



**BRUG
ELLER
MISBRUG?**



INDLEDNING

I dette afsluttende afsnit ønsker vi at lægge op til diskussion: Hvor går jeres grænser? Bør de evt. flyttes, eller skal de bare klarlægges? Hvornår er der tale om brug eller forbrug af alkohol, og hvornår kan man tale om misbrug eller overforbrug? Ikke (kun) i kvantitativ forstand (mængde og alkoholprocent), men primært i kvalitativ forstand: I hvilket omfang er mit forbrug af alkohol en tvangsmæssig, en ufrivillig handling – styret eller påvirket af gruppepres, andres og mine egne forventninger, mentalt underskud eller andet – og i hvilket omfang drikker jeg af simpel lyst og overskud.

Og videre: Hvilke følger har mine alkoholvaner for min adfærd – kan jeg se mig selv i øjnene dagen efter en druktur, og kan jeg bruge mit drikkeri som undskyldning for min opførsel? Er det i orden at 'give slip' og 'give los', uanset følgerne?

HEDONISME OG STOICISME

– etisk debat

I antikken diskuteredes adfærd og moral ivrigt. To store etiske retninger stod over for hinanden: Den hedonistiske eller epikuræiske (efter den græske filosof Epikur, 341- 270 f. Kr.) og den stoiske (efter det græske ord stoa der betyder søjle), der grundlægges omkring 300 f. kr..

Hedonisme betyder egentlig dyrkelse af lystfølelse, nydelse, og ifølge Epikur er det højeste gode og det vigtigste mål med tilværelsen at opnå lyst og nydelse og at undgå ulyst og smerte. For at opfylde vores mål skal hvert menneske derfor søge at tilfredsstille sin stræben efter denne lyst, dog ikke uden hensyntagen til omgivelserne og én selv. Han skriver til en ven:

"Jeg har bemærket, at dine kødelige lyster især går

i retning af elskovsnydelser. Hvis du hverken bryder lovene eller krænker anstændig skik og brug eller forvolder din næste smerte eller sønderriver dit kød eller sløser noget livsnødvendigt bort – da kan du følge din tilbøjelighed, som du vil."²⁶

Derimod mente Epikur ikke, at vilde fester og uhæmmet adfærd nødvendigvis fører til lyst og lykke, og han advarede imod faren for, at man bliver afhængig af sine lyster:

"Vi anser også uafhængighed af ydre forhold for et stort gode, ikke for at vi altid skal nøjes med lidt, men for at vi skal klare os med lidt, hvis vi ikke har meget. Det er nemlig vor faste overbevisning, at det er dem, som mindst behøver luksus, der har størst glæde af den, og at alt, som vedrører de naturlige behov, er let at skaffe til veje, medens kun det ligegyldige er vanskeligt at skaffe. Endvidere bringer et enkelt måltid ligeså stor nydelse som et overdådigt måltid, når blot al smerte, som skyldes mangel, er fjernet. Vand og brød kan medføre den største lyst, hvis man er sulten. Det at vænne sig til en enkel og ikke overdådig levevis bidrager til sundhed og ruster mennesket til at møde livets nødvendige krav, og det giver os en rigtigere indstilling til overdådige måltider, når de engang imellem dukker op, og det gør os frygtløse overfor skæbnen. Når vi altså siger, at lysten er livets mål, mener vi ikke de udsvævendes lyster eller de lyster, som består i rene sanselige nydelser, sådan som nogle, der er uvidende eller uenige med os eller som misforstår os, hævder. Vi mener den lyst, som består i, at legemet er uden smerte og sjælen er uden uro. For det er ikke drikkelag og udsvævelser eller nydelsen af drenge eller kvinder eller fisk

²⁶ Sentenssamlingen fra Vatikanet 51. Gengivet i Arne Mørch: Haven og venskabet. Mørch & Wagner 1990

*eller andre ting, som et rigt bord byder på, som gør livet til en lyst, men den omhyggelige overvejelse, som udforsker årsagerne til ethvert valg og enhver afstandtagen og som fordriver de opfattelser, som skaber den største forvirring i sjælen.”*²⁷

For **stoikerne** var det en dyd i sig selv at afstå fra lyst og nydelse. Den romerske filosof Seneca (ca. 4 f.Kr. - 65 e. Kr.) skrev til sin elev, den senere romerske kejser Nero, en belærende artikel, som desværre skulle vise sig ingen effekt at få på den selvrådige kejser. I *Om sindsro* skriver han bl.a.:

*”Lad os vænne os til at holde pragtsygen på lang afstand og vurdere tingene efter den nytte, ikke efter den pynt de er til. Lad os spise for at stille sulten, drikke for at stille tørsten og nøjes med at nyde efter behov. [...] Lad os altså vænne os til at indtage vore måltider uden tilskuere og lade os betjene og bestyre af færre tjenere og bestyrere og bruge vore klæder til det, de er opfundet til, og bo mere beskedent. Det er ikke kun ved væddeløbskonkurrencerne i circus, men også på livets bane det gælder om at tage det korte sving. Selv de litterære studier, som det er al ære værd at investere i, har kun mening, så længe de har en begrænsning.”*²⁸

²⁷ Ibid.

²⁸ Seneca. I “Klassiske tænkere”. Gyldendal, 1997

Seneca kritiserer i en anden artikel, *Om det lykkelige liv*, hedonismen for at være selvmodsigende, når den påstår, at man kan følge dyden i forsøget på at tilfredsstille egne lyster:

*”Selv de, der siger, at det højeste gode ligger i bugen²⁹, ser på, hvor skændigt et sted de har anbragt det. Derfor påstår de, at vellysten ikke kan adskilles fra dyden, og de påstår, at ingen kan leve agtværdigt, uden han også lever behageligt, eller behageligt uden han også lever agtværdigt. Jeg begriber ikke, hvorledes så forskellige ting kan sættes på den samme formel. [...] Hvorfor sammenblender I ting, der er hinanden ulig, ja hinanden modsatte? Dyden er noget stort, noget ophøjet og kongeligt, urokkelig og utrættelig; vellyst er derimod noget lavt og trælleagtigt, svagt og forgængeligt, og hvis rette plads og hjemsted er bordeller og værtshuse. Dyden vil du træffe i templet, på torvet, i rådhuset, den står foran murene, støvet, solbrændt og med barkede næver; vellysten vil du oftere træffe på, når den forsøger at skjule sig og opsøger mørket omkring de offentlige badeanstalter og svederum og overhovedet de steder, der frygter politiet, den er blødagtig og svag, lugter af vin og parfume, er bleg eller også malet og sminket med kosmetiske midler.”*³⁰

²⁹ Bugen = maven

³⁰ Stoikerne. I “De store tænkere”. Rosinante, 2000

SPØRGSMÅL

Kan man på samme tid følge det princip at følge sin lyst OG opføre sig på en moralsk eller etisk forsvarlig måde?

Eksempel 1:

Du har lyst til at drikke dig stiv fredag aften, men ved samtidig at du skal på arbejde dagen efter kl. 9. Kan de to ting forenes på en forsvarlig måde? Hvad ville du selv vælge at gøre? Begrund dit svar.

Eksempel 2:

I har mellemtime, og nogle fra klassen mener godt, I kan nå over og drikke nogle øl inden I har time igen. Hvad vælger du selv at gøre? Hvorfor?

Eksempel 3:

Til en fest er en af de andre blevet alt for fuld, er faldet i søvn, er svær at vække og burde nok køres til udpumpning. Selv har du fået lige tilstrækkeligt nok til at have det rigtigt godt, og du har ikke meget lyst til at gøre noget ved sagen. Hvad gør du? Begrund.

Find selv på eksempler fra din egen erfaringsverden.

BRUG ELLER MISBRUG?

I forlængelse af dit og din klasses arbejde med forskellige aspekter af 'Ungdom og festkultur' og den etiske debat om enten at opnå eller afstå fra lyst og nydelse, vil vi gerne præsentere endnu et diskussionstema: Hvad er henholdsvis forbrug og misbrug af alkohol i det nutidige samfund? For det er jo rigtigt at sige, at alkohol historisk og kulturelt set har haft forskellige funktioner til forskellige tider. Indtagelsen af alkohol i bondesamfundet, i 1800-tallets København og i jeres bedsteforældres og forældres tid er forskellig fra den alkohol- og festkultur, som du oplever i

dag. Præmisserne er forskellige. Vi er altså nødt til at forholde os til, hvad der er karakteristisk for det nutidige samfund, og hvad du oplever som positivt ved indtagelsen af alkohol. Hvilke gevinster er der ved at drikke alkohol? Hvor går grænsen mellem, hvornår det er forbrug, og hvornår det er misbrug af alkohol? Hvad mener du?

Vi vil i det følgende præsentere dig for tre forskellige cases, der følges op af diskussionsspørgsmål. Diskussionen kan både tages i mindre grupper og i klassen.

HVORFOR BLEV JEG MISBRUGER?

af Hanne Bjerg
Spilleets regler, GODA

De fleste 18-årige er flittige med det vilde liv i byen. Men de kan også passe skole eller læreplads ved siden af. Det kan Nomi ikke. For hende tog drikkeriet overhånd i en tidlig alder. – jeg drak for alvor første gang, da jeg var 10 år. Jeg og en veninde tømte en hel flaske hedvin sammen. Men det gik først galt et par år senere, siger Nomi.

Som 12-årig begyndte hun at færdes på byens diskoteker og værtshuse og fik uden problemer skænket op af de stærke varer. Jeg kunne ikke stoppe, når jeg først var i gang, fortæller Nomi.

Ingen har kunnet forudsige, at Nomi ville blive misbruger. Hun bor sammen med sine forældre i et pænt hus på Sydsjælland, hvor hun er vokset op med sine søskende. Dem er det gået godt for. De er i gang med videregående uddannelser. Imens er Nomi droppet ind og ud af skolen.

- Jeg har altid været mere udviklet end mine klassekammerater. Men nu er det mig, der er bagefter, siger Nomi.

Jeg blev drillet meget – og det gjorde ondt

Nomi understreger, at det ikke er hendes forældres skyld, at hun blev misbruger.

– Hvis jeg ikke havde haft mine forældre, så havde jeg slet ikke overlevet. De har gjort alt for at opdrage på mig, men jeg var ligeglad med deres regler. Sagde de noget om mit drikkeri, så gik jeg bare. Desuden er jeg ret god til at lyve, konstaterer hun.

Nomi mener ikke, hun har fået sine drikkevaner fra sine forældre.

- Mine forældre får højst to-tre genstande en fredag aften, fortæller Nomi. Hun frikender altså sine nær-

meste for skyld i hendes drikkeri. Til gengæld går de jævnaldrende, tidligere skolekammerater ikke fri.

- Selvfølgelig er det også min egen skyld. Men den største del af skylden har andre. De har gjort mig ondt og snakket om mig. Jeg blev drillet meget i skolen og har flere gange prøvet, at der blev kastet sten efter mig. Jeg har altid fået at vide, at jeg var dum og grim. Jeg var anderledes, ja, men derfor er det ikke rart altid at stå udenfor, siger Nomi.

Hun er overbevist om, at det er kammeraternes mobning, der har ødelagt hendes liv. De har skylden for, at hun er blevet usikker på sig selv, at hun kun kan finde trøst i alkohol. Selv siger hun, at hun da godt ved, at hun har gjort nogle ting, som har givet anledning til snak i hendes hjemby. Som dengang hun stillede topløs op til et ugeblad. Eller da hun fik tilbudt 1000 kr. for at trække alt tøjet af i et stort markeds-telt i forbindelse med en byfest. Hun fik pengene. Til gengæld blev der også talt en del om episoden i dagene efter festen.

Aldrig mere

Al balladen fik en midlertidig ende, da Nomi kom på et ungdomshjem i et år. Senere kom hun hjem til forældrene igen og begyndte at gå i 10. klasse. Det gik rigtig godt i begyndelsen. Nomi blev endda formand for elevrådet.

Men det hele blev for meget. Nomi havde alt for store forventninger til sig selv, og det endte med, at hun fik anoreksi. Det førte til indlæggelse på hospitalet, og skolen blev droppet.

Nomis journal er efterhånden stor. For hun har flere gange været på skadestuen til udpumpning, når hun har drukket for meget. En enkelt gang har lægerne

udpumpet hende for smertestillende piller, fordi hun havde forsøgt at begå selvmord.

En anden gang havde hun forsøgt at skære pulsårerne på håndleddene over.

- Jeg havde det bare ikke godt. Så jeg forsøgte at begå selvmord. Selvom det nok ikke helt var min mening at gøre det alligevel.

Lige for tiden har hun travlt med at tage køretimer, så hun kan få kørekort. Ellers går tiden med rengøringsarbejde og mange gåture med hendes nye hund. Hun føler, at hun kan være sig selv, når hun er sammen med hunden.

Nomi har været på et længere kurophold, og det har hjulpet hende til at få lidt ro i kroppen. Sådan da.

For ved juletid sidste år fandt hun sammen med en flok narkomisbrugere. De introducerede hende for speed, som hun tog en måneds tid. Så fik Nomi nok og kom ud af det. Med en stor gæld og i nogenlunde fysisk behold.

- Jeg har lovet min mor, at jeg aldrig vil gøre det igen, siger Nomi.

Nu skal gælden bare væk. Når den er det, håber

Nomi på, at hun kan flytte væk fra den lille by, som hun føler sladrer om hende.

Tal om problemerne

Nomi vil begynde på et nyt liv og regner med at skulle gå i skole igen til efteråret. Hvis hendes helbred kan klare det. For både misbrug og anoreksi har gjort solide indhug i hendes helbred. Men hun håber på, at hun en gang kan få et normalt liv. Det vil hun gerne bruge til at hjælpe andre, der tumler med enten anoreksi eller misbrug. For anoreksien har hun tjek på nu, og misbruget synes hun også, at hun har rimelig kontrol over.

Allerede nu føler Nomi, at hun med sin erfaring har hjulpet nogen væk fra et misbrugsliv.

- Mit råd til andre unge er, at de skal sørge for at få talt med andre om deres problemer. Det kan aldrig være så slemt, at man ikke kan fortælle det. Det gjorde jeg bare ikke. Når man drikker, kan det skyldes en simpel ting. Hvis man får talt om sine problemer, så styrer de ikke længere det hele. For hvis man har det godt, så kan man også holde sig ædru. En gang håber jeg, at jeg kan hjælpe folk til at erkende deres problemer, slutter Nomi.

Navnet Nomi er opdigtet af hensyn til hendes fortsatte liv. Artiklen har tidligere været bragt i Blå Kors Bladet.

DISKUSSION I GRUPPER:

1. Hvornår begyndte Nomi at drikke og i hvilken sammenhæng?
2. Hvilke grunde angiver Nomi selv til, at hun drikker?
3. Hvilke gevinster er der for Nomi ved at drikke?
4. Er der i Nomis tilfælde tale om forbrug eller misbrug af alkohol? Diskuter!
5. Hvad er de mulige konsekvenser af et for stort alkoholforbrug på længere sigt, f.eks. chancerne for at gennemføre en uddannelse, opretholde ens helbred og få et familieliv? Diskuter!
6. Hvordan tror du, at det går Nomi på længere sigt?

UDPUMPNING ER KIKSET

Artikl af Maj Munk

Jyllands-Posten, 29. september 2004

Hun blev dårlig den første gang. Kastede op og var helt elendig. Hun var 13 år og til fest hos naboen. Nu er hun 17 og har været fuld mange gange siden. Dog ikke så fuld, at hun som mange andre unge har haft brug for lægehjælp.

"Heldigvis. Det er da for nederen at få en udpumpning. Det er pinligt, hvis man ikke kan styre sin brandert," siger Kathrine Samuelson. Hun går i 2.g og er ofte til fest, men fordi hun dyrker meget sport, drikker hun sig kun fuld en gang hver anden måned. "Jeg kan sagtens have det sjovt uden at drikke. Faktisk er jeg lidt irriteret over, at mine venner siger vi skal være stive i weekenden i stedet for at sige vi skal have det sjovt".

Besvimele veninle

Det er gået galt ved flere fester, som Kathrine Samuelson har været til. En enkelt gang har det resulteret i, at en veninle måtte på skalestuen, og flere gange har hun været med til at ringe efter en ambulance.

"Man bliver bekymret, når folk besvimer, men ambulancefolkene giler ikke tage folk med, hvis de ikke kaster blod op. Måske burde vi ringe noget oftere, men når man er fuld, tænker man ikke så langt", siger hun. Det er Sandie Madsen på 17 år enig i. Også hun har

prøvet at blive rigtig dårlig efter alkoholinltagelse, og flere gange har hun haft blackouts. "Det er ikke fedt ikke at kunne huske, hvad man har lavet. Det bliver f.eks. nemt pinligt, når man ikke ved, hvem man har kysset med," siger hun..

Svært at stoppe

Sandie drikker sig fuld hver anden weekend. Hun har ikke været til udpumpning, men hun kan godt forstå, hvorfor det går galt for unge. "Det er svært at stoppe. Vodka med sodavand smager vildt godt, og så vil man heller ikke betegnes som svagdrikker. Altså en der ikke kan tåle noget". Ved afslutningsfesten på Sandies efterskole blev der ringet efter en ambulance. Ambulancefolkene tog en dreng med til udpumpning og efterfølgende inlæggelse på hospitalet. "Først blev han aggressiv, og så besvimele han. Det var ret ufedt. Det blev der snakket meget om bagefter, og det var kikset for ham", fortæller hun.

Bevidsthele om farerne

Begge piger er klar over, at det er farligt at drikke sig fuld, og begge har de venner, som efter deres mening drikker for meget. "Hvis folk bliver alt for fulde igen og igen, giler man ikke tage sig af det. Det er jo for latterligt. Det handler jo om at have det fedt", siger Kathrine.

DISKUSSION I GRUPPER:

1. Hvordan opfatter pigerne i artiklen det at få blackouts eller komme til udpumpning på hospitalet?
2. Hvorfor er det ifølge Sandie Madsen i artiklen svært at lade være med at drikke?
3. Pigerne siger selv, "at de godt er klar over, at det er farligt at drikke sig for fuld". Hvorfor drikker de så stadigvæk? Hvad er deres gevinst?
4. Sandie Madsen siger selv, at hun har haft flere blackouts. Er det udtryk for et forbrug eller et misbrug af alkohol? Diskuter!
5. Hvad kan risikoen være ved at drikke sig fuld? Diskuter!

DU ER 43 ÅR OG DIN SØN/DATTER ER 16 ÅR

www.fryspunkt.dk

Du skal nu forsøge at sætte dig ind, hvordan det vil sige at være forældre til en dreng/pige på 16 år. Du skal altså forsøge at leve dig ind i forælderrollen. Opgaven er at formulere gode råd og holdninger omkring alkohol til 'dine børn'.

For at finde ud af, hvad din holdning som 'forældre' er til alkoholforbrug, skal du forholde dig til følgende:

a) Hvilken holdning har du til den etiske debat om nydelse Er du tættest på et hedonistisk eller stoicistisk synspunkt?

b) Hvad er dit syn på risikoen ved drikke alkohol?

c) Hvornår er der i dine øjne tale om forbrug eller misbrug af alkohol?

INDIVIDUELT ARBEJDE OG DISKUSSION I GRUPPER

1. Hvad vil du fortælle om alkohol til din søn/datter på 16 år?
2. Hvordan ønsker du, at han/hun skal forholde sig til alkohol?
3. Hvordan ønsker du, at dit eget forhold til alkohol skal være som voksen?
4. Vil du gøre forskel på en pige og dreng?

RÅDGIVNING FOR UNGE

Børnetelefonen – også for unge 35 55 55 55
www.boernenettet.dk

Ventilen – for ensomme unge 70 20 83 08
www.ventilen.dk

Ung på linje – unge rådgiver unge 70 12 10 00

Sexlinien – om sex 70 20 22 66
www.sexlinien.dk

Livslinien – for unge med selvmordstanker 70 20 12 01
www.livslinen.dk

I København:
Ungdomsklinikken 33 21 55 11

Du kan også skrive til brevkassen på netstof
www.netstof.dk

Drikker én i din familie for meget?

Hope Kontoret 33 11 16 23
www.hope.dk

Alkolinjen 80 33 06 10
www.alkolinjen.dk