

OUT

sideren

ser psykiatrien indefra



Værestedet Fristed eller ghetto

Foreningen Tidsskriftet OUTsideren



Bestyrelsesmedlemmer

Formand: Erik Olsen
 Anse Leroy; Socialoverlæge
 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; Redaktionsmedlem, 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 fortrinsvis til mennesker med psykiatrisk patienterfaring. Dette sker *ikke* som led i en social foranstaltning eller integration, men overvejende fordi disse mennesker besidder en værdifuld viden og erfaringsbaggrund, som er grundlaget for Tidsskriftet OUTsiderens virke.

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

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

Vi har følgende formål:

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

OUTsideren

Prinsesse Charlottesgade 28.
 2200 Kbh. N.
 Tlf./Fax: 35 39 71 24 (kl. 10-16)

Pressekoordinator:

Michael P. Krog
 Ring: 28 24 10 50 Fax: 39 65 71 44
 Giro 1667 2246
 Email: OUTsideren@email.dk
 OUTsiderens hjemmeside:
www.OUTsideren.dk
 Oplag: 2000 stk.

Redaktionsgruppen

Michael P. Krog;	Ansv. red.
<i>kontortid: Tirsdag 10-16.</i>	
Svend Balle;	Regnskab
<i>kontortid: Torsdag 10-16.</i>	
Steffen Petersen;	Journalist
Inger Fredtoft;	Journalist
Karin Lind;	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.

Tryk:

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

OUTsideren får penge i år 2000
 af Socialministeriet og Københavns Kommune.

Indlæg og artikler udtrykker ikke nødvendigvis redaktionen 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.

Indhold



Fristed eller ghetto 5
Er værestederne en række ghettoer, hvor brugerne isoleres og lærer at fungere under normer, som ikke accepteres i det øvrige samfund? Eller er de en række fristeder, hvor man kan finde fællesskab og styrke til at blive sig selv? En diskussion af de to begreber.

Af Steffen Petersen



Kaktussen og Netværkstedet Offside
OUTsideren går tæt på to „væresteder“ for sindslidende, for at se om de er fristeder eller ghettoer.

Kaktussen s. 7-8, Netværkstedet s. 11-13

Af Steffen Petersen og Karlo Hansen



Blæksprutter og Stenfjæs 24

Behandlere med lavt selvværd og svag faglig integritet udgør en trussel mod brugerens selvbestemmelsesret og mulighed for personlig vækst, fordi de "ubevidst" fastholder dem i patientrollen.

Af Kenneth Sørensen

Redaktionel leder: 4
At være eller ikke være - sig selv - nok... Af ansv. red. Michael P. Krog

Poesivinduet 9
Aktuelle digte fra læserne

AOF-konkurs lukker lilleskole for voksne 10
Læserindlæg fra Tom Juul Pedersen

Kultur & Anmeldelser 14
PsykiatriFondens seneste udgivelse: Mening, indsigt og medfølelse, af Steffen Petersen

LAP landsmøde d. 19. - 20. maj 2000 15
Landsforeningen for psykiatribrugere har holdt landsmøde, af Steffen Petersen

Idrætsfestival i Vejle 16
250 sindslidende dystede i Vejle, af Karlo Hansen

Orientering 17
Aktuelle nyheder fra psykiatriens verden

Kirken opruster i psykiatrien 18
Nu skal kirkens mening sælges som beroligende medicin, af Steffen Petersen

Skrig din vrede ud! 20
Debatindlæg om kunsten at håndtere depressioner, af Kirsten Ahlmann Jensen

Masser af kritisk debat i SIND 22
Landsformanden Bente Djørup fra SIND besvarer kritikken fra Paul Millberg



*Ansv. Red.
Michael P. Krog*



*Regnskabsfører
Svend Balle*



*Konsulent
Kenneth Sørensen*



*Journalist
Steffen Petersen*



*Journalist
Karin Lind*



*Journalist
Inger Fredtoft*



*Marketing
Karlo Hansen*



*Journalist
Dorte Raffenberg*



*Webmaster
Frank Fog*



*Layout
Jorge Osorio*



*Fotograf
Jette Nielsen*

At være eller ikke være - sig selv - nok...

Sindslidende må - hvor uacceptable forholdene end er - ikke lide samme skæbne, som det ser ud til at resten af samfundet er ved at lide. Nemlig at man nok er solidarisk, men solidarisk med sig selv!

Redaktionel kommentar

Michael P. Krog, ansvarshavende redaktør



Michael P. Krog

F flere artikler i denne udgave af OUTsideren handler om det gode og det problematiske i at samle sig med ligesindede - f.eks. psykisk syge og sårbare. Hvor forskellige de så end er... Det kan se ud som om, der er et ocean mellem den irriterende neurose eller fobi og en endnu

mere smertende livslang diagnose som skizofren. Men der er dog sindet, sårbarheden og det menneskelige tilfælles.

Som en mand filosoferer hos Storm P.: "Det er svært at være menneske..." Hvortil en anden svarer: "Ja, men prøv alligevel..."

Er et værested en ghetto eller et fristed?

Det kan være begge dele samtidigt!

Men idealet må være, at man må nok være sig selv, men ikke være sig selv nok!

At man kan tale og være tryk med ligesindede, så man får overskud til at være noget for andre. "Være" er et godt gammelt ord, som andre en prins Hamlet har glæde af at filosofere over.

Vi har i OUTsideren overvejende beskrevet de positive sider ved en samling af ligesindede på Fyns Sommerhøjskole for Sindslidende og værestederne Net-værkstedet Offside og Kaktussen, men der er klart nok også negative sider at tage hensyn til.

Også i andre perspektiver.

Sindslidende må - hvor uacceptable forholdene end er - ikke lide samme skæbne, som det ser ud til at resten af samfundet er ved at lide.

Nemlig at man nok er solidarisk, men solidarisk med sig selv!

Parcelhusejerne med parcelhusejerne, bilisterne med bilisterne osv. Interessegruppe for interessegruppe. Vi ender med at tænke endnu mere på os selv og lader til sidst kun jungleloven regere. Enhver er sin egen lykkes smed, og fanden tår de bagerste.

Der er allerede flere skræmmende tegn på tiltagende ensomhed, og "det må nogen andre tage sig af".

Men vi må holde fast i, at vi er et "samfund" og ikke blive et "hver-for-sig-fund".

Sindslidende skal ikke være en marginaliseret gruppe, som kan passe sig selv og eventuelt tages frem ved høj-tider og festlige lejligheder. F.eks. den kommende folkeafstemning om euro-mønten.

Valgtalerne er så småt begyndt at runge og mane til henholdsvis et ja og et nej.

Fortalerne siger, at et nej efterfølges af en økonomisk nedtur som først og fremmest rammer de svageste. Derfor Ja! Bagtalerne - undskyld modstanderne - siger: hvis økonomierne skal samordnes rammer det lande med store socialudgifter - og så rammer det igen de svageste. Altså Nej!

Jeg véd godt, at det er en illusion at tro, at man selv kan bestemme, hvilken vogn man bliver spændt for!

Men derfor kan man godt være bevidst og stritte imod!

I det hele taget er det godt med bevidsthed, selvbevidsthed og eftertænkssomhed.

Derfor et slut citat til mere eftertanke: "Man kan tage en mand ud af ghettoen, men man kan ikke tage ghettoen ud af en mand."

Handling gi'r forvandling!

Et af OUTsiderens andre gennemgående temaer er: *Kan vi ikke gøre det lidt bedre?*

Det kan vi, men ikke alene! OUTsideren er det største landsdækkende tidsskrift, der ser psykiatrien først og fremmest fra en psykiatrigervinkel. Men vi satser hele tiden på at blive bedre og større. Det prøver vi at efterleve så vidt vore ressourcer rækker.

Men vi vil hjertens gerne have flere mennesker over hele landet til at skrive og komme med gode idéer!

Derfor: Hvis du skriver, tænker, fotografere eller får en god idé - så skriv til os:

Skriv til: Tidsskriftet OUTsideren, Michael P. Krog, Prinsesse Charlottesgade 28, 2200 København N.

Fristed eller Ghetto ?

Er værestederne en række ghettoer, hvor brugerne isoleres og lærer at fungere under normer som ikke accepteres i det øvrige samfund? Eller er de en række fristeder, hvor man kan finde fællesskab og styrke til at blive sig selv?

Analyse Af Steffen Petersen

Tvangsafsondring. Det er vist den mest negative forståelse af ordet ghetto, der først kommer op i ens tanker. Under sidste verdenskrig var der jødiske ghettoer i mange polske byer, og de var netop tvangsaftvundet fra omverdenen. Men der kan vel også siges noget positivt om ghetto-begrebet?

Nu dukker Harlem i New York op i tankerne, og her kan man måske også finde noget positivt at sige, for det skal vel være alle aspekter af ghettoen, der skal undersøges for at få dette ord forbundet med væresteder? Jeg

vil tro, at mange beboere i f.eks. Harlem føler, at her har de magten, her er det dem, der bestemmer, og her er de dejlig fri for at skulle mænge sig med mennesker med en anden observans og med højere tanker om dem selv.

Efterhånden som vi "normale" danskere multi-etniseres, får vi tilløb til lignende ghettoer i Vollsmose, Gellerupparken og den sorte firkant på Nørrebro. Vores politi har respekt for "ghettobeboerne", når de ruller sig ud, og de unge i "ghettoerne" føler, at her har de



Foto: Jette Nielsen

noget at skulle have sagt. Så en ghetto kan altså føles som så trygge rammer, at det kan være svært både at komme ind og ud, foruden at ordet ghetto dækker over den negative afsondrethed.

Denne indledning er blot for at give en forståelse af, hvordan vore væresteder kan beskrives som ghettoer af nogle, foruden at andre (eller de samme mennesker under andre omstændigheder) vil kalde dem fristeder.

Værestedet en ghetto

Lad os starte med det sværeste – ghettobegrebet. Et værested kan efter min mening betragtes som en ghetto, hvis:

1. Der kun kommer mennesker fra samme gruppe (sindslidende jvf. jøderne ect.), og disse dominerer værestedet, så andre ikke vil eller kan komme ind og deltage som partnere.
2. Der er visitation til stedet, så det er svært at komme ind eller ud.
3. Der er anderledes normer end i det omliggende samfund. Alkohol og stofforbud, krav om medicinering, renlighed, fremmøde, særlige regler etc.
4. Der er en ledelse, som bestemmer det væsentligste.

Det ghettoagtige kan problematiseres, således at der både kan være fordele og ulemper.

At værestedet er afsondret fra omverdenens normer og regler, kan være problematisk for nogle sindslidende: Christina Beck skrev i OUTsideren: "I vores miljøer er det OK at være nylig udskrevet/indsikret på en psykiatrisk afdeling, det er OK at tage piller, det er OK at flippe ud, OK at være styret af det ubevidste. OK ikke at kunne tage ansvaret for sit eget liv.

Mere og mere synes jeg, at et individ i det danske samfund kan få adgang til alle mulige gruppedannelser og aktiviteter qua sin identitet som "psykisk syg". Der er til sidst ingen fornuftige grunde til at være med i andre grupper i samfundet med en anden identitet.

Deri ligger en fare, fordi det individ, der har accepteret sig selv som "psykisk syg", isoleres fra dialog med mennesker med en anden identitet. Kontakten med andre mennesker kommer til at bestå af deltagelse i en monolog, idet man bevæger sig i et afsondret miljø og kommer til at ligne hinanden.

På den anden side kan ghettoen også medvirke til, at man føler sig accepteret blandt ligestillede og på den måde oplever, at værestedet er et fristed.

For og imod i problemstillingen:

Det er en stor hjælp for nogle brugere, at værestedets krav er tilpasset den enkeltes formåen, mens andre vil finde ledelsens "hjælpsomhed" formynderisk.

Nogle har brug for et sted, hvor de får hjælp til at få tiden til at gå, ja sågar får hjælp til at få lavet sig en kaffetår, hvis det er problemet. Derved hænger man nemt

fast i den trygge rede med de trygge omgivelser og de ligestillede, og sådan er der straks kommet noget ghetto-lignende til, fordi en sådan atmosfære vil holde andre væk fra stedet.

Nogle væresteder holder sågar øje med, om brugerne får deres medicin og går også på anden vis ind i de pågældendes behandling, og det vil helt klart være for "formynderisk" for de fleste. Men det kan være en stor hjælp for dem, der ikke selv kan administrere hverdagen.

Fristeder er frihed for autoriteter

Af ovenstående ses, at opfattelsen fristed/ghetto kan være individuel, men lad os alligevel sætte nogle parametre op for et fristed:

1. Frihed for autoriteter og formynderi.
2. Fri adgang til stedet.
3. Blandet publikum så man undgår den evindelige sygdomssnak.
4. Fri alkohol under ansvar.
5. Hobbyaktiviteter.
6. Frihed til at tage fuldt ansvar for sig selv og et delansvar i værestedets drift.

Men disse punkter kan også problematiseres:

Friheden skræmmer tryghedssøgende væk, fordi de ikke kan håndtere de manglende regler. De vil mangle en indgriben i deres liv, for ellers vil de simpelthen "gå i hundene", når de ikke tager deres medicin eller sågar ingen mad får.

At tillade alkohol giver ikke et godt klima for fhv. alkoholister. De vil nemt fristes til at starte et drikkeri, de ikke evner at stoppe.

Mange andre kan selvfølgelig godt tage en pils til frokost eller nogle genstande til en fest uden at plumpe i, og de vil nyde den for et værested yderst sjældne frihed.

Hvor der ingen professionel ledelse findes, eller hvor den ikke må blande sig i de "rollespil", der uvilkårligt foregår på enhver arbejdsplads, værested, cafelokal eller forening, der vil stærkere brugere måske tryne de svagere. Med en socialpædagogisk ledelse kan dette afhjælpes eller vendes helt på hovedet, så der tages mest hensyn til de svageste, og så vil disse selvfølgelig trives.

De "stærke" vil ikke lide længe – de vil udvandre eller blive socialpædagogerne hjælpere og således få visse andre fordele.

Som det forstås af ovenstående, er det ikke altid let at bedømme, om et værested skal betegnes som et fristed, eller det er en ghetto – det afhænger også en hel del af den, der bruger det.

For at citere Christina Bech igen: "Det, der afgør om et individ vælger en gruppe, er, om det kan gøre gruppens værdier, normer og regler så meget til sine egne...".

Også en golf-, skak- eller fodboldklub kan være et fristed eller en ghetto. Hvad har du brug for?



Kaktussen er fristedet, der stikker til værestedssystemet. Her er der fri alkohol, ingen ledere og et godt samvær.

Interview af Steffen Petersen

Valget faldt på Kaktussen, da jeg skulle interviewe et værested som repræsentant for enten et fristed eller en ghettolignende osteklokke for sindslidende, fordi Kaktussen er det mindst ghettolignende værested, jeg kender i Københavnsområdet. Officielt betragtes Kaktussen som et værested – de får tilskud fra Socialministeriet og fra tipsmidlerne – og er momsfri, men Susanne, der er aktiv bruger og bestyrelsesmedlem i Kaktussen, kalder slet og ret Kaktussen for en genbrugsbutik, der også fungerer som samlingssted.

I vil ikke kaldes værested – er der noget galt med det ord. F.eks. at man ofte forbinder det med steder, hvor sindslidende kommer?

-Ordet værested indikerer passivitet. Derfor kalder vi Kaktussen et samlingssted.

I kalder jeres brugere for medlemmer, men er medlemmerne brugere af det psykiatriske system?

-Ikke alle.

Er kaktussen styret af mennesker med psykiatrisk patienterfaring, altså det man normalt forbinder med et brugerstyret sted?

-Ja. Og Susanne fortæller endvidere, at butikken drives af de medlemmer, der frivilligt påtager sig en eller flere vagter om ugen. Varerne købes ikke, men renomméet er så godt, at butikken får alle de salgbare effekter foræret, og de solgte varer indbringer penge nok til at holde de fremmødte med den daglige kaffetår og ind imellem også basser til kaffen. Hidtil har der også været til nogle udflugter, fester og et sommerferieophold hvert år.

Det er da også især fællesskabet, ligeværdet og kammeratskabet, der fremhæves af Ina Johansen, der både sidder i bestyrelsen og arbejder i butikken.

Ina Johansens ønsker for fremtiden er da også, at de kan blive ved med at få det til at løbe rundt økonomisk, så der er et overskud til fælles aktiviteter, og at der altid vil være nok til at tage de nødvendige vagter, så butikken kan holde åbent som nu: Alle hverdage fra 12 til 17.30

Kan enhver blive medlem og få vagter i Kaktussen?

- Ja, vi kræver ingen diagnose her.

Kaktussen som samlingssted

Hvordan kan I køre uden professionel lønmet hjælp, når andre ikke kan?

-Ina Johansens svar er enkelt: -Fordi vi kræver af hinanden, at vi tager et ansvar. Enhver kan være medlem, men vil man stå i butikken, skal man være til at stole på. Bliver man væk fra sin vagt flere gange uden at melde afbud, må butikken finde en anden vagt. Der er intet krav om, at man skal passe en vagt i butikken for at være medlem eller deltage i fællesskabet.

Når der ikke er nogen faglig uddannet ledelse, hvordan sikrer I så, at det ikke er de stærke medlemmer (brugere og pårørende), der tryner de svage?

-Vi har ikke haft problemer desangående, fortæller Ina Johansen. Kaktussen er også speciel, idet der ikke er noget spiritusforbud, men man skal dog stadig opføre sig ordentligt. Hvis ikke, kan man idømmes karantæne som på andre væresteder, tilføjer Ina Johansen.

Er der ikke en fare ved at tillade brug af alkohol indenfor jeres samlingssted. Kan det ikke netop afholde alkoholister fra at deltage i foreningen?

- Nej, det tror vi ikke.

Hvordan tackler I de problemer, der kan opstå med så vide regler og ingen autoritetsperson?

Nu blander Bent sig også i samtalen:

-Vi kommer her, fordi vi har valgt at komme her. De, der søger pleje og trygge rammer, søger vel til de mere almindelige væresteder. Vi kan lide denne frie form, Kaktussen har.
-Jeg kan lide Kaktussen så meget, at jeg kommer her helt fra Amager, tilføjer Alice.

Kan man få en bedre integration til samfundet gennem et job hos jer?

-Ja. Man skal kunne fungere i fællesskab, man skal kunne samarbejde, og man skal være stabil, fortæller Ina Johansen og fortsætter:

-Kaktussen ligger i et kvarter, hvor der bor mange af udenlandsk etnisk herkomst, og butikken er også en oase for de omkringboende, der vil sidde ned et øjeblik og få en kaffe tår. Butikken fungerer på den måde som et integrationcenter for medarbejderne, fremmedarbejdere, hjemmegående husmødre og arbejdsløse for blot at nævne nogle få.
-Men vi gør stadig ikke nok for også at tiltrække almindelige mennesker.

Almindelige mennesker har vel også travlt til at stå en eftermiddag om ugen i en butik uden at få løn for det. Måske er det også derfor, at de "stærke" ikke "tryner" de "svage" butikspassere ud for at overtage. Der er hverken penge, prestige eller fremtid i en sådan forretning – kun beskæftigelse og samvær, afslutter Ina Johansen.

Når I stiller så store krav om stabilitet, udelukker I så ikke de psykisk syge, der har svært ved at være stabile?

-Vi stiller ikke store krav – kun hvis man har meldt sig til at have en vagt, forventes det, at man møder eller melder afbud, hvis man er forhindret, siger Ketty.

Nyhed

Nu kan du læse de 19 første numre af OUTsideren på vores hjemmeside. Her finder du spændende temanumre om det gode liv, sindsyge og mystik, medicinfri behandling og meget meget mere.

WWW.OUTsideren.dk

Kaktussen

Kaktussen startede i en privat lejlighed i 1994 og fandt hurtigt et butiksløse. Der blev dannet en forening med formål og vedtægter. Hvert fremtidigt medlem har en stemme på den årlige generalforsamling, hvor der vælges en bestyrelse (blandt medlemmerne), der så leder den daglige drift. De valgte Navnet "Kaktussen", fordi de så det som en opgave at stikke til det bestående system. Efter vedtægterne må ingen få løn, så der er ingen lønnede ledere eller deltidsansatte medarbejdere.

Café Offside

arbejdsglæde - fællesskab - økologi

Brug caféen:

*Som frivillig café-
medarbejder:*

Som kunde:

Hvis du er fortidspensionist 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,-
Ocola	8,-
Søbogaard vand	8,-
Grønsagstærte	12,-

Åbningstider:

Mandag:	12-16
Tirsdag:	12-16
Onsdag:	12-16
Fredag:	12-16

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



Poesivinduet

Fisketur

*Min bror og jeg på tur
sandormene købt
og grejet parat
Stranden er dejlig
snørene kastes ud*

*Fiskene vil ikke bide
det gør ikke noget
vi har kaffe, øl og madpakke med
snørene kastes atter ud
Vi venter*

*Fiskene vil ikke bide
det gør ikke noget
mens vi venter
ligger vi i det bløde sand
sludrer om hinanden og os selv*

*Fiskene vil ikke bide
det gør ikke noget
for mens vi taler
daler solen langsomt i havets skød*

*Solen gik ned
perfekt punktum
for en dejlig dag
Måske vil de bide i morgen*

Dorthe Bech Mogensen

AOF - konkurs lukker lilleskole for voksne

Læserindlæg af Tom Juul Pedersen

I de sidste fire år har AOF drevet lilleskole for voksne i Århus. Før den tid var det en selvstændig SIND lilleskole. Efter at AOF kom til, begyndte problemerne på skolen, som beskrevet i sidste nummer af OUTsideren.

Men per den 1/6-2000 er AOF blevet erklæret konkurs. Derved er lilleskolen blevet trukket med i faldet, på trods af at den var økonomisk rentabel. Den gav således overskud. Al undervisning er stoppet, lærerne har ikke fået løn for maj måned, de får den heller ikke efterfølgende. De må heller ikke udbyde kurser andre steder i byen, da de derved tager elever fra konkursboet. Vi elever fik intet at vide, vi måtte erfare det gennem dagspressen. Vi føler os ført bag lyset af formanden for AOF, K. E. Mortensen, da han til en reception i starten af marts udtalte til undertegnede, at det gik rigtigt godt med økonomien. Mindre end tre måneder senere lukker AOF med et underskud på 6 millioner kroner.

I 1998 lånte AOF 500.000 kr. af Daghøjskolen, der var på lilleskolen, for at redde resten af AOF. Men så manglede de penge jo i Daghøjskolen, og den blev lukket i maj samme år, samtidig med at lederen blev fyret. Den officielle grund var, at der var kommet en anden lovgivning på daghøjskoleområdet. Men den var altså kommet 5 måneder tidligere. Så det var ikke noget nyt. Et par måneder inden lederen blev fyret, ville han undersøge muligheden for, at lilleskolen kunne blive selvstændig. Den undersøgelse fik AOF også stoppet med fyresedlen.

Men den lukkede daghøjskole var ikke helt lukket, den lå i dvale, så i 1999 genopstod den med ny leder, kurser osv. Fra den gamle såkaldte

lukkede daghøjskole havde man overført 400.000 kr. til den nye. Som formanden for AOF udtalte: »det guldæg til højskolen giver vi ikke fra os.«.

Det bedste vil have været, hvis AOF aldrig havde overtaget lilleskolen, men nu er de heldigvis ude af den igen. Der bliver arbejdet på at genrejse skolen, enten så kommunen driver den, eller den igen bliver selvstændig.

Tom Juul Pedersen 8541 Skødstrup

NET
VÆRKSTEDET

Offside

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

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

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

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

Undervisning, aktiviteter og socialt samvær

Prinsesse Charlottesgade 28, 2200 Kbh. N.

Når brugerindflydelse er en selvfølge

"Det medmenneskelige er udgangspunktet, men det kan ikke stå alene. Et værested skal have et godt og bæredygtigt idegrundlag. På andre væresteder kommer der måske nogen, der gør noget for de sindslidende. Her på Net-værkstedet gør brugerne og de ansatte tingene sammen," fortæller lederen Lone Storm.

Interview af Karlo Hansen

John Pedersen, du har været bruger her i de sidste ti år, du har endvidere boet på Nørrebro i ca. 30 år. Hvad er din mening om Net-værkstedet? Hvad er din mening om brugerindflydelsen?

Jeg er stor tilhænger af demokrati på et værested. Selv har jeg ikke deltaget i Net-værkstedets månedsmøder, men vi har efter min mening haft det rigtig godt. Vi har i Lone en virkelig god leder, der har formået at tage hensyn til alle, og så er hun retfærdig. Hun er den, der står på de svages parti og går så langt, hun kan, samtidigt med at hun jo skal tage hensyn til de andre brugere.

Er der behov for et sådan værested?

Ja for søren da!... Dette er jo „stedet“, hvor vi fra Nørrebro kan få mange behov dækket i hverdagen. Her kan vi få dækket behovet for kammeratskab og ikke mindst snakkebehovet. Her er der adgang til noget at lave, så vi kan være aktive. Her er der jo i realiteten også mulighed for at møde en kvinde, hvis det er det man vil.

Vi, der er alene, har jo alle behov også for en kæreste, og det kan faktisk godt lade sig gøre. Selv har jeg mødt op til flere dejlige kvinder. Noget der er mindst lige så vigtigt er, at man også her kan finde adgang for de nære venskaber.

Hvad siger du til, at der er regler, der skal overholdes? Hvad er din mening om, at der her er en grænse „her-til og ikke længere“? Hvad hvis det er dig selv, der ikke overholder reglerne?

Selvfølger er jeg tilhænger af regler, men reglerne kan ikke stå alene. Der må også være noget, der hedder „kammeratskab.“

Såfremt der dukker folk op fra Nørrebro, der blot kommer for at udnytte stedet her, så skal de selvfølgelig have en klar markering fra starten. Men når det er brugere, der har været her i lang tid, og som alle kender godt, så må der kunne tages særlige hensyn, når han eller hun dukker op på en dårlig dag. Bliver vedkommende ved med at støje og larme, må grænsen sættes, når de andre brugere begynder at blive utrygge.

Her gør vi ofte det, at vi siger: „Nu må du hellere gå



Foto: Jette Nielsen

John Pedersen

op til dig selv.“ Man må blot ikke nøjes med at bede vedkommende om at gå hjem og først komme igen, når man har det bedre. For hvad nu hvis personen går direkte hjem for derpå at hænge sig? Den går ikke.

Hvad nu hvis der er en bruger, der kommer her for at få sig en ven og så bliver afvist? Så bliver vedkommende jo bare endnu mere dårlig.

Jeg vil gerne have, at vi som brugere og lederen er mere tolerante, end man er det andre steder.

En eller flere af os brugere må derfor følge situationen op. F.eks. kan det gores ved, at vi følger vedkommende med hjem, så han/hun ikke er alene. Selv har jeg faktisk prøvet at følge en bruger med hjem flere gange. En bruger kom her engang op mod jul og havde det meget dårligt. Her endte det med, at jeg gik med ved-

kommende hjem. Faktisk blev jeg der i tre dage.

Det her er jo Nørrebro! Her sætter vi kammeratskab og fornuft højere end jura og regler. Hvad de gør andre steder, rager mig en skid!

Nu har jeg boet her i miljøet i 30 år, og her føler jeg mig meget mere tryk, end man gør andre steder. Når jeg selv har en dårlig dag, står jeg aldrig helt alene. Uanset hvor dårligt jeg kan have det, så føler jeg altid, at der findes en udvej. Flere gange er jeg selv blevet bedt om at gå fra Net-værkstedet. Men når det skete, var der altid en, jeg kunne opsøge, hvis det var det, jeg ville. Det er det, jeg gerne vil have, at andre også får en mulighed for.

Interview af lederen Lone Storm.

Lone Storm, du har taget initiativ til dette værested, hvorfor gjorde du det?

Da jeg kom som leder i 1990, var OFFSIDE allerede startet i form af en brugercafé. Denne blev udvidet til også at omfatte et egentligt være- og aktivitetssted. Her har udgangspunktet for mig været det "medmenneskelige". Dvs. at dette er et sted, hvor forskellige mennesker mødes omkring fælles interesser.

Det medmenneskelige er det ikke det, andre væresteder også tager udgangspunkt i?

Det medmenneskelige kan ikke stå alene. Et værested skal have et godt og bæredygtigt idegrundlag. På andre væresteder kommer der måske nogen, der gør noget for de sindslidende. Her på Net-værkstedet gør brugerne og de ansatte tingene sammen.

Hvorledes afspejler dette sig i dagligdagen?

Det er almindelige fællesmenneskelige interesser og aktiviteter, der er omdrejningspunktet i Net-værkstedet, og det er dem, som brugerne mødes om her.

At de fleste af brugerne så har ualmindelige baggrunde, som ind imellem kan give nogle af dem vanskeligheder med at kunne fungere med sig selv og med andre mennesker - det skal selvfølgelig tages i ed - det er en del af nogles livsvilkår.

Når en bruger kommer ind i en dårlig periode, prøver vi i fællesskab at hjælpe, så godt vi kan. Hvis dette ikke rækker - så hjælper vi til at opsøge den nødvendige hjælp, hvis vedkommende vil tage imod det.

Vi har et meget rummeligt og tolerant miljø i huset, men der er naturligvis grænser for, hvor meget fællesskabet kan bære. Vi værner om vores fælles miljø, og kræver at brugerne behandler hinanden ordentligt. Vi støtter hinanden, giver hinanden feedback og udvikler os sammen. Brugerne sætter pris på at være almindelige mennesker, der mødes omkring fælles interesser.

Nogle af de mennesker, der kommer i Net-værkstedet, bruger også stedet som en alternativ arbejdsplads



Foto: Jette Nielsen

Lone Storm; leder af Net-værkstedet Offside

og yder en stor indsats i den daglige drift af huset.

En mand kommer her næsten dagligt, påtager sig kontor- og vedligeholdelsesopgaver, underviser i EDB, er med til at gøre rent og holder selvstændigt huset åbent om søndagen.

Andre køber ind og er med til at gøre rent og holde huset vedlige, passer vores bestand af grønne planter, bager morgenbrød, står for ugentlig madklub, arrangerer ture ud af huset og meget mere.

Er der ikke en fare for, at væresteder udvikler sig til lukkede miljøer, hvor de sindslidende lærer at fungere under andre forhold end dem, der gælder i det "normale" samfund og dermed forstærkes i deres isolation?

Helt fra starten har Netværkstedet haft det mål, at det ikke kun skal være et sted for sindslidende, men at man blandes med andre grupper udenfor psykiatrien. Således har vi haft stor succes med en sammensætning, der bl.a. består af arbejdsløse, nedslidte personer fra arbejdsmarkedet, sindslidende, bistandsklienter, alkoholkere og andre svage grupper. Grupperne har det til fælles, at de alle er på overførselsindkomster. Det har nemlig vist sig, at dette fælles, sammensatte miljø indeholder mange nye udfoldelses- og samspilsmuligheder for brugerne. Samtidig giver det en god grobund for en gensidig anvendelse af ens egne og de andres ressourcer.

Hovedparten af brugerne kommer dog fra psykiatrien, nemlig 75%. Resten af brugerne har andre baggrunde. Brugerindflydelse var med fra starten

Brugerindflydelse er et væsentligt element på ethvert aktivitetssted for sindslidende, hvis man vil at mærke ønsker at give brugerne mulighed for indflydelse og ansvar. Hvordan arbejder i med det?

At vi er nået så langt med at skabe trivsel og et miljø, hvor mange nye aktiviteter er skudt op igennem årene, skyldes ikke kun husets medarbejdere, men derimod og især fordi brugerne fra starten har været med til at bestemme. Faktisk er det sådan, at aktiviteterne er sat igang på initiativ fra brugerne og ikke omvendt. Det er brugernes egen fortjeneste, at der er kommet så mange ting op at stå. Behovet starter hos brugerne, ved at der under fællesmøderne kommer gode ideer, som så får så meget opbakning, at en aktivitet kan opstå.

Brugerne har også øvet indflydelse på hvorledes rammerne skal være for dette sted. Når vi i dag har klare grænser for, hvad det er, der kan tillades i vores miljø, så er det noget, der siden starten er blevet skabt igennem den indbyrdes debat.

En anden måde, man kan se brugerindflydelsen på, er, at de første penge, vi søgte, faktisk var til selvstyrende brugergrupper. Det hele startede som en brugerstyret café. Net-værkstedet har sin baggrund i en aktiv brugergruppe fra 1988. Brugerne delte opgaverne imellem sig med madlavning, opvask, indkøb, rengøring, salg og alt det, der nu hører med til driften af en café.

Betyder jeres blandede grupper ikke, at der er fare for, at de stærke dominerer de svage?

At alle brugerne herunder også de svage har haft reel medindflydelse samtidig med, at vi har været gode til at lytte til den enkeltes problemer, har skabt ro og en god balance i hverdagen. Selvfølgelig opstår der problemer mellem enkelte brugere. Men det, at både vi som medarbejdere og de andre brugere er gode til at gribe ind i tide, har medført, at uoverensstemmelser ikke udvikler sig til egentlige magtkampe.

Har i gjort andet for at Net-værkstedet ikke skal være en ghetto?

Netop det at det som sagt er en blandet skare af mennesker med vidt forskellige baggrunde, som kommer her, gør jo, at stedet ikke bliver en ghetto. Tværtimod er det blevet et sted, hvor forskelligheder respekteres, og hvor man har frihed til at være sig selv sammen med andre.

Naturligvis er det her meget vigtigt, at der gøres en indsats for at udvikle og vedligeholde vores indbyrdes tolerante miljø, og det gør vi så i fællesskab.

Har brugerne fri adgang til værestedet. Er her f.eks. adgang for narkomaner?

Net-værkstedet er et åbent hus for alle, der har lyst til at komme her, og alle, der kan respektere og værne om hinanden i fællesskabet kan komme.

I huset er det jo aktiviteterne, der er i centrum, og det er dem, mennesker mødes om, og det er her, man lærer hinanden at kende. Vore forskellige aktiviteter har lige som ikke appelleret til narkomaner, de kommer her ikke.

Må man drikke alkohol?

Hele projektet - både Caféen, Gartneriet og Net-værkstedet er alkoholfrit. Dette har været diskuteret, er blevet besluttet i fællesskab og er begrundet i, at der kommer en del folk med alkoholproblemer hos os, så af hensyn til dem er det det bedste. Alle, også dem der ikke har problemer med alkohol, synes faktisk, at det egentligt er befriende, at kunne komme et sted, hvor der ikke er alkohol. Der er jo så mange andre steder, hvor man kan opsøge alkohol, hvis man vil det.

PROJEKT OFFSIDE

Projekt OFFSIDE startede i 1988 som en cafégruppe ved navn Café OFFSIDE. En gruppe af brugere og ansatte i ergoterapien på Sct. Hans ambulatorium på Forchammervej i København havde lavet en café i ergoterapien. Som middel til aktivering af brugerne viste caféideen at være ideel. Da brugerne skulle udskrives, startede man på brugernes eget initiativ en café på Prinsesse Charlottesgade i et nedlagt butiksløkal. I 1996 omdannedes caféen til økologisk café og blev en af de første på Nørrebro, der handlede med økologiske varer.

Selv kom Lone Storm til i 1990 som tidligere leder af patientklubben på Sct. Hans i 10 år og var som nævnt med til at starte Netværkstedet.

Et gartneri så dagens lys i 1991. Den nuværende leder Arne Vestergaard Pedersen, der er uddannet havearkitekt, hjalp en gruppe af brugere, der havde mod på at opstarte et lille gartneri. Man lejede et stykke jord på landet udenfor København. Siden er der på jordarealet blevet opstillet flere drivhuse og skurevogne.

Kenneth Sørensen, der i dag er en af Outsiderens lønansatte medarbejdere, afholdt i 1994 et tekst-behandlingskursus for brugerne på Netværkstedet. Brugernes engagement førte til, at man ville igang med et egentligt blad. Endelig i 1995 kom det første nummer på gaden. Siden har bladet udviklet sig til et foretagende med 14 fast engagerede brugere. Heraf er 5 blevet tildelt skånejob.

Kultur & Anmeldelser



Mening, indsigt og medfølelse – ud over lægens kunst

En ny breche i psykiaternes eneherredomme på vej

Boganmeldelse af Steffen Petersen

Psykiatri Fonden har lige udgivet en bog, der, som Jes Gerlach siger i forordet til bogen, fremfører "at der er en vigtig etisk og medmenneskelig dimension, som indgår i forståelsen af alle psykiske problemer – en dimension ud over de tre velkendte dimensioner: den biologiske (medicinen), den psykologiske (psykoterapien) og den sociale (den sociale tryk og stimulation).

Den fjerde gennemsyrrer det hele: — Vi bevæger os dermed lidt ud over de grænser, som PsykiatriFonden hidtil har holdt sig inden for, psykiatriens og psykologiens traditionelle rammer. Ud i det grænseland, hvor tingene ikke kan registreres og måles. Ud hvor lægens kunst ikke rækker til, men hvor præsten, filosofen, psykiateren og psykologen måske alligevel har noget at skulle

have sagt."

Det er vist falsk beskedenhed fra psykiaternes side; de har stadig det store ord at skulle have sagt i det citerede samarbejde, som brugerne længe har forlangt udvidet med medicinfri behandling.

Mange af os almindelige mennesker har da også været klar over, at denne fjerde dimension gennemsyrrer menneskelivet, vor holdning til hinanden, vor medmenneskelige ansvarlighed og gensidige solidaritet, ja selv vor lovgivning. Denne åndelige dimension spiller også en afgørende rolle for både fysisk og psykisk sundhed og ditto lidelser.

Og det har psykiatrien forhen bekæmpet som sygdom hos mange af deres patienter, når de har fortalt om deres åndelige oplevelser. Bogen må vel tages som et forsøg på at bevare kontrollen over patienterne, selvom man altså bliver nødt til at tage nogle udvalgte præster med i behandlingen. Præsterne i bogen vil gerne være med, og filosofferne kæmper også for at komme med på lønningslisten.

Bogen er bygget op med en indledning af fhv. præst, forfatter og redaktør Johs. Møllehave og derefter fem afsnit af henholdsvis præsten Mikkelt Wold, psykiateren Jørgen Due Madsen, Johs. Møllehave igen som præst, erhvervspsykologen Elsebeth Honoré, og filosofen Peter Thielst slutter.

Bogen giver naturligvis ingen enkle svar eller løsninger. Jeg ser et stort fremskridt i den rigtige retning ved udgivelsen af denne bog, men også nogle problemer ved at lade præsten drive sjælesorg ved sygesengen og især på de psykiatriske afdelinger. Det behandler jeg i min kommentar side 18 i dette nummer.



LAP landsmøde d. 19 - 20 maj 2000

Af Steffen Petersen

Landsforeningen af nuværende og tidligere psykiatribrugere (LAP) vokser nu ved hjælp af kollektive medlemsskaber. Fordelen er så indlysende både for LAP og de foreninger, der kollektivt melder sig ind, at der på den måde i dag er 15 kollektive medlemmer i LAP repræsenterende knapt 1.000 brugere. Af personlige medlemmer har LAP ca. 260 stk. Det var en af nyhederne, der kom frem på landsmødet på hotel Christiansminde i Svendborg d. 19. - 20. maj i år.

Første dag blev der nedsat 7 arbejdsgrupper til at planlægge og videreføre det arbejde, LAP startede ved stiftelsen maj sidste år og en lille arbejdsgruppe til at planlægge aftenens underholdning. De 7 grupper blev:

En gruppe der arbejdede på handlingsplanen, som skulle laves færdig på dagen. Derudover en række arbejdsgrupper som skulle arbejde med følgende punkter frem til næste landsmøde, herunder med:

- Medlemsbladet
- Selvbestemmelse og patientrettigheder
- Arbejdsmarked, uddannelse og revalidering
- Bivirkninger af psykofarmaka (fedmegruppe)
- Pensions- og sociallovgivning
- Supplement og alternativer til traditionel behandling

Handlingsplanen for år 2000 - 2001 blev:

1. At udvide antallet af individuelle og kollektive medlemmer ved at:
 - Synliggøre foreningen ved offentlige arrangementer
 - Udskrive en konkurrence blandt medlemmerne om at hverve nye medlemmer
 - Give og distribuere et kampagnenummer af Medlemsbladet
 - Skabe flere medlemsgoder (f.eks. kurser, sommerlejr)
2. At styrke arbejdet blandt medlemmer i lokalområder ved at:
 - Støtte oprettelsen af lokale (ex-)brugerorganisationer
 - Tilbyde kurser i organisationsarbejde.



Karl Back og Karin Lind, medlemmer af formandsskabet

Foto: Michael P. Krog

3. At udbygge foreningens internationale kontakter, d.v.s. medlemskab og deltagelse i NFSMH, ENUSP og deltagelse i udviklingen af WNUSP til en egentlig verdensorganisation.

4. At repræsentere vores synspunkter og søge disse fremmet i forhold til Folketinget, ministerier og offentlighed bl.a. ved at sikre foreningen høringsret ved lovgivning inden for vores interesseområder.

5. At udvikle og forankre tilbudet om juridisk rådgivning (og bistand i udvalgte enkeltsager) til foreningens medlemmer.

6. At sikre foreningens kortsigtede og langsigtede økonomi via fundraising fra offentlige og private ydere, medlemsbidrag, gaver og evt. indsamling/gallashow el.lign.

Der blev kun få ændringer og omformuleringer i forhold til den oprindelige handlingsplan 1999 - 2000. Endnu færre ændringer blev foretaget i Principprogrammet og Vedtægterne - nærmest kun opblødning eller præcisering af den oprindelige tekst.

Og så var de to dage gået med intens arbejde for de ca. 70 deltagere. Der blev ikke meget tid til at nyde hotellets smukke beliggenhed, men jeg tror alle fik deres del af hotellets flotte og rigelige anretninger. Vi er atter spredt over det ganske land, men foreningen og arbejdsgrupperne fortsætter arbejdet.

250 til idrætsfestival i Vejle

Sindslidende dystede og morede sig i Vejle

Reportage af Karlo Hansen

Idrætsfestival for sindslidende blev afviklet den 23-25 maj på Den Jydske Idrætshøjskole i Vejle for 6. år i træk. 250 sindslidende fra alle egne af landet mødte op for i tre dage at samles om idretten og ikke mindst det fællesskab og de oplevelser, som får stadig flere til at søge hertil. Selvom arrangementet koster 800 kr. foruden rejseudgifter, har det ikke sat en dæmper på antallet af ansøgere. Det er stadig stigende for hvert år, hvorfor man må være hurtigt ude med en ansøgning.

Idrætsfestivalen skal ifølge ansøgerne først og fremmest give deltagerne „et aktivt frikvarter“, hvor der i stedet for sygdom sættes fokus på fysisk aktivitet og samvær med andre. Derudover er det en appetitvækker til idrættens mange kvaliteter og muligheder. For nogle deltagere er det en stor overvindelse blot at deltage i et 3-dages arrangement, væk fra institution, hospital eller eget hjem - og for andre er festivalen kulminationen på lang tids træning og ønsket om at få opfyldt sportslige ambitioner.

Retter man spørgsmålet til brugerne, viser det sig, at adskillige har været igang med motionstræning i flere måneder. Således er der flere der erindrer, hvorledes humøret steg, da foråret rigtigt fik fat allerede midt i april. Her var gang- eller løbetræning et vigtigt påskud til rigtigt at komme ud i naturen og høre på fuglesang.

Oplevelser og godt kammeratskab

Bjarne Abrahamsen fra Rønne er 32 år og fortæller: -Stævnet er en god anledning til rejser på fastlandet med adgang til et godt kammeratskab og muligheden for nye venner. For os på Bornholm er rejsen jo lang. I år består holdet af fire brugere og to støtte-kontaktpersoner. I løbet af en sådan uge lærer vi jo hinanden godt at kende. Her på Idrætshøjskolen bor vi på to-mands-værelser og oplever på denne måde, at der er gang i den hele tiden.

At dette er en højskole, har vi i øvrigt mærket, ved at der om aftenen bliver sunget sange støttet af deltagere, der har deres musikinstrumenter med. At vi bor på Bornholm har ikke for mig betydet, at jeg isoleres. Jeg tror, vi kommer lige så meget rundt i landet, som man gør andre steder. Men vi har også den fordel, at vi kan få støtte til rejseudgiften hos Landsforeningen SIND.

Det årlige stævne her i Vejle betyder faktisk en hel del. Det er lidt lettere at dyrke motion i hverdagen.



Der var heftig floorballkamp i Vejle

Hjemme træner vi bl.a. floorball i en gymnastiksal, hvor man også har stavene til denne sport. En gang om året kommer vi i øvrigt til Glostrup, hvor vi dyrker idræt sammen med brugerne på Nordvang. Så på denne måde kan man vel godt sige, at idretten betyder noget for hvordan året forløber.

Disciplinerne jeg har meldt mig til i år er Ekkoløbene og floorball. Sammen med de andre fra Rønne nåede vi at spille tre kampe. Efter at arrangementet er slut har vi planer om en bytur i København inden fjergeren sejler. Det bliver nok til et besøg på en restaurant på Vesterbro.

Arrangørerne bag stævnet

Arbejdsgruppen bag festivalen består af medarbejdere fra psykiatrien, idrætsinstruktører og konsulenter med økonomisk og praktisk støtte fra Danmarks Idræts-Forbund. I forbindelse med en god og tryk afvikling af alle festivalens aktiviteter har 30 tidligere elever fra Den Jydske Idrætshøjskole i Vejle stillet sig til rådighed som dommere, tidtagere m.m.

Orientering

Religion og depression.

Religion indgår normalt ikke i psykiatriske undersøgelser, men der er dog for nylig i USA foretaget en grundig undersøgelse af 94 depressive personer (i alderen 60-69 år) og deres sygdomsforløb i relation til religion. Undersøgelsen viste, at de personer, der havde en indre religiøs overbevisning, hurtigere kom ud af depressionen end patienter uden en sådan overbevisning. Derimod var forløbet uafhængigt af ydre religiøse aktiviteter som kirkegang og private religiøse handlinger.

Kilde: Koenig og medarbejdere, Religiosity and remission of depression in medically ill older patients. American Journal of Psychiatry, april 1998, side 536-542

Kilde: Psykiatriinformation



Gud er godt selskab for kvinder

Forskning. Ensomhed er et stort problem for mange mennesker, og det er ikke alene et følelsesmæssigt problem, men også et sundhedsmæssigt problem, fordi mennesker, der lider af ensomhed, oftere får en sygdom - og når de bliver syge, er de længere om at blive raske.

Det viser sig også, at kvaliteten af de menneskelige kontakthold er vigtigere end kvantiteten. Det er vigtigere at have nogle få nærtstående, man har en dyb kontakt med end mange overfladiske bekendtskaber.

Tre amerikanske psykologer har også fundet frem til, at kvinder, der havde få kontakter, følte sig mindre ensomme, jo mere de følte sig knyttede til deres Gud. Det stik modsatte gjorde sig gældende for mænd. De, der troede på en Gud, følte sig mest ensomme. Forklaringen på sidstnævnte årsag kan formodentlig være, at religiøse

mænd føler sig anderledes end andre mænd. Det kan også tænkes, at det var de mænd, der i forvejen følte sig mest ensomme, der søgte "trøst" i religionen.

Kilde: Kirkpatrick, L.A., Shillito, D.J., & Kellas, S.L. (1999) Loneliness, social support, and perceived relationships with God. Journal of Social and Personal Relationships, 16 (4), 513-522.

Hentet fra Forsknings-Nyt fra psykologien, feb. 2000.

Oftere Skizofreni hos tvillinger

Forskning. Enæggede tvillinger udvikler ikke skizofreni hyppigere en gennemsnittet, men blandt tveæggede tvillinger er forekomsten 40 % større. Det viser en ny undersøgelse foretaget af læge Ulla kläning på afdeling for psykiatrisk demografi i Århus. Resultatet er overraskende og i modstrid med tidligere undersøgelser, påpeger afdelingens leder, overlæge Povl Munk-Jørgensen.

Kilde: Dagens Medicin



Psyriske lidelser giver søvnløshed

Søvnløshed kan skyldes alvorlige psyriske forstyrrelser. Ifølge amerikanske undersøgelser blev 57,4% af de patienter, der i 1995 og 1996 gik til lægen med deres søvnløshed, diagnosticeret som psykisk syge, blandt andet som skizofrene, og 31,7 % viste sig at have depressioner.

Kilde: Dagens Medicin

Kirken opruster i psykiatrien

Nu skal kirkens mening sælges som beroligende medicin under etiketten "Indsigt og Medfølelse". Det kom frem på PsykiatriFondens konference i april.

Kommentar af Steffen Petersen

Skal præster være tilknyttet de psykiatriske hospitaler og behandlingssteder i fremtiden? Det lod til at være ideen i nogle af indlæggene fredag d. 14. april på Handelshøjskolen – den sidste dag af Psykiatri-Uge 1 år 2000. OUTsideren har i flere år været forrest i kampen for respekt og forståelse for de religiøse menneskers integritet, når disse havner på et hospital for sindslidende. PsykiatriFonden er nu helt klart gået med i kampen for de sindslidendes ret til at have et religiøst ståsted ved dagens foredragsrække under titlen: "Hvad er meningen? Om livets store spørgsmål" med udgangspunkt i PsykiatriFondens nye bog: *Mening, indsigt og medfølelse* (anmeldelse andet sted i bladet).

Tro på evigheden hjælper

Psykiatrene har, især førhen, ikke villet forstå dette åndelige aspekt, men behandlet religionen som en ekstra sindslidelse. Nu har psykologer imidlertid fået en liden plads i behandlingssystemet. Det giver også håb for præster og filosoffer at få del i de penge, samfundet ofrer på de sindslidende.

Psykiaterne har været under svært pres, fordi patienterne nu er organiserede, så deres mening høres og tæller hos politikerne. Man er nødt til at gøre noget. Kan man berolige patientgruppen ved at slippe et par uskadelige præster ind, er det en god psykiatrisk løsning. Eller er det?

Johs. Møllehave brugte figurer fra Shakespeare for at skitsere, hvordan en dårlig samvittighed kan ødelægge et menneskes liv. Han pegede på, hvordan en sjælesøger (en præst) kan lytte og lytte og få "historien" fortalt på ny og på ny, næsten med de samme ord. Dermed er traumet ikke helet. Gentagelsen er en del af traumet, den er ikke i sig selv helbredende.

Tilsyneladende er præsten Johs. Møllehaves løsning at formidle troen på et kristent begreb, der går ud over de tre måske nedslående: fortid, nutid og fremtid, nemlig evigheden. Nu kan læseren spørge: Hvilken evighed? Er det på en sky som en engel eller er det i Helvede eller...?



Foto: Jette Nielsen

Den åndelige dimension gør mennesket til person

Præsten Mikkelt Wold kom ind på, at vor tids mentalitet kendetegnes af en markant individualisme. Denne individualisme er navnlig blevet muliggjort gennem traditionstabet og historieløsheden, mens forståelse af historie og tradition er noget, der bevarer menneskets identitet.

Det illustrerede Mikkelt Wold med henvisninger til psykiater Viktor Frankl's selvoplevelser som jøde i tyske koncentrationslejre fra bogen *Psykologi og Eksistens*. En aften bredte der sig det rygte i lejren, at et ukendt antal fanger skulle sendes til en anden lejr. Samme nat var der indbrud i lejrens bibliotek, hvor folk

sikrede sig små bidder af deres yndlingslitteratur. Det gjaldt om at sikre sig det, der fastholdt den sidste rest af identitet, det der gjorde dem til mennesker".

De to store religioner islam og kristendommen skildrer i hver deres hellige bog en frelse og et alternativ – en fortællelse. Der er nogle fra begge disse grupper "der lever efter bogen", så Mikkel Wold kunne have nævnt en anden gruppe, der sad i samme lejre helt frivilligt. Jøderne sad der, fordi de var jøder og kunne intet ændre ved dette. Men aviserne har afsløret, at der også sad en gruppe kristne, fordi de ikke ville være soldater p.g.a. deres kristne samvittighed. De ville heller ikke stoppe med at forkynde deres tro. De kunne være blevet løsladt ved at gå på kompromis, som de fleste andre "kristne" i Tyskland havde gjort, men de fleste i denne specielle gruppe bevarede deres identitet (kristen neutralitet), selvom nogle døde.

Det var sikkert klogt af præsten, at han ikke nævnte en sådan stærkt troende gruppe, for den form for kristendom er hverken for sindslidende eller danske folkekirkemedlemmer. Den er for krævende.

Frankl ser videre, at den ånd-løse skildring af mennesket er en væsentlig årsag til den nihilisme, som er en af nutidens store lidelser. Det er den åndelige dimension, som gør mennesket til person, dvs. bibringer det dets sande menneskelighed og når frem til, at samvittigheden peger ud over sig selv og hen på transcendenzen. Han går endda så vidt som til at hævde, at samvittigheden er forankret i det hinsidige.

Guds omsorg gennem et menneske

Nu begyndte Mikkel Wold at beskrive den sjælesorg, han gør sig til fortæller for. "Jeg vælger med vilje det gamle ord sjælesorg, fordi det ikke er det samme som samtaleterapi. Det er en formidling af Guds omsorg gennem et menneske". (Her kan hverken psykologer, filosoffer eller læger være med).

Den dybeste lidelse er, ifølge Mikkel Wold, følelsen af ikke at være elsket, og den største trøst, der overhovedet gives, er formidlingen af, at mennesket er elsket af Gud. Også for den, der har et sygt sind. Det betyder ikke, at forkyndelsen af Guds kærlighed erstatter en behandling, som den syge måske har brug for, men det betyder, at ingen kan blive til hele og raske mennesker uden visheden om at være elsket. Og når et menneske opdager Guds kærlighed, overvindes megen lidelse.

Så kom hans forklaring på, hvorfor og hvordan han ville sætte ind for at hjælpe de sindslidende: Med "Tro, håb og kærlighed" og at Guds rige er kommet til jorden, og at vi er Guds børn og kan tilhøre Gud helt og fuldt.

Problemer med folkekirkens forkyndelse

Nu er det jo ikke noget, Den Danske Folkekirke har patent på. Jeg kender ingen såkaldt kristen trosretning, der ikke siger noget lignende i forskellige uforenelige

variationer. Islam, jødedommen og andre ikke kristne religioner har også lignende ting på programmet selvfølgelig uden at ville anerkende Mikkel Wold's udlægning.

Jeg vil tro, at nogle fra disse trosretninger ville føle sig forulempede, hvis Mikkel Wold satte sig på kanten af deres sygeseng og formidlede Folkekirken's "tro". Nogle af ovennævnte har helt bestemt bevidst udmeldt sig af Folkekirken, fordi den ikke er rettroende nok.

Og hvordan vil f.eks. rettroende ateister, mormoner og scientologister tage det, når Folkekirken vil "forkynde" tro, håb og kærlighed for dem som indskrevne på et behandlingssted for sindslidelse, hvor de ikke kan lukke deres dør for præsten?

Mikkel Wold havde ikke dette problem. Hvis man vil udøve sjælesorg, vil det være uforsvarligt at undlade en beskrivelse af de forhold, som hindrer mennesket i at konfronteres med den åndelige dimension, vi ikke kan leve uden. Eller sagt med andre ord, man må tage imod Jesus som sin frelser. Sådan forstod jeg budskabet.

Mennesket er som en diamant

Næste taler var psykiater Jørgen Due Madsen. Han brugte sammenligningen med et menneske og en diamant, fordi begge kun viser deres skønhed set fra mange vinkler. For mennesket er der en psykiatrisk, sociologisk og en filosofisk vinkel, og intet kan ses og forstås ud fra et enkelt ståsted. En sådan holdning af redelig, ydmyg videnskabelighed gælder ikke bare forståelsen af mennesket, men endnu mere over for tilværelsens store spørgsmål:

Hvorfra kommer vi? Hvorfor er vi her? Hvad er meningen? Hvor er vi på vej hen? De store eksistentielle spørgsmål har egentlig kun religiøse svar. Også et reflekteret og bevidst ateistisk valg er i grunden et religiøst svar. Mennesker i en kristen kultur tager ofte andre valg end mennesker, der lever i en muslimsk eller en ateistisk kultur.

Menneskelivet stiller også mange andre spørgsmål, som kræver stillingtagen, og bliver valgene vanskelige, kan man få eksistentielle problemer. Og så nævnte Jørgen Due Madsen en reel fare: Man står som fagperson let i stor fare for at blive reduktionist, dvs. reducere de fænomener, som man vil beskrive og forstå, til ikke at være andet og mere end det, man selv og ens fag forstår. F.eks. kan man som psykiater stå i fare for at reducere et menneske til en diagnose.

Når filosofierne på dagens program var endnu mere udflydende, er det fordi de ikke må have en mening, men tværtimod bevise, hvordan ord, begreber og sætninger kan ses fra utallige vinkler. Alt dette er meget vigtigt at tage op til debat, og så må religionen, filosofien, psykologerne og psykiaterne finde en fornuftig vej sammen med deres patienter.

Endelig sker der noget på en front, hvor OUTsideren i årevis har kæmpet for brugernes rettigheder.



Debat

Skrig *din vrede* **UD**

Kirsten Ahlmann Jensen udtrykker sin vrede konstruktivt, som en metode til at bearbejde sine depressioner.

Af Kirsten Ahlmann Jensen.



Kirsten A. Jensen.

For nogle år siden var jeg med min daværende mand på udflugt til et bjerg i Nordengland. Bjerget var en udløber af The Lower Pennines, der kommer ned fra Skotland, og vi var gået op på en bjergtop tæt ved byen, hvor vi boede. Udsigten var så smuk, og der var så dejligt deroppe. Vi var

bare os to dér i ødemarken.

Pludselig gik det op for mig, at jeg gik og brølede - ! Altså hver gang jeg ville sige noget til min mand, råbte jeg med høj stemme. Han var jo ganske tæt på, men alligevel måtte jeg råbe højt. Det spekulerede jeg over, da vi kom hjem. Hvorfor havde jeg ikke kunnet tale almindeligt dér oppe på den øde bjergtop? Jo, gik det op for mig: Jeg trængte til at råbe rigtigt højt. Det havde jeg ikke gjort, siden jeg var barn og vel knap nok dér. Jeg gik og bar på nogle gamle skrig, jeg skulle have skrevet, mens tid var. Jeg bar på en masse vrede råb, jeg aldrig havde brugt. Mange af dem gjaldt mine forældre og netop min eksmand.

Pæne piger råber ikke

Men det gør man jo ikke... Man går ikke og råber op til daglig i det danske samfund i dag. Især ikke, hvis man er en pæn pige eller et høfligt menneske. Nogle gange gør man det måske - men det eneste sted, man føler sig tryk nok til at gøre det, er på hjemmefronten. Så går det ud over kæresten og familien. Eller også springer ballonen dag, og man gør det uden at kunne styre sig. Så bliver man måske indlagt på en lukket afdeling.

Så - da jeg kom ned af bjerget (forstå mig ret -), luk-

kede jeg for mine råb igen. Ingen af de ovenfor nævnte dele havde jeg lyst til, så jeg opførte mig igen normalt og gik og passede hverdagen og forsøgte at tale pænt til folk.

Besvær med at sige fra

Få år efter fik jeg en depression. Den varede i tre år. I denne periode begyndte jeg at arbejde med selvudvikling. Det gik op for mig, at jeg havde meget svært ved at sige konstruktivt fra og sætte grænser. Dette havde jeg lyst til at lære, så jeg begyndte at øve mig og blev efterhånden bedre og bedre til det. I begyndelsen skabte det stor angst i mig. Men jeg havde ikke lyst til at få flere depressioner på grund af undertrykt vrede, så jeg tog angsten med og gennemlevede den.

- Men der havde været mange gange i fortiden, hvor jeg var blevet vred uden at have lagt mærke til det. - Det kan man nemlig godt. Jeg havde i mange år været den pæne pige. Al denne vrede sad gemt i mig stadigvæk. Efterhånden, som jeg lærte at sige fra, blev denne vrede „presset“ udefter. Jeg kom til et punkt, hvor jeg måtte af med den på en konstruktiv - og ikke destruktiv - måde. På dette tidspunkt blev jeg indlagt på Vordingborg Amtshospital. Her var chancen! For der er nemlig ét sted i det danske land, hvor man roligt kan give sig til at råbe og skrig og skabe sig tosset. Nemlig her!

Jeg skreg de mest krasborstige ting

På et psykiatrisk hospital - især ude i den store have - er der mulighed for, at man kan give den gas. Og jeg måtte af med vreden! Så jeg gik - over flere perioder efterhånden som vreden kom frem i mig - ned i det bagerste hjørne af haven. Her skreg jeg af hjertens lyst.

Ih, hvor det lettede! Jeg råbte de mest afsindige, krasbørstige ting mod mine forældre og mine tidligere kærestes. - Jo, jeg elsker mine forældre meget højt. Derfor havde jeg heller ikke lyst til at sige disse ting til dem ansigt til ansigt. Men ud måtte det. Ikke, måske, fordi de havde været særligt slemme eller værre end andre forældre. Men også jeg er et almindeligt menneske, der rummer mørke sider, hvor jeg derfor også rummer nogle meget, meget slemme ord og sætninger. Dette mørke var det, der i sin tid viste sig som en depression. Men lys kom der netop til det ved, at jeg bearbejdede vreden på denne måde.

Ok - der kom til at stå i mine papirer fra hospitalet til kommunen, at jeg havde behov for „skrigeture på terrænet“. Det virkede som en del af min sygdom, at jeg gjorde det. Men jeg fik det bedre og blev endnu bedre til at sige fra.

Jeg skal skride, hvor må jeg gøre det?

Det krævede mod at gøre det. Virkelig at spille rollen som den tossede, der stod og galede i haven. Men det var meget vigtigt for mig ikke at få en depression igen. Ofte kommer depressioner igen efter nogle år. Ofte bliver de værre og værre. Som jeg ser det, bliver de selvfølgelig værre, fordi man opsparer mere og mere vrede.

Det vakte også opmærksomhed! Jeg havde lige skiftet fra en lukket til en åben afdeling, og det påvirkede mig. Kort efter, jeg var kommet ind på den åbne afdeling, sagde jeg til personalet:

„Jeg skal skride! Hvor må jeg gøre det?“

„Gå ind i elevatoren!“ var svaret. Men - o vé - elevatoren var foret med metal, der gav en glimrende akustik og genlyd over de nærmeste to - tre afdelinger! Det måtte jeg høre en del for... Men princippet i det står jeg ved.

Kirken undertrykker vreden

Hvad er det, der er galt med vores vrede i det danske samfund? Jeg har kirken og dens traditionelle forkyndelse mistænkt for at bære sin del af skylden:

„Slår nogen dig på den ene kind, så byd også den anden til.“ (Lukasev. 6. kap. v. 29.) - dén sætning, tror jeg, har gjort stor skade i nordeuropæiske, kristne samfund. Jeg tror, den er blevet opfattet, som om man nærmest skulle være masochist. Men jeg tror slet ikke, det var det, Jesus mente. Jeg vælger at tolke det på en anden måde: Jeg tror, at Jesus mente, at hvis der var nogen, der slog én, skulle man dreje om på hælen og derefter vende den anden kind til og derefter ryggen. Simplethen gå sin vej, så konflikten ikke skulle udarte, og man kom i slagsmål. Derefter kan det være, Jesus har ment, at man skulle bearbejde sin vrede konstruktivt, så man næste gang, man mødte vedkommende, kunne sige ordentligt fra. Det tror jeg. Sådan vælger jeg at se på det.

Som jeg skrev i artiklen i maj - nummeret af OUTsideren: Der er meget livskraft gemt i en vrede, der



udtrykkes konstruktivt. Så kunne der komme mere livskraft ind i det psykiatriske system, hvor jeg stadig synes, den lader meget tilbage at ønske. Så ville der efterhånden blive plads til lys og glæde også her.

ER PSYKIATRIEN ÅBEN FOR ET PARADIGMESKIFT?

Paneldebat 12/9 kl. 19.00 Valby medborgerhus
BUPS og Livsgnistens arrangerer debat med læge og psykoterapeut Jannie Helle, Psykiater Jacob Branner, Can. Phil. i musik og blomsterterapeut Lene Ravn, Psykiater Gustav Hansen, og sidst men ikke mindst vil der være en tidligere eller nuværende psykiatrisk patient.

Merete Gundersen, stifteren af institut for spirituel vækst, vil lede debatmødet.

Livsgnistens hjemmeside:
www.livsgnisten.mobilixnet.dk
Email: livsgnisten99@forum.dk

Masser af kritisk debat i SIND

Landsformand Bente Djørup svarer på Poul Milberg Petersens kritik og lederen i OUTsiderens marts/april udgave.

Af landsformand Bente Djørup, Landsforeningen SIND



Bente Djørup.

Tak for muligheden for at svare på nogle af de påstande, som SINDs kredsformand i Københavns Amt, Poul Milberg Petersen, fremsatte i OUTsideren nr. 24.

"Kritisk debat er grundlaget i demokratiet", skriver OUTsideren i sin overskrift. Helt enig og meget gerne. Men hvordan føre en kritisk debat med PMP, når han udebliver fra aftalte og skriftligt indkaldte møder, hvor SINDs forretningsudvalg og et antal interesserede bestyrelsesmedlemmer fra Amtskredsene møder op for at drøfte eventuelle problemer.

Masser af demokrati i SIND

I øvrigt har vi masser af demokrati i Landsforeningen SIND i form af tillidsfolk valgt af og iblandt vore medlemmer, der kan være sindslidende, pårørende og andre interesserede. De overordnede retningslinier for SINDs virksomhed besluttet af Landsmødet af delegerede hvert andet år inden for rammerne af formålsparagraffen. Den handler om at være med til at skabe større forståelse og tolerance i vort samfund for sindslidende og deres pårørende samt at tage og støtte initiativer med henblik på trivsel, forebyggelse og helbredelse. I Hovedbestyrelsen, der er det næste led, er alle Amtskredsene repræsenteret. HB mødes mindst fire gange om året for at sørge for, at Landsmødets beslutninger bliver til handlinger og politikker. Forretningsudvalget mødes mindst én gang om måneden som landsforeningens daglige ledelse bistået af sekretariatet i København.

Jeg har meget svært ved at se, at et så udbygget, repræsentativt demokrati kan betegnes med ordene „tiltagende centralisering og politisk styring“. Det er også en urimelig nedvurdering, som jeg er sikker på, vore mange, valgte tillidsfolk meget vil have sig frabedt, og det har jeg det helt fint med.

Der er i øvrigt nok ikke mange andre foreninger, der som SIND er åbne for offentlig deltagelse for ikke-medlemmer og med taleret for alle Landsforenin-

Betrægter SIND andre aktører som TRUSLER?

En udvalgt kommentar under titlen *and som også kan ses i SINDs hjemmeside. De bliver offentliggjort her som svar på artiklen i OUTsideren nr. 24, som Poul Milberg Petersen har skrevet.*

af Poul Milberg Petersen

SIND leder og HB

SINDs leder og HB er valgt af medlemmerne i SINDs kredsformand i Københavns Amt, Poul Milberg Petersen, fremsatte i OUTsideren nr. 24.

"Kritisk debat er grundlaget i demokratiet", skriver OUTsideren i sin overskrift. Helt enig og meget gerne.

Men hvordan føre en kritisk debat med PMP, når han udebliver fra aftalte og skriftligt indkaldte møder, hvor SINDs forretningsudvalg og et antal interesserede bestyrelsesmedlemmer fra Amtskredsene møder op for at drøfte eventuelle problemer.

Jeg har meget svært ved at se, at et så udbygget, repræsentativt demokrati kan betegnes med ordene „tiltagende centralisering og politisk styring“. Det er også en urimelig nedvurdering, som jeg er sikker på, vore mange, valgte tillidsfolk meget vil have sig frabedt, og det har jeg det helt fint med.

Der er i øvrigt nok ikke mange andre foreninger, der som SIND er åbne for offentlig deltagelse for ikke-medlemmer og med taleret for alle Landsforenin-

gens medlemmer i generalforsamlinger i Amtskredse og Lokalforeninger, og hvor alle medlemmer kan deltage med taleret i Landsmøder, der er foreningens øverste myndighed.

Læg venligst mærke til formuleringen af SINDs formålsparagraf, hvor der udtrykkelig står, at landsforeningen kan „være med til at skabe „og „støtte initiativer“. Altså ikke nogen „vi-alene-vide-holdning“. Vi kan være initiativtagere og stå for forskellige former for SIND-aktiviteter, så længe det er det mest hensigtsmæssige, og vi kan lade initiativerne køre videre udenfor landsforeningens rammer, hvis det viser sig at være bedre, måske som et ønske fra brugerne.

Hovedbestyrelsen har naturligvis godkendt et sæt regler for skoler, opholdssteder, genbrugsbutikker og mange andre SIND-aktiviteter, hvis de ønsker at bruge SIND-navnet og have adgang til at få vejledning og

for at få adgang til at få vejledning og

for at få adgang til at få vejledning og

for at få adgang til at få vejledning og

for at få adgang til at få vejledning og

for at få adgang til at få vejledning og

for at få adgang til at få vejledning og

for at få adgang til at få vejledning og

for at få adgang til at få vejledning og

for at få adgang til at få vejledning og

for at få adgang til at få vejledning og

for at få adgang til at få vejledning og

for at få adgang til at få vejledning og

for at få adgang til at få vejledning og

for at få adgang til at få vejledning og

for at få adgang til at få vejledning og

for at få adgang til at få vejledning og

for at få adgang til at få vejledning og

for at få adgang til at få vejledning og

Poul Milbergs artikel i OUTsideren nr. 24

gens medlemmer i generalforsamlinger i Amtskredse og Lokalforeninger, og hvor alle medlemmer kan deltage med taleret i Landsmøder, der er foreningens øverste myndighed.

Ikke nogen "vi-alene-vide-holdning"

Læg venligst mærke til formuleringen af SINDs formålsparagraf, hvor der udtrykkelig står, at landsforeningen kan „være med til at skabe „og „støtte initiativer“. Altså ikke nogen „vi-alene-vide-holdning“. Vi kan være initiativtagere og stå for forskellige former for SIND-aktiviteter, så længe det er det mest hensigtsmæssige, og vi kan lade initiativerne køre videre udenfor landsforeningens rammer, hvis det viser sig at være bedre, måske som et ønske fra brugerne.

Hovedbestyrelsen har naturligvis godkendt et sæt regler for skoler, opholdssteder, genbrugsbutikker og mange andre SIND-aktiviteter, hvis de ønsker at bruge SIND-navnet og have adgang til at få vejledning og

måske økonomisk støtte gennem Landsforeningen. Det er vist helt almindeligt og rimeligt nok inden for en forening med så mange decentrale aktiviteter som SIND i et så følsomt område som psykiatrien, der til alle tider har været og fortsat vil være i offentlighedens søgelys og genstand for uenighed om den rette kurs, især blandt de såkaldte eksperter. Der har været flere SIND-skoler end nu, men vi har fortsat et udmærket samarbejde med nogle af de skoler, der har valgt en anden organisationsform og dermed et andet navn.

Vil bevare en bid af kagen

Som enhver anden forening drøfter vi med mellemrum spørgsmålet om loyalitet. Vi har blandt andet drøftet, hvor mange og hvilke foreninger et SINDbestyrelsesmedlem også kan sidde i bestyrelsen af, når det er en realitet, at områdets foreninger har forskellige formål og forskellige måder at skaffe sig penge på? SIND tager f.eks. modsat visse andre foreninger afstand fra givtige annoncer fra medicinalvirksomheder. Den holdning kan naturligvis diskuteres, og det har vi netop gjort igen i Hovedbestyrelsen, der besluttede at fortsætte med den hidtidige praksis.

Og da de offentlige bevillinger har en bestemt størrelse til deling mellem alle dem, der ønsker en andel - og det bliver flere og flere - kan man vel ikke bebrejde SIND, at vi forsøger at bevare vores bid af kagen i stedet for at overlade pengene til andre foreninger, hvis formål og arbejde måske strider mod vore medlemmers interesser. Enhver anden holdning vil være i direkte modstrid med de formål, vore medlemmer har besluttet, at vi skal fremme.

Vi føler os ikke truet

Det betyder ikke, at vi føler os truede, eller at vi vil bekæmpe alle andre foreninger på området, og vi har vel stort set en eller anden form for samarbejde med de fleste af dem.

Lidt tilbage til det med annoncerne og den slags: Vort medlems-

blad modtager en masse opfordringer til - med eller uden betaling - at bekendtgøre indbydelser til kurser og møder og bunker af boganmeldelser og lignende. Men vi er nødt til at prioritere benhårdt, for ellers går det ud over pladsen til det bladstof, som vore medlemmer ønsker og forventer. Alt sammen på de 24 sider pr. nummer, som vi har budget til. Det er selvfølgelig smigrende, at PMP sammenligner vores blad, der udkommer 6 gange om året med 24 sider, med andre fagblade, blandt andet „Sygeplejersken“, der udkommer 52 gange om året med mere end 100 sider pr. nummer.

Afsluttende vil jeg tillade mig at fortælle OUTsiderens læsere, hvoraf en del er medlemmer af SIND, at mens mange andre foreninger konstaterer en betydelig nedgang i medlemstal gennem de senere år, så holder vi skansen. Der er selvfølgelig en vis afgang og tilgang, men vi nægter at tage de mange „gamle“ medlemmers trofasthed og de nye medlemmers interesse som udtryk for, at der er noget galt med demokratiet i SIND, selv om vi naturligvis ikke kan gøre alle tilfreds.



Støtte og Kontakt Centeret Tlf. 3314 9841

Døgnrådgivning

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

Vi tilbyder juridisk, ps

Café 24

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.

Støtte Kontakt Personer.

Du kan få hjælp i hverdagen helt anonymt og gratis.

Linnésgade 24²

1361 Kbh. K.

Behandlere der står i vejen for brugeren

Blæksprutter og Stenfjæs

Behandlere med lavt selvværd og svag faglig integritet udgør en trussel mod brugerens selvbestemmelsesret og mulighed for personlig vækst, fordi de "ubevidst" fastholder dem i patientrollen.

Af Kenneth Sørensen; Socialpædagog
konsulent på OUTsideren

Behandlerne, og her inkluderes alle faggrupper i psykiatrien inklusiv socialarbejderne, taler ofte om de problemstillinger, der hindrer brugerne i at få fuld herredømme over eget liv. Når det sker, så har vi en stærk tendens til at fokusere på brugernes "manglende" evne til at tage fuldt ansvar for deres liv. Vi kan finde mange årsager: medicinering, institutionalisering, angst, sårbarhed, selvfordømmelse osv.

Men sjældent retter vi det diagnostiske blik mod egne svagheder. Det på trods af at vi hæver vores løn, fordi vi angiveligt skulle gøre en forskel i de sårbares liv. Men hvordan kan vi tro, at man kan hjælpe andre til større indflydelse på deres liv, hvis vi selv er blinde over for vore egne personlige og faglige svagheder? Faglige og personlige svagheder der kan få alvorlige konsekvenser for brugernes selvbestemmelse, fordi behandleren i værste fald bliver en barriere for de psykisk sårbare og deres evne til at erobre herredømmet over eget liv.

Behandlerens faglige og personlige svagheder (defineres senere) kan skabe en kontaktbarriere over for de mennesker vi arbejder med. Kontakt er en forudsætning for alt arbejde, hvor mennesker er involveret, indenfor og udenfor det psykiatriske system. En behandler, der ikke kan skabe kontakt til brugerne, har ingen mulighed for at deltage i deres healings- og selvudviklingsprocesser. Så enkelt er det. Kontaktetablering er det grundlag, som alle personalegrupper må arbejde ud fra, fordi alt arbejde med psykisk sårbare først og fremmest kræver, at man kan opbygge en god relation. I værste fald kan behandlerens manglende kontaktevner resultere i et direkte svigt over for de grupper, han/hun skal arbejde sammen med. Jeg vil i det følgende koncentrere mig om at problematisere konsekvenserne af vores personlige svagheder, fordi det ofte ikke er noget, der stilles skarpt på.

Personlige forudsætninger

At arbejde med psykisk sårbare fordrer en stærk og afklaret identitet hos behandlerne. De skal ind og etablere de tillidsbroer, der er forudsætningen for den be-

handlingsmæssige indsats. Det er velkendt, at mange brugeres tillid til systemet og deres medmennesker har lidt en række alvorlige knæk. Det har ofte fået dem til at isolere sig med en række sociale og personlige konsekvenser til følge. I værste fald kan der være tale om egentlige sindssammenbrud.

At nærme sig disse mennesker, specielt når det foregår i deres eget hjem, kræver udover en høj etik også en række helt specielle kompetencer. Kompetencer der efter min mening ikke i tilstrækkelig grad udvikles på uddannelsesinstitutionerne eller overhovedet tilstræbes.

Personlig integritet er en helt nødvendig forudsætning i dette arbejde og kan defineres som oplevelsen af at være et afgrænset individ, der kender sine muligheder og begrænsninger og virker optimalt inden for disse. En behandler med personlig integritet er naturligt hvilende i sig selv, behøver ikke bevise noget og kan møde andre i øjenhøjde.

Personlig integritet forudsætter et robust selvværd, der kommer af at kende sin egne værdier og påskønne sig selv for dem. Er disse kompetencer ikke tilstrækkeligt udviklede, så kan det få afgørende indflydelse på kontaktarbejdet, og hvis jeg skal sætte det på spidsen - *behandlere med selvværdsproblemer er en ulykke i arbejdet.*

Faglig integritet er en ligeså væsentlig ressource. Det er evnen til at kunne beskrive sit fags teorier og omsætte det til praksis. Man må kunne afgrænse sig i forhold til andre personalegrupper, vide at lægen har den biologiske kompetence, psykologen den terapeutiske, socialrådgiveren den lovgivningsmæssige og pædagogen den sociale. I modsat fald har vi de tilfælde, hvor f.eks. velmenende, men dybt uprofessionelle socialarbejdere laver privat terapi på deres brugere.

Jeg har for eksemplets skyld sammensat to karikerede personlighedstyper, der begge har problemer med det faglige og personlige selvværd. Jeg har kaldt dem for henholdsvis "Blæksprutten" og "Stenfjæs". Få af os er supermænd/kvinder, så mon ikke de fleste kan genkende en snert af nedenstående.

Blæksprutten er et sky dyr

Normalt er betegnelsen blæksprutte et plusord, man forbinder med et menneske, der kan gå ind i mange varierede arbejdsopgaver.

Men i naturen er Blæksprutten et meget sky dyr, som gemmer sig bag et røgslør, når de flygter fra en fare. De gemmer sig i klippe-spalter og koralrev, og fra denne tilbagetrukne position søger de deres byttedyr. Men når først de har udset sig deres bytte, så holder de fast med deres mange arme og sugekopper. Jeg tør vædde på, at der er brugere, som har været kvælningsdøden nær, når de menneskelige typer af denne art har slået til på værestedet, i hjemmet og på den psykiatriske afdeling.

"Blæksprutten" er måske typen der er gået ind i socialt arbejde, fordi de selv har haft en dårlig barndom og nu ønsker at gøre en forskel, selvom de grundlæggende set ikke har fået styr på deres egne problemer.

Blæksprutter er konfliktsky

Deres selvværdsproblemer har gjort dem så sårbare, at de ikke kan stå klart frem for deres omgivelser. De er konfliktsky og gemmer sig ofte bag en venlig og imødekommende facade, der sjældent taler andre imod. De er et spejlbillede af deres omgivelser. Som en anden kamæleon tilpasser de deres holdninger og adfærd efter den tilstedeværende kultur.

Uanset hvor rabiate og ekstreme holdninger de møder, så evner de ikke at give deres omgivelser brugeren en konkret feed back med deres egne holdninger. Enten af angst for at brugeren ikke længere skal kunne lide dem, eller fordi de ikke følelsesmæssigt kan bære den adskillelse, som holdningsforskelle umiddelbart kan forårsage. Der kan også være en angst for ikke at kunne argumentere for sine meninger, fordi brugeren enten er klogere end én selv, eller man blot ikke er afklaret på sine holdninger. Men uanset hvad, så er denne karaktersvagthed medvirkende til, at der ikke skabes et medmenneskeligt møde, hvor to parter kan reflektere over hinandens virkeligheder. Sagt med andre ord, så er der en barriere for kontaktetablering.

Disse mennesker er især et problem for gruppen af psykisk sårbare, fordi de fremstår grænseløse og sender uklare signaler ud, som særligt sensitive mennesker opfanger lynhurtigt. Blæksprutter tror, at kontakt skabes gennem en art underkastelse, hvor man tilsyneladende bekræfter brugeren i alle deres antagelser. Men denne kontakt er ikke et ægte møde



mellem medmennesker, det er en pseudokontakt, der ikke hjælper nogen, og ofte baserer den sig på en følelse af overlegenhed.

Det er nemlig paradoksalt, at folk med selvværdsproblemer ofte har mindreværd i forhold til sig selv, men mereværd i forhold til andre, som de antager står længere nede på deres interne rangstige. En overlegenhed der ynker den anden og i bund og grund er respektløs, fordi den antager, at brugeren ikke kan tåle at blive sagt imod.

Sandheden er, at langt de fleste mennesker foretrækker ærlige og ligefremme personer, der tør stå ved sig selv, men samtidig signalerer at de respekterer andres ret til at udtrykke sig. Vi foretrækker det, fordi det giver os lejlighed til at reflektere over os selv, og det giver os mulighed for at udvikle os. Det er faktisk det stof, som de gode relationer er opbygget af.

Grænseløse personer har det endvidere med at gøre de mest sårbare utrygge, fordi de selv kan have problemer med grænserne.

Blæksprutter holder fast

Blæksprutter er afhængige af popularitet, fordi de ikke påskønner sig selv. De bruger derfor ubevidst brugeren som sutteklud. Brugers afhængighed giver (pseudo) selvværd, fordi selve relationen er defineret i et magtforhold, hvor Blæksprutten, som den store moder, kan spille rollen som den gode, der hjælper den svage. Efterhånden som relationen "udvikler" sig, eller nærmere

regredierer til et decideret mor/barn forhold, tiltager Blækspruttens magt over brugeren – der nu selv bliver brugt. Der er især en oplagt fare for, at disse relationer etableres i miljøer, hvor behandleren arbejder i brugerens intime miljø, og hvor den kollegiale kontrol er sat ud af spillet. Blæksprutter har svært ved at give slip på sin klient, fordi han/hun har brug for brugeren til at afstive sin egen sårbare identitet. Det siger sig selv, at under disse forhold er der svære vilkår for helings- og selvudviklingsprocesser.

Blæksprutter sætter følelser over faglighed

Det følelsesmæssige samvær sættes højt af Blæksprutter, fordi det giver dem lejlighed til at opleve den tryghed, som de ikke kendte til i deres barndom og, i værste fald, deres nuværende privatsfære. Deres egne ubearbejdede oplevelser giver dem et ubevidst behov for at dykke ned i brugerens undertiden intime problemer. Det kan udarte sig til ren følelsspomografi, hvor behandleren spørger ind til følelsesmættede oplevelser i brugerens liv. Det sker uden at stille sig selv det spørgsmål, om man er kvalificeret til at afdække de pinefulde omstændigheder. Det er da heller ikke for brugerens skyld, at Blæksprutter udviser den store interesse for brugernes følelsesliv. Interessen er i højere grad båret af en fascination, der udspringer af samme drifter, der holder den kulørte presse kørende. Dette kombineret med et ubevidst behov for at forløse sine egne komplekse følelser ved at overføre dem på et medmenneske. Det semiterapeutiske forhold kan gøre ubodelig skade, dels fordi det sniges ind ad bagdøren, men også fordi Blæksprutterne ikke har de terapeutiske redskaber, der kræves i et sådant forhold. Grænsen mellem en personlig og privat relation overskrides uden tanke for de konsekvenser som indtræder, når pseudovenskabet brydes ved f.eks. jobskifte.

Stenfjæs – sætter "faglighed" over følelser

Det forholder sig helt anderledes med Stenfjæs (stoneface). Denne behandler har grundlæggende de selv samme karakterproblemer som Blæksprutter, men har valgt en helt anden strategi, som vel at



mærke umuliggør etableringen af sunde kontakter.

Stenfjæs gemmer sig bag en distanceret "pseudoprofessionel" maske, der med sikkerhed holder enhver intimitetssøgende personage på afstand. Stenfjæs formår på trods af deres kølighed at opretholde en godt nok overfladisk venlighed, der signalerer imødekommenhed overfor især praktiske spørgsmål. Stenfjæs har som overlevelsesstrategi valgt at distancere sig fra deres følelser, men det koster på de personlige følelsers alter. Kontaktevnen reduceres til det formelle, og personligheden låses fast i en stiv maske og et fastlagt rollemønster. Stenfjæs føler sig bedst tilpas i institutionslignende rammer, hvor der er klare regler for brugernes og personalets adfærd. De tænker primært i diagnoser, for så er de fri for at forholde sig til mennesket bag diagnosen. Enhver kritik fra brugerne kan med overlegen gestus affærdiges som et symptom på brugernes psykiske tilstand. Ikke få er de brugere, som har fået udvidet deres psykiatriske diagnose, fordi personalet ikke følelsesmæssigt har kunnet magte kritikken. Det virker selvfølgelig også fandens begavet, når man kan slynge om sig med fagterminologi og med et intellektuelt snuoptag formår at isolere problemstillingen udenfor sig selv.

Stenfjæs elsker uniformer og regulativer

Stenfjæs elsker alt, der beskytter ham mod nærkontakt af enhver art. På et tidspunkt hørte jeg en sygehjælper beklage sig over, at man havde smidt uniformen på det sted, hvor han arbejdede. Han havde mistet en beskyttelse, så det nu var sværere ikke at tage patienternes



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

- er et hyggeligt, økologisk gartneri beliggende i den lille landsby, Vadsby, tæt på Sengeløse og Taastrup. I egen minibus 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.



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

kritik og vrede personligt. Det er selvfølgelig også pokers besværligt, at man ikke kan iføre sig et usårigheds-kostume, hver morgen man møder på sit arbejde.

Stenfjæs er nøjagtig ligeså konfliktsky som Blæksprutter. Men hvor Blæksprutterne løser det gennem underdanighed, så tager Stenfjæs regulativerne til hjælp. Enhver konfrontation løses ved at henvise til regler, der er vedtaget af andre, og som man ikke selv har ansvaret for. Hvis brugeren bare har bevaret en smule selvopholdelsesdrift, så oplever de utvivlsomt at være låst fast i en labyrint uden mulighed for individuel afvigelse. Stenfjæs bolttrer sig i rammer, der er fastlagte, og hvor der er afsat specielle tidsrum til samtale med de syge, såkaldt "dangertime". Uden for disse farlige tidsrum sørger Stenfjæs for at være travlt optaget med i bedste fald ingenting. Travlhed er som bekendt det bedste svar mod nærkontakt.

Stenfjæs har særdeles svært ved at forholde sig personligt til brugere såvel som overordnede. De er generelt autoritetstro, for de har ringe forudsætninger for at tage selvstændig stillingtagen. De tilpasser sig til institutionens jargon og ledende kræfter, for "så er man jo på den sikre side". De lever nærmest i et institutionaliseret kastesystem, hvor hver gruppe har sin plads og sin opgave.

Det er i disse miljøer brugerne oplever, at den bed-

ste kontakt, de kan få, er med rengøringsdamen, som gerne tager sig tid til en smøg og en kop kaffe.

Evnen til selvrefleksion må udvikles

Hvad er så løsningen på ovenstående problemer. For det første at uddannelsesinstitutionerne søger at udvikle hele mennesket. Man kan stoppe nok så meget teori i hovedet på folk, men det får man ikke nødvendigvis bedre mennesker ud af. Man bør konfrontere de studerende, som har problemer med at begå sig socialt under studiet, har svært ved at argumentere for deres holdninger eller udviser forringet evne til indlevelse.

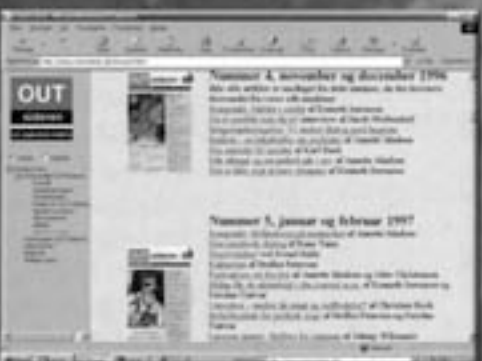
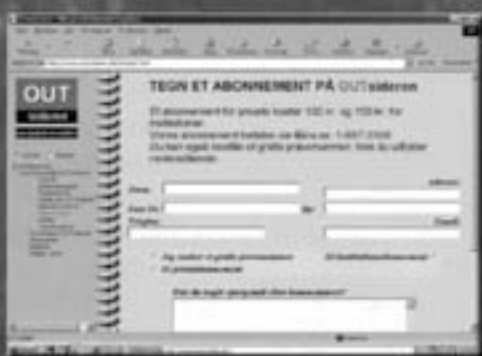
Der burde indføres en art tillempet gruppesupervision på alle studier, som forsøgte at håndtere disse problemstillinger. Ude på arbejdspladserne bør der være en pligt til at indføre supervision. Selvrefleksion og evne til at bearbejde og rumme egne følelser må udvikles, så behandleren ikke stivner i en formel rolle, eller at rollen som Mr. Smiling Face tager over. Endelig må der træning i holdningsbearbejdelse til. At tro man kan kvalificere sig til at arbejde med mennesker alene ud fra en biologisk synsvinkel er utopi.

Til denne side af uddannelsen vil jeg anbefale bogen: Sårbarhedsskabende træk i det moderne samfund af Søren Juul udgivet på Socialforskningsinstituttets forlag.

Tegn abonnement på OUTsideren



Besøg vores hjemmeside



Gamle OUTsidere



Åben i tidsrummet 10 - 16 alle hverdage
Prinsesse Charlottesgade 28. 2200 København N.
Telefon & Faz. 35 39 71 24.