



SOMMER 2013 | NR.2 | ÅRGANG 15
Landsforeningen Af nuværende og tidligere Psykiatribrugere



LAP

landsmøde

Svendborg 13.-14. april 2013



lap
MEDLEMSBLAD

LEDER:

Det er ikke kun LAP, der er i vildrede - sundhedsministeren vil have ryddet op i fortidens fejl, men hvordan?

I LAP overvejer vi at ansætte flere konsulenter, der skal dække både regionerne og sørge for den fremtidige udvikling af organisationen. Imidlertid vil vi gerne gøre det, som både er bedst for organisationen og som dækker grundforeningernes ønsker, og i den forbindelse overvejes det at samle medlemmerne til et træf i eftersommeren.

6 medlemmer har været på Bornholm til folkemøde og ladet sig inspirere af og ikke mindst deltage i de landspolitiske debatter. Vi skal være omstillingsparate og er gået med i kampagnen "Stemmer på kanten" - en kampagne med Lisbeth Zornig i spidsen, som skal få udsatte i Danmark til at stemme til det kommende kommune- og regionsvalg. Igen må vi erkende, at man har glemt at spørge os udsatte borgere, hvad der egentlig skal til, men det er der nu rådet bod på ved et stormøde, hvor både SVID, SAND og LAP deltog.

Karen Ellemann var den eneste deltagende landspolitiker og gav os medhold i, at politikerne skal møde op mere talstærkt til vores arrangementer og møde os i øjenhøjde, både fra talerstolen og på pladsen rundt bagefter. Dette en opfordring til alle om at møde til Brugernes Bazar torsdag den 29. august i Odense, som i år er vores 10. bazar afholdt af Rådet for Socialt Udsatte. Der vil være underholdning ved Bryan Rice og Baggårdsbandet, samt Cirkus på Tværs - unge fra Århus. Årets tema vil være unge udsatte, og i LAP's stand vil der være en debat om livsglæde og resonans.

Sundhedsminister Astrid Krag har sat 3. fase af gennembrudsprojektet mod tvang i gang. Det er nu 3. gang vi må belære personalet og repræsentanterne for myndighederne om, hvordan man bedst nedbringer tvangen til et minimum. Det er den store personalegennemstrømning og de gamles manglende omstillingsevne, der gør dette nødvendigt. Desuden må vi konstatere, at tempoet i somatikken er blevet så højt, at de dårligste patienter bliver underlagt tvangsforanstaltninger i forsøget på at fastholde dem i behandlingen med et minimum af personaleindsats. Det er næstformanden i Dansk Psykiatrisk Selskab, Lykke Pedersen, der udbeder sig, at der laves særskilt statistik for brugen af tvang i psykiatrien og i somatikken - så det bliver muligt at adskille og forklare stigningerne, som nu finder sted. Der er desuden etableret forskellige anonyme debatfora, hvor personalet har mulighed for at debattere, hvordan man tackler forskellige situationer både med at nedbringe tvangen og i forhold til kolleger, som ikke vil eller evner at tage den nye lærdom til sig, og som fortsætter med at arbejde på psykiatriens gamle værdier om tvangsforanstaltningers betydning for en godt gennemført behandling.

Et andet ministerinitiativ er Astrid Krag's udnævnelse af de første lighedsambassadører, som har forpligtet sig til at tilslutte sig en fælles indsats mod ulighed i sundhed, heriblandt Hanne Wiingaard. Nu inviterer hun alle, der har lyst til det, til at melde sig til korpsen. Se hjemmesiden www.lighedsambassadoer.dk

Det er endnu ikke lykkedes at få gennemført et forskningsprojekt, som afdækker

årsagerne til at patienterne ophører med at tage deres medicin. Der er imidlertid gennemført nogle forsøg i somatikken, som muligvis forklarer årsagssammenhæng i retning af, at medicin givet under tvang har en anden effekt end medicin indtaget med patientens accept og inddragelse. Årsagsforklaringen er her, at vores immunsystem angriber den medicin, vi ikke ønsker at indtage.

Der er på landsmødet valgt nye medlemmer til Landsledelsen, og en del er blevet genvalgt. Landsledelsen skal i den kommende tid afklare, hvem der skal sidde i forretningsudvalget, men der er ingen tvivl om, at ændringen af sammensætningen i Landsledelsen allerede nu har bragt nytænkning og nye veje at gå i foreningsarbejdet. Især har der været enighed om, at man ikke ønsker at spænde ben for hinandens aktiviteter, men som minimum vil lade folk arbejde med de initiativer i fred og ro, som de ønsker at deltage i. Der var på landsmødet enighed om at gennemføre to sommerlejr - nemlig en sommerlejr på Brenderup Højskole og en Ø-lejr på Langeland. Desuden arbejdes der på at lave en konference om kostens betydning for psyken i efteråret. Der er endnu få midler, som ikke er disponeret til årets aktiviteter, og det er derfor muligt for de lokale at få andel i disse midler. Mange af årets aktiviteter skal finansieres af sidste års overskud og er derfor betinget af, at Socialministeriet giver accept af overførsel af disse.

**Hanne Wiingaard,
Lars Kristensen og
Steen Moestrup
Forretningsudvalget**

MEDLEMSBLADET LAP:

Landsforeningen Af nuværende og tidligere Psykiatribrugere

ADRESSE:

Medlemsbladet LAP | Store Glasvej 49
5000 Odense C | tlf: 66 19 45 11

ANSVARSHAVENDE OVERFOR PRESSELOVEN:

Hanne Wiingaard | Tlf. 55 50 01 51

KORREKTUR:

Karl Bach Jensen

TRYK:

npc-grafikom | Næstved

LAYOUT:

npc-grafikom | Næstved

TEKNISK ANSVARLIG:

Hanne Wiingaard

OPLAG:

2.500 eksemplarer

INDLÆG BEDES INDSENDT TIL LAP PR. E-MAIL:

lap@lap.dk. Deadline til næste nr. er: 1. august 2013. Alle indlæg, der optages til bladet, bliver også lagt ud på LAP's hjemmeside. www.lap.dk



side 10



LAP's sekretariat holder ferielukket i ugerne 27-28 (1.7.2013-14.7.2013)

Vi ønsker jer alle en rigtig god sommer



side 26



side 6



side 14

Leder.....	2
"Det syge Danmark".....	4
Socialstyrelsen iværksætter til efteråret kampagnen.....	5
Hjælp tvangen mig?.....	6
Hyrede stripteasedanser, der skulle strippe for kollega i arbejdstiden	8
På besøg i smilets by.....	10
Kan det virkelig passe?.....	10
Digt: Ubrugelig.....	11
Resonans - dissonans og no-nance.....	12
Resonans	13
Show med kendisser skal hjælpe sindslidende	14
Digt: Psykose-kage	15
Manglende resonans	16
Grøde i psykiatrien.....	17
Du skal elske din medicin for at den kan virke!	18
Boganmeldelse: Revolutioner livet.....	20
Boganmeldelse: Digtsamling	21
Luk hangaren	22
Medicin/vitamin-Gruppen	23
Farvel til en LAP kæmper	23
Digt: En dødfødt eksistens.....	25
Nyt kursus for LAP's bisidderkorps	25
Handlingsprogram	26
Landsledelsen i LAP	28
Krogs krog	30
Kollektive medlemmer	30
Kommunale grundforeninger	31

ARBEJDSGRUPPE FOR DETTE BLAD ER:

Hanne Wiingaard, Paul Bjergager Nielsen, Inger-Liss Christoffersen, Tom Jul Pedersen, Erik Thomsen, Klaus Zenon.

FORSIDEFOTO:

Stemninger fra landsmøde 2013.
Foto: Jette Nielsen

Navngivne indlæg udtrykker ikke nødvendigvis LAP's holdninger.

lap
MEDLEMSBLAD

"DET SYGE DANMARK"

SKAL VI KUN HOLDES I LIVE - ELLER MÅ VI FÅ LIVET TILBAGE?

Jeg er en kvinde på 59 år. Har været syg de sidste 5-6 år og fik sidste år diagnosen posttraumatisk stressforstyrrelse og har været sat på fast medicin de sidste 4 år.

Efter en skilsmisse sidste efterår gik jeg endnu længere ned og fik endnu mere medicin. Jeg var nu kun holdt i live og følte mig totalt dopet hele tiden. Det var sygdommen, der var skyld i, at min mand og jeg gik fra hinanden, for der er ingen hjælp til modparten, når man er psykisk syg, lige som der er med alkoholisme. Hvis vi havde fået hjælp, ville vi stadig have været sammen.

Da jeg var allerlængst nede, i midten af december sidste år, havde jeg i bund og grund opgivet det hele - ikke at jeg ville tage mit liv - men jeg var kommet dertil, at livet ingen mening havde mere, for det var ikke et liv; jeg blev jo kun holdt i live, jeg levede slet ikke, så dopet som jeg var.

Det var her jeg, i et af mine lyse øjeblikke, kom i tanke om en person, jeg engang havde fået navn og adresse på, og som jeg havde besøgt engang for over 15 år siden. Efter lidt søgen på nettet fandt jeg ham igen, han havde nu uddannet sig til Psykoterapeut. www.psykoterapeutpoulkjaer.dk

Jeg ringede til ham og fik en tid selv samme dag og har siden gået i intensiv behandling, i starten 2-3 gange om ugen, nogle gange hver dag og nu ca. 2

gange om ugen. Det har bare givet mig livet tilbage, nu lever jeg igen, er blevet glad og ligevægtig, nærværende og kan igen mærke mig selv.

Jeg går stadig i behandling og skal nok fortsætte i 4 - 6 mdr. Men allerede nu har jeg lagt 8 ud af 10 piller væk, og er ved at trappe ud af de sidste to. Men det skal gå meget langsomt nu - om jeg kommer helt ud af medicinen, skal tiden vise. Havde systemet Danmark, dengang jeg blev syg, givet mig dette tilbud og betalt for behandling i stedet for at betale masser af penge i tilskud til medicin, betaling til læge, samtale med sygeplejerske i psykiatrien i 1½ år, havde der været rigtig mange penge at spare - nok et par millioner.

Men i Danmark vil man hellere holde syge på medicin. Derfor spørger jeg: "Hvem bestemmer behandlingen for psykisk syge? Er det medicinalindustrien sammen med lægerne, sådan at de kan tjene store penge på kun at holde os i live, frem for at helbrede os, så vi kunne bidrage til samfundet og få livet igen?"

Det er derfor jeg kalder det for "Det syge Danmark".

Af Jytte Mikkelsen





SOCIALSTYRELSEN IVÆRKSÆTTER TIL EFTERÅRET KAMPAGNEN **"DET ER IKKE ET HANDICAP..."**

Kampagnen udfordrer fordomme og skal øge bevidstheden hos os danskere omkring evner og bidrag fra personer med handicap - og om, at personer med handicap har samme rettigheder som alle andre. Kampagnen er udviklet på baggrund af FN's Handicapkonventions artikel 8 omkring bevidstgørelse om personer med handicap.

Kampagnen løber af stablen fra den 23. september, hvor en kampagnebil turnerer rundt i hele Danmark for at indsamle historier om fx at udleve sine drømme eller gøre en forskel i det store eller små trods et handicap. Det kan også være historier om at bidrage til, at personer med handicap kan nyde samme rettigheder som alle andre.

Allerede fra den 15. august kan danskere over hele landet fortælle deres egen eller andres historie om at leve livet fuldt ud - også med et handicap - på kampagnens Facebookside, facebook.com/deterikkeethandicap.

HJALP TVANGEN MIG?

I forbindelse med høring i §71 udvalget mandag d. 13. maj 2013 blev jeg bedt om at holde det indledende oplæg omkring tvang og mit syn på tvang. Nedenfor bringes mit indlæg.

NEJ....det kom helt der ud, hvor jeg mistede respekten totalt for politiet og den faglige respekt for behandlerne. Psykologen, der afviste at tage mig i behandling, fordi han havde min eks-kæreste i behandling – det var 10 år siden vi havde været kæresten og vi mødtes absolut kun tilfældigt i byen 5 gange i løbet af de næste 10 år. Det var en såkaldt faglig begrundelse – som vel at mærke hele sygehus ledelsen måtte rette ind efter, inkl. min psykiater, som efterhånden var blevet en anset professor i psykiatri. Så mit ønske om at få en mandlig psykolog kunne ikke efterkommes. Kvindelige psykologer har kun teoretisk viden om mænds drifter.

Linjerne er trukket hårdt op, men når man som jeg har prøvet tvangsindlæggelse med 4 betjente, at blive lagt i håndjern, indsat i fængselscelle, sikringscelle, tvangsmedicinering, bæltefiksering og diverse former for indirekte tvangsforanstaltninger, samt masser af svigt – ender man med at miste respekten for det system, der skulle hjælpe en over barndommens overgreb og svigt. Hvad består hjælpen i – er det træning i at kunne kæmpe i anspændte situationer, bevare overblikket, når andre synes, det hele er kaos?

Medicinen er et kapitel for sig. Nu viser det sig, ikke at have en netto gavnlig effekt for 70 %'s vedkommende, og

det er oprindeligt udviklet til det amerikanske militær – for at soldaterne kunne forblive følelseskolde i kamp-situationer. Med det in mente vil man nok bedre forstå de følgende episoder med tvangsindgreb.

De episoder, jeg beskriver nu, ligger mere end 10 år tilbage i tiden – for ti år siden mødte jeg en mand, der ikke troede på, at jeg var psykisk syg, og som var indstillet på at holde mig fri af systemets magt og tvang for næsten enhver tænkelig pris. God resonans mellem os, kærlighed, tæt åbenhjertig kommunikation og forståelse er her nøgleordene.

Stuearrest – det var jeg tildelt. Plejeren havde ikke tid til at snakke med mig, da jeg havde brug for det. Jeg var indlagt på lukket afdeling, og det forventedes, at jeg kunne klare mig selv ca. 20-22 af 24 timer i døgnnet. Jeg snakkede for meget og var for omkringfarende, og fik så besked på at blive på mit værelse. Som hævn åbnede jeg for vandet – tog vandhanerne af og stoppede i lommerne, fik stoppet afløbet i gulvet og lod vandet sive ud på gulvet først i badeværelset og så i værelset. Døren var tætnet, så der løb ikke noget ud under den. Der stod 5 cm vand – da plejeren åbnede døren og i et anfald af raseri fik mig bæltefikseret, mens hans kolleger så til. Vi fik en snak dagen efter om episoden, så vi kunne mødes uden konflikter. Eftersamtaler er nu

lovkrav, men bliver kun gennemført i 30 % af tilfældene. Min kalender led af vandskade det år, og jeg lærte, at man skal skrive med kuglepen og ikke tuds. Tvangsindlæggelse på røde papirer. Jeg talte aldrig med lægen, der udfærdigede dem. Politiet kørte mig direkte på afdelingen. Plejeren som modtog mig, sagde jeg var som en edderkop, der kunne kravle på loftet. 3 gange i ugen op til indlæggelsen havde jeg talt med min psykiater og fortalt, jeg havde brug for hjælp. Denne fortalte efterfølgende, at han ikke havde følt, at det, jeg sagde, var i overensstemmelse med den rolige måde, jeg sagde det på i telefonen, så der var ingen hjælp at hente. Faglig hjælp er betinget af faglig vurdering og ikke brugerens egen vurdering. Resultatet af den manglende hjælp var vold mod taxavognmand i funktion, der blev takseret til ingen taxakørsel med hr. Moestrup i 5 år efter. Desuden lykkedes det at forhindre mig i at optræde i badebukser til et arrangement på gågaden i min hjemby, og 500 stk. sindkager endte deres dage i psykiatribrugernes maver frem for i byens borgere. Der var bostøtte tilknyttet i forløbet, men ikke med nogen effekt – vedkommende kom jo kun med 14 dages interval og bidrog ikke med strukturering af mit liv – nærmest tværtimod. Jeg fik medicin under tvang, og noget jeg ikke ønskede. Nye undersøgelser viser, at medicin givet under tvang og mod patientens ønske

virker på en anden måde end tiltænkt, fordi det opfattes som en fjende, som kroppens immunsystem angriber.

Mit ønske om at få høje doser af litium blev efterkommet, da min egen psykiater kom på banen, og afdelingens psykiater accepterede dette, forudsat at der blev taget daglige blodprøver, for lægen ville ikke risikere et dødsfald på grund af medicinforgiftning. Litium virker kun på mani, hvis det gives så niveauet er tæt på forgiftningsdosis i blodet. Jeg blev hurtigt bragt ud af manien og kunne overflyttes til åben afdeling.

Jeg var i job og ville starte på jobbet direkte fra afdelingen fremfor at gå sygemeldt og vende mig til at være hjemme i vante omgivelser. Dette var på dette tidspunkt sidst i 1990'erne i modstrid med behandlingsteoriene og jeg måtte kæmpe for at få lov at køre på arbejde fra afdelingen. Min chef, der ellers ikke var vant til lukkede døre, måtte opgive at besøge mig, mens jeg var på lukket afdeling. Min chef var fuldt ud inde i min behandling og vidste tillige en hel del om terapi, måske mere end de hospitalsansatte terapeuter. Han kæmpede en kamp for at få mig ud af medicin. De tre år hos ham var mine bedste og måske også mest driftige år på arbejdsmarkedet. Han forstod min situation til fulde og lyttede, når jeg havde brug for det. Han forstod at lytte ind bag ordene og forstod såvel mit stemmeleje og kropssprog i en grad, som med dagens udtryk må betegnes som rigtig god resonans. Fordelen var tillige, at jeg havde en god ven, ansat som elev i firmaet, der var vant til psykisk syge fra sin opvækst – denne fungerede som mentor for mig og for min chef, når der opstod tvivlstilfælde.

En god indlæggelse var, da jeg stod fast på, at få udleveret malergrej fra aktivitetsskabet selvom ergoterapeuten var gået hjem på weekend. Jeg malede og tegnede hele weekenden og blev ikke lagt i bælte, selvom jeg var rigtig opkørt og havde svært ved at tale. Så kunne jeg male, og om mandagen kunne jeg sammen med psykologen gennemgå mine malerier

– der var mange af dem, som indeholdt stumper af budskaber til min historie. Det var godt nok dyrt i papir, for jeg brugte vel op mod 1 pakke kopipapir på en uge. Farver skulle der også til. Og det betød jo en del besparelser på kontoen for tvangsmedicin og bæltetilbage, men det er altså en anden konto. Og så var reglementet for brug af ting fra aktivitetsskabet overtrådt – det hed sig dengang, at der skulle være en ergoterapeut tilstede, når disse blev anvendt.

En anden gang lykkedes indlæggelsen også i høj grad, da personalet fik skrevet i journalen: patienten har god gavn af at samtale, selvom det virker fuldstændigt volapyk i starten, bør man forsætte, for patienten falder til ro ved at få lov at tale, vel at mærke hvis det markeres, at der lyttes, og man ikke sår tvivl om patientens oplevelser. En psykiater hjalp mig meget, da han bakkede mig op i mit forslag til kostændring til en gluten- og mælkefri kost uden for mange tilsætningsstoffer og meget begrænset mængde sukker/kulhydrater. Det var i 2001 og året efter blev jeg helt medicinfri. Og har heller ikke været udsat for tvangsbehandlinger siden. Faktisk havde jeg fra starten i 1985 påstået, at det var kosten der var problemet, men ingen psykiater ville bakke op om sammenhængen mellem kost og psyke. Senere erfarer jeg, at der i slutningen af 50'erne er udført forsøg med kost på psykiatrisk afdeling på Rigshospitalet. Og at forskellige mediciner faktisk baserer sig på denne viden bl.a. det antipsykotiske middel Serenase.

Min sidste indlæggelse:

Politiet satte mig ud fra plejehjemmet hos min farmor, de kunne ikke vente på, at familien kom – min fars søster tilbød at være der inden for en time, men det var ikke tilstrækkeligt. Falck blev tilkaldt for at hente bilen. De vurderede, at jeg ikke kunne køre derfra p.g.a. min psykiske situation. To betjente ledte efter mine bilnøgler – jeg pakkede min taske og min skildpadde sammen, så jeg kunne klare mig. Bilen og mine tasker blev endevendt – de ville være sikre på, at jeg ikke havde medtaget nogle af de 50 bleer, som

min farmor havde tilranet sig fra plejehjemmet og gemt i skabene rundt i lejligheden. Jeg blev sat af på perronen med besked om ikke at vise mig i deres distrikt igen.

Det var Langå station og jeg kunne ikke udholde tanken om at sidde fast i et tog fyldt med støjende menneskestemmer og rejsende, der knitrede med aviser og slikposer, så gik fra stationen i stedet for at komme med det næste tog. Resultatet var en efterlysning rundsendt over hele landet. Der er langt til Hillerød på gåben. Og i sådanne situationer er det vigtigere at tage sig af de materielle ting end af de menneskelige følelser.

Jeg endte naturligvis med en indlæggelse på Hillerød med politi, og venner blev tilkaldt kl. 6 søndag morgen, for man kunne ikke have min skildpadde på afdelingen, der var risiko for, at den skulle komme i klemme ved bæltefiksering. En pårørende klagede senere til hospitalet over, at vedkommende blev ladet alene med mig på min stue i mere end 2 timer, uden at personalet kiggede ind. Og så blev jeg udskrevet for sidste gang – vi kan ikke hjælpe dig – blot du lover ikke at tage dit eget liv, er det nok bedst, du er i det pulveriserende liv omkring dig. Tog fat, hvor jeg slap og mødte op til reception på Fabianhus – et bosted for psykiatribrugere dagen efter. De pårørende var selvfølgelig stærkt utilfredse – fire dage havde de kæmpet for at få mig indlagt i 10 timer.

Således hjalp tvangen mig efterhånden til at forstå, at det system, der skulle hjælpe samfundet og mig, var sin egen herre og ikke en hjælpende ånd for mig.

Steen Moestrup



HYREDE STRIPTEASEDANSER, DER SKULLE STRIPPE FOR KOLLEGA I ARBEJDSSTIDEN

Tusted Huse er et bosted for sindslidende i Århus. Med andre ord, beboerne bor der fast. Der er tilmed personale hele tiden, da det er beboere i den mentalt tunge ende af skalaen.

På et tidspunkt fyldte en ansat år, og hans kollegaer hyrede da en stripteasedanser, der skulle komme og strippe for ham i arbejdstiden. På den baggrund blev han nødt til at gå fra de sindslidende for at nyde strippet?

En anden medarbejder fik nys om det og gik til ledelsen med det, men lederen kunne ikke se noget galt i det. Derefter gik medarbejderen til kommunen med sagen. Det korte af det lange er, at lederen blev fyret. Det ved jeg, da jeg kender den medarbejder, der afslørede stripteasedanseren i arbejdstiden.

Personalet får vel deres løn for at hjælpe en svag gruppe, ikke for at nyde striptease.

Stripteasen fortsætter - nu skal brugerne vise hvad de dur til.

Dalgasskolen er en skole for voksne sindslidende i Århus, hvor man har

nogle temadage en gang om året og den traditionelle undervisning er aflyst - eller rettere sagt omlagt. Et år skulle man have et såkaldt stjerneløb. Løb er så meget sagt, brugerne skulle gå rundt i forskellige hold til 5 poster, og de skulle så udføre opgaverne de forskellige steder. Den gruppe, der havde gjort det bedst, ville vinde.

Et af stederne skulle man lege "gæt og grimasser", altså den kendte tvleg, hvor man skal mime noget, som andre skal gætte. En sjov leg, hvis man er sammen med venner og bekendte og har fået lidt at drikke. Ingen af delene var opfyldt i dette tilfælde. Eleverne syntes, det var ubehageligt, at stå der og "skabe" sig foran fremmede mennesker.

Gruppepres - light

Dette var intet i forhold til det tidspunkt, hvor eleverne skulle gå ud på en fodboldbane, tage tøjet af samt lægge det i forlængelse af hinanden. Det gjaldt om at lave den længste tøjække. På et tidspunkt sagde lærerinden til den mandlige elev, at han ikke behøvede at tage de lange bukser af, men det gjorde han alligevel, og straks efter gjorde de to kvindelige elever

det samme. De stod nu der i BH og trusser, mens der blev spillet fodbold på banen ved siden af.

Efterfølgende har den mandlige elev sagt, at hvis han var nødt til at tage underbukserne af, for at holdet kunne vinde, så havde han gjort det. "Så ville mine grænser være overskredet", udtalte lærerinden i den forbindelse. Det ubehagelige bestod altså i, at eleverne skulle lave striptease mod deres vilje, mens der blev spillet fodbold på banen ved siden af. De fleste af eleverne var jo så underdanige, at de gjorde ting, de ikke havde lyst til.

Den historie kender jeg til, for jeg var nemlig den mandlige elev, der var klar til at smide underhylerne for at vinde. Jeg skulle for øvrigt have smidt bukserne bare for at sige, at nu stod den 1-1 i grænseoverskridende opførsel. For god ordens skyld skal jeg nævne, at vores hold vandt konkurrencen en æske chokolade til deling.

Det var tre konkrete episoder fra de sindslidendes/psykisk sårbare rækker.

Af Tom Jul Pedersen

JURIDISK RÅDGIVER I LAP

Jurist Lisbeth Lundgren arbejder frivilligt med rådgivning til LAP's medlemmer. Lisbeth kan træffes hver tirsdag og torsdag fra 11.00 til 14.00 på tlf. 5140 8235.

Du kan også sende en e-mail til Lisbeth på adressen: lisbeth@lap.dk.

Lisbeth har bl.a. tidligere arbejdet inden for sundhedsområdet.



PÅ BESØG I SMILETS BY

Inden for vores gode forening har vi mange arbejdsgrupper. En af dem er livsglædegruppen, der for nylig var på besøg i Århus, også kaldet smilets by.

Først besøgte vi Mediehus Århus, hvor LAP's radioudsendelser bliver lavet. Lederen af radioen, Søren Johanson, fortalte om stedet samt viste os rundt. Det ligger dejligt tæt på stationen, så der er gode muligheder for at LAP-medlemmerne kan komme dertil og lave LAP-radioudsendelser. Nu til dags er det ikke en båndoptager, man optager på, men en lille digital optager. Nede i studiet spiller man det hele over på en computer, derefter kommer der en masse grafer på skærmen, og det er dem, man "klipper" i ved hjælp af musen på computeren.

Efter rundvisningen fik vi kaffe samt mulighed for at fortælle lidt om LAP.

Søren mente, at LAP er en alt for usynlig forening, som man slet ikke ser i gadebilledet, i modsætning til Gallo, som er beskrevet andet sted i bladet. Den er totalt usynlig, den gode LAP-forening. Det er kun, fordi der laves radioudsendelser dernede, at han kender den. Det sagde han som en slags evaluering/opfordring, til at de lokale LAP'er skulle være mere synlige eller aktive.

Derefter gik turen til Den Gamle By, som altid er et sikkert hit. Der er rigtig meget at se på. Nu er selv 70'erne, blevet "gamle", så der er nu butikker, som man kender fra ens barndom. Da vi skulle gå derfra, gik vi igennem Botanisk Have, en flot have der er ved at få opført et nyt væksthuse. Både haven og væksthuse må vi se næste gang, vi besøger smilets by.

Af Tom Jul Pedersen

KAN DET

Inden for psykiatribrugereforeninger hører man tit, at sindslidende bliver dårligt behandlet, men det er dog sjældent, folk konkretiserer det. Det sker dog trods alt. Et eksempel herpå er et værested, hvor personalet har sagt til brugerne, at de ikke må melde sig ind i LAP. Stedets navn bliver dog aldrig nævnt.

Et andet sted har en bruger fået at vide, at hvis hun går til LAP med sagen, så vil hun blive smidt ud af værestedet. Dette sted bliver selvfølgelig også anonymiseret. Hvorom alting er, så har jeg endnu ikke mødt nogen, der tror på de historier. Hvorfor skulle personale ytre det ønske, at folk ikke skulle melde sig ind i LAP? Foreningen er jo ret ukendt, selv på væresteder.



VIRKELIG PASSE?

Det eneste, de kender til den, er en brochure, der står sammen med så mange andre. Det andet eksempel, med at personalet ville blive smidt ud, hvis vedkommende kontaktede LAP, er der vist heller ikke nogen, der tror på.

Igen, LAP har ingen kompetencer i nogen retning. Vi er ikke politibetjente eller en anden myndighed, der kan udstede næser, påtaler eller smileys. Vi er slet ikke farlige på nogen måder, som en anden fagforening, man kan gå til med en sag, og som så måske - kun måske - vil kontakte ens arbejdsgiver desangående. Det er noget, der bare bliver sagt for at kaste "glans" og styrke over LAP. Hvis det virkelig var sandt, så skulle stedets navn da nævnes, og

folk burde skrive om det her i bladet samt forsøge at få det ændret. Jeg savner artikler med "bid" i bladet.

Ofte lufter folk deres utilfredshed med navngivne LAP-medlemmer i bladet, men ALDRIG med navngivne steder i landet. Men "præsten vil gøre det, han prædiker", som man siger. Jeg vil andet sted i bladet løfte sløret for kritisable ting på navngivne steder.

Af Tom Jul Pedersen

UBRUGELIG

For mig at se er Sundhedsstyrelsen UBRUGELIG.

De har en anbefaling angående medicinforbrug i PSYKIATRIEN.

Så er det ellers op til hver enkelt behandler selv at vurdere mængden af skadelig medicin i løs vægt.

Bliver det nogensinde undersøgt hvor i landet, der bliver brugt MEGET mere end anbefalet?

I hvilken region, patienterne tabes på gulvet uden opsyn, men til skade for både familie og samfund?

Hvilken behandler, der ALTID bruger mere end anbefalet pr. patient?

Hvilket sted, der ikke kommer videre med den enkelte patient?

Sidst men ikke mindst: Hvilken afdeling har flest dømte patienter på grund af skadelig medicin, som gør folk aggressive og har en masse farlige bivirkninger, som SUNDHES STYRELSEN BØR UNDERSØGE?

Hvilket sted patienterne er længst syge og ikke kommer videre grundet forkert behandling, trods adskillige møder i psykiatrien, som KUN er en udgift.

Hvorfor de er nået længere i andre lande?

Har vi måske ansat personale, der slet ikke er brug for?

Og kun hjælper med at tømme kommunekassen MED HØJE LØNNINGER SOM LANGT FRA ER FORTJENT.

Tab af syge mennesker, som kunne reddes i andre lande og det er Danmark olé - olé - olé!

Else

RESONANS - DISSONANS

Når to mennesker, der både forstår hinanden på det emotionelle, det faglige og det praktiske plan, mødes over et fælles mål, vil deres evne til at flytte hinanden og ændre hinanden være langt større, end når der hele tiden opstår modstand og sættes tvivl ved det modparten siger. Det er egentlig ganske logisk. Men det er ikke altid muligt at finde den, som både har det modparten efterspørger fagligt, og som er i stand til at give det på en måde, der tilgodeser det emotionelle plan, som begge er på. Faktisk lykkes terapi bedst, når der er gensidighed i det.

Det er indlysende, at en psykolog er bedre fagligt funderet på det psykologiske område end en klient, der blot søger om sparring. Men hvis ikke klienten er i stand til at bringe psykologens viden i spil på en måde, som opmuntrer og udfordrer psykologen, så vil det gensidige udbytte ikke blive lige så godt. Og opstår der så tillige emotionelle huller i kontakten, vil udbyttet blive endnu ringere. Det er summen af den faglige, praktiske og emotionelle kontakt, der fordrer resultatet.

Resonans er således en målbar størrelse, om end man må sige, at målbarheden i høj grad baserer sig på en subjektiv vurdering. Nemlig hvordan man fungerer sammen, hvordan man påvirker den anden part og så fremdeles. Spørgsmål som kan bruges til at reflektere over begrebet resonans.

Livsglæde - resonans - er det alternativ eller komplementær behandling?

Tja, i virkeligheden handler den meste behandling om - eller burde handle om - at skabe mere livsglæde, men det kan godt ske, at det sker via nogle omveje. Livsforlængende behandling bør jo på sigt skabe mere livsglæde, selvom det lige her og nu ikke giver mere livsglæde -tværtimod. At blive skåret op

og få fjernet en kræftknode er ikke ret livsglædeskabende, men virker det livsforlængende, bør det også skabe mere livsglæde, selvom man resten af livet skal gå med et fysisk ar.

Resonans drejer sig om, hvordan forholdet er til ens behandler, i det alternative såvel som det traditionelle. Det kan godt være, at resonans har større betydning, når vi taler om psykiatribehandling end kræftbehandling, men i begge tilfælde og vurderet på forskelligt grundlag handler det om, hvorvidt man har tillid til hinanden, og det fungerer i samspillet.

Hvordan påvirker resonansen med behandlerne vores livsglæde?

Det bliver meget lettere at modtage behandling, hvis man har god resonans med sin behandler, for da har man lyst til at se sin behandler og gense vedkommende, og det fremmer også forståelsen for behandlingen. Og dermed fremmes virkningen af behandlingen.

Vores resonans med vore medmennesker påvirker vores livsglæde. Hvordan skaber vi bedre resonans?

Man kan godt arbejde med forholdet til sine medmennesker på flere planer. F.eks. kan man bestræbe sig på, at finde folk som matcher én bedre end de venner, man har nu. Internettet kan give mange muligheder. Det kan også være, man skal søge tilbage i tiden, til tidligere venner. Man kan arbejde med at skabe bedre relationer til de mennesker, man omgås, det kræver dog en vis gensidighed i dette. Man må afdække hvilke samkvemsmuligheder, som udbygger kontakten.

Er vores resonans med vore omgivelser i virkeligheden en målestok for vores livsglæde?

Ja - rigtigt sat op og med de rigtige

variabler. Vurderingen er ikke entydig, men kan give en formodning om, hvordan tingene hænger sammen. Jo bedre vi responderer med vores omgivelser, jo mere livsglæde har vi. Men der er grænser; f.eks. kan det blive trættende at være i resonans med mange mennesker, og det kan gøre os trætte, mere trætte end den glæde vi får ud af det. Få nære mennesker, som man har en god resonans med, kan påvirke vores livsglæde på mange andre områder og derved give mere livsglæde.

Har du resonans med din behandler - eller skal han skiftes ud? Eller er det omvendt? ...bør du skiftes ud som patient!

Både behandler og patient/klient/bruger bør være opmærksom på deres indbyrdes resonans, dissonans eller no-nance. Det kan være en fordel, at man som patient har en god resonans med sin behandler, fordi der derved opbygges et godt samarbejdsrum og en fælles forståelsesramme. Imidlertid kan fokus blive for meget på fælles værdier, fælles ting man er gode til og på at fremelske hinandens gode ressourcer. Fokus på de ting, man fungerer dårligt med, kan komme til at mangle, og netop i disse situationer kan gruppeterapi eller flere terapeuter - hvoraf mindst én er én, man har dårlig resonans med lig dissonans - være en god metode til at få kigget sine dårlige sider i kortene. Netop fordi man simpelthen bliver udfordret til at tale mere om sine dårlige sider, bliver man tvunget til at være mere rummelig og få udfordret de sider af én, som ikke fungerer godt.

No-nance er måske en fordel, især i situationer hvor følelserne slet ikke kommer i spil i vores samvær - eller funktionsfællesskab.

Forsøg med resonans udført i Tåstrup og Odense Kommuner har vist, at der

OG NO-NANCE

er store muligheder for gevinster. Både på det korte og det længere sigt kan der blive tale om store menneskelige gevinster og således også økonomiske gevinster.

Spørgsmålet kan blive, hvordan koordinerer man brugerens henholdsvis behandlerens oplevelse af resonans? For det er jo ikke sikkert, de er enige om oplevelsen. I hvert tilfælde bør der være en kommunikation/proces, som afdækker, hvorfor de ikke enige.

Steen Moestrup



RESONANS

I blandt kan man undres over at selvfølgeligheder, skal genopdages.

Senest er SUS (Socialt Udviklings Center) i gang med et udviklings- og implementeringsarbejde, kaldet resonans. En idé formet af psykolog Lars Lorentzon, og som kort går ud på, at hvis resonansen (genklangen) ikke er der, så er hjælp ikke brugbar for den, der skal hjælpes.

Derfor må der et opgør med de stive systemer omkring visiteringer af hjælpepersoner til. Således at det er oplevelsen af en rimelig resonans, der styrer.

I spillet kan der godt indgå lidt dissonans (i musikken, hvor begrebet er mest kendt og anvendt, bruges dissonansen til at accentuere harmonien i resonansen).

Egentlig burde dette - at resonans er vigtig og bærende - være evident, men for det meste bliver klage over manglende resonans set som angreb på fagligheden hos støttepersoner eller personale.

Resonans er styret af andre elementer end faglighed, så det er ikke den, der er i spil. Vi kender alle til at møde mennesker, f.eks. ved et selskab, som vi bare ikke ønsker at tale med - og som allerhøjst får den høflige basishilsen. Det er eksempler på, hvor resonans ikke vil være til stede, og på samme måde kan relationen mellem behandler/støtteperson og modtager være resonans-manglende, ikke at forveksle med dissonans.

Men lad os se på det fra en mere personlig vinkel, omkring hvad støtte og behandlingstilbud bør handle om i forhold til resonans.

Bo Steen Jensen

SHOW MED KENDISSER SKAL HJÆLPE SINDSLIDENDE

Her i foråret har der været et såkaldt "Gallo-show" i Århus. Det skal lige nævnes at Gallo er en masse aktiviteter for sindslidende i Danmarks næststørste by. Vi taler om gartneri, skole, galleri samt en café. Det er netop foromtalte café, der havde arrangeret Galloshowet. Pengene til showet kom mange forskellige steder fra, bl.a. mange forskellige fonde. Derudover havde Musikhuset (hvor det foregik) stillet den store sal gratis til rådighed for arrangementet. Til sidst skulle man selvfølgelig betale for billetten; hele denne "palette" dannede det økonomiske grundlag.

Det var ikke de billigste foredragsholdere, der var hyret. Brødrene Peter og Anders Lund Madsen, henholdsvis hjerneforsker og broderen en meget sjov mand kendt fra tv, samt skuespilleren og instruktøren Jens Arentzen. Han er dog ikke så kendt som de andre. Som meget ung spillede Jens Arentzen, Ulrik Varnæs (bankdirektørens søn) i TV-serien Matador. Den oplevelse fik en meget stor plads i hans foredrag. Det var især instruktøren Erik Balling, han nærmest skamroste. Rosen gik på, at Balling "så ham", og tog ham alvorligt. Fx. blev den unge Arentzen vist rundt af Balling på Nordisk Film, inden optagelserne gik i gang, og Arentzen følte, at Balling så "mennesket" i ham. Altså viste ham nærvær, sympati samt gav ham tid. Tid er noget af det dyrebareste, vi har. Konklusionen på de dage sammen med hr. Balling var, at

den unge Arentzen fik "champagne" i benene, som han udtrykte det fra scenen i Musikhuset. Han gik lykkelig fra optagelserne på Matador, grundet at det var han ikke vant til (at blive set). Han kom netop fra et meget problematisk hjem; moderen var både sindslidende samt alkoholiker, der flere gange forsøgte at begå selvmord. For at gøre ondt værre måtte lille "Jensemand" komme hjem og finde sin mor bevidstløs på gulvet og efterfølgende måtte han selv ringe efter Falck, der kom og reddede hende. En meget barsk opvækst skal jeg love for.

Meningen med hele showet var netop, at nedbryde de fordomme og tabuer, der er omkring sindslidelser, sætte spot på hele problematikken, så det bliver stuerent at tale om. Det gode råd som Jens Arentzen gav videre var, at vi skal "se" hinanden. Vi skal skabe nærvær over for andre. Det er både det værste, og det bedste. Et følsomt emne. Hvordan det? Jo, det er farligere end at springe elastikspring, da netop de nære relationer til andre kan gå i stykker. Det kræver netop mod, at kontakte andre, samt knytte usynlige mentale bånd til hinanden. Det var den alvorlige del af showet.

Vi slutter af i den muntre ende med brødrene Madsen. Peter var selvfølgelig den kloge og Anders den sjove. Jeg siger det lidt skarpt nu, på selve scenen var de begge to underholdende. Peter kom blandt andet ind på vores

hjerne, om hvordan den kan blive udsat for synsbedrag eller rettere sagt sansebedrag. Der blev vist nogle billeder som "snyder" hjernen. Man "ser" en ting, som man bagefter godt kan se ikke er rigtig. Endvidere kom Peter Lund ind på, hvor lidt der skal til, før man tænker at andre er "mærkelige". Bare det, at man ser én gå underligt i et supermarked, får mange til at tænke, at han sikkert er skør i bolden. Der skal mindre til, end man tror.

Folk morede sig kongeligt, de to var meget morsomme i modsætning til Jens Arentzen, der var mere alvorlig/vred, men tilmed også mere dybsindig. De tre gav os alle noget at tænke over i fremtiden.

Af Tom Jul Pedersen



PSYKOSE-KAGE

Opskrift på en psykose kage:
Delepsine a 300 mg - 6 stk. daglig
Simvastatin 40 mg - 1 stk.
Zyprexa 10 mg - 1 stk.
Zyprexa 7.5 mg - 1 stk.
Pantorazol 40mg - 1 stk.
Serdolect 4 mg - 2 stk.
Olanzapin 20 mg - 1 stk.
Olanzapin 5 mg - 1 stk.

Bland det hele sammen i en stor pærevælling uanset hvad Sundhedsstyrelsen anbefaler.

Glasur i rigelige mængder, glem alt om, at patienten har sovet hele dagen.

Bare tilbyd, så bliver du fri for at tale med patienterne; de sover bare!

Blandes og fyldes ovenpå:
Pinex 500 mg - 2 stk., dagligt max 3
Zyprexa 5 mg - 1 stk., dagligt max 3
Lysantin 50 mg - 1 stk., dagligt max 2
Oxabenz 15 mg - 1 til 2 stk.

Blæs så på hvad Sundhedsstyrelsen anbefaler; der er alligevel ikke noget opsyn!

Blæs så på hvad andre siger.

Selvom det er dygtige læger, der fraråder det.

Kagen kan som regel mislykkes, da opskriften blander for meget sammen.

Hvem ville give deres egne sådan en dosmerseddel og det på trods af, at der står i journalen, at min pårørende kan blive aggressiv af medicinen?

Else

MANGLLENDE RESONANS

Distriktpsykiatriens sygeplejerske er lige kommet. Jeg passer min lillesøsters hund, mens hun er ude på et ærinde, og den suser rundt i lejligheden.

"Hej" siger jeg, da sygeplejersken kommer ind i lejligheden. "Sæt dig ned og tag en kop kaffe. Der er noget jeg gerne vil snakke med dig om."

Sygeplejersken sætter sig. Jeg sidder overfor hende i den røde lænestol, jeg engang købte på Sct. Hans torv for en halvtredser.

"Jeg brugte sytten år på et forhold, hvor jeg hverken var glad eller tilfreds. Min kæreste drak tæt og havde et kæmpe forbrug af beroligende midler. Jeg har aldrig brugt nogle af delene. Jeg drømte så tit om at komme væk. Ud af forholdet. Du ved det jo? Jeg prøvede at snakke om det mange gange.

Hvorfor var det så svært?"

Sygeplejersken peger på hunden.

"Den er sød. Hvil hund er det?"

"Lone! Fokusér! Kan vi ikke lige snakke om det her?"

Sygeplejersken ser på mig.

"Jeg er ikke uddannet til sådan noget. Jeg ved ikke, hvad jeg skal svare."

Lone var ærlig. Det var sådan set både godt og skidt, for jeg kunne ikke bede om en anden sygeplejerske fra distriktpsykiatrien. Man får den sygeplejerske, man får. Det samme gælder den psykiater, man bliver tildelt. Det har ikke den store betydning, hvordan man oplever sit forhold til psykiateren, eller det andet personale i øvrigt.

Der er en underlighed i det. Man behandler følelseslivet. Det mentale. Det psykiske. Oplevelser og indtryk.

Men patientens indtryk er ikke vigtigt. Det eneste vigtige, der kommer ud af patientens mund, er forholdet mellem ordene.

"Er logikken sammenhængende? Lyder det rimeligt, hvad patienten fortæller? Hvordan er patientens selvopfattelse?"

Det er svært at forstå, at det tog mig mange år, inden jeg nåede frem til en rimelig konklusion.

Men psykiatrien behandler sygdomme og deres symptomer, og den gør det med medicin. Hvis man tror, at psykiatrien styrker ens svage sider, ligesom en fysioterapeut styrker det svage ben, så tager man fejl.

Jeg spurgte engang min psykiater, om hun havde et indtryk af mine stærke sider.

"Nej" var hendes smilende svar.

Jeg tror ikke, at jeg kunne have bedt om et bedre svar i forhold til at forstå psykiatrien. Hendes svar om min person, tog jeg ad notam. Det gjorde hverken fra eller til. Jeg skulle ud på en rejse og finde mig selv, efter næsten 25 år i et system, jeg havde troet på, alt for længe.

Måske skulle min søgen i virkeligheden forsøge at afdække, hvorfor jeg troede på det.

Jeg havde prøvet så meget. Det eneste, jeg ikke havde prøvet, var at blive mødt på mine vilkår. Jeg havde ikke prøvet at blive taget imod og behandlet med et ægte indblik i det menneske, jeg er, eller var, alt efter temperament.

I virkeligheden var det her, min misforståelse opstod. Jeg troede, at de ville prøve at "se" mig, men de ville kun behandle mine symptomer. Ikke på min banehalvdel, men på deres. Ikke med forståelse for min specielle personlighed, men i en forståelse for, hvordan de selv oplevede de besværligheder, jeg gik igennem.

Psykiatri kræver empati, indlevelse og respekt. Psykiatri er ikke at handle hen over hovedet på den ulykkelige og gøre, hvad psykiatrien mener, er det rigtige.

Men læger er læger, og "vi alene vide" har altid været de stærkes ret.....

Terkel Winther



GRØDE I PSYKIATRIEN

Den 3.maj 2013 havde Region Hovedstaden arrangeret "Forskningens døgn" på Riget. Det skulle vise sig at blive en meget interessant eftermiddag. Med temaer omkring depression og mani og lidt om samspillet mellem de to ubalancer. Der kom gode og spændende tiltag på skærmen som viste, at der er mere grøde i psykiatrien end nogle tror.

Det var positivt at opleve en interesse for nye - og på sin vis alternative - ideer til forsøg på løsningen af problematikkerne omkring psykiske ubalancer. Her vist primært de affektive problematikker. Lur mig om ikke nogle over tid kan overføres til psykotiske problematikker.

Men det er meget nødvendigt, at angsten for de alternative indfaldsvinkler overskygges. Ligeledes er det ønskeligt, at man i LAP tør se andre vinkler end den ensidige antimedizin og -psykiatriholdning, som de senere år har præget foreningens fremtræden. Der sker mere ude i verden, end disse kredse tilsyneladende opfatter. Det er trist.

Men tilbage til selve eftermiddagen:

En af overskrifterne handlede om EPO, som ud over at kunne bruges i sport til at leve op til de dér opstående umenneskelige performancekrav, (som i hyklerisk moralsk forargelse så bag efter fordømmes), også ses at have en endda meget fornem indflydelse på den kognitive regeneration i hjernen, efter en depression.

En anden spændende forskning arbejdede med de elektromagnetiske spændingsfelter i hjernen og mulighederne for at understøtte disse udefra på en rebalancerende måde. Dette må så ikke forveksles med ECT-behandlinger.

Det var i den grad opløftende og positivt at opleve, i hvor høj grad der søges bredt efter metoder til at afhjælpe psykiske ubalancer. Et virkelig spændende tiltag var psykiatribrugerens mulighed for at have de faglige hjælpere i snor via mobiltelefon - ??? - Jo, ved at udvikle en app., der via en udlånt mobil og diverse "afkrydsningsfelter" daglig vil være kontakten til

behandlingsstedet og dermed giver mulighed for at blive samlet op her og nu.

Desværre er det i dag ofte noget med aftaler ude i fremtiden - men det er angsten for nedbrud i morgendagen, der er virkeligheden.

Som man kan se her, er psykiatriens spekter bredere, end man indimellem får indtrykket af hos kritikerne. Nu er det så bare om at komme i gang med at bearbejde diverse regionale psykiatriudvalg og Folketinget, så disse positive forsøg kan blive anvendt i dagligdagen for mennesker, der af diverse årsager havner i psykiske ubalancer.

Sidst, men ikke mindst, så må vi have en konkurrence om teksten til "psykisk sygs" gravsten, så vi kommer bort fra sygdomsbegrebet - som måske var progressivt og relevant i 1830 - men er ganske passé i dag.

**Personlig beretning af
Bo Steen Jensen**



DU SKAL ELSKE DIN MEDICIN FOR AT DEN KAN VIRKE!

Faktisk lyder den lidt sær, den overskrift. Men bogstaveligt taget er det sådan, at hvis man ikke kan lide sin medicin, så virker den ikke - eller den virker kun i ringe grad.

Men hvorfor er det så sådan? Jo! Det er de to typer immunforsvar, der driller; de fleste kender det fysiske immunforsvar, men de færreste tænker over det mentale immunforsvar, men faktisk er det ret styrende for dig og dine livsmuligheder. Det har en styrende indflydelse på "det sympatiske system" altså processer som vejrtrækningen og hjerterytmen (også kaldet det autonome system). Tænk f.eks. på at angst kan give åndenød, og også forstyrre hjerterytmen. Det er det mentale immunforsvar, der reagerer på en eller anden udefra kommende påvirkning. Problemet med det mentale er netop, at det er mentalt! Så i modsætning til det fysiske, bliver det som oftest overset. (Det var Anna Freud der beskrev dette omkring år 1930, men tilsyneladende er det gledet i glemmebogen siden hen).

For lidt over et årstid siden fremkom der forskellige omtaler af en interessant serie iagttagelser, som senere fik karakter af tværfaglig forskning. Der var nogle læger, der havde undret sig over flere faktorer i patienternes reaktioner på standardiseret medicinsk behandling inden for de somatiske sygdomsbehandlinger. Nogle patienter fik nærmest ingen effekt af medicinen, og i stedet for bare at forhøje dosis spurgte lægerne sig selv, hvorfor er det sådan? På et tidspunkt kom de i snak med hjerneforskerne, som via div. typer scanninger var i stand til at registrere, om det fysiske immunforsvar reagerede på medicinen. Faktisk så man efter noget helt andet, nemlig allergireaktioner og disses udløsning af hjerneaktivitet (se det som en af mange linjer i forsøget på at kortlægge hjernens måde at agere hjerne på). For det første opdagede man forskelle mellem patienter, der var glade

for deres medicinske behandling og oplevede den som en hjælp til at have det bedre. Og så de grupper der ikke kunne lide at være medicinerede, eller som var vrede på deres sygdom. Hos de sidste opfattede deres kroppe medicinen som et fremmedlegeme lidt på linje med virus og bakterier, som immunforsvaret gik i gang med at afstøde.

Og det var så primært det fysiske immunforsvar. Men man registrerede også en anden serie reaktioner, som virkede psykisk begrundede, afstødningen syntes proportional med patientens oplevelse af tvungenhed. Denne iagttagelse gjorde at nogle hjerneforskere så ideen til at overføre dette til psykiatrien, dels fordi man jo havde en registrant af, at den megen psykofarmaka tilsyneladende var virkningsløs for patienten, plus at forhøjelse af doserne kun forstærkede bivirkningerne. I en forsøgsrække fandt man (muligvis i endnu højere grad end i somatikken), at hvis patienten havde modstand imod behandlingen og/eller medicinen, startede både det fysiske og det mentale immunforsvar deres afstødningsprocesser. Mens der i de tilfælde, hvor der fandtes en oplevelse af glæde over medicinens rebalancerende virkningsmuligheder, ofte forekom en optimal effekt af medicinen.

Nu synes det, som om en ret stor gruppe psykiatribrugere oplever medicineringen som en påtvunget nødløsning, og så længe de gør det, vil vi nok stadig have en registrant, der siger, at omkring 80 % enten ikke har eller ikke får nævneværdig gavn af medicineringen.

Derfor må vi have et opgør med ideologien om, at påtvungen behandling, medicin eller andet, kan have helbredende effekter. Og ikke mindst skal dette ud af undervisningssituationen.

Et væsentligt problem er at de receptorer-blokerende kemier skyder med spredehagl, så også receptorer, der gerne

skulle have fortsat med at reagere, bliver døde. Måske ligger en væsentlig årsag til immunforsvarsafvisningerne i den negative oplevelse af, at f.eks. mætheds- og sultregistranterne er ude af drift, med deraf følgende overvægt etc. Og her virker det næsten hånende, når sideerhverv som f.eks. ergoterapeuter og diætister kommer med inspirerende løftede pegefingre.

LAP er ved at starte et forsøg på en fællesfaglig indsats for fjernelse af tvang som behandlingselement, altså at en læge/psykiater kan ordinere tvang som del af behandlingen (se bl.a. i forsøget med tvungen opfølgning). Hvis ovenstående holder stik, og med den forskergruppe der internationalt står bag, ser det sådan ud, så virker det helt ufatteligt, at seriøse læger har kunnet overbevise politikerne om værdien af at bruge tvang over for psykiske ubalancer.

Postulatet om, at disse brugere ikke har nok indsigt til at forstå deres sygdom, holder ikke, hvis de mangler denne forståelse af behovet for at finde sig i bl.a. bivirkningers selvværds- destruktion. Så er det ikke brugeren der har fejl, men de personer i behandlergrupperne, der har kontakt med dem, som ikke har evnet at finde den formel, der skulle til for at få den fornødne resonans frem. Hov, resonans - et nyt begreb, et vigtigt begreb. Kort sagt drejer det sig om samspilsrelationer mellem behandlere og brugere. Hvis der er resonans, vil der opstå empatiske relationer, der indebærer positive muligheder for forståelse af eventuelle påbud. Og hvis ikke, så opstår der situationer, hvor det mest forventelige er afvisning, og at al medicin og behandling opleves som indtrængende fremmedlegemer.

(se artiklen om resonans andet sted i dette nummer af bladet)

Af Bo Steen Jensen

Brugernes Bazar 2013

2003-2013
10 ÅR



**TORSdag
29. AUGUST 2013
KONGENS HAVE,
ODENSE**

Brugernes Bazar 2013

Brugernes BaZar er brugerens dag og et mødested, hvor brugere, praktikere, politikere og andre interesserede kan samles om en åbenhjertig debat, taler, musik, diverse aktiviteter, mad og samvær.

Temaet i år er: Ung og udsat

Alle mennesker vil behandles og ses som mennesker – ikke som en diagnose, et problem eller en udgift. Desværre oplever mange udsatte – unge som ældre – ikke at blive lyttet til, ikke mødt i øjenhøjde, og ikke anerkendt for de ofte komplekse problemer, man lever med.

En ekstra udfordring er når man er ung og udsat og samtidig bliver stillet overfor mange krav om beskæftigelse og uddannelse.

- Hvad kan der gøres for, at de udsatte unge kan komme tættere på uddannelse og arbejdsmarked?
- Hvordan kan man som udsat ung blive positivt integreret i samfundet, selvom man har svært ved at gennemføre en ordinær uddannelse eller få fast arbejde?
- Hvordan kan man som ældre eller tidligere udsat give de unge råd og vejledning til at komme videre i livet – selvom man kæmper med komplekse sociale problemer?



I løbet af dagen vil høringer give rig mulighed for at alle kan komme til orde og udfordre politikkene. **Kom og vær med!**

Rådet er glad for den stadig større interesse for at deltage. I år vil det således igen være muligt at få tilskud til transporten til og fra Bazar'en, både som enkelperson og som institution. Men flere deltagere betyder også flere udgifter. Vi opfordrer derfor væresteder, og andre institutioner til i videst muligt omfang selv at betale transporten.

Yderligere information om indholdet af dagen sendes ud i juli måned 2013.

Vi ser frem til en spændende dag.

Mange venlige hilsener
Rådet for Socialt Udsatte

Yderligere oplysning kan fås ved henvendelse til Rådets sekretariat, tlf.: 41 85 11 04 og post@udsatte.dk eller kontaktperson Alice Rasmussen (alra@ucl.dk) tlf. 23 33 52 96/63 18 36 98

REVOLUTIONER LIVET

'En ny bog om liv og det der holder det i live - kosten

Herrerevolutionen

Åh, endnu en kokebog! Ja og nej. For det første tager den udgangspunkt i at kigge på den oversete mand, den over-seende mand. De fleste livsstilsbe-skrivende bøger tager udgangspunkt i kvinders behov; derfor er denne bog vigtig og måske især vigtig for mænd med psykiske ubalancer.

De spændende progressive inter-views med mænd, der enten tør være mænd eller har genfundet modet til det, indeholder meget spændende inspiration - også om kostvaner. "Jeg fandt ud af, at franskbrød og crois-santer bare ikke holdt mig mæt en hel formiddag, hm, hvad så? - ja, nu hedder det en pæn hakkebøf og et spejlæg til morgenmad - det holder til langt over middag".

Det eneste problem, der kan være hist og her i Umahro's opskrifter er brød - dog har jeg ikke helt overblik over, hvordan gluten og helkorn har det med hinanden, det må nogen afprøve.

Når jeg nævner det her, er det fordi mange mennesker med psykiske ubalancer ofte har mere eller mindre erkendte overfølsomheder over for bl.a. gluten, laktose og lektin (den op-træder sammen med bælgfrugter som bønner ærter og jordnødder).

Anmelderen har selv disse proble-mer, men har så valgt at hvile på de gode ting i interviewene og så lade Paleokosten (Stenalderkost) lege med i systemet. Jeg oplever, at de to i kombination er meget tæt på det optimale (er stadig i skrivende stund i gang med at finde min rytme i dette), men kan allerede nu sige at jeg 100 % kan anbefale både bog og ideer.

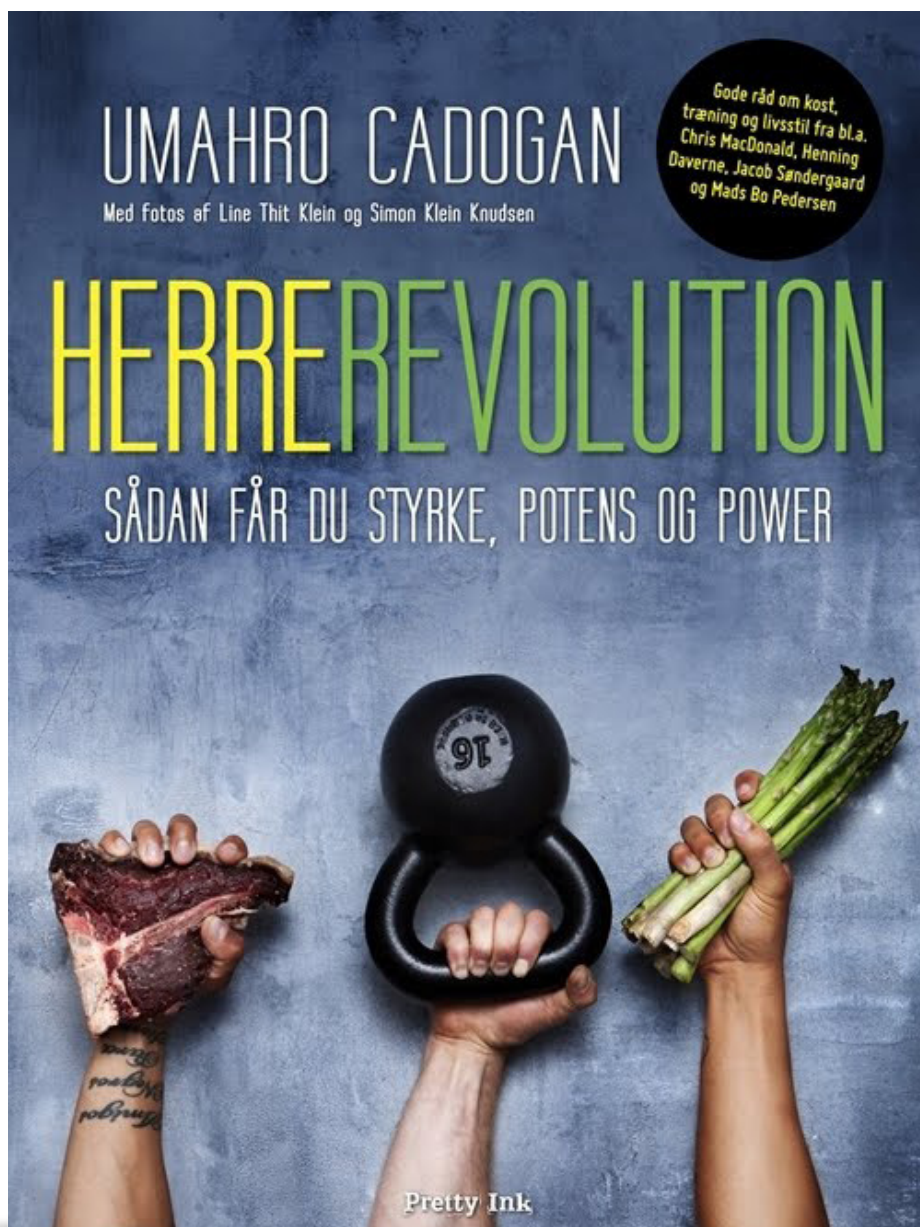
Så jo, en revolution for mænd, så de får plads til at være stolte og glade mænd i fuld virilitet. Når mænd er det, har de nemlig overskud til at elske både andre og sig selv.

Herrerevolutionen

Sådan får du styrke, potens og power

Umahro Cadogan, Forlag Pretty Ink/
Rosinante & Co, København 2011
ISBN 987-87-638-0

Af Bo Steen Jensen



DIGTSAMLING

Sjælens tåre besat af Livet af Anne Marie L. Rafferty

Anne Marie bruger digtningens kunst som dag-bøger, hvor hun beskriver livets op- og nedture og skriver om sig selv, om andres historie og om fantasiens mysterier.

Denne digtsamling er ret anderledes og meget spændende – ikke kun indholdsmæssigt.

Typografien gør det spændende at læse de forskellige oder. Bogen er delt op i forskellige afsnit, som gør det lettere at lægge bogen fra sig for senere at genoptage læsningen. Forfatteren spænder vidt fra det nærmest okkulte til kærlighed i højeste potens.

Så simpelt kan det siges – det der ofte er svært at få sagt. Jeg har udvalgt to helt forskellige digte, som viser lidt om spændvidden i forfatterens poetiske væsen.

HÅR

Ens hår kan sidde på mange måder
ens hår er næsten ligesom gåder
Man kan gør' hvad man vil, det man vil
at sætte det op til spil
Farver og striber ligeså
man gør lige hvad man må
Vokse langt eller klippe kort
begge er lige hårdt
Jeg sætter mit hår, som jeg vil
og sætter det gerne op til spil
Se da på ens hår
TAK GUD for det står
Så flot og så godt
sådan som det måtte

MAD

Man bliver så glad
når man får mad.
At lave sund kost
er et must.
Dog at motivere
uden at udlevere.
En sand manifestation
af et sårbart menneskes præsentation.
Er næsten
en religion.
Så tag herfra med en tro der er klar
og husk at alle er umiddelbare.

249 sider, pris 198,- og kan købes i butikken Flid, Saxogade 77, Kbh. V. eller ved at sende en mail til Anne Marie på raffy@raffy.dk
Pris 160 kr. + porto 40,- kr.
Grafonomen/2. oplag 2013.

Af Inger-Liss Christoffersen



LUK HANGAREN

Tænk om alle brugte menneskelig forstand og fandt varmen frem i stedet for deres isnende kulde.

Efter dom der er en bistsandsværg - som dog er uddannet pædagog.

Hun fortæller, hvordan depotmedicin har hjulpet en anden patient, hun kommer hos, så det skulle min datter have.

Hvorfor tale om andre?

For øvrigt står der i journalen, at hun ikke tåler depotmedicin.

Der bliver ikke skiftet medicin eller behandlingsmetode, der bliver tværtimod hældt mere medicin på uden at undersøge, hvorfor det ikke virker.

På trods af:

Hyppige infektioner,
Forhøjet kolesterol,
Andre lægers mening,
Store kæmpebylder
og meget mere.

Der kommer en kontaktperson, som burde hjælpe med det, hun ikke kan:

Bustræning, handle ind og komme ud blandt andre og ikke tale om sin tidligere chef med forelskede øjne, alle andre kalder ham nemlig medicin zyprexeren, både tidligere ansatte og patienter. Der kommer sygeplejerske med antabus 2 gange ugentligt, (og én gang hos psykiatrien 3 stk i alt) som er ret så ubehagelig.

De vader ind med fodtøj på, så min datter siger:

De respekter ikke mit hjem og mig som menneske, når de er så ligegyldige. Ingen undersøger nødvendigheden, det er en 10 år gammel sag, som ikke er undersøgt, det fortsætter lige meget hvem du får af behandlere. Der er kriminalforsorgen, som du er tvunget til at komme hos sammen med voldelige dømt. Der er sygeplejerskesamtale som er - ok -

dog har de kørt på samme behandling i årevis uden at ændre medicinmærke, med et dårligt resultat til følge.

Jeg tænker: hvorfor dyrker de det samme medicinfirma er det noget med % lønforhøjelse?

Alle spørger de til familien, det gælder alt, hvem betaler maden, hvordan vi spiser, hvor hun sover hvor meget hun er hjemme og meget mere snagen, i dette tilfælde er det ikke en voksen med eget liv og mening.

Af og til bliver der sagt fra bistsands værgen:

Du skulle være blevet boende på opholds stedet.

Hun dyrker det, da det er hendes gamle arbejdsplads, er helt syg med stedet, men spørg om hvor mange der er nået videre på dette sted? (det er en tidligere ansat, som leder stedet. er det godt?) der bliver spurgt ud om andre beboere.

Har jeg ret i, at en bistsandsværg er ansat til at holde opsyn, med at behandlingen er korrekt og ikke en pind andet?

Så gid du vil sige dit job fra, du klager al ligevel over, at du ikke har tid.

Sygeplejerske, respekter dem du kommer hos, de er ikke glade for at få mudder og jord ind fra dit fodtøj, eller noget hundene har efterladt, det er ikke skrald, de vil også have et pænt hjem og er tvunget til din ankomst.

Du er ikke ansat til afhøring, det er du ikke uddannet nok til, lad en advokat om det. Özlem hjælp de unge, så de ikke skal stille hos en

kriminalforsorg, de kan møde dem, som mishandlede dem efter endt justitsmord og vold, kulde og afmagt i psykiatrien.

Min datter har måttet skippe sin skole, fordi hun er tvunget til at have alle de mennesker rendende. Hun skulle have valgt fængslet i stedet for.

Der mangler undersøgelser af medicinens skadelige bivirkninger og mishandling af patienter fra personalets side, frem for alt hjælp i retssager.

Gå dog undercover og se hvad der foregår, det gælder både på opholds steder og i psykiatrien.

Jeg tror, de øverst ansvarlige vil blive dybt chokeret og hede om ørerne, når de opdager, hvad der sker.

Et stort ønske var, at medicinens gyserlige bivirkninger kom frem i retssager, at der var en fond, så vi kunne kæmpe sammen i retssager. Det sker ikke, før der dør flere, eller hvis det var i egne rækker.

ELSE





MEDICIN/VITAMIN-GRUPPEN

Beskrivelse af den nye LAP-arbejdsgruppe

Gruppen består af følgende medlemmer:

Tovholder Bo Steen Jensen,
Inger-Liss Christoffersen,
Ole Nielsen og
Hanne Wiingaard (LL).

Mail: medicinvitamin@lap.dk

Formålet med gruppen er at vise, at LAP ikke fornægter medicin. Manges vej til en sammenhængende dagligdag, består af en balanceret medicinering i samspil med gode støtte-personer; derfor er det nødvendigt at skabe modspil til den unuancerede antimedicinske holdning i visse kredse.

Som det har lydt i årevis, tror næsten alle uden for LAP, at vi slet ikke må tage medicin mod psykiske lidelser.

Vi vil arbejde på at fortælle at det er OK, når man har gavn af sin medicin. En kombination kunne f.eks. være alternativ/holistisk behandling via kostoplægning, vitaminer og mineraler, psykolog m.v. Alle muligheder skal være åbne!

FARVEL TIL EN LAP KÆMPER

Her på det seneste har vi måttet sige farvel til en af pionererne inden for LAP. Det er Paul Melchior Madsen, der stille er sovet ind, 59 år gammel. Har var stifter af patientforeningen på psykiatrisk hospital I Risskov ved Århus for mere end 20 år siden; den der senere hen er blevet til en lokalforening inden for LAP.

På trods af svær sygdom, (han havde fået amputeret begge ben) kæmpede han til det sidste for de sindslidendes sag, han var bl.a. meget interesseret i, hvordan den nye hospitalsby ved Århus kommer til at se ud.

Det psykiatriske hospital skal med tiden flyttes derud. I forbindelse med LAP på landsplan, har man kunnet møde ham til vores landsmøder, han var bl.a. med til det i 2012. Ved hans begravelse var der både repræsentanter fra LAP på lands- og lokalt plan.

Efterfølgende fik vi kaffe og kage hos hans 89-årige mor.

Tom Jul Pedersen

INDMELDELSSES BLANKET



NAVN:

ADRESSE:

FØDSELSDATO OG ÅR:

POSTNR. OG BY:

KOMMUNE:

REGION:

EVT. TLF:

EVT. EMAIL:

JA ☐ Jeg er nuværende eller tidligere psykiatribruger og ønsker medlemskab af LAP: 125 kr. årligt

JA ☐ Vi er psykiatribrugere og ønsker kollektivt medlemskab af LAP for vores forening/værested/institution m.v. [kontakt sekretariatet]

JA ☐ Jeg er ikke psykiatribruger, men ønsker abonnement på Medlemsbladet LAP: 175 kr. årligt

JA ☐ Vi ønsker abonnement på Medlemsbladet LAP til vores institution/forening: 300 kr. årligt

JA ☐ Individuelt støttemedlemskab: 200 kr. årligt

JA ☐ Kollektivt støttemedlemskab: 600 kr. årligt

**INDMELDelse KAN OGSÅ
FOREGÅ PÅ WWW.LAP.DK**



HAR DU BEHOV FOR EN FRIVILLIG BISIDDER?

Skal du til møde med en sagsbehandler, læge, anden behandler eller myndighedsperson?

- Har du svært ved at bevare overblikket?
- Er du i tvivl om, hvordan du får dine tanker og ønsker formuleret?
- Har du brug for en at støtte dig til?

Føl dig mere tryk med en bisidder ved din side

En frivillig bisidder er en person, der ulønnet går med dig, når du f.eks. skal mødes med kommune, jobcenter, læge, klagenævn, advokat eller andet.

- Bisidderen kan tilbyde dig en samtale både før og efter mødet.
- Bisidderen har tavshedspligt.
- Bisidderen har gennemgået et bisidderkursus eller anden form for træning
- Bisidderen er vurderet egnet til opgaven
- Bisidderen er ikke en ekspert, der fører sagen for dig, men derimod en uvildig sparringspartner, som du kan drøfte din situation med.

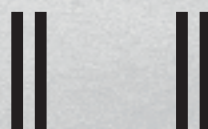
LAP's frivillige bisiddere har selv på den ene eller anden måde haft berøring med det psykiatriske behandlingssystem.

Det er uden udgifter for dig at benytte en bisidder fra LAP.

Sådan får du kontakt til en bisidder fra LAP's bisidderkorps:

- Henvend dig til LAP's sekretariat i Odense på tlf.: 6619 4511 eller pr. e-mail: lap@lap.dk
- Oplys navn og tlf. nummer og giv en kort beskrivelse af til hvad, hvor og hvornår du har brug for en bisidder.
- LAP vil hurtigst muligt forsøge at finde en ledig bisidder, der kan og vil påtage sig opgaven.
- Bisidderen kontakter dig, og I aftaler nærmere om, hvordan I vil forberede jer på det eller de møder, hvor du ønsker bisidderens medvirken. Om muligt ved at mødes eller evt. pr. tlf.

Store Glasvej 49, 5000 Odense C



POST

Sendes ufrankeret
Modtageren
betaler portoen

**LANDSFORENINGEN AF NUVÆRENDE OG
TIDLIGERE PSYKIATRIBRUGERE**

+++ 15714 +++

7993 Sydjylland-Fyn USF B

EN DØDFØDT EKSISTENS

- et digt om at være til i psykiatrien. Som patient, der tålmodigt lytter på råd fra læger og sygeplejersker.

Psykologen ser på mig
Spørg' nysgerrigt ind til min idé
"ville du gerne rejse i Indien
med rygsæk
og leve
som man lever der?"
Jeg svarer
mens jeg ser væk
ubetinget ja!
Psykologens latter
falder som sølvmonter
foran fontænen
hvorfra mine drømme
henter sin glæde
og inspiration
men jeg samler mønterne op
og betaler fornuften
for at følge mig forsigtigt
hjem

Sygeplejersken ser på mig
mens jeg tøvende fortæller
om en vision jeg har
at jeg mediterer
og lever i ashram
og måske uddanner mig
til clairvoyant
Sygeplejersken smiler
og lægger en hånd
på sit bryst
"vi tror at sekretær
eller gartner
kan give dig det
du behøver
for at leve trygt"

Psykiateren
stiller mine soldater op
smiler og peger
sergenterne ud
"her er din angst
og her er din uro
og her
er de ting
som aldrig blev til noget"
Jeg hejser stille sjælen
ud af min krop
lægger mit hovede
nænsomt
i skødet
på den talende fornuft
jeg ber' om endnu en tablet

En pille
som kan
dæmpe stemmen
i mit sind
den råber
med hylende stemme
som en cyklon
af vildskab og ufornuft
en kæmpe
som pisker havet
med rasende fråde og dødsforagt

Jeg ved
at der skal mere til
end fem milligram
til at dæmpe dens brøl
men lægen er nådig
og giver rigeligt
så stormen bliver
en lun og stille vind
den smyger sig med venligtsindet
latter
og dens varme er både bitter og sød
men jeg kan ikke længere se
nogen forskel
på hvornår jeg lever
og hvornår
jeg er død

Terkel Winther

NYT KURSUS FOR LAP'S BISIDDERKORPS

Den 5. - 6. oktober 2013 tager LAP's bisidderkorps igen på kursus. Kurset afholdes på Vejle Center Hotel med Malene Sønderskov fra Strategihuset som underviser og kursusleder.

Formålet med kurset er - udover at ryste bisidderkorpset yderligere sammen, at deltagerne:

- Har en klar forståelse af, hvad opgaven som bisidder går ud på (og hvad den ikke går ud på)
- Kan skelne mellem rollen som bisidder og rollen som partsrepræsentant (og rådgiver) - og ved hvordan/hvornår de skal vælge den ene rolle/funktion frem for den anden.
- Er bevidste om, hvordan de gennem forskellige former for kommunikation og spørgeteknikker kan være med til at klæde borgeren på til mødet og skabe en god dialog mellem borger og sagsbehandler.
- Ved, hvornår og hvordan de kan sætte grænser for sig selv og borgeren.

Alle nuværende medlemmer af LAP's bisidderkrops tilbydes at deltage, men der er også mulighed for at nye kommende bisiddere kan søge om optagelse på kurset.

Hvis du er interesseret i fremover at indgå i LAP's bisidderkorps, opfordres du til at rekvirere kursusprogram og ansøgningsskema via LAP's sekretariat: lap@lap.dk eller tlf. 6619 4511.

Ansøgningsfrist: 20. august.

**Med venlig hilsen
Bisidderarbejdsgruppen**



HANDLINGSPROGRAM FOR LAP 2013 - 2014

I det kommende år vil landsledelse, medlemmer og ansatte især arbejde med at:



1 Følge og overvåge udmøntningen af fleks- og førtidspensionsreform

2 Der gives mulighed for tilskud til tandbehandling ved tand-skader forårsaget af ordineret psykofarmaka.

3 Førtidspensionisters økonomiske forhold bliver væsentligt forbedret, når man passerer folkepensionsalderen.

4 Der bliver skabt en forenklet arbejdsgang og bedre gennemskuelighed ved tildeling af boligsikring og boligydelse.

5 Fortsætte og udvikle eksisterende aktiviteter og samarbejde, f.eks. to sommerlejre, Brugernes BaZar, psykiaritopmøde, bisidderkorps, medlemsblad og hjemmeside.

6 Søge indflydelse på modernisering af psykiatrien, herunder etablering af medicinfri afdelinger og mulighed for rygning for rygere, især via det nedsatte psykiatriudvalg og i forbindelse med valg til regionsrådene.

7 Formulere og fremføre vores ønsker til kommunernes psykosociale indsats op til og i forbindelse med kommunalvalget.

8 Intensivere indsatsen mod tvang i psykiatrien og mod diskriminerende kriminalisering af psykiatribrugere, bl.a. ved at gennemføre en landskampagne med fokus på at tvang skal opgives som behandlingsprincip, således at en mere menneskelig tilgang til behandlingen kommer i centrum i psykiatrien.

9 Oplyse om vores rettigheder og arbejde for overholdelse af FN's handicapkonvention.





10 Styrke samspillet mellem landsforening, grundforeninger, individuelle og kollektive medlemmer, f.eks. i form af fælles arrangementer, kurser i samtalegrupper og andre netværksskabende aktiviteter.

11 Styrke kendskabet til LAP's mærkesager og udbrede generel information om LAP og dens grundforeninger, indadtil som udadtil i foreningen via medlemsblad, foldere, visitkort, medlemsmøder og hjemmeside mv.

12 Skabe en foreningskultur præget af empowerment, gensidig anerkendelse, forståelse og solidaritet.

13 Afsætte og udvikle ressourcer til at blive mere synlige i medierne både i aktuelle debatter og ved at skabe opmærksomhed om foreningens mærkesager.

14 Støtte psykiatribrugere i at forbrydelser/vold, som disse udsættes for på bosteder, opholdssteder og psykiatriske hospitaler, bliver dokumenteret og politianmeldt



LAP's
landsmøde
Svendborg 13.-14. april 2013





LANDSLEDELSEN I LAP

Lars Kristensen, Finn Parkø, Tom Jul Pedersen, Steen Moestrup
Inge G. Volder, Olga Runciman, Marian B. Goldstein, Erik Thom-
sen, Hanne Wiingaard, Jan Stig Andersen
Paul Bjergager Nielsen, Holger Pedersen, Gert Zøllner (sup-
pleant)

Katrine Woel mangler på billedet.

Foto: Jette Nielsen

LAP's
landsmøde
Svendborg 13.-14. april 2013



KROGS KROG

Midt i - tiden...

Kender du det? - At man står midt i noget - og så sker der noget helt uventet. Storm P. satte det på en fysisk formel: 'Når et legeme nedsænkes i vand - ringer telefonen.' Han sagde også: 'Det gik ikke som jeg havde ventet, men det havde jeg nu heller ikke ventet.'

Beatlen John Lennon skrev det lidt anderledes: 'Life is what happens while you're busy making other plans.' Jeg tænkte på begrebet 'midt i noget' forleden, da jeg så et postkort som reklamerede for en dokumentarfilm med titlen: 'Jeg hader ADHD' med undertitlen: 'Børn i en diagnosetid.' Hvad er vi midt i? Medierne skriver efterhånden meget om psykiske og psykiatriske spørgsmål. Det kan være om psykiatere, som skriver flere regninger ud til det offentlige, end de har adkomst til, eller om en bestemt psykiater, som gennem mange år har haft adskillige klager, dårlige patientforløb og især anklages for at være lidt for hurtig på aftrækkeren til at udstede selv temmeligt svære diagnoser. Han har fyldt meget. Der har tillige løbende været sager om forholdene på lukkede afdelinger og udstrakt brug af tvangsbehandlinger og fikseringer, som trods gyldne hensigter om det modsatte alligevel sker i stort omfang. Hele spektret og medie billedet bliver fyldt med alt fra skrækhistorier til milde og livsbekræftende historier under julelampens skær. Der er jo det ved medie billedet, at det skal udfyldes hver dag. Uanset om der er store, små, gode eller dårlige historier. Jeg ville ønske at vi i brugerbevægelsen kunne samle og støtte hinanden i være med til at skabe og skrive disse historier. Dermed kunne vi ændre og endda forbedre dækningen af hele psykiatrimrådet. Medierne har konstant brug for stof, historier, 'cases', og som de legitime konsekvens eksperter burde brugerne være de første til at beskrive forholdene. Det kræver mod og handlekraft, men det burde bevægelsen snart være moden til. På filmområdet er der i øjeblikket en ny dansk film af instruktøren Søren Kragh-Jacobsen. - Ham med Mona, Mona, Mona - hvornår kommer den dag, hvor du vil ta' min hånd - og vi kan stikke a' - sammen. Søren K.J. er for mig indbegrebet af den følsomme mand, men 'Lossens time' er en temmelig barsk historie. Lossens time er den 25. time i døgnnet. Det er der, alt kan ske - og den smukkeste time af dem alle, for de der er følsomme nok til at opleve den. Søren Kragh-Jacobsen bliver også kaldt dansk films store humanist og betegner selv sin film som en alvorlig drillepind. Han har altid holdt af kinesiske æsker og spørger, hvorfor man ikke kan skrive manuskripter ligesådan. Han siger også, at han ikke vil sige 'sådan er psykiatrien', men fortsætter alligevel 'selvom jeg egentlig tror det'. Men han vil ikke prædike.

Filmens kvindelige hovedroller spilles af Sofie Gråbøl som præsten Helen og Signe Engholm som psykologen Lisbeth. Drengen, eller den unge mand i filmen har oplevet lossens time og er indespærret på den lukkede psykiatriske anstalt Katrinebæk. Han har nemlig også slået et ældre ægtepar ihjel. Psykologen har givet ham en kat som en del af et adfærdseksperiment, men projektet er løbet af sporet. Drengen har forsøgt at tage sit eget liv, og da Gud og religiøsitet dominerer hans tanker bliver præsten bedt om hjælp. Det bliver nu et trekant drama, som handler om bevæggrundene for vores handlinger, store som små, og om en dreng for følsom til denne verden, der mødes med svigt og behandles med lukkede døre. Filmen har

Fortsætter →

KOLLEKTIVE MEDLEMMER

Aktivhuset Freya	2670 Greve
Aktivitetshuset	5000 Odense C
Aktivitetshuset Sidelinien	2200 København N
Banehuset	4450 Jyderup
Birkevangelen	6740 Bramming
Blågårdsgård	8800 Viborg
Bo og Netværk Næstved	4700 Næstved
Botilbudet Skovsbovej	5700 Svendborg
Brugerrådet f/Social Psyk.Jammerbugt Kommune	9440 Åbybro
BUPS - Brugerudviklingsprojekt for	
Psykisk syge & Sårbare	2820 Gentofte
Café Aroma	5700 Svendborg
Café Utopia	7500 Holstebro
Center Amager	2300 København S
Center Nørrebro	2200 København N
Dag- og Botilbudene i Hinge	8620 Kjellerup
Den Blå Café	7430 Ikast
Den Grønne Gren	8900 Randers C
Den Gule Dør	4600 Køge
Det Gule Hus / Askovgaarden	2200 København N
Det Hvide Hus	2820 Gentofte
Flydedokken	7000 Fredericia
Forvandlingsværkstedet	2650 Hvidovre
Fountain House, København	2100 København Ø
Gallohuset	8000 Århus C
Haslekollegiet	8210 Århus V
Huset i Overgade	9800 Hjørring
"IFK 98" - Kæmperne	2200 København N
Katrinebjergcentret	8200 Århus N.
Lyspunktet	4500 Nykøbing Sj
Mamma Mia	2400 København NV
Mandagsklubben i Vejlbj Vest	8240 Risskov
Muhabet	1800 Frederiksberg
Multihuset Isefjord	4300 Holbæk
Netværkscaféen	7700 Thisted
Netværkstedet	1871 Frederiksberg C
Nordfyns Psykiatricenter	5471 Sønderød
Nørremarken	8800 Viborg
Outsideren	2200 København N
PH - Aktiv	8600 Silkeborg
Regnbuehuset	2630 Taastrup
Sind klubben i Hillerød	3400 Hillerød
Skejbyhave	8200 Århus N
Skiftesportet	7400 Herning
Social psyk. værested/ aktivitetshus	6270 Tønder
Socialpsykiatrien i Ballerup	2740 Skovlunde
Socialpsykiatrien, Botilbud	4640 Fakse
Socialpsykiatrisk Center	4330 Hvalsø
Socialpsykiatrisk Center Rosengaarden	6900 Skjern
Sindslidendes Vilkår	8220 Brabrand
Stoppestedet	5000 Odense C
Støttecentret	6960 Hvide Sande
Støttecentret	6950 Ringkøbing
Støttecentret	6900 Skjern
Støttecentret	6920 Videbæk
Sølvagergård	4293 Dianalund
Værestedet Perronen	4800 Nykøbing F
Værestedet Promenadehuset	8700 Horsens

KOMMUNALE GRUNDFORENINGER

FAP Midtvest:

v/Else Holm, Svaneparken 176, 7430 Ikast
Telefon: 9715 1654, holmelse@hotmail.com

LAP Århus:

Skovagervej 2, 8240 Risskov, jp@antv.dk,
www.psykiatribrunder.dk
Lise Jul Telefon: 2014 2422
Tom Jul Pedersen Telefon: 2988 4532
Bjarne Thykjær Poulsen Telefon: 2578 6598

LAP Silkeborg Kommune:

v/Ditte Rymer Jensen
Telefon: 2040 7608, ditte_rymer@hotmail.com

FAP Viborg Amt:

v/Jan Stig Andersen
Telefon: 4053 9647, jan.stig.andersen@lap.dk
www.lap.dk/fapviborg

LAP Randers:

v/Henrik Pedersen
Telefon: 3135 3507, henrikpedersen24@yahoo.dk

LAP Horsens Kommune:

v/Jørgen Gade, Lichtensbergsgade 4, 4., 8700 Horsens
Telefon: 5052 4553

LAP Nordsjælland:

v/Steen Moestrup, Langbjerg Park 57, 3400 Hillerød
Telefon: 2822 2765, steen@lap.dk

LAP Roskilde og omegn:

v/Niels Laursen, Grønnegården 572 B, 2670 Greve
Telefon: 4390 5268, nielsoglaursen@youmail.dk
LAP Roskilde har træffetid første torsdag, hver måned kl. 14-16 hos PsykInfo, Kornerups Vænge 9, st. tv., 4000 Roskilde
Kig ind, vi byder på gratis kaffe/te/kakao og frugt eller et stykke kage. Du er altid velkommen!

LAP Vestsjælland:

v/Valentina Djurhuus
Søndermarksvej 20, st.th., 4293 Dianalund
Telefon: 2255 1046

LAP Holbæk:

v/Bruno Madsen
Telefon: 4053 6067, bruno-madsen@hotmail.dk

FAP Køge og omegn:

v/Birgitte Kongsfort
Telefon: 2163 4953, kongsfort@mail.dk
www.fapkoeg.dk

LAP Næstved og omegn:

v/Hanne Wiingaard, Suså Landevej 37, 4160 Herlufmagle
Telefon: 5550 0151 / 2163 7314, wiingaard@pc.dk

LAP København Frederiksberg:

Vesterbrogade 103, 1., 1620 København V.
v/ formand Danny Christiansen
Telefon: 6143 6321, lap@lap-kbh.dk
træffes onsdage mellem kl. 12-14
Lone Høeg
Telefon: 6168 8895, loneszone@gmail.com
Signe Bischoff
Telefon: 2628 1450, signe-bischoff@live.dk

LAP Hovedstaden Nord-Vest:

v/Rigmor Sofia Sommer, Marklodden 37, 2760 Måløv
Telefon: 44 66 20 28, ridde@webspeed.dk

LAP Københavns Omegn:

v/Lars Arredondo, Dalstrøget 104, st., 2870 Dyssegård
Telefon: 3956 4802, larsa@tdcadsl.dk

LAP Guldborgsund og Lolland:

v/Jytte Rasmussen
Telefon: 2874 0352, udstrup.jytte@hotmail.com
www.123hjemmeside.dk\LAPguldborgsund

Kontaktperson i Svendborg Kommune:

Ulla Pedersen, Støberbakken 8, 1.tv., 5700 Svendborg
Telefon: 6220 1509

REGIONALE GRUNDFORENINGER

LAP Nordjylland:

v/ Henriette Steffensen
Carl Rothes Vej 138, 9210 Aalborg SØ.
Telefon: 4031 6525, henriettes_postkasse@hotmail.com

LAP Midtjylland:

v/Tom Jul Pedersen
Telefon: 2988 4532, tomjulp@gmail.com

LAP Region Sjælland:

Midlertidig kontakt:
Alicia Johansen, alicia.j@webspeed.dk
Hanne Wiingaard, wiingaard@pc.dk

LAP Region Hovedstaden:

v/Gert Zøllner, Birkevænget 82 A, 3600 Frederikssund
Telefon: 2175 0186 og
Bo Steen Jensen
Telefon: 3969 3388 / 2578 3388, zentao@oncable.dk

fået gode anmeldelser og mange stjerner. Det er en forbavsende udansk film fra en af de danske af alle danske instruktører. Selv har jeg nu altid haft et vådt øje og et blødt hjerte for Søren, Mona, Gummi Tarzan og drengene fra Skt. Petri, som viste mig og andre at: Du er ikke alene. Bøger har ofte beskæftiget sig med at være midt i noget. En af de klassiske var Benjamin Jakobsens: 'Midt i en klunketid'. Det skal understreges at der ikke umiddelbart er noget præpubertært mandehørmeri i titlen. Det handler om familien Jakobsens alt andet end kedelige borgerlige liv i 1890'ernes København i stilperioden historicismen. Mere populært kaldt for klunketiden, som dækker de sidste to tiår 1880 - 1900, hvor der hang klunker på alle møbler. En klunke er en kugle med en kvast. År senere udvidede senere undervisningsminister Bertel Haarder begrebet, da han skrev bogen 'Midt i en klynketid.'

En anden bog, som er min yndlingsmidtibog, Knud Sønderby's: 'Midt i en jazztid,' er en pragfuld skildring af tyvernes og tredivernes København. Om en ung jurastuderende fra arbejderklassen, som kommer ind i et overfladisk overklasse miljø. Han undrer sig og iagttager, men drages trods sin skepsis ind i societylivet med masser af fester, spiritus, skiferier - og jazz. Smuk bog som blev en mindst ligeså smuk sort/hvid-film, som jeg i øvrigt selv var med til optagelserne af i min grønne barndom. Man spåede, at de mange unge skuespillere i filmen ville blive den næste generation af store skuespillere, som ville stå fremmest, men det var som om, der hvilede en grum skæbne over holdet. Den eneste, som nåede frem til hovedrollerne, var Jesper Langberg. Hvis jeg skal være aktualitetsrelevant ville jeg kalde det en dansk 'Den store Gatsby'. Blot mere underfundig og underspillet. Ord man bestemt ikke kan sætte i forbindelse med den nye genfilmatisering med Leonardo DiCaprio. Også fjernsynet forsøger at være fremsynet med emnet 'mennesker med psykiske sygdomme' og sendte den 1. juni en temalørdag under den flammende overskrift: SINDSSYG. Som de selv skriver på plakaten, er det: 'Historien hvor syv modige danskere, åbent fortæller om kampen mod indre dæmoner, mystiske stemmer og psykoser som psykisk syg. Historien om skam, frygt og selv-mordstanker. Men frem for alt historien om mennesker, for hvem det lykkedes at komme tilbage til livet efter svær sindssygdom. Det lyder dragende som dramaserie i 34 afsnit, som vil holde familien Danmark fanget i sofaen de lange vinteraftener. Men trods dramaturgien er det - foreløbig - kun en temalørdag. Jeg har før beskrevet, at al underholdning arbejder med begrebet fascination - herunder også nyheds- og dokumentarudsendelser. Baseret på to fascinationsmomenter: 'Bare det var mig!' og 'Godt det ikke er mig!' For en enkelt gangs skyld er vores målgruppe måske privilegeret! Måske ligger der en ekstra bonus i, at begge ingredienser bliver opfyldt samtidigt.

Tilbage til diagnosetiden:

ADHD er en af de tidstypiske diagnoser, og jeg hørte forleden, at forbruget af

ADHD-medicin de senere år er steget med 14.000%. Det har naturligt nok skabt debat. Mere debat skaber nok den nye amerikanske diagnosemanual Diagnostic and Statistical Manual (DSM), som udkom i slutningen af maj. Den er amerikansk udarbejdet, men danner grundlag for den psykiatriske del af WHO's klassifikation, som også bruges i Danmark. Udgivelsen giver ny næring til krigen mellem psykologer og psykiatere om det videnskabelige grundlag for at diagnosticere psykiske sygdomme. Krigens navn kan sammenfattes til et ord: Overdiagnosticering! Især fordi et stigende antal diagnoser vil medvirke til at gøre endnu flere mennesker syge og medicinkrævende. Asperger vil dog forsvinde og indgå i en bredere benævnelse. Til gengæld ventes nye som 'generthed hos børn', 'sorg over dødsfald, der fører til depression', 'internetafhængighed' og spiseforstyrrelsen 'grovæderi' (Binge Eating Disorder).

Til sidst tilbage til ånds- og beværtningslivet:

Nærmere betegnet årets Cirkusrevy! Hvis du ikke har tænkt på at bevæge dig ud i den grønne skov og Dyrehavsbakken, er her til slut et par pointer, så sparer du også nogle hundrede kroner, selvom der sikkert er udsolgt! Makronbunden i enhver revy er satire og at være i opposition til de til enhver tid siddende magthavere. Således også i år, så spørgsmålet i en sketch lyder: Hvad er forskellen på finansminister Bjarne Corydons slips og en hestehale?

Hestehalen dækker hele røvhullet. Omkvædet i en satire om DSB lyder: Det er et skidt tog, men det er DIT tog! Og om den nye offentlighedslov: Vi vil ha' offentlighed i det offentlige! Om det sidste er morsomt eller tragikomisk - er endnu et godt spørgsmål. Landsmødet i Svendborg bliver behandlet andetsteds i bladet, så der er lige plads til årets jubilæum! Filosofen Søren Kierkegaard blev i maj 200 år. Hvilket i sig selv er en præstation, da han døde allerede som 42-årig. Han blev dog ikke fejret som sin samtidige H. C. Andersen. Men mindet bliver han dog, eksempelvis da den amerikanske fastfoodkæde McDonalds tidligere i år åbnede en Burgerrestaurant i hans fødehjem. Det ligger på Kongens Nytorv, hvor han også skrev et af sine hovedværker: Enten eller. Spisestedet har endda hele to mindevægge - dels for Søren og dels for H. C. Andersen, som sandelig også har boet på stedet. Apropos madkultur og H. C. Andersen ditto en sidste serviceoplysning: H. C. Andersens yndlingsspisestue var skidne æg. Således opmuntrede, kan jeg kun ønske alle en god, varm, afslappende, rehabiliterende og gevaldig glædelig sommer! Kys det nu, det satans liv, grib det, fang det før det er forbi.

**Hav det nu godt og pas rigtigt godt på jer selv!
Kærligst Michael**



DANMARK

PP

Afsender: Medlemsbladet LAP, Store Glasvej 49, 5000 Odense C