

## Hvorfor drikker unge?

Danske unge har sammen med den engelske ungdom angiveligt Europa-rekorden (og dermed muligvis verdensrekorden) i druk. Men hvorfor drikker unge i det hele taget?

Ja, hvorfor drikker Jeppe? – som vi tit siger på dansk, når vi vil antyde, at der ligger visse skjulte årsager bag et menneskes drikkeri (og Jeppe's onde ridefoged og skrappe kone var vel ganske gode grunde til hans drikkeri!). Der er da også i de senere år forsket vældig meget i forskellige psykologiske årsager og faktorer, der kan medføre drikkeri og ligefrem alkoholisme. Her skal vi dog blot se nærmere på det mere dagligdags drikkeri hos unge, inden det måske i visse tilfælde senere i livet udarter til egentlig alkoholisme.

Det er en almindelig antagelse blandt psykologer, at det ikke nytter noget at spørge unge, der drikker, hvorfor de drikker. Det menes, at vi mennesker langt fra er helt – eller bare delvis – klar over, hvad det er for forskellige faktorer, der får os til at indtage alkohol i dagliglivet. De fleste vil sikkert blot svare, at det smager godt, og at de andre også gør det, og at man bliver i godt humør og lystig osv. Og det er sikkert også rigtigt alt sammen. Men forskningen har nu vist, at der kan ligge to mere specielle og forskelligartede grunde bag indtagelse af alkohol:

For nogle mennesker virker alkohol tilsyneladende særligt tiltrækkende, fordi det for disse mennesker afhjælper negative følelser som nervøsitet og nedtrykthed. Dette kan jo være forklaringen på traditionen med en velkomstdrink ved en sammenkomst, hvor man kan være lidt nervøs for mødet med flere forskellige, måske fremmede personer. Men det kan desværre også for disse mennesker være en god grund til at indtage alkohol, når de er alene, dels i den nervøse ventetid op til en stressende begivenhed, og dels blot fordi de i dagliglivet føler sig nervøse eller nedtrykte til mode i det hele taget. I de sidstnævnte tilfælde taler man nu om dage om ”selvmedicinering”, når vi benytter alkohol ved angst og depression, fordi alkoholen for en tid kan virke som en ”medicin” mod disse pinefulde følelser. Det er dog ikke nogen god medicin, da den både kan forplumre forstanden (så man bliver dårligere til at løse sine problemer) og skabe alvorlig afhængighed, endda i højere grad end (anden) nervemedicin, og det er da endda galt nok.

Den ene af de to specielle grunde til at indtage alkohol er altså kort sagt for at dæmpe ubehag. Den anden grund er

tilsyneladende at *forlænge* et behag! Når gode venner mødes, skal de ofte fejre glæden ved gensynet med en genstand, og når vi skal fejre en glædelig begivenhed, sker det som bekendt ofte ved rigelig brug af alkohol, der altså tilsyneladende kan have den virkning at forlænge en glædelig sindsstemning. Hvis man undertiden bliver særligt ivrig efter at få fyldt sit glas under en glad fest, er det altså næppe, fordi man vil bekæmpe en pludselig angst eller depression (det *kan* det dog være i enkelte tilfælde), men snarere fordi man ikke vil miste den muntre og glade sindsstemning, man hidtil har befundet sig i.

En ny amerikansk undersøgelse har nu påvist, at disse to forskellige grunde til at drikke forekommer med forskellig hyppighed i forskellige situationer hos unge – afhængig af deres selvværd! De 550 studerende i undersøgelsen udfyldte først et spørgeskema, der skulle give et mål for deres selvværd, altså hvor godt de syntes om sig selv i dagliglivet. Nogle mennesker har som bekendt et lavt selvværd og synes på mange måder dårligt om sig selv. Andre har et højt selvværd og synes vældigt godt om sig selv. I nogle tilfælde så godt, at det kan forekomme overdrevet i andres øjne. Så taler vi om selvglade mennesker, hvilket jo er en temmelig negativ betegnelse. De fleste af os ligger dog midt imellem, og man kan få et ganske godt og pålideligt mål for et menneskes sædvanlige selvværd ud fra besvarelsen af det omtalte spørgeskema.

Derefter lod forskerne de unge udfylde dagbogsblade gennem en hel måned, hvor de hver eneste dag flere gange om dagen skulle notere dels positive og negative begivenheder, dels om humøret var godt eller dårligt, og endelig, om de i løbet af tiden siden sidste notat havde drukket noget alkohol.

Det viste sig, at de studerende, der havde et selvværd under middel, drak mest på de dage, hvor de havde været ude for negative, ubehagelige begivenheder og havde fået dårligt humør. Den halvdel af de studerende, der havde et selvværd over middel, drak lige modsat mest på dage, hvor de havde været ude for positive begivenheder, og hvor de havde haft særligt godt humør. Forskerne mener derfor, at de unge med lavt selvværd mest drak for at lindre negative følelser, som ofte udsprang af ubehageligt samvær med andre, mens unge med højt selvværd mest drak for at fastholde en glædelig stemning ved positive, sociale begivenheder.

Der er altså tale om to højst forskellige drikkemønstre hos unge med lavt og højt selvværd, og de fem forskere bag undersøgelsen mener, at denne opdagelse kan få væsentlig betydning for vores forståelse for, hvem der senere glider ud i alkoholisme – og hvorfor.

tn

*Kilde:* DeHart, T., Tennen, H., Armeli, S., Todd, M. & Mohr, C. (2009). A diary study of implicit self-esteem, interpersonal interactions and alcohol consumption in college students. *Journal of Experimental Social Psychology*, 45. 720-730.