

# Avhengig av avhengnaden?

TEKST

Monica Bjermeland

PUBLISERT 10. oktober 2006

---

– Takk og lov for at eg ikkje er narkoman! utbraut venninna mi då vi kryssa Skippergata på veg frå Astrup Fearnley-museet til trikkestoppen på Stortorvet. Eg hadde tatt ho med på ein oppmuntringstur i hovudstaden. Livet verka å alltid motarbeide denne jenta. No var det ein eksamen ho hadde stroke i. Læraren sin feil visstnok. Etter utbrotet hennar veksla vi ikkje eit ord før vi var vel plasserte på 11-trikken til Majorstua.

– Rusavhengig, responderte eg endeleg.

– Kva?

Venninna mi var allereie langt inne i planlegginga av festen same kveld.

– Rusavhengig er meir korrekt å seie.

– Å ja, svara ho med eit transeliknande blikk. Så var det som om noko stakk ho.

– Skitt, kva er klokka? Rekk vi Polet?

Klokka var ti på tre ein laurdag. Vi rakk ikkje Vinmonopolet. Venninna mi vart heilt frå seg: Chablis var det einaste som gjaldt på den tida. Enden på visa var at vi gjekk ut klokka sju. Kvelden blei i dyraste laget for oss, men venninna mi vart glad og full. I dag drikk venninna mi meir enn gjerne øl. Heimebrygga om så er. Ho er avhengig av det meste: tobakk, alkohol, pillar, tragediar – og som eit resultat – sterk angst. Sistnemnde held ved like dei andre elementa. «Eg kan ikkje gå på sosialen utan å ha ete tre Sobril først.» Etter besøket er ho gjerne så skjelven at ho må sprette ei flaske vin. Avhengnaden representerer ein tryggleik for ho i all si gru. No kallar ho seg meir enn gjerne alkoholikar – utan hjelp frå AA. Mellom slurkane forbannar ho foreldra, sosialkontoret, den udugelege psykologen og den jævla fyren ho nett har kasta på dør. Runddansen har ingen ende.

Kva er avhengnad, og kven er dei avhengige? Ifølgje den frie encyklopedi er avhengnad, i medisinsk forstand, eit syndrom eller ein tilstand prega av fysiologiske, kognitive og åtferdsmessige fenomen, der bruken av ein substans, ein klasse av substansar eller ei åtferd fortrengrer anna åtferd som vedkommande tidlegare syntest hadde stor verdi. Men kva tid vert vi avhengige på dette viset, og kan avhengnad vere noko anna òg? Vitskapen har enno ikkje funne eit sikkert «avhengnadsgen», så biologisk arveleg kan vi ikkje hevde at han er, denne avhengnaden. Sårbarskap kan vi derimot arve, noko som heilt klårt vil føre oss inn i risikosona for rusavhengnad, men mennesket er altså ikkje

heilkjemisk. Ved rus- eller medikamentavhengnad er den fysiske dimensjonen til stades, både når det gjeld toleranseauke og særleg ved avslutting i bruken av rusmiddelet. Greitt nok. Men ifølgje dei rusavhengige sjølve er det ikkje her utfordringa ligg. Dei seier ofte som til dømes slankarane: «Det er enkelt å slutte med dop (overeting). Problemet er å halde seg rusfri (slank).» Myten om heroinisten som berre MÅ ha skotet sitt, er heller ikkje lenger haldbart: Forsking syner oss at Adam Smiths usynlege hand justerer etterspurnad etter pris og vice versa også på narkotikamarknaden (SIRUS). Altså kan den rusavhengige velje vekk heroinet om ho vil – ho gjer det faktisk ofte. Ut frå denne kunnskapen om avhengnad sluttar eg at lidinga først og fremst er ei individuell oppleving av ein tilstand sterkt prega av tvangsåtferd.

Men mennesket eig tanken. Vi står relativt fritt til å ta val – som anten gagnar oss eller ikkje. Eg observerer at mange rusavhengige, speleavhengige, overvektige og kronisk sjuke gjerne vel å definere seg sjølve i dei nemnde kategoriane. Og dei vel å leve deretter – med dei avgrensingane dette gir livet deira. Desse mentale overtydingane ser ut til å forsterke ulykka deira og halde dei nede i ei offerrolle dei ikkje er tent med. Typisk er at den såkalla avhengige plasserer ansvaret ein stad utanfor seg sjølv. Denne tilskrivninga får god hjelp både frå styresmakter og fagfolk. Ikkje misforstå: Vi veit at det ikkje er heilt tilfeldig kven som hamnar i fengsel, vert rusavhengig, sosialt utstøytt, overvektig eller får psykiske problem. Ofte kan vi plukke dei ut etter første skuledag. Ballasten til desse menneska er større enn gjennomsnittet. Men kva tid vert dei avhengige avhengig? Kven avgjer dette? Og er det mogleg å redde dei frå deira framtidige sjølve? Vi lærer tidleg å innordne oss Jantelova; heller tilpasse oss enn å gå vår eigen veg. Store visjonar eller draumar vi har som små, vert like gjerne avliva som oppmuntra. Verken oppturar eller nedturar vert automatisk tilgodesett individet. Årsaka ligg visst ein annan stad. Staten ser ut til villig å vilje rydde opp «sølet», men ikkje førebyggje. Ta til dømes den venta kraftkrisa. Både politikarar og «folket» ser på det som heilt rett og rimeleg at staten skal punge ut for ekstra store straumrekningar. Eg håpar i alle fall staten spør om pelletsomn-mottakarane sløkkjer lyset på badet etter at dei er ferdige på do. Og om vaskemaskina er fylt til randa kvar gong ho vert påsett. Er det forresten mogleg å lære tenåringsjenta å slå av kranen medan ho barberer leggane i dusjen?

Vi lever stort sett i ei individualistisk verd. Når vi skal ta ansvar for dei dårlege individuelle vala våre, vil vi derimot heller vere ein del av ein større lagnadsfellesskap, ein som plasserer skulda ein annan, meir komfortabel stad. Menneskeleg det. Men på eitt eller anna nivå veit vel jamvel den rusavhengige at det er ho sjølv som sit med nøkkelen til endring? Kvifor er den byrda for tung å bere for somme? Kan det vere fordi både samfunn og borgarar tillèt kvarandre å lene seg attende og skylde på andre? «Stakkars deg,» seier vi gjerne. Kvifor seier vi ikkje like naturleg: «Men det ser du ut til å takle bra!» Kva om vi frå vårt første skuleår vart stilt spørsmål som: «Kva ønskjer du deg?» og «Korleis kan du sjølv medverke til å få det?» Kva om rus- og kriminalitetsførebygginga fokuserte på å motivere oss til å ta det gode valet i staden for å gje oss angst for å ta det dårlege? Kva hadde skjedd om dei avhengige med bistand klarte å få tak i lystkjensla si og dermed evna til å sjå mot ei ny retning? Eg saknar både

oppmuntring og ansvarleggjering av individet. Det trur eg hadde hjelpt venninna mi. Krafta som gøymer seg i lyst og motivasjon, er enorm.

*Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 43, nummer 10, 2006, side 1084-1085*

**TEKST**

**Monica Bjermeland**, Redaktør rus & avhengighet