildres som samtidens betydeligste læge indenfor psykiatrien.

Som præstesøn fra Ribe og broder til nobelpristageren Henrik kommer han som ung ind i lægefaget med de bedste forudsætninger for en stor karriere, men det psykiatriske system ændrer ham meget som menneske, hvilket broderen Henrik har skildret.

Pontoppidan var foregangsmand m.h.t. at indskrænke den fysiske tvang i anstalterne. Særlig så han, at fremtidens løsen måtte ligge i en konsekvent



Tegning fra *Blæksprutten*, 1894: Læger, opsyn og politi fanger patienter til 6. Afdeling

bekæmpelse af cellebehandlingen i anstalterne. Hvor Amalie Skram i vrede kritiserer forholdene på 6. Afdeling, så må det tilføjes at det var Pontoppidan, der forinden havde opnået at få celledørene åbnet.

Pontoppidan forsøgte at bekæmpe den allerede indgroede anstalts tradition, der fandtes overalt og forhindrede forandringer og forbedringer. Men samtidigt udøvede han en streng konservatisme og krævede en klar afstand mellem patienter og læger. Nevoen Ib Ostensfeld skrev i *Dansk Biografisk Leksikon* bl.a.:

–Som afdelingsleder var han myndig, skarptseende, mere respekteret end egentlig populær. Hans forelæsninger blev af de fleste tilhører betegnet som en uforglemmelig oplevelse, vel ikke i kraft af nogen tyngende lærdom eller nogen villet retorik, men p.g.a. hans åndfulde personlighed og fuldendte herredømme over det kliniske foredrags virkemidler og hans noble optræden.

Trods psykiaternes faste tro på den moralske behandling som princip og på disciplineringens gunstige indflydelse på sindssygdomme, så var lægerne slet ikke tilfredse med, hvordan anstalterne virkede i praksis. Særligt oplevede lægerne den kroniske pladsmangel som altødelæggende for behandlingen. I praksis kunne de ikke helbrede de helbredelige. Ej heller var der mulighed for at gøre brug af de mange fremskridt, som var opnået gennem en markant humanistisk nytænkning. Årsagen var, at anstalterne blev fyldt op med alt for mange syge, heraf mange uhelbredelige, som nu optog mere og mere plads. Friske helbredelige tilfælde kunne mange gange ikke indlægges, og kom de først ind på de overfyldte afdelinger, hvor al plads blev taget i anvendelse, og hvor råb, skrig og uro hørte til, så

kunne de nye patienter ganske som Amalie Skram let blive mere syge og præget for livet end de var i forvejen (først i 1950'erne dukker "medicinen" op).

Pontoppidans sammenstød med Amalie

Knud Pontoppidan skildres i Amalie Skrams kritik af en professor (Hieronimus) at være som en usædvanlig autoritær hersker. Som leder af 6. afdeling krævede han en streng underordning, som gjaldt både patienter, sygeplejersker og læger. Ifølge kritikken så han på behandlingen som en form for opdragelse. Efter hans mening var Else Kants problem, at hun var for opsætsig og ulydig. I bogen *Professor Hieronimus* citeres han for at have sagt til Amalie Skram:

–De trænger nok i høj grad til at lære selvbeherskelse. Deres sygdom er den, at De ikke kan beherske Dem”.

Else Kant protesterer voldsomt og længe, men professorens magt over hende er næsten total. Han overbeviser Elses mand om, at hun er sindssyg og ikke kan tage imod besøg. Til slut overfører han hende til Sankt Hans, hvor hun kan risikere at blive indespærret for livstid, dersom overlægen der ikke finder det rigtigt at udskrive hende. Else Kant bliver altså tvangsindlagt og fratages alle juridiske rettigheder.

På Set. Jørgen (Set. Hans) er det imidlertid en langt mere menneskelig overlæge, hun møder. Han ser snart de urimeligheder, som Else Kant udsættes for, og hun kan snart forlade hospitalet.

Men er professoren en streng faderskikkelse, så er det også tydeligt, at sygeplejerskerne er gode moder-

skikkelser. Godt nok indordner de sig, men de varetager alligevel kærligheds- og omsorgsfunktionerne.

Else Kants eneste trøst var sygeplejerskernes uforanderlige, ja stadig stigende venlighed og omsorg.

I fortsættelsesromanen »På Sankt Jørgen« bliver sygeplejerskernes positive funktion endda tydeligere. De er solidariske overfor hende, så langt de kan, og de fungerer som gode hjælpere for hende.

Forholdet til de kvindelige patienter (på den tid var kønnene adskilt i kvinde- og mandsafdelinger) spiller også en stor rolle i romanerne.

Amalie døde, måske, forsonet

På den ene side hævdedes det, at Amalie faktisk blev rask efter behandlingen, på den anden, at det var på trods af den. Den bedste terapi var vel, at Amalie kunne skrive sig ud af sin krise. Få sin harme ned på papiret, så hun kunne blive den kvit. Selvom hun til sidst blev erklæret rask og oplevede en personlig sejr overfor hendes personlige modstander, så kom oplevelserne og konfrontationen med Pontoppidan til at præge hende resten af livet. De to bøger var nok skrevet af en kritisk person, men også af en nedbrudt kvinde, der aldrig siden skulle nå de menneskelige og litterære højder.

At Pontoppidan fik en betydelig indflydelse på ægte-mandens opfattelse af hele situationen og herunder nægtede ham besøgsadgang, resulterede i et alvorligt tillidsbrud hos hende, som aldrig blev helet. Fem år efter blev hun i 1899 endelig separeret, dybt plaget af selvbegyrdelser, fordi hun følte, at hendes jalousi, hvor begrundet den end havde været, havde medvirket til at ødelægge kærligheden mellem dem. Frem til hendes død i 1905 lever hun et tilbagetrukket og stille liv med datteren på Østerbro kun omgivet af enkelte venner.

Hvor en stærk aggression og hævn til Pontoppidan og sindssygeværket havde holdt hende oppe, så var der i hendes sidste breve et skær af mildhed og forsoning. Hun døde den 13. marts 1905 - 58 år gammel.

Pontoppidan tager til genmæle

I 1897 tog Pontoppidan til genmæle med »6. Afdelings Jammersminde«, og det lykkedes ham faktisk at vende stemningen. Ikke desto mindre kastede han samtidigt krænkelse og bitter håndklædet i ringen og opgav sin stilling i København. Han skriver indledningsvis, at sagen har bragt alle lægerne en forsmædelig ydmygelse. Fra bogen citeres:

»En sindssygeafdeling kan ikke undvære publikums sympati; den er en livsbetingelse for den. Og det samme gælder den mand, som leder afdelingen; hans stilling kræver, at han nyder ikke blot almindelig borgerlig agtelse, men en kvalificeret agtelse. Han må

stå i befolkningens øjne som var han en humanitetens apostel, helst som en engel i hvide klæder. Og selv om man ikke omgiver hans hoved med en glorie eller lader vinger vokse ud på hans skuldre, må han i alt fald være ubetinget respekteret, og han kan ikke tåle at have fæet navn på sig for hårdhed og hjerteløshed.

Pontoppidan slutter Jammersminde med disse ord:

»Jeg trækker mig altså ud af affæren med et uomtvisteligt nederlag. Den slagne general holder vel endnu valgpladsen besat, men længe kun efter at nedlægge våbnene.... Jeg føler ikke mindst lyst til at lægge ud på nyt; desuden føler jeg, at jeg ikke ville kunne gøre det anderledes eller bedre anden gang.

1. Naturalismen: Litterær kunstrening, der går ud på at gengive virkeligheden nøjagtigt i alle detaljer.

2. Den moralske behandling: består ifølge den engelske læge William Battie (1704-1776) af en fuldstændig isolation af patienten fra alle tidligere sociale relationer (hellig, familie m.m.) gennem indlæggelse på anstalt, hvor den sindslidende beskyttes mod »ydre« sygdomsskabende forhold.

Pseudonymer: I de to romaner kaldes Amalie for Else Kant, ægtemanden Erik for Knut og Pontoppidan for Professor Hieronimus.

Litteraturhenvisninger:

- Professor Hieronimus. Af Amalie Skram, 1895.
På Sankt Jørgen. Af Amalie Skram, 1895.
6. Afdelings Jammersminde. Af Knud Pontoppidan, 1897.
Amalie Skrams verden. Af Irene Engelstad, 1996.
Galskab Psykiatri Galebevægelse. Af Anders Kelstrup 1983.
Sammenbrud og gjenbrud. Af Irene Engelstad, 1992.
Knud Pontoppidan og patienterne. Af M. Graden-vitz, 1985.
6. afdeling. Artikel af Bent Rosenbaum i Agrippa, 1997 nr1.
Libido og litteratur. Doktordisputats af I. Engelstad, 1986.
Epoker i dansk psykiatri. Af Mogens Mellegaard, 2000.
Dansk Biografisk Leksikon: Marie Hvidt/Ib Ostensfeld.

Ingen penge til uafhængig forskning

Sundhedsministeriet vil alligevel ikke støtte forsøg med mindre doser medicin til skizofrene.

Sundhedsmyndighederne i Danmark og andre lande svigter den uafhængige forskning. Det fastslår psykiaternes verdensorganisation WPA i en ny erklæring, ifølge Dagens Medicin.

Sundhedsministeriet har netop afvist at støtte et forsøg med at give skizofrene patienter mindre doser medicin. Dertil siger overlæge Birte Glenthøj, Bispebjerg hospital: "Politikerne svigter deres ansvar ved at overlade finansieringen af forskningen til industrien".

De nye antipsykotiske midler er kendetegnet ved at have færre bivirkninger end de ældre, men til gengæld er de langt dyrere. Birte Glenthøj ønskede derfor at undersøge, om de gamle typer antipsykotisk medicin var lige så effektive som de nye, når de gives i små doser. På den måde kunne man måske opnå færre bivirkninger hos de skizofrene og måske samme effekt som de nye. Normalt når de ældre midler undersøges af industrien, er det nemlig som højdosis.

Projektet ville løbe op i 7-10 mio. kr. bl.a. fordi det skulle omfatte 300 patienter. Det var en af grundene til, at Sundhedsministeriet ikke kunne støtte det.

Anne Bastrup, SF, vil nu tage sagen op, for som hun påpeger: "Det er træls, at ministeriet ikke vil give økonomisk støtte, for det er netop et af de projekter, som ikke kan få støtte fra industrien, der jo risikerer at miste indtjening".

Dagens Medicin 8/2-2001

Kritik af tvang og medicinering

Tilsyn: Folketingets paragraf 71-tilsyn kritiserer de psykiatriske afdelinger i Ballerup og Gentofte for at bruge for meget medicin og tvang. Årsagen til den uheldige udvikling er ifølge tilsynet personalemangel; patienterne bliver rastløse og kommer oftere i konflikt med personalet. Administrerende overlæge på psykiatrisk afdeling i Gentofte, Annette Gjerris, afviser i JP København kritikken. Ifølge hende skyldes de øgede udgifter til medicin, at man har taget nye præparater i brug, som er dyrere end de gamle. Stigningen i bæltefikseringer ser hun som tilfældig,

da afdelingen har fået nogle meget dårlige patienter på det sidste.

Dagens Medicin 8/2-2001

Syv sikre tegn på stress

De fleste har prøvet at være det, mange er det hver dag, og nogle ender med at blive syge af det! Vi taler om stress - et efterhånden velkendt fænomen i Danmark. Stress kan være positivt, fordi det forbereder os fysisk og mentalt på ekstra krævende situationer. I dag skal mange desværre være forberedt på sådanne situationer mange timer i døgnet. Det tærer på krop og sind, hvis det står på i længere tid. I værste fald kan det ende med, at vi går helt ned med flaget - og så er der lang vej op igen! Lyt derfor til dig selv og din krop - og gør noget ved stressen, inden den gør noget ved dig! Typiske signaler på stress er:

* Hoved- eller mavepine * Mangelende eller øget appetit
* Anspændthed * Mangelende overblik * Problemer med at sove * Rastløshed og uro * Triste tanker og håbløshed.

Alt for Damerne 6/2001

Så giv dem hellere en vitaminpille

Hyperaktive og urolige børn, som har svært ved at koncentrere sig, får i stadig stigende grad medicin for deres lidelser. Børn helt ned til to- til fireårs alderen får Ritalin, selvom man ikke kender langtidsvirkningerne af brugen på hjerner, der i den alder er i rivende udvikling. Ifølge PsykologiNyt får omkring to millioner amerikanske børn en pille med Ritalin eller anden medicin flere gange om dagen for at dæmpe symptomer som impulsivitet og manglende evne til at koncentrere sig. Børnene vil hyppigt have fået diagnosen ADD eller ADHD - det man tidligere kaldte DAMP børn. Brugen af antidepressiv medicin og de fornævnte præparater møder nu stærk kritik. Skolesystemet og medicinalindustrien anklages for at have opfundet sygdommen samt selv have ansvar for de urolige unger. Ifølge kritikerne lægger skolesystemet et enormt pres på børnene, der bryder sammen - hvorefter børnenes naturlige reaktion dæmpes med en pille.

Alt for Damerne, 6/2001

Ulven kommer !

Min påstand er, at langt de fleste børn af psykisk syge får en, måske særpræget, men brugbar barndom, som nok på nogle områder adskiller sig fra den tilværelse børn af »normale« forældre (hvem det så er) fører, men til gengæld giver dem en ballast og nogle kvaliteter, som »normale« børn går glip af.

Kronik af Hanne Sloth

Onsdag eftermiddag er overskyet og smålummer. Vasketøjet har hobet sig op. Med vinduet på klem knokler jeg for at få styr på kludene. Pludselig kommer min syvårige søn drønende for at tiltuske sig et kram i forbifarten. Uforvarende rammer min venstre vasketøjssvingende arm ham på halsen. Han stikker i et hyl, der må kunne høres flere villaveje væk. »Du slog mig!«, vræler han. Forbavset betragter jeg barnet, der dramatisk tager sig til struben, mens tårerne vælter ud af et par anklagende og dybt forundrede brune barneøjne. »Nej, jeg slog dig ikke. Jeg kom til at ramme dig på halsen ved et uheld«, bedyrer jeg brodebetyngt. »Nej, du slog mig. Og du har slået mig for!«, skingrer ungen. Alvorens blå alarmblink går i omdrejninger, sjælens sirene hviner højlydt, koldsveden springer. Fra stuen iler min mand til for at se, hvad der er på færde. Jeg gengiver stiltfærdigt hændelsesforløbet, mens min oprevne søn stædigt fastholder sin forklaring. Min mand kalder ham ud i køkkenet til en stiltfærdig snak om, hvor alvorligt det er at råbe »ulv« i utide - i hvert fald i vores familie.

»Risikobarn og risikomor«

Jeg er sikker på, at episoden er banal - at den slags sker i de bedste familier, når feriekulrede »møgunger« tager utraditionelle metoder i brug for at påkalde sig deres vasketøjs-fikserede (hus)modres splittede opmærksomhed. Men hos os kan ethvert spontant optrin få skæbnesvangre følger. Min søn er nemlig et »risikobarn«.



Ikke at han fejler spor. Han er frisk som en fisk, alderssvarende, velstimuleret, kvik i pæren, fræk som en slagterhund, hel og pæn, charmerende og populær. En rask dreng i ordets bedste betydning. Han lider hverken af DAMP eller depression og virker på ingen måde »påfaldende«, hvilket børnebehandlerne i så fald straks ville have bemærket. Alligevel må han bære etiketten »risikobarn«, fordi hans mor er en »risikomor«. Allerede som ung fik jeg diagnosen mani-depressiv - et fælt brændemærke, som selv den skarpeste lud ikke kan skrubbe af igen. Én gang mani-depressiv, altid mani-depressiv. Mani-depressiv sygdom - på psykiatrisk kaldet »bipolar affektiv sindslidelse« - hører til gruppen af »store sindssygdomme«, på linje med skizofreni og anden galskab. I Danmark trives myten om, at kronisk psykisk syge pr. definition er dårlige forældre. Mange mener endda, at sindslidende ikke skulle have lov til at føde børn. For blot 20 år tilbage var det ikke ualmindeligt, at mani-depressive kvinder blev tvangssteriliserede, ligesom vore åndssvage medsøstre måske snart kan risikere igen.

Diagnoser skaber skræmmebilleder

Den magiske mani-depressive diagnose skaber skræmmebilleder i menigmands bevidsthed. Billeder af mødre, der bider deres børn, begår selvmord for øjnene af ungerne, spæner nøgne og skrigende rundt på togskiner og stræder eller ligger i sprit fra morgen



Modelfoto

til aften, mens de hælder alt voksent ansvar i hovedet på deres stakkels »voksne« smabørn, som naturligvis går for lud og koldt vand, fysisk og psykisk. Skræmmebilleder, som beredvilligt bæres frem af behandlere, politikere og journalister, enten på grund af fordomme, uvidenhed eller en objektiv (økonomisk) interesse i at fastholde et utidsvarende og unuanceret billede af sindslidendes børns virkelighed og deres behov for kostbar professionel støtte.

Lægerne udpensler skrækscenarier

Hver sommer i agurketiden springer lægerne i de psykiatriske udrykningsteam i dagbladsspalterne for at udpensle skrækscenarier om smabørn, som lades alene med svært psykotiske og paranoide mødre, der, helt uden indblik i barnets behov, vikler de sagesløse rollinger ind i deres afsindige vrangforestillinger og hallucinationer. På den måde hjælper journalisterne de trængte læger med at skaffe penge til deres udrykningsprojekter - og holder samtidig liv i myterne. Behandlernes egne organer lægger heller ikke fingrene imellem, når det gælder faggruppernes indbyrdes kamp om at få fingre i de mange millioner, der i øjeblikket tilfalder psykiatrien. Fagbladet »Socialpædagogen« bragte

i juni i år et tema om »De små voksne« og skrev blandt andet: »Madpakken smører jo ikke sig selv. Støvsugeren farer jo ikke hen over gulvet af sig selv, og lillebror kommer ikke hjem fra børnehaven af sig selv. Mor gør måske ingen af delene, for hun er syg. Psykisk syg. Så storesøster må gøre det, mens en hær af professionelle tager sig af mor, så hun kan få det bedre.« Selv ser jeg yderst sjældent støvsugeren fare hen over gulvet med min 15-årige datter i hælene. Dertil har hun for travlt med skolen, vennerne, hestene og fritidsjobbet. Hun overlader med ungdommelig ansvarsløs glæde alt det praktiske til sine forældre, mens hun fiser omkring og vokser op. Mor her er heller ikke omgivet af »en hær af professionelle«. Deres tilstedeværelse ville blot være i vejen for mit vasketøjsarbejde og stjæle den sparsomme tid, jeg skal bruge på at honorere børnenes, til tider ublu, krav om opmærksomhed og »hjemmeservice«.

»De voksne børn« en undtagelse

Hermed siger jeg ikke, at de slet ikke findes - de »voksne børn«, som bærer store byrder for deres sindssyge forældre og derfor går glip af barndommens sorgløshed. Men jeg tror, at de er undtagelsen. Min påstand er, at langt de fleste børn af psykisk syge får en, måske særpræget, men brugbar barndom, som nok på nogle områder adskiller sig fra den tilværelse, børn af »normale« forældre (hvem det så er) fører, men til gengæld giver dem en ballast og nogle kvaliteter, som »normale« børn går glip af. I Danmark har vi efterhånden skabt en utopisk drøm om, at barndommen skal være en dans på torneløse roser, og at det er forældrenes opgave at fjerne enhver perlesten på podens vej. Ellers får forældrene med myndighederne at bestille! Men ligesom voksne, udvikler børn sig gennem kriser og konflikter. De kan oven i købet overleve naturkatastrofer, hvis vi vejleder dem i, hvordan de kan håndtere tilværelsens tilskikkelser. Hvem siger, at et barn ikke også kan vokse med den opgave, det er, at være »påværende« til en syg forælder - hvad enten sygdommen hedder kræft, depression, afasi, sklerose eller leddegigt - så længe vi voksne viser dem, at vi mestrer eller i hvert fald forsøger at mestre situationen?

Børn af psykisk syge, bomstærke

Hvis den maniodepressive mor eller far kender sin sygdom, får den fornødne hjælp til at holde balancen og tilbørlig behandling og omsorg, når symptomerne blusser op, behøver børnene ikke at bære hovedansvaret for stemningen i

familien - eller at udvikle sig til pukkelryggede »symptombærere« for forældrenes sårbarhed. Tværtimod kan det gøre børn bomstærke at omgås voksne, der, trods lejlighedsvis indre orkan, formår at navigere på oprørt hav og i hajfyldt farvand. »Hjerne« er de politikere, arbejdsgivere, journalister og menigmand, der, trods mange års massiv oplysning om psykiske lidelser, fortsat møder maniodepressive mødre med fordømmelse, foragt og afstand. »Ulvene« er de autoriteter og behandlere, der lurer i kulissen, klar til at »gribe ind« og fjerne vores børn, så snart nogen får en mistanke om vanrøgt eller omsorgssvigt. En reel trussel, som ikke er blevet mindre efter regeringens nylige ændring af loven om tvangsfjernelser. En ændring, der medfører, at børn uden videre kan blive revet væk fra deres forældre alene på »begrundet formodning« om, at barnets »sundhed og trivsel« står på spil. Frygten for at miste børnene forhindrer mange psykisk syge - og andre udsatte forældre - i at søge hjælp, når børnene får trivselsproblemer. Derfor lider børnene ofte uhørt længe, før nogen hører deres taysede nødråb.

Børns isolation ikke forældres skyld

I modsætning til forskere i andre lande, som vi ikke længere kan sammenligne os med, fordi de har overhalet os indenom, fastholder danske forskere og behandlere vrangforestillingen om, at det er forældrenes skyld, hvis et barn lider under f.eks. isolation, indlæringsvanskeligheder, depression eller spiseforstyrrelser. Hvis forældrene oven i købet er psykisk syge, mener myndighederne at have fundet »en naturlig forklaring«, selv om børnenes lidelse måske snarere skyldes omverdenens uhensigtsmæssige reaktion på sygdommen end selve sygdommen. Den amerikanske psykolog Judith Rich Harris gør i sin bog »The Nurture Assumption« (Myten om opdragelse) op med den danske vrangforestilling. Harris løfter på befriende og kvalificeret vis et åg af skyld og skam af de kronisk anklagede forældres skuldre, idet hun dels beskriver de arvelige faktoreres betydning for børnenes udvikling, dels betoner gruppens - kammeratskabets - afgørende indflydelse på børns og unges trivsel. Kammeratskabet, tilhørsforholdet til gruppen - eller reittere manglen på samme - er det mest betydningsfulde - og ofte det svageste - led

i »risikobarnets« virkelighed. Børn af psykisk syge lærer tidligt at dukke sig i skam over, at deres forældre ikke er som »de andre«. At mor ikke går på arbejde, at hun spiser medicin, som gør hende tyk, og at der er dage, hvor familien ikke kan deltage i udadvendte løjer på lige fod med andre. Hvem påfører mon børnene den belastende skamfølelse? Hvem lægger myternes åg på deres skuldre? Forældrene? Kammeraterne? Medierne? De professionelle?

Min datter mobbet gennem flere år

Min datter blev gennem flere år mobbet og frosset ud i skolen - blandt andet på grund af min psykiske sygdom. Når vi deltog i fester og arrangementer på skolen, sad vi altid ved et bord for os selv. Ikke fordi vi ikke søgte selskab - tværtimod. Men »de andre« ville åbenbart ikke lege med os. Stolene blev fjernet fra vores bord, og de »normale« forældre grupperede sig i sammenspiste

Café Offside

arbejdsglæde - fællesskab - økologi

Brug caféen:

Som frivillig cafémedarbejder:

Som kunde:

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.

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.



Stats-
kontrolleret
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

kliker og så kun nødtvungen til vores side. Senere har vi fået bekræftet, at der florerede rygter på skolen - også blandt lærerne - om, at »hjemme hos os var vi psykisk syge«. Vi kunne lige så godt have været spedalske! Børnene mærkede naturligvis kulden og led under den. Omverdenens kulde og isolationen er nok det største pres, »psykisk syge familier« udsættes for. En pinefuld kontaktløshed, som skaber et følelsesmæssigt minefelt børn og voksne imellem og i tilspidsede situationer nok kan få nogle forældre til at gå grasset og lange ud efter ungerne i desperation.

Vi opfører os pinligt korrekt

Jeg har lykkeligvis endnu aldrig slået min søn. Dels tror jeg ikke på tugt i opdragelsen, dels ved jeg, at jeg risikerer at miste mine børn, hvis jeg krummer et hår på deres hoveder. Hjemme hos os opfører vi os for det meste pinligt korrekt, og vi opdrager børnene til at optræde »upåfaldende«, når de færdes blandt andre, for at beskytte dem mod myndighedernes »formodninger«. Måske stiller vi for små krav til børnenes deltagelse i det praktiske arbejde, fordi vi ved, at de skal bruge ekstra krudt på de mange interne og - ikke mindst - udefra kommende følelsesmæssige belastninger, som »de andres« børn er lykkeligt forskånede for. I min familie er indbyrdes åbenhed, gensidig tillid og forståelse eneste medicin mod omverdenens negative forventninger. Når min søn i forskrækkelse og af vanvare bryder ud i højlydte beskyldninger om, at jeg med vilje har slået ham på halsen, forklarer vi ham vigtigheden af ikke at råbe »ulv« for den dag, ulven virkelig kommer. Jeg ved, at han vil vise forståelse.

En forståelse, som måske nok »tvinger« ham til at blive »voksen« for tidligt, men så barsk er vores virkelighed.

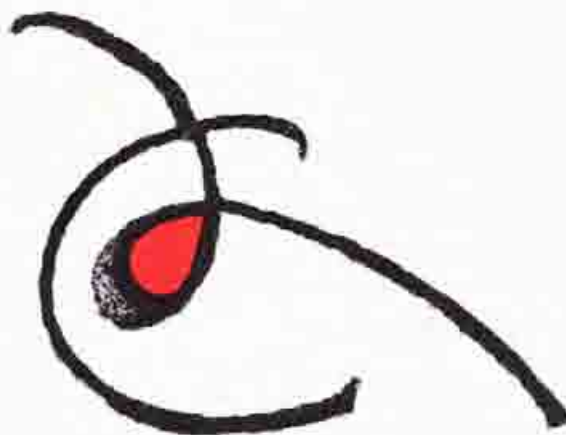
Måske vil forståelsen for andre menneskers sårbarhed en dag blive hans styrke.

Hanne Sloth, Journalist (DJ), 4200 Slagelse. Tlf. 58 50 33 41

Spændende links på OUTsiderens hjemmeside!



www.OUTsideren.dk



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.

Uddannelse i egen psyke

Afdeling M på Sct. Hans hospital bliver landets største projekt for kognitiv behandling og første gang i Danmark, at en psykiatrisk behandling baseres på kognitiv terapi. OUTsideren har talt med lederen af projektet, Irene Øestrich.

Af Dorthe Raffenberg

Der er flere afdelinger i landet, der arbejder med kognitiv terapi, hvad er det specielle ved afd. M?

- Det specielle er nok at man har besluttet at personalet deltager og træner i behandlings-programmer sammen med patienterne, og at patienterne fra det øjeblik de bliver indlagt begynder at arbejde med deres tanker og følelser efter den kognitive model.

Hvad vil det sige helt konkret?

-Det betyder, at man indfører eller bygger det op således, at indlæggelsen centrerer om et behandlingsprogram. Personalet gennemgår en uddannelse, både det tværfaglige personale (dvs. læger og sygepleje/plejegruppen) og alle dem, der er mest sammen med patientgruppen ude på afdelingen, men som ikke nødvendigvis arbejder med individuel behandling af patienterne. De arbejder i miljøet sammen med patienterne. Personalet får på den måde en uddannelse i, hvordan de kan bruge de forskellige terapeutiske principper i miljøet. Og så er der en anden gruppe, som får en grunduddannelse - en psykoterapeutisk uddannelse, nemlig lægegruppen, som lærer at anvende kognitiv terapi både i miljøet, individuelt og i grupper. Så det er hele personalet, der indgår i behandlingen.

Hvilke psykiatriske patienter kan få glæde af afdelingen?

- De patienter, som vi har her, er en stor gruppe, der er dobbeltdiagnostiske. Det vil sige, at de har et skadeligt misbrug som det ene problem og som det andet, en psykiatrisk lidelse f.eks. skizofreni. Den patientgruppe er traditionelt svær at hjælpe, fordi deres voldsomme trang til stoffet hindrer dem i at modtage den nødvendige psykologiske behandling. Derfor bliver behandlingsprogrammet indrettet således, at man arbejder med begge problemstillinger. Man kan f.eks. ikke arbejde med følelser og nye færdigheder, for patienten holder op med at misbruge.

Laver man en aftalepagt med patienten om at holde op med misbrug for behandling?

-Det er rigtigt, men der skal mere end en aftalepagt til, og alle skal være forberedt på tilbagefald.



Foto: Jette Nielsen

Psykolog, Irene Øestrich

Kommer patienterne på lukket afdeling så de holdes væk fra stoffet?

-Det kommer an på, hvordan deres tilstand er, men alle de patienter, som starter vores behandling, indgår også en aftale, inden de overhovedet kommer, hvor et af målene er, at de får et alternativ til at misbruge. Det vil sige, at de skal lære en hel masse angstreducerende metoder og nye færdigheder. Når de er ude af balance følelsesmæssigt, så kender de kun løsningen: at dulme det med alkohol og stoffer. Vi giver dem nogle andre løsninger. Det er selvfølgelig ikke så let for patienten at gøre noget helt andet, det kræver meget støtte.

To andre patientgrupper, der får gavn af afdeling M, er patienter med psykiske lidelser f.eks. skizofrene og depressive patienter, og en tredje gruppe er de hjerne-



Tegning: Diana B. Jørgensen

skadede, der er psykisk syge i kraft af hjerneskadens omfang. Der er bestemt også andre patientgrupper, der ikke har problemer med misbrug, men har forskellige psykiske problemer. Derudover er der dagpatienter og ambulante patienter, som er i behandling i Set, Hans Hospitals ambulatorium i København.

Jeg har selv været indlagt meget og set at misbrugere kan blive meget voldsomme, når de ikke kan få deres stoffer; hvad vil I gøre ved det? I hvor høj grad bruges skærming?

-Der skal kunne bruges skærming, når patienten har brug for det - det kan være timer eller dage. Projektet på afdeling M er under udvikling, og Fjordhus skal bygges om, så jeg ved ikke præcis, hvordan afdelingerne bliver indrettede, da de ikke er færdigbyggede endnu.

Kunne du fortælle lidt om de angstreducerende programmer?

-Det kan du tro. Det er nogle af de klassiske behandlingsmetoder inden for kognitiv terapi. En meget vigtig metode er angstkontrol. Man kan lære at kontrollere katastrofetanker og selvdestruktive tanker. Man kan lære at sætte beroligende tanker i stedet for ophidsende og angstskabende forestillinger. Det kalder vi kognitiv omstrukturering. En anden måde er kropslig neuromuskulær afspænding. Det betyder, at man gradvis går

igennem alle muskelgrupperne i hele kroppen og lærer, hvordan man kan slappe helt af, når man er spændt. Samtidig med afspændingen indlægger man nogle behagelige kognitive scener eller fantasirejser, som hjælper med gradvist at nedtone de ophidsende og katastrofeprægede forestillinger. Der kan også anvendes åndedrætsøvelser, som er en effektiv måde at angstreducere på - at få kontrol over vejrtrækningen. Og så er der specielle metoder, der handler om selvkontrol, og der er brug for det alt sammen.

»De bliver uddannet i deres egen psyke«

Hvad kommer den kognitive miljøterapi betyde for patienterne?

-Jeg håber, jeg vil komme til at se det, som jeg allerede for 25 år siden så i England. Når der anvendes kognitive principper i behandlingen, betyder det, at patienterne og behandlerne er meget ligeværdige i behandlingen. Der kunne jeg f.eks. opleve at komme som ny psykolog og få edukation af patienten. En patient sagde ved det første møde: nu skal du se, jeg er i gang med et program, hvor jeg skal lære at styre min trang, og jeg er i gang med exposure (en metode, hvor man udsætter sig for situationer, som man skal lære at hamle op med, og som man ikke har kunnet hamle op med før). Så patienten ved præcis, hvad det går ud på.

Her på afdeling M skal vi i høj grad indføre psyko-

edukation - det betyder uddannelse i sine egne psykologiske mekanismer. Hvad det er, vi oplever, når vi har en psykisk lidelse. Hvad det er for nogle psykologiske mekanismer, der går i gang, og hvad man så kan gøre.

Specielt er patienterne meget interesserede i at kende og identificere tanker og følelser, så hver uge skal de have timer. Man kan sige, at de går til et spændende foredrag, hvor de selv er med. Man kan sige, at de bliver uddannet i deres egen psyke.

På hvilken måde adskiller behandlingen på afdeling M sig fra traditionelle afdelinger?

-Den adskiller sig meget, fordi traditionelle afdelinger ikke har de strukturerede programmer, som vi indfører her. Patienten bliver her involveret aktivt både i målsætningen for behandlingen og i de adfærdseksperimenter, hjemmeopgaver og aktiviteter, han eller hun skal deltage i for at ændre adfærd. Samtidig skal der ikke være nogen, der keder sig og ikke foretager sig noget. De skal aktiveres som et led i behandlingsplanen. Hvert aktivitetsprogram har en mening i forhold til den enkeltes mål. Hvis man f.eks. gerne vil lære at være sammen med andre mennesker uden at blive angst, så skal alle aktiviteter i dagligdagen være med til at træne dem i det. På den måde bliver det systematisk og struktureret på en måde, som ikke ses ret mange steder.

Jeg kan ikke sige, om der er andre afdelinger, der har indført noget lignende, fordi mange psykiatriske hospitaler og distriktscentre er interesserede i kognitiv terapi. Men det er første gang, at et projekt

er så omfattende. Her har vi en patientgruppe på ca. 450 patienter og en stor personalegruppe, der alle kan profitere af Center for Kognitiv Terapi. Det er i sig selv meget spændende. I Fjordhus på Set. Hans II Hospital bliver der plads til 85 patienter, som skal have tilbudt et kognitivt behandlingsprogram. Hovedbehandlingen bliver kognitiv terapi, men selvfølgelig er der også en medicinsk behandling og psykiatrisk behandling.

Kognitiv terapi er dokumenteret

Til slut vil Irene Oestrich pointere, at kognitiv miljøterapi ikke bare er en ny ide taget ud af den blå luft.

- Der er rigtig gode beviser, for at det virker - i forskning og klinisk afprøvning af metoderne - det vi kalder empiri. Gennem mange undersøgelser er der virkelig gode erfaringer hos patienterne. Personalet bliver også tilfredse, så de har større overskud til patienterne. Vi ved, at denne form for behandling øger livskvaliteten, også selv om man lider af en meget svær psykisk sygdom. Det er vigtigt for mange patienter, så man ikke bliver svingdørspatient og ikke skal ind og ud af det psykiatriske system og føle det som et nederlag hver eneste gang. Det er meget opslidende ikke at kunne finde ud af, om man er rask eller syg. Undersøgelse af effekten af kognitiv terapi viser, at de, der får det tilbudt, kommer hurtigere igennem de akutte faser, og de får ikke så mange tilbagefald, fordi de har lært at hamle op med symptomerne ude i dagligdagen. Målet er at lære at tænke positivt om sig selv og beskytte sig selv og deltage i aktiviteter der er gode for en selv, afslutter Irene Oestrich med at sige.

amalie

- galebevægelsens blad

Ring 35 35 77 50

og få et GRATIS Provenummer

AMALIE udkommer 6 gange årligt.

Abonement kr 125.



Jeg er kun min krop - eller er jeg mere en det?

Den engelske professor i psykoterapi, Ernesto Spinelli, besøgte København den 19. januar og fortalte en historie om en kvinde og hendes forhold til sin krop.

Af Svend Ballé

Ernesto Spinelli, som i Danmark er mest kendt for sin bog »Terapi, Magt og Mystifikation« (Anmeldt i OUTsideren nr. 16), fortalte i en forelæsning, han havde 19. bl.a. om en chokerende oplevelse med en klient, han selv havde haft i terapi. Hun var kommet med nogle billeder af hende selv nogen. Billederne var blevet taget af en fotograf, som i virkeligheden var hendes egen historielærer.

Amanda hed hun, og hun var bare 18 år. Hun så godt ud, og det var åbenbart blevet et problem for hende. Hun havde haft et forhold til sin historielærer, sideløbende med at hun havde en fast kæreste.

Ehans tid som terapeut havde Spinelli tit oplevet, at en klient kom med familiefotos, og han satte ovenikøbet pris på, at de blev inddraget. Men han havde aldrig oplevet noget tilsvarende. Og han følte ovenikøbet også en væmmelse ved den oplevelse, samtidigt med at han ikke vidste, hvad han skulle sige. Men han blev også provokeret, for da hun gav ham billederne, bad hun ham om at sige, hvad han selv følte ved at se på dem. Som om hun ville sige: »Mener du også, at jeg bare er min krop?»

Da gik det op for ham, at problemet med Amanda som klient også havde drejet sig om ham selv som terapeut. Han havde selv, da han var først i 20'erne, haft et forhold til en kvinde, som også så godt ud, og som han også selv gjorde meget for, og alligevel gik forholdet i stykker. Det er den gamle historie, han ikke vil tilbage til og vil have kigget på.

Forløbet indtil da

Amanda havde været igennem en familierapi, for hun kom til ham, og det lå ca 5 år tilbage, så hun vidste godt, hvad hun skulle sige, da hun mødte op første gang. Spinelli havde ellers fortrudt, han havde sagt ja til hende som klient, fordi det i telefonen bare havde lydt som en teenagers problemer med at finde en kæreste.

Hun havde haft forhold til mandlige venner siden hun var 15, og lige siden da havde forholdet til hendes krop været et problem. Samtidigt med at hun nød at

have sex med forskellige, følte hun, at de mænd, hun havde været tæt på, mere var interesseret i hende p.g.a. hendes krop og ikke så meget p.g.a. alt det andet, hun syntes, hun kunne give.

Det blev tilspidset på det sidste, efter hun havde mødt en fyr, der var 4-5 år ældre end hende selv. De havde indledt et fast forhold, som havde kørt ca et år. Han var ikke særligt erfaren på det seksuelle, da de mødtes, men det var han blevet efterhånden. Men på det seneste var der sket det, at selv om hun kunne se, han gjorde meget for hende, følte hun alligevel, at han ikke elskede hende andet end for hendes krop. Samtidigt med at hun følte, hun bare skulle gøre en lille smule mere, for så ville han elske hende mere.

Hun havde derfor opsøgt forskellige mænd på det seneste. I håbet om at de kunne give hende det, hun følte, hendes kæreste ikke kunne give hende.

Historielæreren var blot en af dem. Hun havde spurgt læreren, om hun ikke måtte komme hjem og se hans fotos. De viste sig nu at være mest af landskaber, bygninger. Af den grund eller hvad der nu var årsagen, spurgte hun ham, om han ikke ville tage nogle billeder af hende nogen. Hvilket han efter nogen tøven var gået med til. Herefter de indledte et forhold, men hun opdagede hurtigt igen, at det samme gjorde sig gældende med ham som med hendes kæreste.

Jeg er ikke kun min krop

Problemet med Amanda var, at hun selv havde gjort sig selv til det objekt for mænd, som de gik efter. Det havde bragt tvivlen ind. De går nok ikke efter andet hos mig. Mændene, hun havde mødt, mente også, at de burde betale hende tilbage for den gevinst, de havde fået ved at være sammen med hende. På den måde havde hun låst sig selv inde i et spil, som hun selv ovenikøbet gjorde endnu mere kompliceret. Forholdet til historielæreren var på den måde dømt til at mislyk-

Forsættes side 22

Stemmerne

Nå, men julen nærmede sig, og det var svært at holde stemmerne ud mere, og jeg så ingen anden udvej end at prøve at begå selvmord. Jeg havde en flaske cellulosefortynder stående, den drak jeg til sidste dråbe. Imens jeg lå i mit halvmørke lokale steg jeg nu op ad navlestrengen - op til Gud sammen med min mor, imens stemmerne spillede "Et barn er født i Bethlehem", min yndlingssang.

Af Steen Henrik Lind



Da jeg begyndte at høre stemmer, troede jeg, at de var lige oppe over i lejligheden ovenpå. Jeg snakkede højt med dem, og en af de første ting, der gik op for mig, var, hvordan universet var blevet skabt af en spaltning i energi og antienergi.

Jeg blev naturligvis meget overrasket over at høre stemmer, det at der var nogle, der snakkede til mig, uden at jeg kunne se dem.

Jeg boede lidt ude hos min storebror i denne tid, da jeg var bange for at bo hjemme. Da jeg var kommet hjem igen, efter at jeg havde boet på Sundholm, startede der en meget romantisk og poetisk tid i mit liv. Jeg havde aldrig før købt noget til mig selv, men her tog jeg ind i Daells Varehus og købte en kuglepen med ur i. Ved hjælp af denne kuglepen kunne jeg altid se, når butikkerne lukkede. Den var sørt, og jeg var utrolig glad for den.

Smadrede glasskår, så ulvene ikke kunne komme ind

Nå, men jeg følte, at der var nogen der jagtede mig, jeg var bange for, at de ville prøve at knække mig ved at sende nogle ulve ind i mit værelse, så jeg smadrede glasskår i entreen, for at de ikke skulle komme ind.

Jeg vænnede mig ret hurtigt til at høre stemmer, og nu var der en meget smuk ung pige, der gik med en hvid paraply, som dækkede for Solen. Jeg vidste ikke om stemmerne også kunne se gennem mine øjne. Så jeg lavede et forsøg, jeg sagde til pigen, via stemmerne, at hun skulle gå ned til torvet og tage et æble og kigge på det, så skulle vi se om jeg kunne se det. Tænk det kunne jeg.

Jeg sad tit i vindueskarmen og kiggede ned på livet neden for mig, imens jeg førte samtaler med stemmerne, det var meget hyggeligt.

Oplevelser på Sommersko

Jeg begyndte også at gå på Sommersko og skrive i min poesibog, det var meget spændende. Det var her på Sommersko, jeg så et maleri af en dreng, hvis hoved udsendte et skær af gult lys omkring hans hoved. Dette var hans geni, og jeg tænkte, det kunne være mig. På et tidspunkt blev jeg hentet af en ambulance derinde, fordi de troede, at jeg var syg, jeg havde lagt mig ned derinde.

Når jeg skulle nogen steder hen i denne periode, gik eller løb jeg altid, da jeg havde svært ved at erkende ting.

Jeg gik altid rundt med en daseåbner, et torklæde og aspstearinlys på mig, da det var så hyggeligt. Jeg var en dag nede i Sofiekælderen og tænkte, at nu ville jeg vise, ved at sætte et stearinlys på bardisken, at der var tændt et lys for menneskeheden. Det fik jeg også lov til. Jeg tænkte, at for at erkende skulle man altid være tre. Derfor tog jeg en dag to piger i hånden, der sad ved et bord, og sagde, det skulle de også gøre med hinanden. Det hoppede nu og dansede i min krop, så jeg blev nødt til at lægge mig. Så sagde stemmerne, at hvis man ville begå selvmord, skulle man bare svømme længere og længere ud i havet, til man til sidst ikke kunne mere, så ville man synke i og forsvinde.

Med den kuglepen, som jeg har beskrevet for, skete noget meget sødt. Stemmerne havde sagt til mig, at alt, hvad der kunne samles, kunne også skilles, men det kunne denne ikke, så jeg blev som en lille pige, som ikke kunne løse et problem. Det var meget sjovt.

Gik rundt i gaderne og oplevede mærkelige ting

Samtidig i denne periode var jeg inde i Christianshavns beboerhus. Her sad jeg ved vinduet og erkendte universet og sørgede for, at der ikke skete nogen uheld i denne her vigtige sag, det var virkelig spændende.



Café Sommersko

Foto: Jette Nielsen

Jeg var også på Sundholm, fordi jeg som sagt ikke turde bo derhjemme, jeg boede på herberget. Jeg troede, at det var mennesker jeg kendte, der var indlagt her. De havde bare masker på, nå men jeg gik hver dag rundt i gaderne og oplevede mange mærkelige ting.

Der var også en dag kommet en reklame fra en Isenkram med et smukt julebillede på forsiden, jeg krøllede det sammen og foldede det ud igen og hængte det op på min væg. Det var nu blevet tredimensionalt.

Så fik jeg en dag en seddel fra en organisation der hed Prout. Jeg tænkte, hvad det var for en organisation, og tænkte, at de måske ville ud i universet og starte udviklingen forfra, da der var nogle billeder af dinosaurer på den. Men det kunne jeg ikke gå med til, da jeg ikke mente, at det var rigtigt at sprede forbandelsen til hele universet, den skulle isoleres på Jorden.

Jeg gik også på biblioteket og lånte en bog med "Alice i Eventyrland". Det var en meget stor bog med de dejligste billeder i.

Drak en flaske cellulosefortynder til sidste dråbe

Nå, men julen nærmede sig, og det var svært at holde stemmerne ud mere, og jeg så ingen anden udvej end at prøve at begå selvmord. Jeg havde en flaske cellulosefortynder stående, den drak jeg til sidste dråbe. Imens jeg lå i mit halvmørke lokale, steg jeg nu op ad navlestrengen - op til Gud sammen med min mor, imens stemmerne spillede "Et barn er født i Bethlehem", min yndlingssang.

Nå, men til sidst så jeg Skriften på Væggene - der stod lukket afdeling. Jeg troede ikke på det, det kunne ikke være rigtigt, at jeg var syg. Men det endte alligevel sådan en dag, ved at jeg smed nogle af mine ting ud gennem ruden, og jeg blev anholdt af politiet og kørt til Kommunehospitalet.

Jeg skal lige huske at fortælle, at jeg prøvede at få folk til at tro mig ved at fortælle dem, hvad jeg oplevede. Men der var ingen, der ville tro mig. Men jeg vidste, at jeg havde ret, så jeg bad på et tidspunkt min storebror om at tage med mig til Nicolai Tjenesten, hvor jeg begyndte at græde, fordi jeg var tryk her, og fordi de sagde, at jeg bare skulle gøre det samme, som før jeg blev syg, uden at de vidste, at jeg havde været lykkelig der.

Jeg skulle knækkes

Jeg var også flere gange inde i Maria Tjenesten, i det hele taget havde jeg det meget ned at opsøge kirker alle mulige steder for at se, om de kunne hjælpe mig. Jeg var også en del ude hos min søster i denne periode, og en dag jeg skulle hjem, så jeg pludselig en meget mærkelig bil holde ved fortorvet. Det måtte være de, der jagtede mig, der prøvede at få mig til at svinge, og ved et uafslået af denne slags mærkelige ting og mennesker skulle jeg knækkes.

Der kom tilsyneladende ingen og hentede den, da jeg stod der hen på morgenen og ville finde ud af, hvem det var, der jagtede mig.

Jeg var træt og gik så hjem, jeg syntes ganske bestemt, at Danmarks Radio var i alle gaderne med deres sorte ruder, det var uhyggeligt spændende at se dem. Man kunne genkende dem på mange måder, dels ved navneskiltet og dels på afstand ved de lyseblå striber af firkanter langs siderne.

Når jeg gik her i gaderne i København, hvor hele denne historie foregik, kiggede jeg op på tårnene på de gamle huse og tænkte, at de sammen med de mærkelige gadelygter symboliserede hjemmens fortrængninger.

Forbandelsen var jo meget gammel og meget meget ældre end de gamle huse.

Nå, men som sagt, jeg blev anholdt af politiet, da jeg smed nogle af mine ting ud gennem vinduet og kørt til Kommunehospitalet.

Her kom forskellige organisationer ind, under dække af at besøge nogen jagtede de mig her. Det var en virkelig hektisk tid den tid, jeg husker ikke det nøjagtige årstal, vel nok omkring 1984.

Det var her min rigtige karriere inden for psykiatrien startede, senere skete der også mange spændende ting, men de kommer måske med i næste bog.

Artiklen er en del af en bog udgivet af Steen Henrik Lind

Hjemløs i mere end en forstand

Ikke at have noget tag over hovedet er én ting. Men når man heller ikke har noget sted, man kan betragte som sit eget hjem, så er man ret meget på spanden. Hvordan skaffer vi skæve huse til skæve eksistenser, spørger Per Lorang Sørensen i en nyligt udsendt rapport.

Rester af et interview, skrevet og kommenteret af Svend Balle



»Hjemløses dags« på Rådhuspladsen i København, 1999

Foto: Jette Nielsen

Min titel på min rapport: »Skæve huse til skæve eksistenser«, stiller spørgsmålet: »Hvorfor er vi kommet i en situation, hvor vi skal have skæve huse til skæve eksistenser?« Jeg mener, at ordningen med støtte- og kontaktpersoner skal meget mere på banen nogle steder. Det viser sig også, at i de områder, hvor ordningen fungerer, bliver der grebet ind i tide, så man undgår de helt store og tunge psykiske problemer.

Sådan præsenterer socialforskeren Per Lorang Sørensen selv den rapport, han har skrevet om bedre boliger til de hjemløse. Jeg tænker - efter at have læst den - at det lyder allsammen meget godt, men hvad har sådan en tør og kedelig rapport at gøre med vores blad? Da jeg senere har fået talt med ham, og han er gået, finder jeg ud af, at der slet ikke er kommet noget ned på båndet. Altså en time fuldstændigt spildt.

Og alligevel ikke, fordi jeg når hurtigt at kradse

nogle af de vigtigste pointer ned. Vi har faktisk haft en god samtale, men jeg bliver alligevel usikker på, hvad det var for en slags outsiders, vi talte om. Hvad ved en støtte- kontaktperson om at være outsider, hvor mange af dem har levet på gaden, hvor mange af dem har haft dybe psykiske problemer?

Outsider?

Og hvad ved jeg selv for den sags skyld om outsiders, jeg som er en pæn og vel afrettet outsider, som kan sidde og gabe og spille kort i værestedet, få en kop kaffe af lederen, som kunne være en blandt mange i de gode og behagelige væresteder. Som er så pæn og rar, og som har sådan en god og solid tryghedsskabende strikswear på, og som tit har det næsten alt for venlige smil parat, når der kommer nogen ind af døren, og ikke bare sukker og siger højlydt: »Åh nu ham igen, eller nej ikke hende der!«

Den lige så pæne herre og jeg skulle altså bare nu sidde

og snakke om alle de andre, hvad der virkede som et næsten forudsigeligt interview. Men vi kom til at tale om de rigtige outsiders. De som er helt og totalt udstødte fra de pæne væresteder, de tip-top moderne psykiatriske hospitaler, som til trods for det befinder sig ude i nogle psykiatriske tilstande, som gør, at de ikke tør være i deres egen lejlighed og derfor driver rundt om natten. Derfor foretrækker de at sove udenfor, selv om det er bidende koldt, derfor er de at finde i nogle telte eller tilfældigt sammenflickede boliger, hvor de ikke tænker så meget på, om systemet virkelig vil komme og hjælpe dem. Det er også kun meget få af dem, som kan nås af det offentlige.

Kontakt

Per Lorang Sørensen fortæller imidlertid om eksempler på det. Den tidligere leder af Sundholm, Preben Brandt, tog rundt omkring og fik netop kontakt til nogle af dem, vi taler om. Han fortæller om Torben Pilely, som også er kommet igennem hos forskellige. Som bl.a. er kommet i kontakt med psykotiske, der i årevis har gået rundt på må og få uden at være blevet hjulpet af systemet. Og som alligevel har gået på gader, hvor alle og enhver kommer og derfor måske også nærmest er blevet en del af bybilledet. Alle kender dem tilsyneladende, men hvor mange har talt med dem?

Per Lorang Sørensen lægger imidlertid vægt på, at det ikke kun er psykotiske, der lever som hjemløse, men at der er en del, som er det. Mange væresteder for psykisk syge kan imidlertid slet ikke rumme dem. Og de psykiatriske afdelingers net af regler er uforeneligt med det store ønske om frihed, som mange af de mennesker går rundt med. Det betyder, at selv om de tilhører den tunge ende af de psykisk syge, så kan de ikke få en bolig i et bofællesskab. Per Lorang Sørensen taler ikke kun som en professionel:

-Jeg ved selv, hvad det handler om. Jeg er selv pårørende til en psykisk syg. Jeg ved godt, hvad jeg tænker, når han begynder at få sine psykoser. Så skal han have sin medicin.

Og netop indtagelsen af medicin kan være et problem for netop den gruppe, vi taler om, gør Lorang Sørensen opmærksom på. De glemmer at tage den, og der er som regel ikke nogen til at minde dem om, at nu er det vist på tide. Det gør naturligvis ikke psykosen lettere at klare. Det invaliderer dem tværtimod endnu mere. Han fortæller, at en hjemløs, der havde levet med psykoser igennem mange år, genfandt sin interesse for at skrive og tegne efter at være kommet i behandling.

Gadens folk

Mange hjemløse har psykiske problemer, og han henviser til undersøgelser fra Aalborg Universitet, som synes at pege i den retning. Mange år som hjemløs

sætter også sit præg. Og så kan man godt have haft egen bolig, mens man var hjemløs, hvad der lyder noget paradoksalt:

-Alle boligselskaber har psykisk syge, som de gerne vil af med. En del vil også gerne væk fra egen lejlighed. Der er også initiativer rundt omkring med at få sat skurvogne op, bl.a. fra botilbudet Saxenhøj på Lolland. Skurvogn gør det naturligvis ikke kun.

Han uddyber det i rapporten med, at i en skurvogn er de ikke som i en lejlighed spærret inde i en kasse mellem alle mulige andre. Han fortæller også, at nogle foretrækker at bo i en kolonihave eller en barakby. I Københavnsområdet findes der eksempler på sådanne specielt i Sydvestkvarteret og ved Islands Brygge. Nogle bor i campingvogn, og nogle bor der ganske vist også af nød. For Per Lorang Sørensen er den sociale side af den problematik ikke kun vigtig.

Han er også inde på, at det langt fra er de romantiske landevejsriddere, han skriver om, for de blander sig nemlig ikke med den gruppe, han taler om. Alkohol og narko ses nemlig hyppigt blandt de hjemløse, og under det misbrug findes som regel også psykiske problemer. Det gør også, at en del af dem tit optræder som aggressive og utilnærmelige. Netop derfor passer de ikke ind på værestederne, hvor melodien som regel går på: »Kom som du er, men bliv som vi er.«

Fortsat fra side 18

kes. Hvad var det, hun kunne præsentere overfor ham udover at se godt ud?

På den måde påpegede Spinelli, at historien ikke kun fortalte, hvem vi bliver tiltrukket af, men også hvem vi tiltrækker. Spinelli indrømmede imidlertid også, at historien også fortalte noget om hele den vægt, vi lægger på kroppen i vores vestlige samfund. Vi lever med en myte om, at bare vi ser godt ud, eller andre ser godt ud, så er lykken der nok også. Men lykke har ikke kun at gøre med udscendet. Lykke har lige så meget at gøre med at have ro i sjælen. I historien om Amanda indgik også meget andet end forholdet til hendes krop. Hun havde i det hele taget en dyb mistillid ikke kun til andre, men også i høj grad til sig selv.

Under forelæsningen kom Spinelli også ind på en række filosofiske overvejelser, men dem vil jeg springe over her. På den anden side, hvem tænker over, at når man ser på et menneske, et dyr, en ting, så ser man ikke kun mennesket, dyret, tingen, man ser faktisk også noget af sig selv.

NB: »Terapi, Magt og Mystifikation« er udgivet 1994 på Hans Reitzels forlag. Amandas historie kan man i øvrigt finde i Spinellis bog »Tales of the Unknown«, som desværre ikke er oversat.

Folkehøring i Århus

350 sindslidende, pårørende, medarbejdere samt interesserede deltog i regeringens folkehøring om sindslidendes forhold den 9. november på Scandinavian Congress Center i Århus.

Regeringsreferat kommenteret af Karlo Hansen

Distriktspsykiatrien skal holde døgnåbent. Endvidere var der forslag om, at der skal bruges mindre medicin på de psykiatriske afdelinger og flere skal have mulighed for medicinfri behandling.

Andre faggrupper - specielt psykologer - ønsker betydeligt mere inddraget. Mange steder er den gal med menneskesynet og etikken - de sindslidende bliver ikke altid behandlet med respekt. Og så er der voldsomt behov for at gøre mere for de unge. Både for sindslidende børn og for børn af sindslidende. Ikke mindst den sidste gruppe repræsenterer et overset problem. Generelt føler pårørende sig lidt i stikken og ønsker støtte for større sammenhæng mellem de forskellige tilbud i sundhedssektoren og på det sociale område.

Det var nogle af hovedbudskaberne på regeringens ualmindeligt velbesøgte folkehøring om de sindslidendes vilkår.

Utilfredshed over mangel på brugerindflydelse

Generel utilfredshed med mangel på bl.a. brugerindflydelse, ressourcer, åbenhed, kommunikation, sammenhæng i indsatsen, etik og individuel behandling blev vægtet mest blandt konference deltagerne.

Mangel på støtte og undervisning til pårørende og unge pårørende samt manglende anvendelse af information om de kompetencer, pårørendeforeninger ligger inde med, kom derefter ind som et vigtigt punkt.

Sindslidende har fået det dårligere

En psykolog mente at kunne konstatere, at de sindslidende i dag faktisk er mere klemte end tidligere.

-Selvmordsraten er steget, og genindlæggelsesraten er også roget op fra 75 til 85, sagde han og fortsatte:

-Jeg oplever, at det går den forkerte vej. Folk får ikke det, de ønsker. Man ønsker en samtale eller en psykologisk behandling, man ønsker kropsterapi, man ønsker social støtte. Men man får ingen af disse ting nogen steder.

Holdningen til sindslidende er for dårlig

En far til en psykisk syg datter fortæller:

-Det værste er den enorme selvhøjtidelighed, både fra ledende behandlere og lavere rangerende i systemet, og den nedlæthed, man møder over for pårørende. Stadigvæk møder man op til samtaler, hvor de mennesker, der indleder mødet, fortæller hvor travlt de har, og hvor dygtige de er, i stedet for at gå i gang med at tale om mødets egentlige emne.



Regeringens folkehøring blev en succes i den forstand, at socialminister Henrik Dam Kristensen og daværende sundhedsminister Sonja Mikkelsen fik 130 forslag og synspunkter med sig hjem til viderebehandling.

Utilstrækkeligt sammenhæng i samarbejdet

En pårørende konstaterede, at der er "meget lidt sammenhæng" mellem det arbejde, der foregår på hospitalet, og det, man laver ude i distriktet.

-Er der i det hele taget nogen sammenhæng? Spurgte den pårørende og henviste til, at der synes at være himmelvid forskel på, hvor mange ressourcer der er til rådighed de to steder. Andre pårørende savnede ligeledes sammenhæng i indsatsen på de forskellige niveauer, hvilket også gjaldt mellem hospitalerne og kommunerne.

Supervision af børn af sindslidende mangler

-Jeg er barn af en sindslidende, sagde en. Min mor er psykisk syg. Det er egentlig underligt, at vi som børn aldrig er blevet tilbudt supervision, når jeg tænker på, at vi jo rent faktisk passer vore forældre.

En kvinde, hvis datter er sindslidende, var "rystet" over kvaliteten af de tilbud, der blev givet og sagde bl.a.:

-Kan I så se at få pengene op! Det her er for dårligt!

De mange forslag og synspunkter vil nu blive brugt i ministeriernes fortsatte overvejelser om, hvordan de sindslidendes vilkår kan forbedres.

Socialminister Henrik Dam Kristensen.

HØJSKOLEN

en bro til livet

Efter tre års sommerhøjskole med **Fyns Sommerhøjskole for Sindslidende** er vi begyndt på en forankringsperiode, hvor vi tilbyder kurser af kortere og længere varighed hen over hele året.

HØJSKOLEN - en bro til livet samarbejder med **Højskolen Brogården** i Strib ved Middelfart.

I år 2001 er der foreløbig planlagt forårskurser af en, to til tre måneders varighed samt sommerhøjskole af en, to til tre ugers varighed.

HØJSKOLEN - en bro til livet har fået del i Socialministeriets 15M pulje. Med denne økonomiske baggrund kan vi udvikle et blivende højskolemiljø, hvor sindslidende kan trives.

PLANLAGTE KURSER

FORÅRET 2001 25. marts til 28. april

En måned - vælg mellem:

Hovedfagene: Billedkunst og Skrivekunst

Tilvalgsfagene: Drama/teater og Livsfilosofi,

Sammenspil/sang og musik samt Litteratur.

Fællesfag: Samfundsfag, Historie, Natur,

Fortælling, Udflugter, Krop og kost, Motion

og idræt, Myter og Eventyr.

Pris kr 4.350,00

tillæg for enkeltværelse kr 825,00

CIRCUS og MUSIKFESTIVAL

Onsdag den 20. juni slutter

Sommerhøjskolen af med cirkusforestilling og musikfestival. Circus Mungo med Tony Trifolikum i spidsen giver forestilling. Samme dag/aften er der mini musikfestival med amatørorkestre. Vi slutter med fest og dans til et professionelt orkester. Alle, der deltager i Sommerhøjskolen's tredje uge, deltager gratis. For øvrige bliver der mulighed for særskilt tilmelding til denne dag. Ring, fax eller skriv for udførligt program. Og spiller du selv i amatørorkester hører vi gerne fra dig om I har lyst til at spille på Sommerhøjskolen's mini musik-festival.



Strib - 5500 Middelfart - Tlf. 64 40 17 00

Fax 64 40 17 55 - www.brogaarden.dk

E-mail: brogaarden@brogaarden.dk

SOMMERHØJSKOLE 31. maj til 20. juni

Her kan vælges mellem 1, 2 eller 3 uger.

Fag: Idræt, Musik, Drama/Teater, Billedkunst,

Skrivekunst, Journalistik, Filosofi,

Samfundsfag, Historie, Natur, Friluftsliv,

Papirfremstilling, Byvandring, Krop og

stemme, Gøgl, Myter og eventyr samt

øvandringer.

Desuden tilbydes: *Udflugter, Højskoleaftner,*

Morgensang, fortælling og samvær.

Pris kr. 2.200,00 pr uge inkl. enkeltværelse

HØJSKOLEN HOLDER ÅBENT HUS

Torsdag den 26. april indbyder vi alle

interesserede til en dag på højskole. Vi

fortæller om **HØJSKOLEN - en bro til livet**

og samarbejdet med højskolen Brogården.

Elever og ansatte viser rundt på skolen. Der

vil være sang - musik og fortælling ligesom

der kan ses og opleves eksempler på, hvad

eleverne arbejder med.

Vi begynder dagen kl. 09.30 med kaffe/te og

rundstykker og sang/fortælling. Vi giver en let

frokost og en kop kaffe inden vi slutter dagen

kl. 15.30. Tilmelding er nødvendig. Ring efter

udførligt program.

VI AFHOLDER INFORMATIONSMØDER

OVER HELE LANDET -

RING OG HØR NÆRMERE

HØJSKOLEN

en bro til livet

Abelonelundvej 40C - Strib - 5500 Middelfart

Tlf. 64 40 00 54 Fax 64 40 00 62

e-mail: hojskolen-enbrotillivet@mail.tele.dk

Mere åbenhed om sex

Når man taler med hospitalspersonalet og kommer ind på seksuelle emner, så bliver der pludselig tavshed, og personalet skynder sig at skifte emne. Christina Jensen fra Fredensborg har i et halvt år været indlagt på Hillerød Sygehus og oplevede mangel på åbenhed om sex.

Interview af Karlo Hansen



E. Baurius: *Elektriciteten*, 1889

Christina Jensen, der er 25 år og enlig mor til en dreng på 5 år oplevede for første gang at blive indlagt som psykisk syg i 1998 med diagnosen: Borderline med skizoide træk og med tilbøjelighed til psykotisk adfærd.

-Selv om jeg ikke tidligere har oplevet mig selv som sindslidende, så har jeg altid kendt til perioder, hvor jeg kunne være meget aktiv eller helt mangle energi. Jeg har altid været noget af en tænker og har oplevet adskillige hallucinationer i form af indre dæmoner, der repræsenterede det onde i mig, som er ting, jeg ikke vil vedkende mig, og som var forårsaget af dårlige oplevelser igennem livet.

I forbindelse med en flytning her til Fredensborg, hvor jeg skulle flytte sammen med en mand, oplevede jeg en svær psykose. Oplevede at græsset blev blå og bare græd og græd samtidig med, at det var et problem at have min ven for tæt på mig.

Hvorledes oplever du dit sexliv i dag som sindslidende?

-Hvorledes jeg i dag fungerer på det seksuelle område, ja, her er jeg usikker. Jeg har netop fået en ny kæreste og er derfor ikke fuldt vidende om, hvordan vi sammen kan udvikle os. Før min sygdom brød ud, havde jeg et sexliv, der ikke var helt normalt. Jeg var til hård S/M og har kunnet forbinde det med tidligere

hændelser i tilværelsen. Sex og følelser har for mig været to adskilte ting.

Den bedste oplevelse, jeg nogensinde har haft, var med en mand, der var gift. Det at jeg således fra starten forstod, at vi ikke havde nogen fremtid for os, medførte, at jeg lettere kunne give mig hen.

Jeg har nok aldrig kunnet elske med en mand. Berøring og kærtegn har tidligere været noget, jeg helt måtte trække mig overfor, men har omvendt godt kunnet gå i seng med den samme mand.

Jeg er et kontrolmenneske

Hvad ved sexlivet betyder mest for dig?

-Selv som jeg for oplevede mit sexliv som afgrænset på det følelsesmæssige område, så er det noget, der betyder meget for mig. Den seksuelle udstråling er noget af det, jeg først går efter hos en mand.

Den erotiske tiltrækning, f.eks. på et dansegulv, kan føre til et samleje allerede første aften. Når følelserne sjældent kommer frem i sexlivet, så tror jeg, det er fordi, jeg er bange for at blive sårbar.

Jeg er meget åben og ærlig overfor min partner. Sexlivet er vigtig for mig, derved at vi kan fungere sammen, og at manden er opmærksom, og at han er i stand til at dække mine basale behov, som er mere og andet end blot tryk og spænding.



Christina Jensen

For mig er det vigtigt, at jeg tør overgive mig til en mand. Jeg er et kontrolmenneske. Jeg er en person, der hele tiden har behov for at have kontrol over alt i min tilværelse. Derfor betyder det også meget, at jeg møder en mand, hvor jeg tør afgive noget af min kontrol over og derved tør give mig hen, fordi jeg føler mig tryk og sikker.

Har du kunnet fastholde dit sexliv, efter at du blev sindslidende og nu skulle have dæmpende medicin?

-Jeg har været indlagt i Hillerød i 6 måneder. Der var overhovedet intet privatliv. Jeg lå på en flersengsstue, og var jeg på toilettet, kom andre og tog i døren.

Da overlægen kom, spurgte hun, hvordan det gik med mit sexliv. Inden jeg nåede at besvare spørgsmålet, kom det nu, at jeg skulle huske at udleve min seksualitet, fordi den er meget vigtig, ikke mindst når jeg som nu er sindslidende.

Hvor jeg hellere end gerne ville tale mere uddybende om mit manglende sexliv, så forstod jeg dog, at overlægen ikke var indstillet på en mere uddybende samtale.

Når jeg over for personalet selv kommer ind på emnet, bliver der hurtigt helt stille, og det er som om, man ikke er indstillet på at tale med mig om dette emne. Således har jeg talt med to sygeplejersker. De lukkede helt af, da jeg nævnte, at jeg jo ikke kunne få orgasme, når jeg tog pillerne. Hurtigt skyndte de sig at finde et nyt emne.

Siden fandt jeg dog ud af, at jeg kunne få orgasme om aftenen, blot jeg besørgede det inden jeg fik min medicin.

Går ikke til lægen med sexproblemer

Hvorfor tror du, at der er mange, som helt opgiver, og som ikke taler med lægen om deres sexliv? Er der en barriere?

-Blandt mine venner, både dem, der er sindslidende og raske, så har vi normalt svært ved at gå til vores egen læge. Hvor jeg således ikke selv har talt med min læge, så har jeg til gengæld fået meget ud af at tale om emnet med mine venner. En af mine mandlige venner var i en periode helt impotent. Vi har snakket meget om emnet, og jeg opfordrede ham til sidst til at gå til sin læge med problemet. Her fik jeg den glædelige oplevelse, at lægen tog ham alvorligt og gik i gang med en omlægning af medicinen.

Grunden til at jeg selv kom i gang, var således ikke en læge, men derimod, at jeg ved et tilfælde så en lille artikel i et blad om medicinens påvirkning af sexlivet. Hvor jeg ellers havde mistet modet og troen på at noget kunne gøres, så fik artiklen mig til at tænke. Således fødtes en spire til noget, jeg måske kunne gøre for at få et bedre sexliv.

Hvad er din mening om, at der på de distriktpsykiatriske centre skulle findes adgang til en sexolog?

-Emnet er tabu. Alle ved, at problemet eksisterer, men ingen gør noget ved det.

At der på de distriktpsykiatriske centre skulle blive adgang til en sexolog, synes jeg lyder spændende. Måske bliver det nemmere at tale med en sexolog. Måske kan man lettere få en god kemi med vedkommende, når nu denne er uddannet til netop dette område.

Hvordan kan man som sindslidende få bedre information?

-Når man bliver syg, skal man have mulighed for at tale om medicinen, og lægerne skal bruge tid på at fortælle om bivirkningerne. Således bør der være tid til at forberede os på, at det er vigtigt med motion.

Selv oplevede jeg, at lægen skrev i sin journal, at jeg i venteværelset havde formået at æde en hel pose Matadormix og følte således, at jeg var blevet stemplet som en person, der havde taget på i vægt, fordi jeg altid gik og åd usund og fed mad.

Har du oplevet at kunne tale med hospitalspersonalet om dit sexliv?

-Ja, på det lokale distriktpsychiatriske center har jeg oplevet at kunne tale virkelig godt med en kvindelig sagsbehandler. Hun havde en særlig evne til at tale om tingene. Det virkede, som om hun virkelig respekterede vores sindslidelser, uden at der heri var medynk. Hun var ikke bange for at gå ind i tingene og var uden fordomme. Hun var i stand til at se, hvad man havde behov for, og ville gerne gå med ind i smerten.

Har du prøvet lykkepiller, de såkaldte SSRI'er og hvilken virkning har de haft på dig?

-Ja jeg fik Zeoxal. Sammen med den øvrige medicin tog jeg 50 kilo på i vægt på kun 3/4 år og det til trods for, at jeg altid har været god til at dyrke motion.

Jeg er ikke blevet tilbudt noget eksperiment med at prøve forskellige medecintyper.

Det har der for mig ikke været behov for, idet jeg reagerede positivt på den første medicin jeg fik, og vil derfor hellere leve med de bivirkninger der er.

Men jeg er også bange for at få en medicin, der måske ikke virker.

Gamle OUTsidere

kan ses på hjemmesiden

WWW.OUTsideren.dk

Email.

OUTsideren@email.dk



Stevnsvej 3-5
2200 København N.
Tlf. 30 32 97 77

- 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.



Stats-
kontrolleret
økologisk

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

SamfundSinds brugerlærere gør status

SamfundSinds flagskib, brugerlærer-korpset, gør status over deres mange oplevelser og erfaringer. De har i 2 år draget land og rige rundt for at øge rummeligheden, tolerancen og integrationen af sindslidende.

Referat og evaluering af Brugerlærer Maria Holbæk



Maria Holbæk

Atmosfæren i lokalet boblede næsten over af en positiv, koncentreret og engageret stemning. To Brugerlærer-hold (BL) på omkring 40 mennesker var den 27.01.01 samlet for i fællesskab at lægge planer for, hvordan de sikrer BL-korpsets overlevelse i fremtiden, da de ved årets udgang skal stå på egne ben uden støtte fra SamfundSind. Karl Bach, LAP, som har været konsulent i SamfundSind samt underviser og tilrettelægger for begge hold, var ordstyrer, og han styrede den kompakte dagsorden med sin sprudlende entusiasme og sørgede for både at kommentere flittigt ud fra sin store viden, men også for at alle andre blev hørt.

Hvad er SamfundSind?

En tre-årig informationsindsats blev startet op i 1999 og opbygget som en organisation med støtte fra Socialministeriet og i samarbejde med en bred vifte af andre emnebeslægtede organisationer. SamfundSind går altså på pension, når året er omme, hvorfor der p.t. diskuteres på alle niveauer, hvordan de skibe, SamfundSind har sat i vandet, skal fortsætte deres færd. SamfundSinds flagskib, BL-korpset, består ligeledes af mennesker, som ivrigt deltager i diskussioner og aktiviteter, og alle aktører er tændte på at medvirke til at gennemføre SamfundSind målsætning:

V.h.a. oplysning og information at øge rummelighed, tolerance og integration af sindslidende.

Hvad er Brugerlærer-korpset?

Brugerlærer-korpset er personer med udgangspunkt i egen erfaring som tidligere eller nuværende psykiatribrugere, der har gennemført SamfundSinds BL-kursus. Kursets formål har været at understøtte og opkvalificere psykiatribrugere i deres paratviden om den etablerede



Teatertruppen: Morgenstjernen

psykiatri, diagnoser og sindslidelser generelt og om samfundsforhold, retsbevidsthed og forskellige erhvervsgruppers forudsætninger for at møde folk med sindslidelser. Desuden har der været mange berigende vinkler og anderledes syn på det etablerede system, herunder indføring i, hvordan problemerne anskues i andre lande, andre kulturer og eksempler på alternativ medicin, behandling og lægekunst. Der har været afholdt seminarer i forskellige formidlingsformer, hvor BL har taget mange spændende udfordringer op om at lære at tilrettelægge og afprøve egne undervisningsmetoder. Både form og indhold er undervejs på skift blevet evalueret af de øvrige kursister, udenforstående samt professionelle. Men vigtigst af alt, alle deltagere



Teatergruppen Morgenstjernen optræder

har fået mod på at formidle deres personlige erfaringer og indsigt samt forståelse for værdien af disse i forhold til alle andre borgere i Danmark.

Eksempler på resultater BL-grupperne har opnået i forskellige amter i det forløbne år:

Positivlisten:

- Etableret gruppe med faste mødedage og mange jobs.
- Velfungerende samarbejde med baggrundsgruppe, der består af ansatte både fra amt og kommuner.
- Har fået et godt kundeunderlag, bl.a. inden for hjemmeplejen, nyansatte i psykiatrien, socialpsykiatrien, social- og sundhedsskoler o.m.a.
- Godt samarbejde med Fagligt Forum (en gruppe bestående af folk fra forskellige erhverv, der har en større eller mindre berøringsflade med sindslidende, og som er nedsat af og samarbejder med SamfundSinds bestyrelse).
- Skal deltage i udformningen af en folder på baggrund af høring om forskelle og ligheder mellem Sind og SamfundSind.
- Skabt nytænkning indenfor BL's linie, ny struktur og planlægning af tværgående samarbejde mellem amterne.
- Dialogmøder, en mødeform, der møder folk det rigtige sted, da det foregår efter fyraften, hvor de bærer andre kasketter eller slet ingen! I disse møder indgår oplæg fra såvel personalegrupper som fra BL'ere, hvilket giver en ultimativ positiv feedback.
- Fyraftensmøder og efteruddannelseskurser for ejendomsfunktionærer i de boligafdelinger, der har indgået partnerskab med SamfundSind.
- På baggrund af de gode resultater fået trukket nogle tunge kommuner op af stolene og sat dem i spil.
- Fået stillet både kontor, telefon og materialer til rådighed.

- Støtte fra Socialministeriet på ½ million over 2 år til et projekt, der handler om brugerinddragelse i videst muligt omfang og dermed kvalitetsudvikle efteruddannelserne i socialpsykiatrien.
- Ingen problemer med at få løn for ydelsen.

Negativlisten:

- Megen sygdom, stort frafald ved møder, hvilket kan svække parternes tillid. BL'ere forsøger derfor at tage ved lære og dække sig ind med suppleanter i langt højere grad end andre. BL'ere kender deres egne begrænsninger og risiko for at måtte melde afbud og forsøger at tage konsekvenserne og optræde ansvarligt.
- Problemer med at blive forvekslet med organisationen Sind.
- Svært ved at etablere sig i amtet, fordi der er for få BL.
- Problemer med fagforening, arbejdsformidling, uddannelsesstøtte og økonomisk støtte, da undervisningen jo tæller som lønnet arbejde.
- Afvisende kommuner, der lukker øjnene for BL's eksistens og de muligheder, der vil komme til syne.
- Manglende forståelse for BL's værdi og kvalifikationer.

Teatergruppen

En stolthed for BL er teatergruppen "Morgenstjernen". Den blev etableret på det første hold fra '99, hvor BL'ere fra hele landet har holdt sammen i mere end et år trods de mange vanskeligheder, der har vist sig hen ad vejen. Men det har ikke hindret et stort udbytte, det være sig fra den kreative proces, såvel som fra det sociale samvær, men meget væsentligt for begge dele har været publikums reaktion i en bølgende kombination af bevægelse og begejstring. Økonomisk set ville et monetært kick in the but være kærkomment, da man har et fuldt forståeligt behov for at mødes oftere og øve det utrolige stykke »Hovedes Forgård« grundigt igennem. P.g.a. det høje sygdomsfrafald er der også i denne sammenhæng i særlig grad brug for suppleanter og i sagens natur flere til at kunne rollerne. Teatergruppen blev af SamfundSind-konsulent, Birgitte Friisholm, opfordret til at ansøge om økonomisk assistance, da projektet jo både virker stærkt og bæredygtigt, men kunne ikke give garantier for noget som helst.

Brugertilærere må gerne yde, men helst ikke nyde

Lidt unuanceret kan man sige, at BL har fået sat en hel del ind på selvværdskontoen, fordi modtagerne af undervisningen har fået en masse aha-oplevelser og givet udtryk for en enorm begejstring. Til gengæld har de følt sig forfrosne i selskab med dem, der har skullet modtage dem som fast indslag på årsbudgettet.

Nogle BL-grupper er startet op med at skulle arbejde gratis for at nedbringe en kassekredit på 40.000 kr. til etablering inden for et år. Andre starter op med at skulle udvide BL-gruppen med brugere, der *ikke* har gennemgået kurset og derfor ikke har de samme kvalifikationer. Kursets indhold og værdi sidestilles således med al anden psykiatri-bruger erfaring, og således kan man befrygte, at brugerinddragelsen drukner i magtkampe i stedet for at koncentrere den fælles indsats om at opfylde målsætningen (se under: "Hvad er SamfundSind?").

Atter andre er kommet i klemme mellem de interne stridigheder mellem kommune og amt om, hvem denne opgave tilhører, og hvem der skal betale. Det stiller arbejdsivrige BL'ere i en uværdig venteposition.

BL har hver eneste gang evalueret BL-kursets indhold i henhold til et skema. De har videreført brugen af sådanne skemaer i deres egen undervisning, sådan at publikums umiddelbare vurdering er blevet indfanget og nu udgør en uomtvistelig dokumentation for publikums udbytte og det reelle behov i befolkningen.

Resultat af træffet

Dagens program mundedede ud i flere forskellige resultater:

1. En gruppe blev nedsat til at arbejde videre med, hvilke konkrete opgaver de to ansatte i SamfundSind-butikken Kolding skulle varetage i forhold til sekretariatet i Næstved.
2. En anden gruppe skal udtænke forslag til, hvordan BL kan organiseres i fremtiden.
3. En tredje gruppe skal udarbejde handleplaner for strategierne, få SamfundSinds bestyrelse til at samarbejde omkring fremtidig organisering og få Socialministeriet i tale med henblik på økonomisk støtte o.m.a.
4. En fjerde gruppe aftalte at sætte sig sammen for at søge fonde og andre om økonomisk hjælp.
5. Mediegruppen aftalte at holde møde snarest med henblik på tilpasning og opdatering af folderen.
6. Det blev aftalt at afholde et seminar i foråret med støtte fra Storstrøms Amt, hvor udveksling af tanker og gruppearbejde skulle indgå, men hvor det overordnede temaet skulle være pædagogik og netværksdannelse.
7. Da den nuværende web-master ikke er ansat til at vedligeholde BL's hjemmeside, bad han om at blive afløst af en anden. En BL med edb-baggrund meldte sig og blev valgt til opgaven.
8. Flere deltagere tilmeldte sig teatergruppen.

Ovenstående samt alle de jobs, der ligger og venter på os, må samlet give et fyldigt billede af at fællesskab gør stærk, og at sindslidelse ikke betinger fuldstændig mental absence, hvilket desværre er en holdning, vi alt for ofte møder.

Jeg siger bare: God vind og "Be careful out there!"

Poesivinduet

Bag en lukket dør

*Bag en lukket dør
smiler du
så blufærdig og stille
forvirret i glimt
ser jeg
hvad det var
jeg egentlig ville*

*lidt vin, en bøj med dessert
og så videre
i hver vores liv*

*vi skynder os langsomt
med tidens varige gæld
til landevejens sidste motel*

*i min elskedes kvinde
bor en anden mand
min elskede bor i mig og hende
og jeg er en tredje mands veninde*

Jette Krog Toft



Sex og sindslidelser

OUT sideren

Igen psykoseteam
leren Sonnenstern
og Eksistens

OUT sideren

et tabu
et tabu - et tabu
et tabu - et tabu

OUT sideren

et bedre selvværd

OUT sideren

et bedre selvværd

et bedre selvværd

OUT sideren

Prinsesse Charlottesgade 28 - 30 København N.

www.OUTsideren.dk - Email. OUTsideren@email.dk.

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

ISSN 1397 0577