

Til dig, der er i kontakt med personer,
der er eller har været frihedsberøvet,
igennem dit arbejde som

ADVOKAT



Denne pjece indeholder informationer om, hvordan isolation kan påvirke og skade de mennesker, du møder som advokat. Du får også råd til, hvordan du bedst kan forholde dig til din klients reaktioner.

At være advokat for isolerede

I begyndelsen af isolationsperioden

Både det at blive fængslet og sidde isoleret er en stor belastning for de fleste mennesker, da meningsfuld social kontakt med andre er et grundlæggende behov. Mangel på social kontakt kan være skadeligt, også ved korte ophold i isolation. Det er almindeligt både at opleve kognitive, psykiske og fysiske reaktioner. Ifølge FN's definition, er der tale om isolation, når en indsat er låst inde i en celle 22 timer i døgnet eller mere (Nelson Mandela-reglerne).

I begyndelsen af isolationsperioden bør du sikre dig, at din klient får information om, hvordan man kan blive påvirket af isolation. Skandinavisk isolasjonsnettverk har lavet en informationspjece til isolationsfængslede. Den er rettet mod alle isolerede indsatte - uafhængigt af om det er besluttet af retten, fængslet eller efter eget ønske. I pjecen kan den isolerede læse om de almindelige reaktioner ved isolation, hvad man selv kan gøre for at få det bedre, samt hvordan skadevirkninger kan modvirkes.

Du må gerne forhøre dig hos fængslet, om din klient allerede har modtaget pjecen. Hvis ikke, så håber vi, at du vil udlevere en kopi til din klient. Måske har din klient behov for din hjælp til at læse pjecen eller til at tale med dig eller andre om det, som står i pjecen. Du må gerne opmuntre din klient til at modvirke de negative konsekvenser af isolation.

Din klients reaktion på isolation kan påvirke dit arbejde som advokat. Det er vigtigt, at du er bevist om og tager hensyn til de konsekvenser, som isolation kan medføre, blandt andet i den kontakt du har med din klient. Klienter, der er isoleret, kan for eksempel have behov for, at du bruger ekstra tid på samtaler.

Din klients reaktion på isolationen kan også have indvirkninger på, hvilke råd du bør give. Både kognitive, psykiske og fysiske reaktioner på isolation kan påvirke hvilke råd, du bør give din klient. Husk, at selv korte samtaler kan være hårde, når klienten er isoleret, og at det er ekstra vigtigt med pauser under samtaler.

Som advokat er du sandsynligvis en af de meget få personer, som den isolerede har kontakt med. Tidligere isolerede fortæller, at kontakten med advokaten eller ansatte ved advokatens kontor har haft stor betydning for at begrænse isolationsskaderne. Man skal derfor ikke undervurdere værdien af en jævnlig kontakt med den isolerede klient.

Almindelige reaktioner på isolation

Mennesker reagerer forskelligt på isolation, og det er umuligt at vide på forhånd, hvem der bliver mest påvirket og hvordan. Risikoen for at tage skade af isolation øges for hver dag, der går. Nogle isolerede kan blive ramt af én eller få stressreaktioner, mens andre rammes på flere områder.

Det er almindeligt at opleve:

- Koncentrationsproblemer
- Dårligere hukommelse
- Søvnproblemer og træthed
- Mavesmerter
- Dårligt humør
- At blive hurtigt vred eller irriteret
- Hovedpine
- Stive og ømme muskler
- At miste eller øget appetit
- Bekymring og/eller tristhed
- At have let til tårer
- Angst og/eller panik

Derudover kan enkelte blive deprimeret, selvskadende og/eller få selvmordstanker. Isolation kan udløse eller forstærke tidligere psykiske lidelser, og nogle risikerer at blive psykotiske.

Håndtering af kognitive forstyrrelser

Din klient kan få problemer med at tænke klart, reflektere og tale, besvare spørgsmål, koncentrere sig og huske. Det kan være vanskeligt for din klient at skulle svare på flere spørgsmål samtidigt eller modtage meget information på én gang. Din klient kan have svært ved at forstå og huske, hvad du eller andre siger, hvilket kan gøre det vanskeligt for klienten at varetage sine egne interesser.

På grund af de kognitive forstyrrelser er det vigtigt, at du taler langsomt. Du skal sikre dig, at din klient hører efter og forstår, hvad du siger undervejs i samtalen. Klientens tilstand kan medføre, at klienten interesserer sig for emner, der er ikke relevante for sagen, og at klienten har svært ved at fokusere konstruktivt.

Det kan være en hjælp, at du sammen med din klient skriver aftaler ned. Det kan være en god idé at opfordre din klient til at lave noter/ huskeseddel, før I mødes. Det vil også hjælpe, hvis du viser forståelse over for din klients kognitive vanskeligheder og forklarer, at reaktionerne er normale.

Håndtering af følelsesmæssige forstyrrelser

Din klient kan opleve humørsvingninger, herunder angst, pludselige vredesudbrud samt begynde at græde eller blive paranoid. Nogle reagerer ved at blive overfølsomme, og nogle vil afvise kontakt med dig eller andre. Nogle bliver deprimerede, hvilket kan få dem til at blive opgivende, få selvmordstanker, begå selvskade eller forsøge at begå selvmord. Flere isolerede oplever identitetsforandringer, hvor de "mister sig selv", eller ikke kan genkende sig selv. Dette kan være meget skræmmende for den, der oplever dette.

Følelsesmæssige forstyrrelser gør det vigtigt, at du er tålmodig. Vis forståelse over for de følelser, som din klient udtrykker. Det er vigtigt, at du forsøger at anerkende reaktionerne og forklarer din klient, at disse er helt normale.

Hvis din klient viser tegn på depression, angst, selvskade eller selvmordstanker, er det vigtigt, at du opfordrer din klient til at søge den relevante hjælp.

Håndtering af fysiske symptomer

Mange isolerede lider af søvnproblemer på grund af en manglende døgnstruktur, da dag og nat ofte flyder sammen. Nogle klager over mareridt og afbrudt søvn, andre får psykosomatiske stresssymptomer så som mavesmerter, hovedpine, manglende appetit, fysisk uro og rastløshed. Andre bliver helt passive og ligger i sengen dagen lang.

Det er vigtigt, at din klient får afklaret om vedkommende faktisk er fysisk syg, eller om der er tale om psykosomatiske stresssymptomer. Anbefal din klient at forsøge at opretholde en normal døgnrytme samt tage imod alle tilbud for eksempler om gårdture, aktiviteter og fysisk træning.

Efter isolationen

Der er risiko for, at reaktionerne på isolationen fortsætter efter isolationens ophør. Dette gælder særligt for langvarig isolation (mere end 14 dage). Ikke desto mindre viser forskning på området, at de fleste symptomer aftager over tid.

De sociale konsekvenser af isolation kan vise sig ved, at den isolerede bliver afvisende eller får angst, også ved din kontakt til din klient. De sociale konsekvenser bemærkes ofte først, når den isolerede får mulighed for at være i fællesskab med andre. Nogle tidligere isolerede magter ikke at være sammen med andre, til trods for at det netop er social kontakt, der kan bidrage til at reducere de skadelige konsekvenser.

Når isolationen er ophørt, er det vigtigt, at du støtter din klient i at bevare så meget kontakt som muligt med omverdenen i form af besøg, telefon og brev (hvis tilladt), kontakt til medindsatte og ansatte, deltagelse i fællesskab og be-skæftigelse.

Om Skandinavisk Isolasjonsnettverk

Vi administreres fra Oslo Universitet og samler professionelle, frivillige og organisationer fra forskellige fagområder i de skandinaviske lande. Vores mål er at øge kendskab til, hvordan isolation påvirker mennesker. Vi er kritiske over for det store brug af isolation i skandinaviske fængsler. Med denne pjeces og pjecen til de isolerede ønske vi at begrænse skaderne, som isolation ofte medfører. Ansatte og pårørende modtager en tilsvarende pjeces. Læs mere om os på vores hjemmeside: www.isolation.network

Skandinavisk isolasjonsnettverk er indehaver af ophavsretten til denne brochure. Hvis du vil bruge brochuren udenfor Norge, bedes du kontakte os via vores hjemmeside:

www.isolation.network