

Vi vil tænde et lille stearinlys i deres verden

Muhabet er Danmarks eneste værested for psykisk syge med indvandrer- eller flygtningebaggrund og deres pårørende. De fravælger nemlig i stor stil de traditionelle, danske væresteder. Men indenfor i Muhabets lyse oase kan de slappe af, tale deres modersmål og for en stund komme væk fra hverdagens problemer.

Af Gitte Mejnecke

Det frivilligt drevne Muhabet på Vesterbrogade i København er et "helle" for mange indvandrere og flygtninge med psykiske sygdomme og problemer. Her kan de være sig selv både kulturelt og sprogligt.

"Her kan du være den, du er, og det er helt frivilligt at komme her. Vi behøver ikke at vide, hvad du fejler, for vi fører ingen journaler. Det vi byder på, er medmenneskelig kontakt, og et sted at høre til", fortæller marokkanske Najib Haddar, der sammen med sin tyrkiske kone Emine Ayyildizoglu, er initiativtager til Muhabet.

Landets eneste værested for psykisk syge med etnisk kulturbaggrund slog dørene op til de hyggelige, gulmalede cafélokaler i sommeren 2003. I starten var åbningstiden begrænset, for Najib og Emine kørte stedet for egne penge, og det taptede på kræfterne. I dag er Muhabet åbent hver dag undtagen søndag med Najib som projektleder og eneste fastansatte.

Samvær med ligesindede

Høj tyrkisk musik strømmer stemningsfuldt ud af højtalerne, mens Najib hilser på to nyankomne mænd. Lidt efter serverer han te i små glas, og snart klirrer teskeerne rytmisk. En ældre dame sender ham et smil

fra sofaens store røde puder med guldstjerner og bladranker. I Muhabet bliver man mødt med medmenneskelighed og varme. Muhabet betyder nemlig "kærligt samvær". Muhabets mål er at skabe en pendant til Mellemøstens uforpligtende, men personlige samværsform, hvor folk dagen igennem dropper indenfor og samles eksempelvis hos grønthandleren, frisøren eller i moskéen. Et fristed, hvor man er en del af et fællesskab, og kan snakke med ligesindede om løst og fast.

I Muhabet er samværet ikke bygget på et behandler-klient forhold, men hviler respektfuldt på forholdet mellem vært og gæst.

"I Danmark er al kontakt professionaliseret, når du er psykisk syg. I Muhabet siger vi, har du overskud, så kom. Jeg er din vært, og du kan betragte dig som min velkomne gæst. Jeg serverer dig en kop te eller et måltid mad, og som gæst skal du selvfølgelig ikke betale. Den måde vi har opbygget samværet i Muhabet, gør også, at du f.eks. ikke bør skælde mig ud eller råbe af mig. Den opførsel kan man ikke tillade sig. For selvom nogle brugere er meget syge, kan de godt se, at vi vil dem det godt", siger Najib. Muhabet er åbent for alle. Den faste kerne består både af tidligere psykisk syge, nuværende patienter fra distrikpsykiatrien, pårørende og ensomme ældre indvandrere.

"Vi har ingen skjult dagsorden her. Vi lytter og snakker. Dem, der har det skidt, er sammen med nogle, som er glade, og det smitter positivt af. Så føler man sig ikke så isoleret længere", forklarer Najib. De frivilligt ansatte i Muhabet hjælper også gerne med at forklare indholdet af et brev fra f.eks. kommunen eller udfylde en ansøgning. Nogle dage kommer der fem mennesker i

Muhabet, andre dage 15. Men antallet af nye gæster er støt stigende.

Utilstrækkelige tilbud til folk med anden etnisk kulturbaggrund

Mange indvandrere føler sig ikke hjemme på de danske væresteder, som samfundet tilbyder. Ikke kun sproget, men også den kulturelle omgangsform skaber problemer og utrvghed.

"I Danmark skal man tilbyde psykisk syge behandling og et sted at være, men indvandrere fravælger de eksisterende væresteder, fordi der ofte hersker en mere kaotisk stemning og en grov sprogjargon, som de har svært at spejle sig i. De føler sig ganske enkelt sat udenfor fællesskabet", forklarer Najib om årsagen til fravalget. At mange brugere på de danske væresteder også har et alkohol- eller stofmisbrug oveni deres sindslidelse, gør ydermere identifikationen med andre sindslidende sværere for indvandrerne.

"Indvandrerne har f.eks. en anden madkultur og en anden mere høflig samværsform. Det er en svag gruppe, der kommer til at føle sig dobbelt låst blandt psykisk syge danskere, fordi de ofte mangler sproget oveni. Her i Muhabet kan de i hvert fald tå lidt op, og sige til sig selv, at det ikke er sikkert de andre er psykisk syge, men vi drikker den samme te, elsker den samme slags musik og joker på den samme måde. Det giver dem lidt overskud", fortæller Najib.

Den dobbelte isolation

Najib og Emine oprettede Muhabet på eget initiativ, fordi de gennem deres arbejde som pædagoger indenfor socialforsorgen tit oplevede,

hvordan psykisk sygdom hos indvandrere fører til dobbelt isolation. "Som indvandrer med en psykisk lidelse er man dobbelt isoleret. Man er både isoleret i samfundet pga. sprogbarrieren, og man er isoleret i sin sygdom", forklarer Najib. Som tolke og familiekonsulenter oplevede Muhabets to grundlæggere gentagne gange, at komme ud til en familie, der iflg. skole, børnehave og sagsbehandler ikke trivedes.

"Mange gange opdagede vi, når vi kom ud til familien, at faderen eller moderen var psykisk syg. Eller måske var de det begge to. Men man havde kun haft øje for de umiddelbare problemer, og forsømt at kigge bagom", konstaterer Najib. Psykisk sygdom er tabubelagt blandt indvandrere, og sindslidende indvandrerforældrene føler sig derfor både isolerede og udstødte af det omgivende samfund. Oveni er flere angst for at miste deres børn, hvis myndighederne får kendskab til sygdommen.

"Mange af de børn på 17-18 år, der nu går på gaderne og slår eller stjæler, det er ikke fordi, de er utilpassede. Det er følgerne af, at man ikke så at deres far var psykisk syg, dengang de var 4, 6 eller 7 år gamle. Men det er meget sjældent, jeg har hørt voksne sige - hov stop, familiens voksne kom jo direkte her til Danmark fra krig, fængsel, tortur eller en flygtningelejr, i f.eks. Afghanistan eller Irak. Men vi vidste jo på forhånd, før vi fik dem hertil, at der kommer mennesker til Danmark, som har det meget dårligt rent psykisk og derfor ikke har særligt mange ressourcer. Det løser man ikke ved at lære dansk, for den her gruppe kommer aldrig til at klare sig selv. Det er man nødt til åbent at erkende - i stedet for bare at vende det blinde øje til", siger Najib.

Flere psykisk syge indvandrere

Antallet af sindslidende indvandrere og flygtninge på både lukkede og almene psykiatriske afdelinger har været stigende de seneste årtier, i takt med indvandringen.

"Man kan groft opdele de psykisk syge indvandrere i tre store grupper. Der er folk, der før var vel fungerende og veluddannede i deres hjemland, men som er blevet psykisk syge før de kom til Danmark pga. krig, traumer eller tortur. Andre bliver først psykisk syge, når de er kommet til Danmark, fordi familien blev spredt eller de ikke fik gennemført en familiesammenføring. Så knækker ens person pludselig. Den tredje gruppe er derimod i stand til at arbejde, skjule sindslidelsen indenfor familien og hermed opretholde facaden på overfladen. Lige indtil kravene til dem, bliver større og større - ikke kun fra samfundets side, men også fra deres egne børn og deres egen familie i hjemlandet. Så knækker man til sidst", forklarer Najib. Udover private, personlige problemer, slås mange indvandrere i Danmark hver dag med at få livet til at hænge sammen.

"Mange bærer hver eneste dag på bekymringen over, hvad der sker med deres efterladte familiemedlemmer i det helvede, de har forladt - f.eks. Afghanistan og Irak, hvor bomberne falder. Mange slås med skyldfølelse over at have ladet en bror, mor eller søster tilbage. Og de kan ikke abstrahere fra det, for der bliver bombet hver eneste dag", forklarer Najib.

En anden overset gruppe blandt indvandrerne er førtidspensionisterne, der har familie og børn, men pga. psykisk sygdom ikke længere kan passe et arbejde og nu mistrives.

"Privat er der mange, der føler sig som en fiasko i Danmark. De har brugt 5-7-10 år på at nå hertil - et sikkert sted - og så blev deres liv alligevel er en fiasko. På trods af deres årelange kamp for at komme hertil fra f.eks. Iran gennem mange forskellige, farefulde mellemstationer. Og på trods af, at de nu har fået opholdstilladelse og pension, så kan de så se deres børn have det af helvedes til, og at de ikke selv lykkedes i det nye samfund. Som gruppe tror jeg generelt, at samtlige sidder med afmagtsfølelse over ikke at kunne klare sig - lige meget, om de kommer fra krigszonen eller har levet i Danmark i 30 år. De kan ikke undgå skammen, for de oplever, at der ikke er brug for dem", siger Najib.

Fra mund til mund

Kendskabet til Muhabets eksistens spreder sig fra mund til mund. I dag kommer her folk helt fra Ringsted, Roskilde og Helsingør. "De fleste kommer her, fordi nogle af deres familiemedlemmer kender stedet. Så synes de også, at det er i orden, at de selv begynder at komme her. Der er mange, der ikke vil sige offentligt, at de har en psykisk sygdom. Så siger de bare, at de er trætte eller ikke har overskud. Det er okay her. Der kommer også mange, der ikke er psykisk syge. Det er pårørende eller folk, der har nogle psykiske problemer som f.eks. depression", forklarer Najib. Herudover ligger Muhabets præsenteringsfoldere hos socialrådgivere, i distriktspsykiatrien og på alle psykiatriske afdelinger i Storkøbenhavn. Muhabet er også det eneste sted i Danmark, hvor både mænd og kvinder med indvandrerbaggrund samles under ét.

”Vi har bare gjort det. Vi ser os som åbne vinduer ud til verden, og vi er stolte af det. De, der kommer her, tager det som en selvfølgelig ting. Det er ellers ikke almindeligt, men ingen har stillet spørgsmålstegn ved det”, siger Najib. For at imødekomme dem, som ikke bryder sig om det, er torsdagen forbeholdt kvinder. Her laver de mad sammen og hygger sig, og der er også tænkt på deres børn. De kan få lektiehjælp af frivillige lærere,

universitetsstuderende eller pensionerede

lærere, og knytte nye venskaber med andre børn.

”Så har vi fuldendt cirklen, så det ikke kun er manden eller en søskende, der kommer i Muhabet. Det ligger os meget på sinde, at de børn som kommer her, får en god oplevelse. F.eks. oplever de, at andre voksne også vil hygge sig sammen med dem og deres forældre, og modtager dem positivt. Så de føler sig værdifulde”, siger Najib.

Etniske besøgsvenner

Som tolke har Najib og Emine også oplevet, den sproglige og kulturelle isolation mange indlagte indvandrere med psykiske sygdomme lever i. Derfor er de nu i gang med projekt ”Den røde tråd”. Her vil de samle frivillige besøgsvenner fra forskellige dele af verden, der taler patienternes modersmål, bl.a. arabere, afghanere, tyrkere og somaliere.

”Det eneste besøg mange indlagte indvandrere får, er når tolken kommer 15-20 minutter hver 2.-3. uge! Det er den korte tid, hvor de får lov at kommunikere på deres eget sprog. Hvis ikke man kalder det for isolation...Jeg ved, det ikke er politisk korrekt at sige,

men igen har vi glemt at mange psykisk syge indvandrere, som kommer hertil, ikke har overskud til at lære dansk. Andre går i regression, når de bliver syge og glemmer”, siger Najib.

Det er tanken, at besøgsvenner f.eks. kan komme med et bånd med arabisk musik, en tyrkisk avis eller bog til adspredelse.

”Taler du ikke dansk, kan du i hvert fald høre din musik og føle, at du stadig er til. Vi vil f.eks. også komme og ønske god Ramadan. Har du ikke lyst til at tale, er det også i orden. Men besøgsvennen kan måske så glæde



dig ved at medbringe din yndlingste, en kage eller noget bestemt mad – så vi får tændt et lille stearinlys i vedkommendes verden”, forklarer Najib om Muhabets besøgsven-projekt.

En rød tråd i tilværelsen

Intentionen er, at Muhabet skal blive til en rød tråd i den syges tilværelse. Muhabet besøger folk, mens de er indlagt, og når de er udskrevet igen, introducerer besøgsvennerne dem så til Muhabet.

”Mange bor alene. Her kan de bruge Muhabet som mødested til at opbygge et nyt netværk, så de ikke fortsætter isolationen derhjemme. Man udtrykker sig også friere på sit eget sprog, og flere siger, at det gør dem gladere. Så bliver de måske ikke så nemt syge igen”, siger Najib.

Muhabet har 40-45 frivillige. Nogle kommer og laver mad, andre snakker, spiller spil eller musik til en fest eller hjælper med computeren på kontoret. Og andre frivillige fungerer som besøgsvenner.

Muhabet får p.t. økonomisk støtte fra Integrationsministeriet, Socialministeriet, København og Frederiksberg Kommune.

”Lige nu har vi penge til midten af 2006. Herefter ved vi ikke om vi er købt eller solgt. Midlerne er små, men vi har i hvert fald været en succes i 1 år nu. Det er ikke afgørende om her kommer 15 eller 30 om dagen, vores kriterier for succes er nogle andre. For os er det en succes, når psykisk syge mobiliserer kræfter til at komme herind helt fra Roskilde, eller når folk kommer direkte ned til os, efter at de har været indlagt i måske ni måneder. Det viser, at der er brug for stedet”, understreger Najib.