



AF HVERJU KAUPIR ÞÚ ÁLFINN?

„Ég kaupi álfinn til að styrkja SÁÁ að sjálfsögðu. SÁÁ hefur bjargað ótrúlega mörgum og ég kaupi álfinn til að styrkja þetta frábæra málefni sem hefur bjargað Íslendingum, ungum sem öldnum, frá þessum sjúkdómi. Mér þykir vænt um álfinn og SÁÁ og mér þykir vænt um að þeir séu til.“

Ellen Kristjánsdóttir söngkona



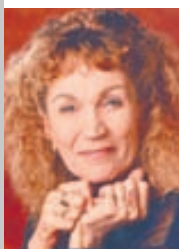
„Álfurinn er mikilvægur hlekkur í að styðja við samtök sem eru lífsnauðsynleg á Íslandi, það er ekki flóknara en það. Það hefur komið mér á óvart

hvað áfengissjúklingar eru hátt hlutfall þjóðarinnar. Alkóhólismi er eitt stærsta heilbrigðisvandamál í hinum vestræna heimi. Mér finnst þetta starf stórmerkilegt og lífsnauðsynlegt til að bjarga mannlífum.“

Steingerður Kristjánsdóttir, verkefnastjóri hjá skóla- og frístundasviði Reykjavíkurborgar

„Ég hef keypt álfinn í áraraðir og kaupir hann eingöngu til að styrkja þessi samtök sem eru ein af þeim merkilegri sem hefur verið komið á stofn hér á landi til að hjálpa fólki í vanda. Alltaf eru keyptir fleiri álfar en einn og fleiri en tveir því að mér finnst SÁÁ vinna svo góð verk og hafa gert það svo lengi með svo góðum árangri.“

Hreiðar Hermannsson, framkvæmdastjóri Sandfells



„Af því að það á að nota fjármunina sem fást í að efla aðstöðina við unga fólkid samkvæmt því sem mér var sagt þegar ég keypti álfinn núna síðast. Ég hef keypt álfinn frá upphafi og seldi fleiri þúsund álfra í gamla daga. Ég styð allt sem eflir þetta starf hjá SÁÁ sama hvaða nafni það nefnist.“

Kristín Snæfells Arnþórsdóttir, framkvæmdastjóri í Öflun

Ung einstæð móðir sem kemur úr áfengis- og vímuefnamedferð þarf stuðning til að geta bæði sinnt bata sínum og foreldraskyldum.

Konur sem glíma við alkóhólisma ætla að ná vopnum sínum enda upplifa þær oft valdleysi og litla stjórn yfir eigin lífi. **GUÐRÚN KRISTJÁNSDÓTTIR** skipuleggur fundaröð um konur og alkóhólisma. Hún segir að starfsemi SÁÁ sé karllæg og í skoðun sé að stofna sérstakan kvennahóp innan samtakanna.

Konur nái vopnum sínum

SÁÁ eru lifandi samtök sem eru í sífelldri endurskoðun og nú síðustu vikur hefur staðið yfir fundaröðin Samtal um alkóhólisma og konur í Von, Efstaleiti 7, en mikilvægt er að samtökin og samfélagið allt geri sér grein fyrir því hvernig sjúkdómurinn alkóhólismi leggst á konur. Til dæmis er talið er að meirihluti kvenna sem á við alkóhólisma að stríða hafi orðið fyrir kynferðislegu ofbeldi og stór hluti annarskonar ofbeldi eða áföllum. Til sam- anburðar er talið að allt að minna



Guðrún Kristjánsdóttir

en helmingur karla sem glímur við alkóhólisma hafi orðið fyrir kynferðislegu ofbeldi. Vissulega er margt sem sam- einar kynin í sjúkdóminum en einnig margt sem skilur að.

Ræða ofbeldi og völd

Næsta fundarkvöld er í kvöld, 9. maí, og ber fundurinn yfirkristina Ofbeldi, misnotkun, sár reynsla og leiðin til bata. Þar mun Þórarinn Tyrfingsson meðal annars koma fram og ræða ofbeldi og alkóhólisma, en einnig þær Guðrún Ebba Ólafsdóttir, höfundur bókarinnar Ekki líta undan og Sigríður Björnsdóttir, stofnandi Blátt áfram.

Eftir viku, miðvikudagskvöldið 23. maí, verður svo fjallað um konur og fjölskyldulægni sjúkdómsins. Dr. Sólveig Anna Bóasdóttir, dósent í guðfræðilegri siðfræði, mun þá tala um fyrirgefninguna og setja hana í valda- samhengi.

„Ef valdajafnvægið hefur ekki breyst og er eins og þegar ofbeldið fór fram þá er ekki um að ræða fyrirgefningu nema þau valdahlutföll breytist. Sá sem er valdaminni og brotið hefur verið á, á ekki að fyrirgefa þeim valdameiri sem er áfram í þeirri stöðu að vera valdameiri. Ég tek þetta inn í Nýja testamentið og er með dæmi. Þegar Jesú hangir á krossinum þá fyrirgefur hann ekki heldur segir að fadir á himnum muni fyrirgefa ykkur. Þar af leiðandi er boðskapurinn á þá lund að létta þeirri kvöð af fórnarlömbum að þau verði að fyrirgefa í þeirri stöðu þar sem enginn hefur beðið um fyrirgefningu og valdastaðan er óbreytt. Þar sem aldrei hefur orðið nein sátt eða breyting þá þurfi menn ekki að fyrirgefa. Siðferðilegi boðskapurinn er þar af leiðandi að hjálpendur eigi ekki að knýja á um að fórnarlömb fyrirgefi,“ segir Sólveig Anna.

Karllæg gildi eru sterk

Guðrún Kristjánsdóttir blaðamaður heldur utan um fundarröðina um konur og alkóhólisma og hún telur að konur séu mjög líklega í allt annarri stöðu en karlar í samfélaginu þegar kemur að alkóhólisma. Þær hafi minni völd en karlarnir og fyrir þeim þá eru karllæg gildi mjög sterk innan þessa geira á Íslandi.

„Ég er engin sérfræðingur í alkóhólisma en fróðleikssvampur í eðli mínu og ástæðan fyrir því að mig langar til að skoða þetta er sú að ég hef tekið eftir að konur sem koma út úr meðferð þurfa oft á mikilli sérhæfðri hjálpi



ALKÓHÓLISMI OG KONUR Síðustu tvö miðvikudagskvöld, og í kvöld og á miðvikudagskvöld í næstu viku verður Samtal um alkóhólisma og konur í Von, Efstaleiti 7. Hér eru þær Kristín I. Pálsdóttir, Guðrún Kristjánsdóttir, Helka Jósepsdóttir, Gunnhildur Bragadóttir og Stefánía Ágústsdóttir sem allar láta sig þennan málaflökk varða.

MYND: GUNNAR GUNNARSSON

að halda til að geta lifað heilbrigðu og góðu lífi. Auðvitað hafa þær kannski alltaf þurft á henni að halda en nú eru komnir svo margir sérfræðingar sem geta hjálpað með góðum árangri. Þetta eru sérfræðingar sem hafa meðal annars faglega þekkingu á áfallastreituröskun, kvíðaröskun, þunglyndi eða öðrum hliðar- eða rötardamálum sem virðast einnig hrjá margar konur sem fara í meðferð við áfengisvandamálum,“ segir Guðrún.

Vanræksla ein af rötunum

Guðrún bendir líka á að vanræksla sé talin ein af mörgum rötum fíknisjúkdóma og vanræksla flokkast í dag sem ofbeldi. Flestir sem alast upp við alkóhólisma eða í fíkniumhverfi hafa búið við vanrækslu og þar með ofbeldi. Nú er líka vitað að sá sem einu sinni hefur orðið fyrir ofbeldi eða áfalli sé líklegri til að verða aftur fyrir slíku á lífsleiðinni. Og þar sem konur eru almennt valdaminni eða vanmáttugri en karlmenn í samfélaginu séu þær alltaf í verri stöðu og því útsettari fyrir allskonar ofbeldi en karlar. Guðrún segir að saga kvenna sem hafa verið að drekka sé því oft mikil áfalla- og ofbeldissaga, bæði líkamleg og andleg, sem þurfi mörg ár til að vinda ofan af. En kannski megi stytta leiðina verulega með því að opna umræðuna upp á gátt.

„Við viljum fókusera á að konur nái

„Maður veltir því óneitanlega fyrir sér hvort ofnotkun á orði eins og vanmáttur, nema þar sem það virkilega á við, geti hindrað að konur, sem til dæmis hafa lengi búið við ofbeldi samfélagsins, nái tókum á eigin lífi?“

Hún bendir á að Bandaríkjamenn, sem eru manna duglegastir við að stofna 12 spora samtök og miklir sérfræðingar í fíknifræðum, séu í mörgum tilfellum farnir að hvetja konur til að tala um vald sitt fremur en valdaleysi eða vanmátt og þær séu fremur hvattar að finna eigin kraft eða „power“.

„Það hlýtur allavega að segja okkur eitthvað ef önnur hver kona á Íslandi sem berst við alkóhólisma þarf að leita á náðir fíknifræðinga, sálfræðinga og/ eða sérfræðinga í áfallafræðum.“

Guðrún segir að reynslan sýni að þessir sérfræðingar nái oft miklum árangri og konurnar finni fyrir nýrri tegund af frelsi og góðum bata. Sjálf hefur Guðrún rekist á rannsóknir sem bendi til þess að konur sem koma úr mikilli drykkju og erfðri reynslu og eigi fjölskyldusögu um alkóhólisma séu að koma undan þeirri reynslu eins og konur úr stríði.

„Þær eru svo margbrotnar. Lífssaga þeirra ber í sér afleiðingar sem líkjað því að þær hafi verið þátttakendur í stríði. Ég er ekki að segja að þetta eigi ekki við hjá mörgum karlmönnum líka en konur eru almennt miklu valdaminni en karlar á mörgum sviðum og því eru afleiðingarnar oft skæðari,“ segir Guðrún og telur að áfallafræðin séu „merkileg fræði sem eiga eftir að koma betur inn í lausnir við áfengisvandann í framtíðinni og eru þegar farin að hafa áhrif.“

Mikilvægast að hlusta

Bandaríska meðferðar- og menntastofnunin Hazelden er nokkurs konar mekka fíknifræðanna í heiminum í dag. Margir hafa sótt þangað góða menntun og eru nú að miðla af þekkingu sinni. Guðrún bendir líka á margar góðar bækur sem sú stofnun hefur gefið út sem fólk ætti að kynna sér. Hún telur að betur þurfi að opna fyrir þessi málefni.

„Meðferðin hér á landi er mjög fin og það er kannski mikilvægast af öllu að verða edrú til að geta tekist á við önnur vandamál í lífinu,“ segir hún og lýsir eftir að hér á landi verði þróuð góð blanda af 12 spora vinnu og framhaldsvinnu með fagfólki.

„Okkur langar að miðla því áfram sem við höfum séð skila bestum árangri og benda á leiðir. Það er líka mikilvægt að meðferðaraðilar miðli öllum árangursríkum leiðum sem í boði eru. Því eitt getum við vonandi öll verið sammála um en það er að leita uppi bestu lausnirnar við áfengis- og fíknivandamálum. Þar hefur SÁÁ verið í fararbroddi og við viljum að svo verði áfram. Við vitum að það er margt að gerast og viljum heyra hvað við getum gert betur. Svo sjáum við til hvort til- efni sé til að stofna kvennahóp innan SÁÁ sem myndi safna saman upplýsingum og berjast fyrir því að allt verði kvenvænna,“ segir hún.

„En aðalmálið er að hlusta og miðla því að það er svo margt að gott að gerast og miklar framfarir.“

Samtal um alkóhólisma og konur

Í kvöld 9. maí kl. 20 verður rætt um ofbeldi, misnotkun, sára reynslu og leiðina til bata í Von, Efstaleiti 7. Í næstu viku, miðvikudagskvöldið 23. maí á sama tíma, verður svo fjallað um konur og fjölskyldulægni alkóhólismans. Báðir fundir eru opnir bæði konum og körlum og að sjálfsögðu sýnum við beint frá fundunum á EdrúTV á www.saa.is.

einhvern veginn vopnum sínum. Til þess þarf bæði djúpa vinnu og góða þekkingu. Alkóhólismi endurspeglar ekkert annað en muninn á kynjunum í hverju samfélagi fyrir sig. Þetta er erfíður og sársaukafullur sjúkdómur og því er brýnt að vanda framhaldið. Svo heyrir ég gjarnan á konum að þeim finnst alkóhólisminn skömm og þær hafa mikla sektarkennd. Þetta er nauðsynlegt að horfa blákalt á og uppræta. Konur eiga ekki að þurfa að skammast sín fyrir þennan sjúkdóm,“ heldur hún áfram.

Eins og úr stríði

Guðrún elskar SÁÁ og segir samtökin bókstaflega hafa bjargað lífi sínu. Hún segist hafa náð vopnum sínum mjög fljótt en veitt því snemma athygli að svo virtist sem konur hefðu almennt minna úthald í 12 spora samtökum en karlar, eins og eitthvað vantaði inn í bataferilinn.