

ALKOHOLIZEM, DRUŽINA IN NEKATERE PERSPEKTIVNE METODE ZDRAVLJENJA

Franc Tihole

Uvodoma naj povzamemo glavne misli in trditve dr. Janeza Ruglja v članku "Kaj in kam z milijonom alkoholikov?" (Delo, 2. 3. 1985), nato pa naj navedemo nekaj stališč študentov I. letnika Višje šole za socialne delavce v Ljubljani do tega vprašanja.

Dr. Rugelj zelo črnogledo napoveduje porast alkoholizma do konca stoletja. Ugotavlja, da ni programov za družbeno akcijo preprečevanja alkoholizma, sedanje metode "zdravljenja" pa so praviloma neuspešne. Programi, s katerimi naj bi presegli odtujitev ranljivih ljudi, ki jim družba ni omogočila temeljnih pogojev za vsestranski razvoj in osmislitev življenja, so tako zelo zahtevni in terjajo veliko nadpovprečno sposobnih ljudi (terapevtov) in sredstev (ustanov), zato zlepa ne bodo uresničljivi. Odrasli in zaposleni ljudje v Evropi smo vsi bržčutni psihopati, ker ravnodušno sprejemamo predčasno propadanje (samomor na obroke) milijonov mladih, ki so povrh vsega še naši otroci. Velika večina alkoholikov in njihovih zakoncev se tako ali tako "noče" zdraviti in se urediti, saj so si raje "izbrali" pot počasnega samomora. Zanje stroka ne more storiti drugega, kot da jih mirno pustí korakati po izbrani poti...

Iz tako brezizglednega položaja dr. Rugelj ne vidi izhoda, zato postavi diagnozo da gre v primeru naraščajočega alkoholizma... za legalizirani genocid družbe nad "odvečnim", "nekoristnim" prebivalstvom, ki ga ni mogoče vključiti v izjemajoče, pobeljšajoče mezdno delo... Če se večje število mladih ljudi ne more zaposliti in se uresničevati, nimajo drugega izhoda, kot da se usmerijo v terorizem in alkoholizem. Najbolj sporna pa je osrednja dogma alkoholologije, da je alkoholik za vedno slabšič, omahljivec, nezanesljiv človek, zato nikoli več ne sme poskusiti kapljice alkohola, ali pa spet zlahka zapade v alkoholno odvisnost.

Študentje so se odzivali na mnoge podrobnosti, se spraševali, razmišljali. Naj navedemo le nekaj najbolj svežih pogledov (pa tudi zmoti!) mladih ljudi, ki bodo v prihodnjih štiridesetih letih poklicno sodelovali tudi v alkoholologiji.

"Če so sodobne metode "zdravljenja" praviloma neuspešne, zakaj jih sploh uporabljajo?"

"Vsi predstavljeni modeli zdravljenja jemljejo alkoholika kot otroka. Potlačenje odrasle osebnosti na raven "porednega otroka" in fiksiranje človeka v tem položaju je nečloveško (nasilje), strokovno pa zgrešeno."

"Menim, da je neko protislovje v nas ljudeh: imamo praviloma pozitivni odnos do alkohola in na splošno odklonilnega do pijancev in njihovih prestopkov."

"Otroci se učijo od staršev in drugih odraslih tudi pijačevanja. V družini nastajajo tudi "šibke osebnosti", omahljivci, zato menim, da je družina pravo "gojišče" alkoholizma."

"Brezcilina in zapita mladina je kaj slaba perspektiva nekega naroda, družbe. Več vlagati v družino in v mlade."

"Preprečevanje alkoholizma je v vzgoji otrok in v kulturnem uživanju alkohola."

"Ali sem tudi jaz v nevarnosti, da se pridružim tistim milijonom alkoholikov? Ta bojazen me odvrača, da bi še kdaj poskusil pijačo!"

"Popolna vzdržnost ni potrebna; dovolj je že, da s pitjem ne ogrožamo drugih."

"Menim, da je človek (zakonec, socialni delavec, terapevt) človeku v stiski lahko večja pomoč in opora kot pa alkohol."

"Ljudje smo vsak trenutek pripravljeni pomagati drugim, če ne pomagamo je to zato, ker ne moremo (ne znamo) pomagati."

"Že otroke bi morali (znati) imunizirati tudi proti vsem oblikam bega odtujenih ljudi. To se najlažje stori v družini."

"V gospodarstvu si vztrajno zatiskamo oči pred škodo, ki jo povzroča alkoholizem, ker vidimo le gospodarske koristi od proizvodnje in prodaje alkoholnih pijač. Usmeritev v turizem in gostinstvo pri nas opravičuje črnoglede napovedi..."

Prav teorija o odvečnem prebivalstvu bi to "slepoto" lahko pojasnila..."

"Spregledal sem, ko sem v časopisju zasledil podatek, da je med skoraj enoletno stavko britanskih rudarjev upadlo število kaznivih dejanj in poraba alkoholnih pijač za eno tretjino. Rudarji so imeli osebni in skupni cilj, za katerega so se zavzemali; policijski uradnik pa je menil, da je rudarjem zmanjkalo denarja za pijačo..."

"V Islandiji bodo sprostili prodajo piva. Z davkom na promet bo država dobila novih 200 milijonov kron, s katerimi bo pokrila del zunanjetrgovinskega dolga... Država, ki od svojih ljudi pobira takšen krvni davek, je milo rečeno gnila".

"Smešno, kdo lahko pričakuje, da bo od ljudstva odtujena država sama organizirala zahtevne in drage programe preseganja vseh oblik bega odtujenih ljudi, ki so odrezani od stvarnega odločanja o lastnih zadevah? Stroka se vrti v začaranem krogu!"

"Če si slabič, omahljivec, nezanesljiv tip, te je takega nekdo napravil, ali pa te je spravil v tak položaj (vlogo)."

Nekateri bolj "izkušeni" študentje ali študentke so kot glavni povod za posedanje po točilnicah in nalivanje z alkoholnimi pijačami navedli pomanjkanje družabnih prostorov in prireditev za mlade ter sorazmerno cenenost alkoholnih pijač v primerjavi z nealkoholnimi, pa seveda "postavljaštvo". Bolj odkriti odgovori pa so omenjali dolgčas in enoličnost. Ker se nič ne dogaja, zavije človek v gostilno, da bi tam doživel (v družbi ali sam) kaj prijetnega, novega in tako "zabil prosti čas". Takega "prostega časa" pa si nekateri jemljejo vse več in več, pri praznem kozarcu pa ni mogoče posedati dolge ure.

Ti odgovori potrjujejo antropološka spoznanja, da ima vsak človek v glavnem dve temeljni potrebi: potrebo po priznanju in dražljajih (čutnih zaznavah) ter potrebo po strukturi. Nič ni bolj mučnega in neprijetnega kot molk, ki nastane v družbi, ko zamre pogovor. Pivske družbe so navadno hrupne, jezik se razveže, preden se v pijanosti ne zaplete. Ljudje se gredo vse mogoče

igre, neznanci si postajajo "pivski bratci". "Pijanka" daje obliko možnosti za strukturiranje časa (izpolnjevanje časa), od začetnih ritualov (manir) do razvedrila, iger ter lažnega občutka bližine (intimnosti, pripadnosti, priznanja). "Pijanke" se včasih končajo v spolnih igrach, ki z resnično intimnostjo kot odnosom nimajo nič skupnega, saj udeleženci pristajajo na telesno zblizhanje z osebami, ki jih v treznosti ne bi niti pogledali! "Še bolj presenetljiva in krivična je obsodba žena alkoholikov, ki nai bi bile krive za možovo stranpot". Je zapisala ena od študentk. To samo dokazuje, da se "grešni kozel" res začne čutiti krivega za vse, kar ga (o) obtožujejo. Analizo nekaterih stališč študentov začnimo od tu.

Zakonski in družinski odnosi

Zakonci so prisiljeni načrtovati družino, kakor vedo in znajo. Prastari vzorec reševanja tega, še vedno nerešenega problema, je odklanjanje intimnih odnosov in sprejem različnih vlog v igrich¹. To pa zelo skazi odnose in zakonsko življenje vir veselja in volje do življenja, pomanjkanje ljubljenosti pa zadene srčiko volje do življenja. Ko žena rodi enega ali dva otroka, je s tem dokazala svojo rodovitnost, dosegla status matere z vsemi prednostmi v družbi. Moža potrebuje kvečjemu še za to, da ji pomaga otroke spraviti do kruha, vse bolj ga pa odbija kot ljubimca, da bi tako preprečila nezaželene posledice nenačrtovanih nosečnosti. V takih razmerah se mož in žena vse bolj odtujujeta in izkoriščata drug drugega. Ta zelo poenostavljen okvir zakonskega (družinskega) življenja in mehanizmi (družbeni, osebni), ki vodijo v vse večji prepad med zakoncema, so v veliki meri nezavedni in zato tudi nepriznani; vse pa kaže, da ustvarijo v družini "gojišče" za alkoholike. Več kot ena tretjina žena, ki imajo moža, le redkokdaj, če sploh, doživlja orhazem pri ljubljenju. Zakaj bi si potem želele moža in spolnosti z njim? Če mož noče izpolnjevati svoje vloge "rednika družine", ki bi ženi pomagal do boljšega standarda in otrokom do kruha (šolanja), ker zapravlja v gostilni ali z drugimi ženskami, ali se noče zaposliti, se ga "sodobno" usmerjena ženska znebi z ločitvijo, tradicionalno vzgojena žena pa prevzame vlogo "suhega alkoholika". Menim, da so iz takih "nesprejemljivih" spoznanj nastali sodobni

koncepti za vzgojo mladih za partnersko (zakonsko) življenje².

Perspektivne metode zdravljenja

Logoterapija³ ne brska po preteklosti, pač pa sprejme vsakogar in pomaga zdravljencu pri omišljanju sveta. Bistvo zdravljenja vidi v tem, da človek prevzame odgovornost zase. Če je človek v stisku sugestibilen, omahljiv in nezanesljiv (se ne zanese nase), potem mu terapevt zalahka sugerira, naj se začne vživljati v novo vlogo, ko vidi sebe v najlepši luči. Ne terja od zdravljenca "prisega", da ne bo nikoli več pil, kajti prisego človek kot razumsko bitje lahko prelomi tudi v mislih. Kot moralno bitje bo sebe še bolj preziral in bo resnično izgubil vse samospoštovanje, na katerem temelji resocializacija. Vse sedanje metode "zdravljenja" alkoholikov potrebujejo šibkega, omahljivega, nezanesljivega mazohista, ki bo tak do konca življenja. Potrebujejo človeka, ki mu je samospoštovanje prepovedano, ker mu nihče ne zaupa, da bo zdržal brez alkohola, pa tudi ne verjame v njegovo resocializacijo (poznejšo osebnostno rast). Tak odnos "stroke" je nečloveški, predvsem pa izdaja gospodovalnost stroke kot podaljšane roke represivnega sistema (družbe, države) nad človekom. Potem lažje razumemo, zakaj se večina alkoholikov in njihovih zakoncev "noče" zdraviti in se urediti. V resnici ne potrebujejo obsodbe terapevta, ker si lahko "sodijo" kar sami.

Internistični (biološki) vidik zdravljenja

Sla po alkoholu (narkomanija, tabletomanija) je presnovno sprevrnjena telesna potreba po organskih kislinah. Vse alkoholne pijače imajo kislno reakcijo, alkohol, droge, tablete sprožijo raztapljanje podkožnega maščevja in njegov razpad na maščobne kisline in glicerol. Tudi alkohol se mora v celicah spremeniti preko acetaldehida v očetno kislino (aceta), iz katere telo črpa potrebno energijo za obnavljanje tkiv in moč za delo in življenje. Zato si slo potешimo lahko z organskimi kislinami (mlečno, kavino, očetno, jabolčno, vinsko,

citronske, z maščobnimi in aminskimi kislinami). Človek začuti hudo energetske stisko, ki jo doživlja kot slo po alkoholu. Človek zaradi tega še ni zavržen slabič, za vselej izgubljena eksistenca, pač pa trpeči človek, ki ni izbral druge možnosti za dvig energetske bilance kot uživanje alkohola, ki mu resnično v hipu povrne moč in izgubljeno samozavest. Enako pomagajo organske kisline⁴.

Novejša je transakcijska analiza (TA)

ki jo je razvil Eric Berne¹. Vloga v igri, ki se imenuje alkoholik (A), je sicer glavna, nič manj pomembne pa niso druge vloge v tej igri (preganjalec, reševalec, dobričina in natak). Glavni dobiček v tej življenjski vlogi (igri) je "maček" (zastupljanje, samokazovanje) pri tragičnem življenjskem scenariju po tipu: jaz nisem dober-vi ste dobri. Kdor ima takšen nesrečen življenjski načrt (temeljni odnos do sebe in do sveta), zlahka prevzame vlogo "grešnega kozla", postane "delegat" treznih, trdnih, zanesljivih, poštenih, uspešnih, delavnih, moralnih, odgovornih, itd. kot njihova senčna plat, kot njihova nesprejemljiva podoba.

Eric Berne piše: "Analiza (TA) odkriva, da je uživanje alkohola bolj postransko zadovoljstvo, ki sicer prinaša nekatere dodatne užitke. To je samo način (sredstvo), s katerim človek doseže pravi višek (namen), to pa je "mačka", torej tisto, na kar večina strokovnjakov sploh ne misli... Za A je "maček" predvsem "moralni dobiček", torej moralni maček, ne toliko telesna muka zaradi zastupitve z alkoholom, ki jo zna vsak izkušen pijanec iznajdljivo "zdraviti" (kislá juha, limonada, kisló zelje, itd). V alkoholni (sub) kulturi sta zato zelo razširjeni dve vrsti "postavljanja": koliko ga je kdo spil in kako je bilo "naslednje jutro". Vnetih igralcev teh "iger brez meja" nikoli ne zmanjka".

Preventivni pomen izsledkov TA

Alkoholik mora vsakemu, ki ga povabi na kozarček, priznati svojo šibkost značaja in odkriti svoj tragični življenjski scenarij po tipu nikoli (več piti). Tako zlahka doseže pomilovanje, posmehovanje in celo občudovanje (zadovolji svojo potrebo po priznanju). Človek pa je moralno bitje, zato se zaničuje (samokazuje) že ob skušnjavi, ko v mislih prelomi prisego, da ne bo nikoli več pil. Samokaznovanje pa je za večino alkoholikov glavni cilj, ki ga doseže s pomočjo alkohola. Alkohol je torej le sredstvo, pitje pa način za doseg cilja - moralnega mačka, ki ga doživlja "naslednje jutro" dneve in mesece, ko "abstinira". Če je osramotenje samega sebe (blamaža) glavni cilj kot kazen za "osebne napake in slabost značaja", potem se moramo nadalje vprašati, kdaj in zakaj je nastal tak tragični zasik v razvoju osebnosti, ko je kdo spoznal, da je ničvrednej, omahljivec, reva, itd., vsi drugi pa so boljši od njega. Tak temeljni odnos do sebe in sveta je vendar značilen za depresivne osebnosti, ki si v skrajni stiski izberejo uspeli samomor oziroma se odločijo za "samomor na obroke"! Zato so vsi "mehki" antidepresivni programi (Glej R. Linné: Depresija-bolezen našega časa) pomembni za širjenje vednosti, če ne že kar oblika sarjopomoči.

Še bolj pomembno je razširjanje spoznanja, da se pred očmi nas vseh prelepe kraljične in kraljeviči spreminjajo v "zaklete, grde žabice". O tem pomembnem spoznanju (dejstvu) smo razpravljali v zvezi z varstvom in vzgojo otrok in se zavedeli, da lahko veliko nesreč preprečijo ozaveščeni starši, ki jim k temu lahko pomagajo različni strokovnjaki (vzgojitelji in vzgojiteljice, učitelji in učiteljice, psihoterapevti in psihoterapevtke, socialne delavke in socialni delavci, zdravstveno osebje).

So trije temeljni odnosi do sebe in do sveta, na katerih so zasnovani tragični (hamartični) življenjski načrti (scenariji), kakor nam jih odkriva Eric Berne. Strokovnjaki, ki delamo s starši in otroki, se premalo zavedamo svoje moči pri preprečevanju tragičnih življenjskih načrtov. Pred očmi nam iz prelepih kraljičen in kraljevičev (naravnih otrok) nastajajo "grde žabice", fantki, ki

Jim je vse dovoljeno, ker so pač "fantje", pa nesrečni otroci, ki jim je vseeno. To so bodoči samomorilci (alkoholiki) prestopniki in psihotiki. Ni res, da "pomožni starši" ne moremo ničesar storiti, da bi prepričali otroka, naj spremeni svoj tragično zasnovani življenjski načrt. V času, ko otrok med tretjim in sedmim letom sklene, kaj bo počel, ko bo velik, kje bo živel in s kom se bo poročil, ko zna odgovoriti na vprašanje, ali je pridren in lep; na vprašanje kakšni so odrasli (pridni, hudobni), tedaj zlahka potolažimo otroka. Zagotovimo mu, da je čisto pridren in lep, čeprav je včasih poreden in umazan in da ni nobene take prikazni, ki bi ga lahko za vse ljudi in za vselej "začarala" v "grdo žabico". Otrok nam bo verjel, da "fantje" niso nič boljši kot "babe", da je otrok v resnici dober, čeprav mu "hudobni velikani" govorijo neprestano, da je grd, poreden in ničvreden, itd. Otrok nam verjame, da niso vsi "ta veliki" hudobni. Če tak pogovor teče vpricho staršev, ozavestimo tudi starše s kratko razlago razvojnega pomena takega pogovora z otrokom. Tudi v "izžemajočem in poneumljajočem mezdnem odnosu" si lahko osmislimo svoje delo, če s prepričanjem pomagamo otrokom in njihovim staršem pri oblikovanju realnejšega odnosa do njih samih in do sveta, da bi tako dosegli priznanje, pa izpolnili čas z dejavnostmi v bolj (čimbolje) pristnih medsebojnih odnosih. To pa ni malo!

Sklep

Zavzemamo se za realnejši odnos do alkoholikov. To pomeni pomagati človeku v stiski z ljubeznijo in človeško dobroto, z razumevanjem, prizanesljivostjo in bodrenjem. To je tista kakovost odnosa do človeka v stiski, ki jo pričakujemo od strokovnjaka. Arhetip za to je biblijska zgodba o izgubljenem sinu. Vemo koliko ponižnosti je bilo v sinovi vrnitvi, pa tudi v očetu, da je sina z veseljem sprejel. Vemo, da je takšen odnos zdravičen, vsekakor pa nujen pogoj, da skrušen človek spet začne zaupati vase in v svet in se polagoma vračati v življenje. Če terapevt zna povzhu tega še pomagati človeku, da bo zaživel bolj kakovostno življenje, po katerem je hrepenel, preden je zahrepenel po smrti, stroka ne bo več tavalala v terapevtskem nihilizmu, ki mu sedaj botruje obla-

stniško nezaupanje v človeka. Takšen sklep ni pretiran, saj smo z analizo gradiva to nezaupanje razkazali, hkrati pa opozorili na doslej še neizkoriščene možnosti preventive socialnih bolezni, prav tako pa tudi prikazali nove možnosti zdravljenja in rehabilitacije alkoholikov.

Viri:

- ¹Eric Berne: Koju igru igraš? Nolit, Beograd 1980
- ²Pavao Brajša: Človek, spolnost, zakon. DE, Ljubljana 192
- ³Viktor E. Frankl: Zašto se niste ubili? Biblioteka "Oko 3 ujutro", Zagreb 1982
- ⁴Izkušnje anonimnega alkoholika, objavljene v rubriki "Domača zdravila", Nedeljski Dnevnik, februar 1977

Dr. Franc Tihole, zdravnik, Zdravstveni dom Ljubljana, Enota Vič-Rudnik