

Anonyme Alkoholikere – et kritisk perspektiv

Anne Heggem

Lade Behandlingssenter, Trondheim

Janne Amundsen

Lade Behandlingssenter, Trondheim

Kjetil Kårstad

Lade Behandlingssenter, Trondheim

Knut Kvam

Lade Behandlingssenter, Trondheim

I januarnummeret av Tidsskriftet, under debatt og kommentar, presenteres kommentaren: «Kan AA være en ressurs for psykologyrket?». Som psykologer i rusomsorgen var det en tittel som vakte vår interesse. Vi har møtt klienter som har snakket om sin kontakt med AA. Mange av dem synes det har vært godt å møte andre i en liknende situasjon som dem selv. Men etter å ha lest kommentaren på nytt er det enkelte ting som bekymrer oss. Det er noe med dette innlegget som ikke føles helt bra, uten at det er lett å sette fingeren på det. Er det noe som er anklagende eller misvisende?

Det å sitte igjen med fornemmelsen av at det finnes kun én løsning for personer med alkoholproblemer, gir bismak for mange psykologer. Innholdet i AAs kommentar er tuftet på forutsetninger som ikke kommer tydelig frem. Et slikt utydelig ideologisk grunnlag gjør oss opptatt av hvordan dette innlegget blir oppfattet av hvordan dette innlegget blir oppfattet av psykologer som ikke kjenner fagfeltet.

De 12 trinn og de 12 tradisjoner utgjør grunntesene innenfor AAs organisasjon. Deler av innholdet i de 12 trinn innebærer at en som alkoholiker skal innrømme maktesløshet overfor alkohol og at en ikke lenger mestrer sitt liv. En skal innrømme tro på en større Makt som skal bringe en tilbake til sunn fornuft. Alkoholikeren skal overlate sin vilje og sitt liv til Guds omsorg, og foreta fryktløs og grundig moralsk selvransakelse: «la Gud fjerne våre karakterfeil, når vi hadde feilet». En skal be om å få vite Guds vilje og om kraft til å utføre denne Guds vilje. AA gir uttrykk for at de vil overlate *behandling* til fagpersoner. Samtidig fremheves at personer uten egen erfaring umulig kan sette seg inn i hvordan det er å slide av alkoholisme.

Etter å ha kjempet mot psykiatriens sykdomsbegrep, ville det være galt å ikke kommentere det samme i forhold til rusfeltet. Som psykologer er vi opptatt av klientens ressurser og muligheter. Vi ønsker å tenke at våre relasjoner til klienter bygges på respekt og tillit. Man kan spørre seg om AA klarer å skape gode relasjoner når de har som utgangspunkt at alle «alkoholikere» er like. Som psykolog er det viktig å kunne ta klientens egne mål på alvor, uten å bli moraliserende. Når AA hevder at totalavholdenhet er den eneste løsningen for alle med alkoholproblemer, vil ikke dette kunne oppleves som en moralsk pekefinger rettet mot de som fortsetter å drikke? I terapi med rusklinter blir det viktig å akseptere at klienter har ulike mål. Noen ønsker å være totalavholdende, andre å redusere sitt forbruk. Ved ikke å snakke moral virker det som klienter tør å være mer åpne om hvordan de har det. Vår påstand er at man da unngår mye av den benekting som AA hevder at alle klienter driver med. Det finnes faktisk klienter som klarer å være åpne om sitt alkoholforbruk.

Det finnes klienter som aldri blir totalavholdende, men som likevel opplever å ha fått en bedre hverdag ettersom de har klart å *redusere* sitt alkoholforbruk. Vi er likevel enige med AA i at enkelte

ikke vil klare en slik balansegang, og da vil totalavhold være å foretrekke. Men som behandlere ønsker vi at det er klienten, ikke vi, som tar beslutningen vedrørende mål, noe som igjen gir rom for at målet kan endres underveis.

Når det er sagt, vil vi presisere at folk slutter å ruse seg av langt «dårligere grunner» enn de som kan utledes av AAs grunnteser. Det finnes et hav av individuelle historier å fortelle. De fleste er preget av gjentatte nedturer, før man eventuelt klarer å gjøre endringer i forhold til sitt alkoholforbruk. Blant de muligheter en person har til å gjøre noe med sine rusrelaterte problemer, er AAs organisasjon et tilbud mange kan ha utbytte av – på linje med andre frivilligbaserte hjelpe- og støttetiltak.

I vår jobb møter vi som regel klienter med et bruk av rusmidler som gir skader og problemer både på et fysisk og psykisk plan. En viktig del av terapien er å snakke om den funksjon alkoholen har for den enkelte klient, og hva som må til for å dekke «hullet» når alkoholen eventuelt fjernes. Klienter med og uten rusproblemer kan derfor behandles på mer eller mindre samme måte. Og dette er spennende arbeid! Ikke minst blir det tydelig hvor ulikt forhold hver klient har til alkoholen. Mye av terapien ligger i å få fram dette idiosynkratiske forholdet. Sammen med klienten utforskes hvordan rusingen og livserfaringer inngår i en stadig runddans. Dette allmennterapeutiske aspektet kan stå i motsetning til AAs tanke om at det nyttige og effektive i AA er at alkoholikerens subjektive og personlige erfaring kun kan deles med en annen alkoholiker.

De som er interessert i å se nærmere på hva AA selv sier, bør gå til hjemmesiden deres.