

Forstandere gør op med synet på sindslidende

Ni forstandere fra psykiatriske bosteder stifter et nyt selskab, fordi behandlingen af psykiske syge fastholder folk i sygdom.

GITTE SVANHOLM

Jeg har prøvet alt«, skrev Olga Runciman i sit afskedsbrev til familien.

Den 43-årige psykiatriske sygeplejerske Olga Runciman havde besluttet sig for at begå selvmord, efter at hun selv havde været igennem et psykiatrisk forløb, hvor hun var indlagt syv måneder på den lukkede afdeling på Frederiksberg Hospital og efterfølgende bruger af det psykiatriske system i otte år. Hun havde prøvet alle piller i de psykiatriske medicinske og tog 37 kilo på af dem. Hun havde mistet jobbet, vennerne og sin evne til at tænke klart.

»Mit liv brasede sammen, og jeg mistede alt«, fortæller Olga Runciman, der i dag er 47 år.

Mennesker med sindslidelser er dagligt udsat for manglende forståelse, stigmatisering og krænkelse af deres rettigheder. Det mener en gruppe af forstandere fra psykiatriske bosteder i Københavnsområdet, og det vil de nu gøre op med. Forstanderne vil ikke acceptere, at beboerne på de psykiatriske bosteder kan leve et liv, hvor de tøffer rundt i badekåbe uden forventninger. For det slår de sindslidendes kompetencer itu. Og det skal også være slut med at aflede dem med ludoterapi, når de bliver urolige.

Sammen er forstanderne ved at opbygge Dansk Selskab for Psykisk Rehabilitering. De mener, at der er behov for at ændre holdningen til sindslidende, således at de ikke betragtes som kronisk sindssyge og anderledes mennesker.

»Vi ser de sindslidende i et 'os og dem'-perspektiv. Men psykiske problemer handler om os alle – det er ikke en særlig kategori af specielle mennesker. Når vi ser dem som konstant syge mennesker, der kun kan klare sig med medicin, fjerner vi dem fra deres liv og det, som gør dem glade«, siger forstander Jørn Eriksen fra det socialpsykiatriske botilbud Slotsvænget i Lyngby.

Han er – sammen med forstander Mogens Seider – initiativtager til det nye selskab, der ønsker at sikre et perspektivskif-

te fra eksperter til et samarbejde, hvor den sindslidende selv bliver eksperter – frem for klientgjort.

»Vi isolerer dem bag mursten og afskærer dem fra alt, hvad de har lyst til at komme tilbage til. Vi skal fastholde dem i deres liv og ikke opbygge reservater til dem. Vi skal sikre disse mennesker muligheden for at bevare håbet om, at deres liv kan blive anderledes«, siger Mogens Seider, forstander på Vestervænget i Høje Taastrup: »Der fokuseres alt for meget på at reducere symptomer og for lidt på at lære dem at mestre livet og blive en del af samfundet.«

Forstanderne har ikke standardiserede løsninger, for de skal findes i hvert enkelt menneske.

»Vi skal fra vedligeholdelse af mennesker til udvikling«, siger Jørn Eriksen.

Medicin hjalp ikke Olga

Optakten til Olga Runcimans rutsjetur ned i psykens sorte dyb var lang. I to år videreuddannede hun sig til psykolog om dagen, tog bagefter på arbejde på hospitalet, og om natten søgte hun selv ly for de tanker, der blev ved med at kværne på en psykiatrisk skadestue.

»Det var min barndoms traumer, der dukkede op til overfladen. Måske på grund af stress. Jeg var ved at gå i stykker indvendig. Jeg skar i mig selv for at få smerten til at forsvinde. Og jeg brændte min tunge med tændstikker, for at hemmelighederne ikke skulle komme ud«, fortæller Olga Runciman.

“ Jeg nedtrappede langsomt i smug min medicin, og til sidst udskrev jeg mig selv Olga Runciman

Da hun blev indlagt, fik hun meget hurtigt diagnosen paranoid skizofren, fordi hun hørte stemmer. Men stemmer var egentlig ikke noget problem for hende. Olga Runciman ville meget hellere have haft hjælp til at bearbejde nogle særdeles barske oplevelser på en kostskole i Skotland. Her



FRI. Olga Runciman følte sig fanget i den psykiatriske behandling, som kun bød på medicin og ingen terapi. Foto: Thomas Borberg

blev hun – som otteårig og alene – udsat for massiv mobning fra lærerne. En af lærerne gik længere end det; han tilbød den begavede pige enetimer i fysik. Når han var alene med Olga, greb han sig på hende.

»Medicin hjalp mig ikke mod minderne eller stemmerne, den gav mig kun uld i hovedet. Jeg blev udstødt, da jeg krydsede den usynlige linje og selv blev patient«, siger Olga Runciman.

Den besked, hun konstant fik fra personalet, var, at hun aldrig ville blive rask, at hun ikke ville komme i arbejde igen og skulle være på medicin resten af livet. Efter ganske få måneder kom hun på pension:

»Jeg gav op og blev bruger af systemet i otte år. Jeg rettede mig efter, hvad andre

mente var godt for mig, og sov det meste af tiden.«

I dag har Olga Runciman smidt sit afskedsbrev ud. Men hun er sikker på, at »jeg har prøvet alt« var de fire ord, der reddede hendes liv.

Mange gange tidligere havde hun fortalt det psykiatriske personale, at hun ønskede terapi, men de afviste forslaget, fordi de mente, at hun som skizofren ville få det værre af terapi.

»Jeg kunne ikke gøre noget så drastisk over for min familie som at begå selvmord på en løgn. Så jeg lagde en plan og tog selv styringen. Jeg kontaktede min gamle terapeut, som troede på mig. Det gav mig håb. Jeg gik på slankekur. Jeg nedtrappede langsomt i smug min medicin, og til sidst udskrev jeg mig selv«, fortæller

Olga Runciman, der uden medicinen begyndte at kunne føle igen.

I dag fire år efter har hun stiftet sit eget firma, hvor hun holder foredrag og underviser i psykiatri – set ud fra et udviklingsperspektiv. Ved siden af har hun et 20-timers fleksjob på et psykiatrisk bosted, hvor hun er med til at give patienterne og personalet håbet tilbage. Vennekredsen er også blevet genopbygget, og 10. maj skal hun giftes:

»Jeg er milevidt fra før. Nu er jeg et helt menneske – omend med ar. Jeg har fået mit liv tilbage og mere til.«

gitte.svanholm@pol.dk

www Se mere om det nye selskab, der holder stiftende generalforsamling til september, på psykosocialrehabilitering.dk