

Evolusjon eller Revolusjon?

av Debra Lampshire

til norsk ved Christine Rosenqvist



Under følger Debra Lampshires åpningstale ved ISPS-konferansen i Liverpool høsten 2017. Innledningsvis skriver Christine: «Å oversette et muntlig innlegg, så fylt av følelser som dette, holdt for en stor forsamling, er en utfordring. Om noen av dere som leser dette mener at jeg har mistolket Debra, så har dere rett i det. Debra er stor nok til å gi føde for mer enn én tanke og én ide».

Konferansens tema er «Real Change» og jeg må innrømme at når jeg nå sitter på personalrommet, unnskyld «atriet», her hvor jeg arbeider ved Aukland Universitet, lurar jeg på om jeg ikke bare har byttet én institusjon med en annen, at ingen endring har skjedd. Rett nok er arkitekturen en annen enn den gotiske stilen jeg kjente før, men begge stilarter er imponerende og trykkende; - bygget for å gjenspeile våre koloniherrers storhet og totale makt. Arkitekturen bidrar til å tydeliggjøre graden av kontroll og avsondrethet fra resten av samfunnet, og gir en meget synlig og tydelig beskjed om hvilken makt institusjonen har over de som befolker den og som bruker dens tjenester. Det er et kongedømme med sin egen utforming, med konge og dronning og

adelsmenn og -kvinner, og så folket. Bygningene er ikke bare minner om vår fortid som koloni, men også et feudalt system som undertrykker enkelte medlemmer av samfunnet, mens det begunstiger andre. Din plassering på denne sosiale rangstigen ble bestemt av en liten, men utvalgt gruppe av helsearbeidere. En rekke karakteristika avgjorde hvor du ble plassert, og hvilken status du fikk. Noen faktorer var forutbestemt, mens andre var avhengig av ren flaks, eller alvorlig uflaks.

Som ved andre enevelder var det monarken som hadde den absolutte makt, og med det, makten til å definere sine undersåtter. Det var få muligheter for noen til å bedre sin stilling og rang som galning, en tittel som det så ut til at man hadde fått for livet.

Men selv i disse strengt kontrollerte omgivelsene, eller kanskje nettopp på grunn av dem, var jeg vitne til opprørske handlinger. Det var noen innen dynastiet som tydelig ikke visste sin plass, eller var uvillige til å bli hemmet av de undertrykkende åk som både omfattet stab og klienter. Jeg husker slike aktivister. Jeg vil kalle dem aktivister, fordi de ble drevet av

samvittighet og uvanlige tanker til opprørske handlinger. Dette var de som ikke talte så mye som de lyttet. De tok seg faktisk bryet med å lytte til klientene, og de lyttet med ekte interesse og omtanke. Det var de som ikke skygget unna når vi snakket til, og om, vår galskap. De lyttet og undret seg, nysgjerrige på galskapens opphav. De kunne tillate seg å tenke at det fantes en slik opprinnelig kilde til galskap, at det ikke bare var en foss av nevrokjemiske elveleier som raste rundt i hjernen. Dette var en radikal forståelse, og den åpnet for å kunne lete etter en kilde for galskapen, et opphav. For dem var det for mye tilfældighetenes spill at de som hadde den vanskelige å bli preget av mental uorden, også hadde vært utsatte for noe grusomt. Det er grenser for hvor uheldig man kan være. De kunne forstå at det var noe som hadde skjedd, heller enn at det var mennesket det var noe galt med. Derfor kaller jeg dem aktivister, eller avvikere.

Disse avvikerne fra arten skapte et bånd mellom oss og dem. De hadde behov for å skape mening av ord som ble sagt, og de var meget bevisste på at de ikke presset sin egen tolkning på den som talte. Tålmodig lokket de ut de viktige bitene av et splintret og forvirrende puslespill. Dyktig fanget de opp biter av informasjon, og tok seg den tid og det bryet det var å hjelpe meg med å omarrangere disse bitene til hørbare og forståelige beskjeder som beskrev et knust liv.

Jeg fikk lov til å gråte sammen med disse som tillot det. Jeg gråt ikke på grunn av innholdet i det jeg fortalte, men av ren og skjær lettelse over å få anledning til å gi stemme til alt det som hadde brakt meg dit jeg var. Å sette ord på alt det som hadde vært stengt inni meg, og som hadde gjæret og grodd til en kreftbyll av tanker. Min gråt kom fra den rene fysiske smerten jeg opplevde når disse vonde minnene forlot kroppen min. Noen var attpåtil så modige at de holdt om meg, og lot meg få gjennombløte deres skuldre med legende tårer. Jeg kan ikke beskrive den opplevelsen av frigjøring, forløsning og menneskelig varme jeg opplevde i disse flyktige øyeblikkene. Det var de øyeblikkene som du bærer med deg for alltid. Jeg kan stadig kjenne den benete skulderen, og det å være omsluttet av favnen til et medfølende og uselvisk hjerte, av en som i sannhet hadde omtanke.

Det var en av de mest modige handlinger. Det å legge armene rundt et menneske, noe som ellers kan synes å være den mest naturlige av alle menneskets motsvar på lidelse og ulykke, ble dømt til å være uprofesjonell atferd. Dette som var spontane tilbagemeldinger på det å være nær et medmenneske som desperat søkte å forholde seg til urettferdighet og urealiserte drømmer om livet. Disse enkle menneskelige handlinger ble fordømt som en handling vi stadig debatterer og mistenkeliggjør i dag.

Jeg kunne aldri avfinne meg med at jeg var fastlåst i rollen som «et galt menneske» og at jeg derfor hadde blitt fraskrevet alle disse fundamentale krav et menneske har. Jeg hadde blitt en ikke-person, et u-menneske. Jeg beklager å måtte si at jeg glemte å dyrke mine behov for meningsfulle kontakter, mitt ønske om å bli holdt rundt, for følelser, for å bli likt, for å føle meg verdsatt og sett, for å kommunisere, og å bety noe. Det er viktig å bety noe for andre, om det så bare er ett menneske! Behovet for å bli godtatt og invitert inn i et fellesskap er et grunnleggende behov. Dette var noe jeg ikke hadde fått vite; - det fantes ingen dype samtaler om følgene av å være den andre så at jeg var. Jeg måtte bare fortsette livet med vekten av å være ingen. Dette er et av de mer negative sporene institusjoner setter når det er lite rom for individet. De (institusjonene) blir til steder hvor konformitet, stivhet og uniformering er målene. Og hensikten med oppholdet. Det er derfor de finnes; - endring av enhver art er for krevende og vanskelig, og det tar for lang tid før man merker endring.

Endring behøver ikke være så vanskelig; - det er vi som har gjort det slik. For institusjoner og deres maskineri er ikke bevisste vesener; - det er mennesker som skaper systemene, målene og filosofiene bak institusjonene. Å godta at jeg ikke kan handle slik jeg ønsker fordi systemet ikke tillater det, får lite medfølelse fra meg.

Om så er tilfelle, så skal du utfordre systemet. Bring saken opp på bordet, diskutér den med likemenn, legg til rette for diskusjoner blant dine kolleger. Benytt deg av disse problem-løsningsferdighetene du har blitt skolelært i, og synliggjør det igjen og igjen, til vi får en endring.

De gamle dagers asyl, med sine massive murkonstruksjoner, ga en opplevelse av varighet, og symboliserte den evige innelåsning som beboerne var utsatt for. Bygningenes struktur avspeilte det evigvarende ved deres samfunnsoppgave som ensretter. Men til slutt kom en endring. De forsvant!

Dessverre forsvant de ikke på grunn av noen urettferdighet, ikke på grunn av edle idéer om større drømmer for beboerne. Det var ikke det som lå til grunn for endringene; det var finansielle hensyn som lå bak.

At institusjonene ble lagt ned, førte ikke til noen viktige endringer for oss. Vi ble bare flyttet fra et stort hus til et mindre, og det ble kalt kommunal omsorg. De samme mønstrene og prosessene fulgte med. Faktisk skjedde det i noen tilfeller at disse ble enda stivere og mer drepende enn hva jeg før hadde erfart. Der var vi altså, rede til å bli sluppet løs på en uvitende befolkning som var fullstendig uforberedt, og dårlig utstyrt for å være sammen med oss, uten noe trang til å ønske oss velkommen. Vi ble møtt med

fordømmelse og vrede av akkurat de samme som vi så lenge hadde ønsket å være sammen med, - de som vi så lenge hadde lengtet etter å møte. Vår ydmykelse og vårt utenforskap var åpenbar, og med skammens usynlighetskappe trakk vi oss tilbake for å skape våre egne samfunn. Vi måtte støtte og beskytte våre medgalninger for den umenneskelige og invalidiserende behandling vi så ofte ble utsatt for. Vi ble for hverandre alt dette vi ønsket fra disse som befant seg utenfor vårt herredømmes grenser. Jeg tror vi ga bedre uttrykk for de dydene vi forventet; - vennlighet, toleranse og uhemmet kjærlighet. Dette ga vi med en ekte følelse av gjensidighet, for det ble gitt og mottatt med en opplevelse av behov for slike handlinger. Våre såkalte høye og komplekse behov viste seg å ikke være annet enn et ønske om å bli elsket og få venner.

I likhet med andre som ble tvunget inn i denne verden, var jeg uforberedt, og jeg måtte gjøre meg usynlig. I institusjonene hadde jeg erfart at dét var min beste taktikk. Det holdt min galskap i tømme. Å slippe unna gjennom tanker ble en sanselig opplevelse som benektet den brutalitet jeg møtte i den «virkelige verden». Min gale verden ble så mye mer forlokkende enn den som ble tilbudt meg. Jeg hadde lært denne taktikken til bunns i institusjonene, og ting var ikke så annerledes ute i samfunnet. Jeg måtte bare tilpasse meg nye motspillere.

«Uhensiktsmessige mestringsmetoder» tror jeg er betegnelsen. Jeg vil kalle det overlevelsesteknikker. For å bli i stand til å redde meg selv måtte jeg finne måter å beskytte meg på, og nære de skjøre, autentiske delene av meg selv som en dag ville gjøre det mulig for meg å stå fram, når tiden var inne. Midt i alle de skuffelser jeg møtte, hadde jeg ikke mistet håpet om at ting kunne gjøres på en annen måte. Jeg visste bare ikke hvordan jeg skulle bidra til det. Det er vanskelig å drepe håpet, og dypt nede i dette forvirrede og overaktive sinn fantes store hvelv med visdom og optimisme som ennå ikke hadde fått folde seg ut.

Jeg utviklet mitt eget språk, som hjalp meg å holde ut. Jeg snakker dette språket av og til. Det er galskapens språk. Det du hører er uttrykk for å være forlatt og ensom, og usikkerhet, og frykt, og forfølgelse, og misbruk. For det er dét som utgjør dette galskapens språk. Det er jeg som bestemmer hvilke ord som kan beskrive en uholdbar smerte. Så ikke rakk ned på dette mitt annetspråk ved å kalle det for et symptom. Dette er den totale desperasjonens språk, utviklet av angsten for å bli forlatt for all tid. Vi frykter ikke døden. Vi frykter tapet av å være ekte, av våre verdifulle sinn. Dette språket er hverken raffinert eller veltalende. Det har sitt opphav i selvhat. Det blir oppfattet som uforståelig av de som ikke forstår det, men for andre? Det må jeg spørre om. Hvorfor skal det



**«Gi oss greie og
nette angst-
former og
depresjoner, ikke
blod, ikke dritt,
ingen
utestemmer»**

være slik at jeg, når jeg er i min mest oppløste tilstand, skal forventes å kommunisere skrekkbilder på en vel-artikulert, logisk og kortfattet måte? Det er mangfoldige måter å kalle på hjelp, og jeg prøver å få kontakt med deg på den måten jeg mener er mest effektiv der jeg er akkurat i det øyeblikket. Jeg skjønner ikke at du ikke kan fatte det. Dersom jeg hadde kunnet bruke språket på den måten du vil at jeg skal gjøre, hadde jeg virkelig gjort det. Men jeg kan ikke det. Om igjen ser jeg hvordan jeg skuffer deg, og andre, med min inkompetanse og min medfødte ondskap. Når vi så altfor sjelden møter hverandre i de korte øyeblikkene hvor du våger å snakke til meg på det samme språket, fylt av desperasjonens symboler, skulle jeg ønske at du forsøkte å hjelpe meg å navigere i dette kaoset. Du kunne introdusere ord for håp, beundring og hengivelse som ville ha minnet meg på at jeg er verdifull. Om vi prøver hardt nok kan vi møtes i en felles forståelse. Kanskje vi begge da kan finne veien tilbake dit vi ønsker å være.

Når det du kaller psykoser, og symptomene som hører med, blir kategorisert og samlet i manualer, reduseres de til en samling av steriliserte bilder på lidelse. Retningslinjene utarbeides av de kalde, som ikke har sans for slikt, de har ikke opplevd det selv. Manualen er en måte å dempe klinikerens uro på, men den kan aldri gripe fatt i et fnugg av de følelser som vokser fram i et liv

fylt med krenkelser, ei heller kan den gi en utfyllende beskrivelse av alle de fasonger en enkelt sorg kan ta. For det kan kun forstås av en som kjenner historiene og menneskenes erfaringer. Når vi prøver å rasjonalisere bort en annens smerte, er den som er for maktesløs til å kunne gi noen hjelp, den eneste som vinner på det.

Fortvilelse blir startet opp og drevet videre av hendelser i våre liv vi ikke kan forsone oss med. Vi blir berørt på forskjellig vis. Det er mange måter å ødelegge en sjel på, og angripe det sanne jeg'et. Ingen kan være uberørt av stadige destruktive angrep på den menneskelige psyke. Menneskets medfødte motstandskraft blir en tvangstrøye som utsulter sjelen og gjør den stakkarslig og maktesløs. For å kunne komme tilbake fra en slik tilstand kreves en overmenneskelig følelsesmessig og psykologisk styrke. Å vite at du har en som er villig til å følge deg på denne veien, gjør deg ydmyk. Det å vite at du, når du knapt kan tåle din egen væren, har én ved din side som er forberedt på å dele hvert eneste, smertefulle skritt med deg, gir deg en visshet om at du virkelig er en som betyr noe for noen. For hvorfor skulle ellers noen bry seg?

Traumer gir seg forskjellige uttrykk, og mange er urovekkende. Men de mest urovekkende er de man holder inne med, og ikke ønsker å snakke med noen om av frykt for hvordan de

andre vil reagere, også de som er der for å hjelpe, helsearbeiderne. Angsten for at noen vil oppdage meg, er til å ta og føle på. Vi må godta at traumer ikke har noen utløpsdato. Å forbli taus er å stagnere i utviklingen. Det finnes ingen måte jeg kan få utvikle meg om jeg stadig skal holdes nede av demonene fra min fortid. Det å ikke invitere til en åpen dialog, samme hvor hardt fordøyelig innholdet av en slik dialog måtte være, er å kaste bort min tid, din tid, organisasjonens tid, og å kaste bort et liv.

Når traumer skal gjøre seg synlige, skjer det som skrik, i raseri, i angsten for den tilliten som en gang har blitt sveket, i maktesløshet, i ubehersket frykt. Traumet har tatt bolig i hver eneste celle i din kropp og det finnes ingen plass for rolig tilfredshet. Det gis ingen plass til hvile når du blir holdt nede av et sinn og et hjerte som nekter å glemme. Når jeg hindres i å sette stemme til min lidelse, gjør ikke tausheten annet enn å tvinge problemene til å uttrykke seg i et dypere lag av min kropp, og jeg blir etterlatt alene for å «hyle mot månen», forvist til den polstrete cellen mitt ensomme sinn har blitt til.

Jeg blir hemmet i målrettet atferd når jeg ikke klarer å nå fram til de ordene som kan ytre det usigelige, men allerede for lenge siden har disse stemmene uten kropp selv mestret dette dilemmaet. Så nå jumper de

fram i en kodet form med det som har forblitt sperret inni meg. Det kommer ikke ut slik jeg ville ha sagt det, ikke som hvordan jeg ville ha uttrykt det selv. Men det kommer ut. Det tvinger seg fram som lava. Det kommer ut. Det tvinger seg ut fra meg, ikke fordi jeg ønsker det, men fordi det ikke lenger kan holdes innesperret, alt dette som brygger slik ondskap i mitt sinn.

Å!! Hvordan fryder ikke min galskap seg over min ydmykelse og mangel på kontroll over forvirrete klinikere og deres manglende evner til å tolke den sanne meningen. Å slette ut følgene av traumer er hverken en lavmælt eller en verdig prosess. Kanskje det er grunnen til at så mange klinikere ikke ønsker å smusse seg til med en skarpere tilnærming til menneskesinnet. Gi oss greie og nette angstformer og depresjoner, ikke blod, ikke dritt, ingen utestemmer. Vi skulle glede oss over disse utestemmene, for de er frihetskjempernes stemmer. De er stemmene til en ny forståelse, ekkot av et liv som har vunnet seg selv. De er mine utskrivningspapirer.

Skade, både innbilt og virkelig, kan dokumenteres ved alt som skjer. Vår frykt for skade kan påvirke praksis, og denne fryktens betydning viser seg i handlingene og i det utall av prosedyrer som samler seg opp i måtene vi legge til rette våre organisasjoner på. Men når denne frykten for at noe skadelig skal skje blir den

ene, varige frykten, står vi i fare for å forbli tause. Det er den største fare. For jeg trenger å skrike og rase og slå rundt meg, og når jeg gir stemme til traumene, forsvinner de.

Det krever mot å omfavne farer ved å omvurdere og redefinere dem, slik at man kan se nye muligheter. Uten disse mulighetene ville vi ikke hatt noen innovasjon, ingen fruktbare utvekslinger av ideer, ikke den saftige sødme som kommer fra en ny start, ingen frø å befrukte som vil skape helende landskap rundt oss. Det krever pågangsmot å utfordre den dominerende kulturen, når intet annet lenger kan dekke behovene for de man foregir å skulle hjelpe.

Så dette går til alle regelbrytere, trøbbelmakere, runde pluggen i firkantete hull, dere som ser ting på en annen måte, dere mistilpassede! Kviser på samfunnets rumper, er det dere er. For dere er det folket som vil forandre verden. Takk og lov sier jeg, for disse som er gale nok til å tro at de kan gjøre en forskjell. For det er de som får dette til!

Dette er de som kjenner verdien av å ta en sjanse, som lever livet uten sikkerhetsnett. Dersom vi kun fokuserer på sikkerhet vil verden bli et uforutsigbart og farlig sted hvor vi ikke kan forsvare oss selv. Om vi fortsetter å dyrke maktesløshet vil vi snart nok lære våre begrensninger, og aldri våre sterke sider. Vi må fremme en atmosfære

preget av verdsetting, framtidshåp, samarbeid, fryktløshet; - et land tilrettelagt for seire, ikke tap.

Vi må dyrke omgivelser som aktivt gir folk mot og muligheter til å snakke om de mange forskjellige rytmene som finnes i livene dere. Et sted hvor vi kan slå sammen og kjempe med våre felles styrker. Se hva vi har skapt når vi smeltet sammen visdom samlet inn fra livserfaringer, familiemedlemmer og pårørende, og de forskjellige ferdigheter framelsket av de som jobber i dette feltet.

Dere har brukt år på å nå deres kvalifikasjoner; bachelor, mastere og doktorgrader, og hederlig omtale i fagmiljøene. Tenk så på meg; jeg har brukt et helt liv på å tilegne meg min kunnskap. Med samme grad av hengivelse som mange av dere har dedikert til deres studier, har jeg lagt ned arbeid i å få mitt liv på fote igjen. For meg var innsatsen høyere, og belønningen kanskje enda større.

Jeg beklager at jeg ikke får bære den flagrende sorte kappen, og den morsomme hatten, for jeg tror det er viktig, men jeg vil gå videre og leve mitt usedvanlige liv. Jeg er ikke fri for galskapen, men beriket med erfaringer, og jeg blomstrer under min egen veiledning. Min lærdom har ikke kommet til meg gjennom et liv dominert av galskap, men heller gjennom en fryktløs kamp for et liv slik jeg velger å

ha det. Jeg har omfavnet min skrøpelighet og min manglende tro på meg selv. Jeg har godtatt fortidens spøkelser. Jeg har ikke sagt farvel til dem, men jeg har lagt dem til side. Jeg har gjenoppvekket min tro på meg selv, og jeg fryder meg. Dette har jeg gjort alene. Jeg valgte det. Jeg hadde et valg. Den største løggen jeg ble fortalt var at min framtid, som følge av min mentale lidelse, var forutbestemt og en uunngåelig følge av ubestridelige bestemmende faktorer. Dette er et bedrag, og det leder til et bedragersk liv bestjålet for selvstyrerett og medborgerens rettigheter.

Prydet som dere må være med deres akademiske grader, diplomer og eierskap til manualer, må jeg si at jeg er en overtyer som galning. Jeg håper dere kan godta at jeg har en ekspertise som er verdt å anerkjenne. Jeg sier ikke dette på grunn av storhetsfølelser, eller noe som helst tegn på at jeg underkjenner noen, men med et generøst hjerte og sinn og med et ønske om å dele alt det jeg har lært i mitt liv.

Vær så snill! La meg hjelpe dere.

Sammen vil vi finne ut at vi alle kan bidra, at vi alle betyr noe. Den gaven som består i å avsløre for folk at deres dypeste skatter kan komme til syne, venter på oss. Fra i dag av må vi love å være arkitekter for denne vidunderlige nye verden. Samme hvordan

vi ønsker å gå framover i vår jakt på kunnskap, må de som bruker tjenestene involveres i dette, og det må skje fra starten av og på alle områder. Kjærligheten for de vi jobber for, og med, vil alltid følge oss. Vi må forbli sterke og vise en felles front.

Det er så viktig at vi nærer og dyrker de kommende nye utøvere av yrkene, og viser dem hvor de beste praksiser og livsviktige styrkende holdningene for framtiden finnes. For de vil skape vår tapre nye verden. Vi ønsker å utstyre dem godt nok ikke bare med teknikker og metodekunnskap, men ferdigheter i sofistikert kritisk tenking og dyder.

Vi er ikke så naive at vi ikke ser at det finnes rester av fortiden i dagens nytale og nye innpakninger av gamle praksiser. Tidligere tiders rutiner setter stadig sitt preg på dagens virkelighet.

Derfor må vi alltid være våkne. Sammen med brukere og pårørende innebærer dette en konstant overvåkning og en tydelig vurdering av praksis og systemer som støtter, eller hindrer, utvikling. Vi skal være stolte når vi viser fram for nye praktikere hvor samarbeidet med brukerne av tjenestene og med familie og pårørende fører oss.

Det er på tide at tjenestebrukere tar ansvar for egne liv, og erfarer den dynamikken deres tilstedeværelse i livet skaper når de ikke lenger er

beskyttet av velmenende klinikere. Dette er tiden for at brukere krever sin rett som borgere.

Du er kanskje redd for at det kan gå galt med oss, men vi vil overleve. Vi er ikke så skjøre. Du har nok rett, vi vil gjøre feil, men vi kan lære av det, og så kan og vil vi få det til på den rette måten, om du har gitt hjelp til å klare en slik situasjon. Det er slike situasjoner vi har jobbet mot, sammen. Tiden har kommet for å utøve og modne den indre kilden til kontroll. La oss bli det vi alltid var ment å være. Det er slik jeg tolker situasjonen, nå når jeg igjen kan begynne å tro at jeg kan ta kontroll over mitt eget liv.

Det får meg til å stille et spørsmål om vårt forhold. Når var det du sluttet å stole på meg? Når var det du sluttet å tro at livet kunne endre seg for meg?

Når var det din frykt for at noe skulle gå galt tok over kontrollen over din tro på min framtid? Når var det du bestemte deg for at sikkerhet var det som ville hjelpe meg til å utvikle min selvtilit? Når var det du bestemte deg for å se bort fra alle vitenskapelige bevis på det motsatte, og bestemte deg for å ugyldiggjøre mine erfaringer? Når var det du mistet troen på alle de sakene vi snakket om så fortlølig? Når var det vår verden, som vi lever i, ble uten fare? Når var det du mistet troen på at jeg kunne beskytte meg selv? Når bestemte du at jeg ikke var verdt å tro på?

Men mest av alt vil jeg spørre: Når var det du mistet troen på deg selv?

Du som har sett meg gjennom slike utfordrende stunder. Du var fryktløs da vi gikk til motangrep mot mine demoner, skulder ved skulder. Du talte så effektivt for meg når teamet ditt ville sette bremsene på og svekke det vi holdt på med. Du som gråt med meg ved mine tap, og feiret mine triumfer samme hvor små de var. Du som sto opp for meg og snakket til min familie når de ikke en gang orket å høre navnet mitt. Du som sto der trygg og bekræftende når offentlige kontorer forsøkte å undergrave meg med sine ugjennomtrengelige system. Du var den eneste som hadde overskudd nok til å like meg både når jeg var på mitt beste, mitt verste og i tidene innimellom. Du ble min helt, min rollemodell, min lærer og min student. Du undervurderer din betydning for meg. Du har endret livet mitt og hvordan jeg ser meg selv i dette livet, la meg nå få leve det.

Som anarkist føler jeg meg forpliktet til å kjempe mot de stramt trukne grenselinjene som ser ut til å avskjære oss fra våre latente behov.

Jeg får ikke alltid disse linjene til å vike, men jeg har lært at om grenselinjene blir trukket sammen med andre, så blir det jeg som får lov til å fargelegge! Og jeg velger å fargelegge med farger som dirrer av liv og pasjon. Vi

har en uendelig palett med symbolske farger til vår disposisjon. En strålende regnbue med farger som representerer håp, harmonien som finnes i mangfoldighet, aksept, og kjærlighet. Dette er farger som kan fargelegge vår framtid.

Ingen av oss kan tillate oss å gi oss når ting blir for vanskelig. Vi må ikke fornekte våre idealer når vi finner oss selv i en undertrykkende ørken. Da er tvert imot tiden inne for å gripe til handling. Vi kan ikke tillate oss å sitte og vente på regnet, når det vi heller skulle gjøre var å søke etter en oase.

Jeg er så heldig at jeg får lov til å arbeide sammen med et team som består av utrolig hardtarbeidende, hengivne, følelsesladete mennesker med åpne sinn. De ønsker velkommen kommentarer, debatt og kritikk av sine forskjellige profesjonelle felt. De viser en fryd over å etterstrebe den optimale praksis. De streber som troende for å utvikle sine profesjoner. Resultatene av dette kommer oss tjenestebrukere til gode.

Det er en atmosfære av gjensidig utveksling av goder, av verdsetting. Mine bidrag blir grundig studert og vurdert, men viktigere for meg er at de også blir gjort til handling, ikke bare patronisert for så å bli forkastet. De blir ført videre i strategier og forskningsprosjekt som fører nytt blod til academia. Jeg har oppdaget et

tidligere ukjent keiserdømme og er ikke lenger en fra de lavere sjikt i samfunnet. Jeg befinner meg i endringens og innvirkningens episenter. Dette er den sorten omgivelser jeg ønsker alle skulle ha mulighet til å bidra til. Jeg ønsker å takke dem offentlig for deres ukuelige entusiasme, deres overveldende engasjement og utrettelige oppmuntring, deres generøse deling av kunnskap og hjertevarme, og deres sterke overbevisning om at også jeg har rett til å være en av dem.

Etter å ha levd store deler av livet i et samfunn omgitt av murer er det ikke så rart at vi, metaforisk, ønsker å klatre over disse murene som galskapen har omgitt oss med. Vår galskap var en måte å overstige den banale og klemmende atmosfæren som preget hele foretaket. Kanskje vil den beste måten å slippe unna disse galskapens snarer på, være å ikke bygge murer i det hele tatt. Slutt å skape rugekasser for galskap, og gi heller støtte til overlevere/brukere og deres familier, og til klinikere som deler deres liv. La oss gjøre det til en prioritert oppgave å støtte overlevere/brukere som selv ønsker å bestemme over sine liv, i det de ser at det er utallige veier til recovery.

Vi må skape helsefremmende omgivelser og bygge opp samfunnetes evne til å skape helse. Vi må endre administrative strukturer som ikke lenger avspeiler prinsippene om helsefremming, og forme praksiser

som gir klinikere styrke og ikke sårbarhet. Vi må snakke med hverandre og bygge opp en forventning om at folk kan kreve sine liv tilbake.

Jeg kan huske at jeg har blitt fortalt av en som vet slikt, at en terapeut er en som skal være «sjelens jordmor».

En ting vet jeg for sant! Fødselen er i gang!

Takk for meg.

*Debra Lampshire
Professional Teaching Fellow
School of Nursing
University of Auckland
Private Bag 92019
Auckland 1142
d.Lampshire@auckland.ac.nz*

