

Finndu og ræktaðu hæfileika þína

GEÐORÐIN 10

Grein 9

Greinin er nýfunda greinin af tíu greinaröð jafn margra úrræða og/eða félaga á geðheilbrigðisviðinu á höfuðborgarsvæðinu um geðorðin 10.

Hlutverkasetur er starfsendurhæfing- og virknimiðstöð. Fólki kemur til að auka lífsgæði sín, brjótast út úr einangrun, halda sér virku eða undirbúa sig til náms eða vinnu. Edna, Kremena og María eru mæður sem allar hafa átt listræna hæfileika sína til að undirheimta vonina og trú á eigin hrifamátt eftir áföll í lífinu.

Edna Lupita. Ég kom Íslands frá Mexíkó 1998. Ég varð þunglynd fyrir nokkrum árum og lagðist í hjólfarið á geðdeild LSH. Ég kynntist Hlutverkasetri og tók m.a. þátt í leiklistartímum. Sjálfstraustið óx og ég öðlaðist kjarkinn á ný. Ég hef öðnan haldið námskeið í dansi og leiklist og sett upp tvær jólasýningar. Í fyrstu hafði ég enga trú á mér. Ég var hvött til að mæta, fræðast og kynna fólk. Ég fékk leyfi til að vera þiggjandi og þurfti ekki að gefa af mér til að vera samþykkt. Síðan þá hef ég öðlast meiri reynslu og sjálfstraust og fengið tækifæri til að þróa mínar eigin öferðir bæði í leiklist og dansi. Lítt markmið er að stofna leikhóp sem listamenn og fólk sem kljást við geðraskanir vinna saman. Í dag rækta ég hæfileika mína og er sífellt að uppgötva nýja. Ég hef þróað námi frá LHÍ og veit núna að ég er ekki bara góð í dans- og leiklist heldur hef ég uppgötvað að ég er líka góð í mannlegum samskiptum

GEÐHEILBRIGÐI



Edna Lupita



Kremena Demireva



María Gísladóttir
f. h. Hlutverkaseturs

→ Hlutverkasetur er starfsendurhæfing- og virknimiðstöð. Fólki kemur til að auka lífsgæði sín, brjótast út úr

einangrun, halda sér virkum eða undirbúa sig til náms eða vinnu.

um og síðast en ekki síst í listinni að lifa.

Kremena Demireva. Fyrir þremur árum datt ég út af vinnumarkaði eftir skilnað og einangraðist í kjölfarið. Eftir innlögn á geðdeild LSH var mér vísað í Hlutverkasetur. Þar kynntist ég fólki sem var í sömu sporum og ég og eignaðist vini. Ég hef alltaf haft áhuga á saumaskap og þegar ég uppgötvaði saumavélin þá fannst mér ég vera komin heim til mömmu í Búlgaríu. Mér var boðið að nýta hana og tók ég því þakksamlega. Ég fékk tækifæri til að hanna og sauma föt. Fólkið, saumavélin og hæfileikar mínir hafa hjálpað mér að öðlast tilgang á ný. Á konukvöldi sl. vor stóð ég t.d. fyrir tískusýningu. Ég fæ mikið hrós á staðnum og er hvött áfram í því að útfæra nýjar hugmyndir og halda áfram á sömu braut. Í dag er ég komin í hlutastarf að aðstoða aðra sem eru í svipuðum sporum og ég var í þegar ég var að brjótast út úr einangrun. Ég kem í Hlutverkasetur til að gleðjast, fá stuðning og kærleik sem er mér nauðsynlegur til að halda áfram að lifa og geta látið gott af mér leiða.

María Gísladóttir. Ég hef lengst af búið í Reykjavík en ég hef einnig

búið í Mið-Austurlöndum og Króatíu. Ég hef lifað við ofbeldi og hef glímt við áfallastreituröskun. Um síðastliðin áramót varð ég fyrir enn einu áfallinu og frétti þá af Hlutverkasetri og fór að sækja það reglulega. Þar hef ég fengið stuðning, hvatningu, skilning og traust. Ég hef ekki getað ræktað og hlúð að listrænum hæfileikum mínum fyrir en nú. Ég byrjaði að stunda listsköpun og fljótlega var ég virkuð í að leiðbeina og halda námskeið í teikningu og fleiri listgreinum í Hlutverkasetri. Síðustu mánuði hef ég einnig liðsinnt gestum Vinjar í myndmennt. Mig dreymir um að nýta hæfileika mína og reynslu enn frekar, læra meira og vinna við listkennslu í framtíðinni. Í haust hélt ég mína fyrstu sýningu í Drekaflóð og mun vera með á myndlistarsýningu á 10 ára afmæli Hlutverkaseturs næsta ár. Draumurinn er að verða leiðbeinandi í mismunandi listformum sem nýtist fólki sem á við einhvers konar erfiðleika að stríða.