

Massiv indsats, der virker

I bofællesskabet Miteq får grønlandske kvinder hjælp til at løse op for de traumer, der blokerer for, at de kan komme på ret køl. Her er psykoterapi en del af den langstrakte indsats, der skal vriste dem fri af misbrug og hjemløshed.

af Trine Kit Jensen

Howdan går det med rengøringen? Mangler der køkkenrulle eller sukker? Skal vi i biografen, i fitnesscenter eller på cafe? Sådan lyder det hen over spisebordet i en villa i Valby, hvor Justine, Ellen og Serie er samlet til husmøde. Nytåret er skudt ind tre dage for, men juletræet endnu ikke båret ud. Det sker ifølge grønlandsk tradition først til hellig tre konger.

Den hyggelige villa er rammen om bofællesskabet Miteq – et midlertidigt bosted med plads til fem hjemløse kvinder. Stedet blev etableret for ni år siden, og det er Koføeds Skole, der står for driften. Københavns Kommune yder løntilskud til de to medarbejdere. Miteq er det grønlandske ord for ederflugt. På øen i Nordatlanten blev sarte spædbørn i gamle dage svøbt i fuglens lune dun, og navnet er symbol på varme og omsorg.

Den slags er de skiftende beboere fra starten af 20'erne og op til 60-års alderen ikke forvante med. Ofte har de i Grønland haft en meget barsk opvækst, præget af misbrug, vold, incest og familietragtning. Nogle er flygtet til Danmark for at slippe for over-

grib eller følelsesmæssig og social nød. Andre er kommet hertil som plejebørn eller har taget turen fra Grønland for at gå i skole eller starte på en uddannelse. Men de massive problemer, kvinderne er vokset op med, er gået i arv, og når de flytter ind i villanen, er det i en sørgelig forfatning.

– De har været hjemløse i kortere eller længere tid, er typisk misbrugere af alkohol og hash, og deres helbred er skrøbeligt. De kan også være forslåede efter vold fra kæresten, og en enkelt er mødt op med et brækket ben, fortæller Lisbeth Nuka Pedersen, der er den ene af de to ansatte.

Ligesom kollegaen Peter Smidt er hun både social vicevært og psykoterapeut på stedet. Også mentalt er kvinderne nemlig mærkede af det hårde liv. De har traumer, der minder om dem, man møder hos krigsveteraner, og terapi er derfor en del af den indsats, der skal hjælpe dem ud af misbrug og social deroute.

– Ofte er misbrugsbehandling blot symptombehandling, der skal lære folk at styre deres drikke-trang. Men her bearbejder vi de bagvedliggende traumer og giver kvinderne redskaber til at håndtere dem. Ellers vælter læsset,

når det igen bliver hverdag, siger Lisbeth Nuka Pedersen.

Skal selv have en vilje

Bofællesskabets adresse er hemmelig, og ved hoveddøren er der ingen navneskilte, som afslører, hvem der bor i huset. De kvinder, der kommer fra et voldeligt forhold, skal ikke leve med frygten for at blive opsøgt af mændene.

– Stedet skal være beskyttet og trygt, siger Lisbeth Nuka Pedersen.

Alle former for alkohol og stoffer er bandlyst i villanen, og kvinderne skriver under på, at de ikke må have gæster, der er påvirkede eller har rusmidler med ind. Der er ingen fribilletter til Miteq, og kvinderne får kun lov at flytte ind, hvis de selv har en vilje til, at der skal ske ændringer i deres liv.

– Vi er her ikke blot for at løse et boligproblem. De skal være villige til at arbejde med sig selv og gå i psykoterapi hos enten Peter eller mig, siger Lisbeth Nuka Pedersen.

De fleste beboere kan først få gavn af terapien, når de har været i misbrugsbehandling. Den foregår på det private behandlingssted Frederiksberg Centeret. Misbrugsbehandling er her gratis

Når de er sammen 24 timer i døgnet, ryger der også noget forsvar. De kan bedre give sig hen, og der er tid til at løse de konflikter.

Peter Smidt

for grønlandere, og det er grønlandske medarbejdere, der står for den.

I terapien hjemme i bofællesskabet bliver der arbejdet med både krop og psyke, og langsomt lukker Miteq's to psykoterapeuter op for kvindernes traumer. De historier, der kommer frem, er ofte så horrible, at de for en gennemsnitsdansker kan være svære at begribe. Men Lisbeth Nuka Pedersen oplever samtidig, at kvinderne er gode til at profitere af terapien.

– Grønlandere er mere i kontakt med sig selv og deres krop end vi er, og de har en meget intuitiv tilgang til terapien. Der er ikke så meget modstand. Før de først fært af, at det kan hjælpe dem, går de bare i gang, fortæller hun.

Grænser for fællesskabet

Terapien tager sigte på at styrke kvindernes ressourcer og give dem mere selvværd, så de ikke falder tilbage i de gamle mønstre og skubber egne behov til side for at tilfredsstille andres.

– Først og fremmest skal de have en fornemmelse af sig selv. Ofte er de hele deres liv blevet nedgjort både fysisk og psykisk, og de tror ikke, de duer til noget. Derfor kan de for eksempel den ene gang efter den anden lade sig forføre af voldelige mænd, siger Lisbeth Nuka Pedersen.

Kulturelt er grønlanderne præget af en stærk fællesskabsfølelse. Den betyder, at de er vældigt sociale og kan have stor glæde af hinanden. Men der er en bagside af medaljen. For eksempel er det ikke ualmindeligt, at flere familiemedlemmer følger trop, hvis kvinderne får en lejlighed. Terapien skal derfor også lære dem at sætte grænser, så den kollektive ånd ikke bliver en belastning.

– Når hele familien kommer og slår sig ned på deres regning, er de ikke i stand til at sige fra, og de risikerer at blive boligløse i eget hjem, fortæller Lisbeth Nuka Petersen.

Kvinderne er i individuel terapi en gang om ugen, og fire dage om måneden indlogeres de på Koføeds Skoles kursussted i Sorø. Her deltager de sammen med andre socialt udsatte grønlandere i gruppeterapi.

– Gruppeterapi giver noget mere, fordi de kan spejle sig i og inspirere hinanden. Når de er sammen 24 timer i døgnet, ryger der også noget forsvar. De kan bedre give sig hen, og der er tid til at løse de konflikter, som nogle gange kommer op til overfladen, siger Peter Smidt.

Prover at strække den

I villanen i Valby er det kvinderne selv, som står for indkøb, madlavning og rengøring. De praktiske gøremål planlægges på husmoderne, hvor Lisbeth Nuka Pedersen og Peter Smidt altid deltager, og her bliver det også drøftet, hvordan det går i bofællesskabet.

Ud over psykoterapien står Miteq's to ansatte for kontakten til det sociale system og sundheds-væsenet. De er bisidderne på møder med kommunen, i skilsmissegager og går med til læge og tandlæge. Derudover arrangerer de ture ud af huset og er med til at sørge for aktivtivering. Kvinderne kan blive

i bofællesskabet, så længe de har brug for det, men typisk varer opholdet et års tid.

– Tit er de meget forhåbende på at komme ud i egen lejlighed, men ofte prøver vi at strække den lidt. For er de ikke parate, har vi erfaring for, at det kan gå grueligt galt, fortæller Lisbeth Nuka Pedersen.

– F.eks. havde vi en kvinde, som lynhurtigt lod en mand flytte ind, der var stjernepsykopat. Ham levede hun så med i helvede, indtil hun lod kommunen smide ham ud. Det var den eneste måde,

hun kunne finde ud af at løse problemet på.

I årenes løb har mere end 50 grønlandske kvinder boet i Miteq – nogle et par gange. Mange vælger at fortsætte i terapien, efter de er flyttet ud, kvinderne danner også netværk indbyrdes, og medarbejderne sørger så vidt muligt for at holde kontakt til de tidligere beboere.

– Vi ringer, hvis vi ikke hører fra dem, og det sker også, at vi tager hjem til dem for at se, hvordan det går, siger Peter Smidt. |



– Her arbejder vi de bagvedliggende traumer og giver kvinderne redskaber til at håndtere dem. Ellers vælter læsset, når det igen bliver hverdag, siger Lisbeth Nuka Pedersen, social vicevært og psykoterapeut.

Carsten S. Madsen