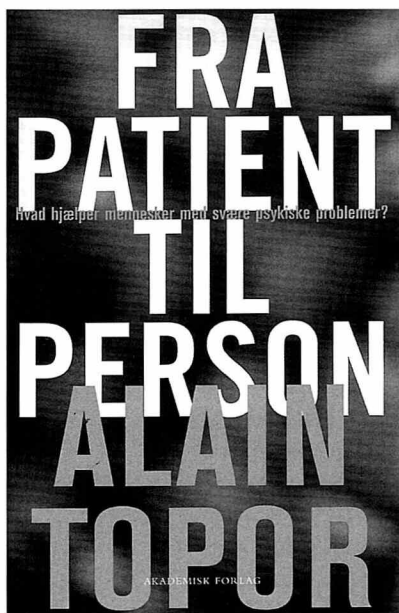


Social responsivitet



Alain Topor:

Fra patient til person.

Hvad hjælper mennesker med alvorlige psykiske problemer?

Akademisk Forlag,
København 2005.

Anmeldelse af Lis Møller

Alain Topor er psykolog, fil. dr. og chef for forsknings- og udviklingsenheden ved SPO Psykiatri i Södra Stockholm. Desuden er han forskningschef ved instituttet for socialt arbejde på Stockholms Universitet. Alain Topor har ofte besøgt Danmark og er kendt for sin afdækning og præsentation af recovery, sin dokumentation af, at mennesker med alvorlige psykiatriske diagnoser kan komme sig.

Fra patient til person er på 245 sider og består af seks kapitler, der alle afsluttes med forslag til videre læsning for særligt interesserede i netop dette kapitels perspektiv. En klar og enkel præmis for bogen er, at hvis psykiatrien skal finde ud af, hvad der hjælper, må man spørge de personer, der har erfaringer med at blive hjulpet. Således får en række menneskers erfaringer med, hvad der har bidraget til, at de har fået det bedre, en stemme i kraft af denne bog. Og det er en af bogens store styrker.

Fra patient til person følger op på recoverytanken og rejser indledningsvis følgende spørgsmål: "Hvis det forholder sig sådan at mennesker med alvorlige psykiske problemer kan komme sig – hvad er det så der hjælper dem med at få det bedre? Hvad er psykiatriens og det sociale systems rolle i den proces? Hvilken hjælp får man fra venner og pårørende i dette arbejde. Hvad kan personen selv bidrage med?" (s.16) Bogen baserer sig på dels individuelle interviews med 30 forskellige personer, der tidligere er blevet behandlet på psykiatriske afdelinger, dels samtaler i fokusgrupper med nogle af de interviewede. Fælles for de 30 personer er, at de er kommet sig, og det er gået dem godt. Ingen af dem har været indlagt de seneste to år. Ni af dem har aktuel kontakt med distriktspsykiatrien, tre af disse også kontakt med socialforvaltningen og 21 ingen kontakt med distriktspsykiatrien. Der er således tale om en bred forståelse af, hvad det vil sige at komme sig. De interviewedes erfaringer fremstår som billeder på, hvad der kan hjælpe mennesker med alvorlige psykiske problemer med at få det bedre. Det siger sig selv, at hvad der gælder for disse mennesker ikke nødvendigvis gælder for alle

andre, spørgsmålet om repræsentativitet kan rejse sig. Hertil svarer Topor selv indledningsvis: "Mit svar vil være at de er repræsentative fordi hvert enkelt menneske – dets historie, erfaringer og tanker – har noget at lære os om os selv. Ikke mere men heller ikke mindre." (s.16). Det er ikke Topors ærinde at bevise noget, hans ærinde er derimod at vise nye perspektiver og nye veje at gå baseret på en række menneskers erfaring med psykiatrien og med at få det bedre. Der er således tale om 30 individuelle historier. Det interessante er imidlertid, at der tegner sig mønstre. Det skal vi vende tilbage til.

Bogens titel henviser til det hovedspørgsmål, der rejses, og det svar der gives. Det gennemgående spørgsmål er: Hvad hjælper mennesker med alvorlige psykiske problemer? Og det svar, der gives, er: Det gør menneskers mulighed for at blive set, hørt og oplevet som person snarere end som patient. Helt afgørende står bevægelsen fra objekt (patient) og til subjekt (person). Denne bevægelse er i følge Topor afhængig af personen selv og af de relationer og den kontekst, personen får mulighed for at indgå i. Det centrale er at bevare eller genvinde subjektivitet, hvilket både peger ind mod individet selv og ud mod andre. At være subjekt betyder at opleve og blive betragtet som et individ, der har betydningsfuld viden om sig selv. Et individ, der tager meningsfulde initiativer (selv om de måske umiddelbart opleves og ser meningsløse ud), har personlige oplevelser, tanker og følelser. At opretholde sig selv som subjekt kræver, at man også bliver set og mødt sådan af andre, og det er præcis her, vi i praksis kan lære og lade os inspirere af Topors bog. En inspiration, der rækker ud over psykiatrien som felt og ind i socialt arbejde set i et bredt perspektiv, fordi en af de store udfordringer i socialt arbejde er at bevare et blik på den anden (og sig selv) som subjekt. Det gælder generelt både i det konkrete møde mellem mennesker og i den måde indsatsen organiseres på. Bogen giver således stof til eftertanke både i forhold til organisering af indsatser og i forhold til betydnin-

ningen af det konkrete møde mellem de mennesker, der aktuelt har brug for hjælp, og dem, der skal hjælpe. *Fra patient til person* handler om mennesker med alvorlige psykiske problemer, men den peger samtidig på fundamentale forhold ved livet for og mellem mennesker og ved konsekvenser af individuelle sårbarheder og oplevelser af at have brug for hjælp fra professionelle.

At komme sig er i Topors forståelse noget andet end helbredelse og rehabilitering. Man *bliver* helbredt (med mindre der er tale om såkaldte spontane helbedelser), og man *bliver* rehabiliteret. Det vil sige, man er i stor udstrækning objekt for andres indsats. Omvendt forholder det sig med at komme sig, der signalerer subjektivitet og individets egen aktive indsats. At komme sig indbefatter en udviklingsproces, hvilket betyder, at man ikke går tilbage til en tidligere tilstand, man genvinder så at sige sig selv på en ny måde i en proces, der snarere er cirkulær end lineær. I bogen fortæller Carina blandt andet: "Jeg lærte at genkende mine følelser. Det gik to skridt frem og et skridt tilbage eller som i en spiral." (s. 85) At komme sig handler altså ikke om at blive den, man var, hvilket omgivelserne (både professionelle og pårørende) tilsyneladende mange gange ønsker sig og forbinder med succes; at komme sig indebærer at blive og være sig selv på en ny måde og at genvinde identitet som andet end 'patient' eller 'forhenværende'. Således bruges *rejsen* som metafor også for processen med at komme sig, en proces der i sin struktur og forløb kan lede tankerne hen på det at gennemleve alvorlige kriser, hvor det er afgørende, at andre mennesker kan rumme ens lidelse, være til rådighed og samtidig bære det håb, den lidende selv aktuelt har mistet. At kunne tro på positiv forandring, at engagere sig, holde fast og bidrage til at negative mønstre brydes uden at overtage og objektgøre, er en af de udfordringer professionelle og pårørende stilles over for. Forbindelsen mellem det at komme sig og at gennemleve en alvorlig krise underbygges også flere steder af de interviewedes egne beretning-

er. Eksempelvis fortæller Sven: "Mange ting som tidligere har været væsentlige for mig, forekommer mig nu nærmest banale. Jeg opfatter det som om jeg har fået et nyt liv. På mange måder er det et bedre liv fordi man har en helt anden forståelse og indlevelse end tidligere. Helt andre indsigter." (s.28). Imidlertid er der ikke tale om, at bogen reducerer alvorlige psykiske problemer til individuelle kriser, ligesom den heller ikke fremviser nogen idealisering af psykiske lidelser som eksempelvis særlige udviklingsrum, eller tilstande med særlig indsigt. Som læser får man derimod indtryk af psykiske lidelser som både et helvede med alvorlig sygdom og en vigtig periode i de menneskers liv, der konkret gennemlever og lever med lidelsen.

Af interviewene fremgår, at arbejdet med at komme sig tager sit afsæt i individets egen beslutning. Vi møder formuleringer som: "Jeg accepterede ikke at jeg havde det så dårligt ..." eller "Jeg vil ikke længere være med til det her ..." (s.113) Beslutningerne har karakter af at være dybt eksistentielle og vedrører oplevelser af at være kastet tilbage på sig selv med beslutningen som en uomgængelig nødvendighed. Og alligevel er beslutninger ikke tilstrækkeligt til at igangsætte processen. Beslutningerne ser ud til at være det, der forankrer processen i individet selv, men processens forløb og mulighederne for at personen lykkes med sin beslutning er afhængig af andre mennesker og de omstændigheder, personen i øvrigt befinder sig i. Og sætter vi forsøgsvis beslutninger som ovenstående ind i en psykiatrisk kontekst, rejser der sig en række barrierer, der blandt andet vedrører magtforhold. Topor peger på det paradoksale i, at psykiatrien er et medicinsk speciale, der bestræber sig på at basere viden og diagnoser på naturvidenskabeligt grundlag, samtidig med at diagnoser stilles i samspil mellem mennesker. "Diagnosen bliver derved også en bedømmelse af det samspil som det er lykkedes psykiater og patient at etablere med hinanden, vel at mærke set med den ene parts øjne." (s.96) Diagnostisering sender signaler om objektivitet, men er reelt præget af subjektivitet, således kan mennesker med psykiatriske diagnoser også ofte

være udstyret med en række forskellige. Ikke underligt i sig selv, kompleksiteten taget i betragtning – kun problematisk, fordi diagnosen bliver stillet som om, der var tale om klare, objektive kriterier og ikke situationer baseret på den enes suveræne definitionsmagt i forhold til den andens tilstand og oplevelsesverden.

At mennesker kan komme sig fra alvorlige psykiske problemer møder også barrierer i psykiatriens sprog og begrebsverden. Der etableres tilsyneladende en figur for tænkning, der lukker sig om sig selv og spærrer for ny forståelse. Eksempelvis tales der automatisk om *tilbagefald*, hvis et menneske, der i mange år ikke har haft det psykisk dårligt, får det dårligt igen – underforstået: den psykiske lidelse har været der hele tiden og ligget på lur. Ligesom beretninger fra mennesker, der er kommet sig, typisk mødes med reaktioner, der sætter spørgsmålstegn ved om personen så overhovedet har haft alvorlige psykiske problemer – underforstået: hvis du har det så godt nu, kan du ikke have haft det så dårligt dengang. Man kan således sige, at et menneske, der én gang har været patient i det psykiatriske system, vanskeligt kan blive mødt og set på som et individ i bevægelse. Og det vil vel dybest set sige, at personen ikke kan blive set på som et levende menneske, men reduceres til primært at skulle bekræfte en diagnose: enten er personen nok kun rask på overfladen eller også har personen nok slet ikke været så syg. I bogen fortæller Hanna blandt andet: "Det er en sorg, jeg kan mærke selv i dag – hvor dårlig jeg var. Hvor hårdt det var at kæmpe sig igennem. Og det man møder når man er i færd med at komme sig: "Men du kan jo ikke have været så syg når du klarer dig så godt i dag." Og så tænker man: "Bare I vidste hvordan det var!" Så får man jo heller ikke nogen anerkendelse der. Så tager de også *det* fra mig – at jeg rent faktisk har været så syg. Hvis man er så rask som jeg er nu, så kan man ikke have været særlig syg. Men jeg var virkelig enormt syg." (s.41). For Hanna er det afgørende, at den historie, der er hendes personlige, kan blive anerkendt, og at de processer, der har været afgørende for hendes liv, også kan

blive virkelige i relationer med andre mennesker.

Set i det lys problematiserer Topors bog således også en forståelse af mennesker som determinerede af diagnoser. I stedet argumenteres der hele vejen igennem for en humanistisk forståelse af mennesker som bevægelige og foranderlige, fortolkende sig selv i samspil med omverden og andre mennesker. Man kan måske sige det sådan, at grundlæggende antagelser og sproglige symboliseringer i psykiatrien spærrer for opnåelse af de mål, den selv sætter sig: nemlig at mennesker gerne skulle få det bedre. Og i hvert fald spærrer den for, at psykiatrien i tilstrækkelig grad får øje for de helende processer, der finder sted.

Ifølge Topor er der ikke tale om, at psykiatriens problemer kan løses ved at erstatte gamle metoder med nye og hidtil ukendte, der er snarere tale om, at der skal skiftes fokus. Noget af det, der finder sted, skal symboliseres med større værdi. Og noget af det, der allerede finder sted, uden at det tilsyneladende i tilstrækkelig grad værdsættes, er hvad jeg vil kalde fundamentale kvaliteter ved mennesker og ved relationer mellem mennesker. Trods store individuelle forskelle i beretningerne peger Topor på fællestræk, der udgør et mønster, når det handler om, hvad der har gjort indtryk, og hvad der har bidraget til at personen er kommet sig. Det drejer sig om oplevelser af at føle sig som en unik person, der kan vække andre menneskers interesse, at opleve at den professionelle ser noget særligt i personen, en egenskab, man måske ikke selv i forvejen er bevidst om, eller måske bare ikke selv er i stand til at værdsætte. Det drejer sig om oplevelser af, at den professionelle gør noget, hun ikke behøvede at gøre, at opleve at den professionelle vil bruge tid og kræfter på en, uden at det er foranlediget af noget nyt i ens tilstand. Kort sagt at blive set som et menneske, den professionelle kan rette sig imod med både sin professionelle rolle, opgave og viden og sin egen menneskelighed, og det vil også sige at få en opmærksomhed, man ikke har skullet kæmpe sig til. Ord som respekt, tillid, tilgængelighed, fortrolighed og gensidighed løber

gennem bogen som en virksom 'medicin' i processen med at komme sig, og det afgørende er, at det ikke fremtræder som efter en opskrift på en ny kommunikationsform eller attitude den professionelle kan tilegne sig på et kursus. Ligesom man som læser heller ikke får indtryk af, at der er tale om professionelle, der besidder en særlig modenhed og unik menneskelig kvalitet. De menneskelige kvaliteter, der trækkes frem som afgørende, ser forskellige ud i de forskellige beretninger. Fælles er, at den professionelle har bevaret sig selv som et levende menneske i relationen med brugeren, der således også er blevet set, hørt og mødt som et andet levende menneske. Der er næppe mange i psykiatrien, der vil erklære sig uenig i, at menneskelige kvaliteter er vigtige for indsatsen, men når man læser beretningerne i Topors bog tyder noget på, at der skal ske mere omfattende kulturændringer for at få det, mange professionelle godt ved, til at blive til virkelighed. Og det rejser helt fundamentale spørgsmål som: Hvordan bidrager organisationer og institutioner til, at de professionelle kan bevare åbenhed og sensitivitet og psykologisk set holde sig i live? Og hvordan bliver menneskelige kvaliteter til andet og mere end skueværdier og ord formuleret i værdigrundlag og informationsmateriale til patienter og pårørende – og i bedste fald noget der i praksis sætter sig igennem i relationen mere eller mindre på trods? Hvis vi skal tro beretningerne, kommer man ikke uden om at betragte alvorlige psykiske lidelser som noget andet og *mere end* tilstande, der entydigt kan beskrives ud fra et naturvidenskabeligt paradigme. Det indebærer ikke, at der lægges afstand til eksempelvis medicin som afgørende for processen med at komme sig. Det fremgår, at medicin kan opleves som afgørende. Dog ikke uafhængigt af relationer og kontekst og ikke uafhængigt af oplevelsen af at være subjekt for medicinindtaget. Medicinen kan opleves som både en afgørende faktor for at komme sig og som en forhindring, og det præger i det hele taget bogen, at der hele tiden er tale om både-og, ligesom der løbende fastholdes et fokus, der er centreret om: hvad der er godt for den ene er

ikke nødvendigvis godt for den anden. Den professionelle må åbne sig for den enkeltes særlige individualitet. Om medicinens betydning fortæller Tore blandt andet: "Når man er så syg som jeg var, så har man ikke noget valg. Når vandet stiger op over hovedet på en, så drukner man jo. Men ved hjælp af medicin så nåede vandet ikke helt op over hovedet på mig. *Jeg kunne trække vejret og fik en lille platform at stå på* så jeg kunne læse, se børnene og alt det der ..." (s. 187) Også det at have et vist økonomisk grundlag og undgå materiel forarmelse ses som en vigtig del af den platform, personen må have at stå på, for at kunne komme sig. Interessant er det imidlertid, at Topor bringer traditionelt set adskilte faktorer sammen, idet han ser medicin, penge, spiritualitet og fællesskab med andre brugere i eksempelvis brugerbevægelse som sammenlignelige faktorer, der placeres under samme overskrift. Deres fællestræk er, at hvordan de virker afhænger af den mening, de har for brugeren, der kan være tale om både positiv og negativ effekt. Man kunne indvende, at koblingen mellem elementerne kun giver mening på et abstrakt plan. Imidlertid er det en spændende tanke, for den indebærer blandt andet, at spiritualitet potentielt tildeles mere betydning end psykiatrien traditionelt er villig til. Og set i et bredere perspektiv indebærer det også, at en traditionel skelnen mellem behandlende og støttende indsatser må brydes op, eftersom det, der hjælper mennesker, har en anden logik og i langt højere grad baserer sig på den enkeltes fortolkning, på den kultur og kontekst vi indgår i og på relationelle forhold mellem mennesker. En indsigt vi i øvrigt også kender fra nyere forskning i hvilke psykoterapeutiske metoder, der virker bedst, og hvor konklusionen er, at metoden er underordnet det relationelle forhold mellem terapeut og klient.

Bogen giver ingen anvisninger på, hvad professionelle i psykiatrien specifikt skal gøre, og den præsenterer ingen nye metoder eller teknikker, men i det afsluttende kapitel: *En anden form for professionalisme*, peges der på nye veje. Der skelnes mellem *abstrakt social responsivitet*, der karakteriserer relationer, der kun er berettiget gennem sit formål, og hvor parterne umiddelbart er udskiftelige og *konkret social responsivitet*, hvor relationen er præget af ønske om samvær, og hvor parterne ikke umiddelbart er udskiftelige. Det er en pointe hos Topor, at det ikke gælder om at udgrænse den første form og kun etablere den anden. Liv mellem mennesker består af begge former. Imidlertid sker der ofte det for mennesker med alvorlige psykiske lidelser, at omfanget af relationer, der er præget af konkret social responsivitet mindskes og i stedet øges omfanget af mere distancerede og instrumentelle forhold. Professionelt arbejde foregår i spændingsfeltet mellem abstrakt og konkret professionalisme, der i bogen illustrativt sættes op som en model, der i oversigtsform viser kvaliteter ved de to forholdemåder. Afslutningsvis rejses en række spørgsmål, der efter min mening vil kunne bidrage til professionelles fælles refleksioner over deres praksis. De kunne være udgangspunkt for overvejelser over, hvordan arbejdet kan organiseres, så det vi nu ved om forhold og processer, der bidrager til at mennesker med alvorlige psykiske lidelser kommer sig, får bedst mulige betingelser. *Fra patient til person* minder os om det menneskelige fællesskab som kraftfuldt og helende, når det præges af bevægelighed, tillid, gensidighed, respekt og subjektivitet.

Lis Møller er cand.mag., lektor og udviklingskoordinator ved Ålborg Socialpædagogiske Seminarium.