

I dialogen og relationen kan den psykisk syge finde vejen tilbage, mener den amerikanske psykiater Dan Fisher



# Et spørgsmål om mennesker

## ■ AF JENS NIELSEN

– Recovery har at gøre med hjertet – min egen recovery har at gøre med kærlighed. Ord og medicin var sekundære. Kærlighed og håb var afgørende for at få drømmene tilbage. Beskeden var ellers: „Du er psykisk syg, så du får ikke det liv, du havde håbet på – vi beklager...“ Den besked var svær at sluge.

Dan Fisher er en foregangsmand i den amerikanske recovery-bevægelse og trak tungt på sine bruger- og recovery-erfaringer, da han talte på Projekt Reco-

very-Orienterings afslutningskonference i København.

Fisher er i dag leder af National Empowerment Center, men er oprindeligt uddannet biokemiker og siden uddannet psykiater. Imellem de to uddannelser ligger en periode med psykisk sygdom og indlæggelser, der fik ham til at gå psykiater-vejen.

Og nu taler han lodret imod den opfattelse, at psykisk sygdom kan reduceres til og behandles som „en kemisk ubalance“.

– Men trods masser af forskning er det ikke lykkedes at lave en formel for og en definition på psykisk syg-

dom. Jeg ved det – jeg har selv arbejdet med det i fem år på National Institute for Mental Health. Og jeg må sige, at psykiatri er lige så meget kunst, som det er videnskab. Der er brug for langt større ydmyghed fra psykiatriens side i forhold til psykisk sygdom, sagde Dan Fisher og betegnede recovery som en „genopfindelse af hele opfattelsen af psykisk sygdom“.

Han fortalte, at hans egne problemer startede lang tid før han fik symptomer på psykisk sygdom:

– Symptomer er i virkeligheden den enkeltes forsøg på at finde løsninger. En stor del af psykisk sygdom har at gøre med virkeligheden. En stor del af en psykose er en tilbagetrækning – en flugt.

– Men hvad definerer virkeligheden? Hvor mange slags virkeligheder er der i dette rum? Der er min – og din og din og din – og så er der vores. Den personlige virkelighed og den fælles. For mig findes en stor del af virkeligheden i dialogen og i relationen. Og her findes faktisk et stort håb for de psykisk syge, sagde Dan Fisher.

– En svensk bruger udtrykte det engang på denne måde over for mig: „Min sjæl gemte sig og ventede på et menneske, hvis ord stemte overens med dets handlinger – et autentisk menneske“. Og sådan var det også for mig selv. Da jeg blev udskrevet, havde jeg besluttet, at jeg ville være psykiater – og det endte med, jeg blev optaget. Alt indimellem de to punkter har noget at gøre med mennesker.

## Dan Fishers liste

Hvornår er man kommet sig?

- når man træffer egne beslutninger
- når man har et fungerende netværk
- når man spiller en social rolle ud over at være forbruger
- når man kan håndtere alvorlig følelsesmæssig stress
- når de fleste ikke-professionelle ikke anser en for syg
- når de primære støtter er uden for det psykiatriske system
- når medicin kun er ét af mange værktøjer



## EN BEDRE HJÆLP TIL AT KOMME SIG – 15 KONKRETE FORSLAG

LAP og BEDRE PSYKIATRI har i forbindelse med den afsluttende konference lanceret 15 politiske forslag, der enkeltvis og samlet set vil styrke mulighederne for, at flest mulige kommer sig mest muligt af psykisk sygdom.

De 15 forslag fokuserer på: forebyggelse og sundhedsfremme, den gode hjælp, netværket, hjælpen til at komme videre og den nødvendige samfundsmæssige indsats.

### Eksempelvis peges der på:

De nye sundhedscentre i kommunerne skal gøres til omdrejningspunkt for en forebyggende og sammenhængende indsats i forhold til mennesker med psykiske problemer.

### Ligesom der peges på:

Netværket omkring den enkelte med alvorlige psykiske problemer inddrages og informeres fra dag et og betragtes som en vital ressource.

De 15 forslag kan i deres helhed læses på [www.bedrepsykiatri.dk](http://www.bedrepsykiatri.dk) og kan bestilles i pjeceform ved at kontakte sekretariatet på 3525 4600 eller [info@bedrepsykiatri.dk](mailto:info@bedrepsykiatri.dk)