



# SINDbladet

Nr. 3 | Juni 2010 Udgivet af Landsforeningen SIND

Bostedet  
Caroline Marie

Fokus på  
kost og motion

Årsberetning  
2009

## Leif Sylvester maler for SIND

**Ambulant tvang**

De nye regler om tvungen opfølgning efter udskrivning



# Nytter det noget?

Kan det betale sig at bruge tid på frivilligt socialt arbejde? Har vi indflydelse, eller er vi bare til grin for vores egne penge?

AF KNUD KRISTENSEN, landsformand



Jeg tror at alle, der deltager i frivilligt socialt arbejde indimellem stiller sig selv spørgsmålet: »Kan det betale sig – eller spilder jeg bare min tid?« Jeg gør i hvert tilfælde – med jævne mellemrum endda.

For nylig sad jeg i Sundhedsstyrelsen sammen med Helle (formand for Politisk Udvalg). Vi diskuterede, hvordan man bedst kan fordele en satspuljebestilling på 32 mio. kr. til forsøg med 'Den gode psykiatriske afdeling.'

Midt under mødet – som var spændende og særdeles konstruktivt – kom jeg til at tænke på, at man i de samme timer rundt om i landets regioner og kommuner sad og planlagde yderligere nedlæggelse af psykiatriske sengepladser – og andre forringelser – fordi økonomien i psykiatrien ikke hænger sammen. Jeg tænkte, at de jo kunne bruge de 32 mio. kr. på at begrænse skaderne af den fortsatte økonomiske udsultning af psykiatrien.

Jeg overvandt trangen til at foreslå dette, og vi fortsatte drøftelserne. Forhåbentlig kommer der noget godt ud af de 32 mio. kr. Ideer er der i hvert tilfælde ikke mangel på. Behov er der også til overflod.

På vejen hjem tænkte jeg igen om det overhovedet nytter noget. Psykiatrien mangler mindst 1,5 mia. kr. årligt, og her sidder vi og taler om 32 mio. kr. Overvejelserne var vigtige

for mig, fordi jeg har lovet forretningsudvalget i SIND, at fortælle om jeg er kandidat til formandsposten på landsmødet i september.

Regeringens eget råd Frivilligrådet har netop udsendt et oplæg til reform af vilkårene for det frivillige arbejde. Et stærkt velfærdssamfund skal skabes sammen med borgerne, siger rådet. De har helt ret – men lytter politikerne?

35 % af danskerne arbejder frivilligt. 6 % arbejder frivilligt inden for social- og sundhedsområdet, og der er mere end 100.000 foreninger i Danmark. Alligevel spænder fx dagpengereglerne ben for manges mulighed for at yde en frivillig indsats. Samtidig går vi nok alle rundt med den nagende tvivl: Nytter det overhovedet noget? Er vi ikke bare til grin for vores egne skattepenge?

Da jeg tre timer senere kørte ind i carporten hjemme i Århus, var min konklusion klar: Det kan godt være, at vi ikke kommer igennem med alle vores krav og ønsker, men det nytter noget! Det giver samtidig god mening, at vi til stadighed kæmper for det, som vi tror på er det rigtige.

Vi bliver set, hørt og taget alvorligt – så vi gør en forskel. En stor forskel endda vil jeg tro.

Hvis vi ikke havde været synligt til stede i den politiske virkelighed, så tør jeg slet ikke

tænke på, hvad der ville være sket med psykiatrien i disse velfærds-afskaffende tider.

Midt i frustrationen over de fortsatte nedskæringer og forringelser, bør vi sige til hinanden, at uden os ville det være gået langt værre.

Måske ikke den mest indlysende motivation, men ikke desto mindre en særdeles god grund til at arbejde videre.

Min konklusion er: Det nytter noget – og alle der kan, bør give et nap med. Vi har brug for alle gode kræfter.

Udover kampen for sagen (de sindslidendes og pårørendes vilkår), har vi en fælles kamp med alle andre frivillige på det sociale område: Vi skal sikre rimelige vilkår for de frivillige – både deres foreninger og de enkelte frivillige.

Selvom det ikke er – og ikke skal være – motivationen, at det kan betale sig økonomisk, så skal man heller ikke straffes for at yde en indsats som frivillig.

Jeg vil gerne benytte lejligheden til at takke alle frivillige i SIND for den kæmpe indsats, som I yder. Uden jer var psykiatrien ikke det, som den er i dag.

Til SINDs forretningsudvalg bliver min tilbagemelding: "Jeg tager to år mere, hvis I vil have mig." Så må vi jo se om de vil det – og om landsmødet vælger mig.

Jeg glæder mig til det fortsatte arbejde./



**SINDbladet**  
39. årgang  
ISSN 1603-7057

Udgiver  
Landsforeningen SIND  
Jernbane Allé 45, 3.  
2720 Vanløse  
Tlf: 35 24 07 50  
Fax: 35 36 11 36  
landsforeningen@sind.dk  
www.sind.dk  
Mandag-torsdag kl. 10-15  
Fredag kl. 10-14

Redaktion  
Knud Kristensen (ansvarshavende), Kenneth Wöhlisfelt (redaktør), Jesper Steen Andersen, Lars Christensen, Rita Paaske Christensen, Lennart Karlin, Stine Raun Nissen og Ingelise Svendsen.  
redaktionen@sind.dk

Indhold fra SIND-bladet må gerne citeres med kildeangivelse, jf. ophavsretslovens bestemmelser om citatet. Bladet påtager sig intet ansvar for indsendt materiale.

Udgivelsesplan  
SIND-bladet udkommer i alle lige måneder (februar, april, juni, august, oktober og december). Indleveringsfrist for alt stof og annoncer er den 2. i måneden forud for udgivelsesmåneden.

Annoncer  
Lennart Karlin  
leka@webspeed.dk

Forsidefoto  
Torben Christensen

Tryk  
KLS Grafisk Hus A/S

Oplag  
8.000

Materiale til bladet  
Læserbreve og forslag til stof kan indsendes elektronisk (redaktionen@sind.dk) eller med post til landsforeningens sekretari-

at (mærket redaktionen). Medsend gerne billeder og/eller illustrationer.

Redaktionen forbeholder sig ret til at forkorte/redigere i tilsendt materiale. Man kan optræde anonymt, men redaktionen skal kende din identitet.

Vi modtager betydeligt mere materiale, end vi kan anvende i bladet. Ikke anvendt materiale returneres kun, hvis dette er aftalt på forhånd.

Tekst modtages helst i word-format. Digitale billeder modtages helst i jpg-format.

Aftal optagelse  
Da vi – som nævnt – modtager langt mere stof end vi har plads til, anbefales det, at der i god tid træffes aftale med redaktionen, hvis der planlægges indsendelse af indlæg til bladet.

Skrivevejledning  
Skriv gerne en overskrift og en lille indledning om emnet. Dernæst kommer historien og en lille afslutning.

Hvis du medsender billeder og illustrationer, så husk at angive faktuelle oplysninger om navne, dato, sted m.m. Angiv også fotografens navn, hvis dette skal nævnes.

Abonnement  
Kr. 280 årligt.

Medlemskab af SIND  
Person: kr. 200 årligt inkl. abonnement på SIND-bladet.  
Firmaer, institutioner m.v.: kr. 800 årligt inkl. abonnement på SIND-bladet

Girokonto  
540-3944

SINDs pressetalsmand  
Landsformand Knud Kristensen,  
86 17 63 98/kk@sind.dk

Lokale pressetalsmænd kan findes på hjemmesiden www.sind.dk.

Tak  
Redaktionen siger tak til alle, der har bidraget til dette nummer af SIND-bladet.



Protektor  
Hendes Kongelige Højhed Kronprinsesse Mary er protektor for Landsforeningen SIND.

Landsforeningen SIND arbejder for sundhedsfremme gennem trivsel, forebyggelse og recovery.



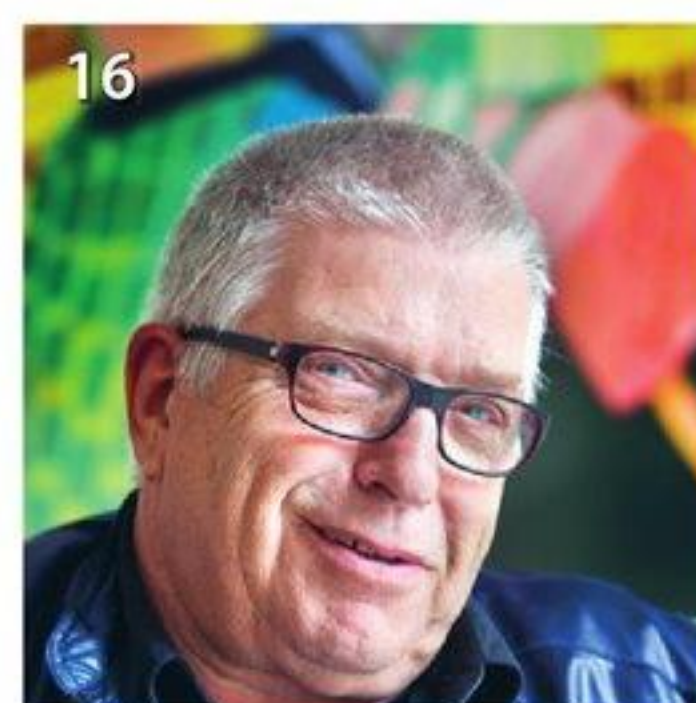
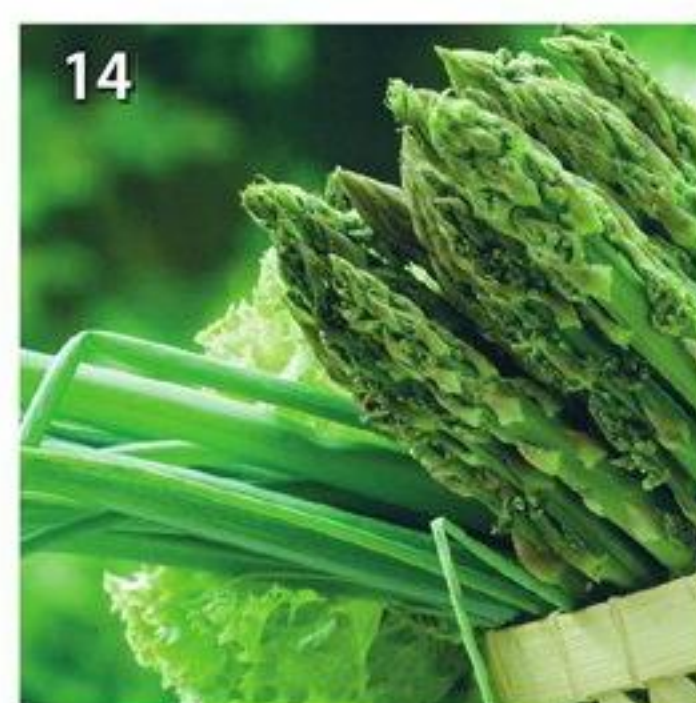
**Blandede kilder**  
Produktgruppe fra velforvaltede skove og andre kontrollerede kilder

Cert.no. SW-COC-003062  
www.fsc.org  
© 1996 Forest Stewardship Council



**KLIMA-NEUTRAL TRYKSAG**





## I DETTE NUMMER

- /04 Presseklip**  
Rigsrevisionen peger på, at kapaciteten i psykiatrien er for lille. | Sundhedsstyrelsen indskærper de behandlingsansvarlige lægers ansvar. | Retslægerrådet lover forbedringer. | Flere patienter får ret i klager over psykiatrien. | Politiker sår tvivl om flytning af ADHD-børn. | 6,7 mio. kr. til sindslidende i Aalborg. | Flere børn skal være med i fællesskabet i Egedal.
- /06 SIND siden sidst**  
Fri os fra gabestokken – Udtalelse fra DH's repræsentantskabsmøde. | Kommentar til omtalen af tilfredshedsundersøgelsen. | Tøjsmag kan ikke være skizofren. | Den gode psykiatriske afdeling. | Forringelser for psykiatrien på Fyn.
- /09 Juridisk brevkasse**  
Vi gennemgår de nye regler om ambulat tvang/tvungen opfølgning efter udskrivning.
- /10 SIND Ungdom**  
Aktiviteter i 2010 – lige til at klippe ud. | Et portræt af styregruppen.
- /12 Bostedet Caroline Marie**  
Vi holder fast i drømmen siger Gitte Munch-Hansen, forstander på bostedet.
- /14 Fokus på kost og motion**  
Projekt Lighed i Sundhed i Gladsaxe har givet ny viden.
- /14 Gladsaxe tænker nye tanker om socialpsykiatrien**
- /15 Ny undersøgelse**  
Uvidenhed ødelægger livet for mani-depressive patienter.
- /16 Leif Sylvester maler for SIND**  
Leif Sylvester arbejder på en plakat, der skal være hans jubilæumsgave til SIND.
- /16 Rigtige mænd bliver også kede af det**  
Pykoterapeut Kent Sørensen har stor succes med en mandegruppe for pårørende i Århus.
- /17 Løb for SIND**  
Få sidste nyt vedørende 24-timers løbet på Bornholm, hvor MF Anne Marie Geisler Andersen, Morten Overgaard og Rikke Skuldbøl løber sammen med Lars Christensen

fra SIND Bornholm for at samle penge ind til SIND.

- /17 Boom i antal piger, der søger hjælp**  
GirlTalk oplever en fordobling af antallet af unge piger, der søger hjælp.
- /17 SIND i Cirkus Benneweis**  
Mange besøger SINDs stand i Cirkus Benneweis.
- /18 SINDs årsrapport 2009**  
Traditionen tro bringer vi SINDs årsrapport.
- /21 Landsmøde 2010**  
Det er ved at være sidste chance, hvis man vil meldes til landsmødet som gæst.
- /22 Det kan vi ikke være bekendt**  
Beretning fra konferencen om mennesker med sindslidelse og misbrug.
- /26 Bøger**  
I dette nummer anmeldes Ida Maria Leths "Vejen til Signesminde" og "Rundt om Rune". Derudover omtales en række nyudgivelser.
- /28 Poesi**  
I dette nummer bringer vi en række digte af Anni Kempf.
- /30 Butik**  
Vi sætter fokus på pjecen "Skizofreni".
- /30 Lokalnyt**  
Vi har en morsom beretning fra generalforsamlingen på Frederiksberg, | Velkommen hos Ungt Sind i København. | Prisopgave om dobbeltdiagnoser | De Sorte Får – tre sind-medlemmer tilbyder sig som foredragsholdere. | Sommerudflugt i Vejle Kreds. | Vinderne af billetter til Cirkus Benneweis.
- /33 Mellem Medlemmer**  
Sød og kærlig kvinde søges.
- /34 De Gule Sider**  
Kreds- og lokalformænd. | SIND-nettets koordinators. | Udvalgsformænd og rådgivninger.
- /36 Klummen**  
Hvor sidder de psykiske sygdomme?

## FASTE RUBRIKKER

- /02 Leder**
- /02 Kolofon**
- /04 Presseklip**
- /06 SIND siden sidst**
- /08 Høringssvar**
- /09 Juridisk brevkasse**
- /10 SIND Ungdom**
- /24 Læserbreve**
- /26 Bøger**
- /28 Poesi**
- /30 "Butik"**
- /30 Lokalnyt**
- /34 Kreds- og lokalformænd**
- /34 SIND-nettets koordinators**
- /34 SINDs udvalgsformænd**
- /35 SINDs rådgivninger**
- /35 Støt SIND**
- /36 Klummen**



## Rigsrevisionen: Kapaciteten i psykiatrien er for lille

*Rigsrevisorerne peger på for lille kapacitet og personalemangel*

Rigsrevisionen har i en beretning til Statsrevisorerne i april 2010 peget på, at kapaciteten i voksenpsykiatrien er for lille.

Rigsrevisionens undersøgelse viser, at patienterne har adgang til både ambulans psykiatrisk behandling og psykiatrisk indlæggelse, men at en væsentlig del af patienterne oplever ventetider og overbelægning.

Rigsrevisionen henstiller til regionerne, at de tager initiativer til at nedbringe ventetider og overbelægning.

På landsplan havde 29 % af de voksne psykiatri-

ske patienter pr. 1. marts 2009 ventet over to måneder. 7 % havde ventet mere end seks måneder. Der optræder også ventetider undervejs i behandlingsforløbet.

Alle regioner har haft behandlingssteder med overbelægning i mindst en måned. Der har også i alle regioner været behandlingssteder med overbelægning i over seks måneder.

Rigsrevisionen peger bl.a. på kommunernes hjemtagning af færdigbehandlede patienter, som en mulig kilde til forbedringer./kk

## Løftet pegefinger til de behandlingsansvarlige læger

*Sundhedsstyrelsen indskærper bl.a. pligten til at lave udskrivningsaftaler eller koordinationsplaner*

I februar-nummeret af SIND-bladet berettede vi, at en undersøgelse af sager, hvor psykisk syge begår kriminalitet, afslørede alvorlige fejl i behandlingen – fejl, der sandsynligvis har medvirket til, at den psykisk syge efterfølgende begik kriminalitet.

Dette får nu Sundhedsstyrelsen til at indskærpe, at udarbejdelsen af udskrivningsaftaler og koordinationsplaner er et lovkrav, og derfor **skal** udarbejdes for relevante patienter i forbindelse med udskrivningen.

Et andet problem i behandlingsforløbene, var

manglende opfølgning af patienter i Distriktspsykiatrien, som udeblev fra aftaler eller ophørte med den medicinske behandling.

Sundhedsstyrelsen indskærper derfor, at den læge, som har behandlingsansvaret for patienten, skal sikre, at det personale, der deltager i behandlingen, er instrueret om, i hvilke tilfælde lægen skal inddrages eller orienteres.

Sundhedsstyrelsen skriver til regionerne, KL og relevante faglige organisationer, og beder dem rette henvendelse til de ansvarlige læger./kk

## Psykisk syge mister tilbud

Der skal spares i kommunerne - det er ikke noget nyt. Men nu rammer det også dem med psykiske lidelser på Lolland - Falster. Der bliver skåret ned på personalet og en institution lukker

Fra 1. august vil institutionen i Nykøbing Falster lukke permanent. Janne Jørgensen, og de 49 andre med psykiske lidelser, der bruger Skovridergården, skal fremover tage på Saxenhøj i Saxkøbing.

"Da vi fik at vide Skovridergården skulle lukkes, var der sorg, og folk begyndte at græde. Da vi så fik at vide, at der skulle fyres syv, så tænkte vi, det kan ikke være rigtigt, det hele faldt bare ned," siger Janne Jørgensen, der er depressiv og bruger af Skovridergården.

Udover lukningen blev der i går også fyret 7 medarbejdere på institutionerne. Det skaber utryghed hos Lisette Johansen, der er Maniodepressiv.

"Det bliver svært, for personalet løber i forvejen meget hurtigt og siger ofte til os, at vi må vente med at tale med dem, nu kan det jo kun blive værre," siger Lisette Johansen, der er maniodepressiv og bruger af Saxenhøj.

Ifølge Formanden for Social- og Sundhedsudvalget i Guldborgsund, Edvard Trabjerg, er fyringerne helt i orden, fordi der er færre brugere, end der tidligere har været, og så er der ikke behov for så meget personale.

Han mener ikke, at lukningen af Skovridergården, og de færre hænder, får betydning for kvaliteten af omsorgen og tilbudene. /kw



Foto: www.colourbox.com

## Retslægerådet lover forbedringer

*Retslægerådet vil skabe større åbenhed og klarhed og indføre garantier imod, at læger er inhabile*

Retslægerådet har fået ny formand, og i den forbindelse har man udarbejdet en handleplan. Heri lover man en række forbedringer.

Til Politiken udtaler Holger Kallehauge, tidligere landsdommer og nuværende formand for PTU, at det er positivt, at Retslægerådet vil klargøre sprogbrugen og begynder at erkende habilitetsproblemerne. Kallehauge mener dog, at det er nødvendigt at gøre mere for at sikre

habiliteten, ligesom advokaterne bør have indflydelse på udvælgelsen af lægerne i de enkelte sager.

Retslægerådet er også tidligere blevet kritiseret for at tilsidesætte psykiatriske patienters egen læge og fastholde retspsykiatriske patienter i langvarige indlæggelser – uden at have set patienten.

Det fremgår ikke af den aktuelle omtale, om der er planer om at se på denne praksis./kk

## Flere patienter får ret i klager over psykiatrien

I stadig flere tilfælde får patienter medhold i klager over tvang. Men i Viborg ser billedet anderledes ud

I 2009 klagede patienter i 24 tilfælde over, at personalet i de psykiatriske afdelinger i Region Midtjylland brugte tvangsfiksering – det vil sige fastspænding med remme – af dem. Men i næsten halvdelen af tilfældene – 10 – burde man have løst problemet uden tvang.

Det fastslår Det Psykiatriske Patientklagenævn under Statsforvaltningen Midtjylland i den netop udsendte årsrapport, hvor nævnet konkluderer, at »der er tale om en markant stigning i antallet af tilsidesatte beslutninger vedrørende tvangsfiksering«.

Nævnet anfører i rapporten, at fastspænding kun må anvendes, når afdelingen kan dokumentere, at fiksering har været nødvendig, for at undgå at patienten udsatte sig selv eller andre for fare. Og det har afdelingerne altså ikke kunnet dokumentere i godt og vel 40 procent af de tilfælde, hvor patienterne har klaget.

Tallene dækker over store forskelle fra afdeling til afdeling. Således har ingen af de ni patienter, der har klaget over tvangsfiksering på Psykiatrisk Hospital i Sønderøparken i Viborg, fået medhold i patientklagenævnet. Og det noterer cheflæge Inge Munk Møller med stor tilfredshed./kw



## Politiker sår tvivl om flytning af elever

Lisa Pihl Jensen vil have undersøgt lovgrundlag for flytning af langlandske ADHD-børn fra Spangeskolen

Langeland: Forældrene til de ni langlandske ADHD-elever på Spangeskolen i Rudkøbing stiller spørgsmålstegn ved, om det er lovligt, at Langeland Kommune i spareøjemed vil flytte børnene til det nye Flex-hus for udsatte børn på Skrøbelev Skole.

Forældrene får nu en hjælpende hånd fra kommunalbestyrelsesmedlem Lisa Pihl Jensen (S), der vil have undersøgt, om det er lovligt at flytte de nuværende børn, der går på Spangeskolen.

- Når vi én gang har givet et barn et tilbud om specialundervisning på Spangeskolen, så vil jeg have undersøgt, om der er lovgrundlag for at flytte dem til Flex-huset, siger Lisa Pihl Jensen og tilføjer, at et nyt tilbud "i hvert fald skal være på højde med Spangeskolen", som er danmarksmester i ADHD-børn.

Jane Brandt, Lohals, er talskvinde for forældrene, og hun er meget glad for, at Lisa Pihl Jensen (S) nu vil undersøge lovgrundlaget.

- Det er rigtigt godt, siger Jane Brandt, der selv har kikket nærmere

re på paragrafferne i psykiatrilovgivningen.

Og hun er ikke i tvivl om, at kommunen er på gyngende grund.

- Når vi ser på lovgivningen, kan kommunen ikke bare flytte børnene, mener Jane Brandt og henviser til, at Rebild Kommune i en lignende sag blev tvunget til at trække en flytning af nogle autister tilbage.

Lisa Pihl Jensen vil få sine partifæller i uddannelses-, social- og kulturudvalget til at få sat sagen på dagsordenen.

- Så vi kan få klarlagt lovgrundlaget, siger hun.

Forældrene vil forfølge sagen, fordi de er bekymrede for, om det alene bliver detailplanlagt på embedsmandsniveau uden at høre eksperter i ADHD.

- Vi skal have eksperter i ADHD med ind over, om specialundervisningen i Flex-huset vil være godt nok for vores børn, påpeger Jane Brandt./kw

## Flere børn skal være med i fællesskabet

Flere børn og unge med eksempelvis ADHD eller autisme skal have mulighed for at udvikle sig i fællesskab med andre børn. Det er målet for et omfattende projekt, som Egedal Kommune nu har iværksat

I flere år er udviklingen kun gået én vej. Flere og flere børn og unge med særlige behov er blevet ekskluderet fra fællesskabet og i stedet henvist til dyre specialtilbud, langt væk fra deres kammeraters skole eller institution.

Nu har Egedal Kommune iværksat projekt "En anden vej at gå". Målet med projektet er, at skoler og institutioner i Egedal Kommune fremadrettet stadig rummer børn og unge med særlige udfordringer, eksempelvis visse former for ADHD eller Aspergers syndrom.

"Vi skal selvfølgelig ikke bare til at inkludere alle børn med særlige behov. Der vil stadig være behov for specialtilbud, men vi vil nu i højere grad satse på det forebyggende arbejde, hvor børnene i samarbejde med familien kan få støtte til at udvikle sig i det normale, trygge og sociale nærmiljø med andre børn og voksne, man kan spejle sig i," forklarer formanden for Skoleudvalget, Karsten Søndergaard (V).

### Vigtig efteruddannelse

Det flerårige projekt indeholder en række tiltag, der skal sikre, at lærere og pædagoger får den nødvendige efteruddannelse og supervision til at kunne håndtere flere børn med særlige behov.

"Alle vore lærere skal eksempelvis arbejde med "LP-modellen"; en pædagogisk analysemodel, hvor

## 6,7 millioner kroner til sindslidende i Aalborg Kommune

Sindslidende i Aalborg Kommune får en håndsrækning fra Socialministeriet, der netop har bevilliget kommunen 6,7 millioner kroner.

Pengene går til fire af kommunens tilbud til voksne med sindslidelser, og de dækker årene 2007-2010.

De fire tilbud, der nu er sikret overlevelse i årene fremover, er 'Botilbuddet Rebildparken', 'Butikken på Saltumvej', 'Væksthuset' og 'Etablering af værested'.

Den fungerende rådmand på området, Nils Bell, er begejstret for støtten:

- Det er et skulderklap til vores projekter. Vi er stolte over at kunne konstatere, at vi har så gode projekter, som er støtteværdige, og som giver en rigtig god livskvalitet til en gruppe borgere, som har brug for det, siger rådmand Nils Bell./kw



Foto: www.colourbox.com

det handler om at skabe et anerkendende læringsmiljø, hvor man fokuserer mere på barnets potentialer frem for mangler," siger Karsten Søndergaard.

Siden kommunesammenlægningen i 2007 er antallet af visiteringer til specialtilbud steget med 18,6 procent til 433 børn og unge. I dag bruger Egedal Kommune næsten 25 procent af skolernes ressourcer på specialundervisning.

Udvalgsformanden understreger imidlertid, at projektet ikke er sat i verden for at spare Egedal Kommune for en masse udgifter til specialtilbud, men for at udnytte ressourcerne bedst muligt til glæde for alle børn.

"Tanken er, at de ressourcer, som ikke bliver brugt på at visitere børn og unge til specialtilbud, skal gå tilbage til skoler og institutio-

ner til gavn for hele fællesskabet," siger Karsten Søndergaard.

Egedal Kommune forventer, at de første målbare effekter af projektet vil vise sig i slutningen af 2011./kw



## Fri os fra gabestokken

*Danske Handicaporganisationers repræsentantskab opfordrer det danske samfund til at tage var på de svagest stillede medborgere*

Det er blevet tilladt i den offentlige debat at skyde på borgere med funktionsnedsættelser og særlige behov. Det er tilladt at hænge os ud for at være skyld i samfundets og især kommunernes dårlige økonomi. Tilladt at betegne os og vore pårørende som krævende ud over det rimelige. Der er sket et klart holdningsskred.

Repræsentanter fra 32 handicaporganisationer og fra Danske Handicaporganisationers 97 lokale afdelinger beklager hermed stærkt, at velfærdsdebatten er blevet så skinger. På vores bekostning. Tendensen er tydelig hos mange ledende kommunalpolitikere og embedsmænd. De hænger kommunens udsatte ud, når de ligger til last. Ofte med detaljerede oplysninger i lokalpressen om den enkelte borger. Og Christiansborgpolitikere bakker op. Også de taler om, hvor meget det går ud over "normalområdet", når de særlige løsninger koster penge.

De forsøger at bilde offentligheden ind, at mennesker med handicap selv kan bestille, hvad de ønsker i kommunen. Det passer ikke. Det er altid kommunen, der foretager en udredning og bevilger den støtte, man har behov for – i henhold til en konkret, individuel vurdering og med udgangspunkt i lovgivningen.

Men det halter med det sidste. Efter pres fra politikerne er budgettet mange steder sat over loven. Bundlinjen skal overholdes, uanset hvad reglerne siger.

KL's næstformand beskyldte i en radioavis forleden socialministeren for at underminere kommunernes mulighed for at styre økonomien, når hun udtaler, at socialrådgiverne skal følge loven!

### Kommunerne har det svært

Det er gudskelov ikke alle kommuner, der forsøger at klare de økonomiske problemer ved at underminere retssikkerheden og hænge enkeltpersoner ud i pressen. Mange kommuner satser solidt på faglig kunnen i sagsbehandlingen og prioriterer området. Men for mange gør det modsatte.

Folketingets ratificering af FN's konvention for mennesker med handicap stiller krav til forbedring på handicapområdet såvel på det statslige som det kommunale område. Mennesker med handicap og deres pårørende har en berettiget forventning om at leve og deltage aktivt i samfundslivet på lige vilkår med øvrige borgere i Danmark. Den økonomiske nulvækst i kommunerne, kombineret med skattestoppet, gør det

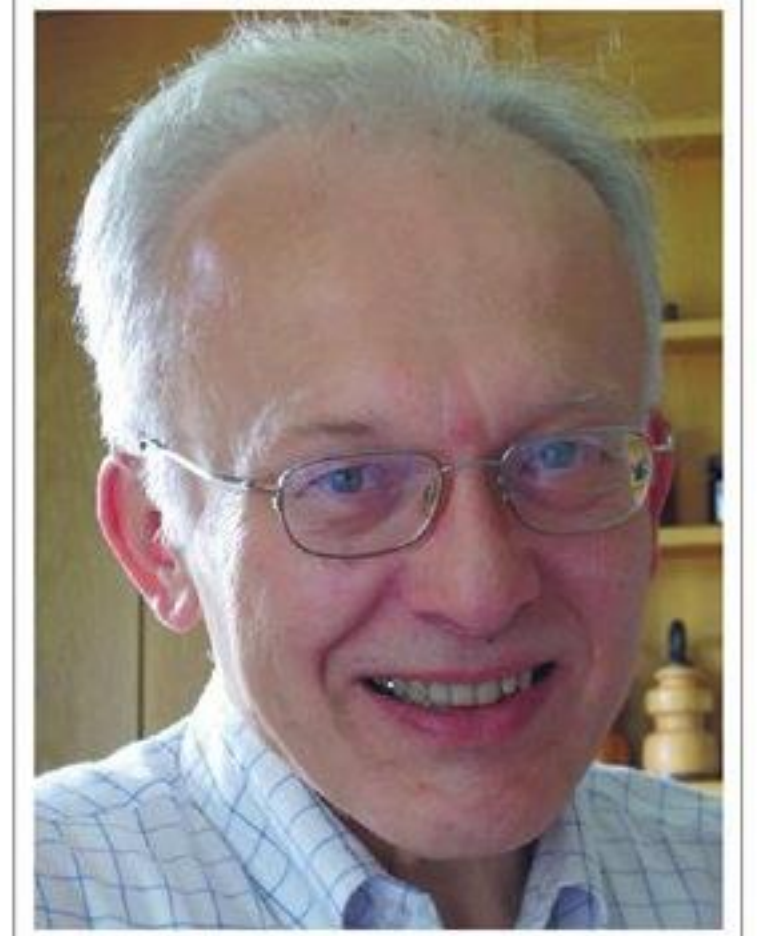
svært for kommunerne at leve op til disse forventninger.

Men kommunerne har et problem, når de ikke kan forklare, hvad det er, der er skyld i at udgifterne stiger – skønt alle personer med handicap oplever, at der bliver skåret ned på den hjælp, vi modtager; den hjælp, vi har behov for. Vi kan være dyre, og det er der gode grunde til. Men det er ikke op til os, hvor meget støtte, tilbud og hjælpemidler koster. Vi har ikke noget behov for, at det er dyrt at servicere personer med handicap. Men vi bliver nødt til at have den støtte, vi har behov for. Og ret til.

Kommunerne og deres landsforning var blandt kommunalreformens stærkeste fortalere. De fastslog inden reformen, at der ikke var den borgerrettede opgave, kommunerne ikke ville kunne klare. I dag må vi nok konstatere, at mange kommunalpolitikere havde alt for lidt indsigt i de amtslige opgaver, som de med reformen påtog sig. Vi må konstatere, at regeringen ikke leverer den nødvendige økonomiske opfølgning på deres lovgivningsarbejde. Vi må også konstatere, at kommunal finansiering af de specielle og udgiftskrævende løsninger var en fejltagelse. Der skal bredere skuldre til. Det eneste rigtige er en solidarisk betaling, evt. med en udligning mellem kommunerne./dh

### Det mener SIND:

"SIND's vision er et samfund, hvor alle respekterer, at de fundamentale menneskerettigheder og de internationale rettigheder for handicappede også gælder for sindslidende. I dette samfund vægtes menneskets personlige værdighed og værd højere end økonomiske hensyn, og fællesskabet anerkendes som en forudsætning for menneskets fortsatte udvikling. Derfor støtter SIND 100 % op om Danske Handicaporganisationers udtalelse fra repræsentantskabsmødet, hvor det beklages, at enkelte kommuner skyder på borgere med funktionsnedsættelser, fordi der pt. er lavvande i de kommunale pengekasser," det siger Sven Hansen, der er næstformand i SIND./



## Ikke så skuffende endda

Kommentar til omtalen af resultaterne af tilfredshedsundersøgelsen på de psykiatriske sengeafsnit (SIND-bladet 02, April 2010)

AF INGE HELLA JUL, Krarup J.

Pårørende til mennesker med psykiske lidelser er en stor ressource, og derfor er det af værdi for både patient, pårørende og personale, at de pårørende inddrages i behandlingen.

Så meget mere ærgerligt er det, at resultaterne af tilfredshedsundersøgelsen blandt de pårørende ikke kan tillægges ret stor værdi.

Sind præsenterer resultaterne fra tilfredshedsundersøgelsen blandt de pårørende, som om resultaterne var sandheden. Det er de ikke! De er kun sandheden

blandt de få, der har deltaget i undersøgelsen.

På grund af undersøgelsesmetode, er undersøgelsesresultatet behæftet med stor usikkerhed, og det er derfor ikke tilnærmelsesvist et fulgyldigt billede af alle pårørendes tilfredshed, som undersøgelsen kan give. Metoden tillader kun udsendelse af spørgeskemaer til de pårørende, som patienterne har givet tilladelse til må tilsendes et spørgeskema.

På landsplan var der 7897 patienter, der kunne have besvaret spørgeskemaer i undersøgelses-

sesperioden, hvis alle havde villet deltage.

Der var 6710 patienter, der modtog spørgeskemaer. 1187 patienter nægtede at modtage spørgeskema.

Der er 5289 patienter, der har besvaret spørgeskemaerne = 67 % af de 7897 mulige.

Af disse 5289 har 51 %, altså kun halvdelen, givet tilladelse til at en pårørende måtte få tilsendt spørgeskema.

2698 pårørende har modtaget spørgeskema, men der er kun 1250 pårørende, der har besvaret

spørgeskemaet = 46 % af dem, der modtog et spørgeskema.

Den lave svarprocent blandt de pårørende er i sig selv årsag til, at man end ikke kan vide, om resultaterne af tilfredshedsundersøgelsen er dækkende for de pårørende, der har modtaget spørgeskema, for vi kender ikke tilfredsheden hos de 54 % af dem, der modtog et skema, men som ikke svarede. (forkortet af red.)



## Dumsmart

**Tøjsmag** kan ikke være skizofren!

I Landsforeningen SIND overvåger vi dagspressen ved hjælp af nogle søgeord som sikrer, at vi er opmærksomme på avisartikler m.v. som er af interesse for psykiatriområdet.

Derfor har vi – og vores medlemmer – bemærket, at der breder sig en meget uheldig anvendelse af ordene skizofren og skizofreni.

For nylig betegnede en af Folкетинgets psykiatriordførere(!) sin tøjsmag som skizofren, fordi hun både kan lide gummistøvler og gallakjoler, og i Nordjyske siges der i en artikel om EU's finanspolitik: "Den danske europapolitik lider under en voldsom skizofreni. V, K og S erklærer sig på den ene hånd som helhjertede EU-tilhængere, men tør på den anden side ikke stå ved de klare fordele, som tættere europæisk samarbejde giver Danmark." Det er et citat som stammer fra landsformanden for Radikal Ungdom.

For en ordens skyld kan vi oplyse, at skizofreni meget kort sagt er en betegnelse for en gruppe alvorlige sindslidelser, som medfører svære forstyrrelser af følelsesliv og tænkning, og hvor det undertiden kan være svært at skelne mellem virkelighed og egne forestillinger.

Mange mennesker som er ramt af skizofreni er meget forpinte, og det er derfor en helt urimelig ekstra belastning for dem at blive udsat for at blive mødt med en sådan "populærslang".

Det er sandsynligvis for sent at forhindre anvendelsen af betegnelser som "sindssygt forelsket", men vi kan måske stadig nå at bremse den ubehagelige anvendelse af "skizofren" i sammenhænge, hvor man egentlig kun mener "på den ene og på den anden side". Det skylder vi de mennesker, som dagligt skal leve med en svær sygdom./ph

## Den gode psykiatriske afdeling

Sundhedsstyrelsen er på vej med **penge til forsøg**

I forbindelse med satspuljeaftalen for 2010-2013 blev der afsat 32 mio. kr. til et kvalitetsprojekt "Den gode psykiatriske afdeling".

Ideen er at gennemføre projekter, der kan være med til at højne kvaliteten i form af bedre behandlingsalliancer, gode og holdbare behandlingsresultater, høj patient- og pårørendetilfredshed og mindre tvang.

SIND blev inviteret til at give vores bud på, hvordan pengene bedst kan anvendes.

Ideen er, at invitere afdelingerne landet over til at søge om penge til projekter. Der forventes udvalgt en afdeling i hver region (heriblandt mindst én børne- og ungdomspsykiatrisk afdeling).

Ved tildelingen af midler, vil der blive lagt vægt på, at medarbejdere, patienter og pårørende så vidt muligt inddrages i projektorganisationen.

Der skal være fokus på god opfølgning og sikring af sammenhæng, når en patient overgår fra et regi til et andet – fx i forbindelse med udskrivning.

Der regnes med ansøgningsfrist den 15. august og offentliggørelse af de udvalgte afdelinger i slutningen af september. Projekterne forventes at gå i gang 1. november 2010.

Som det bl.a. fremgår af artiklen herunder, gennemføres der i øjeblikket store besparelser rundt om i hospitalspsykiatrien. På den baggrund kan det virke provokerende, at afdelingerne opfordres til at bruge tid på ansøgninger, der har til formål at højne kvaliteten – og hvor den samlede sum er en dråbe i havet, sammenlignet med besparelserne. Sådan er vilkårene i psykiatrien desværre også./kk

## Dramatiske **foringelser** for psykiatrien på Fyn

Den psykiatriske afdeling i Odense skal spare 23 mio. kr., men for et år siden besluttede man at give psykiatrien et kvalitetsløft. Hvordan hænger det sammen?

AF KENNETH WÖHLISFELT & KAREN THOMSEN

Det er kun et år siden, at Danske Regioner lancerede en national strategi for psykiatrien under overskriften – En Psykiatri i Verdensklasse. Regionerne fejrede sig selv den dag med en stor konference om emnet, men var hensigten at give psykiatrien et kvalitetsløft – eller var det bare smukke, tomme ord?

Den voldsomme økonomiske katastrofeopbremsning på Psykiatrisk Afdeling, Odense, kunne tyde på det sidste. Psykiatrisk Afdeling, Odense, har på mange områder været et fyrtårn i den danske psykiatri. Undersøgelser har vist, at såvel patienter som deres pårørende har en tilfredshed med afdelingen, som er én af de højeste i landet. Afdelingen har et forbilligt samarbejde med de omliggende kommuner og tilbud i socialpsykiatrien, ligesom afdelingen har arbejdet på at sikre, at udskrivningerne fra afdelingen bliver så trygge som muligt for patienterne.

### **Øget pres burde ikke komme bag på nogen**

Med andre ord – Psykiatrisk Afdeling, Odense, har arbejdet målrettet mod at realisere de visioner, som Danske Regioner har formuleret. Men afdelingen har også brugt flere penge end de har haft på deres budget i de senere år. Og nu smækker Region Syddanmark pengeposen i og siger, at afdelingen skal finde besparelser svarende til sidste års budgetoverskridelse. Det drejer sig om 23 mio. kr. ud af et budget på 170 mio. kr. Enhver, der har beskæftiget sig med sygehusdrift vil vide, at dette vil medføre endog dramatiske forringelser af patientbehandlingen.

Den ledende overlæge Thorkild Sørensen forklarer budgetoverskridelsen med et øget pres på afdelingen. Dette burde ikke komme bag på nogen. WHO har længe påpeget, at antallet af mennesker med psykisk sygdom er stigende i hele Europa og må forventes at stige yderligere, med mindre der sættes ind nu. Alligevel fastholder embedsmændene i Regi-

on Syddanmark nedskæringerne. Nu kan man vælge mellem at klandre embedsmændene for ikke at have udvist rettidig omhu og for længst at have fået afdelingens aktivitet og budget til at harmonere, eller klandre politikerne for ikke at have hørt på deres embedsmænd, men det ændrer ikke ved, at det altoverskyggende problem i den danske psykiatri er, at området mangler penge. Hvis området ikke tilføres penge, vil andre psykiatriske afdelinger i lighed med Psykiatrisk Afdeling, Odense, også blive nødt til at forringe behandlingen af den enkelte patient for at kunne modsvare det øgede pres på afdelingerne.

SIND skal derfor opfordre til, at regionsrådsformand Carl Holst i Region Syddanmark ikke bare kommer til lommerne og finder penge til Psykiatrisk Afdeling, Odense, men også tager ved lære af denne situation og ved de kommende økonomiforhandlinger med regeringen stiller krav om, at psykiatrien får et økonomisk løft./



## 21. marts til Danske Handicaporganisationer

*Høringssvar til udkast til bekendtgørelse om ændring af bekendtgørelse om sygedagpenge.*

Landsforeningen SIND ser med tilfredshed, at Arbejdsmarkedsstyrelsen med dette forslag har taget højde for hvilken omkostning det har for personer med længerevarende lidelser, at skulle igen gentagne aktiveringsforsøg eller måske rettere manglende diagnosticering og dermed indplacering i helt forkerte matchgrupper. SIND hilser de nye tre matchgrupper velkommen, idet der nu skal tages højde for den enkelte persons individuelle arbejdsevne og hvilke tidsperspektiver og muligheder der er for den enkelte persons tilbagevenden til arbejdsmarkedet. I den fremtidige indsats er det af betydning, hvilken form for indsats den enkelte borger har behov for, og der skal fremover foretages en langt mere enkelt og individuel visitation til klarlæggelse af, om borgeren skal visiteres til matchgruppe et eller to. I matchgruppe tre vil fremover være de personer, for hvem det er nødvendigt at få fremskyndet (hvis dette ikke er foretaget) en udredning og diagnosticering af personens lidelse. Samtidig indeholder bekendtgørelsen muligheder for, at der kan ydes behandling og helbredelse ved betaling for sundhedsfremmende tiltag. Det er SIND's erfaring, at der gennem de sidste mange år ikke har været foretaget de nødvendige og rettidige udredninger samt diagnosticeringer af personer med psykiske lidelser, således at den enkeltes muligheder for at forblive på arbejdsmarkedet ofte ikke har været tilgodeset. Med nærværende udkast til bekendtgørelse ser SIND, at det i fremtiden vil være muligt at give personer med psykiske lidelser de samme tilbud samt muligheder for at forblive på arbejdsmarkedet som somatisk syge.

## 28. marts til Danske Handicaporganisationer

*SINDs høringssvar vedrørende udkast til bekendtgørelse om tilskud til psykologbehandling i praksissektoren for særligt udsatte grupper.*

Landsforeningen SINDs umiddelbare reaktion på bekendtgørelsen er, at det naturligvis er positivt, at psykologbehandling udvides til nu også at gælde let til moderat angst. MEN det er i virkeligheden dybt useriøst og krænkende at man regner baglæns: Vi har taget 25 mio. kr. årligt fra satspuljen, og hvilken aldersgruppe med let til moderat angst kan vi så hjælpe? Jo det rækker lige til 18 til 28 årige.

Psykiatrien er vist det eneste område, hvor man kan finde på at gøre sådan. Det er jo utænkeligt, at man ud



Foto: www.colourbox.com

fra budgettet fastlægger, hvor mange hjerteoperationer man kan gennemføre pr. år!

SIND må på det skarpeste tage afstand fra den vilkårlighed, der gælder for behandling af let til moderat depression og let til moderat angst. For depressionsramte gælder muligheden kun for personer mellem 18 og 37 år, mens den for angstramte er begrænset til personer mellem 18 og 28 år.

Afgrænsningen er udelukkende økonomisk begrundet, og dokumenterer så tydeligt, som det kan lade sig gøre, at det er urimeligt, at finansiere driften af psykiatrien over satspuljen.

Kunne man forestille sig, at behandlingen af somatiske sygdomme blev begrænset til bestemte aldersgrupper?

Forslaget står også i skrigende kontrast til regeringens udmeldinger om en psykiatri i verdensklasse – og at psykiatrien skal være evidensbaseret.

Forsøg med psykologbehandling af personer med lette og moderate depressioner viste at ca. 60 pct. af patienterne blev helt fri for depression under behandlingen.

En hurtig behandling vil kunne sikre en bedre livskvalitet og en fortsat tilknytning til arbejdsmarkedet.

## 12. april til Region Syddanmark

*SIND Region Syddanmarks høringssvar til "Rapport vedr. Fælles Akutmodtagelse i Region Syddanmark".*

De 4 SIND kredse i Region Syddanmark takker for det fremsendte udkast til psykiatritillæg vedr. "Fælles akutmodtagelser i Region Syddanmark".

SIND kredsene har følgende bemærkninger til udkastet:

SIND ser med glæde "at alle med selvmordsforsøg skal kunne tilbydes akut psykiatrisk vurdering" og håber at dette nye tiltag igangsættes omgående.

SIND har bemærket at Sundhedsstyrelsen fremhæver at psykiatriske patienter

ter i højere grad end somatiske patienter har behov for let tilgængelighed til den akutte indsats.

SIND lægger megen vægt på at tilgængeligheden og indsatsen omkring børn og unge prioriteres højt.

SIND kredsene kan tilslutte sig at der bliver én fælles adgang hvor der på samme matrikel etableres såvel somatisk som psykiatrisk sygehus når:

Der drages omsorg for at psykisk syge, der skal gennem FAM omgående tilbydes behandling/undersøgelse af psykiatrisk uddannet personale (speciallæge og psykiatrisk sygeplejerske). Erfaringen viser, at selv kortere ophold blandt mange mennesker for psykisk syge er uudholdeligt. En stor del af disse patienter vil hurtigt søge væk og dermed ikke komme i en nødvendig behandling. Som psykisk syg, måske endda med en psykose, skal der stort mod til at fastholde en beslutning om at indvilge i at få den nødvendige hjælp.

## 27. april til Sundhedsstyrelsen

*SINDs høringssvar vedrørende vejledning om behandlingsansvarlige og ledende overlægers ansvar for patienter der er idømt en behandlingsdom eller en dom til ambulat psykiatrisk behandling*

Landsforeningen SIND ser med tilfredshed på, at det slås fast, at det ALTID er den behandlingsansvarlige overlæge, der har ansvaret – og at det er den ledende overlæges ansvar, at der altid er en behandlingsansvarlig overlæge.

Det er også positivt, at det slås fast, at det skal fremgå af journalen, hvem den behandlingsansvarlige overlæge er, og hvem der har ansvaret ved dennes fravær fx på grund af ferie.

Det er positivt, at der flere steder i vejledningen slås fast, at overvejelser og beslutninger skal dokumenteres i journalen. Der er dog flere punkter, hvor der ikke nævnes noget krav om dokumentation - dette kan give anledning til undren. Fx er der ikke noget krav om, at det dokumenteres i journalen, at overlægen instruerer personale, om hvornår de skal give den behandlingsansvarlige overlæge oplysninger af relevans for behandlingen.

Det fremgår heller ikke, at det skal dokumenteres, hvis kriminalforsorgen kontakter den behandlingsansvarlige overlæge pga. bekymring for patienten.

Afslutningsvis kan det undre SIND, at PSP-ordningen ikke omtales med et ord i vejledningen. I alle tilfælde, hvor der er risiko for kriminelt recidiv, bør der være indikation for at inddrage PSP-samarbejdet. Det kunne med fordel skrives ind som den behandlingsansvarlige overlæges forpligtigelse, at aktivere PSP-samarbejdet i disse tilfælde./

SINDs høringssvar er vigtige. De udtrykker landsforeningens holdning til aktuelle politiske spørgsmål.

SINDs høringssvar offentliggøres i deres fulde længe på hjemmesiden ([www.sind.dk](http://www.sind.dk)), hvor et link på forsiden viser vej.

Interesserede læsere uden internetadgang kan rekvirere høringssvarene ved telefonisk henvendelse til sekretariatet på 35 24 07 50.

Her i bladet offentliggør vi et resumé af svarene.

Henvendelser vedrørende de afgivne høringssvar kan rettes til sekretariatet eller til formanden for Politisk Udvalg – se "De Gule Sider" bag i bladet./

» SIND må på det skarpeste tage afstand fra den vilkårlighed, der gælder for behandling af let til moderat depression og angst

» alle med selvmordsforsøg skal kunne tilbydes akut psykiatrisk vurdering

» Det kan undre, at PSP-ordningen ikke er nævnt med ét ord i vejledningen





# De nye regler om ambulant tvang

Lov om ændring af lov om anvendelse af tvang i psykiatrien og lov om retsens pleje (Tvungen opfølgning efter udskrivning)

AF KNUD KRISTENSEN

**D**en 29. april 2010 vedtog Folketinget ved 3. behandling den lov, der indfører regler om ambulant tvang, eller tvungen opfølgning efter udskrivning, som det kaldes officielt.

Alle Folketingets partier – minus Enhedslisten stemte for. Løsgænger Christian H. Hansen stemte også imod.

Loven træder i kraft den 1. oktober 2010, og ministeren skal efter fire år fremsætte forslag om revision af reglerne.

Men hvad er det så Folketinget har vedtaget? Her følger en kort gennemgang af de nye regler. Vi fortsætter gennemgangen i næste nr.

## Hvem er omfattet?

De nye regler kan anvendes i forbindelse med udskrivning, hvis der er begrundet formodning om og nærliggende risiko for, at patienten efter udskrivning vil ophøre med at følge behandlingen. Formodningen skal være baseret på *den seneste* indlæggelse.

Det er endvidere en betingelse, at:

1. patienten i de seneste tre år er blevet tvangsindlagt mindst tre gange,
2. patienten i de seneste tre år i mindst ét tilfælde har undladt at følge den behandling, der er anført i en udskrivningsaftale eller koordinationsplan,
3. patienten i forbindelse med den aktuelle indlæggelse er blevet tvangsindlagt eller tvangstilbageholdt, og
4. patienten inden for det sidste halve år forud for den aktuelle indlæggelse har været ordineret opsøgende behandling ved et udgående psykiatriteam, men har undladt at følge den ordinerede medicinske behandling

Det er med andre ord kun en meget lille patientgruppe, der er omfattet af reglerne. Hvor mange vides ikke, men der har været talt om 50-60 stykker og op til omkring 100.

## Hvad er tvungen opfølgning?

Opfylder man de nævnte kriterier *kan* overlægen inden udskrivning træffe beslutning om tvungen opfølgning efter udskrivning.

Gør overlægen det, så giver han/hun patienten pålæg om at møde op til medicinering i distriktspsykiatrien eller på en afdeling (i det psykiatriske sygehusvæsen, som det siges i loven).

Møder patienten ikke op til medicinering, kan overlægen beslutte, at patienten skal afhentes af politiet og bringes til tvangsmedicinering på en psykiatrisk afdeling. Det er ikke en betingelse, at patienten ved afhentningen og ved tvangsmedicineringen er psykotisk.

Der skal ved afhentningen være en sundhedsperson til stede.

## Varighed

Tvungen opfølgning kan højst være gældende i tre måneder. Perioden kan forlænges for tre måneder ad gangen, dog kan den maksimalt vare i 12 måneder efter udskrivningen.

Overlægen har ansvaret for, at tvungen opfølgning ikke anvendes i videre omfang end nødvendigt.

## Protokol

Tvungen opfølgning skal noteres i tvansprotokollen med angivelse af indhold og begrundelse.

## Patientrådgiver

Ved anvendelse af tvungen opfølgning, skal der beskikkes en patientrådgiver. Da man ved beslutningen om anvendelsen er tvangsindlagt eller -tilbageholdt, har man allerede en rådgiver, men beskikkelsen varer så længe man er omfattet af den tvungne opfølgning.

Besøg skal finde sted mindst én gang om ugen og i øvrigt efter behov.

Efter udskrivningen finder besøget sted på behandlingsstedet (og altså ikke i patientens hjem). Besøg skal ske på patientens anmodning, og patienten kan bede om at få besøget erstattet af en telefonsamtale.

Lægen på behandlingsstedet har ansvaret for, at der træffes aftale om besøg eller telefonsamtale.

## Klage har opsættende virkning

Klage over beslutning om tvungen opfølgning har opsættende virkning. Det betyder, at tvungen opfølgning ikke kan anvendes før klagen er behandlet – medmindre det er nødvendigt for ikke at udsætte patientens liv eller helbred for væsentlig fare eller for at afværge, at patienten udsætter andre for nærliggende fare for at lide skade på legeme eller helbred.

Det psykiatriske patientklagenævn skal træffe afgørelse i klagesagen inden syv hverdage efter klagens modtagelse.

Der kan klages igen efter hver forlængelse af perioden med de nævnte tre måneder af gangen.

Patientklagenævnets afgørelse kan indbringes for retten (og altså ikke Sundhedsvæsenets Patientklagenævn).

Da der ikke gælder nogen klagefrist, kan man i princippet vente med at klage over tvungen opfølgning til den dag, hvor politiet står på dørrinet for at afhente én. Politiet skal så vente indtil patientklagenævnet har vurderet sagen. Det er dog tvivlsomt, om man kan overtale betjentene til det./

## Juridisk brevkasse

**V**i får med jævne mellemrum spørgsmål af juridisk karakter. Spørgsmål, som måske kan have stor almen interesse for bladets læsere.

SIND er medudgiver af "Håndbog for psykiatribrugere og pårørende – kend dine rettigheder." Heri kan man finde svar på mange – men ikke alle – juridiske spørgsmål.

Vi vil i de kommende numre af bladet tage nogle af de spørgsmål op, som læserne gør os opmærksom på.

Vi kan ikke besvare alle spørgsmål. Vi henviser i stedet til rådgivningerne – se listen på »de gule sider« her i bladet.



# SIND UNGDOM AKTIVITETER 2010

SIND Ungdom  
Tlf: 35 24 07 50  
E-mail: ungdom@sind.dk



JUNI

- 9. Thorvaldsens museum**  
Kl. 16:00 foran hovedindgangen. Tilmelding senest 8. juni til [louise@sindungdom.dk](mailto:louise@sindungdom.dk).
- 18. Friday Night Skate**  
Tilmelding senest 17. juni til [lasse@sindungdom.dk](mailto:lasse@sindungdom.dk). Mere info følger. Se mere på [www.fns-cph.dk](http://www.fns-cph.dk).
- 23. Skt. Hans aften, grill og bål**  
Grill på vores terrasse på sekretariatet i Vanløse kl. 17:00. Tilmelding senest 16. juni til [lasse@sindungdom.dk](mailto:lasse@sindungdom.dk). Medbring 40 kr., vi sørger for mad og drikkevarer.
- 26. Lørdagshygge i Vanløse**  
Vi mødes kl. 17:00 hos SIND i Vanløse til mad og hygge. Ingen tilmelding nødvendig.

JULI

- 13. Fisketur m. kutteren Helle og skipper Steffen**  
Kl. 10:00 fra Lautrupkaj ved Svanemøllen station. Maximum 6 deltagere, udstyr ikke nødvendigt. Tilmelding senest 6. juli til [lasse@sindungdom.dk](mailto:lasse@sindungdom.dk).
- 17- Vandretur med overnatning**
- 18. Tilmelding senest 1. juli til**  
[torben@sindungdom.dk](mailto:torben@sindungdom.dk). Pris: 50 kr.
- 25. Grøn koncert i København**  
Valbyparken. Tilmelding senest 17. juli til [lasse@sindungdom.dk](mailto:lasse@sindungdom.dk). Pris: 100 kr. inkl. indgang og frokost.
- 31. Lørdagshygge i Vanløse**  
Vi mødes kl. 17:00 hos SIND i Vanløse til mad og hygge. Ingen tilmelding nødvendig.

AUG.

- 28. Lørdagshygge i Vanløse**  
Vi mødes kl. 17:00 hos SIND i Vanløse til mad og hygge. Ingen tilmelding nødvendig.

SEP.

- Kursus i webdesign**  
Dato og nærmere info følger.
- Undervisning i dansk og engelsk, evt. lektiehjælp**  
Datoer og nærmere info følger.

- 25. Lørdagshygge i Vanløse**  
Vi mødes kl. 17:00 hos SIND i Vanløse til mad og hygge. Ingen tilmelding nødvendig.

OKT.

- 2. Psykiatritopmøde**  
Se [www.psykisksaarbar.dk](http://www.psykisksaarbar.dk).
- 16- SIND Ungdom stormøde**
- 17. Mere info følger. Tilmelding senest**  
1. oktober til [lasse@sindungdom.dk](mailto:lasse@sindungdom.dk). Forventet pris ca. 350 kr., med mulighed for at søge rejserefusion.
- 30. Lørdagshygge i Vanløse**  
Vi mødes kl. 17:00 hos SIND i Vanløse til mad og hygge. Ingen tilmelding nødvendig.

NOV.

- 27. Lørdagshygge i Vanløse**  
Vi mødes kl. 17:00 hos SIND i Vanløse til mad og hygge. Ingen tilmelding nødvendig.

DEC.

- 9. Julearrangement**  
SIND Ungdom siger glædelig jul. Sted, tilmeldingsfrist og tidspunkt følger. Pris: ca. 40 kr.

## UNGEGRUPPER

SIND Ungdom tilbyder samtalegrupper for unge psykisk sårbare og unge pårørende med opstart i efteråret. Det er et rum, hvor vi samles for at dele tanker, liv og erfaringer, og hvor vi kan tale om alt. Yderligere info ring til psykolog Diana Kjølner på tlf. 30 24 15 22 eller [unggruppe@sind.dk](mailto:unggruppe@sind.dk).

Grupperne er støttet af SIND Gladsaxe og Bikubenfonden.

## KREATIVT VÆRKSTED

Kreativt værksted kører henover sommeren og fortsætter til efteråret. For info kontakt [louise@sindungdom.dk](mailto:louise@sindungdom.dk).



# SIND Ungdom

Et portræt af styregruppen

I sidst nummer af SIND-bladet beskrev vi, hvad SIND Ungdom vil med en ungdomsafdeling, og hvad der er vigtigt at fokusere på i forhold til unge. I dette nr. vil det derfor være passende at præsentere styregruppen, som er i fuld gang med udvikle ungdomsperspektivet i SIND og understøtte diverse aktiviteter.

Hvordan præsenterer man lige en styregruppe? Her er et forsøg.

## Navn?

Styregruppen består af 7 medlemmer og to suppleanter: Lasse (Formand), Torben (næstformand), Xenia, Louise, Lotte, Thue, Kathrine, samt Stine og Danny, der på papiret er suppleanter, men som i praksis laver lige så meget som alle andre.

## Alder?

Alderen for gruppens medlemmer går fra 25 til 35. Tilsammen har styregruppen, med suppleanter 247 års erfaring, og har en gennemsnitsalder på 27,5 år.

## Uddannelse/Arbejde/Hvad laver du for tiden?

Medlemmernes baggrund og daglige virke er vidt forskellig. Der er studerende, kandidater, en grafiker, en elektriker, en mor, en EU-nørd, en sportsnørd, en læreruddannet, nogle der arbejder, andre der søger, nogle der læser og andre, der er kloge nok. Den store variation blandt gruppens medlemmer er virkelige en af gruppens styrker. Tilsammen giver det en bred erfaringshorisont og mange specialkompetencer, hvilket gør styregruppen i stand til at imødegå de mangeartede og forskellige opgaver, som opstarten og udviklingen af ungdomsfokuset i SIND byder på.

Fra venstre er det: Stine Raun Nissen, Louise Rønn Olsen, Xenia Hesting, Kathrine Von Freiesleben, Lasse Rosenkjær Andersen, Thue Lebech, Danny Christensen, Torben Hansen. Lotte Andersen var desværre syg og kunne derfor ikke komme med på billedet.

## Hvorfor er I styregruppen?

Det korte svar er: hvorfor ikke? Det lidt mere uddybende svar er, at motivationen for at være med i styregruppen bygger på et ønske om at skabe initiativer for unge psykisk sårbare og pårørende og generelt at forbedre vilkårene for dem. Derudover er der også glæden ved at kunne gøre noget for andre samt at være en del af et spændende projekt, og den erfaring hele projektet med at udvikle SIND Ungdom giver.

## Hvad er ambitionen?

Det skal være et forum, hvor medlemmerne af SIND Ungdom kan mødes og diskutere forskellige problemstillinger i plenum. Valget med en projektform og styregruppe som pt. øverste organ er taget for at sikre en smidig og demokratisk organisationsudvikling. En styregruppe giver større gennemslagskraft og indflydelse på både hovedorganisation og ydre instanser, der kan forbedre forhold, muligheder og tilbud for unge sindslidende. Det handler for styregruppen om at give SIND en appel til alle psykisk sårbare og pårørende uanset alder og rent organisatorisk at fungere som et godt banded mellem SIND og SIND Ungdom, for derigennem at være med til at styrke hele SIND.

## Største udfordring ved at skulle konstituere og konsolidere SIND Ungdom?

Ambitionerne er høje, og derfor handler det også om at kunne stille realistiske krav – at finde ud af hvilke områder, der skal fokuseres på i opstartsfasen. Der er rigtig meget at lave, og selv om der nu er en fast og kontinuerlig styregruppe til at styre slagets gang, er der flere opgaver, end hænder til at gribe dem. Samtidig

er der nogle meget praktiske problemer, f.eks. i forhold til lokaler. Vi kan godt rekruttere flere frivillige, men uden et konkret sted at sende dem hen (SIND Ungdom har ikke pt. nogle lokaler), og nogle konkrete ting de hurtigt kan sætte sig ned og komme ind i, kan det være svært at fastholde dem. Vi risikerer at unge mennesker, der gerne vil være frivillige, flygter til andre organisationer, der har mere faste rammer, fordi vi ikke kan gribe dem.

På det mere interne plan, er der også et arbejde med integrere SIND Ungdom i SINDs eksisterende struktur og organisation.

## Hvorfor har I valgt at arbejde frivilligt?

Fordi man som frivillig kan være med til at gøre en forskel for mennesker, med den intention at ville bidrage til noget bedre uden at have et økonomisk mål med det. Det føles godt, at gøre noget godt.

## Beskriv jer selv med et ord?

Lagt sammen vil de ni ord, der beskriver styregruppen, være: Dynamisk, systematisk, pragmatisk, ambitiøs, nærværende, engageret, iderig, social og optimistisk.

Skulle du have nogle kommentarer, ønsker, spørgsmål eller andet, er du meget velkommen til at kontakte SIND Ungdom's styregruppe på [ungdom@sind.dk](mailto:ungdom@sind.dk)





# Vi holder fast i drømmen

På 2. sal i en fem etagers ejendom i Gothersgade midt i København ligger en ung fyr på sofaen i den lille dagligstue og ser fjernsyn. Han er en af de 11 beboere på Bostedet Caroline Marie. Her tilbyder man midlertidig bolig, støtte, omsorg og rehabilitering til unge med sindslidelser eller psykosociale problemer.

AF CHARLOTTE BACH & KENNETH WÖHLISFELT

Sofaen er sort, og foran står et sofabord. Et par lænestole er der også blevet plads til. Beboerne har selv stået for indretningen i hver sin ende af dagligstuen fører en kort gang hen til et par værelser. Der er også et hyggeligt spisekøkken og to badeværelser. Etagen har plads til fire beboere. Det minder mest om et lille kollegium, og det er også meningen. Beboerne køber ind, laver mad og spiser sammen, og de går og kommer, som det passer dem. Men de har en række hjælpere lige ved hånden, som kan bistå dem i deres videre færd i tilværelsen.

"Formålet er, at få de unge til at kunne klare sig selv. At fastholde og videreudvikle deres kompetencer og fokusere på den raske del, så de kan fuldende en uddannelse og opnå et job", siger forstander Gitte Munch-Hansen. Hun er socialrådgiver, har specialiseret sig i social integration og har bl.a. arbejdet med psykisk syge voksne.

"På en institution, hvor man bor permanent, kan man nemt få frataget sine kompetencer, fordi medarbejderne i den bedste mening kommer

**Marie Louise Dyhrberg er ergoterapeut og kontaktperson for flere af de unge på bostedet.**

Foto: Bostedet Caroline Marie.

til at gøre for meget. Et sådant mønster kan være svært at ændre. Caroline Marie er et midlertidigt tilbud, hvor de unge kan bo i højst fem år, og derfor arbejder vi koncentreret på at videreudvikle deres ressourcer, så de kan klare sig selv i egen bolig", siger Gitte Munch-Hansen.

Bostedet, der åbnede 1. august sidste år, har plads til 20 unge i alderen 15-25 år. Diagnoser-

ne er f.eks. anoreksi, selvskaide, skizofreni, depression eller ADHD. Nogle er uden diagnose.

Kommunerne visiterer til stedet og bevilger opholdet. Beboere over 18 år betaler selv en del af opholdet. Det går til husleje og kost. Caroline Marie er bemandet døgnet rundt, og de 12 medarbejdere tæller bl.a. ergoterapeut, sygeplejerske, pædagog, socialrådgiver og afspændingspædagog. Hver beboer har en kon-

taktperson, og der udarbejdes individuel tilgang til den enkelte. Desuden har de unge hver en dialogpartner, som fører frie samtaler med den unge – hvor man ikke nødvendigvis drøfter mål og strategi.

Ergoterapeut Marie-Louise Dyhrberg er kontaktperson for tre unge. Hun har lært dem grundigt at kende. Taler med dem. Spørger hvorfor de er kommet. Hjælper dem med at definere deres mål og skaber struktur i dagligdagen for dem, bl.a. ved hjælp af skemaer.

## Social forbi

Nogen af beboerne har måske en social fobi. Nogen er blevet mobbet og har svært ved at agere i grupper. Også på Caroline Marie har man oplevet mobning, og personalet har rokeret om på de involverede. Der er lavet aftale med dem, der har en social fobi, om at de opsøger andre bebo-





## 6 Vi holder fast i de unges drømme

### Gitte Munch-Hansen er forstander på bostedet Caroline Marie

Foto: Bostedet Caroline Marie.



ere én gang om dagen og får en lille snak, og det er gået rigtig godt. At lære tilgang til andre mennesker er en vigtig del af livet.

Ligesom de andre ansatte på Caroline Marie arbejder Marie-Louise Dyhrberg systemisk. Det vil sige, at hun tænker i helheder, når hun arbejder med en beboer og inddrager alle interessenter: Den unge selv med sine ønsker og evner, sygdommen, forældrene, sagsbehandleren, uddannelsesvejlederen, de ansatte på Caroline Marie, skoleforløb og erhvervsforløb. Der skal være styr på alle instanser, og der er meget skrivebordsarbejde, telefonsamtaler, møder og kommunikation. Alle skal kende den strategi, der lægges og agere derefter.

”Vi arbejder ikke mindst med beskæftigelse og holder mange møder med uddannelsesvejledere fra Københavns Kommune. Nogen kommer i specialskole, nogen havner i praktik, men det er ikke let at finde noget til alle. Det kommer meget an på den unges psykiske tilstand. Nogen skal have hjælp til at købe ind eller gå i banken”, siger Gitte Munch-Hansen.

Marie-Louise Dyhrberg påpeger, at mange har været indlagt på psykiatriske hospitaler og været bæltefikseret eller tvangssondemadet, så der er tung bagage at bearbejde.

Begge understreger vigtigheden af, at de unge føler sig set og hørt i forhold til de ønsker, de har. De skal betragtes som ligeværdige samarbejdspartnere. Først da er de trygge nok til at åbne sig og fortælle om deres ønsker, og da kan de blive hjulpet videre. Relationen mellem den unge og kontaktpersonen er det, der skal bygges på.

Ofte kan det være en social udfordring for en beboer at være sammen med andre unge på etagen. De skal lære at udvikle deres kommunikationsfærdigheder og fungere som et mini-kollektiv med koordinering af rengøring, indkøb, madlavning og måltid, og det er ikke let, påpeger Gitte Munch-Hansen. Tanken er, at de unge skal være ude om dagen. I uddannelse eller beskæftigelse. Men sådan er virkeligheden ikke. Derfor arbejder medarbejderne som rasende på at finde uddannelses- og erhvervs muligheder. For ifølge Gitte Munch-Hansen betyder det rigtig meget, at den unge er

væk om dagen – væk fra tankerne om sin sygdom. Men produktionsskoler har ofte for store krav og for store hold til at det kan fungere for Caroline Maries skrøbelige beboere, og specialskoler for 9. klasse hænger ikke på træerne. Praktikpladser heller ikke. Virkeligheden kan være overordentlig barsk. Marie-Louise Dyhrberg fortæller, at nogle arbejdsgivere, der har haft en beboer til samtale med henblik på praktikplads, trækker sig, når de ser, at beboeren har en kontaktperson med til samtalen. En sådan besked er nedslående og kan ødelægge megen nøjsommeligt opbygget selvtillid. Så gælder det om at fastholde troen hos den unge. Troen på at det nytter. En anden beboer var så heldig at få tre dages praktik om ugen i en café. Så der er også lyspunkter.

## 6 En anden beboer var så heldig at få tre dages praktik om ugen i en café

### Identitetsproblemer

Forældrene har overvejende været positive i forbindelse med, at deres barn skulle bo på Caroline Marie. Forud er ofte gået nogle opslidende år for alle parter med mange nederlag. Forældresamarbejdet er tæt, og medarbejderne gør meget ud af at anerkende forældrenes indsats. Der holdes møde med forældrene forud for indflytningen og derefter jævnligt. Hver tredje måned holder man et såkaldt statusmøde med beboeren, forældrene, medarbejderne og kommunens sagsbehandler. Den unge må have sine forældre på besøg så ofte han eller hun vil, og de må også overnatte. Det samme gælder venner.

”Nogen gange er det bedre, at forældrene kommer her, frem for at den unge tager hjem til dem. Det kan udløse et gammelt mønster med skænderier eller vold. Under alle omstændigheder opfordrer vi til at holde kontakten med hjemmet, men ind imellem kan den unge have brug for en pause fra forældrene, og det

finder vi så en løsning på”, siger Gitte Munch-Hansen.

Hun har ligeledes et tæt samarbejde med den visiterende kommune, som modtager en statusrapport hvert halve år.

I arbejdet med de unge gælder det om at fastholde håbet, fastslår Gitte Munch-Hansen. At bearbejde de unges identitetsproblemer og bekræfte dem i det, de er gode til. At se på dem som alle mulige andre unge og ikke lade sygdommen fylde for meget. Til trods for at Caroline Marie kun har eksisteret et halvt år, kan medarbejderne allerede se gode fremskridt hos adskillige af beboerne.

”Vi holder fast i de unges drømme”, siger Gitte Munch-Hansen./

### FAKTA OM CAROLINE MARIE

#### Bokoncept for ungetilbud

Bostedet Caroline Marie er etableret i ejendommen Gothersgade 141, 1123 København K og er åbnet etapevist fra 1. august til 2009.

Huset består af fem etager med 4 boliger pr. etage. På hver etage etableres et lille køkken og opholdsrum, så den enkelte etage kan fungere mere selvstændigt med eget køkken.

Bostedet er etableret efter lov om social service §§ 66, 76, 107 jf. §§ 142 og 144.

Der etableres 20 kollegielignende værelser med toilet og bad på gangen, således at to beboere deler et toilet og bad.

Målgruppen er unge mennesker i aldersgruppen 16 – 25 år med sindslidelser eller psykiske problemer.

Bostedet har modtaget dobbelt egnethedsgodkendelse af Københavns Kommune og kan således arbejde både med unge og voksne mennesker./





Foto: www.colourbox.com

## Fokus på kost og motion

250 borgere med sindslidelse og misbrug har de seneste tre år været en del af projekt Lighed i Sundhed. Projektet har givet ny viden om, hvordan danske kommuner kan styrke socialt udsatte personers evne til aktivt at påvirke egen sundhed og trivsel

AF RIKKE ROSENMEIER

Gladsaxe Kommunes projekt Lighed i Sundhed skal inspirere andre kommuner til, hvordan man med succes tænker sundhed ind i hverdagen for voksne misbrugere, udviklingshæmmede og borgere med psykiske lidelser. Derfor har Sundhedsstyrelsen blandt andet udgivet kataloget 'Sundhed i sociale tilbud', som tager udgangspunkt i Gladsaxe Kommunes treårige projektforsøg.

Omdrejningspunktet for projektet har været at hjælpe borgerne til et sundere valg. For eksempel blev der oprettet madgrupper, hvor borgerne selv lavede mad, og ved hjælp af billedmapper og otte kostråd, fik deltagerne et brugbart kendskab til sund kost. Motion blev tænkt ind som et sjovt indslag i hverdagen, hvor der blandt andet blev konkurreret i at cykle længst på motionscykler, spillet Nintendo – og deltagerne blev også introduceret

til yoga. Mens projektet har kørt, er der oprettet en idrætsforening for sindslidende. Selvom projektet nu er afsluttet, kører idrætsforeningen IF Glad videre. Mange deltagere i projektet har tidligere røget 60-80 cigaretter dagligt. Ved at have røgfrie miljøer og specielt tilpassede rygestopkurser, var markant flere borgere motiverede til at holde op med at ryge i 2009, end ved projektets start i 2007./

## Gladsaxe tænker nye tanker om socialpsykiatrien

Gladsaxe Kommune har lavet et udkast til en visionsplan for det psykiatriske arbejde i kommunen, som lægger op til et skifte i måden at behandle og støtte borgere med psykiske problemer. Planen er sendt i høring

AF JESPER NICOLAJSEN

Indsatsen overfor borgere med psykiske problemer skal fremover i højere grad kunne skræddersyes til den enkelte. Og den kommunale indsats skal i højere grad sættes ind på de områder, der giver livskvalitet og støtter borgerne i at komme videre med livet, i deres eget tempo og på deres egne betingelser. Det er nogle af tankerne i visionsplanen "Det psykosociale indsatsområde i Gladsaxe Kommune i 2020", som Gladsaxe Kommune har sendt i høring hos interessenterne på området.

Som navnet på planen fortæller, lægges der op til at tage afsked med ordet "socialpsykiatri" og i stedet tale om en psykosocial indsats. Den kommunale indsats skal nemlig ikke længere tage udgangspunkt i et sygdomsorienteret perspektiv, men i de udfordringer sindslidende møder i hverdagslivet. Også ordet sindslidende får en ny betydning, når man i stedet for at fokusere på diagnosen, retter fokus på de psykosociale handicap, som har betydning for, hvordan livet kan leves.

Skiftet i perspektivet hænger sammen med ny viden på området. Den har vist, at mange mennesker, som tidligere blev betegnet som kronisk syge, for eksempel med skizofreni, faktisk kan komme sig. Men vejen til at komme sig er forskellig for den enkelte og handler ikke alene om, hvilken behandling man får af psykiaterne. Områder som netværk, psykisk trivsel, arbejde og materielle levevilkår kan også spille en afgørende rolle.

### En selvstændig bolig

"Vi skal have fokus på borgernes hverdagsliv og samlede livssituation frem for sygdom. Som kommune har vi mange og brede muligheder for at støtte op, og dem ligger visionsplanen op til at udnytte bedre end hidtil. Det er mange gange de små skridt, der skal til, og det er vigtigt for mig, at den store omstilling, der lægges op til i planen, sker sammen med og ikke hen over hovedet på borgeren. Målet er at give den nødvendige hjælp til en værdig dagligdag for den enkelte", siger Susanne Palsig (SF),

der er formand for Gladsaxes Forebyggelses-, Sundheds- og Handicapudvalg.

I mange af landets kommuner er tilbuddene i socialpsykiatrien opbygget omkring sociale tilbud i form af bosteder, væresteder og lignende. Med tankerne i visionsplanen vil der rent praktisk skulle tænkes anderledes om de sociale tilbud, så de borgere, som modtager hjælp og støtte, i langt højere grad skal modtage støtten i mere almindelige rammer. For eksempel ved at bo i en selvstændig bolig og ved at have almindelige jobs og netværk.

I stedet for at skabe tilbud, der let risikerer at blive til en parallel verden, skal der findes nye måder at støtte mennesker i at leve de samme steder som andre mennesker. Der skal være fokus på livsområder som netværk, uddannelse, arbejde og fritid. Indsatsen skal i fremtiden i højere grad kunne tilpasses den enkelte, så de områder der betyder noget for den enkeltes livskvalitet og mulighed for at komme sig får størst opmærksomhed./



# Ny undersøgelse får organisation til at slå alarm

Uvidenhed ødelægger livet for maniodepressive patienter. Posedamen eller alkoholikeren henne på bænken bliver ofte set som prototypen på en psykisk syg, men hvad med den frække dreng i klassen, familiens sorte får eller den kreative kunstner?

Faktisk er det mere almindeligt, end vi tror at have en psykisk sygdom, og ca. 40.000 danskere; menes at være maniodepressive. Ofte er det personer med et stærkt "drive", som kan leve et aktivt liv, hvis de er velbehandlede. Ikke desto mindre tegner en ny undersøgelse et dystert billede af livet som maniodepressiv.

Andres uvidenhed hæmmer patienternes muligheder, og mange af dem; ryger ud af arbejdsmarkedet. Tre ud af fire føler sig stigmatiserede. En ny undersøgelse gennemført af Bristol-Myers Squibb blandt danske patienter og deres pårørende viser, at danskerne generelt ved alt for lidt om maniodepressiv sygdom, som i dag kaldes bipolar lidelse, og at det er stærkt problematisk for patienterne. Hele 81 % af de adspurgte patienter og deres pårørende oplever, at andre mennesker ved for lidt om

sygdommen. En af konsekvenserne er blandt andet, at hele 3 ud af 4 (72 %) af de adspurgte patienter føler sig stigmatiserede af deres omgivelser, og at 1 ud af 3 (33 %) fortæller, at andre mennesker opfatter; dem som "skøre". Derudover føler 32 %, at de mistænkes for at "finde på" sygdommen.

"Det kommer ikke bag på mig, at så mange oplever, at deres omgivelser står uforstående overfor deres sygdom. Danskerne ved alt for lidt om bipolar lidelse, selvom det faktisk er mere almindeligt, end de fleste ved. Cirka 1 % af den voksne befolkning menes at være maniodepressive, så det er rigtig mange mennesker, der mødes med uvidenhed og fordomme. Generelt set er der behov for større forståelse for psykiske lidelser, så man ikke unødigt bliver sat i bås," forklarer Thorstein Theilgaard, generalsekretær hos BEDRE PSYKIATRI.

## Over halvdelen ryger ud af arbejdsmarkedet

Halvdelen (51 %) af patienterne i undersøgelsen står udenfor arbejdsmarkedet. 58% af de

adspurgte patienter og pårørende fortæller, det er svært for patienten at vende tilbage til arbejdet efter at have været fraværende i længere tid, og hele 38 % fortæller, at patienterne føler sig udenfor på arbejdspladsen, når de vender tilbage.

"Som undersøgelsen peger på, ryger mange patienter ud af arbejdsmarkedet. Det er trist og unødvendigt, da mange med bipolar lidelse med fordel kan forblive i arbejde, hvis de får den rette behandling. Imod manges forventning, så er det personer som dig og mig, der periodevis er meget højt oppe eller nede, og hvis de er velbehandlede, kan de faktisk have en normal og aktiv hverdag. Personer med bipolar lidelse har meget at tilbyde på arbejdsmarkedet, og så er det både sundt for patienten og for samfundsøkonomien," forklarer Jesper Karle, speciallæge i psykiatri på PPclinic.

Undersøgelsen er gennemført af Bristol-Myers Squibb i samarbejde med sundhedsportalen Netdoktor.dk for at undersøge maniodepressive personers arbejdsliv. /kw

# BENNENEWEIS

## DANMARKS BEDSTE CIRKUS

### MAJ

- 1.-2. Slagelse
- 3. Nyborg
- 4.-9. Odense
- 10. Fredericia
- 11.-13. Vejle
- 14. Juelsminde
- 15.-16. Skanderborg
- 17. Give
- 18. Brande
- 19.-20. Herning
- 21. Skjern
- 22. Ringkøbing
- 23.-24. Holstebro

- 25. Struer
- 26.-27. Viborg
- 28. Nykøbing M
- 29. Thisted
- 30. Hanstholm
- 31. Fjerritslev

### JUNI

- 1. Aabybro
- 2.-6. Aalborg
- 7. Dronninglund
- 8. Sæby
- 9. Frederikshavn
- 10. Skagen

### JULI

- 1.-11. Århus
- 12. Odder
- 13. Middelfart
- 14. Bogense

- 11.-12. Hjørring
- 13. Brønderslev
- 14. Støvring
- 16. Hadsund
- 18.-20. Randers
- 21. Grenå
- 22. Ebeltoft
- 24.-30. Århus

- 15. Kerteminde
- 16. Ringe
- 17.-18. Svendborg
- 19. Faaborg
- 20. Assens
- 21. Jels
- 22. Haderslev
- 23. Gråsten
- 24.-25. Sønderborg
- 26. Nordborg
- 27.-28. Aabenraa
- 29. Tønder
- 30. Skærbæk
- 31. Bramming

### AUGUST

- 1. Vejen
- 2.-4. Esbjerg
- 5. Varde
- 6. Grindsted
- 7. Videbæk
- 8. Ikast
- 9. Karup
- 10.-11. Skive
- 12. Bjerringbro
- 14.-15. Silkeborg
- 16. Hammel
- 17. Billund
- 18.-20. Kolding

- 21. Egtved
- 22. Horsens
- 23. Ejby
- 24. Tommerup
- 25. Langeskov
- 27.-29. Greve
- 31. Frederiksværk

### SEPTEMBER

- 1. Gilleleje
- 3.-12. Bellahøj

### GRUPPERABAT

Ved køb af mere end 25 billetter kan De opnå rabat på udvalgte billetkategorier! Ring 4040 2020 - og få et tilbud!

Se spilletider · Bestil billetter på [www.benneweis.dk](http://www.benneweis.dk) eller tlf. 4040 2020



## Leif Sylvester maler for SIND

I jubilæumsgave får SIND en plakat begået af multikunstneren Leif Sylvester. Værket er klar til landsmødet i september, hvor du også kan være heldig at erhverve dig et signeret eksemplar

AF KENNETH WÖHLISFELT

I flere måneder har han været i tvivl. Kunne han, eller kunne han ikke?

Leif Sylvester, et af de største navne i den moderne malerikunst, har brugt lang tid til at fundere over, om hans til tider aparte figurer, i de markante farver og med de forunderlige udtryk, kunne være de bærende elementer i en plakat som han arbejder på til SIND i anledning af foreningens 50-års jubilæum – og heldigvis er Sylvesters beslutning faldet ud til fordel for foreningen.

”Jeg vil meget gerne støtte SIND. De gør et stort arbejde og jeg kan så hjælpe på min måde,” siger en travl Leif Sylvester, der er ved at lægge sidste hånd på en stor udstilling.

Sylvester, der netop har rundet de 70 år, er hverken gået på pension eller har trukket sig tilbage. Han arbejder fortsat med sine malerier, er ved at lave en bog og er filmaktuel i biografen, hvor han i øjeblikket kan opleves i Nikolaj Stens komedie ”Oldboys”.

### Forskel på plakat og maleri

”Jeg går sgu ikke på pension. Hvorfor skulle jeg dog det? Jeg laver jo det, jeg har lyst til,” siger Leif Sylvester og betragter et næsten færdigt maleri i sit store atelier i Nordsjælland, hvor han også bor et par uger om måneden. Resten af tiden tilbringer han i Kø-



Foto: Torben Christensen

benhavn – og vel også i sit hus i Malaga.

Plakaten som Sylvester maler til SIND, kommer formentlig til at ligge i lige linje til den streg, vi kender så godt fra hans hånd. Ud-kast, farveprøver og tekst arbejder han allerede med.

”Der er stor forskel på en plakat og et maleri. En plakat skal have et entydigt budskab. Den skal være nem at aflæse på lang afstand. Et maleri kan derimod have mange historier i sig. I et godt maleri

kan man finde nye historier i hele tiden,” mener Sylvester.

Leif Sylvester arbejder på, at plakaten kan præsenteres til landsmødet i september, hvor den også kan købes. For de hurtigste vil der være mulighed for at erhverve sig et signeret eksemplar.

Du kan læse mere om Leif Sylvester og se nogle af hans malerier på [www.python.dk](http://www.python.dk) – og fra den 19. juni og et par måneder frem kan du se en udstilling med hans malerier på Museet Koldinghus./

## Rigtige mænd bliver også kede af det

Psykoterapeut Kent Sørensen har stor succes med udviklingsamtaler i en mandegruppe for pårørende i Århus

AF JANE KØLSEN OG KENNETH WÖHLISFELT

Psykoterapeut Kent Sørensen begyndte forrige år en mandegruppe i pårønderådgivningens regi i Århus.

”Der har nu været afholdt to gruppeforløb over to år med skiftende deltagere og en tredje gruppe er begyndt i starten af 2010. Et typisk forløb strækker sig over ca. 10 gange à 2½ time pr. gang”, fortæller Kent Sørensen og fortsætter:

”Ofte deltager 5-8 mænd ad gangen. Og ja, det er anderledes, når mænd er sammen med mænd. Mænd, som også er pårørende, har brug for et fristed, hvor de kan spejle sig og følelsesmæssigt genkende sig selv i nogle af de oplevelser og følelser, som er fælles i en mandesammenhæng. Det er nok den vigtigste og på sin vis banale begrundelse for at lave mandegrupper”.

Ifølge Kent, så har mænd mere til fælles med kvinder følelsesmæssigt end de har forskellighed fra kvinder.

”Forskellen mellem en mandegruppe og en kvindegroupe er måske, at mænds naturlige aggressivitet i en mandegruppe er mere åbent og legalt til stede. Maskulin humor og det frisprog, som mænd har med hinanden, er en måde lettere at rumme de svære følelser, men også at forstå hinanden på. Der kan desuden tales mere åbent om emner som seksualitet, at kunne forsørge sin familie, at være både far og mor, for sine børn, at kunne se sig selv som det robuste og stærke holdepunkt i familien samt alle de andre problemer, der opstår, når ens nærmeste er psykisk syg”.

### Aftalte spilleregler

Gruppen arbejder efter på forhånd aftalte spilleregler. Man har tavshedspligt og hver gang startes med en runde, hvor emner, der optager eller fylder mest for deltagerne, kommer på banen. Ikke alle behøver at gå i dybden med deres egne områder. Det at høre én af de andre i gruppen arbejde med et konkret emne, kan ofte genkendes dybt inde af de andre i gruppen.

Kents arbejde består i på den ene side at udfordre deltagernes barrierer og grænser og til at se nye muligheder, lære at rumme og udtrykke følelser, men også at respektere deltagernes barrierer og grænser. Mange års uddannelse og professionelt arbejde er en god forudsætning. Men også et dybt engagement i menneskers liv og vilkår samt et ønske om at være

sammen med deltagerne der hvor de er, er et tydeligt kendetegn i samtalen med Kent om hans arbejde i en mandegruppe.

”Den enkelte deltager i gruppen er typisk ’på’ 3-4 gange i et forløb, hvor der arbejdes specielt med at få fat i de svære følelser fra egne selvvalgte områder fra livet som pårørende. Nyere forskning viser, at det er ikke sundt at gemme sig selv og sine følelser. Det risikerer man at blive fysisk syg og få dårligt hjerte af. Så det er vigtigt at rumme, forstå og udtrykke sine følelser; at få grædt når man er ked af det, og at skælde ud, når man er frustreret. For mange pårørende mænd kan en mandegruppe være sidste udvej inden verden bryder helt sammen,” slutter Kent Sørensen./



## Løb For SIND

AF LARS CHRISTENSEN

I februarnummeret af SIND-bladet, præsenterede vi de tre deltagere i "Løb For SIND"-projektet. I mellemtiden er der kommet endnu et medlem med på holdet, så vi nu er 4, der skal deltage i 24-timers løbet på Bornholm til sommer. Udover Folketingsmedlem Anne Marie Geisler Andersen, læge Morten Overgaard og undertegnede, har vi fået Rikke Skuldbøl med.

Rikke er 36 år. Arbejder til daglig som ledende børnebibliotekar i Guldborgsund Kommune. Har et aktivt fritidsliv bl.a. som formand for Nørre Alslev Løbeklub og som politisk aktiv for Det Radikale Venstre. Rikke kan lide at gøre en forskel og deltager gerne hvor beslutningerne træffes – fx i form af bestyrelsesposter hos Skovby Friskole, Det Radikale Venstre og BØ-FA (Børnebibliotekarenes Faggruppe). Hun lø-



Rikke Skuldbøl

betræner ca. 4 gange om ugen, og har indtil videre deltaget i en del halvmarathon-løb og et par "rigtige" marathonløb. Hendes marathontider ligger mellem 3 timer og 45 minutter og 3 timer og 59 minutter. I dette forår er hun tilmeldt 3 halvmarathon-løb, et marathon-løb og et ultraløb. Rikke er i gang med DGIs løbetræneruddannelse og fungerer sideløbende som løbetræner i Nørre Alslev Løbeklub.

At skulle deltage i et ultraløb er en stor drøm, som hun ser frem til skal gå i opfyldelse.

Rikke har 2 drenge – Markus på 10 år og Jakob på 14 år./



Lars Christensen

## Løb For SIND – Indsamlingen

I forbindelse med vores deltagelse i 24-timers løbet har vi iværksat en myndighedsgodkendt, landsdækkende indsamling. Det indsamlede beløb går til produktionen af en undervisnings-dvd om madlavning for sindslidende, der efterfølgende skal udgives i SIND regi. Underviseren på dvd'en bliver den kendte koge-mand Nikolaj Kirk.

Man kan støtte indsamlingen ved at indbetale et beløb, stort som småt, på flg. bankkonto:

RegNr.: 0654 Kontonr.: 0741351021.

Er man evt. interesseret i at købe reklameplads på vore løbedragter, kan man kontakte Lars Christensen på mail: larboch@paradis.dk eller på tlf. 20 61 07 03, for yderligere information./

## SIND i Cirkus Benneweis

Mange besøger vores stand i cirkus

Årets forestilling i Cirkus Benneweis er en stor succes for anmeldere, publikum – og for os i SIND.

Vi er som bekendt repræsenteret med en flot stand, hvor man bl.a. kan se video og hente fakta om foreningen i blade og pjecer.

Standen er strategisk placeret i forteltet, hvor publikum også handler is og slik i pausen. Siden premieren i Hillerød har vi flere gange fyldt op med blade og pjecer. Om det så giver flere medlemmer må tiden vise./



Foto: Arne Magnussen

## GirlTalk.dk: Boom i antal piger der søger hjælp

GirlTalk.dk oplever en fordobling af unge piger, der søger hjælp på rådgivningschatten. I marts måned havde GirlTalk.dk 1172 samtaler, dette tal ligger normalt under det halve. Aldrig har så mange piger søgt hjælp hos GirlTalk.dk, der har svært ved at imødekomme den stigende efterspørgsel på rådgivning til piger.

"Hvad har du på hjertet?!", sådan lyder den typiske start på en chatsamtale hos ungerådgivningen GirlTalk.dk, der udelukkende taler med piger. Siden opstarten af rådgivningen i 2004 har GirlTalk.dk oplevet et støt stigende behov for rådgivning til teenagepiger.

"Vi har aldrig haft så travlt på chatten som nu. Selvom pigerne nu har dobbelt så mange rådgivere at tale med, er der stadig mange piger, som ikke når en snak. Jeg har aldrig oplevet, så stor søgning til GirlTalk chatten," siger Anna Lynge, der er daglig leder af GirlTalk.dk

### 40.000 besøg i marts måned

Det har da heller ikke være nogen normal måned for GirlTalk.dk, der i efteråret 2009 blev udvalgt til Reklame for Alvor, som via en gratis reklamekampagne giver støtte til en god sag. Det har betydet, at GirlTalk.dk har været synlig i bl.a. TV reklamer, på cafeer og i træningscentre. På en normal måned er der omkring 20.000 besøg på www.girltalk.dk, og dette tal er fordoblet i marts.

"Vi er selvfølgelig glade for, at pigerne bruger GirlTalk.dk, fordi at behovet for hjælp er der. Samtidig er vi foruroligede over, hvor mange piger det reelt drejer sig om, og bekymrede over de mange piger, der viser en alvorlig destruktiv adfærd," siger Anna Lynge og fortsætter:

"Der er et akut behov for, at pigerne får mulighed for, at tale med en person, som har tid til at lytte, ellers kan det ende med, at vi taber en generation af unge piger på gulvet."/kw



# SINDs årsrapport 2009

SIND i tal og fakta: Vi har nu næsten 5.000 medlemmer, hvilket er en stigning på to procent i forhold til sidste år. Her er et uddrag fra årsberetningen

## Hovedtal

### RESULTATOPGØRELSE

	1.000 kr.
Kontingentindtægter	1.031
Tips- og lottomidler	2.260
Bidrag, arv og gaver	3.523
Administrationshonorar/øvrige indtægter	172
<b>Indtægter i alt</b>	<b>6.986</b>
Løn- og personaleudgifter	1.712
Møde- og udvalgsudgifter	407
Administrationsudgifter	975
SIND bladet/oplysningsarbejde	1.357
Aktiviteter/øvrige foreningsudgifter	1.065
<b>Udgifter i alt</b>	<b>5.516</b>
Finansielle poster – netto	930
<b>Årets resultat, overskud</b>	<b>2.400</b>

### BALANCE

#### Aktiver

	1.000 kr.
Anlægsaktiver	4.672
Omsætningsaktiver	12.245

#### Aktiver i alt

**16.917**

#### Passiver

Egenkapital	9.515
Hensættelser	4.815
Kortfristet gæld	2.587

#### Passiver i alt

**16.917**

SIND arbejder for at sikre, at sindslidende og deres pårørende inden for samfundets rammer skal kunne realisere et godt liv. Sindslidelse er et fælles problem for de sindslidende, de pårørende og de professionelle. SIND arbejder for at samle disse grupper i et fælles arbejde for at realisere visionen.

Året startede med workshoppen Strategiprojekt SIND 2013, hvor medlemmer af kredse, lokalforeninger og udvalg deltog. Her blev de store linjer og udfordringer som SIND står overfor diskuteret. Derudover blev en internetundersøgelse af befolkningens kendskab til og vurdering af SIND som frivillig organisation gennemført. Undersøgelsen blev sponsoreret af konsulentfirmaerne Resarch International og Norstat. Hovedbestyrelsen har siden tilsluttet sig de generelle anbefalinger om styrkelse af organisationen og øget synlighed. Arbejdet videreføres gennem Politisk Udvalgs arbejde med handleplanerne.

I februar var en delegation fra SIND på besøg hos Kræftens Bekæmpelse, hvor de hørte om Kræftens Bekæmpelses arbejde med medlemspleje, politisk indflydelse, information m.m.

Direktøren for Kræftens Bekæmpelse og en række ledende medarbejdere deltog i mødet. SIND fik en uforglemmelig oplevelse og gik fra mødet med en fornemmelse af, at det er muligt at øge professionaliteten uden at det går ud over det folkelige engagement. Vores venner fra Kræftens Bekæmpelse lovede, at de vil støtte os i vores videre arbejde med at udvikle SIND.

SIND Ungdom har fået luft under vingerne i 2009, og det tegner godt for SINDs fremtid. SIND Ungdom har indledt samarbejde og har indgået samarbejdsaftaler med flere ungegrupper. Bikubenfonden støtter SIND Ungdom med en 3-årig bevilling. Støtten skal gå til arbejde med unge pårørende. I efteråret blev de første unge pårørendegrupper etableret. SIND Ungdom har desuden modtaget støtte fra Lykfeldts Legat, J.L. Fonden, Danmark Fonden og Gladsaxe Lokalforening.



## 6 Sommerhøjskolen var igen i 2009 en bragende succes

Sommerhøjskolen var igen i 2009 en bragende succes. Sommerhøjskolen har de sidste 3 år været støttet af Bikubenfonden.

Sidst på året lancerede vi SINDs nye hjemmeside. Hjemmesiden har fået nyt design.

SIND-bladets læsere er blevet hørt om bladets størrelse og indhold. SIND bladet er herfter blevet redesignet og fra 2010 udkommer bladet igen i A4 format.

Et samarbejde mellem psykiatريفoreningerne i Danmark så dagens lys i Det Sociale Netværk under ledelse af SIND ambassadør Poul Nyrup Rasmussen. I oktober blev der afholdt Psykiatritopmøde, hvor psykisk sårbare og pårørende var særligt inviteret og omdrejningspunkt – et arrangement præget af gå på mod og en kilde til stort håb for fremtidens samarbejde.

Op til regions- og byrådsvalgene i november 2009 satte SIND psykiatrien på dagsordenen. I foråret udgav SIND pjecen "Sæt psykiatrien på valgplakaten" – et inspirationshæfte til brug ved valgene. I SIND bladet blev der hen over året sat fokus på nogle kandidater, der vil psykiatrien det godt. Alle Folketingets partier (undtagen Liberal Alliance) var repræsenteret.

2009 var også året, hvor mange fik sig en plan for udviklingen af psykiatrien. "En psykiatri i verdensklasse" blev lanceret (indtil videre dog kun som et begreb).

Satspuljeforhandlingerne endte med flere penge til psykiatrien. SIND finder det naturligvis positivt, at der afsættes flere penge til psykiatrien, men der er stadig langt til den lovede ligestilling mellem psykiatrien og somatikken.

### SIND internationalt

SINDs formand og næstformand besøgte vores grønlandske venner i Sugisaq, hvor de bl.a. skulle drøfte det fremtidige samarbejde. De fik et fantastisk indblik i det grønlandske samfund og ikke mindst i psykiatrien.

Samarbejdet med Mental Health Uganda (MHU) blev grundlagt i 1998. Projektet finansieres af Danida/DH. MHU arbejder med omtrent det samme formål som SIND. I 2009 har Uganda-arbejdsgruppen under Politisk Udvalg været på monitoreringsbesøg i Uganda.

Eufamis årsmøde blev afholdt i Slovenien. SINDs repræsentant deltog og nød nogle spændende og særdeles lærerige dage sammen med de øvrige repræsentanter for de 48 pårørendeorganisationerne i Eufami. Det var alvorlige emner, der var på dagsordenen. Foruden erklæringer om selvmordsforebyggelse og udvikling af de psykiatriske behandlingstilbud, diskuteredes temaer for de kommende års fælles indsats i pårørendearbejdet i Europa.

### Den økonomiske situation

Årets resultat viser et overskud på 2,4 mio. kr. Resultatet er 1 mio. kr. bedre end budget. Indtægterne udgør knap 7 mio. kr. Bidrag, arv og gaver udgør 3,5 mio. kr. Udgifterne udgør 5,5 mio. kr. Forbruget har været knap 0,5 mio. kr. mindre end forventet.

Egenkapitalen udgjorde ultimo 2009 9,5 mio. kr.

### Indtægter

Kontingentindtægterne udgør 1 mio. kr. SIND udbetaler en andel af de indkomne kontingentindtægter til foreningens 16 kredse og 30 lokalforeninger. Beløbet udgjorde i 2009 80 kr. pr. medlem svarende til knap 405 tkr.

Medlemstallet udgjorde ultimo året 4.889 medlemmer, en stigning på ca. 2 % i forhold til medlemstallet i 2008.

SINDs kredse og lokalforeninger modtager en andel af de midler, SIND modtager fra Handicappuljen – tips/lottomidler. SINDs andel af puljen udgjorde i 2009 2,3 mio. kr., heraf blev der udbetalt 293 tkr. til kredse og lokalforeninger.

Arv, fonde, gaver m.v. beløb sig til 3,5 mio. kr., hvilket var 73 tkr. bedre end forventet. Indtægterne fordelte sig med 3,3 mio. kr. fra arv, 111 tkr. fra fonde/legater og 137 tkr. fra gavgivere.

SIND har modtaget 141 tkr. i administrationshonorar. Honoraret dækker bl.a. regnskabsføring for Benzo-Rådgivningen, Sind-Nettet, Sind-aktiviteter, kredse og lokalforeninger.



### Udgifter

Sekretariatet har i 2009 gennemsnitlig beskæftiget 5 heltidsansatte medarbejdere. Heraf er en medarbejder ansat i fleksjob og en medarbejder ansat i skånejob. En medarbejder har været ansat til at varetage de arbejdsopgaver, der hører under SIND bladet. Yderligere er en medarbejder ansat til at varetage SIND-nettet i Silkeborg/Skanderborg, medarbejderen er ansat i fleksjob, og en medarbejder er ansat til at varetage arbejdsopgaverne i Benzo-Rådgivningen. Medarbejderne aflønnes af projektmidler.

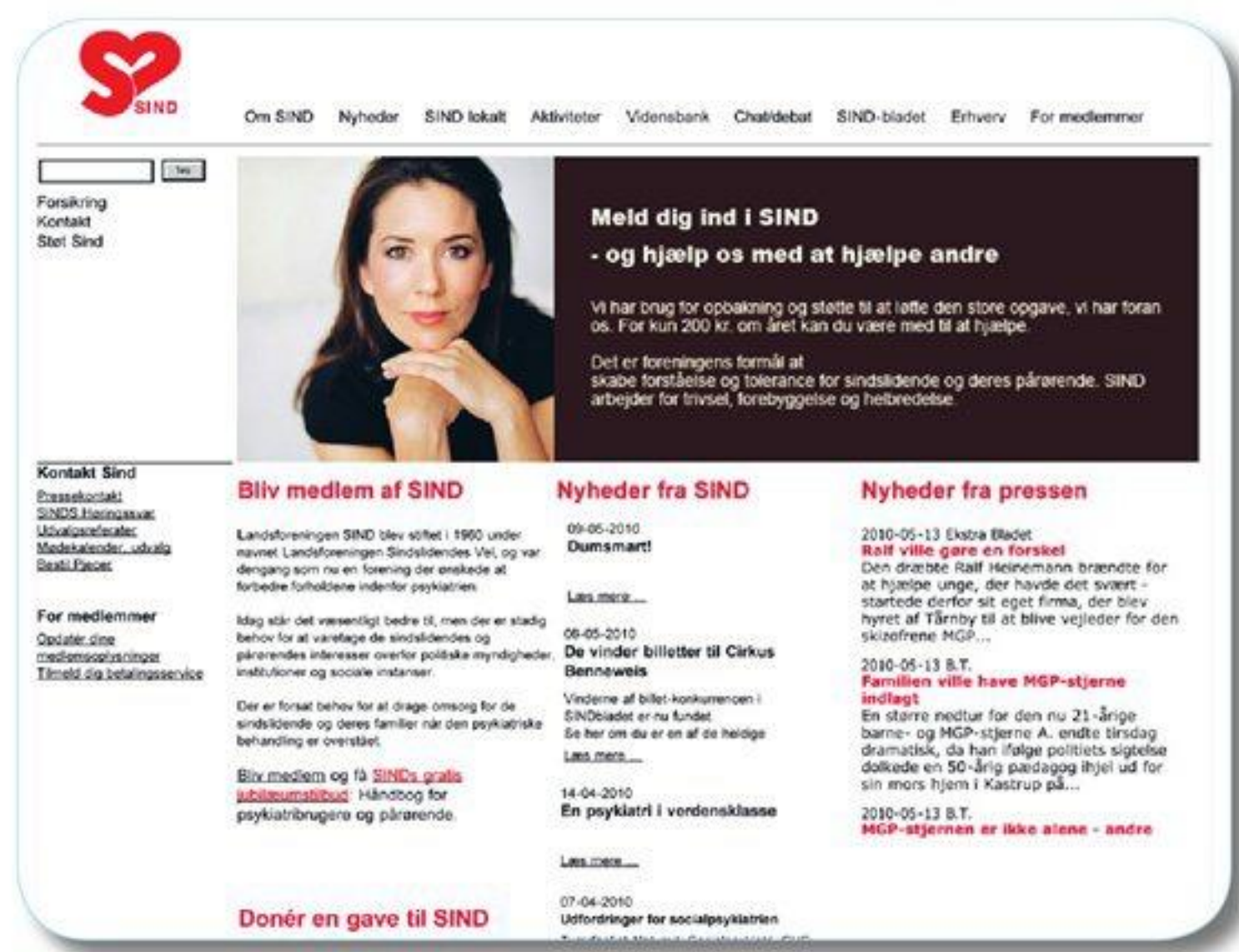
Hovedbestyrelsen har i årets løb holdt 3 møder, hvoraf 1 af møderne var et 2-dages møde. Forretningsudvalget har holdt 7 møder. I 2009 har der ud over de 2 vedtægtsbestemte udvalg Bruger- og Pårørendeutvalget været nedsat følgende udvalg: Organisationsudvalg, Politisk Udvalg, PR-udvalg og Aktivitets- og kursusudvalg. Under de enkelte udvalg har der været nedsat arbejdsgrupper, som skal løse/arbejde med specifikke opgaver. Der har været et mindre forbrug på 114 tkr. på møde- og udvalgsudgifter i forhold til budgettet.

De senere år har administrationsomkostningerne været faldende. I 2009 er forbruget også mindre end forventet, forbruget udgør 976 tkr. og er 33 tkr. mindre end budgetteret.

SIND-bladet udkommer 6 gange årligt. Bladet findes på SINDs hjemmeside. SIND-bladet sendes til samtlige medlemmer. Medlemmer med institutionsmedlemskab/virksomhedsmedlemskab modtager 6 blade pr. gang. Vi har modtaget portotilskud fra Bladpuljen. Udgifterne til SIND bladet er 144 tkr. mindre end forventet. I foråret blev SIND-bladets redaktør sygemeldt, og PR-udvalgets formand påtog sig opgaven vederlagsfrit. SIND bladet modtager mange gratis artikler fra fagfolk og medlemmer.

SIND har i 2009 udgivet Valgfolderen "Sæt psykiatrien på valgplakaten". Derudover er der layoutet følgende reviderede/nye udgivelser: Pårørendefolder, lokalfolder, hvervefolder og Børn af psykisk syge forældre. SIND har genoptrykt Skizofreni-pjecen, Depressionshæftet samt diverse foldere. Der er i mindre omfang anskaffet merchandise i form af kuglepenne og





6 SINDs hjemmeside har fået ny design i 2009

muleposer, SIND plasticposer er layoutet. SIND fik ultimo året ny hjemmeside.

SIND har støttet udgivelsen af 3. udgave af "Håndbog for psykiatribrugere og pårørende – Kend dine rettigheder". Udgivelsen er en fælles udgivelse mellem DE9 og SIND.

SIND har afholdt workshoppen "SIND Strategi 2013", erfa kursus for informatører og kursus for Benzo-rådgivere. Benzo-rådgiver kurset blev støttet af Steinbecks legat. Vi modtog bevilling fra Uddannelsespuljen til afholdelse af "Efteruddannelseskursus i rådgivning for erfarne rådgivere i rådgivninger for pårørende til sindslidende". Derudover har SINDs pårørenderådgivere deltaget i Pårørenderådgivningen/DE9's kursus. SIND var medarrangør i forbindelse med Psykiatri Topmødet. SIND afholdt transportomkostninger og omkostninger til udarbejdelse/trykning af materialer til mødet.

Bikubenfonden bevilgede 100 tkr. til afholdelse af sommerhøjskole for sindslidende og pårørende. Brendrup Højskole og to SIND-tillidsfolk gennemførte med stor succes dette arrangement.

SIND har støttet Fællesrådet for bruger- og pårørenderforeninger på psykiatriområdet i Region Hovedstaden med 30 tkr. Støtten er anvendt til udarbejdelse af en udskrivningsguide til borgere, som udskrives fra psykiatriske afdelinger i Region Hovedstaden.

SIND har støttet ungdomsarbejdet med 50 tkr.

SIND har fået udarbejdet et forslag til en National Psykiatriplan.

Det er stadig muligt på SINDs hjemmeside [www.sind.dk](http://www.sind.dk) at se aktuelt pressestof vedrørende psykiatrien, idet SIND i 2008 tegnede et 3-årigt abonnement med Meltwater News Licens.

SINDs forskningslegatet Rindom, Stevns og Christensen bevilgede i 2007 600 tkr. over en 3-årig periode til forsk-

ningsprojekt "Effekter af et nyt socialpsykiatrisk behandlingstilbud – en case-kontrol-undersøgelse". 3. rate blev udbetalt i 2009. Forskningslegatet bevilgede i 2009 7,5 tkr. til projektet: En antropologisk studierejse til Kenya. Studierejsen skal danne grundlag for ansøgerens speciale omkring psykisk syges vilkår og selvforståelse i henholdsvis Danmark og Kenya.

SIND modtog 8 tkr. fra Fausbølls Helsefond til uddeling til psykologhjælp. Der er uddelt 2 legater.

SIND modtog fra Zangger Fonden 125 tkr. Der er uddelt 22 legater.

SIND har bedt Socialt Udviklingscenter undersøge indsatsen overfor mennesker med dobbeltdiagnoser. Undersøgelsen er finansieret af SINDs legater Ingeborg og Frede Skovs Fond samt Aage Bjørnmose og hustrus Mindelegat.

Fra Aage Bjørnmose og hustrus Agnes Dorothea Bjørnmoses Mindelegat har vi desuden modtaget 52 tkr. til afholdelse af konference om dobbeltdiagnoser. Konferencen vil blive afholdt i forbindelse med SINDs jubilæum i 2010.

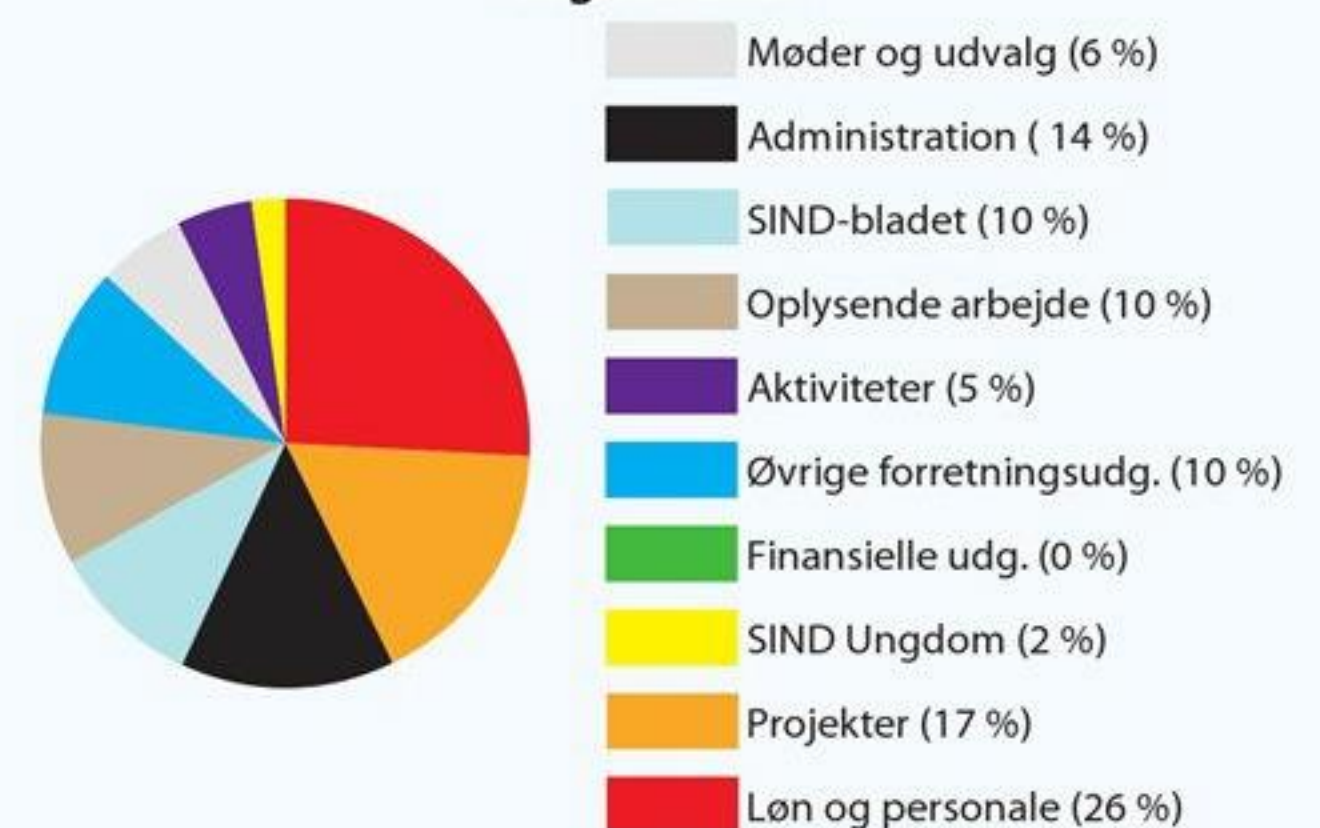
### Offentlige tilskud

I årets løb har SIND administreret 10 projekter. Til projekterne har vi modtaget 1,2 mio. kr., og der er afholdt udgifter for 1,2 mio. kr. Projektmidlerne og deres anvendelse indgår ikke i regnskabet, da projektmidlerne er øremærkede til specifikke formål. For hvert projekt er der udarbejdet individuelle regnskaber, der er tilstillet tilskudsgiver. Af de modtagne bevillinger har BenzoRådgivningen i år 2009 modtaget 874 tkr. fra Ministeriet for Sundhed og Forebyggelse og kommuner./

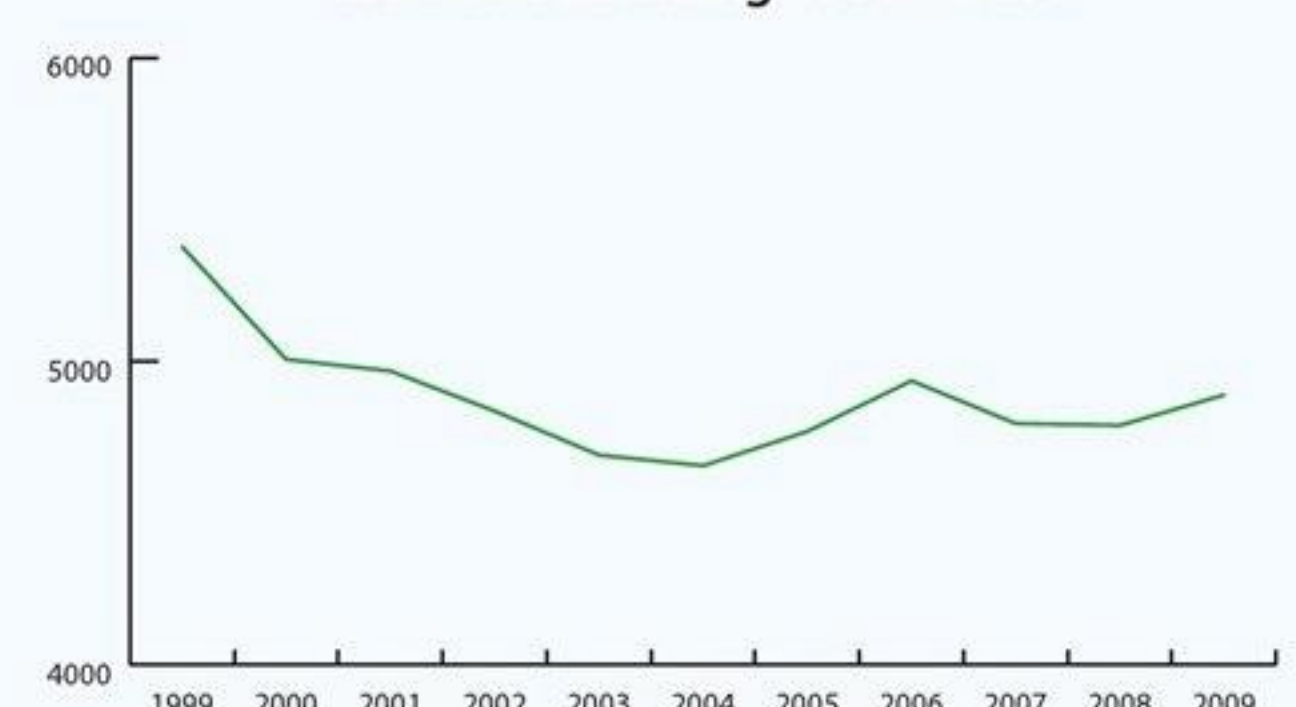
Indtægter 2009



Udgifter 2009



Medlemsudvikling 1999 – 2009





# Landsmøde 2010

Lørdag den 25. september og søndag den 26. september

Landsforeningen SIND afholder landsmøde lørdag den 25. september og søndag den 26. september 2010 på Nyborg Strand Hotel og Conferencecenter, Østerøvej 2, 5800 Nyborg

Indkaldelse til landsmødet sker med mindst fire ugers varsel ved brev til de delegerede, med angivelse af tid, sted og foreløbig dagsorden.

Landsmødet starter lørdag kl. 13.30. Frokosten for delegerede, medlemmer af hovedbestyrelsen samt tilmeldte gæster serveres fra kl. 12.00 lørdag.

Landsmødet er offentligt. Landsforeningens medlemmer er taleberettigede på landsmødet.

Deltagere, som ikke er udpeget som delegerede eller er medlem af hovedbestyrelsen, skal selv betale transport, overnatning og forplejning.

## Gæster

Gæster har – foruden overværelse af selve landsmødet – mulighed for at deltage i følgende arrangement:

- Frokost og eftermiddagskaffe/kage – lørdag og søndag
- Festmiddag lørdag aften

## Pris

### Prisen for arrangementet

- Kr. 2.300 pr. person med overnatning.
- Kr. 1.400 pr. person uden overnatning.

## Tilmelding

Tilmelding kan ske ved at sende nedenstående kupon til Landsforeningen. Tilmelding kan også ske ved telefonisk henvendelse til sekretariatet på tel.: 35 24 07 50, eller pr. e-mail til: landsforeningen@sind.dk  
Tilmelding er bindende, og tilmeldingsfristen er 20. juli 2010.

## SINDs 50 års jubilæum

Som bekendt runder SIND 50 år i år. Dette vil blive markeret i forbindelse med landsmødet.

Programmet ligger ikke endeligt fast, men vi vil invitere vores protektor og vores ambassadører med til åbningen af landsmødet.

Der vil inden selve landsmødet gå i gang være talere og underholdning.

Lørdag aften vil der under og efter middagen være underholdning, og der vil efter middagen være dans.

Det endelige program vil blive offentliggjort, når detaljerne er på plads.

## Dagsorden

Landsmødets dagsorden skal mindst indeholde følgende punkter:

- Valg af dirigenter og stemmetællere.
- Godkendelse af forretningsorden for landsmødet.
- Landsformandens beretning fremlægges til debat og godkendelse.
- Det reviderede regnskab fremlægges til debat og godkendelse.
- Behandling af indkomne forslag.
- Budget for den kommende landsmødeperiode samt Hovedbestyrelsens planer for den kommende landsmødeperiode, fremlægges til orientering og debat.
- Valg af landsformand.
- Valg af landsnæstformand.
- Valg af landskasserer.
- Valg af 5 medlemmer til Hovedbestyrelsen.
- Valg af 3 suppleanter for landsmødevalgte medlemmer af Hovedbestyrelsen.
- Valg af landsrevisor og landsrevisorsuppleant.
- Eventuelt.

## TILMELDING TIL SINDS LANDSMØDE 2010

Tilmeldingsblanketten sendes senest den 20. juli 2010 til:  
Jernbane Allé 45, 3., 2720 Vanløse  
Tilmelding kan også ske til e-mail: landsforeningen@sind.dk eller telefonisk på tel.: 35 24 07 50

Landsmøde lørdag den 25. september og søndag den 26. september 2010

Navn: .....

Adresse: .....

Telefon: .....

E-mail: .....

Med overnatning:  Ja  Nej Oplys om muligt medlemsnr.: .....

Betales med:  Girokort  Netbank Medlemsnr.: .....







Konference om mennesker med sindslidelse og misbrug

## Det kan vi ikke være bekendt

Konference om mennesker med dobbeltdiagnoser bød på mange flotte ord. Den politiske handlekraft var derimod svær at få øje på

AF KENNETH WÖHLISFELT

De kom fra øst og fra vest. Læger, behandlere, ansatte på botilbud, folk fra psykiatrien, kommunerne osv. Og de havde afsat hele dagen, skrevet indlæg og lavet plancher. Alt sammen for at fortælle om deres erfaringer med mennesker med en dobbeltdiagnose. Og med en tro på, at vi sammen kan gøre det endnu bedre for en gruppe udsatte. Og ideer og gode tanker manglede der heller ikke. Den politiske vilje kneb det imidlertid mere med. Udgangspunktet for konferencen var den rapport som Socialt Udviklingscenter (SUS) har udarbejdet for SIND.

”Det nye er, at der jo slet ikke er noget nyt. Men det er jo også trist,” sagde Ivan Christensen fra SUS i en kaffepause under konferencen. Ivan Christensen er medforfatter til rapporten.

Af rapporten kan man bl.a. læse, at man ude i kommunerne sjældent forholder sig til både et misbrug og en sindslidelse på samme tid. Kun 3 af 75 tilbud, der var med i undersøgelsen, siger, at de har øje for netop denne problematik.

En anden konklusion er, at man generelt heller ikke er særlig bevist om at personer med

en dobbeltdiagnose er en gruppe med særlige problemer i forhold til andre brugere.

”Vi kan ikke være det bekendt” lød det gang på gang fra salen. Flere af oplægsholderne, bl.a. overlæge Thomas Fuglsang, efterlyste et større samarbejde mellem de personer og institutioner som er i kontakt med den syge.

”Vi skriver ind i mellem til hinanden, men den daglige kontakt ved fx lige at gribe telefonen og fortælle, hvordan det står til i dag, den har vi ikke,” mener Fuglsang./

### Her halter det

”Vi skal inddrage brugerne, så vi kan tale om, hvad den rigtige indsats i virkeligheden er. Sig til os ’Her halter det’, Her kan vi selv gøre noget’ – og så lad os oprette de tilbud, der er konkret brug for”.

*Sofie Hæstorp Andersen medlem af Folketinget for Socialdemokraterne og sundhedsordfører.*



### Der blev snakket alt for meget

”Jeg har arbejdet med dobbeltdiagnosepatienter som sygeplejerske. Gruppen er kasteboldt mellem behandlingspsykiatrien og misbrugsbehandlingen, hvilket gør gruppen her til en af de mest syge. Der er få tilbud til dem, hvilket er bekymrende. Jeg synes, at antallet af opsøgende psykoseteams skal udvides, vi skal have en fordomsfri tilgang til disse patienter i den psykiatriske afdeling.

I dag er behandlingen meget moraliserende. Jeg er helt enig med dem som siger, at der blev snakket alt for meget på denne konference. Der var masser af holdning, men ingen handling. Desværre kommer den først efter næste valg”.

*Özlem Cekic, medlem af Folketinget for SF og social- og psykiatriordfører.*

### Mere rummelighed

”Det handler om at få udbredt den eksisterende viden om området. Vi skal have mere rummelighed i systemet og reducere antallet af planer for hver enkelt patient eller bruger til én samlet plan”.

*Anne Marie Geisler Andersen, medlem af Folketinget for Det Radikale Venstre og psykiatriordfører.*







6 Konferencen var et led i markeringen af SINDs 50-års jubilæum

Landsforeningen SIND og Socialt Udviklingscenter SUS havde inviteret professionelle, forskere og politikere fra folketinget, kommuner og regioner til konference på Christiansborg.

Emnet var mennesker med dobbeltdiagnoser og baggrunden var rapporten "Hvad sker der nu?" – udarbejdet af SUS for SIND.

Rapporten kan downloades gratis på hjemmesiden [www.sus.dk](http://www.sus.dk)

**Flere behandlingstilbud**

"Vi har brug for flere behandlingstilbud, der rummer psykiatribehandling og behandling for misbrug under samme tag. Og så skal vi have flere opsøgende teams".

*Flemming Stenild, formand for Danske Regioners Social- og Psykiatriudvalg og medlem af regionsrådet Region Sjælland.*

**Vi har for få penge**

"Kommunerne deler vilkår med regionerne: Vi har for få penge til det, vi gerne vil. Det er meget vigtigt, at vi er understøttende i indsatsen – og det betyder forebyggelse, udredning og en form for efterværn, så vi kan følge op på det, vi gør".

*Lis Ravn Ebbesen, medlem af social- og sundhedsudvalget i KL*

**Jeg er skuffet**

"Ja, jeg er skuffet. Det må jeg indrømme. Der kom ikke noget nyt på bordet og jeg fik ikke noget med hjem. Når der kommer nyt om dobbeltdiagnoser, så springer man jo til, hvis man er lidt interesseret i emnet. Specielt er jeg skuffet over politikerne".

*Michael Madsen, pædagog på Mændenes Hjem i København*

**Lad os mødes igen**

**Lettere at få hjælp**

"Mine forventninger til konferencen var, at det ville blive en faglig dag med "mange power points". Konferencen levede ikke op til mine forventninger. Men det skal forstås positivt.

Konferencer og temadage er traditionelt fyldt med oplæg. Idet der var lagt refleksion ind blev der plads til at man kunne fordøje tingene og selv gøre sig sine overvejelser. Det var godt.

Det blev en god dag veksellende mellem oplæg, refleksion og netværksdannelse. Jeg er ikke overrasket over resultaterne i rapporten. Rapporten stemmer meget godt overens med, hvad vi

i forvejen ved om området. Men det er godt at der laves undersøgelser der dokumenterer det. Jeg synes oplæggene samlet gav en helhedsforståelse af området. Det er svært at sige om konferencen bringer os fremad. Konferencen pointerede, hvad det er der er vigtigt at arbejde med på området. Men der sker jo ikke noget, hvis ikke der tages konkrete initiativer til at handle på tingene.

Lad os mødes om et til to år. Så kan vi se om konferencen har bragt os fremad".

*Henrik Andersen, Projektleder, Projekt dobbeltdiagnose, Skanderborg kommune.*

"Vi ved, at det er utroligt svært at få fat i mennesker med dobbeltdiagnoser, men det kan ikke være rigtigt, at man skal have en trippel-diagnose for at få hjælp. Mit ønske er flere døgn- og akuthuse, hvor det er lettere at få hjælp. Jeg kunne godt tænke mig en opsamling på alle de gode ideer

og forslag som har været oppe på konferencen. Mange af ideerne er jo udgiftsneutrale, så jeg forstår ikke, at man ikke allerede er i gang. Jeg ved fra min egen kommune at der er for lidt fokus og viden om området".

*Liselott Blixt, medlem af Folketinget for Dansk Folkeparti og psykiatriordfører.*



**FAKTA**

Rapporten der nævnes i artiklen hedder "Hvad sker der nu?" En forundersøgelse af indsatsen for mennesker med en dobbeltdiagnose.

Den er udarbejdet af Landsforeningen SIND og Socialt Udviklingscenter.

Rapporten kan downloades gratis på [www.sus.dk](http://www.sus.dk)



## Fjernundervisning

AF LARS STRANGE

Fjernundervisning, ja det er i ordets bogstaveligste forstand noget man på internettet udbyder – med min store interesse.

Jeg syntes det var en god ting, at få opgaver udstukket over nettet. Jeg surfede efter undervisning på nettet.

Jeg gik op til mit VUC, men de havde ingen fjernundervisning. Så prøvede jeg HF og her gav vejlederne mig en mail til Ålborg.

Det viste sig, at de kunne tilbyde alle mulige folkeskole- og HF-fag. Jeg var tændt.

Jeg valgte samfundsfag på HF niveau. Skoleåret starter på linje med almindelig undervisning. Det betød, at jeg skulle vente til august.

Endelig oprandt dagen, hvor jeg skulle i gang. Det var meget spændende.

Også når man arbejder mutters alene – ingen andres mening, men absolut min egen. Det var virkelig noget af en udfordring at tage, men det skulle prøves.

Jeg tog C-niveauet i samfundsfag tre gange – godt jeg ikke skal arbejde med det professionelt. Læse sociologi på universitet, Cand. Pol. eller journalist.

Jeg var min egen journalist, fordi meget skulle researches, det var spændende, men også utroligt meget feedback, som man ikke regnede med.

Så det er ikke bare noget man gør, det kræver vilje og slet ikke noget med at opgive, Alt hvad jeg skrev, blev "målt og vejret" – det mandede ud i karakter for hver lektion, man afleverede.

Jeg gik slet ikke til eksamen, jeg tænkte, jeg skulle starte med

9. klasses dansk og så arbejde mig videre. Jeg startede derfor på dansk 9. klasse i året 09/10.

Det var dejligt, Endelig nu kunne jeg lære fra bunden af. Men jeg blev klogere, da jeg er urutineret i at analysere tekster.

Jeg kan anbefale dette medie, da det er meget udfordrende. Det er up to date, at studere på denne måde. Det kan anbefales, men en ting: Vær tålmodig, giv ikke op.

### Fremtiden

Jeg melder mig til 9. klasse matematik i næste sæson

Jeg synes det er sjovt, at arbejde individuelt, men man skal have god viden i forvejen. Ellers vil jeg nok anbefale, man undervises i klassevis.

At undervise på fjernundervisning er fremtiden./



Foto: www.colourbox.com

## Farvel til Stesolid og lykkepiller

AF JENS ERIK NIELSEN

Jeg vil bare lige fortælle om et lille mirakel, jeg har oplevet på egen krop.

Jeg har siden 1995 været i behandling for panikangst med lykkepiller og Stesolid. Jeg har tinitus på begge ører, og fik derfor høreapparater i 2004.

I år ville jeg så have nogle nye, der ikke sidder bag ved øret, da jeg også bruger briller. Jeg blev undersøgt hos en øre, næse og halslæge, som jeg er blevet det før. Men denne gang fortalte jeg om mit snorkeproblem, og derfor blev undersøgelsen anderledes. Det endte med, at jeg skulle til udredning for søvnapnø, hvilket jeg har i mild til let grad. Alligevel har jeg fået et apparat, der gør, at jeg får ekstra ilt gennem næsen om natten, hvilket medfører, at jeg ikke snorker. Den største gevinst har dog været den, at jeg ikke føler et behov for hverken Stesolid eller lykkepiller. Jeg har ikke mere uro i krop og sjæl, som jeg ellers har haft det siden 1995. Det, der har været mit problem, har været min nattesøvn. Denne oplevelse vil jeg rigtig godt dele med andre, der måske er i samme situation som jeg har været. Håber I kan bruge det til at få andre tilbage til en god tilværelse./

## Da pjalten blev stueren

AF FLEMMING THOMSEN, medlem af SINDs bestyrelse i Horsens

Jeg drømmer mig tilbage til de gode Poul Nyrup dage, da man appellerede til storsindet i folk og forviste pjalten til skammekrogen. Pjalten var ikke stueren, sagde Poul.

I dag er det pjalten, der taler til folket. I ubemærkethed har pjalten sneget sig ind i stuerne, og med tiden besat alle krogene. Med sød musik, og velslebet tungebånd har den bedøvet vores sanser, så vi knap bemærker den.

Fra krogene i stuen hvisker den. "Du har nok i dig selv, del ikke med andre."

Ingen store tanker, ingen store ord, intet storsind.

Her går vi i små sko, millimeterretfærdigheden har bredt sig over det danske land.

Almisser til de svage, de udstødte, de gamle, de sindslidende og handicappede, bliver nøje afregnet i små portioner.

Kagen der skal deles bliver mindre og mindre år for år.

Det er indvandrerens skyld, hvisker pjalten fra sin krog i stuen. Det er pizzabudet, grønthandlerens og kioskejerens skyld.

Og straks bliver alle danskerne så skræmte.

"Bliv her i stuen hos mig, her er trygt og sikkert" hvisker pjalten.

"Bland dig ikke i andres sager, her passer vi os selv," hvisker pjalten.

Ingen nytænkning, ingen forandringer, alt ved det gamle. "sådan har vi det bedst" hvisker pjalten.

Hvor er du Poul din fordums kæmper? Nå der er du. Hjemvendt fra de europæiske slagmark.

Som en anden Ricard Løvehjerte er du vendt tilbage for at kæmpe for de svage i samfundet./

## Hvor er sundhedsministeren?

AF ELSE

Det er umenneskeligt at se, når ens barn bliver mere og mere syg, og behandlerne bruger mere og mere medicin.

Er du uheldig, ryger du ind i en medicin-glad læge, som ikke vil samarbejde med andre behandlere.

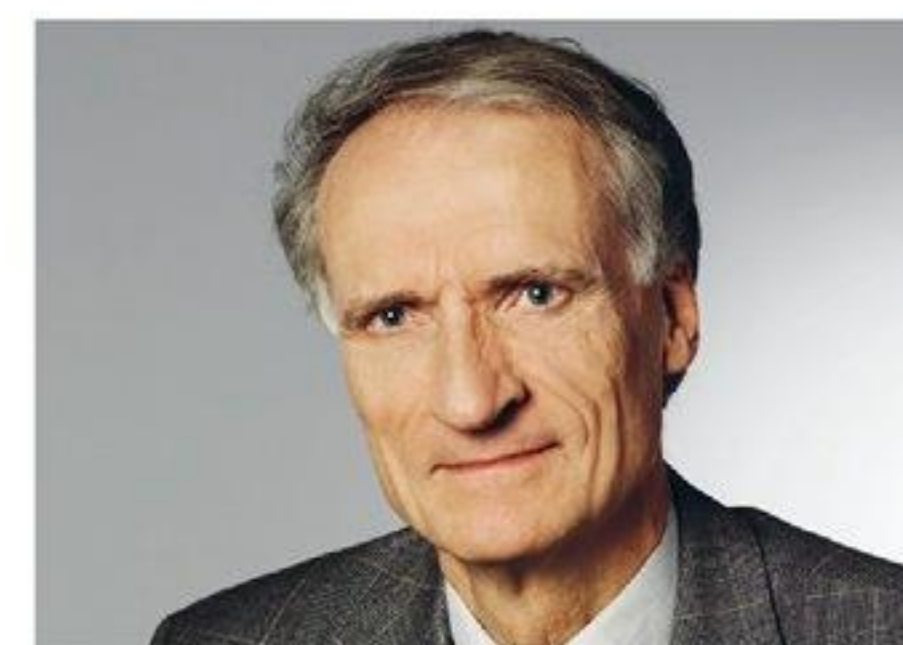
Nogle kan få en kejthåndet til at blive skizofren, så hænger du på den, du får tatoveret en dom i form af en diagnose, som er limet på dig i resten af dit liv.

Velkommen i galskaben.

De næste psykiatere som kigger på dig, bruger igen en gam-

mel vissen journal, regner med det er ok hvad der står, uden at se på dig med friske øjne, du kommer med kroppen fyldt med doping fra andre behandlere – det bliver du dømt ud fra.

Stakkels dig, du får ALDRIG en ny chance



Så derfor kære Sporløs på TV2, hvorfor eftersøger i ikke Sundhedsministeren han er forsvundet, når det gælder de psykisk syge./



## Skal der virkelig lig på bordet?

AF LISBETH D. NIELSEN OG STEFFIE KRISTENSEN, Odense

Claus Hjort Frederiksen udtalte i sidste uge: "Vi har Danmarks højeste velfærd!". Denne udtalelse må hellere revideres, hvis man eksempelvis ser forholdene på de psykiatriske afsnit i Odense, som sparekniven rammer hårde-



Foto: Steffie Kristensen

kan spare fremtidige indlæggelser.

Kan det være rigtigt, at et universitetshospital ikke har plads til andet end et subakut ambulatorium for patienter med personlighedsforstyrrelser, angst og OCD?

Det er jo tit om aftenen og om natten, mange af os patienter har det svært, og her står vi så uden noget behandlingstilbud. Hvis tilværelsen bliver alt for svær, eksempelvis med alt for voldsomme suicidal tanker, er indlæggelse kun mulig på lukket afsnit eller skizofreniafsnittet sammen med en patientgruppe, der har brug for en helt anden terapeutisk tilgang.

Personligt har vi været tilknyttet P 502 i halvandet år, og vi må sige, at hvis ikke vi havde været indlagt her, havde vi ikke levet i dag.

Det er nu, kære Carl Holst, Poul Erik Svendsen og Bertel Haarder og alle i andre politikere må rejse jer for de svage psykiatriske patienter. Den store gruppe af patienter med personlighedsforstyrrelser, angst og OCD, som har brug for et døgntilbud med den rette miljøterapi med specialiseret personale, som det fungerer nu på afsnit P 502! Resultatet af afsnittets nedlukning kan betyde at flere suicidalfarlige patienter ikke får den fornødne hjælp. Skal der virkelig flere lig på bordet?/

Det er nu, kære Carl Holst, Poul Erik Svendsen og Bertel Haarder og alle i andre politikere må rejse jer for de svage psykiatriske patienter. Den store gruppe af patienter med personlighedsforstyrrelser, angst og OCD, som har brug for et døgntilbud med den rette miljøterapi med specialiseret personale, som det fungerer nu på afsnit P 502! Resultatet af afsnittets nedlukning kan betyde at flere suicidalfarlige patienter ikke får den fornødne hjælp. Skal der virkelig flere lig på bordet?/

Spørgsmålet er nu: Hvorfor nedlægge en ny velfungerende afdeling, som der tydeligvis er behov for, siden der stort set altid er overbelægning? Som patienter på afsnittet har vi ofte skullet leve med nemme løsninger, såsom en soveplads på gangen, på handicapbadet eller på midlertidige tomandsstuer. P 502 er en afdeling, hvor der er plads til den enkelte, og hvor der er forskellige tilbud, som kognitiv behandling, psykoedukation, pårørendeundervisning, gruppeterapi mm. Og der er lagt stor vægt på det miljøterapeutiske. De indlagte får redskaber til at håndtere deres sygdom og stå på egne ben igen. Det

## Jeg er psykisk sårbar – og glad for det

AF ANNE MARIE GEISLER ANDERSEN, MF for Radikale Venstre

Jeg tror, at alle mennesker kan blive ramt af en psykisk sygdom, hvis de bliver udsat for tilstrækkelig hård belastning. Imidlertid er vi nogle, der er mere sårbare end andre. Sådan er jeg. Jeg er vokset op med en far, der lider af depressioner. I perioder har han været meget syg – så syg, at han har været indlagt på den lukkede og har forsøgt selvmord. Selv har jeg arvet min fars sind, hvorfor jeg formentlig er lidt mere sårbar end gennemsnittet af den danske befolkning. Jeg har flere gange været ramt af stress, og hidtil har jeg haft to depressioner.

Det er ikke sjovt at have en depression og være helt nede at vende. Følelsen af ikke at kunne noget, ikke at kunne tage en beslutning, ikke at have lyst til noget som helst andet, end blot at grave sig ned i et dybt hul og blive der. Men depressionerne har også lært mig meget. De har givet mig et nyt perspektiv på livet. Jeg har lært at se glæden i det små og sætte pris på livet her og nu, i stedet for at leve i enten fortiden eller fremtiden. Vi ved ikke, hvor længe vi har glæde af hinanden, så derfor er det med at nyde det, mens tid er.

Når jeg er allerlængst nede, så har jeg svært ved at mærke, hvad jeg egentlig har lyst til. Men efterhånden som jeg bevæger mig op af hullet, begynder jeg at kunne mærke, hvad det er, jeg vil. Min første depression førte til, at jeg flyttede og startede på en ny uddannelse, hvilket jeg er rigtig glad for den dag i dag. Jeg startede på statskundskab, fordi jeg havde et ønske om at ændre verden og ikke mindst at forbedre vilkårene for mennesker med psykisk sygdom. Min egen sygdom har gjort, at jeg har fundet mening med livet. Jeg vil to ting – jeg vil min familie, og jeg vil gerne være i politik. Skulle jeg en dag ryge ud af Folketinget, så går verden dog ikke under af den grund. Jeg er sikker på, at jeg finder en anden måde, hvorpå jeg fortsat kan være med til at arbejde med eller inden for psykiatrien.

Ikke blot har min sygdom betydet, at jeg har fundet mening med mit liv. Jeg føler også, at jeg har vendt sygdommen til min styrke. Jeg ved, hvad jeg taler om, når

jeg udtaler mig som psykiatriordfører for Radikale Venstre – for jeg har selv prøvet det. Jeg ved, hvordan det er at være sårbar og have svært ved at honorere samfundets mange krav og forventninger. Og jeg har en ide om, hvordan man kan komme oven på igen, selv om vi selvfølgelig er forskellige, og det ikke er det samme, der virker for alle.

Ligeledes har jeg udviklet nogle menneskelige kompetencer på baggrund af min opvækst med en far, der led af depressioner. Når man vokser op med en forælder, der lider af en psykisk sygdom, så skærpes ens fornemmelse for andre mennesker. Man bliver god til at afkode andre menneskers signaler og ikke mindst deres behov. Ofte tager man så meget hensyn, at ens egne behov træder i baggrunden. Det handler selvfølgelig om at finde en balance, så man også lærer at passe på sig selv. Men den empati man tillærer sig, vil jeg vove at påstå er en kompetence, man kan bruge til meget her i livet. Fx hvis vi blev bedre til at inddrage tidligere psykiatribrugere i det daglige arbejde med mennesker, der bliver ramt af en psykisk sygdom.

Jeg har også langt om længe lært at passe på mig selv, hvilket er en kæmpe fordel på nutidens arbejdsmarked. Der er ingen, der drager nytte af, at de ansatte går ned med flaget, men det er kun en selv, der kan lære at mærke, hvad man kan holde til. Min sygdom har gjort, at jeg i dag har en række redskaber til at forebygge stress og dermed også depression, da førstnævnte kan være den udløsende faktor til sidstnævnte.

Jeg er psykisk sårbar, og jeg er glad for det. Egentlig er jeg også lidt stolt over af at være nået dertil, hvor jeg kan holde til livet på Christiansborg trods af min sårbarhed. Og hvor jeg åbent tør fortælle om min sygdom. Jeg håber, at andre vil følge trop, og at vi sammen kan få brudt med det tabu, der hersker omkring psykisk sygdom og dermed få taget hul på den udfordring, vi står over for, med hensyn til at få skabt bedre forhold for mennesker med psykisk sygdom./

## Til Annelise

AF VIVECA LIVENTHAL

I alle de år, jeg har kendt noget til Sind og bladet, har jeg ikke set digte som kunne leve op til navnet 'digt'.

Jeg husker kun ét eneste mindeværdigt, og syntes dengang, det var mig der stod for bladet, at når folk nu krammede deres følelser ud i form af noget de kaldte 'digte', skulle de da også have ét

optaget i deres medlemsblad, eller et par stykker, meeen.

At skrive digte er noget af det allersværeste. Så ser jeg endelig en hel side som er læseværdige. Tak Annelise! skriv mere, måske skulle du også forsøge dig med noget andet og lidt større, i omfang./ (forkortet af red.)

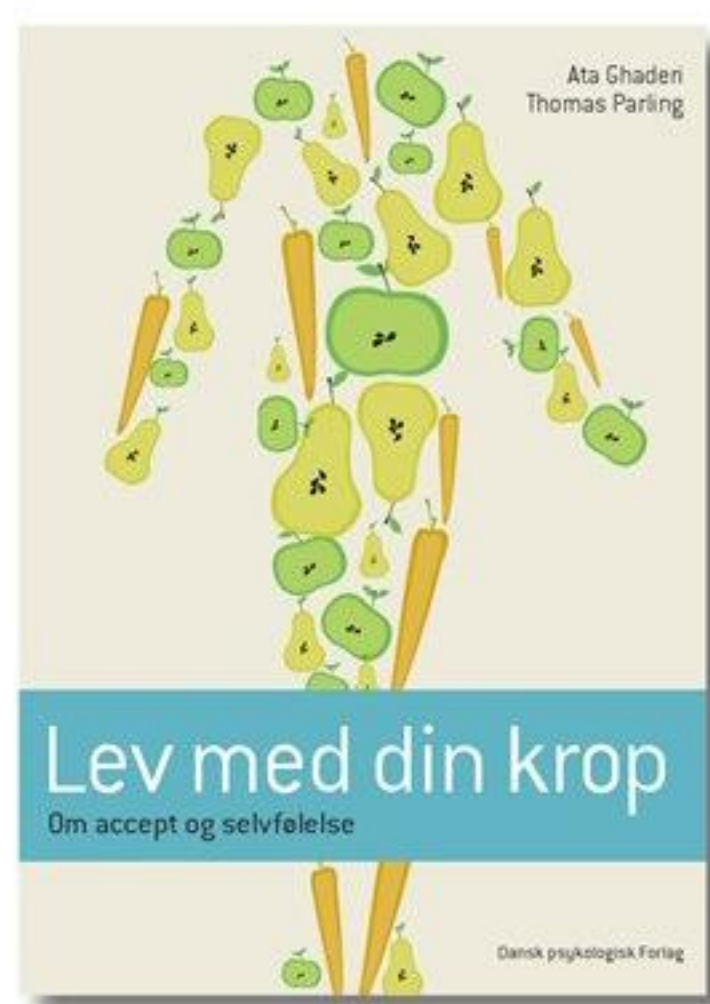


En del af formålet med denne lille bog er at hjælpe nogle skizofrene til en bedre tilværelse i forbindelse med brug af naturmidler i tillæg til reduceret brug af neuroleptika efterhånden som brug af naturmidler får gennemslagskraft i organismen efter 3-6 måneders forløb. Lægen bør træffe beslut-

ningen om evt. reduktion af doser af neuroleptika. Jeg har anvist brug af naturmidler for ca. 2500,- – 3000,- kr. pr år. Formentlig behøver nogle skizofrene hjælp af nære pårørende i begyndelsen med brug af naturmidler.

(Fra bogens forord)/

Carl Johansen  
Carls overskud  
en skizofrens bekendelser  
Hæftet, 42 sider, kr. 119  
ISBN 978-87-92467-96-6  
Underskoven, 2010



Ata Ghaderi og Thomas Parling  
Lev med din krop – Om accept og selvfølelse  
Hæftet, 338 sider, 348 kroner  
ISBN 978-87-7706-622-1

Oversat fra engelsk af Søren Søgaard  
Dansk psykologisk Forlag, 2010

Er du utilfreds med din krop? Afhænger din selvfølelse af, hvordan du bedømmer dit udseende? Går du og venter på, at din krop forbedres? Denne selvhjælpsbog tilbyder en ny måde at forholde sig til sin krop: Lev det liv, du vil leve nu, og lær din krop at kende på en ny måde – via oplevelser snarere end via negative tanker. Bogen indeholder øvelser og et selv-

hjælpsprogram i 7 trin, der først klarlægger din holdning til din krop, og dernæst hjælper dig med at tydeliggøre dine livsværdier og gøre det, der fungerer uanset kritiske tanker. Øvelserne lærer dig at benytte mindfulness for at opleve livet fuldt ud./

Har du problemer med vrede? Har du tidligere forsøgt at kontrollere problematisk vrede uden held? Hvis du svarer ja til de to spørgsmål, kan denne bog give dig en helt ny tilgang til vreden – og et nyt håb. Du skal ikke længere bruge energi på at beherske eller fjerne din vrede. I stedet kan

Georg H. Eifert, Matthew McKay og John P. Forsyth  
Slip vreden – Skab et bedre liv med ACT  
Indbundet, 189 sider, 278 kroner  
ISBN 978-87-7706-621-4

Oversat fra engelsk af Lisbeth Rindholt  
Dansk psykologisk Forlag, 2010

du sætte en stopper for, at vrede følelser dikterer, hvem du er, og hvordan du lever dit liv. Denne selvhjælpsbog er baseret på behandlingsformen ACT (Acceptance and Commitment Therapy), og den kan hjælpe dig til at slippe vreden og begynde at leve livet fuldt ud./



Susanne Lunn, Kristian Rokkedal og Bent Rosenbaum (red.)  
Frås og faste – Spiseforstyrrelser i klinisk og kulturel belysning  
Indbundet, 532 sider, 498 kroner  
ISBN 978-87-7706-305-3

Dansk psykologisk Forlag, 2010

Spiseforstyrrelser som anoreksi og bulimi har op gennem det 20. århundrede og især inden for de sidste 50 år været et stigende problem i den vestlige verden. Problemet er særlig udbredt blandt unge kvinder, der står på tærsklen til voksenverdenen, og har store omkostninger af såvel psykologisk som fysisk karakter. I Frås og faste belyses

spiseforstyrrelser ud fra et klinisk og kulturelt perspektiv. Det kliniske perspektiv omfatter spørgsmål som diagnostik, sygdomsforståelse og behandling. Da spiseforstyrrelser er blevet forstået og behandlet på mange måder, vil flere teoretiske tilgange og forskellige praksisformer blive gennemgået./



Ida Maria Leth

## Vejen til Signesminde

AF JESPER STEEN ANDERSEN

Bogen er Ida Maria Leths debutroman, og den handler om to kvinder Ulla og Mathilde, som man følger i ca. 10 år. De har et venskab, som beskrives hele romanen igennem.

Man får et godt indtryk af deres venskab gennem de mange samtaler, som de har. Sproget er hverdagsdansk og meget realistisk.

Mathilde tager til USA, hvor hun bliver medlem af en New Age sekt, som hun bliver helt opslugt af. Da hun kommer hjem er hun meget eksalteret og meget, meget tynd. Det kan virke lidt overdrevet på en udenforstående, men det er det rent faktisk ikke. Jeg var selv interesseret i Transcendental Meditation som teenager og gik også ind for TM med hud og hår og var meget tynd i den periode.

Vi følger Mathilde, når hun forsøger sig som fotomodel og flipper helt ud. Senere bliver hun indlagt på en lukket psykiatrisk afdeling efter et selvmordsforsøg. Det virker heller ikke spor overdrevet. Faktisk er der mange fra forskellige nyreligiøse sekter, der havner på psykiatrisk afdeling; jeg er selv et sådant tilfælde.

Ulla kommer og besøger Mathilde, der er klappet i som en østers og overhovedet ikke taler i en lang periode. Mathilde bliver medicineret, men medicinen virker ikke på hende, og afdelingen forsøger sig med elektrochok, der viser sig at have en virkning på hende.

Jeg synes det er spændende, at Ida Maria Leth lader en roman handle om et psykiatrisk tilfælde og sætter ord på mange af de ting, der sker for den psykisk syge. Det er et vældigt fint initiativ.

Mathilde bliver beskrevet, sådan som veninden Ulla oplever hende, og Ulla holder fast i venskabet hele vejen i gennem forløbet. Det er et overordentligt positivt træk ved romanen, og det vidner om, hvor vigtigt det er at holde venskabet varmt til psykisk syge mennesker.

Romanen udvikler sig dramatisk, men det skal jeg ikke afsløre her. Jeg vil i stedet råde Sind bladets læsere til selv at anskaffe bogen. Det er den absolut værd. Jeg vil ønske Ida Maria Leth god vind fremover og ønske tillykke med at have taget psykiatrien op til behandling i hendes debutroman./



Ida Maria Leth  
Vejen til Signesminde  
Hæftet, 272 sider, kr. 199  
ISBN 978-87-92366-02-3  
Facet, 2009



Rundt om Rune  
Hæftet, 88 sider, kr. 120  
ISBN 978-87-7504-117-6  
Socialpolitisk Forlag, 2009  
Fotografier af Rune Christian Clausen

**B**ogen er et hudløst ærligt billede af Runes problemer med at få sit liv til at fungere. Det er Runes mor, der fortæller, og giver et billede af sønnen.

Bogen er illustreret med olieblade af Rune – meget fine og udtryksfulde billeder. Det er ikke usædvanligt, at netop psykisk syge viser kunstneriske talenter.

Rune havde voldsomme problemer med alkohol. Han isolerede sig og lyttede til musik. Han citerede bl.a. Jim Morrison fra The Doors. Rune kom i behandling og fik antabus og antipsykotisk medicin, idet han blev diagnosticeret som skizofren/skizotopisk.

"Rundt om Rune" skildrer hans mange og gode samvær med moderen. Faderen får vi ikke rigtig noget indtryk af, da forældrene er skilt.

Bogen sætter fingeren på et ømt punkt. Det er fortvivlende at være pårørende til en ung mand, der går i opløsning og går den visse død i møde. Det kræver en stærk psyke at skulle bære på et sådant sygdomstilfælde.

Jeg vil mene, at bogen har interesse for alle pårørende til psykisk syge, idet Vibeke Henningsen

giver et fortrinligt billede af hvilken situation, hun stod i som mor til en selvmordstruet ung mand.

Bogen fortæller også om en anden ung mand Daniel, der i 2006, 14. marts tog sit eget liv. Han valgte at blive kørt over af et S-tog. Bogen handler også om, hvordan forældrene kan gå i samtalegruppe og dele deres nød og sorg med andre i en lignende situation. Det er en stærk pointe ved bogen.

Bogen har også et kapitel af Merete Nordentoft, der beskriver psykose og skizofreni ud fra en lægelig synsvinkel. Jeg må dog indrømme, at det var pårørendedelen af bogen, der gjorde størst indtryk på mig, fordi den er ægte og levende og beskriver dybfølte smerter.

Man kan ganske enkelt ikke lade være med at føle med de pårørende og tage del i deres sorg, når man læser bogen.

Sammenfattende vil jeg sige, at det er en virkelig fin bog, der fortjener en stor læserskare blandt de pårørende. De mange fine malerier af Rune Christian Clausen er et stort plus for bogen og giver på sin egen måde et vidnesbyrd om, hvem Rune i grunden var – ikke bare en psykisk syg misbruger, men en kunstner./

## Rundt om Rune

AF JESPER STEEN ANDERSEN



# Anni Kempf

## Digte

Digtene i dette nummer af bladet er alle skrevet Anni Kempf  
Anni begyndte at digte i en alder af 13 år  
Hun skrev og skrev indtil hun var i 30'erne – og så stoppede hun.  
Siden har Anni Kempf ikke rørt ved ordene

### Harmoni

En dag fuld af solskin og duften af græs  
En nat fuld af stjerner og lyden af ro  
Et smil fra en fremmed  
Et brev fra en ven  
Behøver vi mere?  
Nej, ikke i dag  
I morgen måske  
Men vi vil leve lige nu  
For livet er underfuldt  
Eller hva' siger du?

### Gi' mig.....

Gi' mig en månestråle og jeg vil gi' dig en drøm  
Gi' mig livets lys og jeg vil gi' dig en hemmelighed  
Gi' mig dit hjerte og jeg vil gi' dig magi

### Spørgsmålet

Jeg er kun en af de småbitte dele  
I universets store hele  
men ville det hele stadig fungere,  
hvis jeg ikke var her mere?

### Når du går

Når du går mangler jeg inspiration  
Når du går er der ikke mere at sige  
Når du går er der kun tomheden tilbage  
Når du går venter jeg kun på at du kommer tilbage

### Gi' mig lidt frihed

Du tror at jeg er træt af dig  
når jeg ønsker at være alene  
Du tror at du har gjort noget galt  
Alt hvad jeg ønsker er lidt frihed  
Jeg har brug for ensomheden  
Den gi'r mig styrke  
Så gi' mig lidt frihed  
Jeg vender jo tilbage til dig igen

### Tror du på engle ?

Jeg er sikker på at de findes  
Jeg så en i nat  
Den hviskede hemmeligheder  
Som kun jeg kunne høre  
Jeg kan ikke fortælle dig dem  
Men hvis du tror  
Kan det være at du også får nogle  
Tror du på engle ?

### Jeg kan ikke glemme dig

Du gjorde så meget ondt  
Og alligevel husker jeg hvert sekund  
At være med dig  
Var smerte og lykke på en gang  
Det gjorde ondt  
Men jeg kunne ikke lade være  
Kunne ikke lade være med  
At elske dig Jeg har gjort alt for at blive fri  
Men uanset hvad jeg gør  
Så kan jeg ikke glemme dig

### Tryghed

Tryghed er, at vide at du er til  
At vide at du altid er der for mig  
At kunne søge trøst i dine arme  
At kunne putte sig i din favn  
At kunne vise min uvidenhed  
Uden angst eller skam  
Tryghed er, at vide at du er til

### Lykke er.....

Lykke er duften af nyslået græs  
At vågne om morgenen  
Og bare være tilfreds med tilværelsen  
Lykke er at se dig smile  
At gøre dig glad  
Lykke er et kærtegn  
Når man har allermost brug for det  
Lykke er at være til

### Venter på et udspil

Jeg ville så gerne gøre noget men jeg vil ikke  
være påtrængende  
Hvem siger, at du er interesseret ?  
Hvem siger du ønsker min indblanding ?  
Jeg ville så gerne gøre noget  
Men jeg venter på et udspil

### Lad mig hjælpe

Du skriger på mig om natten  
Du dør for mig i drømme  
Men om dagen vil du ikke lukke mig ind  
Jeg ved at du lider  
Jeg kan se din smerte  
Føle din sorg  
Og jeg lider med dig  
Men du er nødt til at åbne døren  
Du er nødt til at slippe mig ind  
Du må stole på mig  
Du kan ikke klare det alene  
Jeg er her for dig  
Slip mig ind  
Lad mig hjælpe



**La' os le sammen**

La' os le sammen  
 La' os tumle os i månens stråler  
 La' os bade i solskin  
 La' blot græsset gro op omkring os  
 La' os dovne hele dagen  
 La' os elske uendeligt  
 La' os byde verden trods  
 La' os glemme elendigheden  
 La' os le sammen  
 Vi ka' altid græde i morgen

**Masser af hårde ord**

I tiden der går  
 Veksler vi masser af hårde ord  
 Vi slider på hinanden  
 Og siger ting som sårer  
 Ting vi ikke mener  
 Der kommer masser af hårde ord  
 Men kærligheden består

**Hvis bare vi tror**

Alt er muligt  
 Hvis bare vi tror  
 Ikke på det guddommelige  
 Men bare på hinanden.  
 Vi kan vinde verden  
 Hvis bare vi tror  
 Vi kan blive lykkelige altid  
 Hvis bare vi tror  
 Vi kan få et bedre liv  
 Hvis bare vi tror

**Kig på verden**

Kig på verden  
 Der er så meget at se  
 Du vil aldrig se det samme som jeg  
 Og det gør det spændende  
 Kig på verden  
 Og fortæl mig hvad du ser  
 Vi kan sikkert lære  
 Af hinandens opdagelser  
 Kig på verden  
 Og lad mig vide  
 Hvis du finder frem til livets gåde

**Vil du med mig ?**

Jeg vil flyve en tur til drømmenes land  
 Jeg vil lande hvor de smukke drømme gror  
 Jeg vil se, hvad alle drømmer om  
 Men mareridtene vil jeg lade være  
 Jeg vil se på lykke, kærlighed og omsorg  
 Jeg vil glædes med drømmerne  
 Vil du med mig ?

**Vi ka' ikke ændre verden**

Du har ret når du siger  
 At vi ikke ka' ændre verden  
 Vi ka' ikke gøre det alene men hvis nu vi starter  
 Bare med vores eget lille hjørne  
 Så bliver andre måske inspirerede  
 Vi ka' ikke ændre verden  
 Men vi ka' i hvert fald forsøge

**Tomhed**

Stirrer ud i mørket  
 Uden at se noget  
 Føler mig lige så tom  
 Som universets uendelighed  
 Har ingen følelser tilbage  
 Ingen kærlighed, intet had  
 Mine sanser er lammede  
 Og jeg har mistet troen  
 Håbet lever dog  
 Håbet om at i morgen bliver det bedre



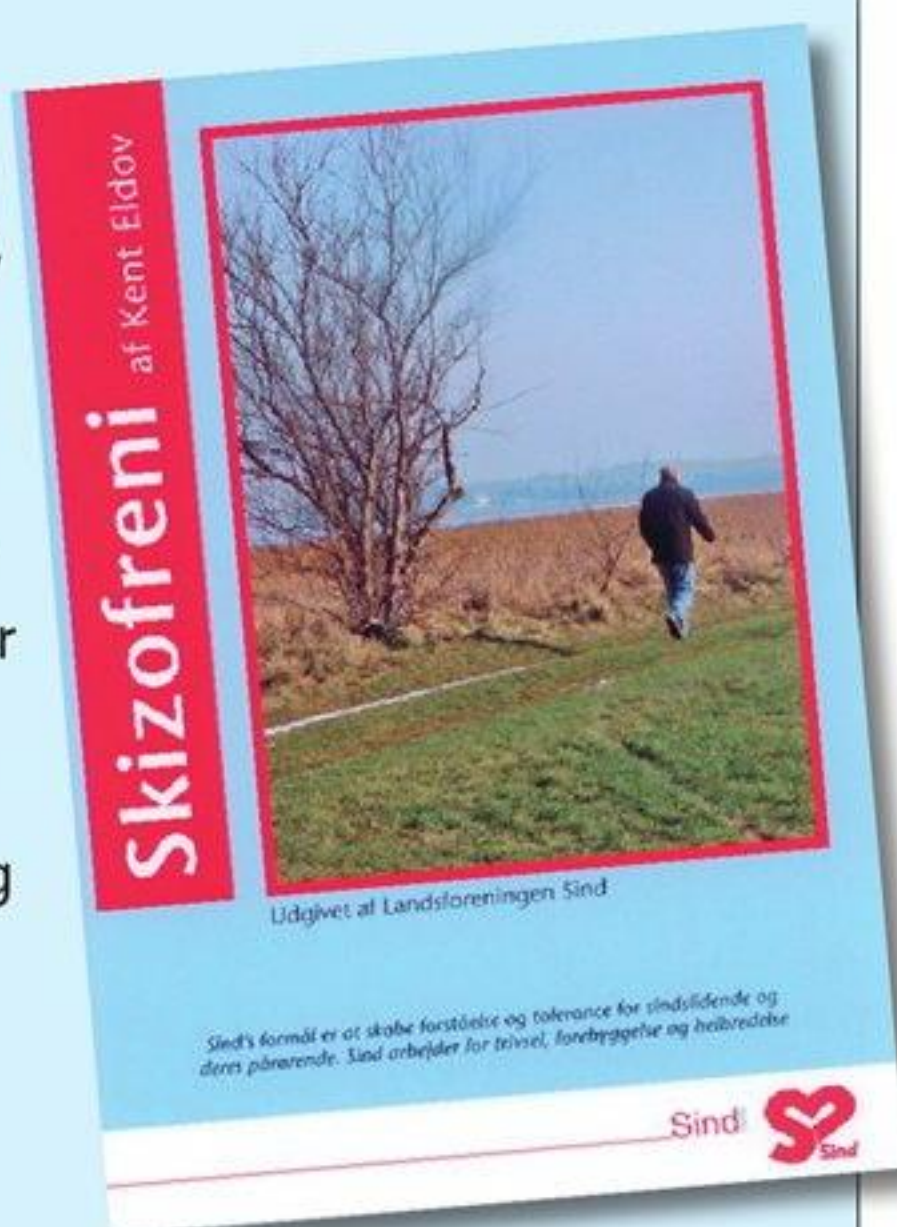
# Skizofreni

Udarbejdet af Kent Eldov

Denne pjece henvender sig fortrinsvis til mennesker, som har fået stillet diagnosen skizofreni. Derudover håber forfatteren, at også pårørende (herunder venner og kelleger) kan få lidt mere indsigt i sygdommen, for der er stadig mange misforståelser og fordomme omkring skizofreni og psykiske lidelser i det hele taget.

Pjecen beskriver symptomer, medicin og behandlingstilbud. Der er også afsnit om misbrug og et afsnit med gode råd til personer, der er ramt af skizofreni.

Skizofreni er en hjernesygdom, som i vekslende grad rammer tænkningen, følelseslivet, sans- og bevægeapparatet, humør, initiativ og interesse for omverdenen. /



Kr.

## PJECER

Børn i familier med psykisk sygdom

Information til pårørende

Skizofreni

Samvær med mennesker med psykoseproblemer

Værd at vide om depression

Medicinafhængighed – information og rådgivning om sove- og nervemedicin

## FOLDERE

Hvervefoldere

Lokalfoldere

## BØGER

“Håndbog for psykiatribrugere og pårørende – kend dine rettigheder”<sup>1)</sup> 100,00

“Fra en anden Planet”, Høst og Søn 2004

“Skøre Sjæle” De pårørende fortæller 60,00

## ANDET

Plasticposer med SIND-logo (295 x 390 mm)

Plakat, blå med livets træ

Roll-up stander (ikke på lager, men kan leveres)

Ved levering kan tekst m.m. “skræddersys” 1.529,50

Et sæt plakater, 3 med forskellig tekst og 1 uden tekst

Pins 7,00

Poloshirts, SIND-blå m. rødt logo (Str. M – XXL)<sup>2)</sup> 65,00

Poloshirt, SIND-blå m. rødt logo (Str. XXXL – XXXXXL)<sup>2)</sup> 75,00

Lighter, elektronisk og opfyldelig

Hvid med rødt logo og webadresse 8,00

Rygpose, sort med rødt logo 20,00

Kuglepen, hvid med rødt logo og webadresse 2,50

Materialet er gratis, såfremt der ikke er angivet en pris. Materialet kan bestilles på sekretariatet på tlf. 35 24 07 50 eller pr. mail på adressen landsforeningen@sind.dk

1. Købes hos PsykInfo Forlaget 77 89 32 30 eller på [www.de9.dk](http://www.de9.dk)

2. Kredse og lokalforeninger kan få poloshirts i udvalg. Trøjerne betales efterhånden som de sælges.



## Kender du det?

- Du tager sove- eller nervemedicin jævnligt
- Du har måske gjort det i mange år
- Du oplever, at du ikke kan fungere som tidligere
- Du oplever en uforklarlig angst
- Du har intet overskud eller energi

Hvis du har nogle af disse oplevelser, kan det måske skyldes din sove- eller nervemedicin.

**BenzoRådgivningen støtter og rådgiver brugere af afhængighedsskabende medicin (benzodiazepiner), under og efter en nedtrapning. Samt giver information og rådgivning til pårørende, sundhedspersonale og andre interesserede.**

Telefonrådgivning, kontaktpersonordning og oprettelse af støttegrupper for medicinafhængige efter behov. Vi kommer gerne ud og holder foredrag om emnet for mindre grupper.

Yderligere oplysninger:  
**BenzoRådgivningen**  
**Telefon 70 26 25 10**

mandag til torsdag kl. 18–20 samt  
onsdag og fredag kl. kl. 9–11  
[benzo@sind.dk](mailto:benzo@sind.dk) | [www.benzo.dk](http://www.benzo.dk)



## Hvor gammel er du?

SIND Ungdom er landsforeningens tilbud til de yngste medlemmer.

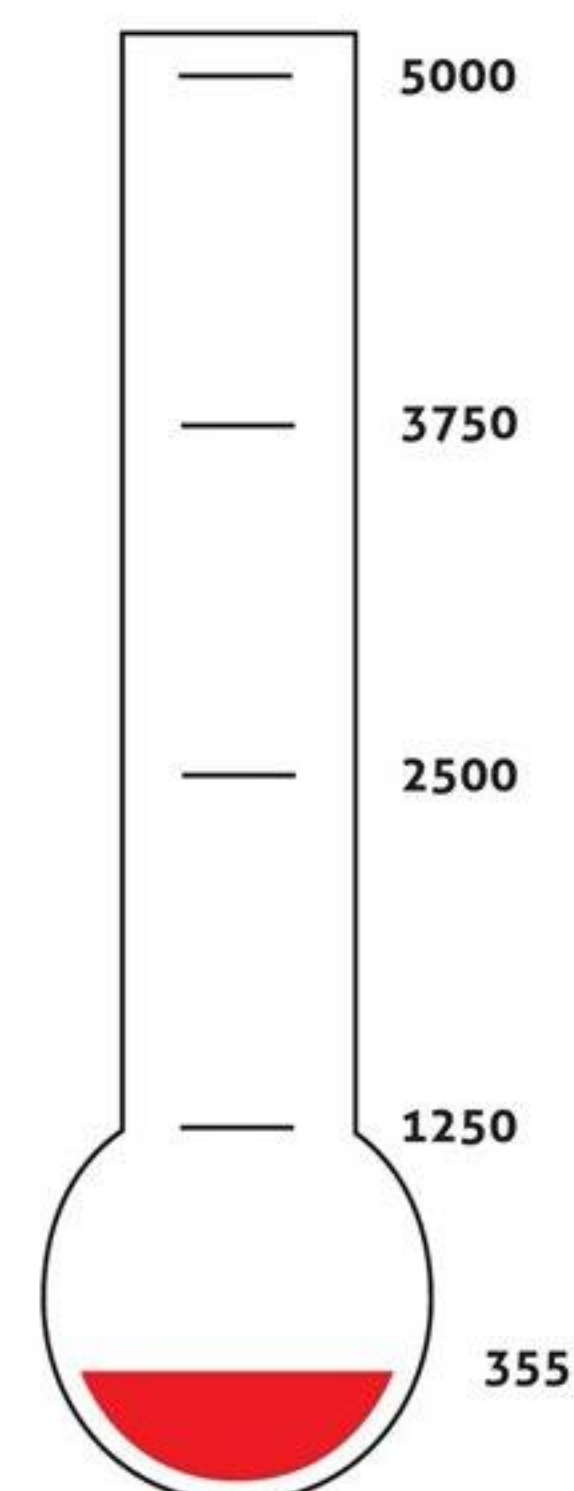
Andre aldersspecifikke tilbud kan komme til. Derfor har vi brug for at kende vores medlemmers alder.

Fortæl os din alder, så vi kan give dig en bedre service (oplysningerne er kun til internt brug).

Til nu har 355 taget imod opfordringen til at oplyse alder. Bliver du nr. 356?

På [www.sind.dk](http://www.sind.dk) eller tlf. 35 24 07 50 kan du oplyse dit fødselsår.

SIND-bladet følger med i hvordan det går./







# Ned efter rødvin

AF JESPER STEEN ANDERSEN

**V**i havde gjort forberedelser til generalforsamlingen i et stykke tid. Erik Paaske havde skrevet indkaldelsen og jeg havde skrevet årsberetningen, som Willy Hundborg trykte på vores fine, nye kopimaskine.

I tiden op til generalforsamlingen fik jeg 18 tilmeldinger, så jeg kunne gå hen og bestille luksussmørrebrød til alle. Dagen før generalforsamlingen sad Willy og jeg på kontoret og kom i tanker om, at vi skal købe rødvin til Palle Blom Hansen som dirigent og Elly Rohde som referent og til Ulla, der har fyldt rundt.

Jeg strøg over i den lokale vinbutik og købte seks flasker rødvin i tre gaveæsker. Da jeg så kommer tilbage til kontoret, kommer vi i tanke om, at to tidligere formænd holder op i bestyrelsen, så jeg måtte af sted en gang til og købe fire flasker rødvin i to gaveæsker. Så mente vi også at være dækket ind.

På selve dagen kommer jeg en time før med maden, som Willy havde været inde og betale tidligere på ugen. Inge Jensen, der tidligere har været vores kasserer, dukker også op 1 time før for at hjælpe til. Vi fik stillet bordene op til generalforsamlingen, og jeg måtte hen og hente lidt mere smørrebrød.

I løbet af den næste time kommer folk dryssende, og der var en god stemning, for generalforsamlingen er jo årets højdepunkt. Der kom også et par stykker uanmeldt, så vi var alt i alt ca. 20.

Det var med en vis spænding, at jeg tog fat på denne generalforsamling, for det var første gang, at jeg var med som formand. Vi fik begyndt generalforsamlingen med at udnævne Palle Blom Hansen til dirigent og Elly Rohde til referent. Det var så op til mig at holde formandsberetning for året, der var gået. Jeg holdt mig til dispositionen fra den skriftlige beretning, idet jeg tog overskrifterne som udgangspunkt for at tale frit om emnerne.

Jeg udtrykte stor tilfredshed med Preben Borsbøls EDB-undervisning. Da ordet blev frit

tog Sven Lannung ordet og sagde, at det virkelig var et stort aktiv for foreningen, at vi har Preben Borsbøl som underviser, selv om Preben Borsbøl nu er 64 år. Preben viser stor indføling og empati med sine elever.

Et andet punkt har været vores "Sund med Sind", som der har været problemer med. Det viste sig at være nemmere at få folk til at melde sig end til at møde op. Diætisten nedlagde holdet på grund manglende fremmøde. Der kom kun en 2-3 stykker til undervisning, og det mente hun var for lidt. Vi har haft forskellige følere ude, men det har ikke ført til noget, så jeg har ringet til Jens Skytte fra FOF og bedt ham skaffe en diætist, og det har han lovet at gøre.

Psykologrådgivningen er kommet ind i en god gænge. Der har været stor udskiftning, men nu har vi 3 ældre, erfarne psykologer Dorte Rosager Poulsen, Bente Johannesen og Tino Rozzo. Og vi har på deres opfordring indrykket en annonce for psykologrådgivningen i Lokaltidningen, og det er mit indtryk, at psykologrådgivningen bliver til gavn og glæde for mange mennesker.

Der var valg til bestyrelsen. Willy Hundborg og jeg var ikke på valg i år, og Erik Paaske og Ivar Goldmann ønskede ikke at genopstille. Camilla Jordy Gammelgaard og Palle Steenberg ønskede genvalg, men det kneb med at finde et femte medlem til bestyrelsen. Der var tavshed og diskussion frem og tilbage, før Ulla Rørbye Knudsen meldte sig. Det er frisk gjort af en dame på 80 år, men hun har mod på livet og bestyrelsesarbejdet. Som suppleant meldte Merethe Ølgaard Deleuran sig og Benno Christensen blev valgt uden at være til stede, men jeg havde ringet til ham om han ønskede at genopstille, og det gjorde han.

Valget til hovedbestyrelsen blev udskudt til bestyrelsens konstituerende møde og forslag til ændring af vedtægter for landsforeningen blev omdelt og debatteret og beslutning blev udskudt til senere behandling i bestyrelsen.

Der var kritik fra Erik Paaskes side af, at det ifølge forslaget blev muligt at afholde generalforsamling hvert andet år, hvorimod forslaget om at kontingent skal betales inden 1. marts blev gunstigt modtaget og ligeledes, at der blev skrevet to rykkere, en fra landsforeningen og en fra kredsforeningen.

Samlet set fik generalforsamlingen en god afvikling og tog 1 time. Derefter var der en lille pause, hvor bordene blev stillet op til frokost, og så kom tallerkner, bestik og glas på bordet, og folks appetit svarede næsten præcist til det antal stykker smørrebrød, som var på bordet, så det var helt fint.

På det konstituerende bestyrelsesmøde efter frokosten blev jeg genvalgt som formand, Willy Hundborg blev genvalgt som næstformand og kasserer og Camilla Jordy Gammelgaard blev valgt som sekretær. Jeg blev genvalgt som hovedbestyrelsesmedlem, hvilket jeg var glad for. Og så måtte Willy lige på gaden for at købe to flasker rødvin til Inge Jensen som tak for hjælpen./







## Kaffe på kanden og friskbagte boller – velkommen hos Ungt Sind

Her fortæller Anna Rebecca Zenner om sit første møde med Ungt Sind i København – og om arbejdet med at arrangere foredrag for bl.a. studerende, personalegrupper og psykiatriske behandlingssteder

AF ANNE REBECCA ZENNER, brobygger og projektmedarbejder i Ungt Sind

Ungt Sind er en klub for unge mellem 15-35 år, der står overfor psykiske problemer af forskellig karakter. Klubben har åbent kl. 13-20 hver lørdag og er placeret centralt i København i Sinds Hjertes lokaler i Stormgade.

Da jeg første gang trådte ind af døren til Ungt Sind, en lørdag eftermiddag i november, kunne jeg mærke varmen og hyggen med det samme. Der var kaffe på kanden og friskbagte boller, og snak og musik fra radioen lød i baggrunden. Unge mennesker på tværs af interesser, kultur og religion hyggede sig med snak, kortspil, computer, film og pool. Der var en god stemning og jeg følte mig velkommen!

I Ungt Sind laver vi mad og spiser sammen for billige penge, og det er oftest dér, omkring middagsbordet, der er flest. Alle er med til at bestemme, hvad der står på menuen, og hvordan dagen kommer til at forløbe. Og det er netop det specielt gode ved Ungt Sind – Vi er fælles om alt, og man kan deltage så meget man nu har lyst eller overskud til. Alle bidrager med noget i kraft af deres tilstedeværelse. Der er ingen krav, og man kan komme, som den man nu engang er, og behøver ikke melde sin ankomst. Hvis det er svært at komme alene første gang, er man meget velkommen til at ta-

ge en ven eller et familiemedlem med. De fleste danner dog ret hurtigt et netværk, og også nære venskaber i Ungt Sind. Nogle kommer fast, mens andre dukker op engang i mellem. Det vigtigste er, at der altid er plads til en til.

Vores døre er altid åbne, og ingen er forpligtet til at møde op på særlige tidspunkter, eller give personlige oplysninger om sig selv, sin historie eller sygdom.

Medarbejderne forsøger, for så vidt det er muligt, at møde den enkeltes behov, og hjælper til med at realisere de ønsker og planer, man har lyst til at føre ud i livet. De er også altid klar til en dybere snak, hvis der er brug for det.

Vi forsøger i fællesskab at planlægge næste lørdags event fra gang til gang.

Ind imellem alt dette, krydrer vi lørdagene og åbningstiderne med en fest.

### Nyt projekt i Ungt Sind

Der foregår i øjeblikket et projekt i Ungt Sind, som jeg er ansvarlig for. Det skal munde ud i forskellige foredrag om psykisk sygdom for bl.a. studerende, personalegrupper, psykiatriske behandlingssteder etc. Dér har de unge mulighed for at komme til orde med netop de-

res historie. Vi tager det stille og roligt og i hver enkelts eget tempo.

Vi håber, at vi, når vi er klar med foredrage, kan være med til at ændre folks opfattelse og fordomme overfor psykisk sygdom, og hvad det kan påføre et ungt menneskes liv.

Alle, både medarbejdere og medlemmer, arbejder seriøst på, at de der kommer i Ungt Sind kan mærke, at de ikke står alene med deres problemer, men at der derimod er mange, der går rundt og har det ligesom dem!

Når Ungt Sinds program slutter om lørdagen kl. 20, er der ofte nogen som foreslår biografure, koncerter eller en ekstra kop aftenkaffe eller en øl på en café ude i byen. Det er de unge selv som står for dette, og det er også noget alle er velkomne til at deltage i, hvis man har lyst og overskud.

Så hvis du er et ungt menneske med psykiske problemer, der har brug for en hyggelig lørdag i selskab med dejlige ligeværdige unge mennesker, hvor du kan tale frit om alt du har på hjerte – så kom som du er forbi Ungt Sind lørdag eftermiddag og mærk hyggen og varmen! /

### Plads i bofællesskab

**Herurecka Bofællesskab for voksne sindslidende  
(§ 107) har ledig plads**

Læs mere på vores hjemmeside [www.herurecka.dk](http://www.herurecka.dk) eller kontakt os på telefon 62 61 63 36

### Fraflytninger og Dødsboer

**RYDNING OG TOTALRENGØRING**

Kommer over hele landet | Ring for tilbud  
Michael 22 15 89 00 | Lis 60 85 43 98  
For mere information besøg os på [www.maya-service.dk](http://www.maya-service.dk)



## Prisopgave – dobbeltdiagnoser

Alle kredse og lokalforeninger opfordres til at gøre opmærksom på denne mulighed

Sygekassernes Helsefond ønsker at sætte fokus på den ideelle helhedsorienterede indsats for mennesker med dobbeltdiagnoser – en sindslidelse og et misbrug – og udskriver derfor en prisopgave:

‘Den optimale helhedsorienterede indsats for mennesker med en sindslidelse og et misbrug – hvem gør hvad, hvornår, og hvordan iværksættes det i praksis?’

Prisopgaven er åben for alle og kan besvares individuelt eller i en gruppe. Besvarelsen må ikke overstige 15 sider og kan eksempel-

vis have form af en kort akademisk opgave, et essay eller en artikel.

### Præmie

1. præmie kr. 50.000
2. præmie kr. 25.000
3. præmie kr. 10.000

### Frist

1. oktober 2010.

### Oplysninger

Se mere om prisopgaven på hjemmesiden [www.helsefonden.dk](http://www.helsefonden.dk) Et link på forsiden viser vej./

## Mellem Medlemmer

### Sød og kærlig kvinde søges

Jeg er en 60-årig mand, der bor i psykiatrisk bofællesskab i Svendborg.

Jeg søger en sød og kærlig kvinde. Alder: ca. 48 – 60 år. Jeg er radioamatør og interesserer mig for elektronik, radio, TV mm.

Jeg kan også lide go' musik, film, gåture og hjemlig hygge. Er ikke-ryger!

Jeg vil godt give dig al min kærlighed og altid være god mod dig!

Jeg håber du vil kontakte mig, hvis du ligesom jeg bor i Svendborg.

Kærlig hilsen

Billetmrk: 1/2180



Foto: www.colourbox.com

## De Sorte Får

Tre SIND-medlemmer tilbyder sig som foredrags- og oplægsholdere

Vi er en foredragsgruppe på tre sorte får der holder foredrag, om forskellige psykiske lidelser samt underviser indenfor samme.

Vi har alle vidt forskellige baggrunde, men fælles for os er, at vi brænder for at nedbryde tabuer, fremme forståelsen for, samt viden

om, forskellige psykiske lidelser og handicap.

Vi har forskellige uddannelser i kommunikation og formidling, samt stor erfaring indenfor vore individuelle områder.

Se mere på hjemmesiden [www.desortefaar.dk/](http://www.desortefaar.dk/)

## Sommerudflugt – Vejle Kreds

SIND har 50-års jubilæum i år og Vejle Kreds fejrer det med en sommerudflugt.

Turen foregår lørdag den 21. august kl. 11 til 19 og med afgang fra Fredericia Banegård – og med fælles transport fra Vejle og Kolding – som aftales med de tilmeldte.

Den spændende tur går til Egeskov Slot, og undervejs får vi en 3-retters menu.

Turen koster for bus, menu og entréer kun 130 kroner pr. person.

Bindende tilmelding efter først-til-mølle-princippet til formanden Ib Schdiding på 28 34 05 37 eller på mail [schibber@aab-net.dk](mailto:schibber@aab-net.dk)

Vi glæder os til at være sammen med jer.

*God sommer, bestyrelsen*

## De heldige vindere af billetter til Cirkus Benneweis

Vinderne af billet-konkurrencen i SIND-bladet er nu fundet. Se her om du er en af de heldige.

I april-nummeret spurgte vi, hvornår Diana Benneweis blev ambassadør for SIND. Det gjorde hun i 2006 – og det spørgsmål har alle svaret rigtigt på. Nedenfor kan du se, om du er en af de heldige vindere af 4 billetter til årets anmelderroste forestilling i Cirkus Benneweis. Har du vundet, får du tilsendt et gæstekort, som

kan bruges i Cirkus Benneweis til samtlige ikke-udsolgte forestillinger. Se turnéplanen på [www.benneweis.dk](http://www.benneweis.dk)

Vinderne er:

Annette Melin, København S, Marianne Narvestad, Risskov, Svava Okkels, Bagsværd, Frank og Charlotte Thygesen, Ålbæk, Annette Andersen, Rødovre.

Vinderne får direkte besked. Tak for de mere end 200 kuponer./

Foto: www.colourbox.com





**BORNHOLM**

Bente Falk-Hansen  
56 97 43 88  
falk-hansen@live.dk

**HOVEDSTADENS OMEGN**

Kirsten Elise Hove  
23 26 03 10  
kehove@gmail.com

*Hjørring*

Erik Christoffersen  
98 98 62 42/29 26 20 53  
erikchristof@has.dk

**STORSTRØM**

Mogens Nielsen  
55 44 42 40  
bimoni@mail.dk

**VESTSJÆLLAND**

Ingelise Svendsen  
59 91 28 05  
is42@email.dk

**FREDERIKSBERG**

Jesper Steen Andersen  
25 15 88 62  
sindfrederiksberg@dbmail.com

*Ballerup-Herlev*

Aase Aaholm Jepsen  
44 97 45 23

*Mariagerfjord*

Karen Brøndum Nielsen  
98 57 34 07  
karenmbn@gmail.com

*Næstved*

Jørgen Risager  
55 72 89 18  
risrasch@stofanet.dk

*Ringsted-Sorø*

Kristian Sørensen  
20 95 45 89  
krisen@privat.dk

**FREDERIKSBORG**

Hanne Molander  
49 14 70 79  
hannemolander@mail.dk

*Gladsaxe*

Hanne Colding  
44 44 00 14  
colding@dadlnet.dk

*Mors*

Jens Toft  
97 75 19 59  
jenslarsen@toft.mail.dk

**SØNDERJYLLAND**

Jeppe Bruun-Petersen  
74 62 64 84  
siki@get2net.dk

**VIBORG**

Birgitte Larsen  
3511 71 43  
fjendbo.admin@gmail.com

*Frederikssund-Egedal*

Peter Schjerlund  
60 22 67 37  
pschjerlund@hotmail.com

*Lyngby-Taarbæk*

Kirsten Elise Hove  
23 26 03 10  
kehove@gmail.com

*Thy*

Linda Hvass Jensen  
40 12 66 81  
lhtrold@hotmail.com

*Aabenraa*

Else Bruun-Petersen  
74 62 64 84  
siki@get2net.dk

*Skive*

Inger Marie Nedergaard  
97 53 52 26  
im.k@mail.dk

*Gribskov*

Inger Hansen  
48 30 04 89  
inger.hansen@youmail.dk

*Rødovre*

Kirsten Falster  
36 41 49 04  
kirsten.falster@mail.dk

**RIBE**

Else Nissen  
75 73 17 45  
else.nissen@hotmail.com

*Sønderjylland Nord*

Hedvig Carøe Andersen  
74 83 25 75  
bent@tneb.dk

**ÅRHUS**

Kim Rattenborg  
70 22 11 47/21 73 16 73  
post@sind-aarhus.dk

*Halsnæs*

Kim Kjelgaard  
40 23 10 69  
km.kjelgaard@gmail.com

*Vestegnen*

Anne Madsen  
42 15 16 93  
annemadsen@ishoejby.dk

**RINGKØBING**

Ulla Christensen  
40 94 20 34  
lund2034@hotmail.com

*Tønder*

Anne E. Hvidberg Jørgensen  
74 72 08 26  
annehvidberg@mail.dk

*Horsens*

Einer Lyshøj Jørgensen  
75 63 00 53/20 65 94 37  
eslj@hlug.dk

*Helsingør*

Anne-Lise Bernitt  
49 21 88 22

**KØBENHAVN**

Ellinor Palm Pedersen  
33 13 02 39  
palm@net.telenor.dk

**ROSKILDE**

Per Harvøe  
46 36 13 39  
perharvoe@webspeed.dk

**VEJLE**

Ib Scheiding  
58 37 01 37  
schibber@aab-net.dk

*Randers*

Trine Juel  
86 40 54 89  
trine.juel@elromail.dk

*Hillerød-Allerød*

Hans Jultved  
24 41 23 06  
huset@sind.dk

**NORDJYLLAND**

Jens Ibsen  
23 27 00 34  
jens.ib@stofanet.dk

*Køge Bugt*

Kirsten Hansen  
43 69 87 09  
kirsten.hansen@beskedboks.dk

*Fredericia*

Lis Bjelbo  
75 92 64 09  
bjelbo@mail.dk

*Silkeborg*

Susan Steen  
86 81 04 34  
susan.steen43@gmail.com

*Rudersdal*

Kirsten Schmidt  
61 66 38 34  
kschmidt@pc.dk

*Aalborg*

Jens Ibsen  
23 27 00 34  
jens.ib@stofanet.dk

*Roskilde*

Leni Grundtvig Nielsen  
46 36 76 51  
lenigrund@webspeed.dk

*Kolding*

Bodil Kristensen  
75 53 59 78

**FYN**

Karen Thomsen  
24 44 78 63  
karen.v.thomsen@gmail.com

*Frederikshavn*

Rita Paaske Christesen  
98 42 79 85  
ritapaaske@webspeed.dk

SIND-NETTETS KOORDINATORER

**AALBORG**

Kirsten Midtgaard  
50 50 45 09  
km@sind.dk

**FREDERIKSHAVN**

Jette Christensen  
98 42 88 36  
cjattedk@hotmail.com

**ODENSE**

Birthe Hviid & Rhonda  
Rasmussen  
66 19 03 26  
bhv@odense.dk

**RØDOVRE**

Kirsten Falster  
36 41 49 04  
kirsten.falster@mail.dk

**SVENDBORG**

Birthe Juel  
26 90 80 91  
birthejuel@hotmail.com

**ALBERTSLUND-BALLERUP**

Christel Lous  
20 47 97 26  
C.lous@get2net.dk

**NORDFYN**

Louise Poulsen  
27 33 11 94  
jlp@morudnet.dk

**SKANDERBORG-SILKEBORG**

Anni S. Graaberg  
26 17 66 74  
anni-sg@get2net.dk

**ÅRHUS**

Gitte Troelsen  
21 73 04 73  
sindnetaarhus@sind.dk

SINDs UDVALGSFORMÆND

**POLITISK UDVALG**

Helle Johansson  
62 20 55 78  
hellecalle@hotmail.com

**PÅRØRENDEUDVALGET**

Carl Henrik Krebs  
54 44 04 49  
carl.krebs@mail.tele.dk

**ORGANISATIONSUDVALGET**

Ingelise Svendsen  
59 91 28 05  
is42@email.dk

**BRUGERUDVALGET**

Allan Claumarch  
28 14 38 48  
aclaumarch@c.dk

**PR-UDVALGET**

Ingelise Svendsen  
59 91 28 05  
is42@email.dk

**SIND-INFORMATØRERNE**

Rita Paaske Christesen  
98 42 79 85  
ritapaaske@webspeed.dk



**SINDs PÅRØRENDERÅDGIVNING**

86 12 48 22  
mandag-torsdag 11-17, fredag 11-14,  
mandag tillige 18-20

**PÅRØRENDERÅDGIVNING ÅRHUS, RANDERS, SILKEBORG OG ODDER****Åben rådgivning Risskov**

Skovagervej 2, indgang 65,  
8240 Risskov  
Mandag-torsdag 13-17, fredag efter afta-  
le. Første mandag i hver md. 13-20

**Juridisk rådgivning**

Skovagervej 2, indgang 65,  
8240 Risskov  
Første mandag i hver md. 15-20

**Åben gruppe**

Nørre Allé 31, 8000 Århus C  
Onsdage i lige uger 17-19

**Randers**

Hver mandag kl. 14-18. Sidste mandag i  
måneden 14-20  
(undtagen juli og december)  
Sundhedscentret (den gl. arbejdsformid-  
ling), Vestervold 4, 8900 Randers  
Telefonrådgivning i åbningstiden på 20  
47 48 22.

**Silkeborg**

Pårørenderådgivning anden og sidste  
onsdag i hver måned 16-20  
(undtagen juli og december)  
Frivilligcentret, Østergade 9, 1.  
8600 Silkeborg. Telefonrådgivning i åb-  
ningstiden på 20 47 48 22.

**Odder**

Åben rådgivning *for pårørende og bruge-*  
*re* sidste mandag i hver måned  
18-20. Tlf.: 24 77 46 41 i træffetiden – el-  
lers henvises til telefonrådgivningen i  
Århus  
Dialogmøder for pårørende og brugere  
1. og 3. tirsdag i hver måned 19-21  
(undtagen juli og december)  
Frivilligcenter Odder (Pakhuset), Bane-  
gårdsgade 5, 8300 Odder

**RANDERS****Brugerrådgivning**

Sidste mandag i måneden kl. 18-20  
(undtagen juli og december)  
Sundhedscentret (den gl. arbejdsformid-  
ling), Vestervold 4, 8900 Randers

**Pårørenderådgivning**

Se under Pårørenderådgivning Århus,  
Randers, Silkeborg og Odder.

**TELEFONRÅDGIVNING ODENSE**

Alle dage undtagen lørdag 18-22  
66 12 39 90

**PSYKOLOGISK RÅDGIVNING KØBENHAVN**

Sinds Psykologiske Rådgivning og  
Pårørendegrupper  
Slotsgade 2, 2., 2200 København N  
Åben rådgivning: tirsdag og torsdag  
kl. 17-19  
35 36 09 04

**BENZO RÅDGIVNING**

Information og rådgivning om afhæn-  
gighed af sove-nervemedicin. [www.benzo.dk](http://www.benzo.dk)  
Mandag-torsdag 18-20 onsdag 9-11  
70 26 25 10

**RÅDGIVNING I GLADSAXE**

Bestil tid 44 98 09 89 torsdag 17-18

**TELEFONRÅDGIVNING I VESTSJÆLLAND**

Fjerde tirsdag i måneden 18-19  
29 11 25 70

**ÅBEN ANONYM RÅDGIVNING HILLERØD**

Personlig eller telefonisk henvendelse  
SIND-huset, Milnersvej 13 B, 3400 Hillerød  
Tirsdage 16-18, torsdage 14-16  
Telefonsvarer udenfor åbningstiderne  
48 26 78 88 eller mobil 40 30 65 53

**PSYKOLOGISK RÅDGIVNING FREDERIKSBERG**

Onsdag 17-18  
35 34 00 80

**PSYKOLOGISK RÅDGIVNING HJØRRING LOKALFORENING**

Gratis psykologisk rådgivning  
Østergade 9, Hjørring  
Hver torsdag 16-18  
23 83 11 84

**RÅDGIVNING ROSKILDE**

For brugere og pårørende  
46 75 59 21 | 46 36 23 72

# Støt SIND

Mere end 50 % af danskerne er – direkte eller indirekte – berørt af psykisk sygdom. Desværre får langt fra alle den hjælp og støtte som de har brug for – og krav på.

SIND arbejder på at forbedre forholdene for psykisk syge, pårørende og de professionelle i psykiatrien.

Du kan **hjælpe os** på flere måder:

**Meld dig ind**

Medlemmerne er vores styrke. Dels betyder antallet af medlemmer alt, når vi varetager vores fælles interesser, dels er medlemmernes kontingent en af de vigtigste økonomiske ressourcer for landsforeningen.

**Abonner på SIND-bladet**

Vil du støtte SIND uden at melde dig ind, kan du tegne et abonnement på SIND-bladet.

**Bliv frivillig**

Krumtappen i SINDs arbejde er vores mange hundrede frivillige.

Der er mange muligheder for at fungere som frivillig i SIND. I landsforeningen, kreds- og lokalforeningerne er det valgte frivillige tillidsfolk, der varetager arbejdet i bestyrelser, arbejdsgrupper, udvalg med mere. Mange af disse frivillige deltager også i det politiske arbejde i offentlige råd og nævn. SIND deltager fx aktivt i DH – Danske Handicaporganisationers arbejde.

Det er også vores frivillige, der – under professionel vejledning – står for arbejdet i vores rådgivninger, SIND-nettet, bisidderfunktion og i vores net af foredragsholdere – SIND-informatørerne.

**Støt os økonomisk**

Det økonomiske fundament for SIND er – foruden kontingenter fra medlemmerne, tips-/lotto- og puljemidler – arv, gaver og sponsorer.

Vælger du at give en eller flere pengegaver til Landsforeningen SIND, kan du trække beløbet fra i skat.

De første 500 kr. kan ikke trækkes fra; men overstiger de samlede pengegaver til foreningen 500 kr., kan du i 2010 fratække op til 14.500 kr. Ægtefæller kan hver især fratække det nævnte beløb.

**Skaf en gave**

SIND er godkendt efter ligningslovens § 8 A. Det betyder, at gaver over kr. 500 til landsforeningen er fradragsberettiget for gaveren.

Der stilles en række krav for at opnå/bevare godkendelse efter ligningsloven. Bl.a. skal antallet af gavegivere overstige 100 i gennemsnit om året over en treårig periode – og det samlede gavebeløb pr. gave skal være på mindst kr. 50.

## Støt os økonomisk

Vi opfordrer medlemmer, kreds- og lokalforeninger og andre med tilknytning til SIND til at gøre en særlig indsats for at skaffe gavegivere, så vi kan bevare godkendelsen.

**Betænk SIND i dit testamente**

Ønsker du at betænke SIND i dit testamente, så kontakt din advokat.

**Kontakt sekretariatet**

Hvis du påtænker at give os et gavebeløb, eller eventuelt betænke SIND i dit testamente, så kontakt sekretariatet for yderligere informationer./



Foto: [www.colourbox.com](http://www.colourbox.com)



Klumme

## Hvor sidder de psykiske sygdomme?

De psykiske sygdomme sidder ikke kun i hjernen. Det er en af de store udfordringer i kampen om psykiatrien – den skal nemlig behandle sygdomme, som ikke entydigt kan lokaliseres, men som nyere forskning peger på sidder i Selvet. Men hvad er det nu for en ulden størrelse?

AF BIRGIT WANDAHL BUNDESEN, læge på Gentofte psykiatrisk Center og BA i litteraturvidenskab og filosofi med særlig interesse for psykotiske sprogformer

Forestil dig, at du mister følelsen af, at det er dig, der styrer din krop. At du pludselig bliver i tvivl om det er dig, der taler, når du taler: At du, når du taler, bliver i tvivl om stemmen, der taler kommer fra dig eller fra skjulte højtalere i væggen. Sådan sker det for nogle psykisk syge og det kan være tegn på forstyrrelser i Selvet, der kan være tidlige tegn på alvorlig psykisk sygdom.

F.eks. for den unge mand der mistede evnen til at opleve musikken, når han hørte den. Når han lyttede til musikken fik han en fornemmelse af, at der var noget i vejen med lyden, som om den manglede sin naturlige fylde. For gæves forsøgte han at justere på sit anlæg for til sidst at finde ud af, at problemet var, at han i stedet for at opleve musikken, iagttog sig selv.

Den folkelige skrækforestilling er, at skizofreni er en total udspaltning af et helt andet jeg (som i Dr. Jekyll og Mr. Hyde). Det er mere præcist at sige, at skizofrene patienter oplever en svækket følelse af Selv. En følelse af, at man ikke længere er helt lig sig selv, eller at man bliver uengageret i sit Selv, som med den unge mand, der ikke kan hengive sig til musikoplevelsen, fordi han splittes i oplevelsen og i stedet stiller sig udenfor og reflekterer over den. Patienten forklarede selv, at han var skiftet fra 1. til 3. persons perspektiv. Han var altså stadig bevidst om, at der var noget i vejen og han var ikke "blomstrende psykotisk" eller havde vrangforestillinger eller andre af de såkaldte skizofrene psykosesyntomer. Alligevel debuterede denne unge mand med en meget svær skizofreni. Hvis psykiatrien var mere opmærksom på hans type opmærksomhedsforstyrrelser, kunne man tidligere og mere præcist diagnosticere nogle af vores sværest psykisk syge.

Andre tegn på en svækket følelse af Selv kan være en mere diffus følelse af, at kroppen opleves mærkelig. Nogle svære depressioner starter f. eks. med en oplevelse af at kroppen virker tung og livløs. Patienterne beskriver det som om kroppen er i vejen, at den bliver en forhindring for dem. I nogle ekstreme tilfælde beskriver patienterne, at de føler, at de allerede er døde, at deres krop er død. Der findes beskrivende studier, der beskriver disse patienters fysiske fremtoning som 'ligagtige' (chrematiske), stivnede og livløse.

Tegn på svækket selvfølelse går altså igen hos mange af de psykiatriske patienter.

For eksempel har forskeren Andrea Raballo, som er tilknyttet Hvidovre Hospital og Center for Subjektivitetsstudier for nylig vist i et empirisk studie, at forstyrrelser i Selvet er et dominerende træk hos størstedelen af de skizofrene patienter. Men tegnene findes stort set ikke i de internationale kriterier, som man bruger til at diagnosticere psykiatriske patienter med. Derfor går patienterne ofte længe, inden de bliver diagnosticeret, og meget hyppigt bliver de også diagnosticeret forkert. Faktisk gør danskerne sig helt godt i frontforskningen inden for den fænomenologiske, oplevelsesorienterede forskning indenfor psykiatri, der skyder fart i disse år.

For faktum er, at trods psykiatriens snart 200 år lange historie, er vi stadig ikke nået særlig langt i forståelsen af, hvad der egentlig udløser de psykiske sygdomme. Måske fordi vi stadig ikke kan forstå, hvad selve sygdommene egentlig går ud på. De sidste tyve års forskning har været meget fokuseret på det biologiske, og en eksplosion af undersøgelser har forsøgt at bruge MR-scanninger til at undersøge sygdommens

dommenes neurobiologi – alt sammen i jagten på at finde de psykiske sygdommes sted. I bedste lægevidenskabelige stil har man optimistisk troet på, at de psykiske sygdomme kunne lokaliseres, måles, vejes og dermed kureres.

Den fænomenologiske forskning peger på et blindt punkt i den vestlige videnskabs selvforståelse, der inden for psykiatrien betyder, at man altid har stillet sig over for patienterne og objektivt prøvet at beskrive, hvad man så. En såkaldt behavioristisk tilgang til patienterne, hvilket de gængse diagnosticeringssystemer bærer præg af. Problemet er bare, at psykiatrien ikke har en konkret genstand, som den kan måle og veje, og den vilde optimisme i MR-scanningernes ungdom har da også lagt sig en smule, fordi man stadig ikke har løst de psykiske sygdommes grundlæggende mysterium.

Vi forstår faktisk stadig ikke, hvorfor nogle bliver syge, når andre ikke gør. Måske fordi vi har glemt at spørge patienterne hvordan sygdommen opleves./