

På egen krop og sjæl – rusmiddelbrugerens erfaring og perspektiv

STOF er et fagligt tidsskrift, der skrives af og til fagpersoner på rusmiddelområdet. Men vi vil også gerne give stemme til dem, det hele handler om – nemlig rusmiddelbrugerne – og give deres indsigt og perspektiv vægt i bladet. I serien 'På egen krop og sjæl' interviewer vi mennesker, som fortæller om deres erfaringer med alkohol eller stoffer og om deres perspektiv på den hjælp, de har mødt eller manglet.

Kunne du tænke dig at være hovedperson i 'På egen krop og sjæl', eller kender du en anden, hvis erfaringer og perspektiver du synes, skal deles i STOF, så skriv til stof@crf.au.dk

Gennem 30 år i systemet: Nogle få, ganske særlige medarbejdere gav Betty den hjælp, hun havde brug for

Igennem mere end 30 år som stofbruger fortalte Betty sin historie til endeløse rækker af sagsbehandlere. De fleste blev enten overvældede eller afskrækkede. Kun få turde, formåede eller gav sig tid til at se mennesket bagved misbruget.

AF MARIANNE BÆKBØL
FOTO: MARIA FONFARA



Marianne Bækbøl er journalist.
Foto: Thomas Arnbo.



For enden af en kilometer grusvej på Vestfyn, omgivet af marker og århundredgammel bøgeskov på begge sider, ligger bindingsværkshuset, som Bettina Ihler – til dagligt kaldet Betty – flyttede ind i sommeren 2020. Lige der hvor bøgeskoven tynder ud, og kysten tager imod.

Fra de småsprossede vinduer er der udsigt til stranden og vandet, hvor Betty går sine ture med hunden. Lange ture, hver dag.

”Det er mit drømmehus, det her. Mine plejeforældre bor i nærheden, så jeg er gået forbi mange gange igennem flere år og har fra første gang drømt om en dag at bo her. Lige pludselig ringede de og sagde, at nu var det til leje.”

Huset trak voldsomt i hende, men hun sagde nej tak i første omgang, for hun boede i Aarhus tæt på datter og barnebarn, som hun gerne ville være noget for. Først da Bettys datter direkte opfordrede hende til for én gangs skyld at gå efter sine drømme og gøre noget for sig selv, blev det til et ja.

Hjertet på rette sted

I løbet af et liv, der i mange år udspandt sig i tæt kontakt med sociale myndigheder, er det ud af en endeløs række af sagsbehandlere nogle få, særligt engagerede mennesker, hun er stødt ind i undervejs i sin over 30 år lange periode med stofbrug, der har gjort en reel, positiv forskel for hende. De få medarbejdere, ”der har hjertet på rette sted for mennesker, der har det svært”, som hun siger. Ud af utallige sagsbehandlere og andre medarbejdere på socialområdet, hun har været i kontakt med, får man som lytter til hendes historie indtryk af, at de, der har taget sig tid, udvist oprigtig empati og omsorg og har haft en forandrende betydning, kan tælles på under ti fingre.

Betty fylder 54 lige om lidt, har været stoffri i over syv år, og STOF har opsøgt hende for at lade bladets læsere få indblik i en personlig beretning om, hvad der på vejen til et liv uden stoffer har været god og dårlig hjælp, og hvilken hjælp hun ville ønske, at hun havde fået.

Tidlig hjælp

’Man’ vidste tidligt i Bettys liv, at den var gal derhjemme. Måske ikke 100 procent, hvor slemt det stod til med hendes havnearbejderfar, der ofte drak, men var uforudsigelig i sit drikkemønster og indimellem også voldelig. At noget var galt, var dog tydeligt.

”Vi var tilknyttet en sagsbehandler, jeg kan bare ikke huske, at vi fik nogen hjælp. Min mor var meget påvirket af min fars drikkeri, ville holde facaden for enhver pris. Jeg selv havde altid ondt i maven som barn, og min bror blev tidligt kriminel. Min mor skulle have haft noget helt basal støtte og hjælp til os børn. Det kunne have gjort en forskel, tror jeg.”

Et andet oplagt sted, hvor ’systemet’ efter Bettys mening kunne have opfanget og forebygget en lang række problemer, var i folkeskolen.

”Jeg mødte engang en af mine gamle lærere, som sagde, at han da længe vidste, at det ville gå galt med mig. Men han gjorde ingenting. Hvordan kan lærere på den måde se til uden at gøre noget? Jeg mener, at skolen har et kæmpe ansvar for at sætte ind.”

Lange relationer og respekt for forskellighed

At opnå at føle sig set, hørt og forstået har været en løbende udfordring i Bettys kontakt til de sociale myndigheder.

”Det er forfærdeligt at skulle passe ind i en kasse, når du har brug for hjælp. Vi er alle sammen lige så forskellige som resten af verdens befolkning. Også selvom vi er narkomaner eller psykisk syge, har vi en særlig historie bag os.”

Ud over at skulle passe ind i nogle bestemte rammer, når ens liv er kaos, er også den hyppige udskiftning i sagsbehandlere noget, der modarbejder og ligger i vejen for positive forandringer.

”Jeg har haft rigtig mange sagsbehandlere, og mange, der kun passede deres arbejde og intet derudover. Ens sagsbehandler bør følge én ordentligt til dørs. Hver gang jeg har været i et godt samarbejde med en sagsbehandler, har jeg fået en ny. Ens situation rykker sig aldrig på den måde.”

Sagsbehandlere, der har troet på hende, der har kunnet se hendes ressourcer, har der kun været få af:

”Jeg har brugt allermest tid på at fortælle min historie og enten imponeret eller taget modet fra sagsbehandlere. Når de har hørt min historie, har de ikke troet, at de kunne gøre noget, og de har mest haft travlt med at fortælle mig, hvad jeg ikke kunne eller burde. Jeg indrømmer, at jeg indimellem er kommet med romantiske forslag, men det er helt klart de færreste, der har gjort

“Det er forfærdeligt at skulle passe ind i en kasse, når du har brug for hjælp. Vi er alle sammen lige så forskellige som resten af verdens befolkning. Også selvom vi er narkomaner eller psykisk syge, har vi en særlig historie bag os”



Betty går hver dag en lang tur med sin elskede hund Bobo i den smukke fynske natur.

noget for at lede mig i 'noget i den retning' eller støtte mig til noget mere realistisk."

Tilliden til sagsbehandlere ligger stadig på et lille sted, ikke kun på grund af hyppige sagsbehandlerskift eller nedladende behandling, men også på grund af gamle erfaringer med noget, som måske kan have beroet på dårlig kommunikation, men som Betty klart oplever som tillidssvigt.

"Når du er en del af systemet, oplever du tit, at sagsbehandlere benægter, hvad de tidligere har sagt eller lovet. Jeg er for eksempel blevet stillet fastansættelse i udsigt efter praktik, men de troede ikke, at jeg kunne holde i tre måneder og bevise, at jeg kunne noget. Det passede i virkeligheden slet ikke, det med ansættelse. Det blev kun sagt for at få mig i gang."

Engagement, tiltro og opmuntring

Når man ser på hende i dag, med det velklippede lyse hår og smilende øjne bag klædelige briller, kunne Betty lige så godt være sygeplejerske eller advokatsekretær, rundet af en opvækst i en vel fungerende kernefamilie. Den rapkæftede, provokerende pige, der efter forældrenes skilsmisse røg fra den ene ungdomspension til det andet ungdomshjem og blev smidt ud fra flere efterskoler, er meget langt væk.

Endnu fjernere synes den kvinde, der har mistet et barn, oplevet prostitution og hjemløshed, været stofkurér og i fængsel flere gange.

Efter Bettys mening er det nogle enkelte, ganske bestemte og særlige mennesker, der har været afgørende for, at hun i dag sidder her ved bordet i den hyggelige stue og har et liv, hun er glad for. Den første, der gjorde en forskel, var en socialrådgiver, Betty mødte som 14-15-årig. Tove, som hun hed, stoppede rækken af mislykkede ophold på diverse ungdomsinstitutioner. Det var egentlig meningen, at Betty nu skulle bo hos sin ofte alkoholiserede far, fordi moren "ikke længere kunne klare hende".

Tove foreslog, at Betty i stedet for at komme hjem til faren eller på flere institutioner kom hen til et rummeligt og familiært sted, der også kunne gengive hende troen på sig selv. **Det førte til anbringelse i den plejefamilie, som Betty har haft som et sikkert anker lige siden. Også selv om de ikke har "fået en krone for mig, siden jeg fyldte atten år", som hun siger med en vis tilfredshed.**

"I plejefamilien var der også kaos, men på en helt anden måde, end jeg var vant til. En god måde. Sko på gulvet, jakker over det hele. Men de kunne rumme mig, og der var kærlighed. De kunne lide sådan en tosse som mig, og jeg fandt ud af, at jeg ikke var så tosset alligevel. Hvis jeg tegnede, sagde de: "Wauw, du skal da på kunstakademiet!", og hvis jeg lavede teater for børnene, skulle jeg da helt klart på teaterskole. De så mig som et ansvarligt menneske, der kunne klare noget, mente, at jeg var en ung pige som alle andre."

Det ophold gjorde, at Betty begyndte at stole på, at hun duede til noget, og fik gennemført en uddannelse på søfartsskole. Hun blev gift med en sømand, fik tidligt sit første barn og var egentlig ret glad og tilfreds med livet. Tre måneder efter sin første fødsel var hun gravid igen.

Selvom det var noget af en overraskelse og en hård tid med to spædbørn på samme tid, var den altoverskyggende krise, da hun mistede sit barn nummer to til vuggedøden. Sorgen sendte hende ud i skilsmisse og fornyet misbrug.

Tid til refleksion

Først langt senere, efter en årelang, konstant kamp for at holde facaden og adskillige kortere fængselsdomme, mødte Betty det næste menneske, der gjorde en forskel: Elisabeth i kriminalforsorgen. Elisabeth, der indstillede til, at Betty denne gang fik en behandlingsdom frem for igen at komme i fængsel.

Dommen lød på ambulans behandling på psykiatrisk afdeling i Risskov betinget af, at Betty ikke begik fornyet kriminalitet eller tog stoffer igen. Hvis betingelserne blev overtrådt, blev den ambulante behandling vekslet til indlæggelse på den lukkede afdeling i en periode.

"Der var ingen købmand som i spjældet og ingen stoffer. Jeg kunne begå mig i fængslet, men slet ikke på 'Psyk', for jeg havde intet overskud til de skøre. Jeg holdt mig meget for mig selv. Udadtill var jeg absolut usamarbejdsvillig, men jeg lå meget og tænkte over, at jeg måtte gøre noget ved mit liv. Nødvendige tanker om, at jeg måtte ændre mit liv, som jeg ikke ville have fået på samme måde i fængslet."

Der skulle gå yderligere en årrække, før Betty for alvor forsøgte at lægge rusmidlerne bag sig. Denne gang handlede det om indflydelse fra

hendes datter, der nu havde fået et barn og gjort Betty til mormor. Igen og igen viste datteren, at hun gerne ville have Betty i sit liv.

Over døgnbehandling, efterfølgende tilbud om en "skæv bolig" og tilknytning til et værested, der tilbød et netværk, der kærede sig om hende, nogle, der ringede til hende, kunne hun over en årrække skifte metadon ud med Suboxone for til sidst at blive helt udtrappet og stoffri.

"Ove på Værestedet [Jægergårdsgade i Aarhus, red.] gav mig indhold i livet. Han kunne se, at jeg kunne noget, og gjorde mig blandt andet til guide og foredragsholder, der viser og fortæller almindelige mennesker om livet på gaden."

Han fokuserede på Bettys ressourcer som grundlag for at skabe positive forandringer i hendes liv, fik hende til at føle, at hun gjorde en forskel for andre, og under hans indflydelse lærte hun også, at det er okay at bede om hjælp.

Omgang med almindelige mennesker

Som noget helt afgørende introducerede Ove også Betty til værestedets venneprogram. Et program, hvor hjemløse bliver matchet med 'almindelige mennesker'.

Her mødte hun et ægtepar, Jette og Erik, der trådte til med at få styr på økonomien og få oprettet en budgetkonto, da Betty, et stykke tid efter de havde mødt hinanden, flyttede i egen lejlighed, og postkassen var på bristepunktet af rudekuverter, hun ikke turde åbne, og der blev pludselig slukket for strømmen.

Jette og Erik ser hun stadig, plejeforældrene er der endnu, ligesom Ove fra værestedet stadig inddrager Betty i projekter og betaler hendes transport, når hun har guidevagter. Og hendes datter siger, at hun er stolt af sin mor. Det er det allerbedste.

Kort sagt er det den personlige, vedvarende interesse fra mennesker med hjertet på rette sted og praktisk, handlingsorienteret støtte, som Betty takker for livet.

7 ønsker fra Betty Ihler til rusmiddelområdet, som hun mener, kan hjælpe stofbrugere til et bedre liv:

1) Lange og tætte relationer frem for hyppige skift i sagsbehandlere, misbrugsbehandlere og andre professionelle kontakter: At skulle starte forfra 'hele tiden' hindrer og forsinker fremskridt og positiv udvikling.

2) Hurtig og nem adgang til behandling: Det nytter for eksempel ikke at skulle kvalificere sig til behandling igennem ugers fremmøde, når alt andet i ens liv er i kaos.

3) Lettere adgang til døgnbehandling efter eget ønske: Ikke alle kan komme ud af misbrug via ambulante behandling, og det er forskelligt, hvilken type døgnbehandling stofbrugere har behov for.

4) Mere Suboxone, mindre metadon: Suboxone er nemmere at nedtrappe og ikke en handelsvare som metadonen, ligesom man ikke går rundt i en mental 'osteklokke' på Suboxone.

5) Mere udebehandling, mindre behandling på misbrugscentret: Det er ringe rammer at udvikle sig i, man oplever indimellem at blive nedladende behandlet, og det er tyngende og fastholdende at komme på centret. Man har brug for snak og kontakt, men behandleren åbner computeren og stiller dig 'rating'-spørgsmål om dit forbrug og din tilstand.

6) Mere praktisk hjælp, mindre behandlerkontor: Stofbrugere og hjemløse har brug for hjælp til at klare livet, betale regningerne og få NemID, hvis misbrugsbehandling skal nytte noget. Lige så vigtig er hjælp til at komme til at høre til et godt sted og komme i kontakt med almindelige mennesker. Hjælpen skal kunne fås ét sted.

7) Gældshåndtering: Når man gerne vil tage ansvar for den gæld, man har skabt til det offentlige, og begynde at betale tilbage, ville det være hjælpsomt, hvis der kunne forhandles et beløb, som er realistisk at tilbagebetale, og fastsættes nogle afdrag, der gør det muligt at leve rimeligt.



Betty sætter stor pris på sin hverdag i det hus, som hun altid har drømt om at bo i.