

Reynum að finna fólki hlutverk í lífinu

Sagt frá starfsemi Geðhjálpur í Reykjavík

Þar sem er hjartarúm þar er einnig húsrúm segir gamalt spakmæli, sem mér flaug í hug þegar ég klöngraðist upp þröngan stiga í gamla timburhúsinu við Veltusund 3b í Reykjavík. Uppá annarri hæð í þessu húsi er skrifstofa Geðhjálpur og félagsmiðstöð sem félagið rekur. Það brakar í timburfjötunum undir fótum mínum þegar ég geng inn á skrifstofuna. Við skrifborði litlu, hvítmálðu herbergi stendur starfsmaður Geðhjálpur, Sigrún Friðfinnsdóttir, og talar í síma en úti í horni situr einn af félögnum, Ágúst Óli, og heftir saman fjölrítuð blöð. Ég þarf ekki lengi að bíða þess að Sigrún leggi frá sér símtólið og fylgi mér gegnum lítið eldhús og inn í nokkuð rúmgtt herbergi þar sem er stórt borð og plánó. Þar inni er fleira fólk sem verður fjarskalega áhugasamt þegar það veit erindi mitt, að fá upplýsingar um félagsmiðstöð og starfsemi Geðhjálpur.

Munda Pálin Enksdóttir fær sér sæti gegnt mér við borðið. Hún þrjústíggir látbráði og hortir fast á mig meðan hún segir mér eitthvað um félagsstarfið hjá Geðhjálp. „Hér kemur fólk saman og einhverjir tveir sjá um veitingar og að vaska upp“ segir hún og andar djúpt að sér reynum. „Það eru sjálfboðaliðar sem sjá um opnu húsin á fimmtudögum og laugardögum. Annan hvern miðvikudag er saumaklúbbur kvenna og svo er karlklúbbur á þriðjudagskvöldum. Annað hvert miðvikudagskvöld er svo ljóðaklúbbur. Þar mæta skáldin og þeir sem hafa áhuga á ljóðum. Við erum mörg skáldin í þessu félagi,“ segir hún og slær ösku af sigarettinni.

Nokkrir fleiri hafa fengið sér sæti við stóra borðið og taka undir orð Munda Pálin um skáldin. Sigrún á skrifstofunni batir við að nú sé verið að hefja útsafu á innanhúsbíðlaði þar sem verði m.a. vettvangur fyrir skáld og rit höfundu félagsins. Allir eru sammála um að húsnæðismáli sé einna erfiðastur liður í þúfu félagsmálstarfsemi Geðhjálpur. „Húsnæði hér er bæði þröngt og

segljat ætla að drifa sig í göngu fatlaðra sem einmitt þessa stundina er að silast niður á Austurvöll þar sem leggja á áherslu á kröfur fatlaðra til mannsæmndi lífs. Tveir eða þrjú við borðið sjna einnig á sér fararskið en fái einir verða eftir og spjalla við mig. Geðhjálp er félag sjúklinga, aðstandenda og áhugafólks. Fjölmennastir eru þó sjúklingarnir. Sigrún segir að aðstandendur „brenni fjótt upp“ eins og hún orðar það. Slik hefur verið reynsla hennar og annarra á þessum tíu árum sem Geðhjálp hefur starfað. Það voru aðstandendur og áhugafolk sem stofnuðu þetta félag með það að meginmarkmiði að veita geðsjúkum utan sjúkrahúsa gagnvirkni aðstoð af ýmsu tagi og hjálpa til að brjóta niður þá einangrun sem oft er hlutskipti fólks sem stríðir við geðrænan sjúkileika. Ágúst Óli hefur nú hætt ljú sinni um stund og er kominn inn í stofuna til okkar.

„Það er mikil hætt á að geðveilt fólk einangri sig frá heimi þeirra heilbrigðu,“ segir hann. „Þar mætti þá fórnendum og kröfum sem það hefur ekki andlegt og líkamlegt þrek til að standast. Hérna geta menn hitt bjóningsferðarþópar og stuðningsþópar.“ Munda Pálin dröpur nú í sigarettinni og stendur upp. Hún fer í kápu og tekur veskið sitt og



Munda Pálin og Ágúst taka eina skák.



Úr félagsmiðstöð Geðhjálpur.



Leifur Jónsson leikur á píanólið.

er sagt að spara sér áhyggjur, hann sé alls ekki neinn indíáni. Svona taka menn á hlutunum hjá Geðhjálp. Eg dálist líka að langlundarþópi viðstaddra þegar einn félagi kemur allt í einu aðvönd og er í nokkuð æstu skapi. Mér skilst að sé þetta heint ekki sáttur við ýmislegt í félagsstarfi Geðhjálpur. Hann hækka smám saman róminn en fær lítill undirtekur. Hitt fólkú lætur tal hans ekki á sig fá og fjótlegra fer hann

heim á leið á ný eftir að hafa sagt sína skoðun umbúðalaust. Eg sé af þessum dæmum að barna er hægt að koma til dyrnanna eins og menn eru klæddir, líka þó vandamálín séu eilítt óvenjuleg eða illa liggja á mörnum.

þægilegir í umgengni og menn meti mikile að geta hitt fólk og spjallað við það eða þá tekli í spili eða tafi. „Við eigum inni styrk til söng- eða leikstarfa og erum nú að leita okkur að söng- eða leikstjóra,“ segir Sigrún. „Samkomulagið hér er yfirleitt mjög gott og það er samhljál þar í þessum hópi sem maður finnur á fáum öðrum stöðum í þessu þjóðfélagi. Þetta fólk styður hvert annað meira en gerist annars

staðar, og ekki veitir af. Við vitum að það er þó nokkur hópur fólks sem er veikt en á hvergi hófi sínu að halla. Það ráfar um götur og oft er þrastalendingin hjá lögreglunni, þar fá menn hússkjal og mat,“ segir Sigrún. „Neyðarathvarf vantar sárlega. Marga í þessum hópi vantar húsnæði eða eru í mjög lélegu húsnæði. Það þyðir ekki að tala um endurhælingu eða menntun ef menn hafa ekki frumnaúsnýrnar eins og hússkjal og mat. Margt af okkar fólki býr eitt í herbergi þar sem það hefur ekki neitt til neins og silkar aðstaðgur verða oft til þess að betta fólk hrokkst inn á geðveildir aftur. Margt af þessu fólki hriðir sig illa, borðar lítið sem ekkert og þeir sem eru mjög veikir gera jafnvel illa greinarunni á hita og kulda og eru því kannski fálakleddir á ráfi. Atvinnumálin eru líka erfið. Forðómur gagnvart geðsjúkum eru mikil enn í dag og svo er hitt að sumt af þessu fólki tollir stutt í vinnu. Við rebumust einsof rjúpan við staurinn að finna fólk hlutverk í lífinu. Við reynum að benda því á að það séu allir meðleigir á einhvern hátt. Sumir af þeim sem búa í lélegu húsnæði og hafa ekki vinnu hættir til að líta á líf sitt sem algert tilgangslæsi: Hafa kannski átt í sama baslinu á eftir átt ár og eggja engu von til þess að því líni. Þessu fólki erum við að reyna að létta lífið. Ef við höfum betra húsnæði gætum við ýmislegt gert því skyni. Við gætum til dæmis fengið fyrir okkar fólk kennslu frá Námsföllum Reykjavíkur. Margir treysta sér ekki til að fylgja kennslu í venjulegum tímum. Hugsanlega gæti sumt af þessu fólki bætt sér þannig upp skoðanum sem það vörður áður frá að hverfa. Innan Geðhjálpur eru líka margir fagmenn sem gætu ýmislegt gert. Þeir tola kannski líla í venjulegri vinnu en getu heftilega unnið skammtima verkefni t.d. við smíðar o.fl. Slik atvinnu- tækifæri gætum við skapað ef aðstaðan væri fyrir hendi. En þessi hópur þvert ekki fyrir sig sjálfur. Hann þyrst á móti einum angar sig. Það er svo mikill hráði í þessu þjóðfélagi okkar að við gleymum oft að standa við og tosa hinum með sem er kannski dálítið seinni. Stór hluti af starfi mínu hér er að aðstoða fólk við að ná fram rétti sínum í kerfinu. Oft þarf að hjálpa fólki til sjálfs-

bjargar og þar vantar stundum ekki nema herslumuninn. Samþylli með þjónustu vantar okkur nauðsynlega. Oft er fólk með geðrænar trúflanir sent á ákveðna staði út á landi. Það er kannski besti kosturinn í dag en reynsla hefur sýnt að betta hentar mörgum ekki og stuðlar ekki að auknum þroska né heildur er læknishjálpi oft og tíðum fullnægjandi, í sumum tilvikum getu samþylli með góðu aðstoð verið mjög heppilegur kostur.“

Aðstandendur hefðu styrk af því að koma

Í næsta herbergi flautar einhver lagið Beautiful dreamer og ég geng á hjóli. Í fremri stofunni sitja tveir menn og hafa hjá sér kaffibolla. Annar þeirra heitir Þórður Kristjánsson og er sjómaður. Hann segist koma hingað í félagsmiðstöð Geðhjálpur alltaf annað stagi. „Ef mánni liggur eitthvað á hjarta þá er gott að koma við á skrifstofunni hjá Sigrúnu. Svo hittir maður stundum einhvern sem gaman er að kljatta við,“ segir Þórður. „Aðstaðan er hins vegar slæm hér og mér finnst of fáir félagar taka þátt í starfinu hér. Ég er velunnari og styrktarfélagi Geðhjálpur og mér finnst félagið vinna þarf verk. Það er alltof lítið um að aðstandendur geðsjúkra komi hingað. Það fólk á ekki síður erlitt en þeir sem veikir eru. Geðsjúkdómur eru þeir sjúkdómur sem fara hvað verst með aðstandendur. Vatfalaust hefðu margir styrk af því að koma saman til þess sem Styrktarfélag vafnganfina hefur byggt upp, svo sem verndaðar búðir,“ segir Manfréd.

Þegar ég fer er Ágúst Óli aftur sestur við og ég hefna saman blöð. Um leið og ég kveð laumar hann til mín þremur visum á blaði. Hann er greinilega einn af ljóðasmíðunum í Geðhjálp. Hann á síðustu orðin í þessari grein:

Þráði þágs þreytís hand,
þjénis endurmeir,
Venmir náid að vinnu stund,
venjulega graðir.

Guðrún Guðlaugsdóttir