

Pensionen Lysholmgård har - efter adskillige års erfaringer og samarbejde med psykolog Anja Leavens - tilrettelagt pensionens virksomhed, tilbud og målsætninger på dette erfaringsgrundlag - se nedenstående artikel.

Fra Afsoner til Borger

En praksisbaseret beskrivelse af afsoningskonsekvenser

**Af Anja Leavens
Cand.Psych.Aut.
Psykologisk konsulent i Kriminalforsorgen.**

*Gengivelse af eller henvisning
til dette materiale er tilladt
med angivelse af forfatterens
navn og stilling.*

Indholdsfortegnelse

1. Indledning.	2
2. Beskrivelse af fængselskulturen.	3
2.1. Beskrivelse af varetægt.	3
2.2. Beskrivelse af afsoningen.	4
3. Fra fængsel til frihed.	7
3.1. Skadesvirkninger af afsoningen.	8
4. Overgangen til frihed, en normaliseringsproces.	9
5. Den nødvendige hjælp i processen.	11
6. Kriminalforsorgens pensioner som procesbærer.	12

Fra afsoner til borger.

1. Indledning.

Rapporten baseres på 8 års erfaring som psykolog i kriminalforsorgen, hvor det dels har været muligt at følge indsatte fra varetægten gennem afsoningen, i udslusning til en af kriminalforsorgens pensioner og videre igennem tilsynsperioden under prøveløsladelsen og dels på samtaleforløb med indsatte og tidligere indsatte gennem længerevarende behandlingsforløb i og uden for fængslets mure, med og uden udstationering til pension.

Endvidere har en kontinuerlig kontakt til personalet på forskellige fængsler, pensioner og KIF afdelinger, i forbindelse med kursusafholdelse, undervisning på KUC, supervisionsforløb og kontakt i forbindelse med enkeltsager, bidraget til en større forståelse af afsoningsforløbets påvirkninger på indsatte og deres liv.

Afsoning i lukket og åbent fængsel behandles under et, med mindre andet specifikt anføres, hvilket også gælder for langtids og kortstids indsatte, idet det vurderes at udviklingen og dynamikken ikke generelt er væsensforskellig.

Det skal understreges at det ikke er hensigten at rette kritik mod personalet i fængsler og andre af kriminalforsorgens institutioner, som ofte står overfor modsattede krav og vanskelige opgaveløsninger. Men indsattes oplevelser af hverdagen i fængslet er farvet af det faktum at frihedsberøvelsen i sig selv og kulturen i fængslerne har en negativ effekt på dem og deres liv.

Der er alene tale om en praksisbaseret beskrivelse af psykologiske konsekvenser af kontekst- og kulturbestemt læring under og efter afsoning i fængsel.

2. Beskrivelse af fængselskulturen.

Et afsoningsforløb kan beskrives som et kontinuum af indlæring og aflæring som er kontekst og kulturbestemt. Der foregår således en udvikling fra varetægtsfængslingen, gennem afsoningens forskellige tidsbestemte forløb, udstationeringen og løsladelsen. Sideløbende med denne udvikling skal den indsatte leve sit liv "uden for muren" og samtidig tilpasse sig dagliglivet "inden for murene". En ikke helt uproblematisk opgave. For at forstå dette kontinuum er det nødvendigt at forstå forløbet, idet psykiske reaktioner og læringsmomenter er forskellige i forhold til hvor i forløbet den indsatte befinder sig.

2.1. Beskrivelse af varetægt.

Konsekvensen af en varetægtsfængsling er at den fængslede fjernes fra sin normale sociale kontekst og dermed også fra at benytte de normale metoder og mekanismer til at håndtere en psykisk presset situation. Dette understreges af at suicidalrisikoen generelt vurderes som størst under varetægten.

I varetægtssituationen fratages den fængslede de ejendele der signalerer hans identitet, herunder på et dybere psykisk niveau også kontakten til det netværk han sædvanligvis benytter og dermed også hans støttesystem, som er en integreret del af identitetsoplevelsen for den enkelte. Den manglende adgang til eget støttesystem, familie, venner, kæreste mv., kan medføre at almindelige og for så vidt normale krisereaktioner bliver overordentligt vanskelige at håndtere og derfor forøges risikoen for mangelfuld eller ingen bearbejdning af disse reaktioner og kan medføre mere varige psykologiske skader, en risiko der forøges markant under isolationsanbringelse eller isolationslignende forhold.

De reaktioner der oftest bliver synlige er; søvnforstyrrelser, appetitforstyrrelser, diffus angst, tab af sprog (særligt ved isolation), nedsat evne til koncentration, apati og depressive og/eller krise symptomer. I nogle tilfælde ses svære angstanfald og psykotiske reaktioner, svær depression og suicidal tanker eller suicidalønsker.

Normalvis er de fleste mennesker fuldt ud i stand til at gennemleve en krise på egen hånd, men manglen på støttesystem og mulighed for afledning, samt det forhold at normale håndteringsstrategier derved ikke kan benyttes, vanskeliggør den indsattes muligheder for at håndtere disse reaktioner på egen hånd. Dette særligt fordi indsatte ikke indbyrdes taler om vanskelige private emner af emotionel karakter, fordi det betragtes som tegn på svaghed – en status indsatte ikke har brug for når de skal overleve i situationen og blandt andre indsatte, de ikke kender og heller ikke nødvendigvis vil eller kan identificere sig med.

Her er der altså tale om den første aflæring og indlæring.

Den fængslede skal aflære sig de håndteringsstrategier de normalt anvender, fordi de ikke er brugbare i situationen, samtidig med at en stor del af deres normale kontaktform skal tilpasses de nye forhold. Tilpasningen omfatter ofte sprogbrug, kropssprog, valg af emner og i et vist omfang måden at italesætte hverdagen og dermed også måden at tænke om sig selv og den verden, den fængslede befinder sig i. Der er således tale om en indlæring af adfærds- og sprogkoder der er i overensstemmelse med den subkultur arresten udgør og indlæringen omfatter også at skaffe sig kendskab til såvel eksplicite som implicite regler, samt lære at navigere i den samlede kontekst.

Varetægten har ikke meget tilfælles med livet uden for murene og det er for de fleste vanskeligt at skabe en struktureret hverdag i situationen. Manglen på struktur understøtter de negative reaktioner og medfører ofte en oplevelse af stress som udspringer af inaktivitet og mangel på meningsgivende udfordringer både psykisk og fysisk.

Tabet af autonomi og afhængigheden af personalet, advokaten, pårørende og retssystemet opleves som krænkende og menneskeligt devaluerende. Mange indsatte har beskrevet det "...som at gå fra at være et menneske til at være et skide fangenummer". En oplevelse der kan skabe uklarhed i egen identitetsoplevelse og oplevelse af selvværd.

Den læring det sker i forbindelse med varetægten er i høj grad baseret på psykisk og fysisk overlevelse, men ikke desto mindre lægges der også et fundament i forhold til at indgå i fængslets subkultur. Dette fundament består i essensen af en oplevelse af ikke at have magt i eget liv, samt at mistillid er den sikreste vej. Ikke kun mistillid til "systemet", personalet etc. men i høj grad også en mistillid til medindsatte og underliggende dette en mistillid til egne emotionelle reaktioner.

Denne mistillid til egne reaktioner skal ses i sammenhæng med at mange oplever reaktionerne under varetægten som fremmede og ofte også skamfulde og uden for egen kontrol. Dertil kommer at overgangen fra de sociale normer i frihed til normerne i arresten ofte giver anledning til fejlurderinger i starten fx i forhold til normen for personalekontakt, fællesskab med medindsatte som af andre vurderes negativt, fremvisning af følelser eller at tillid forrådes - fejlurderinger som kan have massiv indflydelse på opholdet og den videre afsoning.

Paradoksalt nok er det erfaringen at mange af disse reaktioner, indlæring og aflæring, navigation og tilpasning, i et vist omfang er uafhængigt af eventuelle tidligere erfaringer med varetægt, formentligt fordi en del af adfærdsreglerne skifter i overensstemmelse med den tilstedeværende fangepopulation.

2.2. Beskrivelse af afsoningen.

De fleste varetægtsfolk oplever det som en enorm lettelse at overgå til almindelig afsoning, fordi der gives en større frihedsgrad, mere social kontakt, lettere adgang til pårørende og netværk, bedre mulighed for en daglig struktur og bedre adgang til beskæftigelse og træning. Hertil kommer at der nu er et tidsperspektiv med datoer for påbegyndelse af udgangsforløb samt en løsladelsesdato, hvilket giver tryghed eller en form for vished i perspektivet, som var fraværende i varetægtstiden. Disse datoer er fixpunkter for afsoningen og dagliglivet på fængslet inddeles i tidslommer i overensstemmelse med disse. Det er indledningsvis en oplevelse af normalisering, om end ledsaget af utryghed i forhold til at indgå i dagligdagen på en afdeling.

Her påbegyndes en ny læringsproces, hvor hovedproblematikken skal findes i balancen mellem fængselslivet og vedligeholdelse af livet og relationerne uden for fængslet.

Fængslets subkultur kan opdeles i flere lag som den indsatte skal lære at navigere i. Først er der det rent formelle og regelstyrede lag, som er defineret i straffuldbyrdelsesloven, cirkulærer og regelsæt som håndhæves af personalet og gælder for alle indsatte. Dette formelt regulerende lag betyder principielt at alle den indsatte bevægelser, ønsker, behov og fængselsliv styres af andre end den indsatte selv.

For den enkelte indsatte opleves det som at alle beslutninger og beslutningsprocesser ligger uden for dem selv og deres beslutningskompetence reduceres i realiteten til ligegyldigheder. Dette understreges for den indsatte ved at alle henvendelser om ønsker for afsoningen, uddannelse, jobmulighed i fremtiden mv. eller for kontakten til pårørende og andre sociale relationer, skal foregå via en fængselsfunktionær som er kontaktperson eller via sagsbehandlere/socialrådgivere, som derefter skal behandle henvendelsen, ofte i samarbejde med afdelingens personale og leder.

For den indsatte er dette meget tidskrævende og ofte usuccesfuldt, særligt hvis der er tale om indsatte med over 8 år i dom, fordi alle tiltag skal tillades af DFK. Den indsatte efterlades ofte med en følelse af magtesløshed og opgiveness i forhold til systemets beslutningsprocedure og denne opgiveness formuleres ofte som ”..jeg er jo bare en fange....” eller ”...de er jo ligeglade...” hvilket faktisk indikerer, at det formelle lag af fængslets subkultur i sig selv ændrer på den indsatte selvoplevelse og identitetsopfattelse og medvirker til at den indsatte ophører med at tage initiativer i eget liv under afsoningen.

Dernæst er der flere uformelle lag, som både kan placeres i personalekontakten, i forhold til medindsatte og den specifikke afdeling den indsatte placeres på. Hver afdeling udvikler sin egen subkultur inden for rammerne af den subkultur der gælder i hele fængslet og den individuelle kultur bestemmes primært af stærke toneangivende indsatte, herunder bestemmes også hvor meget og hvordan kontakt til personalet skal håndteres. Denne kontaktdefinition smitter af på personalets ageren og etablering af relationer til de indsatte, således at der så at sige forekommer en parallelproces i forståelsen af hvordan afdelingen og kontakten fungerer. Endvidere har enhver afdeling nogle implicite retningslinjer for hvad der anses for god adfærd og tone.

Tilsvarende fænomener skal derefter findes på fængslets arbejdspladser, fritid og træning, således at enhver kontekst i fængslet udgør en del af den samlede subkultur. Den læringsproces der indledningsvis ses, handler altså om at kende alle disse retningslinjer og udvikle en forståelse af egen position, samt hvad denne indebærer og hvad der forventes af den og hvad man kan forvente af andre, således at man kan navigere i det daglige fængselsliv. I sig selv en vanskelig opgave, som kan blive uforståelig hvis man ikke i forvejen har fængsels erfaring eller færdes i kriminelle miljøer, fordi mange aspekter opleves som forudsat viden og forståelse for dynamikkerne.

Enhver subkultur udgøres i en forsimpning af sprog, tanke og adfærd, som afspejler normer og værdier i kulturen. I fængslet er sproget hårdt, rå, præget af bandeord og simpelt, ofte beregnet til at markere en grænse eller etablere dominans og emnerne begrænser sig til de ting alle kan være fælles om og som ikke har et emotionelt indhold, altså kriminalitet, narkotika, penge, spiritus, sex og beklagelser over systemet. Der etableres primært ad hoc bekendtskaber, sjældent venskaber og kontaktformen er præget af det hierarki der findes internt.

Sprogbruget er overordnet negativt og præget af den gensidige mistillid der præger kulturen, hvilket medfører begrænsninger i hvordan man kan tænke om sig selv og sin situation. Dette kombineret med magtesløsheden og opgiveness giver meget få muligheder for udvikling, særligt fordi alt hvad der er privat, sårbart, emotionelt og derfor også vigtigt, ikke kan finde udtryk i den daglige kontakt, hverken internt i indsattepopulationen eller i forhold til personalet. De indsatte oplever sig kontinuerligt mistænkeliggjort og utroværdige som følge af de regelbundne kontrol- og sikkerhedsforanstaltninger og denne mistillid går igen internt. Man kan jo ikke stole på kriminelle...et tankesæt der tilsyneladende også omfatter den enkeltes oplevelse af medindsatte og således etableres en paranoid grundstemning som er determinerende for enhver kontakt og interaktion i subkulturen.

Hovedsagligt er den vigtigste opgave at vedligeholde en facade, aldrig lade andre vide at man har det skidt, er ensom, ked af det eller bange, for enhver følelsesmæssig reaktion er at sammenligne med svaghed og denne svaghed kan og vil formentligt blive negativt udnyttet. Dette betyder ikke at der ikke findes en form for omsorg eller forståelse internt blandt indsatte, men den er hovedsagligt baseret på en afkodning af folks kropssprog og øvrige adfærd – altså en tillært afkodningsform der er karakteristisk for kulturen, hvor den primære forventning er at alle er potentielle fjender.

Dertil kommer at subkulturen er meget snæver – man omgås de samme mennesker, man ikke nødvendigvis kan lide eller føler et fællesskab med, konstant og det bevirker at dynamikken i dagligdagen stagnerer, fordi den indsatte kun udsættes for minimal input og forandringer. Dagligdagen bliver en kedelig rutine, hvor de mentale udfordringer alene ligger i kontakten til andre, hvilket giver anledning til at små eller normalt ubetydelige detaljer får en uproportional stor betydning for den samlede indsatte gruppe, men også for den enkelte. Selv om indsatte kender hinanden længe og måske sidder på samme afdeling i årevis, knyttes der sjældent meningsgivende bånd og fællesskaber er alene ad hoc som følge af placering og sikkerhed i dagligdagen.

Mange overlever psykisk ved at undgå at beskæftige sig med verden udenfor og deres udvikling går i stå, med den konsekvens at energi niveauet og det generelle tempo nedsættes markant, både i fysisk forstand og i forhold til beslutningsprocesser, tankevirksomhed, følelsesmæssig respons og opmærksomhed, samt grundlæggende tankesæt om en selv og de muligheder man ser for sig selv.

Sideløbende med den læring og tilpasning der er nødvendig for at kunne navigere og fungere i fængslet, skal den indsatte også tage vare på sine relationer uden for fængslet. Dette viser sig ofte at være meget vanskeligt på længere sigt, fordi de to sociale kontekster er vidt forskellige. Sprog, kropssprog og adfærd i fængslet er udviklet til ikke at vise følelser, præget af den paranoide grundstemning og manglen på tempo og oplevelser. Det betyder en at den indsatte skal aflægge sig fængselsfacaden når han går ind i besøgsrummet til sine pårørende og finde det sprog, kropssprog og den adfærd der udgjorde hans identitet i forhold til familie og netværk. En vanskelig proces som kræver mange psykiske ressourcer og gør det svært at være ægte til stede i besøgslokalet. Dette kompliceres yderligere af, at mange indsatte i parforhold oplever massiv skyldfølelse for at svigte partneren og børnene, samtidig med at de oplever ukendt voldsom jalousi, fordi de ikke kan følge med i livet uden for, endsige være aktiv part i det.

Fordi de ikke oplever noget i fængselslivet føler mange at de ikke kan bidrage med noget i samtalen og det de faktisk oplever, kan de ikke fortælle, fordi de ikke vil gøre deres partner og pårørende bekymrede. Dermed sættes også en usynlig og ikke italesat grænse for den psykiske intimitet, fordi begge parter vælger ikke at fortælle når noget er svært af hensyn til den anden, ud fra en tanke om at den anden jo ikke kan gøre noget alligevel og ikke har brug for yderligere psykisk pres. Mangelen på psykisk og ærlig emotionel intimitet får generelt indflydelse på den fysiske intimitet, hvilket også kan ses i det antal indsatte som får viagra, og er ødelæggende for den indsatte selvfølelse og for parforholdet. De fleste parforhold overlever ikke en længere afsoning og tabet af familie eller kæreste minimerer de positive fremtidsperspektiver og udvikler ligegyldighed i forhold til at skabe et normaliseret liv efter afsoningen.

Ved ikke at have en god kontakt uden for fængslet reduceres almindelig viden om adfærdsregler, sprogbrug, procedurer etc. og de adfærdsregler der gælder i fængslet bliver mere integreret som tiden går. Så hvad der i indlæringsfasen i starten af afsoningen forekom mærkeligt eller unormalt bliver normalt over tid, hvorved den viden man havde om adfærd og koder før afsoningen langsomt aflæres.

Med den læring og erfaring der forekommer under afsoningen, med de personlige tab der ofte også er, etableres et forståelses- og adfærdsfundament for den indsatte videre liv og det er denne forståelse der medtages i en udstationering og/eller løsladelsessituation.

3. Fra fængsel til frihed.

Nogen gange overstiger drømmen og forventningen om frihed den faktuelle frihed og at etablere sig i et normalt liv i frihed er forbundet med svære vanskeligheder.

Når man har været afsondret fra virkeligheden og levet i subkulturen i et fængsel er der pludselig mange aspekter af et liv der skal ændres, eller aflæres og enten genindlæres eller nyindlæres, afhængig af hvordan ens liv så ud før afsoningen.

Der er altså 4 læringstoppe, hvor der både aflæres og indlæres, nemlig varetægt, afsoning, udstationering og løsladelse. I denne proces sker der store skift i den indsatte selvoplevelse og identitetsopfattelse, som konkret følger af opholdet i en meget negativ og begrænsende subkultur, som beskrevet ovenfor.

Der ses ikke i forløbet under varetægt og afsoning, at være tale om noget reelt resocialiseringsforløb og det er heller ikke indtrykket at personalet eller de indsatte oplever at systemet har et resocialiserende element indbygget i afsoningsformen og den interaktion der findes mellem personale og indsatte, ud over hvad den enkelte relation kan rumme af positive aspekter.

Der er primært tale om et neutralt forhold mellem personale og indsatte, sådan forstået at grænserne mellem de to grupper er synlige og at der i sagens natur er et modsætningsforhold, som dog sjældent resulterer i egentlig strid. Dertil kommer at der faktisk ofte er et slags samarbejde om at få hverdagen til at fungere.

De indsatte oplever sig dog overordnet set mødt med en negativ tilgang præget af mistillid og manglende involvering i deres situation, hvilket medtages og understreges i de indsattes interne adfærd og adfærdsregler og giver sig udslag i deres tilgang til personalet og deres forventninger til dem. Denne negative tilgang har en tendens til at overføres på "systemet" i al almindelighed og mange indsatte har ikke positive erfaringer eller forventninger til systemet uden for fængslet, om at de kan få den nødvendige hjælp til at etablere sig i et liv efter afsoningen.

3.1. Skadesvirkninger af afsoningen.

Der er mange årsager til at subkulturen i fængslerne har en paranoid grundstemning og er bærer af et højt niveau af mistillid og dysfunktionelle håndterings- og adfærdsstrategier, men en medvirkende faktor er de indsattes personlige historik og generelle ressource- og funktionsniveau. Dette kan også være en medvirkende faktor til at hele resocialiseringsprojektet er usynligt, idet det for mange indsattes vedkommende måske mere er et spørgsmål om socialisering overhovedet.

Indsatte der kommer fra dysfunktionelle familier, med svært misbrug, seksuelle, fysiske og verbale overgreb, vold i opdragelsesform, eller meget inkonsistent opdragelse, kriminalitet og andre massive sociale problemer, er overrepræsenteret, både hvad angår indsatte med anden etnisk baggrund og indsatte med etnisk dansk baggrund.

En stor del af indsatte har en overordentlig høj grad af institutionalisering, idet de praktisk talt har været ind og ud af institutioner, plejeforhold og anbringelsesforhold hele livet og således er vant til at alle andre end dem selv, tager og har ansvar for deres liv. Selv for de indsatte der ikke har en sådan historik ses det ofte at afsoningen udgør en så massiv institutionaliseringsgrad at de er blevet tilvænnet en meget høj grad af tillært hjælpeløshed. Dels som konsekvens af at alle individuelle beslutninger er afhængige af at personalet eksekverer dem og dels som følge af den passivitet og apati der opstår som følge af afsoningens tempo og kultur.

Dertil kommer at indsatte ofte føler sig reduceret til ikke-individer, en fange blandt andre fanger, som ikke har nogen selvbestemmelsesret over eget liv og dette medfører en reduktion af tiltro til at de faktisk kan gøre noget selv, eller kan tage et ansvar for eget videre liv. Den daglige påvirkning i fange- og fængselskulturen giver således anledning til ændringer af selvopfattelsen og identitetsoplevelsen og medfører ofte en fornemmelse af værdiløshed som menneske.

Fordi mistillid er en integreret del af den paranoide grundstemning, bliver mistilliden også en integreret del af selvopfattelsen, således at selvtilliden i forhold til at leve et normalt liv svigter. Det betyder at en indsat som faktisk havde et normalt liv før afsoningen, stiller sig tvivlende overfor egne evner til at reetablere et sådan, hvilket til dels er realistisk.

En plettet straffeattest gør det meget vanskeligt at opnå varig tilknytning til arbejdsmarkedet, men den primære problematik findes ofte i at den indsatte ikke magter at honorere de sociale krav en sådan tilknytning kræver. Mistilliden og modviljen mod at skulle være underlagt en andens bestemmelsesret efter en afsoning, samt aflæring af opfattelsen af at alle er potentielle fjender, et tillært højt aggressionsniveau, som er nødvendigt under afsoningen, samt sprogbruget i fængslerne, gør det vanskeligt for den indsatte at afkode de sociale adfærdsregler og koder adækvat og realistisk og dermed indgå i en almindelig arbejdsrutine og omgås kolleger.

Der ses en tendens til pr. automatik at tolke alle kontaktforsøg som negative, hvilket aktiverer en tillært negativ respons og opfattelse af omverdenen.

Som direkte konsekvens af afsoningen ses psykiske reaktioner som de mest almindelige;

- søvnforstyrrelser,
- angstreaktioner,
- depressioner,
- PTSD (Post Traumatic Stress Disorder),
- paranoide reaktioner,
- nedsat funktionstempo,
- nedsat evne til at håndtere sociale og private relationer,
- social angst
- forhøjet aggressionsniveau,
- kaotiske og invaderende tankemylder

Meget ofte reaktioner der giver sig udslag i;

- social tilbagetrækning,
- negativ tolkning af andre og omverdenen,
- aggressive reaktionsmønstre der er uproportionale med de reelle oplevelser
- nedsat funktionsevne
- forstærket risiko for tilbagefald til misbrug
- risiko for recidiv

Alle medvirkende årsager til at en tilbagevendende til en normaliseret, narkofri og kriminalitetsfri tilværelse kan blive uoverskuelig og uhåndterbar. Det psykiske pres kan blive overvældende og de fleste har ikke et socialt og familiært netværk der kan hjælpe dem gennem disse reaktioner og ændringsprocesser, også fordi det viser sig meget svært at forklare pårørende hvorfor man har det svært eller hvilke påvirkninger man udsættes for under en afsoning. Et fænomen der også findes blandt personalet, som ofte finder tilsvarende svært at forklare hvordan det er at arbejde i et fængsel og hvad det præcist gør ved en.

4. Overgangen til frihed, en normaliseringsproces.

Som allerede nævnt er der mange indsatte som aldrig har levet et normalt liv og derfor heller ikke har en realistisk forståelse for hvad det omfatter og indebærer. For disse indsatte er der tale om en massivt behov for hjælp og støtte til og i en normaliseringsproces, hvor indlæring og aflæring skal være konkret og kontinuerlig. Dog er der selvfølgelig mange der har erfaring med et normalt liv og derfor skal have hjælp til en reetablerings- og aflæringsproces.

Normalisering omfatter en lang række aspekter, helt fra praktiske ting som at få orden på gæld og indkomst, bolig, arbejde eller uddannelse, indkøb af møbler etc. til at de psykologiske aspekter som også har indflydelse på adfærd og forståelse og derfor er afgørende for en succesoplevelse i processen.

Normaliseringsprocessen betyder, at gå fra en subkultur hvor den enkeltes autonomi er ikke eksisterende og alle beslutninger tages af systemets repræsentanter til at skulle fungere i en kultur hvor den enkelte har det fulde ansvar for sig selv og hvor adfærdskoder, sprogbrug, tolkning af andre og omverdenen, samt det generelle funktionstempo er helt anderledes.

Erfaringsmæssigt ses de største problemer, hvis bortses fra de rent praktiske aspekter, at være en manglende eller nedsat evne til at navigere i samfundet og dermed en oplevelse af ikke at føle sig mødt godt, blive forstået og forstå andres adfærd. De adfærdskoder der gælder i fængslet, hvor det handler om magt og modmagt og dermed en indbygget fjendtlig forventning, kan ikke finde anvendelse i friheden. Der opstår problemer med at afkode andres intentioner, og de signaler den indsatte sender modtages ikke som forventet og tillært i fængslet.

Dertil kommer en manglende forståelse for hvordan det offentlige system fungerer, helt fra hvilke myndigheder der gør hvad, til hvordan man skal opføre sig i kontakten til offentligt ansatte og andre man møder på livets vej. I fængslet bliver alt ordnet af andre og den tillærte hjælpeløshed bliver massivt problematisk når en indsat selv skal sørge for kontakt, hvor der er andre ventetider og regler for hvordan kontakt etableres. Dette medfører ofte en oplevelse af massiv stress, som den indsatte er meget dårligt rustet til at håndtere og denne stress forøges ofte af at den indsatte ikke forstår hvorfor han ikke opnår de forventede resultater i kontakten med andre.

Netop kontakten til andre er vigtig i processen, helt fra betydningen af øjenkontakt, signalværdier i tøj og kropssprog, ordvalg og tonefald og ansigtsmimik, til afkodningen af andres adfærd og at kunne fastholde sig selv i kontakten og bevare et overblik, uden at reagere uhensigtsmæssigt. Mange føler sig negativt mødt, allerede fordi de har afsonet og dermed er "brændemærket", hvilket gør dem særligt sårbare overfor misforståelse og egne negative tolkninger.

Der er altså tale om såvel en aflæring af fængselsadfærd og forståelse, som en tillæring eller gentillæring af normalitet – som den defineres af samfundet og udøves i kontakten mellem mennesker.

Processen kan altså stilles op som en aflæring og indlæring af fx.

Aflæring:

Aggression som strategi
Tillært hjælpeløshed
Mistillid
Forventning om fjendtlighed
Negativ tolkning af intention
Fangeidentitet
Frygt
Løvt tempo

Indlæring:

Situationsbestemte reaktion
Autonomi og selvforvaltning
Tillid
Forventning om venlighed
Relevant tolkning af intention
Borgeridentitet
Respekt
Højt tempo

5. Den nødvendige hjælp i processen.

Processen er individuel om end der er ensartede problematikker for alle. Det er klart at jo mere normal baggrund og opvækst er for den enkelte, jo nemmere er det at reetablere sig, fordi man allerede har erfaringen, netværket og et fundament at vende tilbage til. For hovedparten af afsonere er der dog tale om en situation, hvor der er massive økonomiske problemer, manglende bolig, mangelfuldt eller intet socialt netværk, ringe familiære forhold, ringe eller ingen erfaring med et normalt liv og ingen tidligere tilknytning til arbejdsmarkedet.

Dertil kommer at afsoningen afskærer en indsat fra at udvikle kendskab til almindelige hjælpemidler som PC-kendskab og online teknik, som er nødvendig i et moderne samfund, hvor store dele af interaktionen med det offentlige, herunder jobcentre, foregår via online forbindelse eller på anden vis kræver elementært kendskab til computere. Denne mangel på kendskab kan medføre store problemer med at etablere nødvendig kontakt til det offentlige og understreger afsonerens hjælpeløshed og mindreværdsoplevelse.

Udgangspunktet for relevant hjælp er derfor først at fastslå om der er tale om en reetablering eller en nyetablering af tilværelsen efter afsoningen. Da nyetableringen er mest almindelig og kræver mest støtte vil det følgende omhandle en sådan situation.

En af de største risikofaktorer er et manglende socialt netværk, særligt hvis det tidligere netværk primært er placeret i et kriminelt miljø, fordi det så bliver mere trygt og attraktivt at søge tilbage til det gammelkendte. Der skal altså søges at skabe et netværk for den enkelte og da dette ikke kan være baseret på kendskab og venskab, skal det etableres i systemet, således at kriminalforsorgen kan skabe kontakt til kontaktpersoner i det offentlige, i behandlingsregi, inden for kriminalforsorgen selv eller være behjælpelig med at skaffe kontakt til andre ressourcepersoner i afsonerens liv, fx via en mentor ordning, arbejdsgiver, uddannelses/beskæftigelses konsulent o. lign.

Det primære er at kontakten er etableret før løsladelsen, idet erfaring viser at kontinuitet har afgørende betydning for succes i kontakten og er en tryghedsskabende faktor for den indsatte. Vi ved at mistillid og negative kontaktforventninger er en afsoningsskade og det gør afsonere sårbare overfor svigt i form af skiftende kontaktpersoner, herunder sagsbehandlere og andre repræsentanter for offentlige myndigheder. Det optimale ville således være en kontaktperson som er gennemgående i forløbet, hvor kontakten er etableret før løsladelsen.

En anden risikofaktor er den indsattes egenforståelse som fange og den adfærd der følger med, fordi den skaber et negativt forventningssæt og bevirker en generel miskodning af andres intentioner og adfærd. Når den indsatte ikke forstår andres reaktioner bliver der tale om utryghed og den gængse reaktion i fængslet på en sådan følelse vil være aggressiv, hvilket vil være skadelig i kontakten med andre borgere. En aflæring af disse mekanismer skal ske samtidig med en indlæring af mere kontekstrelevante reaktioner og afkodninger, som bedst sker løbende og afprøves, samt korrigeres i konkrete situationer. Der er således tale om praksislæring, ikke ulig den praksislæring der sker under varetægten og afsoningen, hvor den indsatte skal lære såvel eksplicite som implicite regler og retningslinjer for adfærd, sprog og social afkodning, for at kunne navigere og forstå det samfund de skal leve i, nu som borgere.

Det er vigtigt at forstå at en afsoner ikke har en integreret identitetsoplevelse som borger og derfor også føler sig anderledes. Ofte beskriver indsatte også en følelse af at andre stirrer og ved at de kommer fra et fængsel, behandler dem med frygt eller foragt og kun er ude på at genere dem. Uanset om dette er realistisk, så er det den oplevelse de reagerer på følelsesmæssigt og adfærdsmæssigt. Der er ikke en indbygget forståelse for helt almindelige adfærdsregler, som andre følger intuitivt og det kan være helt små ting som, hvor længe man skal holde øjenkontakt, at folk ikke støder ind i dem i netto med vilje, eller at det ikke nødvendigvis er en trussel, når en mand går henimod dem. Det at hilse eller smile til folk man møder er nyt i forhold til kontakten i fængslet.

Der skal således ske en gradvis indføring i dagliglivet og i en normalitetsforståelse, hvor der skal arbejdes med hvad der er almindelig adfærd og almindelige eller relevante reaktioner på andre menneskers adfærd. Også almindelige daglige gøremål kan være en udfordring, fordi fængselskulturens begrænsende monotone hverdag medfører at tankevirksomhed, beslutningsprocesser, hukommelse og evnen til at have flere bolde i luften nedsættes markant. Det betyder at den indsatte hurtigt oplever sig overvældet, stresset og presset.

Helt konkret kan det være overordentligt vanskeligt at skulle overholde mere end en aftale dagligt, eller at overskue at skulle håndtere flere kontakter og opgaver ad gangen. Der er behov for en længere tilvænnning, således at den indsatte gradvis kan påtage sig mere ansvar og flere opgaver, gerne med støtte og mulighed for et sikkerhedsnet i form af kontaktpersoner der kan hjælpe, støtte og forklare, når det psykiske pres bliver for voldsomt for den indsatte.

Man kan med nogen ret hævde at en tilvænnning og læringsproces til et normaliseret liv, tager ligeså lang tid som afsoningen og kræver en del hjælp i form af kontekst- og kulturlæring. Også spørgsmålet om hvad en indsat kan forvente af problematikker i forhold til et kriminalitetsfrit liv i frihed er relevant, idet de meget ofte ikke selv er opmærksomme på hvad der kan være svært og hvor, hvordan eller hvilken hjælp og støtte de kunne få brug for. Mange indsatte bliver chokerede over hvor svært det er for dem, at få tingene til at fungere og bliver modløse i forhold til at opnå succes.

6. Kriminalforsorgens pensioner som procesbærer.

Overgangen direkte fra fængsel til frihed giver sjældent gode resultater og derfor er udslusning via kriminalforsorgens pensioner nødvendig for at en indsat kan indgå i den aflærings- og indlæringsproces der skal forberede og hjælpe dem til at kunne navigere i og forstå det samfund de skal ud til. At sætte læringskonteksten inden for kriminalforsorgen er meningsfuld, fordi der således er noget gammelkendt for den indsatte, som han kan trække sig tilbage til, mens han får mulighed for gradvis at forstå nye kontekster og de krav og regler der gælder der. Et personale der har erfaring med disse problematikker vil kunne vejlede i konteksten og den gennemgående kontakt der etableres under opholdet vil være tryghedsskabende, således at adfærds-koder og reaktioner kan afprøves og korrigeres løbende.

Endvidere vil der i en udslusningssituation være mulighed for at hente hjælp til etablering af de nødvendige kontakter, således at den indsatte kan støttes i sin tillæring af tillid til egen autonomi og evne til selvforvaltning over tid. Dette vil også understøtte tillæringen af tillid til, at en relation kan være meningsfuld og holdbar over tid, hvilket for mange er en ukendt faktor.

Indsatte har ofte erfaret at de skifter kontaktpersoner, sagsbehandlere, behandlere, læger og sociale relationer uden varsel, hvilket reducerer såvel evne som tilliden til at det kan betale sig at stole på nogen eller etablere en relation, for den forsvinder nok lige om lidt og i øvrigt uden nogen påviselig årsag eller forklaring.

Det kan derfor ikke understreges nok at kontinuerlighed i relation og kontakt er af afgørende betydning for en indsats læring af tillid, forventningssæt, tankesæt, adfærdskoder og relevante reaktionsmønstre.

Netop fordi udslusning via pension er en del af afsoningen og inden for samme system, kan der åbnes mulighed for et tættere samarbejde mellem de forskellige institutioner, herunder også KIF, således at en indsat kan møde sin kontaktperson fra pensionen og lære vedkommende at kende mens han stadig er i fængsel. Dette vil bidrage til større gensidig tillid og en mulighed for at fastslå fremtidige behov og problematikker, således at kontaktpersonen og pensionen, såvel som den indsatte selv, er forberedt ved overførsel.

Også fængslernes personale kunne med fordel inddrages mere i samarbejdet, idet det typisk er funktionærerne der har kendskab til indsattes adfærd og reaktioner fra det daglige liv i fængslet og i forbindelse med afvikling af udgang mv. Derved kunne der tillige skabes en kontinuerlighed for den indsatte, så han ikke får en oplevelse af skulle starte forfra i en uendelighed. Mange indsatte oplever det som krænkende at de forventes igen og igen at skulle fortælle intime detaljer fra deres private liv til fremmede og at dette forventes eller stilles som krav i enhver ny ”systemkontakt”. De giver ganske simpelt op på forhånd og oplever sig behandlet med arrogance og ligegyldighed.

Ved at have et mere indgående og længerevarende kendskab til en indsat, bliver det også muligt at støtte den del af processen, der centrerer sig omkring psykiske og fysiske reaktioner på afsoningen og overgangen til mere frihed, samt forandringsønsker, fordi den indsatte vil være mere tilbøjelig til at søge støtten, hvis han føler sig sikker på at han faktisk kan få den. Denne del af en kontakt og relation vil give bedre planlægningsmuligheder i forhold til beskæftigelse, hjælp og støtte behov, inddragelse af familie eller andre ressourcepersoner og der kan opbygges et netværk hvor den indsatte ved han kan henvende sig når han har brug for hjælp.

Der ses et markant behov for udslusningsmuligheder og optimalt længerevarende ophold på pension, hvor der over tid kan ske en læring hen imod normalisering og dermed en aflæring af fængselsadfærd og identitet. En del indsatte oplever mange skift i placering, under såvel varetægt som afsoning, hvilket opleves som frustrerende og stressende. Endvidere betyder disse skift at der opstår behov for varighed i placeringen og de nuværende 3 måneder på pension opfattes ofte som mere stressende og besværlige end egentligt gavnlige. Simpelthen for de indsatte ikke orker at begynde forfra igen og kun for 3 måneder. For mange er det en massiv indre kamp at tage beslutning om at forlade et kriminelt miljø, fordi miljøet omfatter alle sociale relationer, position, prestige, og økonomi og der er mange personlige og private udfordringer at håndtere i processen. Dette kan meget hurtigt blive frygteligt ensomt og uden egentligt mål eller forventning om succes, fordi der opstår en markant indre følelse af tab og svigt.

Selv for indsatte som er top motiverede for et normaliseret liv, kan det være svært at magte de mange nye udfordringer og samtidig bevare de gode relationer man måske har som fundament. Den forøgede mulighed for kontakt til familie, kæreste/ægtefælle, børn og venner, som pensionsophold giver, er i sig selv medvirkende til en oplevelser af normalitet og forøger motivationen, samtidig med at den indsatte kan trække sig og søge professionel støtte når nødvendigt og dermed ikke føle sig som en belastning for sit sociale netværk.

Der findes at være større sandsynlighed for succesoplevelser, når de samfundsmæssige og sociale krav kan tillæres over tid og kan støttes af kontaktpersoner med kontinuerlig kontakt og kendskab til processen og de medfølgende problematikker. Kendskabet kan med fordel anvendes, med den indsattes samtykke, til at skabe de nødvendige kontakter både i og uden for kriminalforsorgen, således at planer, problematikker og ønsker også er tydelige for andre systemer eller personer, som skal overtage kontakten senere.

Pensionerne kan således spille en afgørende rolle i forberedelsen for den indsatte, til at indgå i en normaliseret tilværelse, hvor aflæring og indlæring er vigtige faktorer for succes. I en sådan længerevarende placering får den indsatte også mulighed for at forholde sig til og bearbejde psykiske og fysiske reaktioner på afsoningen og mødet med friheden. Dermed frigives psykiske ressourcer for den enkelte, til at lære de nødvendige praktiske, fysiske, kognitive og emotionelle redskaber der skal udgøre fundamentet for et videre meningsgivende liv. De positive faktorer i en afsoners liv, der er recidivforhindrende, er præcis varig tilknytning til arbejdsmarkedet, stabilt familieliv, et fungerende socialt netværk, og en tiltro til egen kompetence til at være borger i samfundet.

Ved at støtte udviklingen af selvværd og forankret identitet, en forståelse af regler og koder for adfærd og reaktioner, sideløbende med en indføring i de praktiske aspekter af et normaliseret liv, kan der ske en reel bevægelse for en afsoner til at opleve sig som individ i stedet for fange. En sådan forankret selvopfattelse og identitet muliggør at afsoneren kan etablere et relevant samarbejde med KIF i tilsynsperioden, således at kriminalforsorgens netværk er meningsgivende for den tidligere indsatte og ikke alene opleves som en kontrolforanstaltning, altså en forlængelse af afsoningen, men som et brugbart og støttende netværk ud i friheden.