

# Bogstøtten & Fontana 25 år



# Indholdsfortegnelse

- s. 3 Tillykke med de 25 år!
- s. 4 Historien om et studiefællesskab
- s. 10 Historien om et ungefællesskab
- s. 15 Jeg kan meget mere, end jeg tror
- s. 22 Når kunst og fællesskab giver mening

Fountain House København, 2020  
Redaktør: Martin Haastrup Strøm  
Layout & tryk: Grafix





# Tillykke med de 25 år!

For godt 8 år siden mødte jeg Bogstøtten og Fontana for første gang - samtidig med at jeg trådte ind ad døren i Fountain House.

Som ny leder var jeg stærkt optaget af, om min nye arbejdsplads tog godt imod de mennesker, der bankede på døren. Det tog mig ikke mange dage at smide den bekymring. Det er en del af Fontanas og Bogstøtten DNA at møde nye medlemmer i øjenhøjde med en varm personlig imødekommenhed.

I recoveryforskningen beskrives det som væsentligt afgørende for, om mennesker med psykiske vanskeligheder kan finde mening i livet igen, at man har et menneske, man altid kan gå til, og som udviser en fleksibilitet i at tilbyde lidt mere, end man kan forvente. Sådan tror og håber jeg også medlemmerne har oplevet medarbejderne i både Fontana og Bogstøtten og i Fountain House generelt. Sådan skal det også være de næste 25 år, selvom krav til forandring og udvikling er store. Vi skal bevare troen på, at mennesker kommer før systemer, og håbet skal have den længste frist.

Der er gået rigtigt mange medlemmer igennem Bogstøtten og Fontana. Ugentligt støder jeg på positive fortællinger ude i byen om, at det var lige der i vores hus på Østerbro, at der skete en afgørende forskel, hvor et menneske begyndte en rejse mod et mere meningsfyldt liv. Jeg oplevede det senest ved en koncert på parkeringspladsen foran vores Pippi Langstrømpe hus for nylig, hvor medlemmer tog mikrofonen. Flere indledte deres optræden og sang med udsagn som: "Tak til jer i Fountain House, det var her, der var plads til mig og her, jeg kunne blomstre i mit eget tempo, fordi der var tryghed, og fællesskabet havde plads til sådan en som mig".

Jeg synes fortællingerne fra de Bogstøttemedlemmer, der har deltaget i evalueringen af den hjælp, de har modtaget i Bogstøtten meget forskelligt og meget personligt beretter om, at det miljø, de har medvirket i, er noget helt specielt, fordi der er plads til netop dig, med de skrøbeligheder, du har med i bagagen. Konkurrenceelementerne fra et elitært studiemiljø bliver her afløst af personlig vejledning og fællesskab. Her kan man sænke skuldrene og være til sammen med andre. Tak for det.

Vores tilbud til medlemmer skal være recoveryorienteret, og da recovery ikke er et resultat, men en proces, så er det af afgørende betydning, at vi fortsat tilbyder et miljø, der udstråler meningsfuldt fællesskab med mulighed for samhørighed. Hvor der er plads og respekt for den enkeltes identitet. Det giver en tryghed til, at man motiveres til at indgå i de opgaver, som fællesskabet indbyder til og har brug for.

Jeg tror på, at det også i årene fremover skal være vores varemærke, at vi møder mennesker før diagnoser, at vi ser muligheder før begrænsninger, at vi ikke bliver institutionelle, men forbliver menneskelige og møder hinanden i øjenhøjde og på ligeværdig vis.

Jeg synes Fountain House, medarbejderne og medlemmerne har grund til at være stolte. Vi har et hus, der fremhæver og er kulturbærende med ligeværdighed, rettigheder og medbestemmelse, og med dette kommer der også forpligtigelser for alle. Disse forpligtigelser udfordres vi til tider af alle sammen, men det er også her, der er mulighed for at vokse og udvikle evnen til at rejse ud i det liv, der ligger uden for huset.

Den rejse er for mig den vigtigste. Bogstøtten og Fontana er en station på en rejse, men målet for vores indsats og for det enkelte medlem må være at finde livsduelighed til, at man kan begå sig i det samfund, der ligger udenfor huset.

Så jeg håber og ønsker mig, at Bogstøtten og Fontana vil bevare kerneværdierne af det, der er udviklet på det relationelle område og på fællesskabsområdet, og jeg ønsker mig højt, at vi sammen med medlemmer og med gode kræfter og muligheder i civilsamfundet kan få langt mere kontakt og samspil med resten af Københavns kultur- og erhvervsliv. Det har medlemmerne fortjent fordi " de vil ikke have det, vi giver dem, de vil have det samme som os " ( Patricia Deegan ).

Vi kan skabe den forandring, og det skal vi!

**Mogens Seider**

Direktør

Fonden Fountain House

# Historien om et studiefællesskab

af Martin Hastrup Strøm

## Etableringen

Bestyrelsen i Fountain House fik i eftersommeren 1994 en henvendelse fra Københavns Kommune, der ønskede en "intensiveret undervisningsmæssig indsats over for sindslidende københavnere i alderen 18-35". En nøgleperson bag henvendelsen var Anse Leroy, der i dobbeltrollen som socialoverlæge i Københavns Kommune og bestyrelsesmedlem i Fountain House var huset en god allieret. Henvendelsen kom i bedste klubhus-stil op på et husmøde i september 1994, hvor medlemmer og medarbejdere i Fountain House syntes, det var et tiltag, man burde gå videre med. Fountain House var på det tidspunkt betydeligt mindre end i dag og havde til huse i en lidt for lille villa på Sortedam Dosseringen. Bogstøtten fik først lov at bo i lånte lokaler i en institution overfor og lidt senere i to containere udenfor villaen. Der blev afsat to medarbejdere til opgaven – medarbejdere, der ud over at starte Bogstøtten op, havde medarbejderansvar i henholdsvis forskningsenheden og på kontoret og derfor havde meget andet at gøre ud over at etablere et studieprojekt. En af dem var Mette Lunhardt, som blev leder af projektet. Mette havde i sin tid været med til at grundlægge Fountain House og blev senere mangeårig daglig leder i huset. Studieprojektet blev igangsat i løbet af foråret 1995 og blev allerede fra begyndelsen navngivet "Bogstøtten".

Begyndelsen var således ydmyg, og de første år af Bogstøttens eksistens handlede om overhovedet at få synliggjort for omverdenen, at der nu eksisterede et tilbud for psykisk sårbare studerende i Fountain House. I 1995 var der 10 aktive medlemmer af Bogstøtten og kun 26 studerende havde henvendt sig det år. I 1997 var der 50 aktive medlemmer af Bogstøtten, og det år var der 106 studerende, der henvendte sig. Bag denne markante vækst i brugere og interesserede lå en stor arbejdsindsats, hvor Bogstøtten havde været i kontakt med uddannelsessteder, psykiatri og socialforvaltning, samt læger, psykiatere og psykologer. I 1996 blev Bogstøttens første fuldtidsansatte medarbejder ansat og var en vigtig brik i dette indledende arbejde. Bogstøtten begyndte at blive et sted, man henviste til. Men en ting er at blive søgt af studerende, noget andet er at have nogle rammer, de har lyst til at blive i, og muligheden for at få ordentlige



lokaler blev realiseret, da Fountain House 1. juli 1997 flyttede til Teglværksgade 22, og Bogstøtten fik sine nuværende lokaler over kantinen.

## Integration i klubhuset

Der har helt fra begyndelsen været et dilemma indbygget i det at tilbyde understøttelse i regi af et klubhus. Fountain House-modellen bygger på en antagelse om, at det er godt for mennesker at tage del i et arbejdsfællesskab. Klubhuset drives derfor i fællesskab af medlemmer og medarbejdere. Det er en præmis i modellen, at der ikke må være ansat så mange medarbejdere, at medlemmernes arbejdsindsats bliver overflødiggjort. Det er gennem det fælles arbejde, at mennesker oplever ligeværd, kontinuitet, og at de er ventede og nødvendige for fællesskabet. Men de studerende, som Bogstøtten henvender sig til, kan man imidlertid ikke regne med

kommer til huset med en førsteprioritet om at være med til at drive et klubhus. De kommer med et ønske om at arbejde med hver deres studium og at få støtte til dette. Mette Lunhardt skriver da også om opstarten: "Vi havde store diskussioner i huset om, hvorledes og i hvilket omfang integrationen af de udefrakommende Bogstøttebrugere skulle være" (10 års jubilæum Bogstøtten s. 5). I begyndelsen var Bogstøttebrugerne ikke medlemmer af huset, men kom i huset for at lave erfaringsudveksling på de såkaldte "mandagsmøder" og efterhånden også i forbindelse med deres egne fællesmiddage. Mette Lunhardts ordvalg "udefrakommende" er interessant. Bogstøtterne opfattes ikke i begyndelsen som en del af huset. Det var først så sent som i 2006, at Bogstøtterne fik mulighed for at blive medlemmer af Fountain House. Arne Nielsen, mangeårig medarbejder i Bogstøtten, lavede sammen med bogstøttemedlemmet Anne Vibeke et skrift i forbindelse med husets 25 års jubilæum i 2011, hvor de reflekterede over Bogstøttens udvikling i årene 1995-2011. De beskriver, hvordan Bogstøtten i det internationale klubhusmiljø gik fra at være uglestet til at være velset. Ved konferencen i Rendsburg i 2000 lavede Bogstøtten en præsentation af sig selv, og Arne og Anne Birgitte beskriver reaktionen således: "Der var meget lidt velvilje over for dette nye initiativ (...) Den tilbagevendende indvending var: Hvorfor skal de unge og de studerende have et særligt tilbud? Hvorfor kan de ikke bare indgå i det etablerede tilbud i klubhuset?" (Nielsen; A 2011). Ved den internationale konference i Florida var stemningen vendt: "I Florida 2009 var den generelle indstilling, at det var nødvendigt, at beskæftigelsen med uddannelse i klubhusverdenen blev ligestillet med beskæftigelsen med arbejde."(ibid) Og Bogstøtten havde da også vægt bag sine ord ved konferencen i 2009. Den workshop, de stod for, indeholdt en præsentation af det EU-finansierede ELECT-CT-projekt, der havde været to år undervejs. Her havde Bogstøtten været formand for et projekt sammen med fire andre klubhuse, der skulle indkredse, hvilke overvejelser, man bør gøre sig ved etablering af studiestøttetilbud i klubhus-regi. Publikationen, som ELECT-projektet mundede ud i, fik i øvrigt den flamske delstatsregering i Belgien til at vælge Bogstøtten ud som studieobjekt sammen med 4 andre mulige eksempler på Best Practice. Det skete, da den flamske del af Belgien skulle vælge en studiestøttemetode for denne del af Belgien. Bogstøtten blev ikke den model, Belgien endte med at vælge (det blev SPS), men forskerne var begejstrede for det de så i Bogstøtten, da de besøgte os i 2011, og en af dem udtalte ligefrem: "Hvis min egen datter skulle få brug for hjælp, ville jeg ønske, at vi havde et sted som Bogstøtten. Det er det bedste tilbud af dem, vi har besøgt, men det bliver nok svært at brede ud".

Det, der er det svære at brede ud, er nok det unikke i, at Bogstøtten for det første tilbyder et studiemiljø, der rummer mulighed for både at indgå i et fællesskab, som fungerer på andre præmisser end den konkurrencemotalitet, der findes i de fleste andre studiefællesskaber indenfor uddannelsessystemet. For det andet at Bogstøtten indenfor denne meget fællesskabsorienterede kontekst giver mulighed for en individuel sparring, der er mere intensiv end den, der er til stede i uddannelsessystemet, simpelthen fordi medarbejderne er tilgængelige i et større omfang og desuden indtager en mere neutral rolle. For det tredje at Bogstøttens studiefællesskab er en del af et klubhusmiljø, som betyder, at man ikke ekskluderes i det øjeblik, man har en periode, hvor man ikke er i stand til at studere. Man har mulighed for at deltage på andre måder end ved at være studieaktiv. Klubhusmodellens idegrundlag er endvidere tydeligt til stede i den tilgang, medarbejderne har til arbejdet og mødet med medlemmerne.

Koblingen til klubhuskonceptet er således vigtig, men som det allerede er nævnt, forløb integrationen i klubhusfællesskabet ikke gnidningsfrit. Det krævede på den ene side, at Bogstøttens medlemmer så sig selv som en del af Fountain House og på den anden side, at resten af huset accepterede, at Bogstøttens medlemmer havde behov for at sætte studiearbejdet og studiefællesskabet i centrum, og vel også, at de begyndte at se det arbejde, Bogstøttens medlemmer lavede, som lige så legitimt som det arbejde, der foregik andre steder i huset – ja, begyndte at se det som en del af husets samlede arbejdsindsats. Ved den ovenfor beskrevne workshop i Florida kom Bogstøtten med et bud på, hvad det vil sige at blive integreret i et klubhus som medlem i et studiestøttetilbud. Deres bud var, at det gør man gennem:

- *information – om klubhuskonceptet og husetsmuligheder*
- *identifikation – med konceptet og medlemmer i andre enheder i klubhuset, som er her med andre historier men med grundlæggende samme formål*
- *muligheden for deltagelse – i husets aktiviteter – fra husmøder til firmaudflugter*
- *muligheden for at bidrage – med det man kan – også selv om man ikke indgår i den daglige drift af klubhuset" (Nielsen; A, 2011)*

Dengang som nu er det klart, at en sådan integration ikke finder sted af sig selv. Den er tværtimod noget, der hele tiden skal etableres hos nye medlemmer og holdes ved lige - ikke som noget, der pådømmes, men som noget den enkelte vælger til.

## Et arbejdsfællesskab efter Fountain House-modellen

Fountain House-modellen kom hurtigt til at gennemsyre Bogstøttens tilgang til studiestøtte, efterhånden som Bogstøtten blev et sted, man kom for at arbejde og ikke kun for at mødes: Hvor modellen fokuserer på den arbejdsstrukturerede dag, så taler Bogstøtten om en arbejdsdag struktureret gennem studiearbejde. Hvor modellen tager udgangspunkt i den enkeltes ressourcer, så tager studiestøtten altid udgangspunkt i vækstpotentialer hos den studerende. Hvor modellen pointerer vigtigheden af at opleve sig som en del af et arbejdsfællesskab, så tilbyder Bogstøtten et studiefællesskab, hvor studieidentiteten styrkes fremfor sygdomsidentiteten. Hvor modellen fremhæver vigtigheden af frivillighed, så er studiestøtten i Bogstøtten i højere grad løsrevet fra det magthierarki og den præstationstvung, der er til stede i vejledningen i uddannelsesmiljøerne. Hvor modellen fremhæver ligeværd og medbestemmelse, så er der i Bogstøtten hyppige enhedsmøder ligesom andre steder i huset, ligesom der hen over årene har været en lang række projekter, man som medlem kunne deltage i og have indflydelse på.

I forhold til indlejringen i klubhus-konceptet spillede arbejdsgruppen i mange år en særlig rolle. Gruppen var et tilbud til de studerende, der af forskellige årsager – eksempelvis sygdom – ikke var studieaktive. Arbejdsgruppens væsentligste funktion var at skabe og vedligeholde rammerne for, at Bogstøtten kunne fungere for de studerende bl.a. via mødeafholdelse, kontoradministration m.v. Ved at opleve medlemmer og medarbejdere samarbejde om driften, kunne Bogstøtterne på en daglig basis bevidne modellen "i arbejde". Ud over at rumme meningsfuld beskæftigelse for de ikke-studieaktive studerende kunne arbejdsgruppen også virke tryghedsskabende for de aktive studerende. Det gav en sikkerhed at vide, at der var andet, man kunne give sig til i Bogstøtten, hvis man selv skulle komme ind i en periode, hvor man ikke kunne studere. Arne og Anne Birgitte beskriver, at arbejdsgruppen efter 2003 blev mere tydelig og åben, og at man på dette tidspunkt fandt frem til en "mere fleksibel organisering af arbejdsgruppen bestående af medarbejdere, studerende og mere faste arbejdsgruppemedlemmer" (Nielsen; A, 2011). Et medlem beskriver i 2008 retrospektivt sin oplevelse af arbejdsgruppen således:

*"Der er udviklet en masse måder at gøre alting på, så nye mennesker let kan inddrages i arbejdsgruppen. Man kan hurtigt gå ind og få en opgave, som passer til én. Og der er mange, der læser - og mange forskellige fag. I starten da var vi kun få,*



*og meget afhængig af hvilket humør vi var i og hvilke problemer vi havde. Hvis der var én, der havde store problemer (i en periode) i arbejdsgruppen, så påvirkede det stemningen meget. Nu er vi så mange, så vi kan næsten altid finde ud af, hvem vi vil snakke med, hvem vi ligesom svinger med."*

(Nielsen, A, 2011)

Citatet forklarer til dels, hvorfor vi i begyndelsen af 2010'erne opgav at have en arbejdsgruppe i Bogstøtten. For at det skal være attraktivt at indgå i en sådan gruppe, så skal den rumme medlemmer nok. Jeg selv blev ansat i 2009, og jeg husker det som mere og mere vanskeligt at opretholde en "kritisk mængde" medlemmer i arbejdsgruppen. Knap var et medlem begyndt at føle sig som en del af arbejdsgruppen og begyndte at genvinde ressourcer, før vedkommende forlod arbejdsgruppen for heldigvis at være studieaktiv igen. Og det blev i tiltagende omfang vanskeligt for de aktive studerende at finde kræfter til ind imellem at indgå i driften af Bogstøtten, idet kravene om studieaktivitet blev skærpet. Efterhånden var der så få medlemmer i arbejdsgruppen, at nye medlemmer hurtigt valgte muligheden fra igen. Dette fik os til at skifte strategi. I stedet for at give mulighed for at indgå i en arbejdsgruppe, valgte vi at hjælpe de sygemeldte studerende over i andre arbejdsfællesskaber i huset. De indgår eksempelvis i køkkenets arbejde en del af tiden og socialiserer på andre tider af dagen med de øvrige bogstøttemedlemmer.

## Et "totaltilbud" på vejen mod arbejdsmarkedet

Som det fremgår af det foregående, har det altså været vigtigt hen over årene at fastholde muligheden for, at studerende i Fountain House kan rummes i forskellige



faser af deres studieliv: De aktive studerende bruger Bogstøttens læsepladser og indgår i studiefællesskabet, de sygemeldte eller af andre grunde studieinaktive har mulighed for at indgå i driften af huset – i de første mange år i arbejdsgruppen, og da den blev nedlagt i andre arbejdsenheder- og endelig har der altid været mulighed for, at de færdiguddannede Bogstøtter, kunne bruge hinanden og medarbejderne i bestræbelsen på at komme i arbejde. En gæst, der besøgte Bogstøtten, formulerede det engang således: "Jamen, det er jo et totaltilbud, I har her".

Indsatsen i forhold til de færdiguddannede har hen over årene haft forskellige former. Lige siden 2010 har Bogstøtten regelmæssigt arrangeret fyraftensmøder, hvor tidligere Bogstøtter i job kommer tilbage og fortæller om deres erfaringer med som psykisk sårbare at være i arbejde. Møderne var og er en stor succes, fordi de både giver gamle Bogstøtter mulighed for at genbesøge Bogstøtten og hinanden, og de giver studieaktive bogstøtter en chance for at afdramatisere overgangen til arbejdslivet. Der har ud over dette været forskellige forsøg på i Bogstøtten og huset som helhed at støtte Bogstøttens færdiguddannede medlemmer i at komme i arbejde: en jobprocesgruppe først i 0'erne, et jobstøtteprojekt finansieret af Fonden Fontænehusene i 2011-12 og senest projektet "Jobstøtten", der startede op i 2019, og som i skrivende stund har været så stor en succes, at det forlænges. Der er i Jobstøtten fundet en fin balance mellem peer-to-peer støtte og individuel vejledning. Ud over denne støtte har vi haft glæde af den frivillige indsats som John Andersen fra jobcenterets specialindsats for handicappede har ydet. Fra august 2017 indledtes en række møder for de færdiguddannede Bogstøtter, hvor John hver 14. dag kunne fortælle om regler for fortrins-

ret i forbindelse med jobsamtaler, isbryderordningen m.m. John kom hurtigt til at gå under navnet "Isbryder-John" og arrangementerne blev døbt "John's hour". Efterfølgende er flere Bogstøtter kommet i arbejde via de ordninger, John har gjort os opmærksom på.

## Bogstøttens socialpolitiske arbejde

Fountain House er en NGO, som rummer en klar værdipolitisk dimension. Vi viser med vores eksempel, at psykisk sårbare rummer resurser, som burde gives bedre udfoldelsesmuligheder i samfundet. I Bogstøtten gør vi en hel del for at kæmpe for psykisk sårbare studerendes vilkår.

I skrivende stund er vi stærkt repræsenteret i et forskningsprojekt ledet af RUC. Bogstøtten deltager sammen med 9 uddannelsesinstitutioner og rådgivningstilbud i et forskningsprojekt om studiemiljøer, psykisk sårbare indgår i. De 10 samarbejdspartnere er Københavns Universitet, VIA University College, DTU, Københavns Professionshøjskole, Ålborg Universitet, Studenterrådgivningen, Århus Universitet, RUC og De Studerendes Fællesråd. Det er et forskerteam fra Institut for Mennesker og Teknologi /IMT på RUC, der er projektansvarlige. Projektet arbejder ud fra følgende forskningsspørgsmål:

- *Hvilket samspil er der mellem studerendes subjektive erfaringer med psykosociale problemer og deres tilhørs- og handlemuligheder i faglige og sociale fællesskaber?*
- *Hvilken betydning har dette samspil for deres bredere identitets- og læreprocesser?*
- *Hvordan kan indsigt i forskellige studerendes forløb kvalificere og videreudvikle gode, understøttende praksisser for hhv. samarbejder mellem studerende, uddannelser, undervisere, rådgivninger og vejledninger?*

Partnerinstitutionerne skal hver især byde ind med en undersøgelse og et eksperiment, der hjælper med til at belyse disse spørgsmål. I Bogstøtten har vi lavet en spørgeskemaundersøgelse, hvor de studerende efter endt uddannelse reflekterer over den betydning Bogstøttens fællesskab og vejledning har haft for deres recoveryproces. Vi har endvidere valgt at eksperimentere med gruppeforløb, der styrker integrationen i Bogstøtten.

Bogstøtten har gennem årene været stærkt repræsenteret på konferencer, ikke mindst de seneste år: I 2016 havde vi værtskabet for sporet om "Young Adults and Education" ved den internationale klubhuskonference i Amsterdam og stod selv for en workshop ud over værtsrollen. I foråret 2018 var vi på DPU vært for en stor

konference om studiestøtte og uddannelse, og ved den europæiske konference i 18 var vi fornemt repræsenteret med en workshop om stigma.

Det lobbyarbejde, vi har haft mest held med, er nok vores aktion imod fremdriftsreformen. Folketinget vedtog i december 2013 en reform, der skulle nedbringe de studerendes gennemførelsestid. Reformen indebar, at studerende automatisk blev tilmeldt fag og eksaminer, og der blev indført et krav om at tage et fuldt antal point, hvor man som studerende tidligere selv kunne beslutte sig for at tage et semester eller mere på nedsat tid. Vi kunne i efteråret 2015 konstatere en øgning i nye henvendelser på knap 50 %. I det vi havde en formodning om, at fremdriftsreformen kunne være forklaringen på øgningen, besluttede vi at spørge ved alle førstegangshenvendelser, om det nye medlem havde oplevet sig berørt af fremdriftsreformen, og næsten halvdelen af de adspurgte bekræftede da også, at de følte, fremdriftsreformen havde påvirket deres psykiske tilstand negativt. Bogstøtten besluttede at handle på dette. Vi inviterede Sofie Carsten Nielsen, de radikales uddannelsespolitiske ordfører, til at besøge Bogstøtten den 26.04. 17. Vi henvendte os til hende, fordi hun i sin tid var en af arkitekterne bag fremdriftsreformen, og fordi de radikale som midterparti ofte indtager en nøgleposition. Forud for besøget havde vi indsamlet en række beretninger fra medlemmer, som havde oplevet sig ramt af fremdriftsreformen. Vi havde desuden igennem et år indsamlet tal på, hvor mange af medlemmerne, der følte sig negativt påvirket af reformen. Endelig lavede vi inden mødet et katalog med tiltag, der ville kunne gøre studierne og den administrative praksis mere rummelig i forhold til studerende med psykisk sårbarhed. Ved selve mødet fik Sofie Carsten Nielsen overbragt dette skriftlige materiale, og hun blev mere eller mindre "tæppebombet" med mundtlige, personlige beretninger. Hun var tydeligt påvirket af situationen og skrev da også efter mødet til os:

"Det var en stærk og fin oplevelse at besøge Bogstøtten. Jeg mødte en gruppe studerende, som er psykisk sårbar og samtidig viste mig den enorme mængde ressourcer, de bærer på og bringer med ind i uddannelserne. Jeg blev opløftet over det fællesskab og den konkrete menneskelige støtte, som Bogstøtten giver i kraft af sin funktion og ikke mindst i kraft af dens medlemmer, de studerende. Det er for mig helt afgørende at vores uddannelser kan rumme mennesker, som er psykisk sårbare, allermost for fællesskabets og uddannelsernes egen skyld. Min opmærksomhed på hvor meget netop de studerende kan bidrage med blev skærpet. Tak for det. Og tak for at tilbud som Bogstøtten findes. Den

rummelighed kan vi lære af alle steder i samfundet."

Mødet med Bogstøtten blev efterfølgende refereret ved et radikalt gruppemøde, og i et to-sides interview i Information den 15. juli, undsagde Sofie Carsten Nielsen mere eller mindre fremdriftsreformen.

Da jeg fulgte Sofie ud efter mødet i Bogstøtten vendte hun sig om på trappen og sagde: "Hvis I nogensinde kommer i vanskeligheder, skal I ikke tøve med at henvende jer til mig". Det skulle desværre vise sig at blive et tilbud, vi kom til at benytte os af.

## Lukningstruet

Den 1. marts 2018 varslede Københavns Kommune, at de ville lukke Bogstøtten. Begrundelsen var, at Bogstøtten som tilbud for psykisk sårbare studerende var en "kan-opgave" og ikke en "skal-opgave" for kommunen, at studerende var for ressourcestærke til at være målgruppe for socialpsykiatrien og i stedet måtte nøjes med den hjælp, der er tilgængelig via uddannelsernes SPS-ordningen og Studenterrådgivningen. Efter den udmelding gik hele huset "på barrikaderne". Vi kontaktede en lang række ressourcepersoner, og i de følgende uger indløb der en overvældende mængde støtteerklæringer. Vi havde her glæde af Mogens Seiders store netværk og også glæde af at kunne trække på konsulentbistand via Rotary. Vi oprettede endvidere en underskriftindsamling på nettet, som fik et imponerende antal underskrivere. Undervejs var ledelsen i dialog med samtlige medlemmer af socialudvalget, og Bogstøtten fik besøg af Karoline Stage fra venstre. Vi tog Sofie Carsten Nielsen, som på det tidspunkt var stedfortrædende formand for de Radikale, på ordet og bad hende kæmpe vores sag, i håbet om, at hun ville lægge pres på den ligeledes radikale socialborgmester Mia Nygaard. De studerende tog initiativ til at lave en survey, der tegnede et billede af, hvor mange af Bogstøttens medlemmer, der havde en diagnose. Dette var et brud på princippet om, at vi ikke spørger til diagnoser, som var helt nødvendigt for at kunne argumentere mod kommunens stigmatiserende opfattelse af, at man ikke kan være studerende, hvis man er psykisk sårbar.

Vi fik desuden besøg af en journalist fra "baglandet" – en programserie, der kører på radioens DR 1 – og episoden kom til at hedde "cand. Psych. Sårbar (<https://www.dr.dk/radio/p1/baglandet/baglandet-2018-04-14>). Alle disse tiltag bar frugt. Der var ikke længere et flertal i socialudvalget, som ville beholde Bogstøtten i sparekataloget. Den dårlige nyhed var, at socialudvalget fastholdt, at de over en 5-årig periode gradvist ville reducere tilskuddet til driften af Bogstøtten.



## Midt i en Corona-tid

Den 11. marts i år blev Bogstøtten ligesom de fleste andre offentlige virksomheder bedt om at lukke ned. Der fulgte en tid, hvor vi var tvunget til at forsøge at opretholde nogle af Bogstøttens funktioner på trods af, at vi ikke kunne mødes fysisk. Medarbejderne tilbød vejledning over telefon eller via virtuelle møder. Anna holdt desuden fast i at køre gruppevejledning med tilværelsespsykologi, men nu over nettet. Da Bogstøtten åbnede op igen den 13. maj, var det til at begynde med i en stærkt reduceret udgave, hvor medlemmerne kunne møde ind i formiddags- eller eftermiddagshold tre af ugens dage og arbejde i opmålte båse, hvor to-meters-afstanden var markeret. Også medarbejderne mødte ind på skift for at mindske risikoen for smittespredning, ligesom frokostpauserne foregik som skiftehold. Det har været tydeligt, at mange bogstøtter synes, de har manglet den struktur, det giver at have et sted at møde op og gå hjem fra. Og vi har alle savnet samvær med andre mennesker. Omvendt er der mange, der har sat pris på de individuelle telefonsamtaler og muligheden for længerevarende samtale hjemme fra privaten. Medarbejderne fik med lange hjemmearbejdsdage pludselig bedre tid til skriveopgaver, det kan være svært at nå på normale arbejdsdage i Bogstøtten med mange afbrydelser. Også dette jubilæumsskrift er et eksempel på en tekst, der er blevet til under nedlukningen.

## En ønskeliste for Bogstøtten

Når nogen har fødselsdag, skriver de af og til en ønskeddel. Hvis Bogstøtten fik lov at prioritere fire ønsker, hvad kunne de så være?

## Sikker finansiering:

Sparerunden i Københavns Kommune viste kun alt for tydeligt, at Fountain House og Bogstøtten er sårbar ved næsten udelukkende at være finansieret af en kommunal bevilling. Vi har brug for at få penge fra andre steder end driftsoverenskomsten med Københavns Kommune. Huset arbejder på at lave aftaler med andre kommuner, men det er en svær opgave, og vi kunne godt ønske os større lydhørhed i omegnskommunerne.

## Evidens for hvad vi gør

Forskningsenheden konkluderede sidste år, at der ikke er evidens for, at Bogstøttens indsats virker. De foreslår derfor, at Bogstøtten lader sig inspirere af SPS, som er en evidensbaseret praksis. Det synes vi er en god ide, for metodisk udvikling vil givet styrke fagligheden i Bogstøtten. Man kunne imidlertid med lige så stor ret hævde, at det ville give mening at undersøge Bogstøt-

tens nuværende praksis. Der er mange indikationer på, at Bogstøttens 25-årige praksis virker, så hvorfor ikke forsøge at få dokumenteret en formodet effekt frem for at lægge op til at erstatte den med en anden. Det tidligere beskrevne forskningsprojekt med RUC og flere andre uddannelses- og forskningsinstitutioner tror vi vil være med til at kaste lys over vores praksis.

## Sammenhæng i indsatsen

Bogstøtten har i mange år været et sted, hvor medlemmerne kunne være i tre faser. a) De kunne bruge stedet til at komme sig, hvis de eksempelvis var nyudskrevne fra behandling og endnu ikke studieparate. b) De kunne anvende stedet, mens de var aktive studerende og c) De kunne bruge Bogstøtten som en base, hvorfra de søgte job som færdiguddannede. At alle tre ting fandt sted i Bogstøtten, gav medarbejderne mulighed for at følge det enkelte medlem fra fase til fase og over lang tid. I de seneste år er Bogstøttens indsats snævret ind til udelukkende at gælde den midterste gruppe. De ikke-studieparate er i andre enheder, før de kommer til Bogstøtten, og de færdiguddannede er i Jobstøtten. Dette giver mulighed for at lave en mere fokuseret og intensiv indsats for alle tre grupper. Faren er imidlertid, at sammenhængen i indsatsen ikke længere er givet, og der skal nok gøres en større indsats for at sikre kontinuiteten.

## 25 år mere

Et sidste ønske må naturligvis være, at et studiemiljø, der har vist sig livsdueligt i 25 år, vil vise sig at have mange flere år foran sig. Tak for 25 gode år. Vi ses forhåbentligt igen til 50-årsjubilæet i 2045.

## Litteraturliste:

Arnsfelt, Anne Birgitte m. fl: "Manual for Study Support - ELECT Work Package 3", Elect project – European Learning Communities for Training People with Mental Illness, 13388-LLP-1-2007-FI-GRUNDTVIG-GPM, National Institute for Health and Welfare, Finland 2009  
Arnsfelt, Anne Birgitte m.fl: "Snor i livet" in Fountain House 25, 1986-2011, Fountain House 2011  
Bogstøtten – Statusrapporter 2009 – 2019 (interne papirer)  
Lunhardt, Mette: "Et historisk tilbageblik" in: 10års jubilæum Bogstøtten, Public Service, Fountain House København, 2005  
Nielsen, Arne; A, Anne Birgitte: "Et alternativt studiemiljø – Bogstøtten i Fountain House", Fountain House, 2011

# Historien om et ungefælleskab

## Et interview med Tannie og Bettina

Af Martin Haastrup Strøm

I foråret 1995 blev Fountain House kontakttet af Københavns Kommune. Man ville høre, om Fountain House kunne være interesseret i at etablere et tilbud for psykisk sårbare unge i kommunen. Socialdirektoratet kunne konstatere, at unge psykisk sårbare borgere ikke i nævneværdigt omfang benyttede sig af de væresteder, man på det tidspunkt havde. Man ønskede nu at etablere et tilbud, der i højere grad var målrettet aldersgruppen. Fountain House tog udfordringen op og åbnede Klub Fontana 1/6 1995. Fontana var fra begyndelsen både tænkt som et arbejdssted og et aktivitetssted. Der var lagt op til, at de unge i meget høj grad bestemte indholdet af dagen. Klubben lavede bl.a. diverse sportsaktiviteter og ture ud af huset. Alle aktiviteter blev holdt op imod mål, man opstillede sammen med de unge, det være sig udbygning af socialt netværk, forbedret samarbejde med andre, at få brudt isolation eller noget fjerde. Da det handlede om unge mennesker, havde man også et fokus på uddannelsesrettede aktiviteter. Arbejdsdelen bestod i de første mange år i sammen med medarbejderne at drive Fontanas kontor og senere også Cafeen i Fountain House (Christensen, 1997)

Jeg har bedt Bettina og Tannie om at fortælle om at være medarbejdere i Fontana. Tannie har de seneste par år arbejdet i cafeen, men har før det arbejdet 17 år i Fontana. Bettina har været ansat 11 år i Fontana og er den, der sammen med Fontanas undervisere, fremover kommer til at stå for det pædagogiske arbejde med de unge.

Martin:

*Tannie, du er den i huset, der kender Fontana længst tilbage. Ved du lidt om, hvordan det hele begyndte?*

Tannie:

*Jeg har fået fortalt, at de unge ikke brugte de væresteder, der var på det tidspunkt, og Fountain House blev derfor spurgt, om de ville starte et tilbud op, fordi der ikke på det tidspunkt fandtes tilbud for unge. Jeg mener, at Fountain House i første omgang sagde nej. Det var en god mulighed for huset, men det blev diskuteret ret meget, om det*

*nu også var en god ide at starte et tilbud KUN for unge i et klubhus i stedet for bare at lade unge indgå i huset som alle andre medlemmer.*

Martin:

*Hvad vil I sige er meningen med at have en ungeafdeling i et Fountain House?*

Bettina:

*Det er at klæde de unge på til at finde deres egen vej. Hvor er det, de har deres ressourcer og udfordringer? Hvordan kan de komme i spil i huset her ud fra en tanke om at komme videre i DERES liv? Det kan være uddannelse eller arbejde eller måske at komme på højskole. Vi støtter dem i at finde deres kraft og mod til komme videre herfra.*

Tannie:

*Unge er et andet sted i livet end de ældre medlemmer. Derfor er der brug for et fællesskab for dem. De står midt i at skulle finde sig selv som unge og har brug for at kunne gøre det sammen med andre unge.*

Martin:

*Hvad synes I, er det gode ved at være medarbejder i Fontana?*

Bettina:

*Jeg vil sige alsidigheden. Det at følge med i undervisning, samtale, arrangere en fest, der foregår i huset, have opfølgning i forhold til f.eks. Jobcentre, psykologer, arrangere ungeaftner. Ungeaftnerne er ligesom en hverdag, der er taget ud, og hvor der opstår en anden stemning. Der sker noget, når de unge deltager i hele den der proces med at købe ind og lave mad. Det er i de samtaler, som opstår i sådan nogle sammenhænge, at vi finder ud af, hvem de unge OGSÅ er. Det, der er essensen i arbejdet, er jo netop at finde frem til, hvad den enkelte indeholder - at være lyttende og nærværende i situationen og følge dem og være en sparringspartner. Hvor er de på vej hen, og hvordan kan vi støtte dem i det? Her betyder det meget at være sammen i en aktivitet, hvor der også er et nærvær, og så se, hvad der kommer ud af det. Jeg synes altid, jeg*



bliver overrasket over, hvad folk indeholder, og hvad der så sker undervejs.

Tannie:

Det, jeg som medarbejder godt kunne lide ved at arbejde i Fontana, var i høj grad arbejdet som kontaktperson og relationsarbejdet. Det, at man følger den enkelte, at man prøver sammen med vedkommende at finde ud af, hvor han eller hun er på vej hen, at man afdækker, hvad der findes af netværk omkring vedkommende og støtter op om at holde fast i en retning og løbende kontakter den unge specielt i perioder, hvor det er svært at møde op. Det er spændende at arbejde med gruppen som et fællesskab og at mærke den der "ungeenergi" – f.eks. på vores onsdagsaftner eller bare i dagligdagen. Det er interessant og meget givende at følge de unges udvikling. Og hvis man selv synes det, man laver med de unge, er sjovt og giver mening, bliver det som regel også godt. Både de unge og medarbejderne skal føle et ejerskab til det, der sker. Unge mennesker er en gruppe, der er "nye" i det at skulle finde deres egen identitet, og som står med en masse usikkerhed omkring sig selv og deres fremtid. Det er livsbekræftende at følge et ungt menneske, der fra begyndelsen har det meget, meget svært men så stille og roligt kommer sig og kommer videre i noget andet, f.eks. uddannelse. Det er fantastisk at møde dem senere og så høre, hvordan de er kommet videre, det kan være med uddannelse og arbejde eller ved at være blevet gift få børn. Fontana er et sted, der har hjulpet mange gennem årene - et sted, hvor man kan finde sig selv i fællesskab med andre.

Martin:

Hvorfor tror I, de unge kan lide at komme i Fontana?

Tannie:

Det er der mange grunde til. Det handler blandt andet om trygheden. Man kender hinanden og kan være sig selv sammen med andre, uden at der kun er fokus på ens udfordringer.

Det er også vigtigt, at huset er et sted man kan vende tilbage til, hvis man senere i livet får behov for det. Det giver en oplevelse af, at man ikke står alene.

Bettina:

Der er mulighed for at indgå i et fællesskab, hvor der er forståelse for hinanden og indsigt i, hvad man er udfordret af. Man sidder og fortæller om det, og der er en åbenhed og en tryghed i undervisningen - billedkunst er f.eks. 4 dage om ugen - så man tør fortælle. Der er en stor kraft i at turde fortælle, hvordan man har det. Fællesskabet gør, at der er nogle, der finder hinanden i at gå ud og lave ting sammen, og nogle gange er det en hel gruppe, der finder hinanden og har kontakt med hinanden.

For 10 år siden havde vi en gruppe, der kom hver dag, og den gruppe har haft kontakt med hinanden lige siden, fordi de havde en hverdag sammen, og de havde et fortroligt rum, hvor der var mulighed for at fortælle, hvad man var udfordret af.

Stedet har en tryk og rar atmosfære – en vis "patina". Her virker hjemligt. Det er ikke en institution, man går på. Det er også et sted, hvor man kan komme, som man har det. Det er et udtryk, der har eksisteret i alle de 11 år, jeg har været her: "at man kan komme, som man har det". Det betyder, at når man er udfordret i livet omkring sig, så er der her et sted, hvor der er et helle. Det er sådan lidt et honningdepot, hvor man kan samle kraft, og man skal ikke forklare sig selv eller sige, hvorfor man er så udfordret, og man kan hvile i det, der er. Omdrejningspunktet er ikke hele tiden, hvad man ikke kan. Hvad er det, jeg kan her, der samler mig, på TRODS af at jeg er udfordret. Det her sted kan noget andet end alt det andet, de er omgivet af i deres hverdag. Der er altid nogen, man kan tale med - medarbejdere, medlemmer fra andre enheder, undervisere, og så har de unge indbyrdes meget tilfælles, så de hos hinanden henter både forståelse og ligeværd. Livet er i fuld gang uden for huset, men i Fontana kan man se, at livet også er i gang herinde på en anden måde med en anden energi og på en måde, hvor ting gerne må gå langsomt. Man kan være i langsommeligheden

Martin:

*Michael Strunge skriver i et digt, at han knuser uret for i stedet at leve med livets hastighed. Ligger der i det, du siger, at alting går for hurtigt andre steder, og man et sted som her kan være til stede i et tempo, der bedre passer til ens egen rytme?*

Bettina:

*Ja, de oplever mange krav i forhold til uddannelse, men også i forhold til deres familie. De spejler sig i, hvad det er, alle andre gør i den alder – deres venner – og som de ikke formår lige nu. Der er også et pres indefra. Man ville måske gerne selv et eller andet, som ikke gik, og man skal omstille sig og finde ud af, at der også er andre veje, og det skal de så lige bruge noget tid at finde ud af.*

Martin:

*Så det er et sted, hvor man kan få tid til at finde nye retninger i sit liv?*

Bettina:

*Ja, omdefinere nogle ting, men også at blive klar på sig selv og sige: "Ja, jeg er udfordret, men der er samtidig noget jeg kan". Det handler om at se sig selv i en anden kontekst, hvor man KAN noget, og hvor man kan øve sig i det. At have det med sig, at alle øver sig herinde, det er der noget godt i at vide.*

Martin:

*Hvad synes I kan være svært ved at være medarbejder i Fontana?*

Tannie:

*Det, der hele tiden har været en udfordring i Fontana, har været at få fat i de unge og at fastholde de unge. Man kunne have et eller andet godt forløb kørende og tænke, så nu kører det. Og så blev det sommerferie, og når man så kom tilbage efter sommerferien, så var de unge væk. Man skulle gang på gang tænke: "hvad gør vi så nu for at få dem ind igen". Vi prøvede hele tiden nye ting. Vi havde f.eks. en bod på Roskilde Festival i tæt samarbejde med ungegruppen Dråben i Regnbuehuset. Vi var også ude at klatre og lave rappelling i et nedlagt industriområde, der hvor B & W engang lå. Der var der virkelig nogle, der fik prøvet nogle grænser af. Det er noget af det, jeg synes har været sjovt, altså det med at komme ud over egne grænser og finde ud af at, det kunne jeg jo godt. Det er godt at opleve for medlemmerne, men det oplevede jeg også selv, da vi tog til Thurø og stod på vandski. Der var jeg da helt sikker på, at det skulle jeg da ikke, men så gjorde jeg det, og det gik jo bare godt.*

Martin:

*Det lyder som om, I over årene har lavet mange ret sjove ting med de unge. Hvad har I ellers gjort?*

Tannie:

*I begyndelsen arbejdede Fontana mere ud fra Fountain House-ideologien, ved at de unge var med til at drive Fontanas kontor og husets Café, men ved siden af det, lavede vi så en hel masse sjove projekter, som tog udgangspunkt i de unges interesser. Vi lavede f.eks. tøjbytte eller tog ud at rejse og brugte virkelig lang tid på sammen med de unge at planlægge rejserne. De første 10 år jeg var der, havde vi en til at komme og hjælpe os med at opstille nogle mål for aktiviteterne, og når så året var omme, evaluerede vi på, om målene var nået. Et mål kunne f.eks. være, at vi ville fortælle om os selv på de psykiatriske afdelinger og skaffe nye medlemmer til Fontana.*

*Dengang var tiderne anderledes. Der var ikke andre ungetilbud som i dag. Vi havde en anden økonomi og andre ressourcer til rådighed med egen leder og fire faste medarbejdere. Da Kirsten Steensberg kom til som leder, ændrede Klub Fontana sig i retning af at få større fokus på undervisning, og hun ville have gang i noget med livsværksted, hvor det handlede om at blive klogere på sig selv. Vi skiftede navn fra klub Fontana til Ungehuset Fontana. Vi bevægede os lidt væk fra Fountain House- modellen, men noget andet kom til, som også havde værdi. Indimellem har der også været andre projekter, der kom ind over. I tre år rummede Fontana Uddannelsesklubben, som Per ledede, og som senere førte til den Særligt Tilrettelagte Ungdomsuddannelse (STU) på den anden side af gaden. Vi havde også et treårigt projekt, hvor vi prøvede at invitere unge ind, der ikke selv havde psykiske udfordringer. Ideen var, at de kunne møde vores unge og at fordomme hos begge parter kunne blive udfordret - altså noget med at opdage, at selv om andre ikke har en diagnose, så har de ikke nødvendigvis det fede liv. Der opstår et fællesskab omkring selve det at finde sig selv som ung.*

Martin:

*Når I arbejder med den enkeltes udvikling, hvordan sikrer I jer så, at I har føling med, hvor den enkelte er på vej hen?*

Bettina:

*Kontaktpersonordningen var fra begyndelsen vigtig i Fontana. Vi havde cirka 5-10 unge hver, som vi havde i hvert fald en ugentlig samtale med, hvor vi hørte, hvordan det gik den enkelte, og hvad der fyldte lige nu. Dette har ændret sig rigtigt meget. Nu er Fontana et undervisningstilbud, så nu er det mig, der følger op på alle de unge ud fra introsamtalen. Nu er det mere en månedlig samtale, og*

der kan også gå to måneder, hvor jeg så følger op på det, der er aftalt ved introsamtalen: Hvad er det, der er vigtigt for dig at gøre, hvor er det, du skal øve dig, hvordan kan vi støtte op omkring det? Der laves aftaler om, hvordan de unge kan bruge huset, hvordan det går med at komme til tiden, hvad der er vigtigt for den enkelte at få ud af undervisningen, hvordan man melder fra osv.

Vi er nu et undervisningsfællesskab, og det er rigtigt fint. Det er nogle gode lærere, der kan skabe rammerne for noget faglig viden, men også har andre kompetencer og kan gå ind i samtaler og se den enkeltes issues, men jeg tror, det kunne være godt igen at skabe et rum, hvor der er fokus på at tale om det, man har med sig, der gør livet svært, det kan være nogle mønstre, man har. Der er f.eks. flere, der har oplevet at blive mobbet, og hvor det stadig sidder i dem. Vi havde tidligere et sådan et forum for samtale og kunne se, at der skete noget med de mennesker, der kontinuerligt havde det rum at tale i, og hvor der løbende blev fulgt op, så det blev en undersøgelse af en selv. Det handlede ikke om, at de andre unge skulle sidde og komme med gode råd og sige, gud det kender jeg også, men det blev en undersøgelse, hvor vi som medarbejdere stillede undersøgende spørgsmål. Det var et redskab til at finde ud af, hvad man skulle gå videre med.

Martin:

Hvordan vil I beskrive Fontanas udvikling hen over årene?

Bettina:

Fontana var mere et praksisfællesskab, i begyndelsen jeg var her. Fontana stod for Cafeen, og havde helt og holdent ansvaret for driften af den. Og det er der nogle fordele i: Der er en hverdag, der er noget, der skal gøres, udfyldes, planlægges. Det skal aftales, hvem der gør hvad. Hvad kan man klare i det? Det var rigtigt lærerigt, og jeg kunne se, at de unge fik et fællesskab med hinanden. Der var et fællesskab, der var stærkere dengang, end der er nu. Til gengæld kunne det blive lidt for meget et "fritidshjem", hvor der blev set på, hvordan man kunne indgå i huset, men hvor man ikke blev mødt nok på sine kompetencer på en måde, hvor den enkeltes evner kom i centrum. Efterhånden kom der mere fokus på, at de unge skulle videre i uddannelse. Vi holdt fast i, at man skulle indgå i huset, men der skulle også noget læring på. Så gled det mere over i at blive et undervisningsfællesskab, hvor man etablerer et fællesskab med de mennesker, man bonder sammen med. Men det gør, at når der er et undervisningsfællesskab, så er der også den fare, at man ikke kommer så meget ind i praksisfællesskabet, og det let bliver mere individorienteret. Man kommer for at blive god til at tegne, lave keramik, få teknik. Man har måske en ide om, at man senere vil søge ind på en kreativ uddannelse. Og så bliver

det nemt til, at man er optaget af sit eget. Det er sådan set fint, men det betyder, at det er sværere at få de unge involveret i det fællesskab, der er i et klubhus.

Tannie:

Jeg synes, det særlige ved Fontana i begyndelsen var, at man kunne komme ind og bare få lov til at være med i et fællesskab, uden at der nødvendigvis var de store krav. Der skulle være plads til ustabilitet, og stedet skulle kunne rumme et "jeg kan ikke i dag", og man så opdagede, at der alligevel var noget, man kunne. Når man kommer ind for især at deltage i undervisning, er det en anden type fællesskab, som bestemt også kan noget, men det er noget andet. Man kommer for at lære og er sammen om noget fagligt og har en forventning om, at der er nogen, der lærer en noget. Når man arbejder i sin enhed, møder man op med andre forventninger, og jeg tror, det er rigtigt godt, at der er en bredde, hvor begge muligheder er til stede.

Martin:

Hvordan kunne du godt tænke dig, Bettina, at Fontana ser ud fremover?

Bettina:

Jeg synes, vi skal fortsætte med at have en kreativ undervisningsprofil med keramik, billedkunst og musik. Jeg kunne også godt ønske mig, at der var noget mere fagfagligt som f.eks. samfundsfag, dansk eller kultur i det hele taget. Der ligger en uudnyttet mulighed for at tale om noget fælles i det. Og så skal vi igen have fokus på, at der er noget praktisk arbejde, de unge skal deltage i. Det kunne være fint, at der var en bestemt opgave i huset, vi stod for. Det kunne f.eks. være receptionen, men samtidig ville det være en udfordring for mange af de unge. Mange kan ikke se sig selv tale i telefon. Når jeg spørger de unge, så vil nogen gerne i reception, mens andre gerne vil have med planter at gøre, så en model kunne også være at synliggøre, hvilke opgaver der er mulighed for, så den enkelte kan byde ind. Man kunne have en palet med forskellige muligheder at melde sig til: reception, udendørsarealer, køkkenet eller kontoropgaver, og så sige til de unge, når de kom, "det er de opgaver, der er i huset. Hvor kan du ses dig selv?" Det sidste element, jeg godt kunne tænke mig, er, at der igen kommer et trygt samtalerum, hvor man kan tale om udfordringer og muligheder og arbejde med de roller, man indtager i et fællesskab.

Litteratur:

Christensen, Jan: "Unge på vej" in: Knudsen, Jørgen: "Dialog med livet – Fountain House 10 år", Fountain House 1997



# Jeg kan meget mere, end jeg tror

## Medlemmernes oplevelse af Bogstøtten

Af Sofie J. Rasmussen og Anna Forman

Bogstøtten har løbende dokumenteret medlemmernes oplevelse af at komme i Bogstøtten og det, de har fået med sig fra deres tid i Fountain House og i Bogstøtten. Det har de sidste par år betydet, at alle medlemmer, som har afleveret deres afsluttende opgaver på deres studier, har fået udleveret et evalueringsskema med syv åbne spørgsmål. De åbne spørgsmål, som medlemmerne frivilligt har kunnet vælge at svare på, er tænkt som en oplagt anledning til refleksion over deres tid som medlem i Bogstøtten. Fra Bogstøttens perspektiv er formålet at få mere viden om, hvordan forskellige recovery-forløb i Bogstøtten opleves, beskrives og opfattes af medlemmerne selv uanset hvor længe, man har været tilknyttet Bogstøtten. Helt overordnet er Bogstøtten nysgerrige efter at vide mere om: *"Hvilken betydning Bogstøttens kombination af individuel vejledning og et peer-to-peer fællesskab har for den enkeltes recovery- og studieproces."*

I dette bidrag til Bogstøttens 25-års jubilæum vil vi have ovenstående in mente og have fokus på de indkomne besvarelser, som Bogstøtten har modtaget siden 2018. Det er på nuværende tidspunkt blevet til 28 besvarelser, og der er kommet mange gode refleksioner fra alle medlemmer, som har valgt at deltage. De anvendte citater fra besvarelserne vil her være anonyme.

Vi vil i dette bidrag gå til besvarelserne på en sådan måde, at vi finder frem til nogle umiddelbare fælles temaer, som kan synliggøre processen fra den første tid i Bogstøtten, over dagligdagen i Bogstøtten hele vejen frem til at afslutte egen uddannelse for derefter at være i en overgang til den nye rolle som jobsøgende. Til sidst i bidraget beskrives det forholdsvis nye tilbud, **Jobstøtten**, som medlemmerne af Bogstøtten har mulighed for at blive tilknyttet efter afsluttet uddannelse.

Vi vil gerne rette en stor tak til alle medlemmer, der har været i Bogstøtten gennem årene, og tusind tak til alle jer, som har haft overskud til at dele det. I har oplevet på jeres vej gennem tiden i Bogstøtten. Den overordnede konklusion fra besvarelserne er, at Bogstøtten virker, og Bogstøtten - med alt hvad den indebærer - har en betydning for den enkeltes recovery- og studieproces.

### Situation ved opstart i Bogstøtten

De medlemmer, der begynder i Bogstøtten, er ofte nået til et punkt, hvor studiet er blevet uoverskueligt af den ene eller anden grund. Uoverskueligheden kan have været i lang tid - endda i flere år for nogens vedkommende, og det har taget tid at nå dertil, hvor det giver mening at række ud og bede om hjælp. Alle der henvender sig til Bogstøtten beskriver, at de på den ene eller anden måde har oplevet udfordringer i studielivet eller udfordringer relateret til personlige årsager eller en kombination af begge dele.

Gennemgående udfordringer, der nævnes af medlemmerne, er hård konkurrence blandt de medstudierende på eget studiested. Flere har oplevet, at der mangler forståelse og plads til, at man kan være længere tid om at færdiggøre en bachelor eller en kandidat end en gennemsnitlig studerende. Det kan for eksempel være vanskeligt at fortælle, at man har svært ved at bestå et fag eller skrive en større opgave, få struktur på dagligdagen, og det kan være vanskeligt i det hele taget at dele ens psykiske sårbarhed med andre. Der er flere, der nævner, at de bliver frakoblet den gruppe af medstudierende, de i sin tid begyndte sammen med på studiet, fordi de har måttet forlænge studietiden på grund af f.eks. orlov, sygdom, reeksamen eller forlængelse af større opgaver. Det kan være de faktorer, der er med til, at en del studerende begynder at føle sig alene på deres studie. De savner studievenner og nogen at dele studie- og hverdagsudfordringer med og oplever i sidste ende, at de begynder at isolere sig, og at uoverskueligheden tager til.

*Jeg oplevede, at isolationen fra samfundet og sociale grupper gjorde mig mere modløs og angst. Jeg søgte medlemskab i Bogstøtten, fordi jeg desperat havde brug for et fællesskab, hvor jeg kunne få lov at være med de udfordringer, jeg nu engang havde, uden at jeg skulle sammenlignes med de jævnaldrende, der allerede var godt i gang med livet.*

Der er flere fællesnævner, som medlemmerne beskriver, når de husker tilbage på deres første kontakt til Bogstøtten og startfasen. Det er bl.a. oplevelsen af angst og depressivitet og følelsen af at være udbrændt og stresset.

*Da jeg startede i Bogstøtten, var jeg på vej ud af et 2,5 år langt forløb med udbrændthed og angst. Jeg var i både fysisk og psykisk ubalance, og havde ingen tro på egne evner længere til at socialisere, og jeg reagerede voldsomt på krav.*

At have mistet troen på egen faglige kunnen går også igen i flere af besvarelsene, ligesom opfattelsen af, at andre på studiet klarer sig langt bedre end én selv, er gennemgående. Følelsen af ikke at slå til eller ikke at være god nok bliver også nævnt. Medlemmerne har så at sige helt mistet troen på at være i stand til at gennemføre en uddannelse. Ifølge medlemmerne mangler der plads til, at de på studiestederne kan være i et forum og dele egne problemer med andre, herunder følelsen af faglig utilstrækkelighed. Beslutningen om at kontakte Bogstøtten og herefter at begynde i tilbuddet drejer sig derfor ofte om at bryde med isolationen og den manglende tro på egne evner, både socialt og fagligt.

### Forventninger til Bogstøtten

Som studerende på en videregående uddannelse er der en del at holde styr på, og det er vigtigt med selvdisciplin og selv at kunne planlægge sin læsetid. Struktur i hverdagen er også vigtig og rutiner og faste rammer er derfor italesat som et ønske fra flere af medlemmerne, når de begynder i Bogstøtten.

*Jeg var langt nede psykisk og var et sted, hvor jeg havde brug for hjælp til at skabe struktur og overblik over min personlige og uddannelsesmæssige situation.*

*Mit håb var, at Bogstøtten kunne blive et sted, jeg havde lyst til at komme på daglig basis og dermed få etableret en god, struktureret hverdag omkring specialet.*

### Hverdag i Bogstøtten

Tiden i Bogstøtten og hvordan medlemmerne oplever deres studiehverdag, studiefællesskabet og den individuelle procesvejledning, vil vi skitsere ved først at karakterisere fællesskabet, som medlemmerne helt automatisk bliver en del af, når de begynder, og dernæst komme ind på den individuelle procesvejledning, som medlemmerne kan vælge til eller fra, mens de er i Bogstøtten.

Til at begynde med sluses alle medlemmer ind i studiefællesskabet i Bogstøtten og bliver automatisk en del af en gruppe af studerende, som kommer fra forskellige uddannelsesretninger. Når medlemmerne begynder at have en hverdag i Bogstøtten, deltager alle frivilligt i fællesskabet på egne præmisser og forudsætninger.

Overordnet beskriver medlemmerne Bogstøtten som: et sted, hvor det er okay at slippe facaden, det indbyder til struktur og normalisering. Det er et sted, hvor der er mulighed for vejledning og støtte, fastholdelse, omsorg, sympati, respekt, fællesskab og samhørighed. Det er et fristed og et sted at komme med hele sit jeg og være sammen med ligesindede. Det bliver ikke nødvendigvis nævnt i hverdagen, men alle ved, at det er et vilkår, at alle har noget med sig i bagagen, når de kommer i Fountain House og i Bogstøtten. Omdrejningspunktet i hverdagen er studiet og brugen af det som et middel til at komme sig. Bogstøtten er et trygt sted at være, og et trygt sted at begynde at lære at søge hjælp til sine udfordringer, få dagligdagen til at fungere, få større selvværd, få selvaccept, få selvindsigt, få flere sociale relationer og få nye venner. På stedet foregår der peer-to-peer, der er fokus på medmenneskelighed, og Bogstøtten bliver også beskrevet som et sted med håb.

Med disse nøgleord fra medlemmerne er Bogstøtten allerede godt beskrevet og opsummerer det, medlemmerne får med sig af at komme i Bogstøtten. Vi vil derfor i det følgende gribe fat i nogle fælles temaer, som indkredser det, medlemmerne oplever ved stedet, og som har gjort en stor forskel for dem, mens de var tilknyttet Bogstøtten. Til at begynde med sætter vi fokus på medlemmernes oplevelse af Bogstøttens fællesskab, som viser sig at være ét af de bærende elementer i Bogstøtten. Det er derfor interessant at undersøge, hvordan det opleves.

### Fællesskab og samhørighed

Bogstøttens fællesskab bliver beskrevet med adjektiver som: trygt, varmt, åbent, rummeligt, uformelt. Det er et sted, hvor det er okay at slippe facaden og bare være sig selv:

*Fællesskabet og rummet til at være sig selv uanset ens sindstilstand gjorde, at jeg følte mig velkommen i en tid, hvor jeg ikke følte mig velkommen andre steder.*

*Jeg har oplevet Bogstøtten som et fællesskab, der på forskellige måder har været en støtte for min personlige og faglige rejse frem til en positiv afslutning på mit speciale og mit studie."*

I Bogstøtten er der to læsesale, et sofarum, tre vejledningslokaler og et kontor. Funktionen af læsesalene, vejledningslokalerne og kontoret giver sig selv, men sofarummet, som bliver brugt som pauserum fra



læsningen og opgaveskrivningen, har gennem tiden været et rum, der giver plads til mange gode samtaler mellem medlemmer om stort set alt mellem himmel og jord. Det er et særligt kendetegn, at sofaerne også bliver omdrejningspunktet for Bogstøttens studiefællesskab ved at være et sted, medlemmerne mødes.

*Den hjælp, der er i medlemsgruppen, har været en kæmpe styrke på grund af den mere praktiske hjælp som ligger i gruppen, hvor vi alle har livserfaringer, som både jeg og andre drager nytte af til at løse praktiske eller eksistentielle problematikker. Lige fra hvordan man kan gribe en dispensationsansøgning an, til tanker om, hvad man skal gøre for at få et bedre søvnmønster. Alt sammen ting, der kan være fuldstændig uoverskuelige når stress, angst eller depression har sat sig på psyken.*

Det viser sig hos de fleste, at man i Bogstøtten får følelsen af ikke at være alene om at være udfordret henholdsvis psykisk og fagligt. Her kan man være sig selv sammen med andre, og dele fælles oplevelser af livet. Det skaber rum for en samhørighed, der kan være svært at finde på sit eget studie.

*Jeg har oplevet Bogstøtten, som det fællesskab jeg ikke havde på studiet, for ingen jeg kendte på studiet, kæmpede så meget, som jeg gjorde. Her mødte jeg ligesindede, som jeg kunne spejle mig i.*

## Vejledningen i Bogstøtten

Oplevelsen af vejledningen i Bogstøtten er overordnet, at den er støttende og en hjælp til fastholdelse af studiet. Vejledningen, som medlemmerne har adgang til, opleves som et forum, hvor der tages højde for det hele menneske, og den understøtter, at studietiden bliver nemmere undervejs og ikke til én lang og sej kamp, som hidtil oplevet. Vejledningen er også med til, at medlemmer får en oplevelse af at få vendt egen studieproces til at blive et middel til at få det bedre fremfor at blive dårligere af at studere. Så vidt det er muligt, er Bogstøttens medarbejdere tilgængelige i Bogstøtten hele tiden, for at medlemmerne kan få adgang til vejledning uden ventetid. Det er helt frivilligt at benytte sig af vejledningsdelen, og det kan være meget forskelligt, hvor ofte den enkelte opsøger det. For nogle er det hyppigt, for andre skal der ikke så meget vejledning til:

*Bogstøtten var præcis, hvad der ligger i ordet. En støtte i en boglig forstand. Jeg har haft måske 4 individuelle samtaler de sidste 2 år, og de var støttende og opmuntrende*

Mere konkret er Bogstøttens tilbud om vejledning karakteriseret ved at være procesorienteret og ikke en egentlig fag-faglig sparring. Procesvejledningen er kendetegnet ved processer i studiet, så som opgaveskrivning, pensumlæsning, semesterplanlægning, hverdagsplanlægning og generelt fokus på at komme fra A til Z og at overskue, hvad dette indebærer. Herudover drejer det sig om at strukturere studiearbejdet og sørge for at skabe klare linjer mellem arbejde og fritid.

*Bogstøtten har i 5 måneder givet rammerne og opbakningen til, at jeg kunne blive helt færdig med studiet ved at færdiggøre specialet, skrive en praktiskrapport og forsvare den mundtligt. Jeg fik en meget bedre balance i hverdagen ved, at den blev delt op i Bogstøtten og fri, som gjorde, at jeg blev mindre udmattet.*

Det er ikke blot et enkeltstående fænomen at kunne begynde at skille studiearbejdet og fritiden ad, flere medlemmer beskriver, hvordan de - efter at være begyndt i Bogstøtten - har nemmere ved at kunne skille netop studiearbejdet og fritiden ad og dermed begynde at nedbringe stressniveauet i hverdagen. Noget medlemmerne beskriver, at de også tager med sig videre efter afsluttet uddannelse.

## Forståelse og omsorg

Vejledningen kan også bruges af medlemmerne til at blive talt i gang eller vende noget, der måske går én på eller andet, der står i vejen for at komme videre med studiearbejdet. Ligesom der generelt i Bogstøtten er en tryk, varm og rummelig stemning, er vejledningen også et rum for en tryk, varm og rummelig stemning kombineret med forståelse og omsorg. Det er også her muligt at komme med hele sit jeg og ikke føle, at man skal gemme sig væk, hvis man har en dårlig dag fra morgenstunden. I vejledningssituationen er det okay både at græde og grine, og dette er ifølge nogen medlemmer ret befriende. På studiestederne er det at skulle til vejledning ofte forbundet med præstation og et stort forventningspres, og det medfører, at nogen helt undlader at bruge deres fag-faglige vejleder aktivt på studiet. Sådan er det ikke i Bogstøtten.

*I vejledningen er jeg blevet mødt med stor forståelse og omsorg af ressourcerstærke mennesker, der har hjulpet mig med at strukturere mine opgaver og lede mig til en accept og anerkendelse af, at man sagtens kan gennemføre en uddannelse på succesfuld vis, selvom man har problemer med sammenhængskraften i hverdagen.*

## Sammenhængskraft og struktur på hverdagen – i trykke rammer

For størstedelen af medlemmerne i Bogstøtten er struktur i hverdagen et vigtigt element for at få studielivet til at fungere (igen). Som studerende skal man ofte strukturere sin egen tid, og det kan være - i en sårbar periode - vanskeligt på egen hånd at rammesætte tid til at studere og tid til at holde fri på en både hensigtsmæssig og funktionel måde. Struktur kan for nogle give mulighed for at blive bedre til at få læst op på pensum, hvis man har svært ved at sætte sig ned og gå i gang. For andre kan struktur på dagen hjælpe én til ikke at sidde og læse både dag og nat. Som studerende kan man altid læse mere, og det kan medføre en konstant dårlig samvittighed og føre til, at man sætter en masse tid af til at læse, som ikke nødvendigvis genererer mere læst stof. I stedet kan det generere frustrationer over ikke at kunne koncentrere sig eller medføre en følelse af utilstrækkelighed rent fagligt, hvis det f.eks. er fordi, at stoffet er svært tilgængeligt. Det kan blive en ond cirkel, der fastholder nogle uhensigtsmæssige rutiner, og i Bogstøtten er der derfor fokus på struktur og forandring af de rutiner eller mangel på samme, der ikke gavner den enkelte. Dette understøtter peer-to-peer støtten i Bogstøtten ligeledes.

*Det at have aftaler med andre studerende på Bogstøtten har gjort, at jeg har kunnet tage mig sammen til at komme op om morgenen og få skrevet i løbet af dagen*

Flere medlemmer fortæller, hvordan de udskyder arbejdet med en aflevering til sidste øjeblik, for så at sidde dag og nat og arbejde hen imod en deadline. En arbejdsmetode de ikke betegner som givende, men tværtimod stressende og hård. I det hele taget er det at lave en god arbejdsrutine fordelt ud over et helt semester en udfordring for de fleste, der kommer i Bogstøtten, men noget som medlemmerne arbejder aktivt med, når de begynder at benytte sig af Bogstøttens rammer. I den sammenhæng bliver der gerne eksperimenteret med nye arbejdsmetoder, så det bliver vendt til mere hensigtsmæssige arbejdsrutiner ved hjælp af Bogstøttens rammer. Medlemmernes erfaringer er, at en god opdeling mellem studie og fritid giver en god oplevelse af ens studietid, og opdelingen giver pudsigt nok mere tid til bare at være, dyrke en sport, ens hobby eller mødes med familie og venner.

*"... jeg har aldrig én gang arbejdet på mit speciale efter jeg er gået hjem fra Bogstøtten"*

Bogstøtten har blot åbent i dagtimerne i hverdagene, og medlemmerne er af den grund "på arbejde", når de er i Bogstøtten, og når de går hjem, er det simpelthen for at holde fri. Det er den overordnede struktur i Fountain House, som viser sig også at gavne medlemmerne i Bogstøtten, og som igen og igen bliver bemærket af medlemmerne som en fordel.

*Det har været et sted som har givet mig rum til, for første gang i mit liv, at adskille mit studie - og privatliv.*

### Medlemmernes læring

Afslutningsvis i evalueringsskemaet spørger vi til, hvad medlemmerne har lært af at komme i Bogstøtten, og hvordan de vil bruge det fremadrettet?

*Jeg har genvundet troen på mig selv, mine kompetencer og min evne til at følge projekter til dørs. Jeg har desuden lært at organisere og planlægge mine aktiviteter på en måde, der passer til mine vilkår og mit temperament. Og jeg har lært at arbejde videre, selv når jeg er påvirket af mit helbred med en accept af mig selv og en anerkendelse af, at jeg kan være produktiv, selv når jeg føler mig utilstrækkelig eller nedtrykt.*

Den manglende tro på egne evner, som var gennemgående, når medlemmet ankom til Bogstøtten, viser sig flere gange være vendt til det modsatte, når refleksionerne over tiden i Bogstøtten skal nedfældes.

*Jeg har lært, at jeg kan meget mere, end jeg tror. Jeg har lært, at man ikke kan tænke sig til at færdiggøre specialet, men skal skrive sig ud af det, lidt efter lidt. Jeg har lært, at det er en rigtig god strategi at bede om hjælp. Jeg har lært, at det er helt normalt at have psykiske problemer.*

At komme i Bogstøtten handler altså også om at føle sig normal, på trods af psykiske problemer og at bede om hjælp og rent faktisk opleve, at hjælpen findes. Som et medlem beskriver:

*Jeg har lært, at der ikke er nogen grund til at give op. Der er hjælp at hente.*

I besvarelsene er der en generel læring om, at når medlemmerne kommer i Bogstøtten og benytter sig af den ramme, det stillads, som Bogstøtten har stillet op, så får de adgang til gode arbejdsvaner, de kan tage med sig, hvor end de bevæger sig hen efter Bogstøtten.

Udtalelserne fra medlemmerne om tiden i Bogstøtten viser, at tilknytningen til Bogstøtten har været af



afgørende betydning. Og selv om det blot har været én af måske mange livslinjer i studieårene, så har det absolut været én af de vigtigste livslinjer for stille og roligt at få aflagt eksaminer på uddannelsesstedet og på et tidspunkt nå dertil, hvor den sidste opgave bliver afleveret, og uddannelsen afsluttes. Bogstøtten har betydning for denne bevægelse, hvad enten man kommer for at samtale med andre medlemmer i pauserummet, øve sig i at blive bedre til at mestre balancen mellem fritid og studietid, få hånd på egen livssituation, deltage i husets aktiviteter, øve sig i at blive bedre til selv at træffe valg eller begynde at spejle sig positivt i hinanden frem for at føle sig mindreværdig i forhold til medstuderende på uddannelsen.

### **Overgang fra afsluttet uddannelse til jobsøgning, det første job og livet efter studiet**

Når uddannelsen først er i hus og refleksionerne over tiden i Bogstøtten har lagt sig, venter der en ny tid forude, en tid hvor fokus ligger på at være jobsøgende. Men hvad tænker medlemmerne, de skal, når de har afsluttet deres uddannelse? Det korte svar på spørgsmålet er:

*Søge (og finde) job.*

Det mere udfoldende svar er:

*Nu afsluttede jeg min uddannelse for et lille halvt år siden, og dermed har jeg været ledig i et stykke tid. Jeg er startet i job med løntilskud i Københavns Kommunes Børne- og ungeforvaltning, hvor jeg skal være i hele 2018. I sig selv ville det ikke kunne have ladet sig gøre uden Bogstøtten for uden at være kommet der, havde jeg ikke kendt til Isbryderordningen, som har givet mig den mulighed. Efterfølgende håber jeg på at kunne arbejde på fuld tid med uddannelsespolitik i en pædagogisk ramme.*

At have afsluttet sin uddannelse og derefter stå og være klar til at søge videre mod nye horisonter kan give anledning til at stille sig selv mange forskellige spørgsmål i den nye livssituation som f.eks.: Hvad betyder et godt liv for mig?

*Lige nu er jeg jobsøgende og på dagpenge, og jeg vil gerne arbejde med beskæftigelsesindsatser/-politik i en eller anden afskygning, eller i et administrativt AC-job i det offentlige. Men jeg er i tvivl om, hvorvidt mit funktionsniveau er højt nok til, at det kan lade sig gøre, eller i hvilket omfang det kan lade sig gøre. Det skal jeg i gang*

*med en afklaringsproces omkring nu. Og så skal jeg finde ud af, hvad et godt liv betyder for mig, når jeg ikke bare prøver at overleve og skrive speciale. Hvad er sjovt, giver energi og glæde? Hvad får jeg det godt af?*

Det kan være sådanne spørgsmål, der bliver taget med over i Jobstøtten og diskuteret sammen med ligesindede for at finde frem til det, der egentlig kan lade sig gøre.

### **Jobstøtten – et nyere tiltag i Fountain House**

Jobstøtten blev i perioden 30. oktober – 20. december 2019 oprettet som et pilotprojekt i Fountain House for færdiguddannede og jobsøgende medlemmer fra Bogstøtten. Projektet er efterfølgende blevet forlænget. Der har tidligere været forsøgt lignende tiltag, men behovet er blevet større, fordi Bogstøtten har oplevet et stigende antal færdiguddannede medlemmer, og det giver derfor et mere sikkert grundlag for at etablere et arbejdsfællesskab i Fountain House målrettet situationen som færdiguddannet akademiker. Jobstøtten er tænkt som et sted, der kan blive en forlængelse af det trygge fællesskab i Bogstøtten til det nye liv som jobsøgende. På en måde kan Fountain House også her hjælpe til at give en blød overgang til en ny livssituation.

Fountain House stiller en medarbejder til rådighed som projektleder hver torsdag, altså én dag om ugen. Om formiddagen er det et gruppetilbud med et tema, mens der om eftermiddagen er et åbent kontor og et fælles arbejdsrum til jobsøgning. Det er også muligt at få individuel vejledning ved behov torsdag eftermiddag.

Det er endda muligt at mødes i Jobstøtten på andre dage i ugen. Jobstøtterne efterspørger en god struktur, hvor man kan mødes fast og på den måde afsætte tid til jobsøgning sammen med andre - så man kan holde fri, når man går hjem. I første omgang mødes medlemmerne fast om torsdagen, og man kan på sigt aftale, om man vil mødes yderligere.

Jobstøtten ønsker at være et andet slags tilbud end de møder og kurser, man tilbydes gennem jobcentre og A-kasse. Det vil sige, at der bliver lagt særlig vægt på det at kunne være i en tryk ramme og indgå i et fællesskab, hvor der er plads til at være den, man er.

Deltagerne beskriver indtil videre, at Jobstøtten i forhold til selve jobsøgningen har hjulpet til at strukturere tid og rum til jobsøgning, og at man får viden, tips, sparring og nyt mod. Selve undervisningen om torsdagen har været



virksom i sin målrettedhed og tilrettelægning i forhold til deltageres konkrete behov. Her er stor mulighed for indflydelse og god balance mellem generelle tips og personlig rådgivning.

Det er især det trygge rum, den afslappede atmosfære og en plads til sårbarhed som fremhæves af medlemmerne. Det er tydeligt i evalueringerne af Jobstøtten, at den har givet en plads til sårbarhed, som man ikke oplever at få i Jobcentrene, og som giver det tilstrækkelige mod til at søge og afprøve nye muligheder i sin jobsøgning. Derudover fremhæves fællesskabet og erfaringsudvekslingen med andre, og der er ingen tvivl om, at der både er stor begejstring for tovholderens tilgang og styring af Jobstøtten og stor begejstring for erfaringsudvekslingen og støtten fra ligesindede Jobstøtter.

## Afslutning

Bogstøtten er et unikt studiefællesskab i København, hvor det viser sig gang på gang, at studerende med forskellige psykiske problemstillinger bliver en del af dette alternative studiemiljø. Her er mulighed for at modtage procesvejledning og finde balancen mellem studieliv og fritid. Medlemmerne nævner uafhængigt af hinanden, hvordan dagligdagen er bygget op på en struktureret måde i Bogstøtten, hvor der er fokus på studiearbejde, pauser og fritid. Gennem vejledende samtaler bliver der lagt vægt at strukturere og overskue dette arbejde men også på det at holde fri og dermed give sig selv et frirum – et pusterum – til at lade op til den følgende dags strukturerede studiearbejde. Bogstøtten arbejder i særlig høj grad med, at de studerende igen kommer til at opleve sig inkluderet i et studiefællesskab. Det ser vi bliver genkendt i besvarelsene, og medlemmerne fremhæver netop også disse sider af Bogstøtten.

*Jeg kan bare konstatere, at processen har bidraget med så meget mere positivt i mit liv end negativt, i kraft af Bogstøtten: venskaber, del af delegation til Folkemødet, aftenskolekursus, samtaler med folk fra alle mulige studier, afstigmatiseringen af psykisk sårbare og syge, fællesskab m.m. (...) Desuden synes jeg, det har givet mig en meget større respekt for min egen sårbarhed og mine såkaldte svagheder. Med det mener jeg, at jeg har opnået en meget større accept af, at jeg er, som jeg er, og at det er helt ok.*

I dette bidrag til jubilæumsskriftet skrev vi i indledningen, at Bogstøtten er interesseret i at få mere viden om, hvilken betydning Bogstøttens kombination af individuel vejledning og et peer-to-peer fællesskab har for den enkeltes recovery- og studieproces? Det spørgsmål vil vi ikke stoppe med at spørge om efter dette jubilæum, men netop fortsætte med at spørge kommende medlemmer om i fremtiden.

Indtil videre er konklusionen, at det, der virker i Bogstøtten, er, at der tages et individuelt udgangspunkt i den enkeltes problemstillinger, ønsker og behov som er indlejret i en fælleskabsorienteret ramme. Denne kombination af individuel vejledning og et peer-to-peer fællesskab viser sig at have en stor betydning for den enkeltes recovery- og studieproces. Bogstøtten står med andre ord på to ben – hvor ingen af dem kan undværes.

Vi håber i fremtiden, at Bogstøtten vil kunne fortsætte med at byde de studerende velkommen, som kommer og banker på døren, og at Bogstøtten kan fortsætte med at gøre det arbejde, som Bogstøtten er bedst til mange år frem til glæde og gavn for fremtidige studerende med en psykisk sårbarhed.

# Når kunst og fællesskab giver mening

## - To medlemmer fortæller om Ungehuset Fontana

Af Bettina Lemtorp og Martin Haastrup Strøm

Bettina:

*Hvor længe har I været i Ungehuset Fontana?*

Per:

*Jeg begyndte for et år siden i 2019 i Fontana. Jeg kom til rundvisning i huset, og det gav mig en følelse af tryghed. Jeg blev mødt med en god energi i huset, og ligegyldig om man var ansat eller bruger, var der en fælles forståelse af hinanden. Jeg fik lyst til at starte, og så kom jeg hver dag. Jeg blev spurgt af en medarbejder, om det ikke var lige i overkanten at komme hver dag. Men nej, sådan har jeg det ikke. Jeg vil gerne have en uge med en konsekvent rytme.*

Peter:

*Jeg begyndte i Ungehuset Fontana for tre år siden i 2017 og begyndte til billedkunst-undervisning. Det var det første sted, hvor jeg fik lyst til at begynde i huset.*

Bettina:

*Kan I prøve at sætte ord på, hvad I får ud af at komme i Fontana og Fountain House?*

Peter:

*Den mulighed at kunne tegne en hel dag og fordybe sig gjorde, at jeg fik mere mod på at komme op og starte min dag. Jeg vidste overhovedet ikke, hvad jeg ville tegne, og hvad jeg kunne. Så jeg startede med at krølle papir sammen for derefter at tegne på det igen, fordi jeg synes det gav nogle muligheder, jeg ikke havde set før – gjorde det mere levende. En mulighed for at udfylde nye rum på papiret. Samtidig brugte jeg en del tid på at tænke over mit liv, og hvad jeg ville arbejde med – og hvem jeg lignede i min familie.*

*I undervisningen blev jeg mødt med et orkester af inspiration fra læreren. Jeg startede med at tegne med tuschpen på papir. Sidenhen er jeg begyndt at fotografere og tage billeder af naturen. Det giver mig en glæde at se farver og former. Jeg finder små steder i byen, hvor blomster og planter gror, der har sit eget liv og samtidig udtrykker sin egenskab. Farverne prøver jeg at indfange, så de bliver levendegjort, og man ser nuancerne lige i det lys.*

*Ved siden af undervisningen er jeg ovre i caféen og arbejder om eftermiddagen. Det giver mig styrke på en anden måde. Jeg er blevet bedre til at se folk i øjnene – det kunne jeg ikke før i tiden. Der havde jeg sparsom øjenkontakt. Det, at blive spurgt af en medarbejder, om jeg ville arbejde i caféen, betød, at de så, at jeg kunne noget. De så ressourcer, som jeg ikke selv havde set, at jeg havde. Noget andet, som jeg fik med fra caféarbejdet, er, at der er positiv opbakning – en interesse, en anden slags ægthed ved at arbejde sammen, og man bliver taget alvorligt.*

Per:

*Det betyder meget at kunne komme og være i det kreative rum. Det er en anden måde at udtrykke sig på, hvor man kan lave noget sammen med andre eller være i sin egen verden. Det er vigtigt at kunne være i begge dele. Det giver mig energi. Når man bruger sin energi på det kreative, får man faktisk energi til at lave de mere praktiske og kedelige ting i hverdagen.*

*I Fontana tegner og maler jeg, og jeg får feedback på det, jeg udtrykker, og det er rart at få råd og vejledning og få et syn på egne værker. Det er et selvtillidsboost. Det er fedt at vide, at nogen tror på, at man kan – at man har nogle unikke evner, og man kan noget, som andre ikke kan - og man fortjener at få ros og opmærksomhed på det.*

*Jeg startede både i Billedkunst og keramik. Det er et kreativt sted, der giver mig mulighed for at udtrykke mig på en anden måde. Det, der sker undervejs på holdet, er, at vi lærer hinanden at kende og kan tale om ens psyke. Jeg oplever en tryghed i at tale om sårbarhed, medicin, og lige i nat havde jeg en hård nat samtidig med, at jeg hører om andres udfordringer. Jeg lærer at tale om psykisk sygdom. Før havde jeg ikke hørt om andres sygdom, og nu har jeg lært så meget ved at høre om andre. Før havde jeg ikke hørt om andre, der havde samme sygdom som mig, og her oplever jeg, at jeg kan udveksle med andre, der kender til de samme oplevelser. Jeg har f. eks købt en bog, som beskriver sygdommen skizotypi, og den har jeg delt med andre på holdet i Fontana. Her kan man komme, som man er, og man skal ikke gemme sin sårbarhed væk.*

*Jeg oplever at få flere ord på mine oplevelser med psykisk sårbarhed, og det giver mig ro, at jeg ikke er den eneste,*



der har det sådan, og at andre har det lige som mig. Det giver mig en følelse af fællesskab, at vi står sammen. Jeg møder ikke det fællesskab ude i byen, og derfor er det vigtigt for mig at komme et sted som Fontana og Fountain House.

Vi unge har mødt hinanden og har skabt et fællesskab også udenfor Fontana. Vi hjælper hinanden på flere måder. Hvis nogen skal flytte bolig, så giver folk en hånd med til at flytte. Det er en mental støtte at vide, de er der, og det føles godt, at der er nogen, der har ens ryg, eller med andre ord man ved, der er nogen til at gribe én.

I tiden her er jeg blevet bedre til at fortælle rationelt om, hvad jeg har af udfordringer. Jeg er blevet bedre til at forstå mine egne ressourcer og begrænsninger. Jeg har fået en anden indsigt både i forhold til, hvordan man tackler kommunen, psykiatrien og hvordan man søger SPS - og hvad man får ud af det.

Peter:

Her i huset er alle ligestillet – det kan mærkes i hverdagen som en tråd, der er gennemgående i huset. Der er et fællesskab, hvor jeg mærker, at der altid er plads til mig og mange andre typer mennesker, der har hver sin historie. Det giver mig et rum til at være kun mig i, og som jeg oplever giver mig mulighed for at opdage nye sider og udfolde dem her sammen med andre unge. Man skal ikke hele tiden forklare, hvordan man har det. Jeg oplever, at vi støtter hinanden, fordi der er en accept og rummelighed i

huset. Huset ligner bare en stor gammel, venlig villa. Det er rart at være i rummene, for det ligner ikke det, der er tilsvarende ude i byen. Humøret skifter hos mig. Nogle dage taler jeg og er åben, mens andre dage er jeg stille og indadvendt. Jeg har brug for at kunne have lov til at have det, som jeg har det – bare at have et sted og et rum at være i, for lige udenfor er der en travl hverdag, der kører forbi.

Jeg har fået en anden slags mod, så nu kan jeg tale og udtrykke mig bedre, for jeg skal ikke bruge tid på at tænke på, hvad andre tænker. Jeg er jo mig og er blevet bedre til at være mig selv. Jeg hører også på de andre unge, hvad de tænker og især også, hvad min lærer gør sig af tanker. Det giver mening det hele – at være sammen samtidig med, at man er sig selv i gruppen. Jeg oplever at blive accepteret, fordi der bliver lyttet til, hvad jeg siger, så langsomt letter trykket fra mine skuldre. Det giver indre styrke at have undervisning og samarbejde på tværs af huset og åbner op for muligheder. Jeg har åbnet op for mine tanker og følelser og anerkender, at lige nu er jeg her, og at det aldrig er for sent at starte ud og opdage flere sider af sig selv.

(Peter og Per er pseudonymer. Artiklen er sammenskrevet ud fra to selvstændige interviews)



# FOUNTAIN HOUSE

## KØBENHAVN

 **BOGSTØTTEN**  
FOUNTAIN HOUSE  
**UNGEHUSET FONTANA**  
FOUNTAIN HOUSE

