

## VARFÖR SKOLA MÄNSKOR SUPA - VARFÖR FLÖDAR DET AV SPRIT?

Den frågan har många ställt sig genom åren. Den som drack på tok för mycket kvällen innan, vaknar bakis med tom plånbok, men fylld av minnesluckor och ångest. Den anhöriga till den man/kvinna som ofta dricker för mycket, ibland i smyg, och ställer till det för sig genom att bli arg och dum. Många är barnen till missbrukande föräldrar som ställt sig den frågan, och tänkt att det är dom själva som är orsaken och därför försökt vara lite extra duktiga och snälla.

Du som arbetar inom missbrukarvården har säkert också ett antal gånger funderat över frågan, liksom politiker och administratörer som ska utforma vård och behandling. Det kan te sig frustrerande att ingen vettig människa kan ge ett klart och entydigt svar på dessa frågor !

I den bästa av världar är det som det kan låta vid intervjuer i media: " Ja, jag dricker ett glas vin till maten", " gärna ett glas champagne vid festliga tillfällen " eller " ibland en öl i glada vänners lag" ! Jag undrar: Var tar all annan alkohol vägen ? Statistik och enkel omvärldsorientering visar en annan bild . Alltmer alkohol säljs på Systemet eller direktimporteras, det flödar ur ölkranarna i Stockholm som vore vi åter på Bellmans dagar ! Ungdomar dricker sig berusade, regelbundet, i allt lägre åldrar. Kvinnors alkoholkonsumtion stiger i snabb takt och närmar sig männens nivåer. Allt detta samtidigt som många riktar krav på fortsatt anpassning till övriga Europa : lägre skatter och mindre krångel ! Den svenska alkoholpolitiken , som haft stor allmän uppslutning trots ofta kritiserad och hånad, devalveras i snabb takt och försvinner med den fortgående internationaliseringen . Kontinentala vinvanor gifter sig vackert med vår brännvinstradition..

Är Du en av de många som brukar titta på, fascineras och imponeras av dr Phil på TV 4?

Eja vore livet så enkelt ! Eller snarare lösningen på svåra livsproblem. I så fall kunde kanske stora delar av missbruksproblematiken, och därmed sammanhängande skadeverkningar, kunna få en lösning. Vi plockar fram en svensk kopia på dr Phil. Det har ju tidigare funnits varianter på samma tema. För c:a 30 år sedan hade vi " alkoholdoktorn" i Aftonbladet ( Bo Löfgren ) och psykologen som svarade på läsarnas frågor i tidningen ( DN, tror jag det var - och psykoanalytikern Dag Notini var det som skrev) . De var, och är kloka personer som säkert gjorde nytta med många kloka råd. Under senare år har mest falska profeter uttalat sig om alkoholfrågor i media. Lyckligtvis var det nu länge sedan en känd alkoholdoktor från Huddinge spred sina irrläror !

Har Du möjligen tänkt på att det dr Phil gör i TV har stora likheter med Minnesotamodellens metoder ? Hur man genomför och vad man avser uppnå vid s.k. interventioner, en central del i metodiken, syftande till att bryta ner de psykologiska försvaren och tränga bakom motstånd och förnekanden. I bästa fall sker detta empatiskt och kärleksfullt, men tyvärr är detta inte alltid fallet. Man konfronterar personen med det oönskade och irrationella beteendet han eller hon uppvisat.

Detta sker inför en grupp av människor, alla starkt engagerade. I TV säger dr Phil de kloka saker vi alla känner igen oss i. Hur vi är, eller vill vara, som kloka, ansvarsfulla och goda personer. Vi kan förenas i avståndstagandet från de felaktiga, oönskade och omoraliska handlingsmönster som presenterats. Gemensamt kan vi applådera lösningsförslagen !

Det är som vore allt som har med det omedvetna att göra bortglömt och kastat på historiens skräphög, såsom oviktig, störande och irrationell kunskap. Detta är inget nytt i historien. OK, Du har rätt : Freud är visserligen död ! Men hav förtröstan, eller ängslas (beroende på vilken ideologi Du bekänner dig till ! ) : det omedvetnas och förmedvetnas existens är ännu ej utplånad, vad än beroendeforskarna på Karolinska institutet säger. Den psykoanalytiska kunskapen och det psykoterapeutiska tänkesättet lever ännu. Om än trångt och fattigt !

Dessa tankar och förklaringsmodeller tränger sig inte på, är lågmälda, och gör inte anspråk på att ha svar på alla frågor. De kan svårligen konkurrera på den marknad som efterfrågar tydliga, enkla svar och som kan erbjuda handfasta lösningar på komplicerade livsproblem. Det finns för tillfället så många andra som är beredda att kränga detta, allt snabbare och allt billigare, på dagens marknad !

Vem har svaret på rubrikens fråga ? Varför super människor ? Varför super Jeppe ?

Fråga honom ! Kanske får vi det svar som dr Phil och många andra förväntar sig: "Det är dumt, jag är alkoholist. Jag har svag och dålig karaktär och har betett mig omoraliskt"

Eller: att mina föräldrar söp, så kanske har det något med generna att göra Eller förresten :

Det har kanske att göra med att jag har för lite, eller om det möjligen var för mycket, signalsubstans i hjärnan som jag just läst i en tidningsartikel Men : nu har jag förstått vad illa jag gjort mig själv och andra, så nu ska jag avstå alkohol och andra droger för all framtid !

Och vi övriga kan leva vidare , lyckliga i förvissningen, att problemen finns hos andra, dom som är sjuka och inte klarar att hantera alkoholen. Själva kan vi kämpa vidare för rätten till mer kontinentala vanor..

Får Du möjlighet att möta Jeppe fler gånger, i ett förtroendefullt klimat med respekt för hans integritet och självbestämmande, kanske Du får en annan typ av svar. Möjligen skulle han då tala om att han inte riktigt förstår, om oro och ångest och kanske även om sin ambivalens:

" Jag behöver nog och skulle önska jag kunde tala om det svåra i mitt liv, men klarar jag det, vågar jag ?

En av mina stora auktoriteter, den schweizisk- amerikanske psykoanalytikern Leon Wurmser, lanserade begreppet psykofobi. Han har gedigen kunskap och stor erfarenhet av analytiskt och psykoterapeutiskt arbete med personer med avancerat drogmissbruk. Det han kunnat observera och beskrivit som psykofobi är det undvikande av den inre världen som är så vanlig vid missbruks- och drogproblematik. Att och hur man söker fly bort från introspektionen av inre

konflikter, av tankar och känslor bortom de omedelbara svaren på det som händer i ögonblicket och på de akuta problemen. Om det inte finns något tydligt, yttre problem tycks det som inget finns att tala om. Exempelvis : kan vi få missbrukaren att gå till alkoholpolikliniken och ta antabus tre gånger i veckan efter återfallet , så snackar vi inte om vad som varit. Hel och ren ser vi framåt och går till förmedlingen och söker jobb. Wurmser betonar vikten av att möta personen och de upplevda inre konflikterna i ett empatiskt djupgående introspektivt arbete.

Ett citat från Wurmser : " Hos ett stort antal patienter är det möjligt att komma över hindret inom några veckor, särskilt om depression och ångest tränger upp till ytan - med andra ord, när dom befinner sig i en allvarlig kris. Om jag tillåter krisen passera, utan att knyta an den till de djupare faktorerna bakom så blir det besvärligt. Plågan är över, och de underliggande problemen har stoppats till igen. Vi har då missat det enda tillfälle, då vi hade tillträde till dem! Vi får vänta på nästa utbrott, när de inre konflikterna kommer upp till ytan med sådan kraft att de löper risk leda till en inre explosion och därav följande inre olycka ! "

Vi vill vara duktiga och goda i vårt arbete. I denna ambition är det lätt hemfalla åt en tendens att erbjuda konkreta svar och goda råd på svåra existentiella frågeställningar. Där vi slipper oro genom att gräva i de inre krafternas dunkla värld. Dessa psykofoba krafter är starka och försåtliga, då de odlas i en ohelig allians i samråd mellan patient, behandlare och administratörer och beslutsfattare. Det leder oss bort ifrån det faktum att missbruk kan vara ett symptom bland många, som kan dölja högst varierande grundproblem. Om, och när, vi fastnar i ett linjärt sätt att se drogberoendets etiologi, som enkelspåriga orsakssammanhang som bör/kan behandlas på ett sätt, med en metod, löper vi risk gå vilse. Hand i hand med den enskilde missbrukaren. Det är en allmän fördom och villfarelse om drogmissbrukare att man vägrar se att det ibland är uttryck för en i grunden djup tillits- och förtroendestörning. Att det faktiskt kan handla om en människa med en lång historia av allvarlig psykopatologi. En del av dem kommer ur familjer bräddfylla av vrede, oenighet och manipulation eller från sådana som saknar struktur, konsistens och pålitlighet. På senare år har vi börjat benämna dem dubbeldiagnosticerade. Ytterligare ett begrepp utan större förklaringsvärde. Med resultatet att de fortsatt och allt tydligare ramlar mellan stolarna: kommunernas missbrukarvård och psykiatrin. Det är inte så konstigt att man alltmer desperat söker få svar på frågorna och att finna lösningarna. Och på marknaderna finns som bekant många månglare.

Avslutningsvis ytterligare ett citat från Wurmser : "Ge akt på den inre världen och dess konflikter, intressera er för det som är individuellt och specifikt, och använd en kombination av flera metoder i varje enskilt fall ! För att tala med Goethe : Det som är fruktbart är sant ! "

Mats Björling  
Privatpraktiserande psykoterapeut och handledare  
Stockholm  
Stödmedlem i RAM och medlem av SAD  
(Svenska föreningen för alkohol- och drogforskare)