



Einstaklings- og fjölskylduuppbygging

Kærleikssamtökin hafa staðið að styrktarverkefni, sem fólst í námskeiði, fyrir einstaklinga sem bíða afplánunar eða hafa lokið afplánun. Í þessum bæklingi er verkefnið kynnt og þær aðferðir sem samtökin hafa notað í tvö og hálf ár fyrir fanga og aðstandendur.

Styrktarverkefnið fólst í námskeiði sem hafði fyrst og fremst þann tilgang að rjúfa félagslega einangrun þeirra sem bíða afplánunar og sem hafa lokið afplánun, sem og að aðstoða þá við varanlega uppbyggingu um breytta stefnu í lífinu á eigin forsendum.

Fangar í nýju ljósi

Allt frá því að samtökin fóru af stað með þessa hugmynd, byggðist hún á sjálfsstyrktarnámskeiðum bæði innan og utan fangelsa. Fyrsta skrefið var tekið þegar Kærleikssamtökin buðu upp á vikuleg sjálfsstyrktarnámskeið í heilt ár (2008-2009) á Litla Hrauni. Ýmsar umræður áttu sér einnig stað við Ekron, Afstöðu (félag fanga) og fangaprest varðandi Aðgát (félag aðstandenda fanga) um stöðu þessara hópa, en erfiðara gekk að ná sambandi við yfirmenn fangelsa og fangelsismálastjóra. Hvað sem því leið þá byggðist þarna upp grunnur innan fangelsis, sem fjarheilunin og þetta styrktarverkefni byggja á.

Verkefnið sem hér um ræðir er sjálfstætt verkefni og hentar vel samhliða öðrum úrræðum eins og hjá AA, Coda, Ekron, Vernd eða öðrum.

Allt starf samtakanna byggir á úrræðinu **Einstaklings- og fjölskylduuppbygging**, til að rjúfa þá einangrun sem hver og einn glímir við. *Í þessum bæklingi er fjallað um úrræðið tengt fangelsi.* Með því er hægt að losa um mikið af eyðileggjandi tilfinningaflækjum sem tengjast fangelsi og aðstoða við að byggja upp í staðin heilsteypa einstaklinga. Á þetta við um fangana sjálfa, börn þeirra og aðstandendur, þolendur eða fórnarlömbin og starfsfólk.

Hér skal minna á að starfsfólk sem tengist föngum teygir sig mun lengra út fyrir það að vera fangaverður. Má þar byrja á að nefna starfsfólk skóla sem hafa komið að þeim, á þeim tíma sem erifðleikarnir gerðu vart við sig, í flestum tilfvikum. Oftast hefur starfsfólk barnaverndar og vistheimila komið að þeim, lögregla, svo fangaverðir og -prestur, sálfræðingar, læknar og yfirmenn, síðan eftir afplánun er það starfsfólk hjá fangelsismálastofnun og svo oft fulltrúi þjónustumiðstöðvar. Ekron, Vernd, AA samtökin, Coda, Gistiskýlið, Miklabraut 18-20, heimilið á Njálsgötunni og Kaffistofa Samhjalpar eru einnig staðir þar sem starfsfólk kemur að þeim sem hafa afplánað. Einnig er hægt að nefna starfsfólk Rauða krossins og alla þá sem halda fyrirlestra og námskeið í fangelsum landsins.

Fangar og aðstandendur geta lifað í þjáningu hvors annars og haft meiri áhyggjur hvor af öðrum en sjálfum sér. Það verða ekki bara

breytingar í lífi fangans þegar afplánun hefst heldur líka barna þeirra, maka og ættingja. Heimurinn hrinur þegar þetta gerist skyndilega ef um alvarleg afbrot er að ræða og engin tími gefin til undirbúnings. Aðrir fá undirbúning og getur þá biðin orðið löng, eins og vitað er um í dag að menn bíða allt að þrjú ár eftir afplánun. Þá finnst mörgum ekki taka því að byggja sig upp, aðrir hafa stofnað fjölskyldu, en allt þetta getur hrunið þegar afplánun hefst. Þetta er svipað og þegar fólk missir ástvin á svipstundu í slysi, eða þegar um er að ræða veikindi þar sem fólk hefur tíma saman áður en yfir lýkur.

Muna þarf líka eftir þeim hópi einstaklinga sem glæpurinn snýr að, þolendurnir eða fórnarlömbin, börnum þeirra og aðstandendum. Hvað ganga þeir í gegnum?

Tilfinningarnar sem upp koma við aðstæður tengdar fangelsi eru ávallt einstaklingsbundnar, sama hver á í hlut og sama hvaða fyrrgreinda hóp einstaklingurinn tilheyrir. Það fer eftir aldri, uppeldi, aðstæðum, reynslu, stuðningi og trú hvers og eins hvernig viðkomandi bregst við og nær að vinna sig í gegnum aðstæðurnar. Því fleiri sem koma auga á þetta mikilvæga aðtriði því meiri og betri breytingar er hægt að gera í fangelsismálum. Á þetta líka við um lífið sjálft, svo stórkostlegir hlutir fara að gerast ef fólk gefur þessu gaum.

Úrræðið **Einstaklings- og fjölskylduuppbygging** gengur út á það að unnið er með hvaða einstakling sem er út frá því hvar viðkomandi er staddur í þeim aðstæðum sem hafa komið upp. Getur það átt við hvaða aðstæður sem er. Þetta gæti virst auðvelt og raunhæft en hér er átt við að öllum aðstæðum sé sýnd virðing, sama hvort viðkomandi er þolandi eða gerandi og þá hvers konar. Það þýðir að vinna með einstakling, sem framið hefur t.d. nauðgun, morð, alvarlegt ofbeldi eða beitt barn kynferðislegri misnotkun, einnig þá sem hafa orðið fyrir þessum raunum, og andstandendum allra. Að fara að auki með viðkomandi í gegnum erfiðar aðstæður sem er oft undanfari að glæp eða því að vera fórnarlamb – að draga allar þessar tilfinningar upp á yfirborðið og vinna úr, leiðbeina svo og aðstoða við að byggja upp einstakling með heilbrigða skynsemi sem getur einn daginn staðið á eigin fótum í samfélaginu, sem engin ógn stendur af eða sem getur varið sig. Vonandi veitir þessi lýsing innsýn í að slíkt tekur tíma að byggja upp og á móti hversu nauðsynlegt það er samfélaginu í heild.

Námskeiðið fjallar um líkamlega og andlega heilsu

(hér er óbreyttur texti úr kynningarbæklingnum fyrir námskeiðið).

Námsefnið gengur út á, að hver þátttakandi fái skýra mynd af sjálfum sér í upphafi, m.a. hvaða hugsanir, tilfinningar og langanir séu ráðandi, en einnig þarfir og vilji viðkomandi. Skoðað verður hvaða breytingar þátttakendur vilja sjá og sett fram raunhæf markmið og leiðir til að ná þeim. Farið verður yfir ýmislegt er varðar tengslin milli líkamlegrar og andlegrar heilsu (m.a. áhrif hugsana og tilfinninga) og hvernig megi ná og viðhalda jafnvægi. Einnig verður litið til jákvæðra eiginleika okkar, t.d. þakklæti og gleði. Sérstaklega verður hugað að nauðsyn þess að sleppa takinu á fortíðinni og taka á móti framtíðinni sem og að bera ábyrgð.

Verkefnin verða í samræmi við námsefnið til að hver og einn geti tengt efnið við eigin aðstæður í lífinu sem og hugsanir, tilfinningar, langanir, þarfir og vilja. Þátttakendur fá tækifæri til að aðskilja sjálfa/-n sig frá umhverfinu svo auðveldara sé að taka raunhæfar ákvarðanir um hvers er þörf á að breyta.

Umræður verða í lok hvers tíma, þar sem tækifæri gefst til að miðla af eigin þekkingu og til að njóta þekkingar annarra. Þátttakendur geta þannig upplifað að hægt er að gefa af sér þrátt fyrir að vera í erfiðum aðstæðum. Tækifæri gefst til að tjá sig í öruggu umhverfi, skoða og meta hverju fólk er reiðubúið til að deila með öðrum og hverju ekki, en það byggir upp virðingu fyrir sjálfum sér. Trúnaður er hafður í fyrrirúmi á námskeiðinu og er það ávallt val hvers og eins hvort og þá um hvað viðkomandi tjáir sig.

Námskeiðið gengur út á að hver þátttakandi komi auga á hvað þarf að gera, hvað hann/hún vill gera, sem og hvernig viðkomandi getur náð þeim árangri.

Námskeiðið verður haldið frá ágúst 2010 fram í desember, alls 18 skipti. Kennt er einu sinni í viku í 2-2,5 klst í senn. Námskeiðið kostar kr. 4.500kr. Markmiðið er að það verði fastur liður innan samtakanna, helst haldið tvisar á ári.

Kynning á verkefningu

Til að kynna verkefnið var sent út fréttabréf í tölvupósti á þá aðila sem koma að föngum með einhverjum hætti. Voru það yfirmenn hjá Ekron, Vernd og fangelsum landsins, fangelsismálastjóri, nokkrir starfsmenn fangelsismálastofnunnar og séra Hákon fangaprestur. Stuttu seinna var sendur annar tölvupóstur á sömu aðila ásamt bæklingi í pdf-formi með beiðni um þátttöku í að dreifa honum til að kynna námskeiðið fyrir einstaklingum sem biðu eftir og höfðu lokið afplánun. Ekron og Vernd voru þeir einu sem voru tilbúnir að taka þátt í dreifingu bæklingsins og leyfa kynningarfund. Að auki var yfirmaður hjá Vernd tilbúin að leyfa námskeiðshald þar, ef einhver myndi skrá sig. Óvænt bættist Gistiskýlið við um sumarið og voru starfsmenn þess og yfirmaður mjög opnir fyrir námskeiðinu.

Kynningarfundur fyrir þátttakendur

Kynningarfundur var haldin á fjórum stöðum. Einn var haldinn út í bæ og var kynntur með auglýsingu í Fréttablaðinu, annar á Vernd, sá þriðji hjá Ekron og sá fjórði í Gistiskýlinu. Einn einstaklingur mætti á kynninguna út í bæ, þrír hjá Vernd, hjá Ekron var skyldumæting og voru þar um 15 einstaklingar. Í Gistiskýlinu var fyrst ekki formlega kynningu að ræða heldur kom ég þar við og spjallaði við þá einstaklinga sem þar voru staddir og vildu hlusta. Hitti ég svo á nýja aðila nokkrum sinnum, sem ég þá ræddi við ef áhugi var fyrir hendi og kynnti fyrir þeim verkefnið í stuttu máli. Voru þar í byrjun fimm einstaklingar sem höfðu áhuga á námskeiðinu og var í framhaldi af því haldin formleg kynning, til að gera betur grein fyrir námskeiðinu í heild og hvers mætti vænta af því. Á öllum stöðum var lögð áhersla á að þátttakendur yrðu sjálfir að skrá sig á námskeiðið.

Fjöldi þátttakenda og aðstæður þeirra

Alls sýndu ellefu einstaklingar námskeiðinu áhuga. Í byrjun skráðu sig átta einstaklingar, síðan bættust við tveir á fyrstu dögum eftir að það byrjaði og einn einstaklingur kom inn í á annarri viku. Af þessum ellefu tóku svo alls sjö einstaklingar þátt í námskeiðinu. Fjórir af þessum ellefu einstaklingum höfðu nýtt sér að einhverju leyti sjálfsstyrktarnámskeiðið inni á Litla Hrauni. Fimm þeirra höfðu setið inni á öðrum tíma en sjálfsstyrktarnámskeiðið hafði verið á Litla

Hrauni, einn hafði verið í fangelsi erlendis og einn hafði næstum því lent í fangelsi vegna óreglu en átti samt enn við aðra erfiðleika að stríða og var því í Gistiskýlinu.

Aðstæður þessara einstaklinga voru þær að átta þessara ellefu voru í Gistiskýlinu og þar af heimilislausir. Í byrjun var einn þeirra í einhverri neyslu og mætti hann á námskeiðið eftir ástandi. Tveir af þeim ellefu voru í leiguhúsnæði, annar þeirra í einhverri neyslu, en einn þessara ellefu hafði verið á götunni og í neyslu í nokkrar vikur eftir að aflánun lauk í sumar, en hafði ekki nýtt sér Gistiskýlið. Sá einstaklingur komst í leiguhúsnæði um miðjan ágúst með aðstoð Kærleikssamtakanna og hætti í neyslu um tíma.

Hvar námskeiðið var haldið

Námskeiðið átti upphaflega eingöngu að vera á einum stað, í Menningarmiðstöðinni Gerðubergi. Er kynningarnar fóru af stað var ákveðið að halda það á þrem stöðum ef þátttaka næðist. Að lokum var námskeiðið haldið í Gerðubergi og Gistiskýlinu, en engin þátttakandi skráði sig á Vernd. “Hafði þess verið óskað í kynningarbæklingnum, að væntanlegir þátttakendur hefðu einlægán vilja til að nýta sér námskeiðið á meðvitaðan og uppbyggilegan hátt. Tekið var fram að alls ekki væri verið að óska eftir einstaklingum “með lítil sem engin vandamál“ heldur staðfastlegán vilja til að komast í betri aðstæður og breyta um stefnu í lífinu.” (Sjá einnig nánari umfjöllun undir Heilun-fjarheilun-Sjálfsstyrking).

Hvernig námskeiðið þróaðist

Námskeiðið átti að vera í 18 vikur en endaði í 16. Af þeim sjö sem komu var einn í neyslu, mætti eftir ástandi en gafst svo upp. Einn hafði verið frá neyslu í töluverðán tíma, þurfti svo að fá lyf v/ áverka, missti einhver skipti úr, en fór svo á Hlaðgerðakot. Einn datt í það af og til og missti úr, byrjaði aftur en náði ekki að halda þessu í jafnvægi og ákvað því að hætta. Einn mætti bara einu sinni í góðu ástandi. Einn var alsgáður allan tímann, mætti vel en ákvað svo að hætta eftir mánuð. Einn mætti fyrst en fór svo alveg í neyslu og datt út. Einn mætti 2x en var svo í og úr neyslu, í og án húsnæðis næstu mánuði. Hann hefur samt haldið áfram að vinna í sér með heilun, fjarheilun og miklu spjalli. Þannig var námskeiðið meira óformlegt hjá honum en formlegt og fól í sér mun meiri aðstoðar en námskeiðið stóð fyrir.

Árangur verkefnisins

Við lok verkefnisins var gert ráð fyrir að halda ráðstefnu til að kynna árangur þess í heild sem og árangur þeirra sem sóttu námskeiðið. Markmiðið var að fjalla stuttlega um þær breytingar sem námskeiðið hafði á þátttakendur.

Þar sem verkefnið þróaðist þannig að fimm hættu á fyrsta mánuðinum og hinir tveir hafa ekki lokið námskeiðinu, var ákveðið að breyta frá ráðstefnu yfir í að prenta þess í stað þennan bækling með góðri umfjöllun um verkefnið. Leggja hér áherslu á að vekja athygli á málefni og kynna þær aðferðir sem Kærleikssamtökin hafa notað í tvö og hálf ár fyrir fanga og aðstandendur þeirra.

Mikilvægt að hafa í huga:

Nú mætti halda að árangur verkefnisins væri nánast engin þar sem engin lauk námskeiðinu. Því er samt alls ekki svo háttáð. Það sem þeir einstaklingar hafa skoðað hjá sjálfum sér á þessum stutta tíma á námskeiðinu mundi hafa mikil áhrif á hvern sem er. Að draga fram og horfast í augu við munstur í lífinu sem hefur verið mjög átakanlegt er eitt og sér baðað hugrekki. Þó svo að þessir einstaklingar séu ekkert einir um það að hafa orðið fyrir áfalli/áföllum í lífinu – þá hafa samt fáir þeirra langvarandi og sérstöku reynslu.

Hvert og eitt okkar er að öllu jöfnu meðvitað um hvað hefur gerst í eigin lífi en það er ávallt öðruvísi að skrifa það á blað, tala um það og sérstaklega að sjá hvernig ákveðið munstur hefur haft afgerandi áhrif á aðstæður okkar. Að fá innsýn inn í hvernig vanamunstur hefur skapast og ákvarðað viðbrögð við erfiðum aðstæðum í lífinu er átakanlegt að horfast í augu við, því það er hluti af því hvernig fyrir okkur er komið í dag. Það er einnig hluti af því hvernig við höfum leyft öðrum að koma fram við okkur og hafa áhrif á aðstæður okkar.

Það er því mjög svo aðdáunarvert að þessir einstaklingar hafi nýtt sér heilun/fjarheilun og setið þetta námskeið í sjálfsstyrkingu. Þeir þorðu að leggja sjálfan sig fram af einlægni, aðstæður sínar og líðan, þeir þorðu að fá leiðbeiningar sem segja til um að hætta að haga sér á ákveðinn hátt og byrja að haga sér á ábyrgan og meðvitaðan hátt. Þegar uppi er staðið standa þeir því mörgum okkar mun frammar, bæði hvað varðar erfiða lífsreynslu og hugrekki til sjálfsuppyggingar.

Mikilvægt að hafa í huga - frh:

Í svona uppbyggingarferli þarf að gera ráð fyrir að einstaklingur falli í neyslu, þunglyndi eða gefist upp og það jafnvel nokkrum sinnum. Þá er afar þægilegt að afgreiða málið þannig að viðkomandi vilji ekki bæta sig eða nenni því ekki. Hugsum þá aðeins um hvað það getur verið erfitt að láta nammipokann vera eða nenna ekki út að skokka, sem sagt að framkvæma einfalda hluti sem við vorum búin að setja á dagskrána, því við vildum missa nokkur kíló eða auka úthaldið.

Að eyða út og uppræta vanamunstur í hegðun eða tilfinningar og hugsanir sem eru rótgrónar tekur tíma. Í byrjun á svona heilunarferli kemur inn ný, ókunn orka sem viðkomandi finnur fyrir. Hann þarf að venjast orkunni, ráða við hana og læra að haga sér eftir henni. Það sem þvælist oft fyrir er að við treystum ekki hinu óþekktu og við teljum okkur ekki eiga skilið eitthvað betra. Við sveiflumst því fram og til baka um tíma þar til líkaminn nær jafnvægi og skynjar að óhætt sé að treysta og taka á móti nýrri orku því hún hjálpar okkur að losna við erfiðleika, reiði, ótta, kvíða, sektarkennd, skömm, einmannaleika o.fl.

Texti eftir einstakling sem afplánar og lætur sig varða málefni

fangar: Það get ég fullt að andlegar þjáningar eru stór hluti af lífi hvers fanga og þörfin til að vinna með aðstæðurnar er mikil. Vandamálið er fangelsisumhverfið sjálft og það kerfi sem við búum við. Með fangelsisumhverfinu á ég við að það hefur, annars vegar, áhrif á framkomu og dagleg samskipti á þeim tíma sem fangar eru ekki lokaðir inni. Hins vegar hefur það allt önnur áhrif þegar menn eru í einrúmi. Annars vegar mætti tala um félagsleg áhrif fangahóps og starfsfólks en hins vegar þvingunar- eða einangrunaráhrif þar sem hver fangi er einn með sínar hugsanir og þjáningar.

Mismunandi erfiðleikar eru ástæða neyslu- og afbrotaferlis eða heimilisleysis. Sameiginlegir erfiðleikar eru m.a. áföll sem ekki var unnið úr og/eða ófullnægjandi aðhlyning í bernsku sem viðkomandi svo viðheldur. Erfiðleikarnir hlaðast upp og verða að hringrás sem erfitt er að rjúfa. Margir þessara einstaklinga eiga eftir að læra einfalda hluti í daglegu lífi. Miðað við að nær allir þátttakendur voru heimilislausir eða hafa einhvern tímann verið í þeirri stöðu þá lá ljóst fyrir að heimilisleysi *yfirgnæfir algjörlega* alla aðra erfiðleika þeirra. Því var erfitt að vinna aðallega út frá fangelsisvistinni þar sem ekki var hægt að horfa fram hjá heimilisleysisinu.

Heilun – Fjarheilun – Sjálfstyrking

Á Litla Hrauni, var 2008 byrjað með 7 vikna sjálfstyrktarnámskeið sem stóð svo áfram, vikulega í heilt ár. Þegar talað er um sjálfstyrkingu sér fólk sjálfsagt fyrir sér námskeið þar sem nemendur koma auga á og ná tökum á einhverju í eigin fari, og sem eyðir þar með að hluta til eða að öllu leyti t.d. vanlíðan, sársauka eða óöryggi.

En þegar um er að ræða einstakling sem hefur frá blautu barnsbeini verið erfiður og hefur ekki fengið kennslu eða aga í 20-30 ár, á fíknarferli að baki til margra ára, kannski frá 10-14 ára aldri, og hefur svo að auki brotið af sér á einhvern hátt og það jafnvel mörgu sinnum er um aðeins annað og flóknara ferli að ræða í sjálfstyrkingu.

Því var sjálfstyrktarnámskeið samtakanna strax í byrjun lagt fram fyrir fangelsismálayfirvöldum á þann hátt að til að árangur næðist yrði það að standa yfir í langan tíma. Mikil áhersla var lögð á að komast í tengsl við sem flesta fanga og að fá að kynna úrræðið fyrir starfsfólki. Því vitað var að það tæki langan tíma bara að kalla fram viðbrögð við nýju úrræði hjá föngum, hvað þá að þeir mundu nýta sér það fyrir alvöru og hjá starfsfólki að átta sig á hvað væri hægt að gera meira.

Ástæða lengd námskeiðsins, tengt styrktarverkefninu, var hafður í lengri kanntinum svo að góður tími fengist fyrir þátttakendur til að finna fyrir þeim áhrifum sem mundu skapast af námsefninu og verkefnum. Einnig að tími gæfist til að setja sér markmið og finna fyrir þeim breytingum sem yrðu við að nota nýjar leiðir.

Allt þetta tekur í raun lengri tíma því samhliða þarf að skoða þær leiðir sem hver og einn hefur notað hingað til en hafa ekki dugað og þá af hverju. Hér verður að muna eftir að margir þessara einstaklinga hafa glímt við oft mjög erfiðar og langvarandi aðstæður. Því var það vitað í upphafi að þetta námskeið væri eins og dropi í hafið og gæti í raun ekki kallað fram varanlegar breytingar, en væri byrjun á uppbyggingu sem tæki mislangan tíma hjá hverjum og einum.

Fjallað var um heilun, bæði við fanga og það kynnt skriflega fyrir yfirmönnum á Litla Hrauni – en, án þess að leyfa heilun, var eftir eitt ár lokað á starfsemi samtakanna. Nokkrir fangar höfðu áður farið í heilun og þekktu því áhrifin. Aðrir höfðu aldrei prufað. Um það leyti sem lokað var á námskeiðið á LH, í sept '09, voru þrettán fangar sem byrjuðu að fá vikulega fjarheilun. Einnig láta all nokkrir biðja fyrir sér, bæði innan og utan fangelsis og í Gistiskýlinu.

Staða einstaklinganna í dag

Nú í janúar 2011, þremur og hálfum mánuði eftir að allir hættu á námskeiðinu er staða einstaklinganna þessi: Sá sem kom á námskeiðið en var í neyslu er búin að fara í meðferð og er komin í íbúð. Sá sem fór á Hlaðgerðakot er þar enn. Sá sem ekki náði að halda jafnvægi er á Miklubrautinni. Ekki er vitað um þann sem mætti einu sinni, né um þann sem fór alveg í neyslu og datt út. Sá sem var allsgáður allan tímann er enn í Gistiskýlinu. Sá sem kom samhliða í heilun hefur verið í og án neyslu frá því í september en er nú komin aftur á Litla Hraun.

Hér koma frásagnir tveggja einstaklinga sem sóttu námskeiðið:

Ég sá ljós í viðtölunum sem veittu mér von og styrk varðandi framtíðina. Ég er einfari frá '92 og á erfitt með að treysta fólki, fortíðin hefur kennt mér að þegja, en ég náði að tjá mig og gat verið opin á námskeiðinu. Þetta hróflaði við mér, ég hafði margt að segja en kom því ekki frá mér, sérstaklega ef fleiri voru í tímanum. Ég hef oft og lengi leitað til Félagsþjónustunnar, fengið loforð og vonir sem dóu, þar sem ávallt koma synjanir við beiðnum mínum, sem snúast um að fá húsnæði. Eftir mánuð á námskeiðinu fór ég í baklás og hætti, þar sem ég sá eingöngu vonleysi, kvíða og myrkur varðandi framtíðina. Í dag 2 og ½ mánuði eftir að ég hætti á námskeiðinu er ég enn í Gistiskýlinu og lýður 80% verr heldur en daginn sem ég hætti. Ég kvíði að vera hér á jólunum.

Guðmundur

Ég byrjaði á sjálfsstyrktarnámskeiði hjá Kærleikssamtökunum inni á Litla Hrauni, sumarið 2009. Svo sótti ég þetta námskeið sem hér um ræðir í sept 2010 í Gistiskýlinu en fór svo á Hlaðgerðakot. Núna er ég aftur byrjaður á námskeiðinu og ætla að halda áfram að vinna í sjálfum mér. Hefur þetta haft áhrif á hugsanir mínar, líðan mína og hegðun. Hugsanir mínar hafa dregist frá hversdagsleikanum og beinst meira að mér sjálfum. Ég opnaði mig meira en ég hafði nokkurn tímann ætlað mér að gera. Það hafði mjög góð áhrif á mig, mér leið mun betur og ég var allur miklu léttari, sem gaf mér meira frelsi. Hefur þetta haft áhrif á hegðun mína og fór ég að vera meira út af fyrir mig. Ég hef bæði haldið mig frá öðrum einstaklingum sem eru í neyslu og líka því sem hefur komið mér í fangelsi.

Fyrir mér er það afrek að hafa náð 59 ára aldri m.v. aðstæður mínar í lífinu. Síðustu 9 árin hafa verið góð, þau hafa verið bjartari og fljótari að líða. Þau gáfu mér meira en öll hin 50, bæði varðandi heilsu og jákvæðar hugsanir.

Ég hef í gegnum árin getað reddað mér í tíma og tíma með húsnæði og var þá inni á öðru fólki. Það eru ca. 20 ár síðan ég sótti fyrst um félagslega íbúð og á þeim tíma hef ég mörgum sinnum sótt um, en það eina sem ég hef fengið er bráðabirgðahúsnæði, svokallaður skúr út á Eyjaslóð í 6 mánuði, þrátt fyrir endalaus loforð.

Lalli Jones

Að lokum

Það sem við stöndum ávallt uppi með, er að eitthvað hlýtur að hafa farið úrskeiðis hjá eða gagnvart þeim einstaklingum sem lenda í fangelsi ÁÐUR en til þess kom.

Allir atburðir, hvort sem er innbrot, ofbeldi eða einelti í skóla af hendi samnemenda eða kennara gerist fyrir framan nefið á okkur um hábjartan daginn, alla daga! Gleymum ekki öllum þeim staðreyndum um misnotkun barna á vistheimilum á vegum barnaverndar eða kerfisins, sem og á mörgum heimilum.

Því er hægt að spyrja – hvað af þessu ástandi er hættulegast? Er það einstaklingurinn sem fremur innbrot eða beitir ofbeldi til að fá í staðinn það sem honum vantar mest þá stundina, t.d. að uppfylla fíknina – eða er það sá sem lokar augunum fyrir verknaði sem framin er um hábjartan daginn í skólastofunni, á skólalóðinni, á leiðinni heim, í tómskundum eða inn á heimili? Eða er það sú stund þegar sekt hins seka er sönnuð – eða sú stund þegar við leyfum okkur að segja “ef ég hefði bara vitað af ástandinu” – þegar við höfðum deyft innsæi okkur sem sagði okkur að þarna hlyti eitthvað að vera að?

Það er annar athyglisverður þáttur við fangelsi. Sá sem talin er hættulegur og er lokaður inni er að sama skapi látin laus eftir ákveðin tíma og virðist þá skipta litlu hvort hann sé enn hættulegur eða ekki. Því með því að dæma einstakling fyrirfram í ákveðin tíma þá er þar með gefið í skyn að það sé tíminn sem þarf til að gera hann “hættulausan”, því þá verður hann búin að læra sína lexíu og á þá að geta komið aftur út í þjóðfélagið og tekið fullan þátt í því.

Sigurlaug G. Ingólfssdóttir, stofnandi Kærleikssamtakanna

Kærleikssamtökin

Kærleikssamtökin lögðu á árinu fram verkefnið **Einstaklings- og fjölskylduuppbygging**. Styrktarverkefnið er tengt *Evrópuári 2010 gegn fátækt og félagslegri einangrun*. Berjumst gegn fátækt er yfirskrift Evrópurársins sem Ísland tók fullan þátt í, ásamt Evrópusambandslöndunum 27 og Noregi, og hefur félags- og tryggingamálaráðuneytið umsjón með átakinu af Íslands hálfu.

Kærleikssamtökin munu m.a. áfram aðstoða og vinna með einstaklingum sem bíða afplánunar, eru að afplána eða hafa lokið afplánun. Þeir einstaklingar geta einnig bent ástvinum sínum á samtökin. Þannig fer að stað einstaklings- og fjölskylduuppbygging. Kærleikssamtökin 821-6174, netfang kaerleikssamtokin@gmail.com.



FÉLAGS- OG
TRYGGINGAMÁLARÁÐUNEYTIÐ



Öðrum styrktaraðilum – Prentmet, Múlalundur, Penninn og A4 – og einstaklingum sem komu með einhverjum hætti að verkefninu senda Kærleikssamtökin þakklæti sitt. Einnig þeim sem sóttu námskeiðið.

