

GRUPPEBEHANDLING

Gruppebehandlingen rummer alt det, som kendetegner interaktion mellem mennesker: sammenligning, anerkendelse, identifikation – eller distraktion og small-talk for den sags skyld. Som sådan udmærker den sig ved at være en behandlingsform, hvis styrke er medmenneskelighed.

AF SIDSEL THORSEN

Set udefra kan gruppebehandling ofte virke som en lidt mystisk mirakelkur til afvænnning af stofmisbrug: I grupperne reducerer deltagerne deres misbrug med mindst mulig intervention i deres liv, samtidig med at de opbygger netværk – og så er metoden billig for det offentlige system. Men hvad er det egentlig, der sker, når rundbordssamtaler med andre misbrugere får den virkning at reducere stoftrang og tilbagefald? Hvordan ser det ud, og hvorfor hjælper det?

Københavns Kommunes 3-årige projekt med gruppebehandling af hash- og kokainmisbrugere er i de sidste to numre af STOF blevet fremlagt af projektleder Christian Solholt, som har redegjort for mål og fremgangsmåder – altså hvilke midler og metoder, der er lagt ind i projektet på forhånd. Denne artikel udvider perspektivet ved at se på, hvordan projektet opleves af dem, som har deltaget – undersøgt ved hjælp af tolv brugerinterview og to måneders deltagerobservation. Ved at kigge med til møderne og lytte til brugerne kan en del af mystikken omkring behandlingsmetoden opklares: Fra brugerens synspunkt er gruppebehandling virksom, fordi man her kan mødes på individ-til-individ-niveau uden at opleve behandlingssystemet som en snærende ramme.

Sammenligninger

Før brugerne starter i gruppebehandling i Hash- og Kokain-projektet bygger, de fleste deres forventninger til forløbet på tidligere behandlingserfaring eller på fordomme om misbrugsmiljøet. Flere af brugerne fortæller, at de troede, de skulle 'sidde sammen med junkier', som var 'mere fucked up end mig'. I gruppen mødes denne forventning for nogle brugeres vedkommende af en overraskende virkelighed, hvor 'jeg var den slemmeste misbruger', 'jeg havde jo to misbrug – dobbelt så meget som de andre'- eller 'jeg var fucked på en anden måde'.

Deltagerne begynder allerede ved den indledende navne-runde at se sig selv i forhold til hinanden. Denne konkrete sammenligning bevirker for nogle brugere, at de ændrer deres misbrugsvaner drastisk allerede inden næste møde – for ikke længere at være 'vørst'.

Samme drastiske effekt kan sammenligningen have for de brugere, som oplever, at 'det er en fordel at se, at der er nogle andre, der har kunnet komme over det og fået en lysere fremtid. For det er da alligevel belastende at skulle skubbe sin fremtid fra sig og ikke tænke over tingene – og ja, være en anden, end man i virkeligheden er'. For den citerede bruger bliver det, at andre brugere gør

fremskridt, til en fordel for brugeren selv. I gruppen glæder man sig ikke bare på hinandens vegne; man omsætter også andres fremskridt til en mulighed for selv til at tænke over sit misbrug og sin fremtid.

Den del af gruppeprocessen, hvor brugerne efter tur hører på og fortæller om deres misbrug, sætter gang i en sammenligning, hvor den enkelte placerer sig i forhold til de andre brugere. Relationen til de andre mennesker i gruppen bruges således til at legemliggøre den forandring, som ønskes.

Ros og anerkendelse

I de tilfælde, hvor brugeren oplever, at de andre gruppemedlemmer forandrer sig mere, end man selv gør, kan sammenligningen føre til en adfærdsændring, der bringer brugeren 'op på samme niveau' som de andre. Andre brugere føler allerede fra deres start i gruppen, at de 'er ovenpå' i forhold til resten af gruppen, og at de optræder som 'flagskib' eller 'foregangsmand' for de andre gruppemedlemmer. For mange brugere er det helt nyt og bekræftende at se sig selv i sådan en overskuds-position, hvor de oplever at kunne hjælpe andre mennesker. Noget så hverdagsagtigt som at kunne række en hjælpende hånd frem eller komme med et godt råd til andre bliver en væsentlig og virksom ingrediens i den enkeltes kamp mod stofferne.

'Foregangsmænd og -kvinder' som oplever at opnå små eller store mål i gruppen, fortæller levende om, hvordan det er at modtage anerkendelse - dels fra gruppelederne, men mindst lige så meget fra de andre i gruppen: 'De andre hepper jo på en, som om man var elitesportsmand', 'Jeg fik klap på skulderen, og det gav mig selvtillid til at holde den længere', eller: 'Jeg kæmpede ikke alene. Og det var meget positivt. [...] De blev ved med at sige, at det er sgu godt. Og jeg synes, at det er vigtigt i starten, at man får den der ros og klap. Uge efter uge'.

Som observatør i gruppen er det umuligt ikke at blive revet med af den stemning, der i sådanne situationer kan opstå i gruppebehandlingen, idet møderne kan udvikle sig helt festligt med taler, klapsalver og latter.

Når sådanne fejring af fremskridt i gruppen observeres, opleves det ofte i begyndelsen som om den individuelle bruger ikke selv anerkender sit fremskridt, før de andre brugere gør det. Brugere fortæller tit nedvurderende om sig selv og lægger ikke selv op til, at der er sket en mærkbar forandring. Når de andre brugere så roser, er der umiddelbart en tendens til forlegenhed og kommentarer som 'det lyder jo dejligt, når I siger det'. At modtage gruppens anerkendelse kan sætte brugeren i gang med forsigtigt at fortælle om andre positive tilbagemeldinger eller oplevelser.

Ledere som facilitatorer

Ved at festligholde, fejre og rose hinandens fremskridt kan de andre i gruppen gøre hver enkelt deltager opmærksom på hans eller hendes små sejre i de tilfælde, hvor brugeren ikke selv oplever sin bedring. Når en oplevelse tages op i gruppen, opleves de andre brugere tit som mere positive end behandlerne i den forstand, at ros deltagerne imellem er uforbeholden og ofte meget personlig (fx. 'hvor er du god, jeg kan ikke klare det, som du kan klare!'), mens lederne snarere anerkender brugerens opnåelse af specifikke mål (fx 'det var imponerende, at du overholdt din beslutning om...').

Lederne sætter rammerne for gruppens møder ved hjælp af dagsordener, tavlebrug og tale-regler. Her opfordres brugerne til at lytte til hinanden og være åbne og udspørgende over for de andre deltagere. Samtidig spores gruppens deltagere ind på at blive specifikke og målrettede i deres udmeldinger til hinanden. Ledernes store opgave er altså at spille bolden over til gruppen og sørge for, at der her kommer gang i et produktivt 'boldspil', der gør op med de negative sociale dynamikker, som misbrugerne kender fra deres dagligdags omgang med andre.

En af gruppeledernes væsentlige meritter er altså at bryde dårlige sociale vaner, som misbrugerne har opbygget og i stedet skabe et produktivt fællesskab, som er sammen om det at kvitte stofferne. Når det lykkes, kommer gruppen i sig selv i centrum – det sociale bliver en form for behandler – frem for lederne, der snarere optræder som facilitatorer. Det er altså delingen af oplevelser, råd og omsorg brugernes imellem – lige så meget som det er kontakten mellem behandler og bruger - der kan hjælpe med til at konsolidere fremskridt og modvirke tilbagefald. Gruppebehandlingen virker ved, at selve behandlingen træder i baggrunden og giver plads til at fremhæve medmenneskelige forhold som fællesskab og diskussion.

'...ligesom mig!'

Jo bedre brugerne kender gruppeledernes spilleregler og hinanden, jo bedre bliver de også til at uddele ros og hjælpe hinanden til at anerkende fremskridt. Der findes imidlertid også negative tendenser til, at tilbagefald kan opleves at 'smitte' i gruppe-sammenhæng, og dette kan virke ødelæggende på brugernes positive oplevelse af møderne. Både den positive og negative oplevelse af 'smitte' – altså den effekt, hvor forskellige følelser og oplevelser deles af flere gruppemedlemmer, idet man ser sig selv i den andens sko, både når der rulles en joint, og når der opleves en sejr – denne virkning afhænger af, at brugerne oplever at identificere sig med hinanden.

'Man har alle de her forestillinger om sit eget misbrug, og ih og åh, det er så svært, og jeg har også alle de her ting. Og så var der én i gruppen, han havde bare en måde at slå hovedet på sømmet med de mest knivskarpe, korte, simple bemærkninger. Han sagde bare det allermest logiske. Han sagde det bare, som om jeg var snot-dum! Men så: Gud ja. Jeg kan huske en masse gange, hvor jeg sad og tænkte: 'Det er fandeme rigtigt, hvad han siger'. For folk siger, at [afhængigheden] sidder oven i hovedet, og det er nemt at sige, men det kan godt være svært[at stoppe] alligevel, når hjernen har fået en vane. Ham der, han sagde, at han havde det på samme måde som mig!'

Ved at andre brugere formulerer enkle råd ud fra deres erfaringer, ser den enkelte bruger sit eget misbrug i et fælles lys, og løsningerne virker også mere almene og simple. Man føler sig både berigtiget ('snot-dum' i citatet ovenfor), men også bekræftet i, at egne oplevelser er gyldige, fordi de rækker ud over én selv. Snarere end institutionelle forklaringsmodeller (fx at afhængighed er en neurobiologisk reaktion) formår delingen af råd og erfaringer brugerne imellem at løfte misbruget ud af den individuelle kontekst og ind i den fælles delte. Stoffer er ikke længere noget, der sidder i den enkeltes hjerne, vaner eller er 'hans eget'. I stedet for at bestå af afgrænsede personer med hver

sit misbrug, får gruppemedlemmerne et fælles projekt om stoffrihed, idet der sker en spejlingseffekt mellem gruppemedlemmernes problemer og løsninger.

'Systemet' og gruppen

En bruger fortalte, at han 'føjte sig mere normal i gruppen end ude i samfundet, fordi vi har de store ting tilfælles'. I hans tilfælde drejede det sig om, at han føjte, han hørte til på en måde i gruppen, som stod i modsætning til, at han som individ og i sin dagligdag føjte sig marginaliseret. Hans eksempel bliver særligt interessant, fordi det sted, hvor denne bruger oplevede at blive mest marginaliseret, var i hans forhold til kommunen og det sociale system. På trods af den mistro han havde til kommunale tilbud, føjte han sig budt velkommen i gruppen, både af gruppelederne og af de andre brugere. Han oplevede her, at han var blevet placeret sammen med mennesker, han havde noget tilfælles med, og som han kunne genkende sig selv i – i modsætning til den fremmedhed, han tidligere havde oplevet i aktivering eller uddannelse. Denne fremmedhed over for 'Systemet' er ofte på dagsordenen i gruppen, hvor svære møder med de sociale myndigheder, udebleven bistandshjælp eller krævende jobtræning er tilbagevendende emner. Under disse diskussioner ses kommunen altid som noget andet end gruppen, og lederne stilles aldrig til ansvar over for den institution, som de arbejder for.

Her er altså tale om en 'systemlede', som gruppebehandlingen både beskæftiger sig med og samtidig unddrager sig. At Hash- og Kokainprojektet på den måde ikke opfattes som en del af 'Systemet' handler ikke nødvendigvis om, at der stilles færre krav i gruppen, end der gør i sagsbehandlingen. Ej heller er gruppelederne vidt forskellige fra sagsbehandlerne, idet begge roller indebærer indberetningspligt, og brugeren har mødepligt over for gruppen, ligesom der er mødepligt over for socialrådgiveren. Gruppelederne er da også i hyppig kontakt med sagsbehandlerne, og der er et tæt samarbejde mellem disse instanser.

Den væsentlige forskel mellem de to møder – det på sagsbehandlerens kontor og det i gruppebehandlingen – må altså skulle findes i tilstedeværelsen af andre brugere, som deltagerne oplever som ligesindede. Det kunne se ud, som om de andre brugeres tilstedeværelse dirigerer deltagerens opmærksomhed væk fra den institutionelle ramme. Man er altså mere optaget af at positionere sig over for de andre deltagere end over for lederne. Samtidig kan lederne hjælpe brugere til at fokusere på deres egen rolle i de situationer, der er svære, sådan at samtalen om 'Systemet' kommer til at handle mindre om 'Systemets' uretfærdighed og mere om, hvad brugeren selv kan gøre eller tænke anderledes. Behandlingen hjælper brugeren til at revidere holdningen til 'Systemet', idet brugeren kommer i centrum sammen med andre brugere: Det er ikke længere 'mig mod Systemet', men 'os i Systemet'.

Lidelsesfæller

Gruppens brugere opfatter de andre medlemmer som ægte deltagere i hinandens liv - eller endog som venner, med hvem det at tale om de såkaldt 'store spørgsmål' (fx liv og død, lykkefølelse og fortvivlelse) er sat i en institutionel ramme. Rammen, som lederne står som garanter for, medvirker til, at brugere oplever hinanden som noget andet og mere end deres øvrige venner eller bekendte.

En bruger taler om gruppen som bestående af 'lidelsesfæller', og det er dette fællesskab om 'det medmenneskelige', der er med til at give denne bruger udbytte af at komme i gruppen.

'Lidelsesfællesskabet' er samtidig en social formation, hvor brugerne knytter sig til hinanden, når de genkender sig selv i hinandens følelser snarere end i de umiddelbare karakteristika, de har eller ikke har tilfælles. Som observatør i gruppen oplever man derfor til sin store overraskelse, at mennesker, som er adskilt af klasser, køn og alder, kan spejle sig i hinanden og finde sammen i og uden for møderne. Mange af brugerne præges ved deres opstart i gruppen af en angst for at få 'de forkerte venner': andre stofmisbrugere, som vil friste dem til at falde tilbage i gamle mønstre. Nogle af disse brugere sænker efterhånden paraderne og inddrager sig på at bruge hinanden til andet end afvæjning. Gruppeprocessen danner dermed basis for andre personlige og sociale interaktioner, for eksempel venskaber, fjendskaber og flirter. Den enkeltes profitering af gruppen og samspil med andre gruppemedlemmer er altså ikke blot noget, der foregår på gruppens møder – ligesom det ikke er alt, der foregår på møderne, der har at gøre med at opleve forandring med hensyn til stofferne.

Gruppens åbenhed og refleksive karakter adskiller den klart fra hverdagen som et 'lidelsesfællesskab'. På møderne oplever deltagerne at få hjælp til de enkelte faser i deres forandring, sådan at deres holdninger ændres ved hjælp af refleksion over store spørgsmål og identifikation med andre, og deres adfærd ændres ved hjælp af opstilling af konkrete mål i sammenligningen med andre. Derudover giver møderne brugerne mulighed for på eget initiativ at danne netværk, som virker uden for møderne. Alle disse processer er naturligvis subjektive og dybt individuelle og kan ikke nødvendigvis generaliseres eller kvantificeres. Derfor ser vi også brugere, som ikke oplever at få udbytte af gruppebehandlingen, og som vælger at udeblive fra møderne efter kortere eller længere tid. Disse brugere kan ikke genkende sig selv i de andre deltagere, og gruppeprocessen forbliver en diffus størrelse, som karakteriseres som 'løs snak' uden forbindelse til det virkelige liv, hvor misbruget befinder sig.

Gruppebehandlingen rummer alt det, som kendetegner interaktion mellem mennesker: sammenligning, anerkendelse, identifikation – eller distraktion og small-talk for den sags skyld. Som sådan udmærker den sig ved at være en behandlingsform, hvis styrke er medmenneskelighed. Sat ind i en institutionel ramme dannet af gruppeledere og metode, rådgivningscentre og socialforvaltning kan denne medmenneskelige interaktion i sig selv blive gjort til et væsentligt våben i kampen mod stofferne.

FORFATTER

SIDSEL THORSEN

BA.SCIENT.SOC., STUDENTERMEDARBEJDER I KØBENHAVNS KOMMUNE

Forfatteren takker hermed deltagerne i Hash- og Kokain-gruppen samt kolleger i projektet og forvaltningen.

FAKTA

På hjemmesiden www.hashogkokainprojektet.dk kan man læse mere om projektet, og her vil man også kunne finde Sidsel Thorsens rapport, som danner baggrund for nærværende artikel: 'Der er lys for enden af tunnelen....(bare det ikke er et modkørende tog!)' – om kvalitative fortællinger fra gruppebehandling i Hash- og Kokainprojektet.

Læs også projektleder Christians Solholts artikler i STOF nr. 11 og 12 på www.stofbladet.dk.