

AT GÅ I BEHANDLING ... OG GÅ FRA DEN IGEN ...

Jeg har ofte undret mig over, hvorfor misbrugere, som har behandlersystemet i ryggen, alligevel ikke formår at bryde ud af deres stofmisbrugende tilværelse.

AF ANNA STELVIG

Behandling af stofmisbrugere i Danmark bygger på et frivillighedsprincip, hvilket betyder, at ingen misbrugere tvinges til at gå i behandling mod deres vilje. Vi må derfor antage, at mange af de stofmisbrugere, der søger behandling, har haft en forestilling om at opnå en stoffri tilværelse. På behandlingsinstitutionen tager de det første skridt i en frigørelsesproces fra stofafhængigheden. Men da det kun er meget få, 2- 3%, der årligt bliver stoffri, er der mange, hvis næste skridt bliver et tilbagefald. I frivillighed vælger de behandling, og i frivillighed vælger de at springe fra netop der, hvor de skal tage ansvar for et nyt livsprojekt. 'Pludselig blev det for meget, jeg skulle bare væk fra det hele', er en af de mange forklaringer, jeg hører fra misbrugere, der er faldet tilbage i stofmisbrug. Det paradoksale er, at de med deres forklaringer flygter fra en (behandlings-)situation, der kunne bringe dem afgørende videre til et bedre liv, hvis de forblev i den.

Spørgsmålet er, hvorfor så mange misbrugere vælger at recidivere til stofmisbruget? Kan det tænkes, at misbrugerne gennem et sådan valg opnår et bestemt mål? Det vil jeg nu belyse eksistentielpsykologisk.

Behandlingen afbrydes

Mennesket er i eksistentiel forstand frit, hvilket vil sige, at det har frihed til gennem valg og handlinger at forme sit eget liv. Dermed er ikke sagt, at mennesket har frit valg på alle hylder, for mennesket er underlagt visse (biologiske og sociale) realiteter, som det er nødt til at tage højde for i udformningen af sin eksistens. Det centrale er dog, at ligegyldig hvor mange forhindringer og udfordringer mennesket stilles over for, kan det stadig i frihed bestemme (eller tage personlig stilling til), hvordan det ønsker at reagere på sin aktuelle situation. Sagt mere konkret kan misbrugeren altså frit beslutte, hvordan han eller hun ønsker at udlægge

vanskeligheder i behandlingen eksempelvis fra noget, der ikke kan gøres noget ved, til noget, der kan gøres noget ved. Der er ikke noget, der tvinger misbrugeren til en bestemt beslutning. Den eksistentielle frihed er nemlig kendetegnet ved fraværet af tvang, så når misbrugeren afbryder behandlingen for at vende tilbage til sit stofmisbrug, er det et valg, som vedkommende må bære det fulde ansvar for. Nu er det nødvendigvis ikke sådan, at dette valg foreligger fuldt ud afklaret i bevidstheden i alle dets konsekvenser. Tværtimod kan valget foreligge i forskellige grader af klarhed, men uagtet graden af klarhed er det stadig et frit valg, der skal tjene et formål for misbrugeren.

Fremtidsplaner

Jeg har gennem samtaler med og observationer af stofmisbrugere tit hørt dem tale om, hvordan alting på et tidspunkt meget snart skal blive helt anderledes. I deres bevidsthed lægger de alle mulige planer for deres fremtid. De har ønsker om at droppe stofferne, få kontakt til deres familie igen og måske komme i arbejde. Desværre er det sjældent sådan, at disse ønsker bliver ført ud i livet, og både ønsker og planer forbliver som oftest ikke-realiserede drømme. Det er som tanker, der ikke er tænkt til ende, og som derfor ikke får handlingsmæssige konsekvenser.

Det afgørende er her, at selv om de ønsker at komme ud af misbruget, formår de alligevel ikke at handle, når de afgørende skal. Mit indtryk er, at de generelt set lever passivt afventende frem for at være aktivt interesseret i at få gjort noget ved deres situation. Omstændighederne opleves som noget, der påtvinges dem, og i mangel af eksistentiel indsigt vælger flere at recidivere til et liv, hvor det personlige ansvar udviskes.

Når misbrug giver tryghed

Nu til spørgsmålet om valget af stofmisbrug. Hvad er det for et mål, misbrugeren opnår ved et sådan valg?

Misbrugeren opnår paradoksalt nok en tryghed ved at være i et miljø, som reelt set er ødelæggende. Men misbrugeren er i det kendte, kender spillereglerne og kan begå sig. Misbrugeren fastholder sig selv i en misforstået form for tryghed og fritages dermed for den angst, der er forbundet med at skulle bryde med den vante misbrugstilværelse, ud til en uvant situation som ikke-stofbruger. At skulle tænke sig ind i og realisere en ny levemåde er for angstprovokerende, og han eller hun vælger i stedet at falde tilbage til de vante vaner og det kendte livsmønster. Der hvor flugten fra sig selv er sat i system som en jagt efter stoffer og rus. Når stofmisbrugeren undlader at gribe sine livsmuligheder, undlader at bevæge sig fra misbrug til ikke-misbrug, er det den eksistentielle angst, der blokerer. Det er vigtigt at understrege, at den eksistentielle angst ikke er et budskab om en patologisk tilstand, men et alment menneskeligt vilkår, der følger med, når misbrugeren skal vælge og handle mod en ukendt fremtid, som han eller hun ikke kender til. I spændingsfeltet mellem den kendte misbrugstilværelse og den ukendte fremtid som ikke-misbruger råder uvisheden, og det er denne uvished, der eksistentielt set ængster misbrugeren, fordi det ikke forlods kan afgøres, om han eller hun vil kunne realisere sig selv i et nyt livsprojekt. Hvis misbrugeren vil udvikle sig, skal vedkommende turde vove sig selv i det ukendte og gradvis i handling realisere en ny livsstil baseret på et nyt værdisæt, der står i skærende kontrast til det livsmønster han eller hun ellers kender til og er tryk ved.

For mange misbrugere er denne eksistentielle udfordring så skræmmende, at angsten blokerer, og misbrugeren kommer i stedet til at stå i vejen for sig selv. Fremfor at have sine kræfter med sig selv, får han eller hun sine kræfter imod sig selv. Misbrugeren tager ikke angsten på sig som en opgave, der kunne skabe en ny bevægelse mod en bedre livsførelse, men stagnerer i stedet for i sit stofmisbrug. Den her beskrevne eksistentielle angst foreligger nødvendigvis ikke fuldt ud forståelig i misbrugerens bevidsthed, men ytrer sig som en mere uforståelig indre uro og rastløshed.

Tilbagefald – et valg?

Den indre uro og rastløshed er dybest set et udtryk for, at misbrugeren ikke har det godt med den måde, vedkommende lever sit liv på. Men at stille de relevante spørgsmål, der kunne foranledige en forandring, er ensbetydende med at skulle konfrontere sig selv direkte med den eksistentielle angst. Denne opgave er det

ikke alle misbrugere, der magter, og de vælger i stedet at afbryde behandlingen for at vende tilbage til deres stofmisbrug. Når misbrugeren afbryder behandlingen forsvinder umiddelbart en byrde, nemlig den spændingstilstand, der er forbundet med at tage ansvar for en ny og ukendt livsførelse. Misbrugeren fritages så at sige for den eksistentielle angst, men fritages ikke for den indre utilfredshed og dårlige samvittighed, der er forbundet med at svigte endnu en livsmulighed.

Når jeg taler med misbrugere, giver de mange forskellige forklaringer, der retfærdiggør, hvorfor de falder tilbage til deres stofmisbrug. Forklaringerne kan være variationer over: 'Jeg ved ikke, hvad der skete, det skete bare.... måske føler jeg mig bare ikke parat lige nu', eller: 'Jeg har det ad helvede til, og jeg tror ikke, at behandlingen kan hjælpe mig til at få det godt'. Forklaringerne kan være mange, men i alle disse forklaringer er der indeholdt dårlig samvittighed over endnu engang at svigte sig selv i forsøget på at blive stoffri. Samvittigheden melder sig der, hvor misbrugeren ikke fuldbyrder sine potentialer. Det er så at sige de misbrugte muligheder eller det ulevede liv, der i det skjulte slår igen som en stemning af indre uro og utilfredshed.

Fra misbrug og tryghed til uvished

Hvis misbrugeren skal frigøre sig fra sit stofmisbrug, kræver det et 'enten-eller'. Med dette mener jeg, at misbrugeren skal vælge at bryde med den daglige jagt efter stoffer og rus, så at sige bryde med den livsførelse og de spilleregler, som han eller hun kender og er tryk ved. Misbrugeren kan ikke i alvor foretage en egentlig ændring af sin situation, så længe vedkommende er aktiv misbruger. Det kan ikke lade sig gøre at ville være på stoffer og samtidig ville være stoffri. Med andre ord kan det ikke lade sig gøre at være på jagt efter stoffer og samtidig varetage et job, en uddannelse eller etablere et familieliv. Det er som at sætte sig mellem to stole. Det kan fungere en kort periode, men på et tidspunkt vil det tippe over og blive en uhåndterbar situation.

Det er et enten-eller, som forståeligt nok må forekomme uoverkommeligt i betragtning af, at det er et skridt ud i uvisheden.

Hvis stofmisbrugeren skal bevæge sig fra rollen som misbruger til rollen som ikke-misbruger, skal han eller hun gennem fasen mellem kendt og ukendt. Stofmisbrugeren skal i princippet kunne være i en intethed, hvor vedkommende hverken er det ene eller det andet. Pågældende kan ikke støtte sig til rollen som stofmisbruger, selvom han eller hun er dybt



præget af den. Vedkommende kan heller ikke støtte sig til rollen som ikke-misbruger, da den endnu ikke er etableret. Skal misbrugeren igennem intetheden, skal han eller hun være i stand til at rumme angsten og tro på at kunne gennemføre sit projekt – i refleksion turde foregribe en ny tilværelsesform, som han eller hun ikke har erfaring med. De utrygge forestillinger om en ny tilværelsesform holder misbrugeren tilbage fra at handle. Problemet er blot, at misbrugeren aldrig på forhånd vil kunne ræsonnere sig frem til tryghed. Misbrugeren kan kun handle sig frem til tryghed, og det kræver mobilisering af det mod og den vilje, der skal til for at bryde med det miljø, han eller hun er dybt socialiseret ind i. En sådan beslutning kræver et erkendelsesarbejde, som mange stofmisbrugere viger uden om, og derfor er der også mange misbrugere der på trods af behandling, falder tilbage i stofmisbrug.

Behandlingsovervejelser

At skulle frigøre sig fra et stofmisbrug er en vanskelig opgave, det kræver hjælp. Behandlingsinstitutionerne er den 'helle', der befinder sig mellem stofmiljøet og normalsamfundet. På hellen er der to veje at gå: Enten recidiverer misbrugeren, eller også kommer han eller hun videre i behandlingen, på vej mod en ny og bedre stoffri tilværelse. Opgaven og spørgsmålet for behandlerens system er: Hvordan bibringes klienterne den indsigt, der kan fastholde dem i behandlingen og skabe en frigørende bevægelse mod en bedre tilværelse?

En væsentlig måde er at hjælpe klienten med at fjerne de 'sten på vejen' af psykisk og social karakter, der blokerer for den nødvendige udvikling. Men det er ikke nok, at der i behandlingen kun fokuseres på afgiftning og på at reducere klientens psykiske og sociale vanskeligheder. Hvis et eksistentielt perspektiv skal tages alvorligt, stiller det afgørende krav til udviklingen af en behandlingsfilosofi og praksis, der lægger vægt på at gøre misbrugeren ansvarlig for sit eget liv. Kunsten er at få gjort klienten interesseret i at skulle tage vare på sig selv.

Kunsten at tage vare på sig selv

Med andre ord handler det om at få klienten til alvorligt at tænke over det ansvar, han eller hun har for sit liv og gøren. Men selvom misbrugeren bliver sig bevidst om det ansvar for sig selv og sin situation og bliver i stand til at reflektere sig ind i et nyt mulig-

hedsfelt, står det skræmmende valg og den angstfulde handling stadig tilbage. Behandlerens fornemste opgave er her at hjælpe klienten til modigt at se det angstfulde i sin situation i øjnene, samtidig med at behandleren i en gradvis proces hjælper klienten med at overkomme de sociale og psykologiske udfordringer, der er forbundet med at etablere sig selv som stoffri. Det at indgå i nye miljøer, i nye relationer med andre spillerregler end de velkendte, kan være yderst foruroligende, og her bliver behandlerens støtte afgørende for, at en forandring kan tage form. Det er vigtigt, at misbrugeren indgående kan drøfte alt det nye (indresom det ydre), der sker, for at sikre, at han eller hun modigt tør tage det næste skridt i den sociale og personlige udviklingsproces, der er igangsat.

At vække klientens ansvarlighed, mod og vilje er ikke kun et spørgsmål om behandlingsteknik, men tillige et spørgsmål om at kunne skabe en tillidsfuld behandlerrelation. Hvis klienten skal lære sig selv og sin angst at kende, skal klienten have tillid til den behandler, med hvem han eller hun skal dele sin indre verden. Det springende punkt er, at man som behandler ikke kan diktere tillid. Tillid er noget, der opstår i relationen, når den rette indlevelse mellem klient og behandler er til stede. Egenskaber ved behandlerens personlighed skal fremhæves som afgørende for den tillidsfulde relation. Dermed ikke sagt, at personligheden gør det alene, men en forudsætning for, at klienten tør blottlægge sig selv og finde sine egne ressourcer frem, er først og fremmest nogle tryksgivende kvaliteter ved behandlerens tilstedeværelse i mødet med klienten. Overordnet kan man sige, at det som behandler handler om at møde klienten i ro og i fuld accept uanset karakteren af de historier, der fremkommer. Hvis misbrugeren oplever sig forstået og accepteret af en anden, vil det måske være muligt for vedkommende at acceptere sig selv og på den baggrund have mod til arbejde med de fortællinger, som han eller hun tidligere ikke ville erkende eller acceptere, fordi de er for smertefulde. Ret beset handler det som behandler om at sætte sine fordomme og belastende erfaringer til side og møde klienten åbent og fordomsfrit. I det nærværende og tillidsfulde møde (når det er allerbedst), er der en ligeværdighed, der kan stimulere og fremme indsigt og vækst. ■