Mark Glickman Discorso Plenario su “ Il Viaggio della Clubhouse verso la Recovery”

Mi era stato chiesto da Robby Vorspan di parlare di come massimizzare la mia esperienza alla Clubhouse. Il mio primo impulso, che solitamente è il mio primo impulso, era stato di dire no. Ma Robby, sapendo questo, mi ha chiesto per favore di farlo. Almeno per l'amore dei vecchi tempi. Così le ho detto di si.

E questo mi ricorda come tutte le cose alla Clubhouse scaturiscano dalle relazioni. Ma sto andando troppo avanti. L'argomento di questa plenaria é il " Viaggio della Clubhouse verso la Recovery". Sono entusiasta di avere quest'opportunità di parlare davanti a voi perché voi tutti rappresentate l'avanguardia e la guida del movimento Clubhouse. Questo é un incontro unico. In nessun altro luogo al mondo, credo, un gruppo come questo si incontra rappresentando così tante culture e tante nazioni, condividendo tanto terreno comune ed anche una causa comune e sforzi per aiutare così tante persone.

Credo che l’argomento di questa plenaria, che si focalizza sulla migliore comprensione del processo della recovery nelle Clubhouse, sia estremamente importante perché:

1. Solo rendendo in modo chiaro cristallino perché noi siamo il percorso migliore verso la recovery possiamo sperare di essere visti un giorno come parte assolutamente essenziale del sistema della salute mentale.

2. La nostra abilità nel rendere in modo chiaro cristallino il processo di recovery all’intreno della club house contribuirà a distruggere i restanti miti e stereotipi su di noi.

3. È essenziale per ogni socio che entri in una Clubhouse capire come il processo di recovery possa verificarsi per loro

La mia storia inizia tanto tempo fa’ … Trentadue anni fa camminavo lungo la 47° strada e per la prima volta arrivai all' entrata di Fountain House. Al mio fianco c’era mio padre. Che per coincidenza aveva la stessa età che io ho oggi, 58 anni. Mio padre è morto pochi anni fa di Alzheimer, ma devo dire che se non ci fosse stato quel giorno, tempo fa, non sarei mai andato o sarei corso fuori dalla porta di Fountain House poco dopo il mio arrivo.

Quando aprii la grande porta verde di Fountain House per la prima volta mi sembrò uno strano mondo, come quando Dorothy aprì la porta dopo l’ atterraggio di fortuna causato da un tornado verso casa sua nel “ Mago di Oz”.

Ero in uno stato di shock. Il tornado nel film era una bella immagine per la mia situazione mentale. Ero completamente distrutto e sconvolto ed ero caduto molto duramente.. Quella che pensavo fosse stata una grande vita fu bruscamente interrotta all’età di 24 anni.

L’inchiostro si era appena asciugato sul mio diploma del college e invece di entrare nella terra promessa di un posto di lavoro nelle trasmissioni o nei film, ero appena uscito da un ospedale psichiatrico dopo un soggiorno di due mesi.

Come i personaggi del " Mago di Oz" avevo bisogno di tutto. Un cervello, un cuore, il coraggio e una casa dove avrei potuto ricostruire la mia vita. Tutto quello che potevo fare era camminare e parlare. Sopravvivere … come si dice nella città di New York, non pensarci più!

A mala pena sapevo che stavo per avere un secondo cambiamento di vita. Questo è quello che penso che il mondo della Clubhouse sia. Una seconda opportunità di vita. Infatti sono convinto che quando abbiamo un crollo causato da un disagio mentale il processo di ricostruzione è come crescere una seconda volta. Per fare questo ci vuole, citando Hilary Clinton, un villaggio o in questo caso una Clubhouse.

Ci sono persone che dicono che il nome " Clubhouse" non è un bel nome. Dicono che non è un nome di effetto, o scientifico abbastanza, o che sembra troppo infantile. Sostengo che Clubhouse sia esattamente il termine giusto, perché descrive qualcosa che è simile alla casa, ma è più di una casa. Nel nostro percorso di recovery abbiamo bisogno di un posto dove crescere sani, ma anche di un posto che ci metta alla prova.

Un grosso problema con il processo di recovery è che abbiamo a che fare con una malattia per lo più invisibile. Questo è l'opposto del disagio fisico. Una disabilità fisica, naturalmente, si vede facilmente ed è più chiaramente comprensibile. Facciamo, penso, un lavoro molto migliore nell'ambito della disabilità fisica, perché ci poniamo di fronte al problema a testa alta. Sappiamo che dobbiamo cimentarci nell'ordinaria e chiara ricostruzione del nostro corpo per riemergere più forti e più capaci.

Con la recovery psichiatrica, per molti anni, siamo rimasti bloccati sul come ti senti a proposito di quello e come ti senti a proposito di questo, fino alla nausea. Penso che siamo molto bravi nel processo della recovery nelle Clubhouses ma la totale accettazione ci sfugge perché pensiamo che stiamo facendo qualcosa di molto difficile da descrivere. Ad ogni modo, i concetti come la recovery psichiatrica, in contrasto con la riabilitazione fisica, naturalmente erano fuori dalla mia comprensione più di trent'anni, quando camminavo per le strade ancora squallide di quello che noi chiamavamo Hells Kitchen, alla porta di Fountain House.

Poi Fountain House si sorreggeva completamente da sola. Nessun club, né standard, né ICCD. Come ero fortunato ad andare nell'unico luogo che avrebbe potuto darmi quello che volevo così tanto. La mia vita indietro. Sfortunatamente, non la pensavo così a quell'epoca. Ero convinto che la mia vita fosse finita.

Come abbandonai quella convinzione e come imparai a vedere la Clubhouse come un posto dove potevo guarire, è quello di cui sono qui a parlare oggi. Mentre stavo preparando questa presentazione ho pensato che fosse meglio che controllassi la definizione di recovery. Webster nella versione integrale la definisce come:

1 un atto di recovery

2 la riconquista della possibilità di riacquistare qualcosa di perso o sottratto.

3 il ripristinare o il ritornare alla salute dalla malattia.

Oh mamma, e va avanti e avanti. Il N. 3 è il più vicino alla definizione ma non completamente, vero? Non abbiamo bisogno di ripristinare la situazione precedente che prima non ci ha aiutato e quindi non può essere positiva

adesso. Le situazioni dei soci sono state cambiate drasticamente dalla loro malattia. Questo è il nocciolo della questione. Dopo il viaggio nella Clubhouse sarai un'altra persona, non solo ristorata, ma trasformata.

Questa è la parola che vorrei utilizzare. Vorrei parlare della mia trasformazione. Dato che non sono realmente tornato ad essere quello che ero ma sono diventato un'altra persona. Ma all'inizio vedevo Fountain House semplicemente come un luogo dove potevo incontrare i miei nuovi amici della Clubhouse. Sorprendentemente, nessuno disse "o inizi a lavorare, o vattene". Questo fu molto prima che la parola, "natura volontaria della Clubhouse", fosse coniata. Ancora una volta sto bruciando le tappe.

La mia trasformazione era già iniziata e io non me ne ero neanche accorto. La 1° fase per me iniziò il primo giorno che andai lì. Era la fase del guardarsi intorno e cercare di dare un senso a tutto. Era la fase dove cercavo di capire quale fosse il mio posto. Era la fase nella quale pensavo, sono queste persone più ammalate di me o sono io che mi sto prendendo in giro. Non mi ci volle molto tempo per capire. Stavo definitivamente prendendo in giro me stesso.

Circa tre settimane dopo il mio arrivo a Fountain House, vidi qualcuno con cui ero in ospedale, che si stavo dirigendo al proprio Programma di Lavoro di Transizione . Non potevo credere che questo ragazzo stesse veramente uscendo per andare a lavorare! Quando ero in ospedale, ero sicuro che questo ragazzo stava molto ma molto peggio di me! Per me la prima fase durò molto a lungo. Provai un numero disparato di unità ma ero troppo nervoso per rimanere in una di esse. Per me lavorare alla Clubhouse era a questo punto solo un' idea.

La prima fase, la descriverei come, " la fase rifugio". Ero salvo, ma non stavo andando da nessuna parte né stavo facendo molto. Non si parla della "fase rifugio", non usiamo mai questa parola e non sto suggerendo di farlo. Ma è un aspetto molto, molto importante del tutto invisibile della Clubhouse. Nel medioevo la chiesa era un rifugio dall'autorità dello stato. Così si ricorda la scena stupenda nel film " Il Gobbo di Notre Dame", un film americano del 1939. Charles Laughton nel ruolo dell'eroico Quasimodo terribilmente deformato, contorto, disprezzato, disperatamente solo, si lancia fuori dalla cattedrale con una corda per salvare la bella Maureen O'Hara dall'esecuzione. Si muove rapidamente nella cattedrale con lei sulla corda e l'inferno si scatena mentre la folla entusiasta applaude. Tornato in chiesa Quasimodo tenendo Maureen O'Hara sopra la sua testa urla sempre più forte, rifugio, rifugio, rifugio! Non sto insinuando qualcosa di simile. Si tratta di qualcosa di grande che avviene in un modo molto tranquillo. Perché prima di poter guarire ti devi sentire al sicuro. Devi sentire che sei stimato solo per essere una parte di qualcosa, non importa quello che fai, o quello che sei. Così come ci si dovrebbe sentire sicuri nell'abbraccio di una famiglia che funziona bene.

Questo è il rifugio!

La fase due mi portò alla vera sostanza dell'esperienza della Clubhouse. Ebbi una breve esperienza con una postazione lavoro, un appartamento e una formazione professionale nel momento sbagliato. La calma del mio rifugio fu interrotta quando diversi membri dello staff, che in quei giorni a Fountain House chiamavamo assistenti sociali, mi misero con le spalle al muro e mi chiesero di fare un tirocinio. Io non volevo un tirocinio, poiché sentivo che avrebbe sconvolto la confortante routine che avevo stabilito. Tuttavia, non volendo ferire i loro sentimenti,

accettai. Fu un tirocinio per fare le pulizie da Macys, in quel momento il negozio più grande del mondo. Ero molto spaventato. Pensavo che si trattasse di utilizzare attrezzature pesanti per la pulizia che avrebbero reso il lavoro ancora più faticoso. In realtà il lavoro consisteva in un percorso semplice in cui dovevo spazzare e svuotare i cestini al primo piano. Peccato che non avevo ancora capito l'analogia con " Il Mago di Oz", perché avevo già catturato, parlando metaforicamente, il manico di scopa infame della strega cattiva.

Questo tirocinio mi fece molto bene. Ma feci un errore comune. Cercai di accorciare il processo di recovery. Basta con i tirocini! Una volta pensai, era più che sufficiente. Era il momento per raggiungere l'anello d'oro! Era il tempo di andare a scuola! Non fu una buona decisione. Fu la scuola sbagliata, al momento sbagliato per ragioni sbagliate. Continuai per alcuni anni prima di lasciar perdere. Fui deluso e imbarazzato, lasciai il club e mi nascosi a casa dei miei genitori, letteralmente, per numerosi anni. Questa fu la fase quattro, gli anni persi. Oppure potrei dire persi in casa a guardare un sacco di televisione.

Poi venne la fase cinque, incredibilmente annoiato e frustrato ritornai alla Clubhouse e fui ripreso, nessuna domanda mi fu fatta. Sfortunatamente, una volta tornato al club e mentre stavo facendo un altro tirocinio, ricaddi nella spirale di un grave disagio mentale. Fu come nel Mago di Oz, quel suono incessante poteva essere sentito di nuovo, come quando la strega malvagia del west entra in scena Da du Da du uh ... Da du uh du uh ... il suono dello stare ancora male!

La stessa malattia tornava e cadeva di nuovo su di me, provocando uno sradicamento terribile come un tornado! Ritornai in ospedale in uno stato simile all'inferno, toccai il fondo e poi mi ripresi di nuovo con un cambiamento nella terapia.

La fase 6 iniziò quando tornai dall'ospedale alla Clubhouse. Ancora non sapevo che stavo per iniziare la fase di vera trasformazione. **Iniziò piano. Non facevo molti progressi al club quando ebbi un piccolo colpo di fortuna, che mi permise di fare un viaggio in Europa dove vidi il mondo nel suo complesso, e ciò mi stimolò a vedere me stesso in un nuovo modo.**

Ritornai ancora alla Clubhouse, iniziai a provare un insaziabile desiderio di cambiare la mia vita in meglio. Questo desiderio mi portò a quella che poi diventò una conclusione travolgente e inevitabile. *Dovevo prendermi la totale responsabilità di utilizzare ogni opportunità che potevo alla Clubhouse*. Fu un momento di eureka. Iniziai a vedere la Clubhouse come una palestra per l'agire. Come andare in una palestra - non avrei potuto diventare più forte a meno che avessi sollevato, per così dire, i pesi e utlizzato le apparecchiature. Le unità, pensavo, erano il luogo dove avrei potuto diventare più forte. Da nessuna parte nel mondo c'era una simile opportunità. Non potevo andare in un McDonalds e dire "vi dispiace se lavoro dietro al bancone per un po' '". O andare al New York Times e dire vi dispiace se correggo i testi o scrivo. Armato di queste intuizioni non ho mai guardato indietro. Il mio percorso verso la trasformazione era inevitabilmente chiaro.

Non vedevo l'ora di uscire per affrontare più programmi di lavoro temporaneo. Un lavoro di basso livello, per niente!, queste erano opportunità d'oro, il mio biglietto personale per una vita migliore. Andavo anche al club la sera a lavorare nello snack bar. Non chiedevo l'autorizzazione, andavo solamente dove sentivo che avevano

bisogno di me. Vedevo la struttura del club come ideale. Un numero limitato di staff , perfetto, mi limiterò a partecipare e a fare la mia parte e così nessuno diceva " che diavolo stai facendo qui, esci da dietro il bancone!" Perché? Perché avevano disperatamente bisogno di aiuto. Era l'altra faccia della natura volontaria della Clubhouse. Non solo hai il diritto di dire no, ma hai anche il diritto di, dove appropriato, affermare te stesso e fare più del previsto e anche creare dei legami con un illimitata varietà di soci e staff.

Non avevo un'unità costante. La mia nicchia era di accompagnare le persone nei tour. Questo era ciò che amavo. E lavorare con il materiale audio visivo e infine con i colleghi che venivano in visita. L'elasticità e la flessibilità del programma mi permisero di creare il tipo di esperienza che meglio incontrava i miei bisogni.

Fu molto utile per me anche quando riuscii ad ottenere il mio appartamento dall'altra parte della strada grazie alla Clubhouse. Ciò mi fece sentire come una parte intima della comunità della Clubhouse. Dovetti anche metterlo a posto e dato che in quel momento non c'era il personale disponibile ad aiutare e io non ero portato ai lavori manuali, dovetti imparare come affermare me stesso per ottenere ciò di cui avevo bisogno per crescere. Un grande elemento della mia trasformazione, come per molti soci, fu il lavoro di transizione . Trovandomi in una varietà di veri posti di lavoro e lavorando con numerosi capi reali, sia eccezionali che terribili, la fiducia in me stesso aumentò notevolmente.

L'ultima trasformazione avvenne quando nella settima fase iniziai a cercare per conto mio e ad assicurarmi lavori a tempo pieno. Mantenni il mio legame con la Clubhouse e rimasi coinvolto in modo attivo nelle serate e nei fine settimana. La mia relazione con la Clubhouse continuò ad evolversi mentre io continuavo a crescere. Dopo aver lavorato in un certo numero di posti di lavoro ebbi il privilegio di lavorare finalmente nello staff di Fountain house e fui particolarmente coinvolto con il grande sviluppo del programma di formazione e finalmente con lo scrivere gli standard che aprìrono la strada all'ICCD.

Nel 1992 andai a vivere in California, dove adesso abitiamo, con mia moglie Cindy, che incontrai a Fountain House e che oggi è a questa conferenza. Continuo a contribuire con i miei sforzi a questo movimento attraverso il mio coinvolgimento nell'ICCD perché questo mondo della Clubhouse è l'unico luogo che conosco, dove la dignità e il successo di ogni socio della comunità, sono il motore fondamentale dell'esistenza.

Quando Robby menzionò per la prima volta questo progetto, mi chiese di pensare a cosa è funzionato per la mia recovery e anche a ciò che non è funzionato così bene nella Clubhouse. Credo che sarebbe stato bello se non ci fosse voluto per me così tanto tempo, se ci fossero state forse un paio di tappe in meno. Ma chi può dire che cosa potrebbe essere stato sottratto. Quale esperienza avrebbe potuto essere tolta, della quale non avrei potuto essere sicuro che fosse qualcosa di cui avevo bisogno per diventare la persona che volevo essere. È impossibile da dire! Onestamente non ho nessun rimpianto per quello che è successo alla Clubhouse, è stato tutto, credo, una parte necessaria dell'evoluzione.

Il cuore dell'esperienza della Clubhouse rimarrà sempre lo stesso. Funziona in tutto il mondo perché si rivolge all'umanità che tutti noi abbiamo. Quell'umanità si trova nella ricerca per ampliare i nostri cuori, per fare

progredire le nostre menti e per aumentare il nostro coraggio nonostante le battute d'arresto spesso terribili, nelle comunità che offrono tutto l'amore e il supporto che rendono possibile la nostra continua trasformazione.

Nell'analisi finale la Clubhouse riesce così bene nel processo di trasformazione perché è l'unica combinazione di relazione, lavoro e opportunità. Quando queste forze sono abilmente combinate creano le condizioni nelle quali il processo di trasformazione può verificarsi più e più volte. Come nel Mago di Oz, non c'è nessuna persona magica o macchina magica dietro la tenda che possa rendere questo processo più facile. Quando tutto è detto e fatto, possiamo rendere la Clubhouse più attraente e più di aiuto possibile ed essere più chiari possibili su quello che facciamo in modo che ogni socio veda semplicemente che il potere di essere trasformati, é sempre dentro di loro. Detto ciò, forse possiamo fare di più per chiarire come si lavora alla recovery nella Clubhouse.

Penso che sia molto importante ricreare la mentalità che scoprii nel mio momento di Eureka come parte della cultura della Clubhouse. Credo profondamente che le persone nella Clubhouse dovrebbero parlare attivamente e apertamente della Clubhouse come di una palestra, che offre delle opportunità che possono facilitare la recovery e la guarigione.

Non possiamo fare in modo che il momento dell'eureka del processo di trasformazione diventi un evento maggiormente pubblico? Non possiamo dire che abbiamo il compito di aiutare le persone a guarire perché siamo come una palestra per il "buon funzionamento" dell'individuo?. Non possiamo essere un luogo dove ogni opportunità di lavorare non é data per scontata, ma considerata come un mezzo per la recovery? Non c'è lavoro nella Clubhouse che deve essere guardato dall'alto in basso. Non ci sono tirocini che non siano occasioni d'oro.

Tutti i lavori, tutte le interazioni, tutto il supporto dato, tutto l'entusiasmo dimostrato, tutta la passione per il bene comune espresso, fanno molto per accelerare il processo di recovery. Ogni cosa positiva fatta nel modo di lavorare, nelle relazioni e nella costruzione delle opportunità, è un altro passo nel processo di trasformazione.

L'energia che necessita per tenere vivo questo processo è dinamica e non finisce mai. Come la legna in un fuoco, le fiamme bruciano il carburante degli sforzi nei quali ci buttiamo. Solo una continua dose di entusiasmo mantiene la crescita di queste fiamme, così che sempre più soci possano ricevere l'ispirazione richiesta per accettare nuove opportunità e avere la meglio. Tutti i soci e tutto lo staff devono tenere viva la visione della recovery attraverso il lavoro, le relazioni e le opportunità. Dobbiamo chiarire che siamo qui per uno scopo forte e travolgente. Per costruire una comunità dove i soci si trasformino attraverso l'immersione in questo unico sistema di opportunità

Per me la Clubhouse è un luogo, penso, che porta sempre alla luce il meglio di noi. E per me sarà sempre, la casa dei miei adorati valori. E con ciò finisco dicendo:

Non c'è luogo come la propria casa, non c'è luogo come la propria casa, non c'è luogo come la propria casa!