

UNGDOMAR OCH ALKOHOL

1 Varför är unga intresserade av att använda alkohol och droger?

Vuxnas beteende fungerar som en säker och lockande förebild: att koppla av, festa och roa sig, att bli mer spontan, ha ökad självsäkerhet och kunna skratta för allt möjligt. Man upplever känslan av frihet och ivrighet, allt känns bra och vackert. Det kan kännas nästan som fullkomlig lycka, som något ovanligt behagligt.

Allt som är förbjudet ökar nyfikenheten. Förbjuden frukt smakar verkligen bättre. Eftersom bara vuxna får röka och dricka alkohol, vill den unga visa sig lik dem.

Vi får starkare känslan av att existera genom att använda alkohol och droger. Det finns uppenbarligen en allmän brist på bekräftelse på vår existens, dvs. brist på självkänsla, acceptans och respekt, eller med ett ord kärlek.

2 Alkohol och droger används för att läka dålig självkänsla

Vi lider av kronisk brist på att känna oss accepterade, bekräftade och älskade. Det är inte bara med alkohol och droger som man försöker nå bekräftelse på sin existens. Vi skapar andra liknande vanor och beroende, som till ex. behov av beröm, krav på att kunna visa goda vitsord, störande uppträdande eller att agera som clown för att få uppmärksamhet, shoppa märkeskläder, prylar, bilar, skaffa maktsymboler, spel, erövra nya sexobjekt, nedvärdera och mobba andra, hälso- eller utseendemani, lugnande eller uppiggande piller, nazism och andra totalitära rörelser, terrorism...

Hur uppstår vår brist på självkänsla? Är allmänna värderingar och samhället orsaken? Det finns vissa karaktärsdrag i samhället som förorsakar negativa känslor (känslorvanor) hos människor:

- Konkurrens och girighet (pengar är makt) leder till oändligt ökande krav, gränslös spekulation och ojämlikhet. Detta skapar känslor av osäkerhet, avund, egoism, cynism och stress.
- Representativ demokrati betyder att man delegerar sin makt till ett fåtal representanter. Detta skapar känslor av främlingskap, orättvisa och känslan av att bli lurad.
- Konflikten mellan arbetsgivare och arbetstagare betyder underkastelse, exploatering av arbete och ojämlikhet. Detta skapar känslor av främlingskap, orättvisa, cynism, förödmjukelse och hat.
- Behov av gränslös tillväxt i produktion och konsumtion leder till förstörelse av natur och mänskligt liv. Detta skapar känslor av konflik, ångest, rädsla, maktlöshet och förnekelse av känslor.

Samhällets maktstrukturer främjar negativa känslor hos människan. Samtidigt upplevs dessa känslor som tecken på svaghet och obalans. De är liksom förbjudna. Samhället styr människan att känna på det sätt som man inte ska känna. Detta förorsakar en inre konflikt och förnekelse av känslor. Människan mår dåligt och försöker hitta olika sätt att "medicinera" sig. Då finns alkohol och andra droger (legala eller illegala) som tänkt botemedel.

Ofta tolkas det så att den ungas illamående beror på föräldrarnas illamående. Det låter logiskt, barn imiterar eller tar lätt på sig de vuxnas sätt att känna. Man säger att äpplet inte faller långt från trädet. Å andra sidan har vuxna redan levt under samhällets styrning och värderingar. Samhället är deras "träd". Att anklaga barn och unga för t.ex. lathet, rastlöshet och brist på respekt är orättvist. De är till stor del konsekvenser av samhällets och vuxnas värderingar.

3 Vad kan vi göra för att bygga upp folks dåliga självkänsla?

I stora drag kan en långsiktig vision för framtiden omfatta följande idéer.

Man behöver utveckla nya värderingar, vanor och sociala strukturer som främjar jämlikhet, tillhörighet och gemensamt ansvar, dvs. mänskliga värderingar, eller med ett ord, kärlek.

Alla människor vill bli sedda, respekterade och älskade. Känslan är väsentlig för människans. Man är helt fri att känna vad man än känner. I grunden vill man bli respekterad just i sin känsla: glädje, förälskelse, sorg, rädsla, skam, kränkthet, ilska, maktlöshet... Vi behöver utveckla vanan att respektera varandra just i våra känslor. Det är att värdesätta människan.

I stället för att kritisera varandra för alla möjliga fel och brister, behöver vi utveckla en vana att bekräfta den mänskliga rikedom hos varandra. Focus ska inte vara på problem men i stället på att förstärka det sunda hos alla. Det är att värdesätta människan.

Vi behöver utveckla jämlikhet. Det betyder att minska betydelsen av vitsord, jämförelser och maktsymboler. Vi behöver utveckla konkurrensmentaliteten i skola och arbetsliv.

Vi behöver förändra samhällets maktstrukturer inom politik och arbetsliv så att människor verkligen kan känna sig delaktiga och respekterade. Detta innebär att människor deltar i viktigt beslutsfattande och planering direkt, i stället för att enbart delegera sin makt till representanter. Den representativa demokratin ska underkastas den direkta demokratin. Jämlikhet främjar samhörighet, solidaritet och är grunden för gemensamt ansvar.

Vad kan du börja göra omgående men i små steg?

Kärlek är grunden till självkänslan. Kärlek är att känna något gott och vackert, t.ex. tacksamhet, nyfikenhet, glädje, entusiasm och acceptans. Det leder till att man handlar kärleksfullt. Kärlek är inte bara den behagligaste känslan, den styr dig till goda handlingar. Kärlek innebär inte främst att få. Du uttrycker den i dina handlingar. När du bestämmer dig för att göra något gott för andra, även om det är emot din vilja, börjar du så småningom känna kärlek. Det är oftast frustrerande att vänta på att få kärlek från andra. Det bästa är att agera själv – att ge i stället för att få.

Du kan t.ex. undersöka folkrörelser och andra organisationer för att se vilka av dessa som främjar jämlikhet, mänskliga rättigheter och respekt för naturen. Välj någon av dem och börja delta i dess aktiviteter. Du får helt nya kontakter, vänner och upplevelser ofta på internationell nivå. Du utvecklar dina sociala förmågor och det kan bli till stor hjälp under hela ditt liv. Du öppnar dig för något större än bara din personliga framgång, det betyder också kärlek.

Conscientia-skolgruppen (noterad av Pertti Simula) 26.10.2015