

Arbete – därför fungerar det!

"Why work works"

Av Robby Vorspan

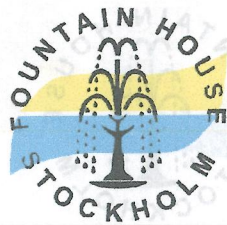
Robby Vorspan var fram till 1990 biträdande chef för det nationella projekt för att bilda fler klubbhus som bedrevs vid Fountain House i New York. Nu bor och arbetar han i Brooklyn, New York.

Denna uppsats presenterades ursprungligen som anförande vid det sjätte plenarmötet under det femte internationella seminariet om klubbhusmodellen i St. Louis, Missouri, 1989.

Fountain House fick nyligen ett anslag från Robert Wood Johnson Foundation till stöd för ett större projekt som vi kallar för National Clubhouse Expansion Program (Programmet för att öka antalet klubbhus i vårt land). Projektet har flera mål; ett av de viktigaste är att göra det möjligt att erbjuda varje intresserat klubbhus en intensiv stödinsats av rådgivare under två och en halv dag.

Vi inledde detta projekt i fjol och har sedan dess haft förmånen att grundligt sätta oss in i erfarenheter i klubbhus i olika delar av vårt land. Innan projektet inleddes utarbetades ett omfattande dokument som vi döptes till Protokollet. Det består av dussintals frågor avsedda att vara till stöd för rådgivarna vid deras observationer vid klubbhusen och underlätta för dem att rikta fokus mot det som kan leda till utveckling.

Frågorna berör alla aspekter av hur klubbhus arbetar, alltifrån särskilda arrangemang av olika slag till förhållandet klubbhus emellan. Till en början gjorde vi inga försök att rangordna frågorna med avseende på vad som är viktigast för att skapa starka klubbhus som vibrerar av liv. Men allteftersom vi samlade erfarenheter från olika klubbhus och försökte få klart för oss vad som är det allra mest grundläggande för ett klubbhus så har framförallt en faktor kommit i förgrunden. Vi är många som kommit in i ett klubbhus och omedelbart känt en frisk fläkt, en atmosfär präglad av vitalitet, aktivitet och växtkraft. När man inte kan skilja klubbhusmedlemmar från medarbetare är det ett hoppingivande friskhetstecken. Alla är i full gång med aktiviteter som tas på djupaste allvar av alla i huset. Men många av oss har också kommit till klubbhus som, även om de till det yttre visat tecken på att vara klubbhus, ändå pyr av samma instängda mögellukt som dagrum på sjukhus och trista dagcenters. Ju oftare vi har upplevt dessa erfarenheter, desto mer har vi kommit till klarhet om vad som är den avgörande skillnaden mellan dessa klubbhusprogram. Det är den utsträckning i vilken de präglas av en genuint arbetsorienterad dag som får sin rytm, sin meningsfullhet och sitt liv av det arbete



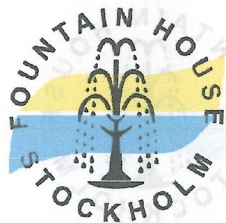
som ger den struktur.

De flesta som ger sig i kast med att starta ett klubbhus har viss förståelse för att en dag i klubbhuset har inslag av arbete. Men av en eller annan anledning tycks det vara mycket svårt för många att förstå att arbete är själva hjärtat i klubbhuset, inte en perifer aktivitet bland andra. Jag kan använda mig själv som exempel; jag var nog ganska lik andra som visade detta envisa motstånd. Jag kom till Fountain House efter många år som patient inne i och utanför psykiatriska sjukhus och intensiv terapi. Innan jag kom till Fountain House hade mitt yrkesliv bestått av arbete vid psykiatriska sjukhus och traditionella terapiorienterade dagcenters. Jag hade blivit djupt övertygad om att vägen ut ur den psykiska sjukdomens smärta och bottenlösa förtvivlan bara stod att finna genom insikter, terapi, konfrontation och introspektion. Att ta itu med en människas sjukdomstillstånd innebar att konstant jobba med det. Om nu en, två eller tre timmars terapi i veckan var så värdefull; skulle då inte 24 timmars terapi om dagen vara av ännu större värde?

När jag kom till Fountain House kastades jag in i kontorsenhetens livliga kaos. Min arbetsdag präglades plötsligt av att hålla ordning på vår insamlingsstatistik och våra projekt. Då blev jag omskakad på ett obehagligt sätt. Jag fick en känsla av att Fountain House hade resignerat och accepterat att människor aldrig skulle bli bättre och att det man i alla fall kunde bidra med var att få folk att 'fungera', att inte längre vara en börda för sin omgivning. Jag tyckte att medlemmar blev lurade på sin chans att radikalt förändra sina liv och att de istället lappades ihop för att återvända till omvärlden och detta oavsett vilket pris de skulle få betala i form av oro och förvirring för att uppnå denna s k funktionsduglighet.

Samtidigt som jag upplevde detta kämpade jag mig ut ur en mycket djup, mörk och plågsam period i mitt eget liv. Varje morgon vaknade jag och mådde mycket dåligt med en överväldigande frestelse att krypa ner under täcket och stänga av all smärta. Men så påminde jag mig att två av de andra som arbetade i gruppen var borta den dagen och närvarostatistiken redan var tre dagar försenad och att jag ännu inte skrivit till socialtjänsten om Lucille.

Motvilligt tvingade jag mig upp ur sängen och gick till jobbet där aktivitetsnivån och andras engagemang i huset snabbt fångade upp mig i arbetets rytm och ordning. Alla de svåra och motsägelsefulla realiteter som jag arbetade med i min terapi fick skjutas åt sidan så att jag kunde 'fungera'. Varje morgon när jag kom till Fountain House möttes av jag ett nätverk av fungerande relationer, baserade på det faktum att vi behövde varandra och satte värde på det som var och en kunde bidra med till vårt gemensamma arbete. Trots det kaos och den förvirring som hotade att förlama mig så lyftes jag varje dag i denna intensiva, levande, arbetsorienterade miljö upp till

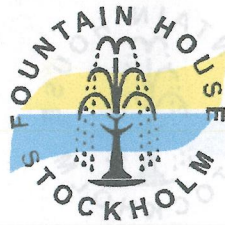


något som var större än jag själv. Det arbete som jag ansvarade för övergick med bred marginal det jag kunde klara ensam och jag hade därför inget annat val än att försäkra mig om hjälp av klubbhusmedlemmar och andra handledare. I det arbete som vi utförde tillsammans upplevde jag en närhet till och gemenskap med andra som jag inte hade kommit i närheten av i andra sammanhang. Jag var inte längre ensam utan en del av en organism större än jag själv.

När jag nu ser tillbaka på det första året vid Fountain House blir jag förbluffad över att jag kunde vara så blind. Det jag förebrådde Fountain House – att fasthållandet vid den arbetsorienterade dagen berodde på bristande tilltro till medlemmarnas potential – kom egendomligt nog aldrig att kullkastas av min egen upplevelse av att bli starkare och friskare och lyckligare genom det gemensamma arbetet. Jag befann mig alltför nära situationen för att inse att jag såg på mig själv och på medlemmar med olika glasögon.

Ju mer jag funderat på varför klubbhuset tycks fungera så bra som det gör ju mer har jag kommit att reflektera över vad 'arbete' är, vad det betyder för människor i allmänhet och för människor med psykisk ohälsa i synnerhet. Ytligt sett är arbete något vi ägnar oss åt för att undvika att ligga andra till last och för att betala vår skatt som goda medborgare. Men arbete är mycket mer än det. Vi säger alltid att vi i klubbhuset inte ägnar oss åt terapi och det var kanske en del av förklaringen till mitt motstånd mot detta arbetssätt. När vi säger att vi inte ägnar oss åt terapi drog jag slutsatsen att vi inte eftersträvar den radikala förändring och utveckling som vi vanligen förknippar med målet för terapi. Men jag har nu insett att det vi säger är någonting helt annat. Vi menar att gemensamt arbete i det mycket speciella sammanhang som gemenskapen i ett klubbhus utgör, är ett synnerligen effektivt sätt att uppnå det som vi tidigare alltid sökt uteslutande genom traditionell terapi. Vem du än är har arbete stor betydelse i ditt liv. Det ger en känsla av vem du är i förhållande till andra människor. Genom att arbeta blir du medveten om dina egna starka sidor, dina talanger och förmågor. När du upptäcker och återupptäcker detta klarnar din självbild, hur du skiljer dig från eller liknar andra omkring dig. En stabil bild av det egna jaget är, enligt min uppfattning, en nödvändig förutsättning för självvaktning och för att utveckla och fördjupa relationer till andra.

Arbete erbjuder ett stabilt fokus i det inre kaos vi alla lever med. Det ger oss en fast grund att stå på för att inrikta och organisera våra dagar. Om det inte vore för den yttre struktur som arbetet ger oss skulle vi alla ha mycket större svårigheter med att hålla huvudet ovanför det kaos som annars kan ta kontrollen över våra tankar och känslor. Arbete ger oss också ett sätt att närma oss framtiden. Framtiden är det stora okända, fylld av fällor och faror, men arbetet lägger en bro mellan våra liv som vi upplever dem nu och våra tankar och drömmar om morgondagen. Det blir lättare för



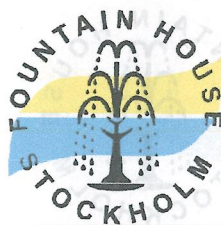
oss att föreställa oss själva som en del av framtiden när vi kan föreställa oss det arbete vi kommer att vara engagerade av. Allas våra vägar kommer att se olika ut men de skapar ändå relationer mellan oss. Oavsett om vi arbetar med samma uppdrag eller projekt så ger oss arbetet en gemensam grund att stå på. Den vanligaste fråga vi ställer när vi träffar någon vi inte känner är oundvikligen: "Vad gör du?" Genom att ha ett svar på den frågan får vi omedelbart en naturlig väg in i livet som det levs av de flesta.

Genom arbete får vi klart för oss att vi som människor har många lager eller nivåer. Vi upptäcker att vi kan fungera på flera olika nivåer samtidigt. Vi kan känna oss förkrossade av ett förhållande som tagit slut eller överväldigade av en flytt till en ny bostad eller någon annan känslomässigt laddad situation och samtidigt kan vi vara i stånd att ta itu med komplexa arbetsuppgifter. Vi inser att vi inte är så sköra som vi trott, när vi fullföljer våra uppgifter trots att bekymmer och påfrestningar följt med oss till arbetet.

Arbete ger oss tillfällen att komma in i relationer som vi omedelbart mår bra av. När våra förhållanden till andra har sin grund i ömsesidig respekt för de unika förmågor vi alla har, blir det mycket svårare att trasa sönder dem genom känslor av att vara värdelös och av att inte ha något att bidra med. Vi har blivit medvetna om att vi blir tagna på allvar och behandlade med respekt av andra som behöver vår hjälp för att utföra en uppgift. Människor som drabbats av psykisk ohälsa är först och främst människor som i likhet med andra kan ha samma nytta av arbete som alla andra. Men det jag har upptäckt genom mina upplevelser i klubbhusets värld är att arbete kan vara ännu mer integrerande och livgivande för människor vars liv trasats sönder av psykisk ohälsa än för andra människor.

Alla de frågor jag behandlat här – behovet av att bekämpa vårt inre kaos, av en struktur som ger stöd när vi rör oss i riktning mot en osäker framtid eller behovet av en gemensam grundval på vilken relationer präglade av ömsesidig respekt kan formas – alla dessa behov har sina rötter i den ångest som hör till den psykiska sjukdomen.

Det är inte själva sjukdomen som förorsakar den djupaste smärtan utan sjukdomens verkningar – paniken inför varje tanke på framtiden, den ständigt vidgande avgrund man känner mellan sig själv och andra, rädslan för att drunkna i de intensiva fantasiernas och tankarnas känslorvall. När en människa upplever den psykiska ohälsans trauma känner sig han eller hon oundvikligen avklippt från den normala tillvarons livsträd. Sociala kontakter blir allt svårare eftersom de gemensamma verklighetsbilder som man tidigare delade med andra nu glider undan. Problemet är inte att människor med psykisk ohälsa tappar sin förmåga att umgås med andra utan

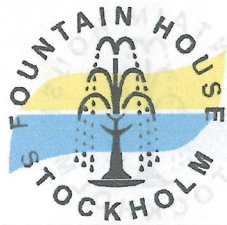


att de på ett skakande och skrämmande sätt förlorar upplevelsen av samhörighet med andra. Att komma in i gemenskapens värdefulla arbete öppnar omedelbart en väg in i det levande livet. Det skapar en känsla av tillhörighet, av att ha ett värde, av att vara behövd. Det arbete en människa utför utgör också en naturlig utgångspunkt för samtal, något som annars kan vara mycket svårt för den som varit isolerad i sin sjukdom.

När vi håller fast vid att en dag i klubbhuset skall präglas av meningsfullt arbete bortser vi inte ifrån den djupa smärta som psykisk sjukdom medför. Tvärtom. Vi hävdar att arbete kan bli ett verksamt redskap för att ta itu med våra medlemmars djupaste livsfrågor. Min egen erfarenhet har visat mig att ett äkta engagemang i arbete gör att terapi kan bli än mer värdefull. Terapi i ett vakuum, utan verkligt arbete, utan erfarenheter av liv, leder bara djupare och djupare in i smärta och förvirring utan fotfäste för en väg ut. Terapi är helt beroende av närhet till den verklighet - arbete, relationer till andra, hinder och framgångar - som formar våra dagar. Den som dag efter dag tillbringar all sin tid med att vara patient kommer bara att bli alltmer av patient. Jag nämnde tidigare den omedelbara upplevelse som många haft av att ett klubbhus fungerar, att människor växer och skrattar och förändras och håller igång. Jag har också betonat att jag blivit alltmer övertygad om att den kärna som skapar förutsättningar för denna kultur är en arbetsorienterad dag. Men det finns många missförstånd när det gäller klubbhusets arbetsdag. Det har lett till att det finns många klubbhus på olika håll som visserligen är tydligt arbetsorienterade men ändå inte erbjuder samma grogrund för utveckling och spontanitet som de bästa klubbhusen. Missuppfattningen tycks ha sin grund i att klubbhuset i stället för att vara arbetsorienterat har blivit dominerat av arbete. Det finns också klubbhus där arbete inte anses ha något värde överhuvudtaget; det är en annan extrem uppfattning. Men i det arbetsdominerade klubbhuset har arbete blivit den gud vi tjänar snarare än att arbete tillfredsställer våra behov.

Gemensamma kännetecken för klubbhus som givit arbete en så upphöjd status är krav på att medlemmar är produktiva, att de arbetar ett visst antal timmar per dag med fasta arbetstider då de skall finnas i sina enheter och att de lämnar huset om de inte kan eller vill arbeta den dagen. Jag anser att även fasta raster och lunchpauser ger uttryck för missuppfattningen att klubbhus bör eftersträva att i högsta möjliga grad likna vanliga arbetsplatser.

Klubbhus är inte arbetsanstalter eller företag, de är klubbhus. Arbete utförs av gemenskapens dagliga behov och det utförs frivilligt med delat ansvar, engagemang och stolthet. I det helt arbetsdominerade klubbhuset blir arbete trist och meningslöst, relationer mellan medlemmar och handledare blir stela och övervakande; så småningom förlorar klubbhuset sin livskraft.



Ett klubbhus är först och främst en gemenskap. Klubbhusets behov av arbetsinsatser bidrar till att skapa en levande gemenskap där medlemmar och handledare samarbetar. När arbete blir den gemensamma drivkraften förändras innehållet i förhållandet mellan människor; om man tidigare var på sin vakt, strikt professionell och avlägset sval kan relationer nu utvecklas så att de blir spontana; präglade av spontanitet och ömsesidig uppskattning.

Ett levande, livfullt klubbhus är en gemenskap som drivs av det arbete som behövs för att tillgodose medlemmarnas behov. Det är handledarnas ansvar att se till så att klubbhuset fungerar. Den energi som fordras för att få den arbetsorienterade dagen att fungera har sin källa i behovet av att engagera klubbhusets medlemmar i alla aspekter av husets arbete. Klubbhusets arbete måste tas på största allvar av handledarna, det är deras lidelse, inte någon sorts abstrakt mål om yrkesorienterad rehabilitering som inspirerar och lockar medlemmar till engagemang. Arbetets karaktär vid ett klubbhus är paradoxalt. Arbetet är meningsfullt och läkande bara när det är genuint, angeläget och resultatnriktat. Men ändå gäller att om det angelägna och resultatnriktade kommer att dominera över ännu mer fundamentala skäl för arbetet, dvs. att skapa utvecklingsmöjligheter och relationer präglade av ömsesidig respekt, då missar klubbhuset själva poängen. Det måste finnas en noggrann avvägning mellan arbetets angelägenhetsgrad och varje deltagande medlems behov och intressen. Gemenskapen och arbetet måste skapa näring för varandra, det ena får inte utarma det andra.

När man närmar sig arbete på detta sätt blir det klubbhusets själ. I ett väl fungerande klubbhus kan arbete aldrig bli bara en komponent i ett program. Det utgör klubbhusets livgivande, läkande och rehabiliterande källflöde. Om vi skulle försöka betrakta arbete som ett inslag bland andra i ett program skulle bilden glida ur fokus och programmet skulle bli någonting annat än ett klubbhus.

Vi som deltar i klubbhusgemenskapen måste lära oss att bättre förstå och uppskatta det vi har skapat tillsammans. Den arbetsorienterade dagen är inte en metod för att hålla folk i gång. Tillsammans med traditionell samtalsterapi erbjuder den människor som upplever sina liv som bottenlösa träsk av sjukdom och 'patientskap' en möjlighet att låta sitt friska jag komma till uttryck. Det är en ovärderlig väg tillbaka till verkligheten, till relationer med andra, till upplevelser av tillfredsställelse, självkänsla och uppskattning. Det är den ädelsten som lyser upp klubbhusets struktur och det gäller för oss att vårda den och alltid låta den stå i centrum av visionen för vår framtid.