



TEGNING: BENTE FØNNEBØ

# Tilfluktshuset i Berlin

Av Kerstin Kempker, Weglaufhaus

Øversettelse Unni Løkken

Jeg tilbragte mer enn tre år i psykiatrien, fikk mange diagnoser og tusenvis av piller, også elektroshjokk og insulinsjokk på 70-tallet. Senere studerte jeg sosialt arbeid, kontaktet Galebevegelsen i Berlin (Die Irren-Offensive) og ble en av initiativtakerne til *Foreningen til Vern mot Psykiatrisk Vold*, og jeg har fra starten arbeidet i Tilfluktshuset. (Hvis dere er interessert i bilder av huset, noen beboere og betjening, kan dere se videoen med en TV-film laget i 1996 av en av de to nasjonale tyske TV-stasjoner. Vi vil forsøke å oversette den.

I fjor utgav jeg en bok om våre første erfaringer med Tilfluktshuset. Den heter: "Flucht in die Wirklichkeit", på norsk "Flukt til virkeligheten". Dere kan få se boka med dens mangfold av bilder. Vi har og brosjyrer og postkort.)

Vi åpnet Tilfluktshuset, "Weglaufhaus" den første januar 1996.

## HVEM ER VI?

Vi representerer *Foreningen til Vern mot Psykiatrisk Vold*, grunnlagt sju år tidligere av en liten gruppe overlevende og andre antipsykiatriske aktivister. (I Tyskland snakker vi ikke om overlevende, men om "Psychiatrie-Betroffene"; et begrep som ikke lar seg

oversette til engelsk. Begrepet står for folk som er utsatt for, truffet av, eller konfrontert med psykiatrien. Dette er et mindre radikalt, og mer nøytralt begrep enn overlevende, men dog langt unna begrepet bruker.)

## HVA ER TILFLUKTSHUSET?

Tilfluktshuset er et antipsykiatrisk krisesenter for hjemløse overlevende av psykiatrien; for folk som har tilbragt lang tid i psykiatriske avdelinger, og som ønsker å leve uten psykiatri med dens diagnoser og medisiner. Ønsket om å bestemme over seg selv, og ta ansvar for seg selv er ikke det samme som at ønsket lar seg realisere med en avgjørelse. Etter år langt borte fra egne ønsker, muligheter, endog fra egen kropp, trenger du noe mer enn å ta en avgjørelse.

Du trenger:

- Støtte dag og natt.
- Folk som lytter, som er interessert, som stoler på ens ord, og som har tro på ens fremtid.
- En intensiv utveksling av erfaringer med medbeboerne.
- Noen få regler: Ikke vold, (spesielt psykisk vold mot andre), gjensidig respekt, ikke alkohol eller ulovlige rusmidler i huset.
- Et sted en møter dagliglivets utfordringer på nytt, eller

møter dem for første gang.

Etter omkring ti års kamp, er Tilfluktshuset den første tyske institusjon av dette slag som får offentlig støtte. I følge § 72 i den "Føderale lov om sosial velferd", kalt "Hjelp i spesielle sosiale vanskeligheter", kan bare hjemløse få en dagkvote på 200 tyske mark opp til seks måneder. Dette får de ikke lett. I Berlin har vi 23 ulike sosial-kontorer med 23 ulike saksbehandlingsrutiner med hensyn til å ta beslutninger, og hver beboer må oppsøke ett av dem og oppfylle alle dets noen ganger utrolige krav. For mennesker med enorme problemer, uten hjem, stort sett venneløse, og med fysiske problemer grunnet medisinbruk, er denne situasjonen meget plagsom selv om de blir fulgt til kontoret.

### **HVA ER ANTIPSYKIATRISK I TILFLUKTSHUSET?**

- Beboerne er ansvarlige for seg selv. De er ikke mentalt syke selv om de lever i en annen virkelighet, eller er i en dyp krise.
- Ingen diagnoser, ingen medisin, (unntatt de psykiatriske medikamenter folk tar om de foretrekker langsom trinnvis nedtrapping), ingen tvangsanbringelse og ingen psykiatere.
- Alle dokumenter vi må skrive om beboerne er åpne for innsyn. De kan kommentere dem, og også rette opp feil.
- Ikke minst er halvparten av staben overlevende av psykiatrien. (For øyeblikket er vi 12 ansatte – 7 kvinner, 5 menn – 7 er overlevende).
- Stabens profesjonelle kvalifikasjoner er mindre fremtredende enn menneskelige kvaliteter (toleranse, følsomhet, humoristisk sans), og erfaring med å handtere konflikter med en klar antipsykiatrisk holdning.
- De styrende organer, er alle kontrollert av overlevende. Bestemmelser blir tatt i full åpenhet. Den øverste myndighet på huset er husmøtet med alle beboerne og to ansatte to ganger i uka. Staben møtes en gang i uka. Hvis det fattes motstridende bestemmelser, eller grunnleggende spørsmål skal drøftes, nedsettes en "generalforsamling" med alle beboerne og staben samlet. Den

endelige bestemmelsen taes av denne.

### **HVEM BOR I HUSET?**

Beboerne kommer for det meste fra Berlin, men også noen ganger fra andre deler av Tyskland og endog fra Sveits. Alle var tidligere innlagt i psykiatriske institusjoner og hjemløse, eller stod i fare for å miste sine hjem.

### **Om Kerstin Kempker**

Kerstin Kempker, født i Wuppertal i Tyskland i 1958, har siden 1985 bodd i Berlin med sine to døtre. Hun har lært markedsøkonomi og ledelse, har studert sosialarbeid og er med-initiativtaker til Foreningen til Vern mot Psykiatrisk Vold, som har grunnlagt Berlins Tilfluktshus. På dette anti-psykiatriske krisestedet for bostedsløse psykiatriske, har hun arbeidet siden åpningen i 1996.

#### **Bokutgivelser:**

"Teure Verständnislosigkeit – Die Sprache der Verrücktheit und die Entgegnung der Psychiatrie" – Dyr uforstand – Galskapens språk og psykiatriens motmæle". Berlin 1991.  
 "Statt Psychiatrie" – "I stedet for psykiatri". Medutgjiver Peter Lehmann, Berlin 1993.  
 "Flucht in die Wirklichkeit – Das Berliner Weglaufhaus" – "Flukt til virkeligheten – Tilfluktshuset i Berlin". Berlin 1998.  
 "Mitgift – Notizen vom Versschwinden" – "Medgift – Notater fra de som forsvant". Berlin 2000.  
 Kerstin Kempker, Zabel-Kreuger-Damm 183, D-13469 Berlin  
 Fax. +49 – 30 – 8596 3706  
 E-mail c/o: p.lehmann@berlinet.de

En tredel kommer rett fra psykiatrisk institusjon. 20% er hjemløse og bor på gata. 23% kommer fra andre sosiale- eller sosialpsykiatriske institusjoner, eller krisesentre for mishandlede kvinner. Resten kommer fra sine familier, venner eller meget sjeldent fra egne leiligheter, hvor de ikke kan bo lenger. I de første tre årene bodde det 132 personer i huset. 63 kvinner og 69 menn. Majoriteten har en historie med lengre tids psykiatrisk behandling hvor de fleste har vært institusjonalisert, tvangsbehandlet og tungt medisineret, flerfoldige ganger. Flesteparten har ikke bare opplevd psykiatrisk vold, men også seksuell, fysisk eller psykisk vold gjennom barndommen. Mange har lite utdanning og lever på sosialhjelp. Ofte har beboere verger som tar seg av spesielle oppgaver.

### **HVA SKJER I HUSET?**

Tilfluktshuset er ingen terapeutisk institusjon. Dets innhold er å takle dagliglivets utfordringer som det er nok av. Opp til 13 beboere deler den gamle og ikke så store villaen, og organiserer

husarbeidet.

Stabens oppgave er å få alt til å fungere, gi støtte og å rydde opp i konflikter. Det finnes ingen timeplan, intet program, men en mengde individuelle, sosiale, legale og økonomiske problemer som må løses. Hovedoppgaven består i å planlegge fremtiden for hver enkelt beboer, et fremtidig arbeid, holdbart levesett, sosialt nettverk og en fremtid utenfor psykiatrien.

Spesielt om kvelden og om natta gjenopplever beboerne ofte traumatiske situasjoner som gjør at de ikke får sove og har det vanskelig. De har mistet troen på en

egen fremtid, og de til og med skader seg selv. Vi deler de søvnløse nettene, foreslår en spasertur på de nærmeste jordene, går sammen til trimrommet hvor en kan rope, bokse eller kaste ting i veggen. Vi lytter og snakker om våre nærmest felles erfaringer.

Så lenge en form for kommunikasjon og en rest av egenansvar eksisterer, er kriser og galskap mulig i Tilfluktshuset. Hvis kontakt og overenskomst blir umulig over lengre tid, og miljøet i huset blir alvorlig forstyrret, må en beboer være nødt til å forlate huset.

### FINNES DET NOEN PROBLEMER?

Selvfølger det mange problemer. Jeg gir deg noen stikkord.

**Tiden:** 6 måneder er meget kort tid til å løse grunnleggende problemer.

**Husets fiender:** Naboer som nitid observerer oss, politiske fiender som prøver å stenge huset, fiender i administrasjonen som ikke betaler; og vår beste og eldste fiende, psykiatrien.

**Mangelen på andre antipsykiatriske institusjoner. Liten toleranse blant beboerne** (noen ganger), et ønske om antipsykiatrisk pleie.

**Vi er ikke nok ansatte.** Derfor går vi noen ganger trøtt, og kan endog, (sjeldent), bli gale (*mad*).

Derfor er det ikke lett å leve, eller å arbeide i huset. Meget ofte er det bråkete og kaotisk. Kjoleskapet er tomt. Du finner ingen skje eller kaffekanne. Tykke skyer av sigarettøyk henger i luften, og ingen ønsker å gjøre noe som helst.

Jeg liker dette stedet, men jeg kan ikke arbeide her for alltid. Våre beboere har de beste muligheter i livet når de er i stand til å tilbringe lang tid i dette enestående huset.

**Ansv. red.:** Dette er en oversettelse av Kerstins Kempfers engelskspråklige manuskript om Weglaufhaus fra Amaliedagene 1999. I egen ramme er en oversettelse av en tyskspråklig presentasjon av Kerstin Kempfer. De bøkene som står under presentasjonen av henne kan interesserte henvende seg om til Peter Lehmann – [p.lehman@zelator.berlinet.de](mailto:p.lehman@zelator.berlinet.de) –, som også var gjest under fjorårets Amaliedager. Lehmann er tidligere styreleder og i dag styremedlem i Europeisk Nettverk. Weglaufhaus: [www.weglaufhaus.berlinet.de](http://www.weglaufhaus.berlinet.de) Foreningen til Vern mot Psykiatrisk Vold (Verein zum Schutz vor psychiatrischer Gewalt): [www.weglaufhaus.berlinet.de/haus/konzeption.htm](http://www.weglaufhaus.berlinet.de/haus/konzeption.htm) Peter Lehmann (selger tysk- og engelskspråklig antipsykiatrisk litteratur): [www.peter-lehmann.de](http://www.peter-lehmann.de) og [www.antipsychiatrie.berlinet.de](http://www.antipsychiatrie.berlinet.de) Europeisk Nettverk: [www.clientenbond.nl/eurdesk](http://www.clientenbond.nl/eurdesk) og [www.enusp.org](http://www.enusp.org) Denne artikkelen står på internettetsida til Weglaufhaus under norskspråklig informasjon.

# Psykisk syk

## Til Søkelyset

Det vises til Jo Lunds bakkens artikkel «Retten til å være gal» i Søkelyset nr. 17. Det er helt feil å tro at ikke psykisk syke må innlegges. Jeg har vært slik 2 ganger at jeg måtte innlegges. Den første gangen holdt jeg på å fryse i hjel på Nesodden da jeg gikk og vaset der 23. november 1980 i fra 0 til minus 2 grader. Den andre gangen fikk jeg angst for å få sopp fra lysken over hele kroppen og lå og ropte på mor i 2 døgn. Det var sommeren -95. Det er helt utenkelig at jeg kunne fortsette å være ute alene disse to gangene. Det går jo fram av hva jeg skriver! Det må derfor være klart at vi må ha psykiatriske sykehus hvor akutte tilfeller kan innlegges! Jeg vil også peke på at psykiatrien må få bruke forskjellige behandlingsformer som medisiner og samtalerapi for å forsøke å få en bedring. Med meg virket en kombinasjon av Trilafon og samtalerapi godt. Særlig da jeg fikk vite at jeg ikke skulle være redd for noe, ble jeg bedre.

# Feil bruk av resept

I siste nummer av Søkelyset var det et helsides leserinnlegg som jeg skjønnte fint lite av. En innsender kritiserer «reseptarers» arbeid (på Holmlia, var det visst). Jeg skjønnte *ikke* hva han mente. Fordi: Jeg har selv vært sammen med en reseptar en gang, så jeg vet litt om det: En reseptar er en som har noen års utdanning i farmasi, og er autorisert til å skrive ut merkelapper på og ekspedere reseptbelagte medisiner. Det er ikke reseptarer de som ekspederer oss på apotekene, men de sitter litt lengre bak i kulissene og skriver små lapper på skrivemaskin med små spesialtyper, og finner frem aktuell medisin. Reseptarer arbeider på apotek, sykehus og i legemiddelfirmaer. Reseptaren er altså en helt nøytral person i forhold til hva pasienten tildeles eller pålegges å bruke av medisiner. (Skyt ikke på reseptaren!).

Med hensyn til å rette på innlegg fra innsendere utenfra så mener jeg personlig at det er OK å gjøre det, fordi: hensynet til mange lesere bør veie tyngre enn hensynet til én innsender, og det har sin betydning at innlegget er klart formulert og forståelig for leseren. Og har ikke leseren lett for å forstå innlegget så mister det i grunnen sin verdi også for innsenderen. Så enten bør feil rettes før det trykkes, eller – hvis man skal være veldig pietetsfull – rettes ved en fotnote under, eller å