

## Hvorfor arbejde virker.

Robby Vorspan.

Som mange af jer sikkert allerede ved, modtog Fountain House sidste år et sponsorat fra *the Robert Wood Foundation* til delvis at støtte et større projekt, som vi kalder *The National Clubhouse Expansion Program*. Projektet har mange formål: Et af de største er at tilbyde to en halv dags intensiv træning til alle klubhuse i *The Directory*, som er interesserede. Siden vi påbegyndte projektet sidste år, har vi fået mulighed for at få et indgående kendskab til mange af klubhusene rundt omkring i landet. Før vi begyndte projektet, skrev en gruppe af os et langt dokument, som vi kalder Protokollen, som består af dusinvis af spørgsmål, som skal hjælpe konsulenterne med at få orden på deres observationer af huset og hjælpe dem med at fokusere på områder med potentiel vækst og forbedring.

Spørgsmålene dækker alle aspekter i klubhusets funktioner lige fra specielle arrangementer til indbyrdes forhold. Til at begynde med prøvede vi ikke at vægte spørgsmålene i forhold til, hvad der var det vigtigste for at udvikle et stærkt, levende klubhus. Men, som vi har oplevet flere og flere forskellige klubhuse og forsøgt at nå en forståelse af, hvad der faktisk er de vigtigste elementer i et klubhus, bliver en større faktor ved med at komme op til overfladen.

Jeg tror, at mange af os har haft oplevelsen af at komme ind i et klubhus og med det samme føle liv, en følelse af vital aktivitet og vækst. Du får en umiddelbar fornemmelse af sundhed og håb, når du ikke kan skelne mellem medlemmer og medarbejdere, og de alle sammen summer omkring i en sky af aktivitet, der bliver taget alvorlig af alle i huset. Og mange af os har også været i klubhuse der, skønt de måske udviser de ydre tegn på et klubhus, stadig emmer af hospitals stuers muggenhed og af stagnerende dagshospital. Jo mere vi genoplever disse to oplevelser, jo mere forstår vi, at den radikale forskel mellem disse to typer tilbud kan koges ned til et fundamentalt problem, og det er deres investering i en ægte arbejdsstruktureret dag, eller en dag der får mening og liv fra det arbejde, der strukturerer den.

De fleste grupper, der åbner et klubhus forstår faktisk på et eller andet niveau, at klubhus-dagen involverer en komponent af arbejde. Men for nogle - og af mange grunde - virker det ekstremt svært at tænke på arbejde som klubhusets hjerte i stedet for kun at tænke på det som et af dets perifere områder.

Jeg kan bruge mig selv som et sikkert ikke for atypisk eksempel på denne modvilje. Jeg begyndte at arbejde for Fountain House efter at have tilbragt flere år som patient selv, ind og ud af psykiatriske hospitaler og i terapi. Da jeg kom til Fountain House, havde min professionelle karriere bestået af indlæggelse i traditionelle psykiatriske afdelinger og i traditionelle terapi orienterede dagshospitaler. Jeg var sunket dybt ned i den overbevisning, at "vejen ud" af smerten og den bundløse fortvivlelse kun kunne komme gennem indsigt, terapi, konfrontation og introspektion. At angribe en persons patologi betød for mig at kæmpe med den konstant. Hvis en, to og tre timers terapi om ugen havde værdi, ville 24 timers terapi om dagen så ikke være så meget mere værdifuldt?

Så da jeg kom til Fountain House og blev kastet ind i det livlige kaos i vores kontor enhed, og min struktur på dagen pludselig drejede sig om at have vores økonomiske statistik *up to date*, og at vores forskningsprojekter var fejlfri, blev jeg ubehageligt overrasket. Jeg følte det, som om Fountain House havde opgivet, havde accepteret troen på, at folk aldrig ville få det bedre, så det mindste klubhuset kunne gøre var at "fungere", så medlemmerne kunne holde op med at være en byrde for folk omkring sig og betale deres skat. Jeg følte, at medlemmerne blev snydt for chancen til at ændre deres liv på en radikal måde og i stedet blev lappet sammen, så de kunne vende tilbage til verden, ligegyldigt hvilket kaos, forvirring og fortvivlelse, der lå bag den værdifulde "funktion".

På samme tid som jeg oplevede alt dette, var jeg stadig ved at kæmpe mig ud af en meget dyb, mørk og smertefuld periode i mit liv. Hver morgen vågnede jeg og havde det forfærdeligt med en overvældende lyst til at kravle dybere ned under dynen og slukke for al smerten. Men jeg kunne huske, at to af de andre medarbejdere i enheden var ude på OA jobs den dag, og at fremmøde statistikken allerede var tre dage forsinket, og at jeg stadig ikke havde skrevet et brev om bistandshjælp til Lucille.

Så jeg måtte trække mig ud af sengen og tage på arbejde, hvor følelsen af aktivitet og investering i husets arbejde fra alle omkring mig hurtigt fangede mig i dets rytme og struktur. Alle de konfliktfyldte realiteter, jeg arbejdede med i min terapi, forsvandt ud af min bevidsthed for en tid, og jeg blev nødt til at "fungere".

Når jeg gik ind i Fountain House hver morgen, ville et net af relationer, baseret på den realitet, at vi behøvede hinanden og satte pris på, hvad vi hver især kunne bidrage med til det arbejde, vi delte, brede sig ud over mig. På trods af det kaos og den forvirring, der truede med at lamme mig, blev jeg hver dag, når jeg gik ind i det travle arbejdsmiljø, båret ind i noget, der var større end mig

selv. Da det arbejde, jeg skulle lave i min enhed var alt for omfangsrigt, til at jeg kunne klare det alene, havde jeg intet andet valg end at bede om hjælp fra medlemmer og de andre medarbejdere. Jeg oplevede et samvær ved at arbejde sammen, som jeg havde været ude af stand til at opleve i andre kontekster. I timer ad gangen var jeg ikke længere alene. Jeg var en del af en levende organisme, der var større end jeg var.

Når jeg ser tilbage på det første år i Fountain House, virker det utroligt, at jeg kunne have været så blind. Min bebrejdelse overfor Fountain House, at dets tro på at forpligtige sig overfor en arbejdsstruktureret dag var resultatet af manglende tro på dets medlemmers potentiale, blev forunderligvist aldrig rystet af min egen oplevelse af at vokse mig stærkere, sundere og gladere gennem at arbejde sammen. Jeg var for tæt på situationen til at indse, at den standard, jeg havde for mig selv, var meget anderledes end standarden, jeg havde for medlemmerne.

Jo mere jeg har tænkt på, hvorfor klubhuset ser ud til at fungere så godt, som det gør, har jeg måttet se på, hvad "arbejde" er, og hvad det betyder for folk generelt og for psykisk syge specifikt. På overfladen er det sandt; arbejde er noget, vi udfører for at undgå at være en byrde for andre og for at betale vores skat som en god borger. Men arbejde betyder langt mere end dette.

Vi siger altid, at i klubhuset laver vi ikke terapi, og måske var det en del af min første modvilje mod denne måde at arbejde på. Ved at sige at vi ikke udfører terapi, tænkte jeg, at vi ikke længere arbejder hen imod den radikale integration og vækst, som vi normalt ser som mål for terapi. Men det vi rent faktisk siger, tror jeg nu, er noget helt andet. Vi siger, at ved at arbejde sammen i den meget specielle kontekst, som et klubhus-fællesskab er, opdager vi en ekstremt effektiv måde at opnå de ting, vi normalt kun har søgt gennem traditionel terapi.

Lige meget hvem du er, har arbejde en dyb betydning i dit liv. Det giver dig en følelse af, hvem du er blandt andre mennesker. Arbejde bringer dig i kontakt med dine egne helt unikke styrker, talenter og evner. Som du opdager og genopdager disse ting i dig selv, begynder du lidt efter lidt at finde en mere konstant viden om, hvem du selv er, og hvor unik du er, og hvordan du ligner folk omkring dig. Denne viden om dig selv, tror jeg, er absolut nødvendig for at føle selvtillid og evne til at udvikle virkelige indbyrdes forhold med andre.

I det naturlige kaos, der er i vores sinds indre verden, sørger arbejde for en retning, vi kan holde fast i. Det lægger en fast grund under os, hvorpå vi kan styre og organisere vores dag. Uden den ydre struktur i vores arbejde ville vi alle have meget sværere ved at holde hovedet højt over vores hvirvlende kaos af tanker og følelser. Og vores arbejde sørger for et fast tag i vor fremtid.

Fremtiden er ukendt, fuld af potentielle faldgruber og farer, og vores arbejde er noget, der bygger bro mellem det liv, som vi oplever nu, og vores forestillinger om i morgen. Vi er bedre i stand til at se os selv som en del af fremtiden, når vi med rimelig grund kan forudse det arbejde, vi vil udføre.

Selv om detaljerne i vores individuelle arbejds-veje er forskellige, bringer de os alle i et indbyrdes forhold med hinanden. Om vi arbejder på det samme job eller projekt eller ej, giver den kendsgerning, at vi arbejder, os en fælles oplevelse. Det mest almindelige spørgsmål, når man møder nogen for første gang er, "hvad laver du?", og at kunne svare på det, giver dig med det samme adgang til livets normale gang.

Gennem arbejde lærer vi, at vi som mennesker har mange lag. Vi lærer, at vi fungerer på mange niveauer samtidig; at vi kan blive knust af et ødelagt forhold eller overvældet af at flytte til et nyt hus eller enhver anden svær følelsesmæssig situation og på samme tid kan være i stand til at påtage os komplicerede arbejdsopgaver. Vi lærer, at vi ikke er så skrøbelige, vi nogle gange føler os, når vi tager vore smerte og stress med ind i vores arbejde og på en eller anden måde holder os oven vande.

Arbejde giver os mulighed for at udvikle fællesskaber, hvor vi med det samme kan have det godt med os selv. Når vore indbyrdes forhold udvikles gennem gensidig respekt for de unikke talenter, vi alle sammen har, bliver det meget sværere at ødelægge dem med følelsen af ikke at "være nok værd" eller "ikke at have noget at tilbyde" til forholdet. Vi føler inderst inde, at vi bliver taget alvorligt af nogen, som stoler på, at vi kan hjælpe dem med at fuldføre arbejdet.

Mennesker, som lider af psykiske sygdomme, er først og fremmest mennesker og kan have gavn af arbejde på samme måde, som alle andre kan. Hvad jeg har opdaget gennem mine erfaringer i klubhuset er, at arbejde bliver endnu mere betydningsfuldt for mennesker, hvis liv er blevet ødelagt af psykisk sygdom, end det er for andre mennesker.

Alle de emner, jeg har nævnt - som behovet for at kæmpe mod det naturlige kaos i sindet, eller behovet for struktur til at hjælpe os med at bevæge os hen imod en ukendt fremtid, eller behovet for et fælles sted, hvor vi kan udvikle gensidige respektfulde indbyrdes forhold - er behov, som er en del af selve kernen af fortvivlelse i enhver psykisk sygdom.

Det er ikke sygdommen i sig selv, der gør mest ondt, det er virkningerne af sygdommen, panikken når man tænker på fremtiden, den altid voksende kløft, personen føler mellem sig selv og alle andre, frygten for at drukne i intensiteten af ens egne tanker og forestillinger. Når en person først

har oplevet traumet af psykisk sygdom, føler han eller hun uundgåeligt, at han/hun er blevet knækket af det træ, der hedder normalt dagligdags liv. Social omgang med andre bliver mere og mere svær, når almindeligheder, som man plejede at dele med hinanden, forsvinder som sand mellem hænderne. Det er ikke fordi mennesker, som har det dårligt, mister deres evne til at være sammen med andre, men de mister følelsen af at hænge sammen med andre på en meget angstprovokerende måde. Ved at engagere sig i det værdifulde arbejds-fællesskab kommer det til et punkt, hvor man kan genoptages i livets normale gang. Det medfører en følelse af at høre til, at blive værdsat og være nødvendig. Det arbejde, en person bliver engageret i at udføre, bliver også udgangspunktet for at føre en samtale - noget som kan være meget svært for mennesker, som er blevet isoleret i deres sygdom.

Så når vi insisterer på en klubhus-dag med virkeligt og meningsfuldt arbejde, ignorerer vi ikke smerten ved en følelsesmæssig sygdom. Vi påtaler den direkte. Det, vi siger, er, at arbejde kan være et vigtigt værktøj for vore medlemmer, når vi har med de dybeste emner i livet at gøre.

Ud fra min egen erfaring har jeg også indset, at det er det oprigtige engagement i vores arbejde, som fører til, at terapi bliver det værdifulde gode, som det kan være. Hvis terapi forgår i et vakuum, uden rigtigt arbejde eller livserfaring, vender den sig mod sig selv og fører dybere og dybere ind i smerten og forvirringen uden holdepunkt til at finde en udvej. Terapi afhænger fuldstændig af arbejde, fællesskab, forhindringer og succeser, som vores dag består af. Hvis man tilbringer hele dagen med at være patient i uendelige perioder, kan det kun resultere i, at man bliver mere og mere patient.

Jeg talte tidligere om oplevelsen, som mange af os har haft, med straks at kunne føle at et klubhus fungerer; et sted hvor mennesker vokser, ler og forandrer sig, og hvor man har travlt. Jeg sagde også, at det blev mere og mere tydeligt at kernen, der skaber den slags kultur, er en fastlagt arbejdsstruktureret dag.

Klubhusets arbejdsdag er dog ofte misforstået, hvilket har resulteret i, at mange klubhuse rundt omkring i landet klart fokuserer på arbejde, men tydeligvis ikke har den næringsrige jord af vækst og spontanitet, som de stærkeste klubhuse har. Denne misforståelse fører til, at klubhuset ikke længere er arbejdsstruktureret men arbejdsdomineret. I stedet for slet ikke at værdsætte arbejde, hvilket er den anden ekstreme forkvakling i mange klubhuse rundt om i landet, gør disse klubhuse arbejde og produktivitet til grundlaget i tilbuddet. Arbejde bliver en gud, vi tjener, i stedet for at arbejdet tjener vores behov.

Den almindelige karakteristik af klubhuse, der på den måde har ophøjet arbejde til en sådan gudeagtig status, er, at der er krav om medlems-deltagelse og produktivitet, insisteren på, at medlemmer tilbringer et særligt antal timer hver dag med at arbejde, krav om at medlemmerne tager hjem, hvis de ikke kan eller vil arbejde den dag, og fast timetal, hvor medlemmerne får fortalt, at de skal blive i deres enheder. Selv aftalte pauser og frokost pause skyldes en misforståelse om, at klubhuset bør imitere en arbejdsplads så meget som muligt. Klubhuset er ikke en arbejdsplads eller en forretning. Det er et klubhus. Arbejde kommer fra fællesskabets daglige behov, og man påtager sig frivilligt en opgave med en følelse af ejerskab, investering og stolthed. I de mest ekstreme tilfælde af et arbejds-domineret klubhus, bliver arbejdet glædesløst og meningsløst. Forholdene mellem medlem og medarbejder bliver stive og superviserende, og klubhuset bliver drænet for sit livs blod.

Klubhuset er først og fremmest et fællesskab. Klubhus-arbejde virker ved at samle medarbejdere og medlemmer og ved at forme dem til et levende fællesskab. Arbejde som den motiverende faktor danner med det samme indbyrdes forhold, så hvad der plejede at være vagtsomme, professionelle og fjerne forhold bliver ændret til spontane, personlige og gensidigt taknemmelige forhold, man sætter pris på.

Det levende, livlige klubhus kendetegnes ved, at det er et fællesskab, drevet af det arbejde, det har brug for at udføre, for at fortsætte med at opfylde dets medlemmers behov. Medarbejdere har det endelige ansvar i at få klubhuset til at fungere, og den energi, der driver den arbejdsstrukturerede dag kommer fra deres presserende behov for at engagere medlemmerne i ethvert aspekt af husets drift. Klubhus-arbejdet skal tages alvorligt af medarbejderne, og det er deres passion og ikke noget abstrakt fagligt rehabiliterings mål, der inspirerer og motiverer medlemmerne til at være aktive.

Kernen i klubhusets arbejde er paradoksal. Arbejdet er kun meningsfuldt og helbredende, hvis det er rigtigt arbejde, arbejde der haster og har et formål. Men hvis vigtigheden og formålet trumfer de endnu dybere grunde til arbejdet, som er at skaffe vækstmuligheder og gensidige respektfulde indbyrdes forhold for medlemmerne, så misser et klubhus pointen. Der skal være en fintfølelse balance mellem den oprigtige vigtighed af arbejdet og medlemmernes interesser og behov. Fællesskabet og arbejdet bliver nødt til at fodre hinanden, ikke tage fra hinanden. Når arbejde bliver set fra denne vinkel, er det klubhusets kerne. I et rigtigt klubhus kan arbejde aldrig være en simpel komponent af tilbuddet. Det er livs blodet i den helbredelse og rehabilitering, som klubhuset tilbyder. Hvis vi prøver at uddelegere arbejde som et element i et tilbud skifter billedet fokus ,og tilbuddet bliver noget helt andet end et klubhus.

Vi som klubhus må begynde at forstå og anerkende, hvad vi har skabt. Den arbejdsstrukturerede dag er ikke bare en måde at holde folk i gang på. Sammen med traditionel verbal terapi er det vejen frem for mennesker, hvis liv er begyndt at føles som et bundløst hul af patologi og at være patient, til at give deres sundhed lov til at blomstre. Det er et uvurderligt værktøj til at komme tilbage til virkeligheden, ind i et indbyrdes forhold og ind i følelsen af tilfredshed, selvværd og taknemlighed. Det er juvelen, der oplyser hele klubhus-strukturen, og vi har brug for at fortsætte med at anerkende dets værdi og altid holde det i fokus i vores vision for fremtiden.

Roberta Vorspan. "Why Work Works" I Psychosocial Rehabilitation Journal Vol. 16, No. 2 Oktober 1992