

DEN ADDIKTIVE PERSONLIGHED

Misbrugeren er i stadig kamp mellem misbrugets logik og det ægte selv, der gennemskuer illusionsmageriet. Vi bringer en anmeldelse af en bog, som portrætterer den addiktive personlighed.

Craig Nakken er en del af Minnesota/12-trinsbevægelsen og har med udgivelsen af "Den addiktive personlighed" ønsket at udbrede en bredere forståelse af, hvad det vil sige at ligge under for afhængighed. Målgruppen er da også primært de afhængige selv samt de mennesker omkring denne, der lider under den afhængige adfærds negative konsekvenser.

Forfatteren ønsker at give en ny og mere præcis beskrivelse af afhængighed samt at udbrede denne beskrivelse til også at omfatte sexafhængighed, spillelidenskab, madafhængighed m.fl.

Bogen indeholder mange meget nuancerede beskrivelser af den oplevelsesverden, som afhængige befinder sig i. Den giver en overbevisende fremstilling af, hvordan det afhængige menneskes handlemønstre forløber, efterhånden som afhængigheden griber om sig. Bogen afrundes med et afsnit om vejen ud af afhængighed og et afsnit om familieproblematikker.

Som en rød tråd løber bogens beskrivelse af de psykologiske dynamikker, Nakken anser for at udvikle og vedligeholde afhængigheden. Det afhængige menneske har, siger han, en ganske særlig lidelse, der som et kronisk forhold følger personen gennem hele livet.

Denne lidelse er af emotionel art og bevirker, at visse oplevelser får den afhængige til at forfølge disse oplevelser i et stadigt større omfang. I denne proces mister den afhængige kontakten til

sig selv og andre og ender i udvalgte oplevelsesmæssigt fokuserede transeoplevelser. Disse oplevelser opnås gennem at tage stoffer, overspise, brække sig, udleve sexfantasier eller blot bevæge sig i en fantasiverden. Andre mennesker reduceres til objekter for denne tilfredsstillelse.

Addiktiv logik

Ifølge forfatteren lider den afhængige af en åndelig brist, der består i, at han i transeoplevelsen forveksler den stemningsændrende oplevelse med det ægte liv. Fx forveksles bodegaverne med rigtige venner, som det nævnes. Progressionen i denne åndelige brist skaber den afhængige personlighed, der danner en stadig større modvægt til det ægte selv, der svigtes mere og mere. Hermed er der lagt op til kamp mellem den addiktive logik og det ægte selv, der i øjeblikke af klarsyn og selvrefleksion gennemskuer illusionsmageriet.

Den addiktive logik finder argumenter frem, så den afhængige forbliver forblændet og modarbejder de øjeblikke af klarsyn, som den afhængige måtte have. Den afhængige kan således fortsat være besat af illusionen om, at lykke og ægte behovstilfredsstillelse i intime relationer kan kontrolleres og forudbestilles.

Muligheden for en vej ud af afhængighed åbnes, siger Craig Nakken, med det uundgåelige sammenbrud, hvor benægtelsen, selvforblændelsen og den addiktive logik ikke mere kan

holde sammen på stumperne. Så kan helingsprocessen begynde. I sammenbruddets stund er man omsider rede til at lytte til sandheden: at al begyndelse handler om, at man skal være tro og ærlig over for sig selv.

Åndelig tænkemåde

Ved læsningen blev jeg meget inspireret af forfatterens måde at tænke åndelighed på. Når jeg gik i dybden med de fænomenologiske beskrivelser, så var åndelighed det dybe møde mellem to mennesker.

Jeg kan nu forstå Minnesotabevægelsens måde at tænke åndelighed og Gud på, som det, der sker i menneskelig kontakt, når to mennesker er i dialog på en måde, så de begge forstår, respekterer og accepterer den andens virkelighed og samtidig deler værdier og normer, fx ærlighed. 'Ærlighed' skal her forstås som noget, der er større end den enkelte.

Ligeledes blev jeg inspireret af de fænomenologiske beskrivelser af den abnormale personlighed. Den er noget, der kan adresseres og modargumenteres over for selvet og den ægte person. Det indebærer altså en forståelse af den abnormale personlighed som noget, der kan eksternaliseres og bekæmpes med den sunde del af personligheden, selvet og den ægte person – i tråd med fx den narrative metode.

Forskning

En svaghed er, at bogen må siges at være temmelig dogmatisk, førende sig



Bogdata:

Craig Nakken: "Den addiktive personlighed". AL-Consult & Forlaget Eftertanke. 132 sider, 195 kr. + porto (www.al-consult.dk)

lidt frem, som om der er tale om den endegyldige sandhed om den addiktive personlighed, og at der uomtvisteligt skal både Gud og 12-trinsbevægelse til, for at behandling mod ludomani og spiseforstyrrelser overhovedet skal kunne nytte noget.

Jeg savner, at Minnesota-litteratur ser sig selv som indskrevet i en bestemt historiske kultur, der har *sin* måde at se verden på, som ikke nødvendigvis er sandheden, men som har sin værdige plads sideordnet med andre behandlingsmetoder.

Der er jo ingen forskning, der placerer Minnesota eller 12-trinsbevægelsen som bedre end andre. Tværtimod underbygger forskningsresultaterne i behandlingseffekt ikke specielt konceptet om total afholdenhed og princippet om, at kontrolleret drikning ikke virker. Desuden arbejder positivpsykologien – ligesom den eksistentielle humanistiske retning har gjort det i mange år – overbevisende på at nedbryde de diagnostiske principper, idet disse mere tjener som magtmidler end som noget, der hjælper de lidende.

Craig Nakken nævner, at den terapeutiske samtale én-til-én ikke virker i

forhold til afhængighed. Denne holdning er velkendt inden for 12-trinsbevægelsen, men kan her i bogen let fremstå som sandheden. Her savner jeg, at forholder sig til forskning i nye metoder. Fx har den motiverende samtale som en speciel én-til-én-metode vist sig at give resultater, der kan måle sig med mere vidtgående behandling. Løftet om at inkludere nye videnskabelige resultater indfries ikke på en måde, så det går op for læseren. Der er ingen litteraturliste, og der refereres undervejs til en håndfuld forfattere uden fuldgyltig kildeangivelse.

Bogens anvendelse

Bogen er egnet som selvhjælpsbog, og den er vigtig for professionelle at kende og forholde sig til, samtidig med at der udøves kritisk akademisk refleksion. Når man vurderer bogen på dens egne præmisser og har især frataget bogen dens selvforståelse som *selve sandheden*, fremstår den som Minnesota-bevægelsens moderne plets kud på afhængighedsrelationer for den, der vil sætte sig ind i den afhængiges oplevelsesverden.

Behandlingsmæssigt og rådgiv-

ningsmæssigt er der i bogen mange eksempler på, hvordan den som et bestemt koncept deler overraskende mange elementer med andre behandlingskoncepter og almene psykologiske principper. Fx at mennesket først bliver til i et gensidigt empatisk samspil med nære andre, med hvem man deler værdier som tillid, hengivenhed, ærlighed og forpligtigelse.

Rent akademisk vil jeg sætte spørgsmålstegn ved aspektet om Den Højere Magt eller Højere Principper som noget guddommeligt. Jeg ser det som kulturarv og samfundsmæssige gener.

Som egentlig lærebog kan "Den addiktive personlighed" ikke bruges professionelt. Jeg er helt med på, at det aspirerer bogen heller ikke selv til, men bogen anvendes også uden for sin erklærede målgruppe som grundlagslitteratur på kurser for fagpersoner. Som indsigt i en fantastisk social bevægelses professionelle aspekter kan og bør den ikke ignoreres. I lighed med andre Minnesota-bøger er den fantastisk til at skabe refleksion og oplevelser over ens eget liv, en uovertruffen inspirationskilde.

Om bogen appellerer bredere end til alkohol- og stofmisbrug, har jeg svært ved at vurdere. Men hvilken udogmatisk person kan ikke finde hjælp i sindsrobønnen: "Gud, giv mig styrke til at acceptere de ting, jeg ikke kan ændre, mod til at ændre de ting, jeg kan, og visdom til at se forskellen."

Ole P. Ussing