

Et højt tempo i studielivet får studerende til at bruge medicin



Vi lever i et samfund, hvor travlhed giver anerkendelse, og hvor uddannelsesreformer sætter pres på studerendes tid og hverdag.

Tempoet i studielivet ønskes højt, og ansvaret for at optimere og håndtere tid bliver individualiseret. Her ser nogle studerende medicin som et middel til at håndtere tid og følge med.



Lea Trier Krøll er sociolog og ph.d.-studerende ved Center for Rusmiddelforskning

Den universitetsstuderende Karen bliver af og til grebet af nervøsitet og bekymring, når hun skal studere. Hendes studie er svært, synes hun, og en tidligere sygdommelding med stress og depression gør, at hun føler, hun er 'bagud' på sit studie og har mistet noget af tilliden til, at hun kan følge med. Nervøsitet og bekymring føler hun ikke, at hun har tid til længere. Hun har derfor købt en centralstimulerende medicin af en fremmed på nettet, som hun bruger til at håndtere sin krop, sine følelser og dermed tiden, fortæller hun:

"Det er ironisk for mig, hvis jeg netop skulle tage tid ud af min kalender for at sætte mig ned og bearbejde de her følelser. Det undgår jeg helt med [medicin], som samtidig gør, at jeg netop får arbejdet, så jeg oplever, at jeg ikke får den her følelse af, at jeg ikke er med."

Karen bruger, ligesom nogle andre studerende, receptpligtige midler til andre formål end dem, de er udskrevet til. Flere gør det for at håndtere følelser eller uro forbundet med stress, tidspres og koncentration eller for at falde ned og kunne sove.

De seneste årtier er mængden af medicin udskrevet af læger og på sygehuse steget i Danmark og i udlandet. International forskning har vist, at noget af denne receptmedicin også i stigende grad deles og sælges blandt personer, der bruger den uden selv at have en recept og typisk til andre formål end det, den er udskrevet til. Forskning i USA har afdækket, hvordan denne såkaldte 'ikke-medicinske' brug af receptpligtig medicin er blevet udbredt igennem de seneste årtier og det især blandt 18-25-årige (1). Europæisk forskning har længe dokumenteret, at nogle unge bruger receptmedicin til at opnå rusvirkninger i nattelivet, på samme måde som andre illegale feststoffer bruges (2), men den amerikanske og også nyere europæisk forskning peger nu på, at receptmedicin også bruges ikke-medicinsk i hverdagen, og at det især kan gælde for studerende (3). Om dette også er en stigende tendens i Danmark, og hvilke betydninger det her kunne have, mangler vi endnu viden om (4).

Denne artikel belyser danske studerendes ikke-medicinske brug af receptpligtige midler i hverdagen. Den sammenvæver en gruppe studerendes fortællinger om at bruge medicin som en umiddelbart hurtig og pragmatisk – om end sjældent egentlig ønsket – måde at håndtere oplevelser af tidspres, som de forbinder med hverdagslivet som studerende (5).

Interviewanalyse af tidspres og medicinbrug

Artiklen tager afsæt i mit sociologiske ph.d.-projekt, der er baseret på 28 interview med danske unge mellem 18 og 30 år, der har erfaring med ikke-medicinsk brug af receptmedicin i hverdagen som studerende på

professionsbachelor- eller universitetsuddannelser. I interviewene fortæller disse studerende om deres oplevelser af situationer, hvor deres brug startede, og hvordan deres brug, og deres oplevelser og tanker om det, siden har udviklet sig. Interviewene er individuelle, anonyme og varede cirka halvanden time.

De fleste af de interviewede havde erfaring med at bruge centralstimulerende medicin med ønsket om at koncentrere sig om at læse og studere. Det var typisk medicin, der udskrives til personer med ADHD-diagnoser, som kan virke opkvikkende ved at øge mængden af visse signalstoffer i hjernen. Andre interviewede havde brugt andet receptmedicin såsom betablokker, insulin og smertestillende receptmedicin for at falde til ro og også for at koncentrere sig om at læse og studere. I tråd med anden dansk (6) og europæisk forskning (2) havde de fleste interviewede i dette studie enten fået eller købt receptmedicinen af en ven eller bekendt, og nogle havde købt medicin på internettet eller brugt medicin, de havde fået udskrevet af en læge. Enkelte havde fået medicin af familiemedlemmer eller købt medicin i udlandet.

Krise og undtagelsestilstande i hverdagen

Cirka to tredjedele af de studerende talte om at bruge medicin, fordi de følte sig pressede. Og det slog mig, da jeg lyttede til deres fortællinger, hvordan mange af dem brugte kriseretorik til at beskrive deres medicinbrug. De brugte metaforer for undtagelsestilstande og tilmed for livstrusler. **Hvor en studerende for eksempel brugte ordet "snestorm" om den situation, der motiverede hendes medicinbrug, beskrev en anden medicin som en "redningsvest", og andre kaldte medicinbrug et "nødværge", "min chance for at klare det" eller simpelthen som "en måde at overleve på".** De beskrev typisk at være i situationer eller længere perioder med "massivt pres på", som én udtrykker det. Kriseretorikken rørte mig og gjorde mig nysgerrig efter at forstå, hvorfor de studerende brugte så stærke metaforer.

Medicin til håndtering af tidspres

Da jeg nærlæste interviewene for at se nærmere på de studerendes beskrivelser af situationer med kriser og undtagelser, fandt jeg, at især oplevelsen af tidspres kendetegnede mange situationer, hvor de brugte medicin. De studerende talte om at være i tvivl, om de havde nok kropslig og mental energi eller timer nok, til at nå de opgaver og aktiviteter, tage den eksamen eller fastholde det hverdagsliv, som de af forskellige årsager, som jeg vil komme ind på i det følgende, følte, at de var nødt til at fastholde.

Karen beskriver for eksempel, hvordan hun i en presset periode på studiet oplevede, at en kropslig "rastløshed", et mentalt "tankemylder" og et væld af følelser af tvivl, om hun kunne klare sig, stod i vejen for, at hun kunne arbejde så hurtigt og planmæssigt, som hun ønskede. Hun brugte i den situation den centralstimulerende medicin Modafinil til at håndtere sin tid og dermed oplevelsen af tidspres. Hun siger:

"Det er ironisk for mig, hvis jeg netop skulle tage tid ud af min kalender for at sætte mig ned og bearbejde de her følelser. Det kan tage rigtig lang tid, før jeg får min vejtrækning under kontrol, før jeg kan begynde at tænke konstruktive tanker. Og det er rigtig svært, når man ikke føler, at man lige nu skulle tage dén halve time ud af kalenderen. Ja, og det er, som om at det undgår jeg helt med Modafinil, som samtidig gør, at jeg netop får arbejdet, så jeg oplever, at jeg ikke får den her følelse af, at jeg ikke er med, at jeg har en masse at indhente" (Karen).

Tea beskriver på lignende vis, hvordan hun i en presset periode på studiet brugte centralstimulerende medicin, og understreger, at det var med ønsket om at opnå en følelse af at kunne fastholde en tidsstruktur og skabe nogle bestemte faste rytmer, som hun oplevede var nødvendige, for at hun kunne gennemføre studiet, men som hun havde svært ved at tro på, at hun selv ville kunne fastholde:

"Det handlede om at have en tilfredshed med mig selv. At jeg vidste, at 'nu koncentrerer jeg mig fra 8 til 16 hver dag, og så går jeg hjem og holder fri ... Det handlede om at lægge en struktur ned over det her forløb, som jeg havde tillid til" (Tea).

Undtagelser under tidspres

Et andet gennemgående tema i de studerendes beskrivelser af at bruge medicin i situationer, hvor de følte sig pressede, var deres oplevelse af, at brug af medicin føltes som en nødvendig "moralisk undtagelse". Langt de fleste studerende beskrev, at de brugte medicin, selvom de egentligt principielt ikke brød sig om dét, at de selv eller andre skulle bruge medicin for at håndtere udfordringer i hverdagslivet.

Karen beskriver som andre, at selve tidspreset får hende til at føle, at der ikke er tid til at overveje alternative og netop langsommere måder at håndtere situationen på. Under tidspres ser tidsoptimeringens logik ud til ofte at trumfe andre typer overvejelser – og her fremstår medicin som en effektiv, sikker og hurtigtvirkende håndtering af tidspres.

Anita beskriver for eksempel, at hun ikke bryder sig om at bruge centralstimulerende medicin for at studere til eksamen, men at hun var i en situation, hvor hun følte, hun behøvede at gøre det, fordi der var et "helt crazy tidspres på én". Hun uddyber:

"Jeg har ikke gjort mig tanker på den måde om sådan: 'Er det forkert, eller er det rigtigt?', om 'Hvad er mere rigtigt?' Det har mere været sådan: 'Hvad passer bedst

til den situation, som skal håndteres lige nu?' Det er også derfor, at jeg vil da ikke udelukke, at jeg vil komme til at bruge det igen."

Der er altså noget ved tidspres, der giver følelsen af nødvendighed, som Anita her siger. Samtidig beskriver hun, at hun forventer, at hun kunne komme til at stå i den situation igen.

Tidspres som en normal del af studielivet

Selvom de fleste studerende altså beskriver, at deres medicinbrug er en moralsk undtagelse, så oplever mange, at tidspreset, som legitimerer den moralske undtagelse, er en mere eller mindre forventelig eller integreret del af deres almindelige hverdagsliv. Mange af de studerende beskriver, at deres hverdag er præget af et højt tempo og en tætpakket kalender, men udtrykker også en ambivalens omkring det. Som Lisa siger om sit travle hverdagsliv:

"Det er et hårdt liv, men også et meget sjovt liv." Lars fortæller også om en travl hverdag med flere jobs og et krævende studie, at *"jeg lever et hårdt liv. Altså jeg tager jo ikke stoffer eller har andre dårlige vaner som at ryge. Men, ja. Jeg prøver at presse citronen"*.

Et højt tempo i hverdagen kan i sig selv nærmest føles som en rus (7), også fordi det at have mange jern i ilden kan give en følelse af sikkerhed og social anerkendelse (8). Det kan vi for eksempel høre Thomas sige, når han beskriver, hvordan han brugte centralstimulerende medicin til at presse sig til at arbejde intensivt i en periode, hvor han ellers af forskellige årsager var udmattet. Han knytter en ambivalens til dét at få en rar fornemmelse af social anerkendelse og samtidig føle, at et travlt liv er nødvendigt (9). Det er nødvendigt, oplever han, for at kunne ruste sig til en fremtid, som han forventer vil rumme stadigt strammere uddannelsespolitik og tidsregulering:

"Man vil gerne bevise over for sig selv, at man er god nok. Også over for samfundet. Og de forventninger, man alligevel føler. For jeg ved jo udmærket godt, at med alle de stramninger, der kommer nu, så ved jeg jo ikke, hvad det kommer til at være næste år, eller næste år igen: om der for eksempel kommer straf på, hvis man holder pause. Jeg gider jo ikke at have spildt fem år og så komme ud og ikke få noget relevant arbejde. Selvfølgelig har det været nogle sjove fem år. Stressende fem år" (Thomas).

Som Thomas ovenfor henviser til, har vi netop gennem de senere år set flere uddannelsesreformer, der på forskellige måder direkte og indirekte kræver, at studerende intensiverer deres studieaktivitet og optimerer deres brug af tid med henblik på, hvad arbejdsmarkedet forventes at kræve af dem i fremtiden (10, 11). Den omdiskuterede studiefremdriftsreform fra 2014, hvis mål var at øge studerendes gennemførelses-hastighed, kan ses som et eksempel på denne tendens. Hånd i hånd med andre nyere uddannelsesreformer har den været med til at øge

”Et andet gennemgående tema i de studerendes beskrivelser af at bruge medicin i situationer, hvor de følte sig pressede, var deres oplevelse af, at brug af medicin føltes som en nødvendig “moralsk undtagelse”.”





studerendes mulighed for fleksibelt at sammensætte deres uddannelser, men dermed også placeret ansvaret for at håndtere tid effektivt og fremtidssikrende på den enkelte studerende. Yderligere har vi, som Thomas i citatet også indikerer, og som sociologier beskriver det, en fortælling om, at også arbejdsmarkedet, som de studerende forventes at skulle indgå i, rummer krav om individuelt ansvar for uophørlig aktivitet og tidsoptimering (12).

Hvad skal vi problematisere?

I artiklen her har jeg villet vise, hvordan mange af de studerende, jeg har interviewet til mit ph.d.-projekt, har brugt medicin som en hurtig og pragmatisk, men sjældent ønsket, måde at håndtere oplevelser af tidspres, som de forbinder med hverdagslivet som studerende. Hvor andet rusmiddelbrug blandt unge er blevet beskrevet som en 'timeout' fra hverdagen, så handler denne her type ikke-medicinsk brug af medicin måske nærmere om at kunne føle, man tager ansvar for at 'følge med'.

Mange studerende fortalte, at de deltog i et interview til mit projekt, fordi de ønskede tid og rum til at reflektere over deres erfaringer og til at dele deres tanker med andre. Det havde de færreste af dem følt, de kunne gøre i andre sammenhænge. Og hvor mange beskrev, at de umiddelbart kunne opleve det 'effektivt' og 'nødvendigt' at bruge medicin, syntes de altså sjældent, at det var en egentligt meningsfuld eller god måde at håndtere tidspres på. Beskrivelser af, at nogle studerende umiddelbart kan opleve det 'effektivt' at justere kroppen med medicin, kan vække nysgerrighed hos andre unge, der kan genkende oplevelsen af ofte at stå i situationer, hvor de er pressede på tid. Det er måske også derfor netop de studerendes ellers tavse, kritiske refleksioner over deres oplevelser af at føle det nødvendigt at bruge medicin, når de føler sig pressede i hverdagen, der er mest interessante for os at beskæftige os med og formidle videre til andre unge.

Selv når de studerende er kritiske og ikke bryder sig om, at de selv eller andre skulle tage piller for at håndtere hverdagen, så kan den umiddelbare oplevelse af hverdagsligt tidspres trumfe den kritiske tanke. At handle i panik, og overskride sine egne moralske grænser, er nok noget, de fleste af os kender i et eller andet omfang – men jeg vil gerne stille spørgsmålet, om vi måske ikke bør betragte det som en social og ikke individuel brist, når det tidspres, der kan give studerende en oplevelse af, at det er svært at vælge efter sin kritiske overbevisning, er funderet socialt og tilmed ofte i dag opfattes som normalt.

Referencer

- (1) Mui, H. Z., Sales, P., & Murphy, S. "Everybody's Doing It: Initiation to Prescription Drug Misuse". *Journal of Drug Issues*, 44(3), (2014) 236–253.
- (2) European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction. (2016). *ESPAD Report 2015: Results from the European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs*. Luxembourg: Publications Office of the European Union.
- (3) Coveney, Catherine & Bjønness, Jeanett. "Making sense of pharmaceutical cognitive enhancement: taking stock and looking forward". *Drugs: Education, Prevention and Policy*, 26(4) (2019), 293–300.
- (4) Novak, S. P., Håkansson, A., Martinez-Raga, J., Reimer, J., Krotki, K., & Varughese, S. Nonmedical use of prescription drugs in the European Union. *BMC Psychiatry*, 16(1) (2016), 274.
- (5) Krøll, Lea Trier. "Students' Non-Medical Use of Pharmaceuticals to Manage Time in Everyday Life Crises". *Drugs: Education, Prevention and Policy*, 26(4) (2019), 339–346.
- (6) Petersen, Margit Anne. "Study drugs som vennetjeneste, ordineret medicin eller stoffer til salg". *Tidsskrift for Forskning i Sygdom Og Samfund*, (28), (2018) 133–153.
- (7) Vostal, Filip. "Speed Kills, Speed Thrills: Constraining and enabling accelerations in academic work-life". *Globalisation, Societies and Education*, 13 (2015), 295–314
- (8) Wajcman, Judy (2015). *Pressed for Time: The Acceleration of Life in Digital Capitalism*. Chicago: The University of Chicago Press.
- (9) Bjønness, Jeanett. "Et udstrakt selv: Unges brug af medicinsk kognitiv forbedring for at trives og præstere bedre under uddannelse". *Tidsskrift for Forskning i Sygdom og Samfund*, (28) (2018), 87–111.
- (10) Nielsen, Gritt B. & Sarauw, Laura Louise. "Fremdrift og Fremsyn: Kampen om de studerendes tid", *Dansk Pædagogisk Tidsskrift*, 2 (2014), 33–42
- (11) Brøgger, Katja. "Du skal ville det, du skal: Om de vide-regående uddannelsers nye tilskyndelsesøkonomi, *Dansk Pædagogisk Tidsskrift*, (2016), 87–99
- (12) Petersen, Anders. (2016) *Præstationssamfundet*. København: Hans Reitzel
- (13) Rose, Nikolas. (2007) *Politics of life itself: biomedicine, power, and subjectivity in the twenty-first century*. Princeton University Press.