

# Derfor har især danske rygere så svært ved at stoppe

Af Poul Høi hoi@berlingske.dk

Marie Helweg-Larsen kunne ikke komme ind på psykologi i Danmark – så hun rejste til USA. Nu er hun en kendt profil og psykologiprofessor på amerikansk universitet, og hun forsker bl.a. i forskelle mellem danskerne og amerikanerne. Hvorfor tvivler danske rygere f.eks. på, at rygning er så farligt? Og hvorfor er unge danske mænd ikke bange for at være feminine? Og derfor er det ikke et problem at have to fædrelande.

Hun er professor på et af de ældste amerikanske universiteter, og hun er pensum for alle, som verden over interesserer sig for, hvorfor kloge mennesker gør dumme ting, og danskerne er, som vi er. Og vi er nøget for os selv.

Men i Danmark er det også en yderligere grund til interesse sig for Marie Helweg-Larsens forskning, for den giver en ide om, hvorfor danskerne er, som vi er. Og vi er nøget for os selv.

Marie Helweg-Larsen er sociopsykolog og professor på Dickinson University i Pennsylvania i USA, og hun forsker bl.a. i, hvorfor begavede mennesker har sex uden kondom, vender tilbage til en voldelig partner eller ryger.

Hun er en produktiv og flittigt citeret international psykolog, hun er blevet tildelt nogle af de helt store amerikanske forskningslegater, og de næste to år er hun bemandt i Storbrintannien som direktør for sit universitets videnskabelige uddannelsesprogram.

Og så er det Danmark. For ikke bare er Marie Helweg-Larsen dansk, men hendes forskning bringer hende også gang på gang til Danmark – ofte fordi hun sammenligner amerikanere med danskere – og derfor har hun siden 1994 tegnet en sociopsykologisk profil af os.

**Danske rygere**  
Du siger, at din forskning forsøger at forstå, hvorfor kloge mennesker gør dumme ting. Hvad mener du?  
»De fleste mennesker opfatter sig selv som fornuftige mennesker, og når de gør noget ufornuftigt, foretager de en automatisk risikomimering inde i hovedet. For eksempel: »Jeg kører uden sikkerhedssele, men det er ikke så farligt, for jeg kører jo fornuftigt og langsomt.« Eller: »Jeg betaler ikke for helhjelm, fordi...« Det er en typisk psykologisk mekanisme.

Min forskning sætter fokus på, hvordan vi forklarer disse beslutninger over for os selv og



andre, og hvilken indflydelse det har på vores følelser og adfærd.

Og hvad har det med danskerne at gøre?  
»Rygning er et skoleeksempel på kloge mennesker, som gør dumme ting, og danskerne er interessante. Både danske og amerikanske rygere siger, at det er farligt at ryge, men samtidig undervurderer og bortforklarer begge færene. Men danskerne gør det i langt højere grad, viser min forskning, og det skyldes især, at Danmark er et rygevenligt land. Det er nemmere og relativt billigt, og mere acceptabelt at ryge end mange andre lande, vi sammenligner os med, bl.a. USA.«

Antallet af rygere i Danmark stiger nu, og det er i dag flere unge rygere end tidligere, og det er temmelig bemærkelsesværdigt i forhold til mange andre lande. Hvorfor går det skævt?  
»Min forskning viser, at danske rygere opfatter sig selv om hensynfulde rygere, som ikke generer andre med deres rygning, som de i øvrigt ikke opfatter som specielt farligt – faktisk opfatter de færen som en smule overdrevent. De syntes, at nogle rygerestriktioner er OK, men også, at rygning er en privat sag.

Så det er en faktor, at danske rygere undervurderer færen ved rygning, hvilket helt sikkert er forbundet med mindre interesse i at holde op.  
En anden faktor er den manglende politiske vilje. Danske politikere kunne gøre meget mere for at begrænse rygning, og de vil ikke gå imod tobaksindustrien. Mange betragter tobaksindustrien som alle verdens industri og ikke som en industri, der slår ihjel.  
Cigaretpriisen er et godt eksempel. I forhold til købekraften har cigaretteri i Danmark aldrig været billigere – og den pris er politisk bestemt. Dermed bestemmer politikerne, at Danmark skal være et rygevenligt land, og flere skal have en mere sund adgang til tobakken.

De sociale normer er en tredje faktor. Rygere er jo et mindretal, og de er afhængige af, at mange ikkerygere accepterer deres rygning.



Hvilket budskab sender det f.eks., når kolleger hver anden time får lov til at droppe arbejdet og gå ud at ryge? Det er en social accept. Men der er også ændringer på vej i accept. Men der er også kommuner, der har indført rogfri arbejdsplads, og butikker, som nu gemmer cigarettene væk. Det er – hvis man vil reducere rygning – en positiv udvikling.

Så Danmark har et problem, og hvad gør vi ved det? Din seneste forskning undersøger du, om stigmatisering hjælper rygere med at holde op...  
»Ja, rygere både i Danmark og USA føler, at de bliver set ned på og betragtet som dumme, ulækre mennesker, fordi de ryger. Jeg er interesseret i, hvordan rygere reagerer på påmindelser om deres devaluerede status.

Derfor har jeg undersøgt, om det hjælper dem med at holde op med at ryge, fordi de ønsker at forlade den devaluerede gruppe? Eller om det bremser dem, fordi man stresser dem, og derfor søger de mod tobakken og sammenholdet med andre rygere.«

Og virker stigmatisering?  
»Nej. Kort fortalt fandt vi som forventet, at rygere rykkede sig mod mindre interesse i at holde op med at ryge, når vi mindede dem om deres stigmatiserede status som rygere. Dette mønster var ikke så stærkt blandt danske ry-

gere, som har mere støtte til deres rygning i dagligdagen og i højere grad ser stigmatisering som unacceptable.«

**Ikke drengervølv**

Jeg vil gerne tale om noget af din seneste forskning, som involverer Danmark – og du har på et populærvidenskabeligt site skrevet artikler om lykke, og hvordan det måske er forbundet til ord som »hygge« og »pyt«. Efter en af artiklerne beskrev en stor argentinsk avis dig i en rosende artikel som »pyt-bevægelsens guru...«  
»Hahaaha, jeg er ikke pyt-guru, og jeg er heller ikke en lykkesforsker... men som dansker i USA hører jeg meget om »dansk lykke« og »dansk hygge«. Og det har været interessant med en psykologisk vinkel at forklare de danske unikke ord og begreber, f.eks. også »pyt«. Normalt skriver jeg artikler rettet mod andre forskere, og det har været sjovt at forsøge at ramme ikkeforskere – og det har givet en helt anden gennemslagskraft.«

Danmark er ifølge målingerne et lykkeligere samfund end USA, og i USA hørte jeg ofte to indvendinger mod målingerne. For det første, at danskerne ikke virker lidt lykkelige. Nærmest lidt surmulende. For det andet, at USA kun klarer sig dårligere, fordi USA er et mere ulovligt samfund med flere immigranter... hvordan ser du den kritik?  
»Jeg hører det samme, og jeg kan fortælle, at lykkesforskningen viser, at lykke ikke handler om at være uadvendt og jublende lykkelige, men istedet at have en tilfredshed med hverdagen. De samme faktorer spiller en rolle i lykken i alle lande, nemlig at lykke kommer af at have tillid til hinanden og til myndighederne, tryghed, lav korruption og indflydelse

»Rygning er et skoleeksempel på kloge mennesker, som gør dumme ting.«  
MARIE HEWEG-LARSEN

.....

»Danske unge mænd har lært, at det at være en rigtig mand ikke betyder, at man slet ikke må være kvindelig.«

**Lykkelige os**

Danmark er ikke kun kendt som et ligesamfund, men også som et lykkeligt samfund – og du har på et populærvidenskabeligt site skrevet artikler om lykke, og hvordan det måske er forbundet til ord som »hygge« og »pyt«. Efter en af artiklerne beskrev en stor argentinsk avis dig i en rosende artikel som »pyt-bevægelsens guru...«  
»Hahaaha, jeg er ikke pyt-guru, og jeg er heller ikke en lykkesforsker... men som dansker i USA hører jeg meget om »dansk lykke« og »dansk hygge«. Og det har været interessant med en psykologisk vinkel at forklare de danske unikke ord og begreber, f.eks. også »pyt«. Normalt skriver jeg artikler rettet mod andre forskere, og det har været sjovt at forsøge at ramme ikkeforskere – og det har givet en helt anden gennemslagskraft.«

Du har boet i USA siden 1986, men du har samtidig boet i Danmark i perioder og forsket i danskerne... overvejer du aldrig at vende hjem?  
»Jeg elsker Danmark, hvor jeg er vokset op, og hvor min dejlige familie bor. Jeg er så heldig, at jeg kan bo og forske i Danmark om sommeren. Jeg elsker også USA. Diversiteten og åbenheden er noget, som jeg sætter pris på, og jeg er glad for min karriere der. Jeg er dansk statsborger og er for nylib betrukket amerikansk statsborger.«

Du har hørt til dem, der mener, at man godt kan elske to fædrelande?  
»Kan man have to børn? Og elske dem begge på godt og ondt? Selvfølgelig kan man det. Jeg er privilegeret, og jeg kan nyde det bedste af begge lande, og det gør jeg.«  
Poul Høi er Berlingskes korrespondent i Storbrintannien.

Marie Helweg-Larsen er medforfatter til ny forskning, som sammenligner unge mænds opfattelse af maskulinitet i USA og Danmark. Og lewot fortalt. Eng dansk mand er kommet ind i det 21. århundrede. Foto: Niels Ahlmann Olsen

**FAKTA**  
Rygning, sygdom og overdødelighed

Årligt dør 13.600 danskere for tidligt pga. rygning.

Storrygere dør i gennemsnit otte-ti år for tidligt og kan forinden forvente 10,5 leveår med betydelig sygdom. 320.000 danskere menes at have lungesygdommen KOL. Ca. 85 procent af KOL-tilfældene er rygerelaterede.

Der er i Danmark ca. 4.500 nye tilfælde af lungekræft årligt. Mellem 80 og 90 pct. af tilfældene skyldes rygning.

Der er fire gange så mange storrygere blandt de kortest uddannede i forhold til de længst uddannede.

Rygere og eksrygere har 2,7 mio. ekstra kontakter til alment praktiserende læge og 150.000 ekstra indlæggelser årligt.

Kilde: Sundhedsstyrelsen

**BLÅ BOG**

Marie Helweg-Larsen

Født i Volby, student fra Vestre Borgerdyd Gymnasium. Kunne ikke komme ind på psykologi og Kentucky, gæsteforsker hos Kraftens Bekæmpelse og Statens Institut for Folkesundhed, professor på Dickinson College i Pennsylvania. Nu samme sted som Endowed Chair, the Glenn E. & Mary Line Todd Chair in the Social Sciences.

I 1994 blev hun ph.d. i sociopsykologi fra et af verdens bedste universiteter, University of California, Los Angeles. Lektor på universiteter i Californien, Florida og Kentucky, gæsteforsker hos Kraftens Bekæmpelse og Statens Institut for Folkesundhed, professor på Dickinson College i Pennsylvania. Nu samme sted som Endowed Chair, the Glenn E. & Mary Line Todd Chair in the Social Sciences.

Bosat i Carlisle i Pennsylvania. Tilbringer oftest sommeren i Danmark med sin mand, Wendell, der er professor i spansk. Hun gennemførte sammen med sin datter, Sarah DiMuccio, der er ph.d.-studerende i sociopsykologi på New York University, undersøgelsen »A qualitative analysis of perceptions of precarious manhood in U.S. and Danish men«.

**BAG OM HISTORIEN**

Artiklen er en del af Berlingskes fokus på danskere, som over et bredt felt rykker verden.

Vi bringer artiklen som et oplysende interview, der har tillid til alle anskueliggør Marie Helweg-Larsens forskning.

For at undgå misforståelser og fastholde en faglig præcision har hun haft sine udtalelser til gennemlæsning, og hun har på enkelte områder krævet præciseringer, som vi har gennemført, fordi de ikke forandrede interviewet.

Spørgsmål, rubrik, specialtektst, billedtekst, udstyr og tidspunkt for publicering er vores valg.

Se de tidligere interview i serien »Danskere, der rykker verden« på berlingske.dk