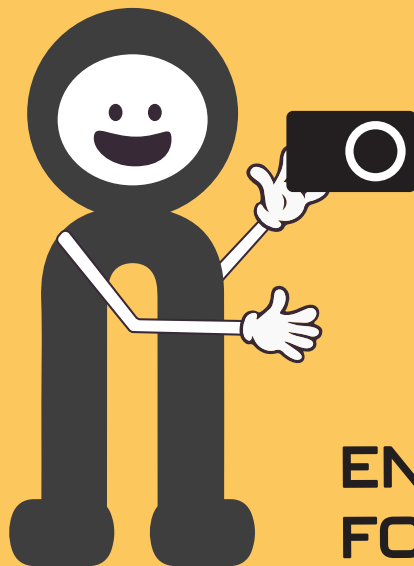


**«FOR DET ER JO IKKE SÅNN
MAN ER VANT TIL Å TENKE».**



**EN DIGITAL
FOTOUTSTILLING**

URO
lettomrus.no

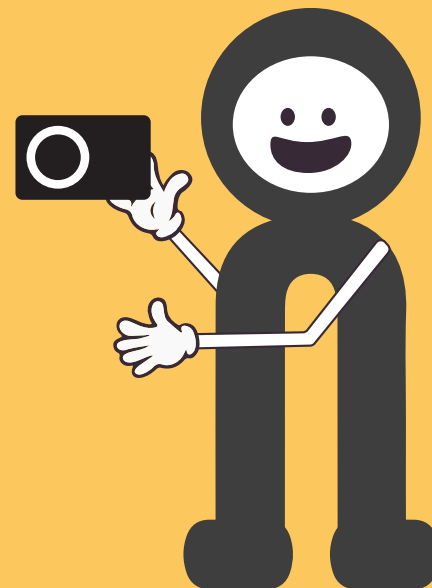


Denne utstillingen er basert på et photovoiceprosjekt, der voksne med lærevansker eller utviklingshemming har brukt fotografi for å utforske og formidle egne tanker og erfaringer.

Noen bilder er enkle. Andre rommer mer enn man først ser. Her møter du fotografier og fortellinger om vennskap, hverdagsliv, håp, humor og tanker om rus.

Dette er ikke én historie, men mange.

Å BEGYNNE Å SE



«Jeg tenkte bare at... Det eneste jeg tenkte var at når jeg tok det bildet der, så tenkte jeg... Kan hundene kjøre moped? Så jeg tenkte bare... Hunder får ikke mopedlappen, tenkte jeg.

Det var et fint bilde, da. Men han sitter jo litt feil vei, da. Det er derfor han ikke fikk lappen. Han har tatt feil vei. Der er jo ikke vi så veldig ulike».



Foto: Henrik



«Det er bilde av et kamera på kost.
Nei, da blir det sånn, da kan man koste kamera,
eller så er det kostkamera, kosekamera,
kostkamera. Sånn ordspill.
Både kostekamera og kosekamera».

«Jeg synes det er et veldig fint bilde.
Et bilde som gir glede.
Du blir bare glad av å se det.
Det er glede bilde».





“Ut av det blå”.



«Jeg visste egentlig ikke hva jeg skulle ta bilder av, så jeg bare tok mye forskjellig.»

VENNSKAP OG KJÆRLIGHET



«Det er Blink, og så er det meg og med, da.
Jeg som sitter og ser kjærligheten til noen
annen, og sitter og susser på noen annen.
Vennskap. Det er slik vennskapskjærlighetsbilde».





«Det må være meg med uro-hunden. Ja, vennskap, kanskje det var kjærlighet, man er glad i dyr og sånt. Vise omsorg. Det er bra å vise at man bryr seg om noen andre».

«Jeg hadde smilet så at hun sa det var artig å spille kort. Det var bare for lek. Det er en ikke konkurranse. Det er bare vennskap og kjærighet du ser».





«Et vennskapsbilde. At alle på en måte er med... Alle er sammen, og alle tar vare på hverandre. Ingen skal føle seg utenfor».

«For kjærlighet kan jo blomstre, men det kan også visne. Og hvis man ser på den der, for eksempel, den ser jo litt vissen ut».





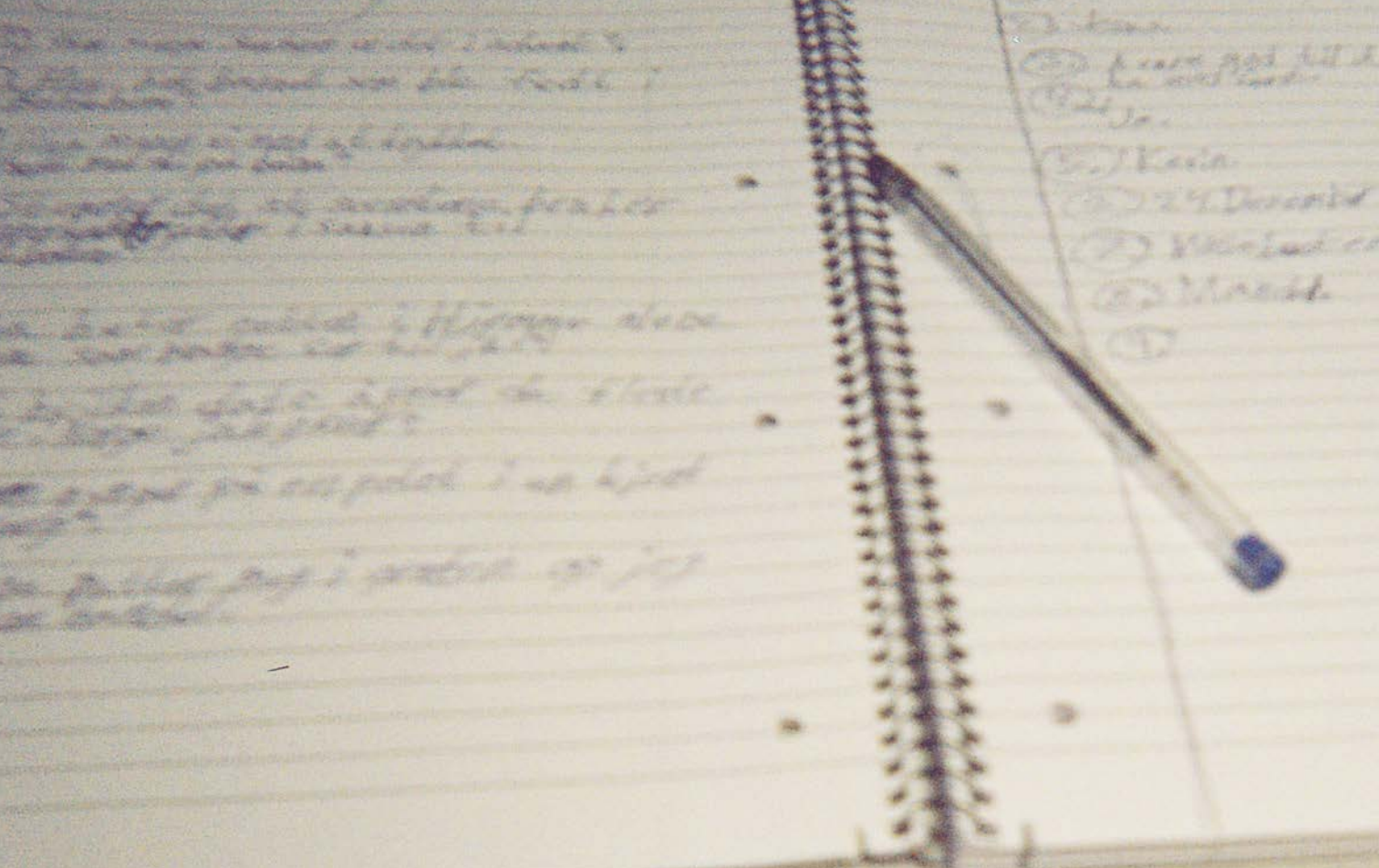
«Nei, det var liksom å tenke
litt før jeg tok bilder da.
Fint å finne historier og sånt.

HVEM ER JEG



Et skikkelig fint bilde av meg.
Ja, jeg liker det.
Det er kanskje å være glad for det man er.





«Ja, da driver jeg med quiz på jobben. Jeg har ikke alltid så mye å gjøre, så da har jeg fått jobb for å bli sånn quizmaster. Så det er tøft det».

«Altså pizzaen, da er jeg glad i pizzaen».





«Hun heter Kristina, og han heter Pluto.
Og Diego har jeg vært veldig glad i.
Det var første kosedyret mitt».

«Armene i været og bredt smil».





«Ja, det er i Oslo, den der...
Pariserhjul. Gøy».



«Noen som ringte meg og fortalte noe skrekkelig. Kanskje for eksempel: «Du har blitt pappa». Det ble helt sånn at jeg fikk ikke ord. Det hadde vært kult. Det er mye styr og sånt, men det hadde vært tøft å ha hatt en datter».



Det var litt vanskelig egentlig da.
Men det var koselig.
Det var en liten utfordring da.
Ja, for det er jo ikke sånn man
er vant til å tenke».

SMÅ VALG



«Hun skal låne den sykkelen.
Låne den uten å spørre.»





«Det er jo et veldig bra å bruke hode bilde´.
Jeg ser det om morgenen da, jeg bor ved skole,
vet du. Da ser jeg alle ungdommen da, sykler.
De har hjelmen på styret, ikke på hodet.
Det er ikke lurt. Passe på hodet sitt».



«Han vil ut».



«Det var jo litt slik artig at man ikke så hva... Når man tok så så man jo ikke hva det bildet var da. Man måtte vente til den dagen kom. Det var bare å snurre, og så klikke sånn».

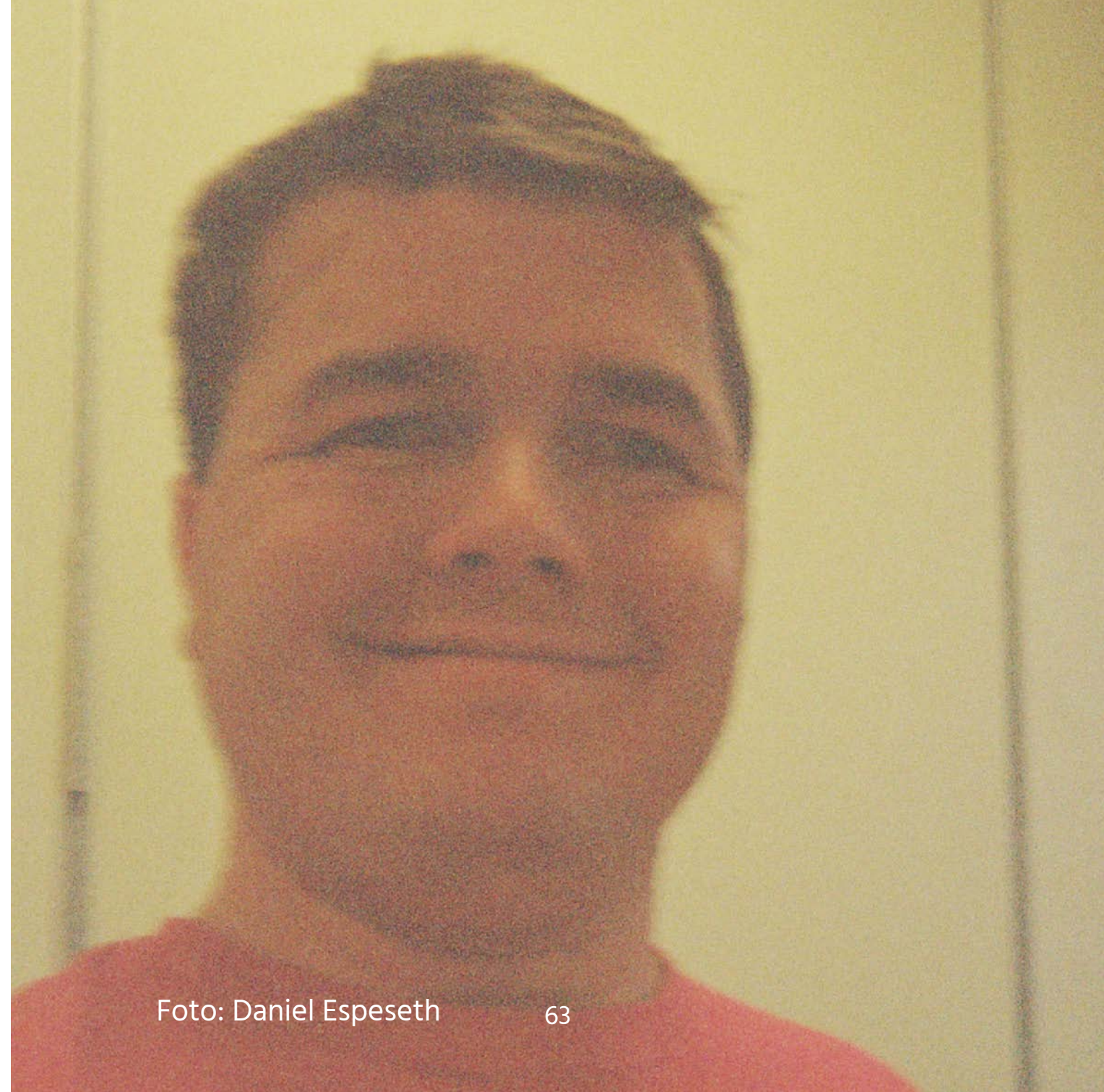
STØTTE OG STYRKE



«Når jeg hadde ulykken, har familien vært alt for meg. De har hjulpet meg å gå. De har sagt at jeg klarer det. Og så er det også sånn at jeg kan ringe til mormor også da. De har alltid vært der for meg, pushet meg videre».



«Jeg har ikke noe å være sur for, jeg har det bra igjen altså. Og så lærte jeg ordtaket av Ingrid, smil til verden og verden smiler til deg liksom da».



NATUR OG HÅP



«Ja, det var litt sånn bildet der, sånn naturskiftig bilde da. Da kommer høsten. Nå er naturen klar for ny årstid. Et fredelig bilde som viser det.

Naturen er veldig flink og setter i gang det selv. Ja, så det er litt sånn muligheter, liksom. Ja, hvor sterkt naturen egentlig er og noe annet da.

Ja, om mennesker også, liksom. Om at alle tingene i verden da, kan liksom reparere seg selv, liksom, og lyse og sånt da. Ja, det var jo etter ulykken da. Tenk meg at naturen og er som meg, er like store på en måte da. Bare den gjør det hvert år da, og jeg gjorde det bare en gang i livet mitt, men... Vi kommer alltid tilbake. Sterkere.»



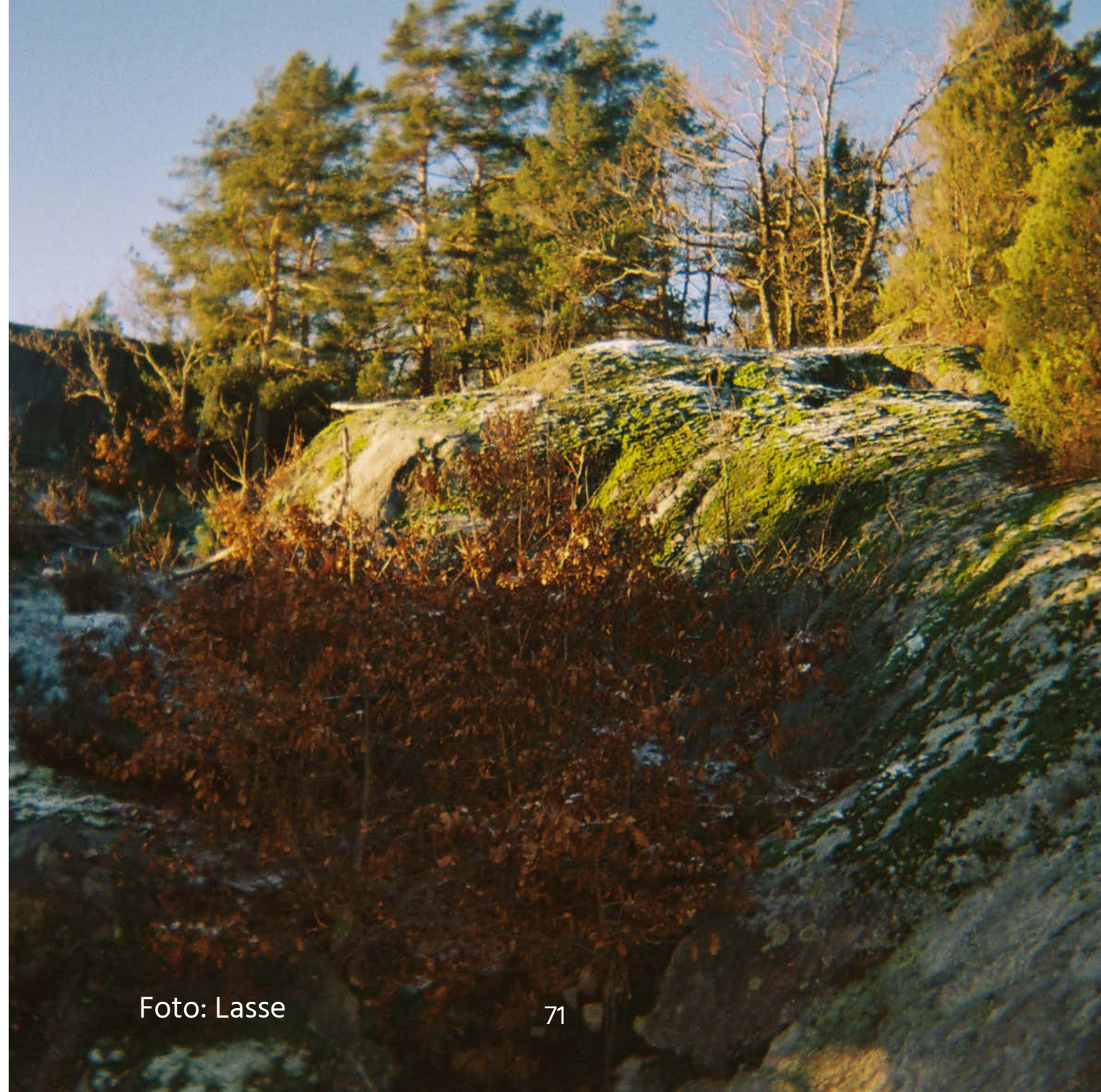


«Det tok jeg på grunn av at jeg følte at jeg måtte ha med trær, hus, havet, utsikten, fjellene, for å føle at jeg hadde et naturlig preg på bildet. Og det er mange følelser knyttet til det også.

Eneste tanke som sto på meg var at jeg hadde lyst til å gå en lang tur alene for å komme meg til meg selv. Det var så mye tanker i hodet mitt akkurat den dagen at du aner ikke».

«Så det er kanskje en slags indre ro på en måte. Det er liksom litt mot skauen liksom. Der var det jo sol. Så det ga jo fint lys. Og så går det på en måte på vei oppover. Det er en bakke der.

Så jeg ser liksom at når man er på bønn da, så kan man liksom bare gå en vei og det er oppover. Det går fremover og oppover. Og så er det jo lyst der. Og helt mørkt i bunn. Så det er liksom som lys i hendene på en måte».



«Det er veldig sånn godt, altså det er jo veldig åpent. Man kan jo se langt her. Og få på en måte sånn oversikt. Se fremover kanskje. Se bredt og frem og til siden. Det er liksom, himmelen er stor. Kanskje det kan være litt sånn at man går i ukjent terreng, på en måte. At man begynner på nytt, kanskje, eller kommer et nytt sted».





«Her kommer lyset inn. Det viser seg at du går i rett vei. Det jeg forteller er at du går fremover. Klarer målene dine. Du klarer det selv.

Føler det har vært verdier i deg selv. Det er en regle som sier at hvis du går rundt grøten, da er det feil. Hvis du går snarvei, da klarer du verden, klarer du livet ditt bedre».



«Jo, jeg synes jo at med tanken på tematikken da, så er det veldig viktig å da ha en grunnidé på en måte, eller sånn, hvor man ser hva avhengighet, hva det kan føre til da, og i dette tilfellet mer ensomhet da».

Å VÆRE ALENE



«Der er gjengen, jeg stod helt alene... følte ikke del av gruppa... ingen vil prate... han faller mellom to stoler... han blir stående alene...»



«At man ikke hører til i gjengen hvis man kanskje ikke har lyst til å drikke, for eksempel».





«Jeg føler meg noen ganger som det ensomme hjertet. Selv om jeg er sammen med andre, så kan jeg også føle meg ensom.»

SAVN OG SORG



«Det er en gravstøtte med blomster og lys og...
Mamma, ja. Følelsen der er savn. Ja, det er ikke
noe moro det, nei.
Savn er jo en følelse man kan kjenne igjen».





«Det er litt mørkt på dette bildet. Jeg hadde et sånt ball inni meg med følelser. Jeg var lei meg, jeg var såret, jeg var søndekust, jeg var forbannet, fortvilet. Det var liksom alt i ett. Og så er det litt mørkt her. Jeg satt meg i et mørke der, som jeg følte satt i et mørkt rom alene.»

«Det jeg kom på da, var at det var så stille på jobb den dagen. Så jeg tenkte at jeg skulle ta bilder av parkeringsplasser og biler. For å få det med perspektiv. Det var natur som stod i huet min akkurat da. At det var fri luft, frisk luft».



Å VÆRE FASTLÅST



«Det der var sånn gitter, men det var jo det kortet, da. Det var en tvist på at knekten er fanget.

Det er jo litt det der man kan føle seg fengslet, da, på en måte. Hvis man føler seg fastlåst, og det kan jo være rusmiljøet. Det kan jo være en sånn følelse som kan oppstå, da. Ja, jeg kom på den ideen, for det er lett å tenke gitter. Hvis man føler seg fanget, så tenker jeg det er umiddelbart.

Det var også en fengselsassosiasjon».





«Nå er jeg veldig dystert og mørkt og Ja, innersluttet, for å si det sånn. Da går man nesten i ett med den stammen. Føler ikke at sin egen eksistens er tilgjengelig lenger. Man bare havner inn i dystert bakteppe, på en måte. Forsvinner inn, da, om det er vegg i det samme.

Og igjen det her med å ikke vil eksistere lenger, kanskje bare forsvinne i en vegg, eller i dette tilfellet en stamme, går i ett med, på en måte, terrenget da. Som igjen blir jo et veldig dystert bilde på hva alvorlig rusavhengighet kan føre til da. Ikke minst at man kanskje er psykotisk, eller er i en manisk periode, eller hva det kan være».

RUS OG KONSEKVENSER



«Ja, det er en sånn pub. Det kunne være et sted som folk gikk og tok seg noen øl og kosa seg.

For jeg har jo selv vært på den plassen og sittet og selv har drikt alkohol og tatt noen øl og koset meg og pratet med folk. Ja, altså, du har jo en sånn sosial setning nå».



«Det er en god blanding, men det er litt det med rus og den problematikken med fattigdom eller misbruk. Og ikke ha gode rutiner, for å si det sånn.

Forsøpling. Kanskje generelt slutter å bry seg på at de mest grunnleggende instinktene blir borte. Å holde miljøet rent og fri fra søppel, på en måte.

At det igjen gir et bilde på at det glir ut andre steder i livet også, på en måte. Dette er bare første fasen, for å si det sånn. Det sklir ut».





«Det er et veldig fint bilde, egentlig. Det å bo på gata. Det å ikke ha penger. Det å trenge eller føle russug. Så man må jobbe litt for å få tak i denne rusen. Og så må du i søppel, da. For å lete etter flasker. Det er veldig mye i det, egentlig. Jo, hvertfall sånn jeg ser det, da. Så har man lyst å komme litt langt inn i rusen».

«Det kan være et av de beste bildene. Og det betyr jo at alkoholen koster mye penger. Og hvis du er veldig glad i den alkoholen, stjeler den på en måte penger. Du bare kaster penger ut. Det er et symbolsk bilde.»





«Jeg gruer meg til jul. Fordi det kan være mye som kan skje i jula, på grunn av alkohol for eksempel. Ikke alle har det så lett i jula, fordi det er en høytid. De gruer seg til jula, fordi det kan bety en vanskelig høytid. Jeg føler meg noen ganger sånn som det bildet, på sånne høytider, for jeg synes høytider kan være vanskelig».



«Er det at man tar for mye piller så blir man ustø?
Man kan jo bli veldig... Altså kan man jo bli veldig
avhengig også».

“Happy Vibes or Sad Moments?”



«Det er en opplevelse man aldri har hatt før med å være på en måte oppe av en hest og være trygg. For jeg har alltid vært redd for hester. Det skaper jo også en form for rus fordi vi er to gode venninner som rir sammen».



BARE GLEDE



«Da hadde jeg faktisk vært på en bursdagsfest til beste kompisen som heter Stig. Så fant jeg ut selv helt plutselig at jeg skulle ta bilder, at han skulle ta bilder av meg opp ned mens jeg gjorde grimaser.

Jeg fant at meg og han, Stig, han er, meg og han, det er som Knoll og Tott. Vi finner på så mye kødd sammen at du aner ikke, det var sånn, det var så veldig på impuls. Det er veldig glede».



«FOR DET ER JO IKKE SÅNN MAN ER VANT TIL Å TENKE».

Hva skjer når folk får et kamera og er villige til å vise fram sine erfaringer med hverdagsliv, relasjoner og rus?

Utgangspunktet vårt var å utforske rusmiddelbruk gjennom fotografi. Det vi fikk, var mye mer. Bildene forteller om vennskap, hverdagsliv, ensomhet, håp, familie og erfaringer som ikke kan avgrenses til ett tema. Rus er til stede, men som en del av større fortellinger om tilhørighet, savn og livet slik det faktisk leves.

Deltakerne i prosjektet bruker fotografi til å formidle opplevelser, erfaringer og tanker. Bildene blir utgangspunkt for samtaler. Vi snakker om det de har tatt bilde av, og om hvilke betydninger de knytter til motivene.

Prosjektet er gjennomført i regi av URO med støtte fra Stiftelsen Dam. Vi utvikler og formidler kunnskap om rusmidler og utviklingshemming. Fotostemmer ble en måte å la folk uttrykke tanker, erfaringer og fortelle om sin egen virkelighet.

Fotografene er voksne med utviklingshemming og andre læringsutfordringer. De kan oppleve at andre ser mer på det de strever med enn på det de tenker, mener og har opplevd. Gjennom bildene og fortellingene beskriver de relasjoner, ensomhet, håp og rus.

Temaene som vises, er gjenkjennelige og allmennmenneskelige: å høre til, å bli sett, å kjenne på glede, savn, håp og usikkerhet.

Det begynner enkelt. «Jeg visste egentlig ikke hva jeg skulle ta bilder av, så jeg bare tok mye forskjellig.» Flere beskriver starten på samme måte. Litt usikker, litt prøvende.

Etter hvert skjer det noe. Fotografering blir en måte å tenke på. «Det var liksom å tenke litt før jeg tok bilder.» «Fint å finne historier og sånt.»

Hos noen utvikler det seg til en mer bevisst måte å ta bilder på. En fotograf beskriver hvordan hun måtte planlegge motivet før hun tok bildet: «Man måtte egentlig ha bildet i hodet fra før, og vite hvor ting skulle være plassert.» Hun trekker også fram lys, skygger og stemning som viktige virkemidler.

Fotograferingen handler ikke bare om å dokumentere, men om å formidle. Det som ved første øyekast kan virke tilfeldig, viser seg ofte å være nøye gjennomtenkt. Bildenes mening blir tydeligere når de snakkes om.

Noen av motivene er helt hverdagslige. En katt. En pizza. Et kosedyr. «Han vil ut.» Andre åpner for noe mer. Et bilde av en blomst og et hjerte er en refleksjon om relasjoner: «Kjærlighet kan blomstre, men det kan også visne.» Bildene viser hvordan konkrete motiver rommer store erfaringer og følelser.

Et bilde med en telefon blir til en tanke om framtid og ansvar: «Kanskje noen ringer og sier: 'Du har blitt pappa'. Det hadde vært kult.» Et enkelt motiv er en inngang til større tanker om håp, identitet og det å forestille seg en framtid.

Flere av bildene kretser rundt det samme spørsmålet, selv om det ikke alltid sies direkte: Hvor hører jeg til? Noen bilder viser fellesskap og nærhet: «Alle er sammen, og alle tar vare på hverandre. Ingen skal føle seg utenfor.» Andre viser det motsatte: «Jeg stod helt alene. Følte ikke jeg var en del av gruppa.» Og så er det de som rommer begge deler samtidig: «Selv om jeg er sammen med andre, kan jeg

føle meg ensom.» Ensomhet handler ikke bare om å være alene, men om å stå litt på utsiden, også når man er sammen med andre.

Noen bilder er vanskeligere å møte. Et bilde av en grav ledsages av en enkel setning: «Savn er jo en følelse man kan kjenne igjen.» Et annet viser et mørkt rom: «Jeg satt i et mørkt rom alene.» Her får erfaringer med tap og ensomhet en form som er både personlig og gjenkjennelig.

Fotografene bruker konkrete motiver til å si noe mer generelt. Når en deltaker beskriver naturen som noe som «reparerer seg selv», og knytter det til egne erfaringer med å komme seg etter en alvorlig ulykke, blir bildet en måte å forstå livet og menneskets styrke.

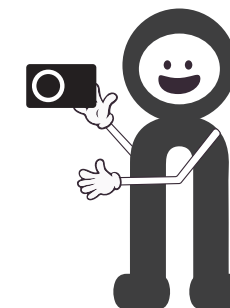
Rus er til stede i materialet, men det står sjelden alene. Hos flere fotografer handler rus om relasjoner, høytider og det å høre til. Et bilde av en pub handler om sosialt fellesskap. «For jeg har jo selv vært på den plassen og sittet og selv har drikt alkohol og tatt noen øl og koset meg og pratet med folk.»

Hos en annen fotograf vises det mer problematiske. Hun beskriver hvordan hun forsøkte å få fram sider ved rus som ikke alltid er synlige: «Man ser alle de usynlighetene... det med rus og problematikken med fattigdom og misbruk.» Gjennom bilder av tomflasker og forsøpling peker hun på hvordan rus kan henge sammen med det å miste struktur i hverdagen: «At det glir ut andre steder i livet også.» Hun beskriver også mørkere sider: «Kanskje man ikke vil eksistere lenger... bare forsvinne.» Til sammen viser bildene at rus ikke framstår som et avgrenset tema, men som noe som griper inn i relasjoner, hverdagsliv og opplevelsen av å høre til eller falle utenfor.

For egentlig viser utstillingen noe ekte og enkelt: at et menneskeliv aldri bare handler om ett tema. Heller ikke her. Bildene rommer rus, men også vennskap, ensomhet, håp, kjærlighet, savn og drømmer.
Det er kanskje da vi ser det tydeligst: Folk er folk.

Faglig ansvarlig: Lise Holm

Kunsterisk ansvarlige: Julie M. Rasmussen og Daniel Howlid



TAKK TIL ALLE FOTOGRAFER SOM
HAR DELT TANKER OG ERFARINGER



URO - UTVIKLINGSHEMMING - RUS - OPPLYSNING
er en ideell og frittstående organisasjon som utvikler
og deler kunnskap gjennom undervisning, letlest materiell,
filmer og samtaleverktøy. Vi løfter fram erfaringskompetanse
og arbeider for bedre tjenester og rettigheter.



«Det var bare å snurre og klikke.»

