

Cannabismissbrukares känsla av sammanhang - erfarenheter av det salutogena perspektivet i missbrukarvården

2005-11-03

AV THOMAS LUNDQVIST, DOCENT & LEG PSYKOLOG, RÅDGIVNINGSBYRÅN I
NARKOTIKAFRÅGOR, LUNDS UNIVERSITETSSJUKHUS 221 85 LUND
046-178932 EMAIL THOMAS.LUNDQVIST@MED.LU.SE

Den långsiktiga sidoeffekten hos cannabis medför en sänkning av hjärnans medelblodflöde, speciellt i de frontala regionerna där de högre intellektuella funktionerna är lokaliserade. En av dessa funktioner är vår förmåga till analytisk-syntetiska varseblivning som hjälper oss att avdelar sätta samman en helhet. Det är en process som hjälper oss att skapa åsikter, moral, värderingar och en helhetsbild av något och den bygger i hög grad på att de övriga kognitiva funktionerna levererar adekvat information. Feedback mot omvärlden är en nödvändighet (1).

Cannabinoidernas inverkan på människans tankeverksamhet innebär att man inte tillfullo förmår att (1):

- sortera informationsflödet på ett korrekt sätt,
- urskilja vad som är väsentlig information,
- lägga till den kvalitativa aspekten i språket, dvs få känslan av att det är jag som tycker så,
- förstå nyanserna i informationen.

Olika självbilder

För den kroniska haschrökaren ger följande beskrivning av sig själva som haschrökare (1):

- Andras inkonsekvenser tillåter mig att röka hasch.
- Förr kretsade allt kring hasch.
- Haschrökaren alienerar sig i förhållande till andra människor, han ser/har en insikt som ingen annan har.
- Förr gjorde jag allting bra, bara för att vara dubbelt så bra, eftersom jag var missbrukare.
- Informationen. Tänkte bara på vad siste man hade sagt.
- Legitimerade alltid haschrökning.

Efter avslutat missbruk och behandling gav de följande beskrivning av samma funktion i drogfritt tillstånd:

- Man kan ge sig in i en diskussion, och hela tiden sköta en diskussion med sig själv för att komma med nya infallsvinklar.
- Man går djupare in i åsikterna.
- Tänker efter vad andra säger och tar hänsyn till detta när jag formulerar orden.
- Mer balanserat i åsikterna, som folk i allmänhet.
- Svårt att veta vem jag är.
- Man blir förfärad över hur man har tänkt i schabloner, ibland kommer dessa tankar tillbaka och då tänker man hur fan kunde man tänka så paradoxalt.
- Som hos en datamaskin, många fler in och utgångar.
- Associerar mer strukturerat.

Salutogent perspektiv

Denna process påverkar vårt förhållande till omgivningen. Det har länge varit svårt att finna ett instrument som speglar en sådan komplex funktion. Ett instrument som tycks fånga detta är ett frågeformulär konstruerat av Antonovsky (2) som också skapade begreppet *känsla av sammanhang* (Kasam), vilket kan definieras som en global hållning som uttrycker i vilken utsträckning man har en genomträngande och varaktig men dynamisk tillit till att:

1. de stimuli som härrör från ens inre och yttre värld under livets gång är strukturerade, förutsägbara och begripliga,
2. de resurser som krävs för att man skall kunna möta de krav som dessa stimuli ställer på en finns tillgängliga, och
3. dessa krav är utmaningar, värda investering och engagemang.

Kasam kan ses som ett förhållningssätt snarare än som ett personlighetsdrag. Känsla av sammanhang kan antas vara en viktig faktor bakom upprätthållandet av ens position på den kontinuerliga dimensionen hälsa-ohälsa och rörelser mot dess friska pol.

Det finns tre centrala underdimensioner i **Kasam**: begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet. En individ som har hög Kasam har höga värden på dessa komponenter. **Begriplighet** syftar på i vilken utsträckning man upplever inre och yttre stimuli som förnuftsmässigt gripbara, som information som är ordnad, sammanhängande, strukturerad och tydlig snarare än som ett brus - det vill säga kaotisk, oordnad, slumpmässig, oväntad, oförklarlig. **Hanterbarhet** avser den grad till vilken man upplever att det står resurser till ens förfogande, med hjälp av vilka man kan möta de krav som ställs av de stimuli som man bombarderas av. **Meningsfullhet** är begreppets motivationskomponent med både en känslomässig och kognitiv innebörd. Den syftar på i vilken utsträckning man känner att livet har en känslomässig innebörd, att åtminstone en del av de problem och krav som livet ställer en inför är värda att investera energi i.

Ett frågeformulär som är översatt till svenska med 29 frågor bildar underlaget för denna bedömning. Detta instrument tycks vara känsligt för den kognitiva dysfunktion som cannabinoiderna framkallar och gör det möjligt att göra en bedömning av haschmissbrukarens anpassning till sin omgivning och därmed också svårigheten för klienten att återanpassa sig till samhället. Det blir en hjälp till behandlingsplanering. En studie (1) av kroniska haschrökarens känsla av sammanhang (förståelse för den inre och yttre världen) visar att kroniska haschrökare innan behandling ligger under normalzonen. Efter sex veckors drogfrihet och behandling enligt en kognitiv inriktad behandlingsmetod speciellt för haschrökare (1) förbättrade haschmissbrukarna avsevärt sin känsla av sammanhang, till en nivå jämförbart med en svensk normalgrupp.

En grupp som inte fick behandling uppvisade inte denna förbättring, utan låg kvar på den låga nivån. Resultatet tyder på att behandling med kognitiv inriktning förbättrar klientens känsla av sammanhang. Resultatet i ovannämnda studie tyder på att de som missbrukar cannabis och som söker hjälp är en grupp som kombinerar låg begriplighet med hög känsla av hanterbarhet vilket teoretiskt är en osannolik kombination, eftersom hög hanterbarhet är beroende av hög begriplighet. Det är svårt att tro att man ska klara sig om man lever i en värld som upplevs som kaotisk och oförutsägbar.

Kasamvärdena förbättrades inte på samma sätt hos en grupp heroinmissbrukare som ställdes in på metadon och inte heller hos en grupp blandmissbrukare som genomgått olika typer av behandling.

Utifrån resultatet av detta formulär kan man påstå att de undersökta personerna i haschpåverkat tillstånd eller i tidig abstinens

- i låg utsträckning upplever inre och yttre stimuli som förnuftsmässigt gripbara, att information är oordnad, osammanhängande, ostrukturerad och otydlig, dvs som ett brus,
- upplever att det dock står resurser till ens förfogande, med hjälp av vilka man kan möta de krav som ställs av de stimuli som man bombarderas av,
- att det finns en stor skillnad på motivationsnivå hos de vård sökande både avseende känslor och kognition,
- efter sex veckors drogfrihet och behandling avsevärt har förbättrat sin känsla av sammanhang.

Cannabismönster

Enligt det här frågeformuläret är de haschrökare som söker sig till Rådgivningsbyrån vid Universitetssjukhuset i Lund de som kombinerar låg begriplighet med hög hanterbarhet.

Man kan anta att ett kroniskt cannabisbruk skapar ett nytt förhållningssätt, ett nytt tankemönster, ett nytt sätt att reagera och fungera på som vi kan kalla för **cannabismönster**. Genom detta filter skapas nya värderingar och föreställningar som markant skiljer sig från hur man skulle ha uppfattat saker och ting om man inte hade rökt hasch. Detta märker inte haschrökaren. Ju längre haschrökningen har pågått, desto starkare präglad blir haschrökaren av den bristfälligt fungerande psykiska apparaten. När man slutar röka hasch är det lätt hänt att detta cannabismönster hänger kvar. Framför allt sker detta vid kortare uppehåll, och då hinner inte haschrökaren uppleva någon förändring, vilket självklart leder till inställningen att då kan man väl fortsätta med att röka hasch.

REFERENSER:

- (1) Lundqvist T (1995): Cognitive dysfunctions in chronic cannabis users observed during treatment, an integrative approach. Almqvist & Wiksell International, Stockholm, Sweden
- (2) Antonovsky A (1987): *Unraveling the mystery of health*. Jossey-Bass.