

HARALD BOHLIN

ALKOHOLIMORAALISTA

Tänä syksynä pidettiin Upsalan yliopiston kurssitoiminnan puitteissa käytännöllisen alkoholitietouden kurssit. Ohjelmassa tähdennettiin erikoisesti, että kurssit oli tarkoitettu alkoholinkäyttäjille.

Kursseilla otettiin pohdittavaksi erilaisia alkoholinkuluttajan kannalta aktuelleja ongelmia ja kysymyksen asetteluja, kuten esim. miten kauan alkoholin nauttimisen jälkeen on odotettava ennen kuin ryhdytään ajamaan autoa, mitä kohmelo merkitsee fysiologisesti ja miten oireet voidaan parantaa tai välttää, mitkä oireet viittaavat alka-vaan riippuvuuteen alkoholista jne. Jokaisen luennon jälkeen seurasi oluen tai viinin maistamista ammattimiesten johdolla.

On haluttu poiketa yleisestä käsityksestä, jonka mukaan alkoholivalistuksessa on rajoitettava varoittamaan alkoholista sellaisenaan. Kulutustavoista riippumatta tarvitaan käytännöllistä asiakasneuvontaa. Tähän kuuluu myös laatu- ja turvallisuuden kehittäminen, johon pyritään maistamistilaisuuksien avulla. Ajattelematon juopotteluromantiikka menettää ehkä täten joidenkin mielestä viehätystään. Tällainen 'menetyks' ei

siinä tapauksessa ole vain sopusoinnussa viranomaisten pyrkimysten kanssa: siitä on ennen kaikkea hyötyä yksityisille henkilöille.

Monet pitivät kurssia absolutisteille kohdistettuna haasteena. Me katsomme sen päinvastoin täydentävän muiden ryhmien panoksia taistelussa alkoholin väärinkäyttöä vastaan. Emme harjoita propagandaa enempiä alkoholin puolesta kuin sitä vastaan. Annetut tiedot vastaanottaja voi käyttää lähtökohtana joko alkoholista luopumiseen tai kohtuulliseen alkoholinkäyttöön. Jos yleensä asetamme kannattamaan jotakin periaatetta, haluamme tähdentää, ettei jollakin alalla saatu tietoa milloinkaan voida vahingoksi.

Päämäärä — väärinkäytön vastustaminen — meillä siis on yhteinen monen muun ryhmän kanssa. Mutta olemme valinneet toisenlaiset psykologiset puitteet valistustoiminnallemme murtaaksemme raittiuskysymystä ympäröivän 'ikävyysvallin'. Aikaisemmin olen teoreettisella tasolla askarrellut alkoholikysymyksen pedagogiikan parissa laatiessani kirjelmää alkoholinväärinkäyt-

töä vastustavalle keskusliitolle (Riksförbundet mot alkoholmissbruk — RFMA). Seuraavassa perustan esitykseni tähän kirjoitukseen korostaen kuitenkin, ettei RFMA:lla ole minkäänlaista vastuuta Upsalan-kurkseista. RFMA on lähes 60:n aatteellisen, ammatillisen ja poliittisen valtakunnallisen järjestön yhteiselin, jossa absolutistit ja muut työskentelevät yhdessä molemminpuolisen kunnioituksen vallitessa. Ko. kurssiin osallistui viitisenkymmentä ylioppilasta, ja osakunnat ovat tiedustelleet, olisiko mahdollista järjestää samanhenkisiä, 20 minuuttia kestäviä ohjelmia heidän olutanssiensa yhteydessä. Yliopiston kurssi-toiminta suunnittelee myöhemmin pidettävää laajempaa kurssia.

Asenteisiin vaikuttamisen edellytyksiä¹⁾

Alkoholivalistus pyrkii tietojen lisäksi välittämään myös asenteita, mm. vastuuntuntoa ja suvaitsevuutta toisin ajattelevia ja toimivia kohtaan. Koska asenteet eivät perustu vain järkiperäisiin tekijöihin, on tärkeää selvittää itselleen, mitä muita tekijöitä tässä toiminnassa on otettava huomioon.

Haluttaessa vaikuttaa asenteisiin ei hyvää tahtoa riitä. Tärkeämpää on miten kuulijat käsittävät sanoman, mitä miellelyhtymiä se herättää ja mikä on sen suhde jo vallitseviin arvostuksiin ja tapoihin. Mitä enemmän näitä viimeksi mainittuja pystytään pitämään lähtökohdaksi, sitä suuremmat ovat mahdollisuudet onnistua vaikuttamaan kuulijoiden asenteisiin oikealla tavalla.

Kääntäen on todettava, että jos kuulija käsittää sanoman uhkana arvostuksiaan tai tapojaan vastaan, on todennäköistä, ettei hän omaksu hänelle tarjottuja asenteita tai tietoja ja että hän jopa saattaa suhtautua asiaan täysin kielteisesti. Vaikka onnistutaisiinkin opettamaan hänelle tiettyjä to-

siasioita, on olemassa suuri vaara, ettei hän katso niiden merkitsevän mitään hänelle henkilökohtaisesti.

Näistä pulmista alkoholivalistajan on erikoisen vaikea selviytyä, koska kuulijoiden asenteet useinkin joutuvat aivan toisenlaisen vaikutuksen kohteiksi muiden normilähteiden, kuten kodin ja toveripiirin, taholta. Useimmille nämä muut normit lienevät sitä paitsi tärkeämpiä kuin alkoholivalistajan välittämät. Myös mainonnan sekä kirjallisuudessa ja filmissä esiintyvien käyttäytymismallien vaikutus kuuluu kuvaan.

Pysyvän tuloksen saavuttamiseksi on välttämätöntä selvittää, mitä asenteita eri normilähteistä levitetään ja mitkä asenteet jo ovat vallalla. On päästävä selville siitä, mikä päämäärä halutaan saavuttaa sekä mistä asenteista on luovuttava tämän päämäärän saavuttamiseksi ja mitkä voidaan ottaa lähtökohdaksi. Edelleen on tutkittava, mitkä tekijät helpottavat ja vaikeuttavat vaikutuksen aikaansaamista.

Valistuksen tarkoitus

Useilla alkoholivalistukseen sisältyvillä keskeisillä termeillä on eri ryhmissä erilainen merkitys. Tämä koskee esim. sanoja "päähtynyt", "väärinkäyttö" ja "kohtuullisuus". Kohtuullisuuskäsite on luonteeltaan epämääräinen. Kohtuullinen alkoholinkulutus vaihtelee tilanteen ja yksilön mukaan. Sanalla kohtuullinen tarkoitetaan kaikkea sellaista käyttöä, joka ei ole väärinkäyttöä. Tärkeintä on, että käyttö on vastuuntuntoista. Alkoholista käytettäessä tarvitaan tietoja ja harkintaa, niin ettei kuluttaja valitse väärää ajankohtaa ja että hän kunnioittaa toisten oikeutta määrätä itse puolestaan. Kohtuullisuusideologiaan sisältyvät sen vuoksi perustavaa laatua olevat asialliset ja kriittilliset tiedot alkoholinkäytön eri puolista, niin myönteisistä kuin kielteisistäkin. Harkinta edellyttää esim. tahtoa oikeiden johtopäätösten tekemiseen niiden varoitusoirei-

¹⁾ Vrt. Ingaliil Österberg: *Psykologi- ja klinikkatyöstä* (Ap. 3/65 ss. 149—158) sekä nimim. E.J.I. (Apol. 4/65 ss. 238—239) "kontrollikysymyksestä".

den perusteella, jotka osoittavat käytön ja väärinkäytön välisen rajan. Psykologiset vaikeudet, jotka ilmenevät tämän ideologian soveltamisessa alkoholista jo riippuvaiseen henkilöön, kuuluvat luonnollisesti niin ikään asioihin, jotka on tunnettava alkoholia käytettäessä.

Eri tutkimuksista ilmenee, että vain muutamalla harvalla prosentilla on epävarma asenne alkoholinkäyttöön. Mahdollisuudet muuttaa ihmisten asenteita tässä kysymyksessä alkoholivalistuksen avulla lienevät sen vuoksi melko pienet. Mutta tämä ei olekaan valistuksen tehtävä. Sekä täysraittius että kohtuus ovat täysin hyväksyttäviä yhteiskunnan kannalta. Molempiin voi liittyä tärkeiden tosiasioiden täydellinen tunteminen ja sosiaalinen vastuuntunto. Ne eivät siis ole vain hyväksyttäviä vaan ne saattavat olla eettisesti täysin samanarvoisia. Mutta epäitsenäisyyttä, arvostelukyvyyn puutetta ja tietämättömyyttä on vastustettava.

Päätavoitteena on pyrkiä, niin pitkälle kuin tämä tietoja välittämällä on mahdollista, estämään riippuvuus — sanan laajimmassa psyykkisessä ja fyysisessä merkityksessä — alkoholista ja alkoholitavasta. Tämä tietää sitä, että kohtuullisia käyttäjiä on autettava, jotta he välttyisivät tällaiselta riippuvuudelta. On kylläkin totta, että ainoa täysin varma tie on absolutismi. Mutta parhaasta ei saa tehdä hyvän vihollista. Joskin yhteiskunnan kannalta sinänsä on toivottavaa, että useammista tulisi täysraittiita, on alkoholivalistuksen päätavoitteena jotakin muuta. Ei pystytä takaamaan, ettei alkoholia käyttävä ihminen saata kehittyä alkoholistiksi. Mutta tilastollisesti lienee selvitetty, etteivät useimmat kuluttajat milloinkaan joudu kärsimään alkoholiongelmista. Koska alkoholinsieto vaihtelee yksilön ja tilanteen mukaan, ei ole mahdollista tarkkoja määriä ilmoittamalla osoittaa, milloin kohtuullinen käyttö uhkaa muuttua väärinkäytöksi.

On kuitenkin olemassa muita rajoja. Al-

koholistiksi kehittyä vasta usean vuoden alkoholin väärinkäytön jälkeen. Riippuvuus kasvaa asteittain. Olisi saatettava yleiseen tietoon, että epäonnistumiset, alemmuudentunteet, 'stressi' ja seksuaaliongelmien ovat alkoholin väärinkäytön ehkä kaikkein tavallisimpia syitä. Valistustyön päätavoitteena tulee olla kuulijoiden opettaminen seuraamaan omia oireitaan ja mahdollisimman pian tekemään oikeat johtopäätökset, mm. täysin avoimesti kysymään neuvoa. Tämä näkökohta on omiaan liittämään alkoholivalistuksen terveystavoitteeseen laajaan ja unohdettuun käsitteeseen. Täten ei alkoholiongelmia ole ratkaistu, mutta on luotu uusi keino niiden vastustamiseksi.

On tietenkin koetettava estää ja rajoittaa tilapäiskäytönkin kielteisiä vaikutuksia. Usein valistukselle on kuitenkin ominaista, että varoitetaan alkoholista sinänsä.

Harhakuvitelmia

Yleinen harhakuvitelma on se, että "raitiusvalistus" on opetusta, joka koskee "raitiusliikettä" ja siihen liittymisen perusteluja. Useimmat kuluttajat ovat teoreettisesti omaksuneet kohtuullisuusihanteen. Vaikka luennoitsija esittää vain asiatiietoja, on olemassa suuri vaara, ettei tavallisen kuulijakunnan enemmistö alun perin ota opetusta kuuleviin korviinsa, jos he nimittäin ovat käsitäneet esitelmän tarkoituksen väärin.

Yleensä alkoholin väärinkäyttöä paheksutaan. Tähän sinänsä arvokkaaseen asenteeseen liittyy usein väärinkäyttäjien moralistista tuomitsemista — useiden mielestä alkoholihuolet ovat jotakin häpeällistä. Momen on sen vuoksi vaikea tehdä oikeita johtopäätöksiä uhkaavan alkoholismien varoitusmerkeistä. Alkoholivalistuksen tärkeänä tehtävänä pitäisi siis olla näiden häpeäkäsitteiden tehokas vastustaminen.

Tietyissä piireissä pidetään päinvastoin erikoisen miehekkäänä, jos on paljon alkoholia sietävä ruumiinrakenne. Tätäkin asen-

netta vastaan on taisteltava. On voitava hyväksyä yleisenä tosiasiana, että alkoholinsieto toisilla on korkeampi kuin toisilla, aivan niin kuin toisilla on ruskeat ja toisilla siniset silmät. Tämän asenteen tultua murretuksi pitäisi niillä, joiden alkoholinsieto on alhaisempi, olla suuremmat edellytykset tehdä johtopäätöksensä tästä kokematta ympäristön painostusta haitallisena.

Niitä käyttäjiä, jotka eivät pidä kohtuullista kulutustaan huolestuttavana, ei kiinnostane kuunnella luentoja "alkoholinkäytöstä" sinänsä, ellei juomatavan sosiologisesta, historiallisesta tai psykologisesta analyysistä löydy innostavia ja selventäviä vaikutteita. Luennoitsijoiden on koetettava perehtyä kuulijoiden asenteisiin ja antaa aiheesta nyansoidumpi kuva. Usein näin tapahtuukin, mutta ei aina, joten asiasta on syytä huomauttaa. Mutta ennen kaikkea huomiota ei ole ensisijaisesti kiinnitettävä käyttöön ja kulutukseen, vaan oireisiin ja psykologisiin edellytyksiin sekä asenteisiin.

Tietyissä piireissä alkoholijuomien katsottaneen olevan pääasiassa päihdytysaineita sen sijaan, että niitä pidettäisiin esim. ateriajuomina. Tapojen siistiytymisen edistämiseksi on harkittava laatutuntemuksen levittämistä sopivin keinoin. On nimittäin olemassa sosiologis-psykologinen yhteys laadun ja kulutusmäärän välillä.

Nucriso ja alkoholi

Tavallinen alkoholivalistajien ja alkoholipoliitikkojen keskuudessa ilmenevä käsitys on se, että kaikin keinoin on koetettava estää nuorisoa joutumasta kosketukseen alkoholin kanssa. Useissa länsimaissa on myös todettu aikaisen alkoholiin tutustumisen ja alkoholin haittavaikutusten välinen suhde. Aina ei voi väittää alkoholin sinänsä aiheuttavan näitä haittoja.

Tämän lauseen havainnollistamiseksi annetaan tässä kaksi esimerkkiä muista ajateltavissa olevista syy-yhteyksistä: Tietyis-

sä ympäristöissä on joukko muita tekijöitä kuin alkoholi, jotka luovat edellytyksiä sosiaalisille ja psyykkisille vaikeuksille. On kohtuullista otaksua, että näissä ympäristöissä annetaan nuorison aloittaa alkoholinkäyttönsä aikaisemmin kuin muissa, samassa maassa sijaitsevilla ryhmissä. Kuten kaikkialla muutenkin on asianlaita, joutuvat tietyt nuoret ryhmissä, joissa nuorison alkoholinkäyttöä ei siedetä, eri syistä huonoihin väleihin ympäristönsä kanssa, mikä silloin myös ilmenee alkoholin väärinkäytönä. Näissä molemmissa esimerkeissä alkoholin haittavaikutukset olisivat pikemminkin muiden tekijöiden kuin aikaisen alkoholinkäytön seurausta. Yleensä on otettava huomioon, että halutessamme estää nuoria käyttämästä alkoholia vahvistamme heidän keskuudessaan tavallista asennetta, jonka mukaan alkoholin nauttiminen on jotakin täysikasvuista ja näin ollen tavoiteltavaa. Tätä on pidettävä vakavana komplikaationa, joka esiintyy kaikessa nuorisoon kohdistuvassa alkoholivalistuksessa.

Juuri sen takia, että nuorisojuoppous on niin vakava ongelma, on tärkeää analysoida syy-yhteydet seikkaperäisesti ja varauksetta. RFMA järjesti lokakuussa kokouksen, jossa omistettiin erityistä huomiota sille, miten nuoriso voidaan saada omaksumaan kypsä käsitys alkoholista. Joulukuussa ilmestyy painettu kokousselostus.

Tulevaisuuden näkymiä

Yleensä ei pyritä riippuvuuteen alkoholista. Aktuellien tutkimusten yhdistelmästä, joka äskettäin on laadittu Ruotsissa nimellä "Nykrare nu" (Raittiimpaa nyt), ilmenee n. 10 %:lla alkoholinkäyttäjistä olevan ihanteenaan täysraittius. Täysikasvuista miehistä 75 % pitää kohtuullisuutta normina. Kaikki eivät saavuta ihannettaan, mutta siinä heitä pitäisi auttaa. Ne, jotka voivat joutua tähän tilanteeseen, muodostavat varsin suuren enemmistön tavallisesta kuulija-

kunnasta. Tämän ryhmän valistuksen tarve on sitä paitsi polttavin.

On sen vuoksi tärkeää suunnitella alkoholivalistus sellaiseksi, että nämä ihmiset pääsevät siitä osalliseksi. Oikein suunniteltuna sillä täytyy olla hyvät mahdollisuudet päämääränsä saavuttamiseen, koska useimmat suhtautuvat kielteisesti alkoholin väärinkäyttöön.

Valitettavasti alkoholin väärinkäyttö on tavallista sekä todellisuudessa että joukkotiedotusvälineissä. Tuskin kukaan 15 vuotta täyttänyt henkilö on epätietoinen siitä, että alkoholi myös on jotakin vaarallista. Ei tarvinnut omistaa paljoakaan aikaa synkkien tosiasioiden korostamiseen. Sen sijaan on neuvottava, miten tällaisilta huolilta voidaan välttyä. Jos valistus suunnitellaan siten, ettei kuulijakunnan tarvitse epäillä sitä, että heidän haluaan käyttää alkoholia kohtuullisesti kunnioitetaan, lienee olemassa hyvät edellytykset pysyvien tulosten aikaansaamiseen.

Muita myönteisten asenteiden ilmauksia, joiden varaan voidaan rakentaa, ovat AA-liikkeen yleinen kunnioittaminen ja sellaisen kohtuullisuusajatuksista poikkeavan käytöksen kuin esim. rattijuopottelun paheksuminen. Elintason noustessa omaksunevat monet III sosiaaliryhmään kuuluvista yhä useampia keskiluokan asenteista alkoholin alalla.

Valtiolliset suuntaviivat

Ruotsissa äskettäin asetetulle alkoholipoliittiselle komitealle²⁾ annetuissa toimintaohjeissa sanotaan niin ikään RFMA:n hengessä, että on pyrittävä "muuttamaan asennoitumista alkoholinkäyttöön". Tämä on realistisempaa kuin "otaksuma, että yleinen pidättyvyys . . . olisi toteutettavissa".

Näitä jossain määrin diplomaattisia formulointeja on nyt selvennetty ohjeiden laadimisesta vastuussa olleen toimistopäällikkö Reuterswärdin lausunnossa. "Ainoa käytännöllinen linja on, että pyritään jakamaan valistusta kohtuullisuusajattelun pohjalta." Luonnollisesti absolutistiset perustelut on tulevaisuudessakin sisällytettävä yhteiskunnalliseen valistustoimintaan. Mutta niissä henkilöissä, jotka eivät halua seurata tätä linjaa, ei ole niinkään pyrittävä luomaan kielteistä asennetta alkoholiin, kuin koetettava edistää myönteistä halua alkoholinkäytön edellyttämän vastuun kantamiseen.

Olisi ilahduttavaa, jos väittely voisi vapautua hedelmättömästä asennoitumisesta täysraittiuden puolesta tai sitä vastaan ja enemmän keskittyä sellaisiin rakentaviin kysymyksen aseteluihin, joiden selvittämiseksi me kaikki, henkilökohtaisista kulutus-tavoista riippumatta, voisimme työskennellä yhdessä.

²⁾ Kts. selostusta katsausosastossa - toim. huom.