

## LIDT AFHÆNGIG ER MAN VEL ALTID...?

Har mennesket udviklet sig til et 'homo addictus' - med den særlige brist, at det har en bundløs evne til at blive afhængig af hvad som helst? Eller er selve afhængighedsbegrebet med til at skabe nye afhængighedstilstande?

*'It caused a lot of trouble, all kinds of divorces and things. Because my first wife said, my only wife said that 'It's either that or me', you know, and I give you 3 guesses which one went'.*

### ERIC MOISE ALLOUCHE

Det er Jeff Beck, guitaristen<sup>1</sup>, der taler...om hvad? At livet som rock'n'roll star gik hårdt ud over ægteskabet? At hans kone ikke længere kunne klare hans hang til sprut og stoffer?

Havde det bare været det, så ville Jeff kun have været en almindelig rockmusiker, som var blevet moden til en tur i en 'rehab'-klinik for kendisser med afhængighedsproblemer.

Men, nej, den 'that', Jeff henviser til her, er ikke noget, der lige er til at putte i næsen eller i munden... 'that' er intet mindre end en Fender stratocaster: en guitar.

At man kan blive knyttet til en stratocaster kan jeg både forstå og bekræfte, eftersom jeg selv har slæbt rundt på sådan én de sidste 30 år. Men at en sådan tilknytning kan udvikle sig til et så dramatisk niveau er helt klart ualmindeligt. Og hvis man ser bort fra, at det måske siger mere om Jeffs forhold til sin eks-kone end til sin guitar, så må det være nærliggende at spørge sig selv, om ikke Jeff havde udviklet en egentlig afhængighed i forhold til sin guitar?

Kigger man på de kriterier, som definerer en afhængighed ifølge ICD 10, International sygdoms klassifikation udgave nr. 10, er kriterierne:

- *Stærk trang*
- *Svækket evne til at styre indtagelsen, standse eller nedsætte brugen*
- *Abstinenssymptomer*
- *Toleranceudvikling*
- *Dominerende rolle med hensyn til prioritering og tidsforbrug*
- *Vedblivende brug trods erkendt skadevirkning*

Eftersom tilstedeværelse af 3 af de ovennævnte 6 symptomer er nok til at karakterisere en afhængighed, så må man konstatere, at Jeff formår at score ualmindeligt højt bare ved at sige to meget korte sætninger. Og som om det ikke var nok, tilføjer han: 'There was a documentary where Chas Chandler said that he (Jimi Hendrix) even took it to the toilet with him. I'm not quite that bad yet, I park mine outside. I'm not in the way that Jimi was, I'm just a weekend hippy as far as that goes'.

Hvad siger Jeff? At han kender nogle rigtigt guitarafhængige...og det er noget helt andet. Jimi var helt klart afhængig af sin stratocaster...men han selv, det er slet ikke så slemt, han er bare en weekend-misbruger!

Alle de, som er bare lidt vant til at tale med misbrugere, vil omgående genkende den typiske benægtelsesretorik, som plejer lige præcis at betegne en fuldtudviklet afhængighed!

Kan man så virkelig blive afhængig af en guitar? For 10 år siden, på det tidspunkt hvor Jeff gav det interview, jeg har citeret fra, ville det have været fuldstændig utænkeligt, selvom rockens historie i øvrigt kan byde på adskillige historier om musikere med et noget suspekt forhold til deres yndlingsinstrumenter.

Men nu, 10 år efter, kan sådan en klar og total afvisning være temmelig svær at fastholde.

Verden har ændret sig, og hvad vores arbejdsfelt angår, så må vi konstatere, at vi nu befinder os i en rigtig 'afhængighedstid', hvor flere og flere mere eller mindre proble-

matiske adfærdsformer har fået en 'afhængighedskomponent', bliver betragtet ud fra et 'afhængigheds-perspektiv' eller simpelthen bliver diagnosticeret som afhængighed.

### Fra normalitet til afhængighed

Således er ting, som før i tiden var grundlæggende, menneskelige grundvilkår - som at spise, drikke eller dyrke sex (som Figaro siger det i Figaros Bryllup: 'At drikke uden tørst og elske året rundt er det, som adskiller os fra de andre dyr') - nu blevet kategoriserede som mulige afhængighedstilstande.

Ting, som var almindelige laster eller dyrke, som at ryge, dyrke sport eller arbejde har fået den samme skæbne.

Ting, som er så nye - og stadig i en så uforudsigelig udvikling, at ingen kan sige, hvor deres 'normale' leje ligger - har allerede fundet deres 'patologiske leje'. Og selv om der stadig er en del uklarhed omkring, hvad der er et normalt og et unormalt brug af internet, mails eller sms, så findes der ikke desto mindre allerede en hel flok af behandlingssøgende mennesker - og en tilsvarende flok af behandlingsydende behandlere - som i hvert fald ikke er i tvivl om, at vi her har at gøre med autentiske afhængigheder.

Selve de ting, som var arketyper for normalitet, er nu blevet afhængighedstruende. For ikke så mange år siden var det således folk, som ikke regelmæssigt så tv (for ikke at tale om dem, som ikke havde et fjernsyn), der blev betragtet som unormale. Men nu kan man ikke længere hænge i ret lang tid foran skærmen, førend truslen om en

vordende tv-afhængighed begynder at dukke op.

Hvordan skal man forstå fremkomsten af alle disse 'nye afhængigheder'? Kan det skyldes, at et tilsvarende 'nyt menneske' er født? Et 'homo addictus'...med den særlige brist, at det har en bundløs evne til at blive afhængig af stort set hvad som helst?

Dette spørgsmål kan være ret svært at besvare, da mange afhængighedsformer ser ud til at være meget knyttet til bestemte tider og steder - og de mulige 'afhængighedsemner', der stilles til rådighed: Af indlysende grunde var det f.eks. ikke nemt at blive afhængig af internettet før engang i 90'erne, og man skulle have et ualmindeligt stort problem for at blive 'workaholik' i den industrielle storhedstid, hvor arbejdsdagen var på 10-12 timer - 6 dage om ugen - og hvor ferie var et ukendt begreb.

### **Hvad tv førte med sig**

Fjernsynet kan dog bruges her som et interessant grænsetilfælde. I 1946, få år efter at tv var blevet opfundet, kunne den succesfulde amerikanske filmproducent Darryl Zanuk sige: 'Tv vil ikke være i stand til at holde fast i seerne efter de første 6 måneder. Folk vil blive trætte af at sidde og kigge ind i en trækasse hver aften'. Det mindste man kan sige er, at han tog grundigt fejl...men hvorfor?

Man kunne prøve at besvare dette spørgsmål ved f.eks. at undersøge, om fjernsyn er blevet betydeligt mere spændende - og for at sige det lige ud: afhængighedsskabende - i dag end for 60 år siden? Eller om folk dengang (i hvert fald i deres egen selvopfattelse) ikke var så nemme at fange?

Men man kan nærme sig en helt anden slags svar ved at kigge på selve spørgsmålets baggrund og følge, hvordan Darryl Zanuk tog fejl i sin definition af, hvad 'at se tv' var.

Mens han ikke kunne forestille

sig, at folk ville kigge ind i en trækasse, viser det sig nu, at folk faktisk er blevet meget optaget af den teknologiske udvikling - og dermed ret interesserede i at kigge på selve 'kassen': dens udformning, dens teknologi, dens størrelse (hvor stor og hvor flad den kan være), hvilket lyd anlæg den har m.m.

På samme måde: Hvor han opfattede det som en trussel, at folk vil blive trætte af at se tv, har det tværtimod vist sig, at dette var en vigtig del af dets succes: At mange mennesker bruger lige præcist tv for at slappe af, skabe en beroligende baggrundsstøj og ligefrem for at hjælpe sig til at falde i søvn.

Og så til sidst: Mens han ikke troede, at folk ville gide bare at sidde foran tv'et i ret lang tid ad gangen, så er situationen i dag, at man ikke regner med, at folk ønsker at rejse sig op igen, når de nu engang har sat sig foran tv'et - og de bliver endvidere opfordret til den adfærd ved at blive tilbudt fjernbetjening og adskillige tv-kanaler.

Darryl Zanuk tog fejl, fordi han betragtede fjernsyn ud fra en Hollywoodiansk synsvinkel: Biograffilm var referencepunktet, og tv kunne kun være en miniudgave - og en dårligere udgave - af filmens muligheder.

Med så snæver en norm er det knapt så overraskende, at han ikke kunne forudse, at folk faktisk blev meget glade for deres fjernsyn. Mere overraskende er det dog, at lige præcis en person, som levede af at lave biograffilm i Hollywood, kunne få den fornemmelse, at han var den rette til at definere normen.

### **At definere normen**

Spørgsmålet om definitionen af normen bliver helt aktuelt, når vi betragter, hvordan det 'at se tv' har været - og stadig er - en aktivitet i konstant forandring. Således kan man blive overrasket over at opdage, hvordan vore dages tv-seere har formået at skabe aktivitet i selve

hjertet af en situation, som ellers var dømt til at være karakteriseret ved en total passivitet...nemlig ved at opfinde zapning.

For hvis modellen for det, der kunne være en tv-afhængighed, var at sidde magtesløs og hypnotiseret foran skærmen, så må man sige, at zapning er en kreativ og unægtelig aktiv reaktion. Måske har det moderne menneske en usædvanlig evne til at blive afhængig af mange ting...men dermed har det ikke tabt sin almene, menneskelige uro og nysgerrighed, som gør, at det aldrig bliver helt tilfreds med noget i ret lang tid ad gangen.

Men igen er tingene ikke mere enkle, end at zapning kun kan gælde som 'udvej', så længe modellen for tv-afhængighed forbliver stabil. Hvis den model 'mutterer', og forskere opdager, at zapning også er afhængighedsskabende... så kan zapning hurtigt blive degraderet til bare en ny variation af tv-afhængighed - eller måske endda en selvstændig, ny afhængighed, hvor det er selve fjernbetjeningen - og ikke fjernsynet, som er genstanden for afhængigheden.

### **Afhængighed, der muterer**

At afhængigheder faktisk ser ud til at være ret dygtige til at mutere på lige præcis den måde, kan man se med f.eks. 'pornografi- & internetafhængighed', som insisterer på at blive anerkendt som en rigtig afhængighed, men som nægter at lade sig reducere til enten internet- eller sexafhængighed. Eller den specielle form for afhængighed, som man finder hos folk, der arbejder i finansverden, og som er så speciel, at den vist ikke har fået et navn endnu, og som disse mennesker ikke ønsker forvekslet med almindelig 'workaholism' eller ludomani.

Denne konstante udvikling og atomisering af afhængigheds- (og misbrugs-) feltet er unægtelig interessant og bliver endnu mere interessant, når man ikke længere kun



ILLUSTRATION L7

fokuserer på de problemer, den rejser (f.eks. hvem der skal bestemme hvad 'normen' er), men også på den måde, de bliver løst på. For hvis man f.eks. kan bruge mange timer på at drøfte, om man kan blive afhængig eller ej af en fjernbetjening eller en guitar....så bliver man næsten tvunget til at finde sig i, at ost er afhængighedsskabende, når dr.Neal Barnard fortæller os, at ost indeholder store mængder casein - et protein, som under fordøjelsen omdannes til morfin-lignende opiat-forbindelser - og det selvom man aldrig nogensinde er stødt på en eneste oste-afhængig.<sup>2</sup>

Menneskets ultimative sandhed ligger åbenbart nu i kroppen, og en hvilken som helst diskussion om afhængighedsnatur kan nu når som

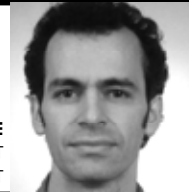
helst afgøres ved at referere til en eller anden neurotransmitter eller et andet sub-limbisk område i selve menneskekroppen...

#### Når en løsning skaber nye problemer

I den nyudkomne bog 'En fandens bestilling' fortæller psykoanalytikeren (og lægen) Jean-Christian Delay historien om en 16-årig pige, som ønsker at lade en plastikkirurg foretage en mindre rettelse af hendes næse. Hun drøfter sagen med sin far, som ender med at give sin tilladelse til indgrebet (på den betingelse, at pigen selv tager økonomisk ansvar for det). Pigen får sparet de nødvendige penge op og laver en aftale med en kirurg. Operationen er vellykket, og pigen udtrykker sin tilfredshed med resulta-

tet. Få dage efter fortæller hun sin forbløffede far, at hun nu agter at få lavet sine bryster. Hvertil hun tilføjer: 'Selvom jeg ændrer mening om mit udseende hver femte minut'.

Kigger man nogenlunde fordomsfrit på den historie, så kan man med god ret mene, at pigen har været så begejstret for den første operations resultat, at hun ønsker at prøve det igen. For så vidt er intet mere normalt, og man skulle være en ualmindelig indskrænket moralist for at blive forarget over det. Måske oplever hun endda, at hvis hun ikke altid har styr på det, hun mener om sig selv, så er problemet nu ikke længere mere uoverskueligt, end at hun kan få sin krop til at følge med igennem alle sine usikkerhedsmomenter (så længe hun har



**ERIC MOISE ALLOUCHE**  
PSYKOLOG, MISBRUGSCENTRET  
VESTSJÆLLANDS AMT

penge til det i hver fald). Og hvem ved, måske opnår hun oven i købet en sær nydelse i at ligge under kirurgens skalpel, noget som kunne være en raffineret form for den nye afhængighed 'cutting'?

Men kigger man nu lidt fordomsfuldt på historien, så kan man nemt få den til at fortælle, at man ikke kan nøjes med at finde og gennemføre effektive – og yderst vellykkede – løsninger. Man skal også huske at stille de rigtige spørgsmål... Ellers risikerer man at 'løse' de forkerte problemer og få løsninger, som har en irriterende tendens til at skabe nye problemer, der til forveksling ligner dem, der lige er løst.

Hvis vi nu fokuserer på afhængighedsbegrebet, skal man så tænke, at dets udbredelse skyldes, at dets forklaringsevner er så effektive, at det kan belyse mange forskellige former for menneskelige adfærd? Med andre ord: At det er en løsning, som løser et rigtigt problem? Eller har vi her at gøre med en 'løsning', som rammer ved siden af, og hvis største egenskab er at skabe mange nye problemer af samme slags, som dem den har løst; at afhængighedsbegrebet skaber afhængighedstilstande?

### De svære valg

Lad os springe tilbage til Jeff Beck og kigge på hans problemer på ny.

Ved at vælge guitaren frem for sin kone afslører han, at han befinder sig godt på vej til en afhængighedstilstand. Men ser vi bort fra afhængighedsspørgsmålet og kigger på problemformuleringen i stedet for (eller skulle man sige løsningsformuleringen?): 'det er den eller mig', som hans kone fremlægger, så kan man få et helt andet billede af problemet frem.

Prøver man at fratage nogen deres arbejdsværktøj, så vil de fleste mennesker – mænd såvel som kvinder – sandsynligvis reagere lige så kraftigt som Jeff og rent instinktivt vælge 'den' i en 'den eller mig' -opstilling.

Men ud over den umiddelbare

instinktive reaktion er Jeffs valg be-  
tinget af noget helt andet.

Der er ingen tvivl om, at hans guitar er noget af det mest vigtige, Jeff har. Og hvis han vælger konen frem for guitaren, så er det meget usandsynligt, at der nogensinde kommer noget vigtigere for ham, som kunne udkonkurrere konen i et 'den eller mig' -valg.

Det betyder, at hvis han vælger guitaren fra nu, så vil han fremover altid komme til at tabe i spillet 'det er mig eller det'.

Måske kommer hans kone aldrig til at opstille den slags valg igen, men ikke desto mindre er den logiske konklusion, at vi her har at gøre med en løsning, som potentielt bærer mange nye problemer i sig - og ydermere mange nye problemer af samme slags. Et øjeblik uopmærksomhed og så kan situationen blive så fastlåst, at Jeff ikke kan vælge konen uden at risikere at åbne en ægteskabelig 'Pandoras æske' og ikke kan vælge guitaren uden at blive stemplet som 'guitarafhængig'.

Jeffs 'afhængighed' bliver i det perspektiv ikke længere årsagen til hans underlige valg, men konsekvensen af selve valget. Jeffs problem er i øvrigt måske ikke så meget et afhængighedsproblem, men mere et logisk problem?

Man kan selvfølgelig argumentere for, at rockverdenen ikke just er kendt for sit høje intellektuelle niveau, og at det er ret usandsynligt, at Jeff har overvejet situationen fra den vinkel.... Så meget desto mere skal vi passe på ikke at havne i den tilstand, som Frank Zappa (der i øvrigt var den heldige ejer af den stratocaster, som Jimi Hendrix brugte på Monterey Pop Festival) beskrev rockmusikblade med: At de 'er lavet af folk, der ikke kan skrive, om folk der ikke kan tale, til folk, der ikke kan læse'.

### Noter

- 1 Jeff Becks karriere som rockguitarist begyndte for alvor, da han afløste Eric Clapton i bandet

The Yardbirds i 1966. Man ser ham bl.a. spille med The Yardbirds i Antonionis film fra 1966 'Blow up' (og i øvrigt smadre sin guitar). I baggrunden kan man også se den unge Jimmy Page, der et år efter skulle overtage Jeffs plads som leadguitarist i The Yardbirds, da Jeff forlod dem for at lave sin egen gruppe med bl.a. Rod Stewart og Ron Wood (som siden blev guitarist i The Rolling Stones). Jimmy Page for sit vedkommende forlod senere The Yardbirds for at danne Led Zeppelin.

Hvad angår Chas Chandler var han i begyndelse af 60'erne bassist i et anden engelsk band, The Animals, og da bandet blev opløst, startede han en karriere som manager for Jimi Hendrix (og senere for Slade).

Jimi Hendrix var i øvrigt manden, som gjorde Stratocasteren berømt blandt rockguitaristerne sidst i 60'erne, og en af de vigtigste grunde til, at både Clapton og Beck siden har spillet på det instrument.

Og hvad med Frank Zappa?... ja, det er en helt anden historie.

- 2 Ost, især brieoste, indeholder et protein, som i kroppen omdannes til et morfinlignende stof og skaber en vanedannende effekt hos (mis)brugeren.

Det hævder dr. Neal Barnard, præsident for the Physicians Committee on Responsible Medicine, som i en ny bog giver opsigtsvækkende biokemiske forklaringer på afhængighed af madvarer, herunder ost. 'Ost indeholder store mængder kasein, som under fordøjelsen omdannes til opiatet casomorfin', skriver Neal Barnard.

Barnard hævder, at opiaterne er årsagen til den kraftige binding mellem mødre og deres børn, og at de kan være en vigtig grund til visse menneskers symbiotiske forhold til køleskabet.

Fagbladet Ingeniøren har kigget forskerens resultater efter i sømmene og er kommet til den konklusion, at den er god nok: Flere af hinanden uafhængige forskere har påvist at ost virker som morfin i kroppen

Læs mere på [www.nealbarnard.org](http://www.nealbarnard.org)