

# Ensamhet

## Ensidig diskussion

Nu när personer med intellektuella funktionshinder har flyttat ut i egna lägenheter, har man alltmer börjat tala om den ensamhet personerna kan vara utsatta för. Den diskussionen har i min mening blivit ensidig. Man har ett otal gånger i olika sammanhang konstaterat att personer med intellektuella funktionshinder är så ensamma efter att ha flyttat ut från en institution eller ett grupphem. Och så kan det ju också vara, men ibland låter det som om det alltid skulle vara så och man diskuterar ensamheten enbart från den aspekten.

På något sätt får jag en bild av detta, att man i samband med inklusion igen, som man så ofta gör, diskuterar med traditionella uppfattningar och utgångspunkter. Först i samband med inklusion så vill man betona det personliga och så när man evaluerar situationen t ex om ensamheten så «klumpar» man ihop personerna igen som förr.

Ja-a kanske jag är lite överdriven, men det jag vill säga är att det finns även andra aspekter på ensamhet.

» Ensamhet är ju något mycket personligt och en del personer kan ju känna ensamheten, som en befrielse.

## Personlig utgångspunkt

För det första skulle jag hoppas på att detta generella sättet att diskutera om ensamhet, skulle kunna ha en mer *personlig utgångspunkt*. Känner personen sig ensam eller inte?

Ensamhet är ju något mycket personligt och en del personer kan ju känna ensamheten, som en befrielse. En egen personlig grad av sociala behov och behov av lugn och ro är ju något annat än den generella bilden. Se ensamheten även, som en möj-



Maarit Aalto til høyre. Her sammen med Gunvor Munck fra Danmark. (Foto: Tor Visnes).

lighet till koncentration, vara sig själv och bara vara. Det är ju inte så, att personer med intellektuella funktionshinder skulle ha specialensamhet (som man tidigare tänkte med specialbehoven av olika slag), som på något sätt skulle vara annorlunda eller mer än andras. Man kan ju förstås se närmare på om det är så att personer med

intellektuella funktionshinder kan bli lättare ensamma än andra, men inte heller det, kan man generalisera, utan det har ju igen att göra med vem det gäller. Så variationerna hur man förhåller sig till ensamheten kan ju vara det oändliga.

## Mer synlig ensamhet

Ensamhet har ju funnits förstås hela tiden med i intellektuellt funktionshindrade personers liv, såsom också för andra människor. Och mer under institutionstiden, även om många tidigare var av den uppfattningen, att då var det sociala livet på sin topp. Man hade människor omkring sig hela tiden. Men det ända felet var ju att många personer med intellektuella funktionshinder knappt visste vad de andra hette på avdelningen, trots att de bott där tillsammans i 20 år. Men i och med inklusion blir även *ensamheten mer synlig*. Tidigare har man inte granskat så noga «det inre» och därför räckte det med att konstatera «de har ju massor med människor omkring sig». Men nu har ensamheten blivit mer synlig när det gäller personer med intellektuella funktionshinder och fått en starkare *emotionell aspekt för personer med intellektuella funktionshinder eller med andra ord «hur känns det inuti»*.



*Sosiolog Maarit Aalto er prosjektsekretær i den finske interesseorganisasjonen FDUV. Innlegget er et synspunkt i diskusjonen om den sosiale situasjonen for mennesker med psykisk utviklingshemning som bor i egen bolig. Innlegget avspeiler at debatten går på samme måte i våre naboland som her i Norge.*

(Foto Tor Visnes).



Maarit Aalto. (Foto: Tor Visnes).

Man använder fortfarande de gamla traditionella modellerna i bedömningar av inklusion och man har i diskussionen om ensamhet i lägenheter på något sätt visat att känslan av *ensamhet är konstant*.

Ja. Ni får väl ursäkta mig om jag kan låta lite cynisk, men det jag menar är att – det är den väl inte alls heller.

Den personliga betydelsen av ensamhet kan variera i olika skeden av livet. Och för att förstå intellektuellt funktionshindrade personers «variationer» i förhållande till ensamhet bättre kräver detta att personal stannar en längre tid. Brister i personalkontinuiteten ställer till med problem i detta, som i mycket annat. En finkänslighet och hänsynstagande blir centralt, så att man inte den stunden just då personen vill ha en stund för sig själv, «trampar» in på rummet och säger med hurtig röst – Nu Krister är det städdag!

### Balans i det sociala livet

Det finns också hinder för personer med intellektuella funktionshinder, att få balans mellan den grad av ensamhet och det

sociala livet man önskar sig. Säkert finns det många exempel på detta, men ett av hindren vill jag beskriva genom en funktionshindrad kvinnas ord.

” Man använder fortfarande de gamla traditionella modellerna i bedömningar av inklusion.

Hon ville anmäla sig till en matlagningskurs och på så sätt få nya kontakter (tyckte hon), men då sa personalen på grupphemmet, att hon är för tjock för att gå på matlagningskurs på arbetarinstitutet. Vad

är det för logik? När har vi andra fått ställa oss på vägen före matlagningskursen börjar? Det handlar i vissa situationer om annorlunda hinder för helt normala behov. Så för henne blev det denna gång att stanna hemma i lägenheten.

Det är frågan om aspekter på ensamhet i förhållande till kvaliteten på det sociala livet eller sociala kontakter, som erbjuds. Påtvingad gemenskap, som personer med intellektuella funktionshinder ofta upplevde på institutionerna, men också på grupphemmen, var ju ett tryck mot ensamhet, som jag skulle hellre kalla för övergivenhet. Att bli lämnad. För att återgå till det jag började med i mitt diskussionsinslag – frågan om, – att blir man också lämnad i sin lägenhet eller räcker stödet till att man har efter eget val och självbestämmande rätt kan välja. Gemenskap eller ensamhet. Finns det möjligheter för personer med intellektuella funktionshinder att uppleva gemenskap, som ger *personlig* glädje och acceptans, men också rätt till att få dra sig tillbaka och bara njuta av att få vara ensam en stund.