

WSO-POSTEN

ORGAN FOR LANDSFORENINGEN WE SHALL OVERCOME

Kalender

20. Desember: WSO julebord kl 18.00

Lokale arrangement

16. November: Tønsberg kl 14.00. «Hvorfor er medisiner det eneste tilbudet når man strever med livet»

30. November: Oslo kl 10.00. Seminar om atfføring og arbeid

Kjære WSO-medlemmer!

I sommer gikk jeg inn i en veldig tung tid personlig, noe som har ført til at jeg i høst søkte styret om en permisjon fra ledervervet i WSO. Det fikk jeg innvilget, og fra 1. november (som i skrivende stund var i går..) blir jeg borte i 4 måneder. Liv Skree, nestleder, overtar vervet som leder under permisjonen, som «konstituert leder» som det heter på fint.

Jeg har lurt litt frem og tilbake på om jeg skulle skrive noe mer om årsaken til at jeg ber om permisjon, og har vært inne på både depresjon, utbrenthet, og siden ingen av ordene egentlig passer, ble det en lang avhandling om mitt indre liv og utfordringer, kampen vi står i og paradigmeskiftet som krever sitt. Det ble litt mye, så nå velger jeg heller å si at jeg har «gått tom» og ikke har mer å gi akkurat nå.

Det er nå nesten nøyaktig tre år siden forrige gang jeg hadde et så langt fravær fra WSO, og erfaringen min fra

den gang var at ved å reise bort, få nye perspektiver og fristilling fra alle krav her hjemme, så fikk jeg ny energi og pågangsmot igjen. Så jeg kommer til å gjøre akkurat det, og håper jeg i mars har noe å gi igjen.

Grete er fortsatt sykemeldt fra kontoret, og selv om alle gjør så godt de kan vil det bli merkbart at jeg er borte. Det er ikke mulig for Liv å overta alle oppgavene mine, samtidig som hun også har sine egne oppgaver som nestleder. Så at det vil bli noen forsinkelser på ting og tang, litt redusert aktivitet og noen ting som glipper må man nok regne med.



Landsforeningen We Shall Overcome er en bruker og interesseorganisasjon for menneskerettigheter, selvbestemmelse og verdighet innen psykisk helse. Vi jobber aktivt opp mot myndigheter og psykiatrien for å få til en ikke-voldelig revolusjon innen psykisk helsevern, i tråd med Menneskerettighetskonvensjonen. Vi mener at psykiatrisk behandling bør skje på brukerens egne premisser og at respekt for enkeltindividets autonomi må ivaretas.

Ingenting om oss uten oss

Jeg vil ønske Liv lykke til i månedene jeg er borte, og har full tillit til at hun seiler skuta på rett vei videre. Jeg håper alle vil gi henne den støtten og tillitten hun trenger!

Av det arbeidet vi har gjort i WSO de siste månedene, som ikke er beskrevet i resten av WSO-posten, så har jeg lyst til å trekke frem en ting. Norge ratifiserte FN-konvensjonen om rettighetene til mennesker med nedsatt funksjonsevne (CRPD) i juni, med tolkningserklæringer (som WSO protesterte på i Stortinget i fjor, mer om det i WSO-posten 4. 2012, for nye medlemmer). Likestilling og Diskrimineringsombudet (LDO) har ansvaret for oppfølging av konvensjonen i Norge, og for oss blir samarbeidet med dem viktig fremover. Vi har vært i flere møter med LDO, og 3. desember kommer en rapport om Rett til Frihet og personlig sikkerhet, om tvang og tvangslovgivning. Det blir også en konferanse om CRPD, og vi regner med å være i panelet under debatt om tolkningserklæringene.

Det har kommet bare gode nyheter fra CRPD-komiteen i FN den senere tid, og nå kan det slås fast at deres forståelse av konvensjonen er mer i tråd med WSO enn med norske myndigheter ! Så vi er på rett vei !

Mette Ellingsdalen, leder i WSO



Velkommen til WSOs julebord

fredag 20. desember kl 18

Julebordet går av stabelen på Doverhallen i Storgata 22, Oslo. Alle WSOs medlemmer er velkomne,

Vi har som i fjor reservert et rom for oss selv. Når kl. er 22 så ryddes bordene bort og lokalet åpnes for dans til levende musikk.

Det er fem menyvalg å velge mellom, som gis beskjed om ved påmelding: Ribbe , Pinnekjøtt, Lutefisk, Kalkun, Juletallerken eller Vegetar.

WSO spanderer middag, kaffe og evt. dessert. Drikke betales selv. Vi oppfordrer til måtehold med alkohol under WSOs arrangementer.

Påmelding innen 6. desember til kontoret.

Tlf 22413590 man-ons-fred kl 12 -15

Ingenting om oss uten oss

Selvhjelpsgruppe for nedtrapping av medikamenter

WSO har startet opp en selvhjelpsgruppe for mennesker som ønsker å trappe ned på psykofarmaka. Mange opplever å få lite støtte fra behandlere og hjelpesystem når de velger å trappe ned. Det er derfor tatt initiativ til en selvhjelpsgruppe som kan være en støtte i nedtrappingssituasjonen, ved at mennesker i samme situasjon møtes regelmessig, snakker sammen, deler erfaringer og støtter hverandre.

Hvis du er i en situasjon hvor du ikke nå kan trappe ned eller slutte på medikamenter, enten det er tvang eller andre grunner, men ønsker det for fremtiden, så er du hjertelig velkommen.

Møtene finner sted i WSOs lokaler i Møllergata 12, Oslo.

Foreløpig tidspunkt: Fredager kl 13—15.

Hvis du er interessert i dette, ta kontakt med kontoret og få tlf.nummer til Fredrik, eller snakk med Mari-Ann.

Skyggerapport til FN

WSO har levert inn skyggerapport til FNs komitee for økonomiske, sosiale og kulturelle rettigheter (ØSK). Norge skal eksamineres i komiteen 20. November i år. WSO vil sende Hege Orefellen og Liv Skree ned til Geneve for å presentere vår sak for komiteen. De vil ha flere møter med mulighet til å ha dialog, og også private møter med enkeltmedlemmer i komiteen.



Internasjonalt arbeid.

Hege Orefellen vil i tillegg ha en rekke møter med andre i FN for å fremme CRPD og brukere og overleveres sak som representant for World Network of Users and Survivors of Psychiatry (WNUSP), verdensnettverket for brukere og overleverere fra psykiatri, som WSO er medlem av. Hege gjør i dag en betraktelig innsats i WNUSP, og er WSOs hardtarbeidende representant internasjonalt. Dette arbeidet er utrolig viktig for utviklingen også her i Norge fremover. Vi kan åpenbart ikke forvente at Norge vil gå foran i utviklingen for at vi skal få oppfylt våre menneskerettigheter, så det å forsøke å påvirke direkte i FN er helt avgjørende. WNUSP spilte en avgjørende rolle for at CRPD ble en konvensjon som gir oss som mennesker med psykososiale funksjonsnedsettelse rettigheter på lik linje med andre, uten unntak.

Ingenting om oss uten oss

Amaliedagene 2013 – Frihet

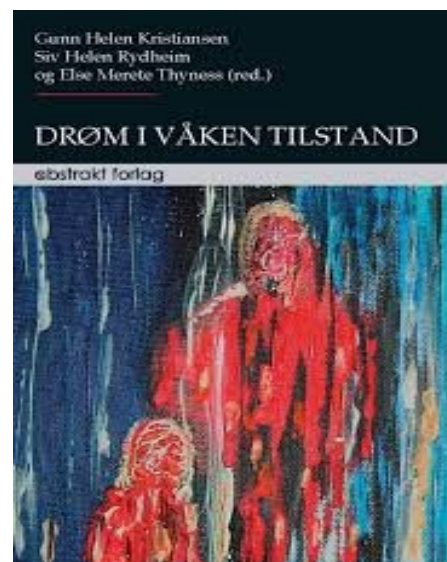
Amaliedagene ble gjennomført 22- 25 august med stor suksess. Alle arrangementene hadde godt besøk. Vi har valgt ut noen høydepunkter her, men hele programmet og alle som bidro var veldig bra!

På fagdagen torsdag 22. august sprengte vi kapasiteten i Fritt Ords lokaler, med nærmere 120 mennesker tilstede på det meste.

Liv Skree ledet oss gjennom et nyskapende, inspirerende og for noen av oss innimellom følelsemessig krevende program, hvor mange sterke erfaringer ble presentert.

Etter at Espen og Lise Øvre fortalte sin historie om datteren Silje, som tok selvmord som følge av grov overmedisinering og manglende oppfølging i psykiatrien, var det godt vi hadde en pause til å tørke tårene og fordøye historien før vi gikk videre i programmet. De har opprettet Silje-Benedikte Stiftelsen, som jobber mot overmedisinering i psykiatrien. De har klart å nå bredt ut via FB-siden sin, som har 18 357 følgere. Saken om Silje skal behandles av Helsetilsynet, og foreldrene legger ned et enormt arbeid midt i sin egen sorg for å få rettferdighet for datteren og hindre at dette får fortsette å skje. Deres historie vises på Brennpunkt 5. november, muligens med klipp fra Amaliedagene også, NRK var i hvert fall der og filmet.

Før dette hadde Siv Helen Rydheim og Gunn Helen Kristiansen presentert boka "Drøm i våken tilstand", som presenterer syv historier om psykoseopplevelser. De fortalte både om arbeidet med bokprosjektet, og litt fra historiene. Behovet for en annen forståelse av disse erfaringene enn den psykiatrien kommer med er påtrengende, og denne boka blir forhåpentligvis en døråpner i så måte, hvis bare fagfolkene tar seg bryet med å lese den.



Gunn Helen og Inger Emilie Nitter, en av de andre bidragsyterne i boka var også i Ekko på P2 29. Oktober, hvor de på en veldig flott og overbevisende måte fortalte sine historier. Gunn Helen la også stor vekt på behovet for medikamentfrie tilbud. Dette programmet kan også høres på nett

<http://radio.nrk.no/serie/ekko-hovedsending/mdsp25021613/30-10-2013>

Innslaget begynner 0:30 ut i programmet.

Ingenting om oss uten oss

Debatt

Torsdagens debatt på Litteraturhuset trakk også fullt hus, ca 120 mennesker ville høre om

«**Psykisk Helsetilbud om 20 år – Hva kommer etter sykdomsmodellen**».

Bengt Karlsson utfordret panelet ikke bare på hva man ønsker seg, men hvordan man skal få det til. Det var en bredt sammensatt gjeng som svarte for seg, med en samlet kompetanse som rommer brukererfaring, aktivistarbeid, psykologi, kommunalt psykisk helsearbeid, menneskerettigheter, jus, ledelse, pårørendeerfaring, og selvfølgelig mye mer vi kanskje ikke en gang vet om. Det panelet nok var enige om er at sykdomsmodellen ikke er det vi bør satse videre på, siden den ikke fungerer særlig bra og også kan gjøre stor skade.

Et høydepunkt som kan nevnes er Odd Voldens fremtidsvisjon "Psykisk Helsefeltet 2033", som fremkalte både latter og applaus. Et lite utdrag følger, hele innlegget kan leses på Napha-bloggen:

<http://www.napha.no/content/6108/Psykisk-helsefeltet-2033->

.... Nevrosporet - et nytt blindspor

Nevrosporet, som var veldig varmt mellom 2008 og 2020, viste seg å være like unyttig for praksis som det meste fra biofronten de forrige hundre årene.

Dette var på mange vis et definerende øyeblikk for myndighetene: Selv ikke politikere og byråkrater kan i lengden fortsette å dele ut konsesjoner til folk som aldri klarer å levere på bestillingene.

I 2033 går derfor dialogen og likemannsarbeidet alltid forut for utredningen og diagnostiseringen. Samvær er viktigere enn samtale. Nettverk og grupper er regelen, individualbehandling er unntaket.

Stigmatiseringen er borte

*Partiet **De grønnes** enorme framgang, som begynte ved valget i 2013, har gjort at det å ikke være i jobb, og på den måten bidra til lavere forbruk, har blitt sett på som positivt.*

Sammen med uføreloven, som trådte i kraft 1. januar 2015, der en fleksibel og enkel avkortningsordning for dem som kunne utnytte restarbeidsevnen ble innført, bidro dette vesentlig til det såkalte "borgerlønnforliket" i 2027.

Stigmatiseringen av mennesker med psykososiale funksjonsnedsettelse opphørte for godt rundt 2025. Den vesentligste årsaken til dette, i tillegg til miljøkrisa og borgerlønna, er nok Arnhild Lauvengs mangeårige virke som profilert spaltist i Dagbladet, og Linda Bostrøm Knausgårds innsats som leder for Litteraturhuset i Oslo, en jobb hun overtok etter Aslak Sira Myhre i 2018. ...

Ingenting om oss uten oss

Fredag var det tid for Film

Bob Foss ledet oss gjennom en dag fylt av håp om at human og respektfull behandling er mulig.

Det var to filmer av den amerikanske filmskaperen Daniel Mackler som stod på programmet.

Healing Homes – Helbredende Hjem omhandler et arbeid som foregår bare et langt steinkast fra oss i den store sammenhengen, nemlig i Gøteborg. Der har Familievernsstiftelsen drevet et alternativ til psykiatri i 25 år. De tilbyr mennesker som er i krise plass i en (helt vanlig) familie, hvor de bor i alt fra noen måneder til flere år, med oppfølging og terapi fra stiftelsen. Filmen gjorde et sterkt inntrykk, vi fikk møte både en person som bruker tilbudet, en familie med deres egne barn og hunder, og mange historier. De som jobber i familievernsstiftelsen er i hovedsak sosialarbeidere, ikke leger og psykologer.

Carina Håkonsen som startet dette var med oss som gjest, sammen med Hanna som også jobber i Familievernsstiftelsen, og etter filmen fikk vi nyte godt av mer av deres kunnskap og erfaring om at det nytter å tilby en annen hjelp.

Begge er utdannet sosialarbeidere (sosionomer), og jobber helt utenfor den medisinske modellen. De bruker blant annet ikke diagnoser overhodet, men forholder seg direkte til de menneskene de møter. Det hele utviklet seg mer til en samtale mellom dem og publikum enn egentlig et foredrag, og var i seg selv et eksempel på dialog i praksis.

Den andre filmen omhandler Åpen Dialog-prosjektet, som ble utviklet for 25-30 år siden i Vestre Lappland, Finland, under ledelse av Jaakko Seikkula. Prosjektet kan i dag vise til de beste resultatene som er registrert i hele verden når det gjelder behandling av mennesker som for første gang blir utsatt for psykose. Hele 85% av pasientene er etter en femårsperiode symptomfrie, er i skolegang eller i arbeid. Schizofreni er i ferd med å forsvinne som kronisk "tilstand" i landsdelen. Dette i kontrast til at Vestre Lappland før prosjektet sattes i gang var et av de mest schizofreni-tette i Europa!

22-25 august

FRIHET
- nye veier til bedre psykisk helse

valgfrihet • frihet fra tvang • frihet med seg selv • frihet med hverandre

Foto: B. I. Pedersen

AMALIEDAGENE 2013
en brukerstyrt fagkonferanse
Arrangementet er gratis og åpent for alle

Ingenting om oss uten oss

Åpen Dialog bygger på en ikke-medisinsk, psyko-sosial forståelse av psykose og schizofreni. Psykofarmaka brukes ytterst sparsomt, helst ikke i det hele tatt. Behandlingen baserer seg på en åpen, ikke-hierarkisk arbeidsform der hele familien til den psykose-utsatte er med på lik linje med alle andre. Psykose ses på som noe som oppstår MELLOM mennesker, som et uttrykk for problematiske relasjoner – og som derfor bare kan løses GJENNOM relasjoner. Alles stemme veier like mye. Man snakker aldri OM noen hvis de ikke selv er til stede, men MED dem. Nesten alltid blir konsekvensen at de "ubegripelige" symptomene forsvinner. Viktigst av alt: prosjektet slår i fillebiter myten om at "schizofreni" er en kronisk, uhelbredelig sykdom.

En viktig kommentator i filmen er Robert Whitaker (medisinsk journalist), som med sin bok "Anatomy of an Epidemic" gjorde Åpen Dialog-prosjektet kjent over hele verden. Det fungerte som en fin kopling til Robert Whitakers egen deltagelse under den paneldebatt som ble arrangert i etterkant av Amaliedagene.

Amaliedagene 2013 ble siste med Landsforeningen WSO som hovedarrangør.

Amaliedagene har vært et flott arrangement i 15 år ! Det er ingen tvil om at Amaliedagene har hatt en stor betydning for WSO, og gitt oss en fantastisk samlingsplass for inspirasjon, nytenkning og fellesskap. Derfor kommer det kanskje som en overraskelse på noen, og som en trist nyhet for mange at Amaliedagene 2013 blir de siste med Landsforeningen WSO som hovedarrangør.

WSOs sentralstyre hadde Amaliedagene oppe til behandling i styremøte 21.10.13.

Vi vurderer Amaliedagene til å være et svært vellykket arrangement utad, men også svært krevende å arrangere innad. Mange års erfaring viser at det blir en svært stor arbeidsmengde på få personer. Vi vurderer det som ikke bærekraftig for WSO å bruke begrensede ressurser på denne måten, da vi står i fare for å brenne ut ildsjelene våre.

Utfordringen er blant annet at et så stort arrangement, som består av så mange forskjellige deler, krever veldig mye koordinering. Det ligger en enorm jobb med planlegging bak for at det skal bli vellykket. Mange har vært med å bidra med større og mindre oppgaver, men det har vært vanskelig å fordele ansvar på en god måte.

Vi har gjort flere forsøk på å omorganisere, uten at det har løst dette.

Vårt vedtak ble at Landsforeningen We Shall Overcome -WSO trekker oss ut av Amaliedagene.

At vi ikke lenger ønsker å være hovedarrangør for Amaliedagene er altså ikke fordi vi på noen måte er misfornøyd med resultatet, vi er derimot veldig stolte over hva vi har fått til!

Ingenting om oss uten oss

Styret vil gjerne bruke denne anledningen til å takke alle som har bidratt til Amaliedagene i alle år, det er så mange at det blir umulig å nevne navn. Vi vil allikevel trekke frem to mennesker som har vært svært sentrale, det er på sin plass å gi en stor takk og honnør til Elin Sverdrup-Thygeson, som tok initiativet til Amaliedagene for 15 år siden, og var hovedkraften bak i mange år.

Vi vil også takke Haakon Sandøy, vår Amaliedagsleder over flere år, og den som har sørget for at det finnes videodokumentasjon av hele Amaliedagenes historie.

Amaliedagene er et samarbeidsprosjekt mellom flere organisasjoner, og de andre organisasjonene som var med i år har fått beskjed om WSOs avgjørelse, og vil vurdere hva de gjør videre og om de har lyst og kapasitet til å fortsette. Nærmere beskjed om resultatet av det får dere.

En mirakelpille for psyken?

26 august (dagen etter Amaliedagene), inviterete WSO og Erfaringskompetanse til debatt i Litteraturhuset. Amalie Skrams sal var fullsatt, og mer til, av folk som kom for å høre Robert Withaker, Mette Ellingsdalen og 2 psykiatere diskutere kunnskapsgrunnlaget til psykofarmaka, spesielt antipsykotikum. Ellingsdalen viste til flere punkter i psykoseveilederen som anbefaler legemidler, mer legemidler og atter flere legemidler. Valget står mellom antipsykotikum og antipsykotikum. Withaker fremmet at det er godt mulig disse stoffene har en korttidseffekt, men det er dess mer skremmende at det nesten ikke finnes studier på langtidseffekter av disse preparatene, og den lille forskningen som finnes på dette viser skremmende og skadelige tendenser.

Endring av formålsparagraf utsatt.

Siden vi har en litt krevende situasjon med store oppgaver og redusert bemanning denne vinteren, har sentralstyret besluttet å utsette endring av formålsparagraf med et år. Planen, og vedtaket fra Landsmøtet, var at dette skulle være ferdig til neste Landsmøte i 2014. Men vi får for liten tid til både å gjøre et grundig arbeid, og ha en god høringsrunde i organisasjonen innen den tid. Vi mener derfor det er bedre å utsette det, formålsparagrafen er viktig å få riktig.

Innspill kan fortsatt sendes til post@wso.no, arbeidet er utsatt ikke avlyst.

WSO arrangerer filmklubb med filmvisninger på diverse torsdager fremover i Møllergt 12. Om du skulle være interessert i å delta på dette, så ta kontakt i kontorets åpningstider for mer informasjon. Tlf: 22413590



Landsforeningen - We Shall Overcome

Stiftelsesår: 1968 / Org.nr.: 980 334 597 / Bankkontonr.: 6242.05.31325

Besøks / postadresse: Møllergata 12, 0179

Tlf.nr. 22 41 35 90 – post@wso.no – www.wso.no