

LUNDS UNIVERSITET
Socialhögskolan
SOPA63 VT-09

Familjeproblematik

Vuxna barn till alkoholisters upplevelser om sin
uppväxt i ett hem med missbruk

C-uppsats 10poäng
Handledare: Mats Hilde
Examinator: Eva-Maria Antoniusson

Författare: Mira Weller

Abstract

This is a study about adults who have been raised in homes where one or both parents have been dependent on alcohol. The aim of this study is to investigate whether their childhood has been influenced by their parent's alcohol dependence. I also wish to investigate the consequences of being brought up in a family with alcohol dependence. I am interested in their perspective on their family's complex of problems. Six respondents have been interviewed, the objective being to capture their life story by trying to understand their childhood as well as their lives today. The theoretical concepts used in my study were social network, identity, family roles, roles, the family as a system and SOC- sense of Coherence. The result of my study shows that the respondents still carry experiences of having been raised in an environment with alcoholic dependency. The conclusion is that people who have been raised in a family with alcoholic dependence have been influenced by their alcoholic parents to some degree.

Keywords

Alcohol dependence - Al-Anon – Familjeproblematik - Systemteori

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

1 Inledning.....	1
1.1 Tidigare forskning	1
1.2 Självhjälpsgruppen Al-Anon.....	4
1.3 Syfte och frågeställningar.....	4
2 Studiens metod och material	5
2.1 Urval.....	5
2.2 Hermeneutisk vetenskapssyn.	5
2.3 Val av metod	6
2.4 Studiens genomförande och tillvägagångssätt.	6
2.5 Studiens trovärdighet och tillförlitlighet	7
2.6 Min förförståelse	8
2.7 Etiska reflektioner	9
3 Teoretisk tolkningsram.....	11
3.1 Socialt nätverk och identitet.....	11
3.2 Roller och familjeregler	11
3.3 Systemteori och familjesystem.....	13
3.4 KASAM - känsla av sammanhang	15
4 Empiri.....	17
4.1 Respondenterna:	17
4.2 Hur påverkades och upplevde respondenterna sina föräldrars/förälderns missbruk under uppväxten?	17
4.3 Hur upplever intervjupersonerna sin situation idag?.....	21
4.4 Hur talar respondenterna om anhörigproblemet?.....	24
5 Analys.....	29
5.1 Hur upplevde och påverkades respondenterna av sina föräldrars/förälderns missbruk under uppväxten?	29
5.2 Hur ser respondenterna på sin anhörigproblematik?.....	31
5.3 Hur upplever respondenterna sin situation idag?.....	32
6 Slutdiskussion och egna reflektioner.....	35
7 Referenser.....	38
Informationsbrev	40
Intervjuguide	41

1 Inledning

Eftersom en medvetenhet kring människors alkoholproblem har ökat idag har det blivit en viktig punkt i det sociala arbetet. Min erfarenhet är att människor också på nära håll upplever vad som kan definieras som beroende av alkohol. Därav mitt intresse av att undersöka hur de som upplevt missbruk på nära håll upplever sin situation. Jag vill fokusera på anhörigperspektivet till dagens missbrukare. I missbrukets närhet återfinns människor som ibland benämns som medberoende främst inom populär vetenskaplig litteratur skrivet av människor med egen erfarenhet av anhöriga som missbrukar eller missbrukat alkohol. Att personer kring en person med alkoholberoende påverkas är inte så konstigt. Det finns mycket skrivet om hur missbrukare mår och vilka konsekvenser missbruket får för dem. Varje missbrukare har ett antal människor i sin närhet familj, släkt, vänner, arbetsgivare samt kolleger som också på ett eller annat sätt påverkas av missbrukarens alkohol eller drogkonsumtion. I genomsnitt finns det fyra till fem personer runt varje alkoholist som på ett eller annat sätt påverkas av dennes missbruk (Arnell, Ekbohm, 1996). Jag har själv erfarenheter av att växa upp med en pappa som är alkoholist. Vad sätter det för spår i den vuxna människan?

1.1 Tidigare forskning

Terapeuter i förenta staterna började i slutet av 1970-talet använda termen co-dependency (Söderling, 2002) på grund av att man vid denna tidpunkt hade fått upp ögonen för de familjemedlemmar som levde ihop med alkoholisten. Det som visade sig var att det inte bara var alkoholisten som insjuknade i ett beroende, utan även familjemedlemmarna visade ett tillstånd som benämndes med begreppet co-dependency, medberoende på svenska (Hellsten, 1998). Enligt Hellsten är medberoende ett sjukdomsliknande tillstånd som den medberoende drabbas av då denne enligt honom lever nära en missbrukare. Hellsten menar vidare att den anhörige till missbrukaren inte förmår att bearbeta sin situation av att leva nära en missbrukare. Den anhöriga anpassar sig till att leva efter missbrukarens regler (Hellsten, 1998). Grundidéerna kring medberoende uppkom mellan femtio- och åttiotalet. Skillnader finns mellan forskningslitteratur och självhjälps/populärlitteratur angående begreppet, det senare är oftare skrivna av människor med egna erfarenheter. Forskningslitteraturen belyser begreppet utifrån forskarens perspektiv.

Undersökningar som gjorts om vuxna anhöriga till alkoholister har nästan bara fokuserats på kvinnor som levtt tillsammans med alkoholister. Den klassiska beskrivningen av begreppet

medberoende var alkoholisthustrun som försakar sina egna behov i ansträngningarna av att ta hand om en destruktiv alkoholist (Gerdner, 1999). Under 1940-talet fokuserade man mycket på alkoholisthustrun och dennes personlighet vilket innebar hennes sätt att tampas med sin makes alkoholmissbruk. Man koncentrerade sig på alkoholisthustrun och hennes beroendekonflikter (Zetterlind, 1999). Saknaden av strukturerad forskning av medberoende har kritiserats genom åren. Många forskare och läkare har krävt en klarare definition av konceptet. Varje missbrukare har ett antal människor runt omkring sig exempelvis, sin familj, vänner, arbetsgivare och grannar som också påverkas av personens missbruk. Det finns i genomsnitt fyra till fem personer kring varje alkoholist som på något sätt påverkas av missbruket (Arnell & Ekbohm, 1996). I takt med att alkoholkonsumtionen ökar även antalet anhöriga runt missbrukaren.

Det finns omfattande väldokumenterad kunskap om själva missbrukets skadeverkningar. Det finns ytterst lite forskning om hur familjemedlemmar påverkas av missbruket. Man har kommit fram till att det i Sverige finns mellan 175 000-230 000 barn som lever med en vuxen som har alkoholproblem (Hansen, 1995). Enligt Bengtsson och Gavelin är det 10-15 % av alla barn i Sverige som växer upp i familjer med missbruksproblem. Det leder till svåra problem för barnen både under barndomen men även i vuxen ålder (Bengtsson, Gavelin, 2004). Frank och Golden (1992) skriver att medberoende är en term som ökat i popularitet genom åren. De menar vidare att medberoende är ett mönster av smärtsamt beroende av ett tvångsmässigt beteende med sökande efter uppskattning, för att förvärva säkerhet, identitet och självkänsla.

Melody Beattie, en amerikansk drogterapeut, anser att begreppet medberoende uppstod enligt Minnesotamodellen år 1997. Anhöriga samt människor som behandlades på behandlingshem började använda sig av begreppet (Beattie, 2001). Beattie menar vidare att tanken bakom begreppet dök upp när de anhörigas liv hade påverkats eftersom de levde i ett nära förhållande till en alkoholist. Söderling (2002) menar att medberoende finns överallt i familjer och i samhällssystemet. Vidare menar han att medberoende är ett naturligt fenomen då det i grunden handlar om att bry sig om en människa. Termen användes tidigare i fall där den ena partnern var kemisk missbrukare och där partnern gjorde det möjligt för den missbrukande partnern att fortsätta sitt beteende samt inte själv kunde bryta sig loss från det destruktiva förhållandet (Frank & Golden, 1992).

Hellstens sjukdomsliknande perspektiv kan förklaras med introjektion, det vill säga att den medberoende tar till sig familjens värderingar, synsätt, attityder och normer som blir en del av individens personlighet. Enligt Söderling är alkoholism en familjesjukdom. Söderling menar vidare att det krävs två personer för att ett medberoende ska kunna uppstå (Söderling, 2002). Centralfiguren är alkoholisten som förnekar sitt missbruk och familjemedlemmarna aktiverar en skyddande försvarsmur runt alkoholisten. Familjemedlemmarna skyddar alkoholisten genom att manipulera, ljuga och undanhålla sanningen för omgivningen och därmed låter inte familjen alkoholisten ta konsekvenserna och ansvaret för sitt missbruk. Familjen försöker att ta kontrollen över alkoholists destruktiva beteende och få denne att sluta med sitt missbruk (Ibid).

Arne Gerdner som är socionom, dr i medicinvetenskap och drogbehandlare riktar kritik mot begreppet medberoende och dess användning (Arne Gerdner, 1999). Han riktar kritik mot att begreppet ger övriga familjemedlemmar en egen sjukdomsdiagnos i stället för att tala om alkoholmissbruk som en familjesjukdom. Han menar vidare att det är alkoholismen som är sjukdomen och de runt den sjuke har en tendens att lida med och åt alkoholisten. Att sjukförklara de anhöriga är att öka deras skuldbörda. Gerdner skriver i sin artikel och är kritisk till att författaren Wegscheider-Cruse beskriver begreppet medberoendet som en primär sjukdom samt att Young hävdar att det är en progredierande dödlig sjukdom, och att den medberoende personen blir lika sjuk som alkoholisten. Gerdner menar att begreppet är onödigt och att tonvikt ska läggas på att lära familjemedlemmarna identifiera sina egna individuella mönster. I sin artikel redogör han olika forskningsresultat som stöder hypotesen att problemet inte primärt ligger hos de anhöriga. Han pekar på känslomässiga problem som anhöriga till en alkoholist kan uppleva. Anhöriga kan uppleva stress genom att leva med en aktiv alkoholist. Enligt Gerdner kan anhöriga lära sig att tänka mer på sig själva och sitt eget välbefinnande istället på att lägga all sin tid på alkoholisten och dennes behov. Gerdner menar att de anhöriga ska mötas och bli sedda med sin smärta och speglas i eventuella mindre fungerande mönster (Ibid). Gerdner skriver vidare att inom anhörig organisationen Al-Anon hade man länge talat om alkoholism som en familjesjukdom eftersom hela familjen drogs in i problemet och att allas känslomässiga balans stördes. Enligt Gerdner är begreppet medberoende inte ett Al-anon begrepp. Ingenstans i Al-Anons egna klassiska skrifter finns begreppet medberoende (ibid).

1.2 Självhjälpsgruppen Al-Anon

Nedan följer en kort beskrivning av självhjälpsgruppen Al-Anon som mina respondenter jag intervjuat samt även jag själv deltagit i. Al-Anon är en självhjälpsgrupp för anhöriga och vänner till alkoholmissbrukare. Al-Anons mål är att hjälpa familjer att leva på ett bättre sätt tillsammans med sina alkoholister. Gruppen fungerar som ett stöd och hjälper de anhöriga att förstå att de inte är orsaken till missbruket och heller inte kan göra något åt alkoholisten. Däremot kan de stödja varandra i att ta hand om sig själva och förstå sina egna problem och rollen de själva har kan ha spelat både i missbruket och i en eventuell splittring av familjen. De får lära sig att må bra oavsett vad alkoholisten väljer att göra med sitt liv (Cork, 1969). Enligt Arne Gerdner hade man länge talat om att alkoholism skulle vara en familjesjukdom. Begreppet familjesjukdom togs över av Al-Anon. Gerdner menar vidare att för Al-Anon handlade det mer om att hela familjen drogs in i problemet och att allas känslomässiga balans stördes (Gerdner, 1999). Som jag nämnde i min tidigare forskning anser även Gerdner att det är viktigt att anhöriga får lära sig att tänka mer på sitt eget välbefinnande (ibid). Mina intervjupersoner valde att besöka Al-Anon för att de ville söka upp andra vuxna med liknande bakgrund. Även jag valde att en gång i tiden söka upp Al-Anon för att kunna göra en koppling från min barndom till hur jag upplever mitt liv idag.

1.3 Syfte och frågeställningar

Mitt syfte med uppsatsen är att undersöka hur vuxna barn till alkoholister upplever föräldrarnas missbruk och hur de som barn påverkades av detta samt hur de ser på sin anhörigproblematik.

- Hur upplever intervjupersonen sin situation idag?
- Hur upplevde och påverkades respondenterna av förälderns/föräldrarnas missbruk under uppväxten?
- Hur ser de på anhörigproblematiken?

2 Studiens metod och material

2.1 Urval

Jag har i denna studie valt att endast fokusera på vuxna barn till alkoholister. Jag satte upp ett brev på en anslagstavla i två olika lokaler i två olika kommuner där Al-Anon har sina möten för anhöriga till alkoholister. I brevet skrev jag att jag studerar till socionom och skriver en C-uppsats där jag vill undersöka vuxna barn till alkoholisters upplevelser av att ha växt upp med missbrukande föräldrar. Jag skrev även att de som tog kontakt med mig skulle få vara anonyma under min intervju. Sex personer kontaktade mig. Tre personer från vardera kommun. Fem kvinnor och en man. Varför bara en man kontaktade mig kan jag inte svara på. I min undersökning använder jag av fingerade namn för att skydda de intervjuades identitet.

2.2 Hermeneutisk vetenskapssyn.

Syftet med min uppsats är att undersöka hur vuxna barn till alkoholister upplever föräldrarnas missbruk och hur de som barn påverkas av detta. Jag anser därför att den hermeneutiska vetenskapssynen är relevant för min uppsats. Eftersom man genom denna metod söker sig fram genom personliga uppfattningar och utifrån upplevd data (Lundsbye, 2005). Detta på grund av att jag vill kunna förstå och försöka tolka respondenternas upplevelser av sin situation.

Begreppet hermeneutik kommer från Hermes vilket var namnet på gudarnas budbärare. Hermeneutiken innebär att man söker efter budskap (Starrin & Svensson, 1994). Det kan vara mänskliga handlingar som bär bud till oss om något. Min studie utgörs av mänskliga handlingar och berättelser. Det är företeelser sedda i sina sammanhang av tid, rum och förståelse. Hermeneutiken handlar om att tolka och finna förståelse för kontexten som respondenterna lever i (Ibid).

För att man ska kunna förstå människan i sin kontext, genom att tolka berättelser och handlingar, betraktar man människan som intentionell. Med det menas att människans handlande inte orsakas av omständigheter som är utom hennes kontroll, utan att hon förhåller sig till sitt yttre och inre tillstånd. Utifrån hur människan tolkar sin omvärld väljer hon sina handlingar. Med hjälp av hermeneutiken försöker man förstå handlingars mening var för sig som helhet och i relation till kända ting omkring dem (Ibid).

Utifrån den hermeneutiska vetenskapssynen är jag medveten om att all förståelse förutsätter och grundar sig på någon form av förförståelse. Samt att den tolkning som man gör utgår från vissa förväntningar och förutfattade meningar. Varav jag anser att denna vetenskapssyn är relevant för min studie.

2.3 Val av metod

Holme skriver att den grundläggande skillnaden mellan kvantitativa och kvalitativa metoder visar sig på så sätt att man med kvantitativa metoder omvandlar information till mängder och siffror, medan man inom den kvalitativa metoden grundar sig på respondenters uppfattningar och tolkningar (Holme 1997). Eftersom jag tänkt undersöka hur vuxna barn till alkoholister som deltagit i en självhjälpsgrupp, upplever sin situation med hjälp av respondenternas upplevelser, har kvalitativ metod varit utgångspunkten för datainsamlingen i min uppsats. Enligt Kvale har den kvalitativa forskningsintervjun unika möjligheter att träda in och beskriva den levda vardagsvärlden (Kvale, 1997). Den kvalitativa metoden innebär inte att man ska bevisa något eller visa på hur vanligt något är utan att försöka förstå ett fenomen bättre utifrån det som kommer fram under intervjuerna och fånga upp den intervjuades egen livshistoria (Ibid).

Kvalitativ metod anses av vissa kritiker vara bland annat ovetenskaplig, subjektiv och snedvriden. Kvale menar på att viss kritik pekar på reella problem som man kan förknippa med intervjumetoden. Andra invändningar härrör från en otillräcklig förståelse användningen av samtal som en forskningsmetod (Johansson, 2000). Metoder som används inom den kvalitativa forskningen är intervjuer, deltagande observation, dokumentstudier eller en kombination av dessa (Carlsson, 1996). Jag har inriktat mig på intervjuer av halvstrukturerad form. Jag kommer att använda mig utav en halvstrukturerad intervjuform, vilket innebär att det varken var ett öppet samtal eller ett strängt formulerat frågeformulär. Mina frågor i intervjuguiden är formulerade utifrån min syftesformulering och frågeställningarna i ämnet (Kvale, 1997). Jag har även försökt ha så öppna frågor som möjligt (Thomsson, 2002). Intervjuerna jag gjorde skedde individuellt.

2.4 Studiens genomförande och tillvägagångssätt.

Jag har gjort kvalitativa intervjuer av sex stycken vuxna anhöriga till alkoholister som alla deltagit i självhjälpsgrupper. Som jag nämnt tidigare valde jag en kvalitativ intervjuteknik

eftersom jag ville få en bild av hur intervjupersonerna påverkats av att växa upp med missbrukande föräldrar. Syftet med en kvalitativ intervju är att få en inblick i den intervjuades livsvärld och att försöka tolka dess mening. Den kvalitativa forskningsintervjun är en mellankänslig situation, ett samtal mellan två parter, forskaren och intervjupersonen, kring ett tema som är av ömsesidigt intresse där kunskap utvecklas genom dialog (Kvale, 1997). På grund av min tidsbrist valde jag att intervjua personer från självhjälsgruppen Al-Anon. Jag har själv sökt mig till Al-Anon för några år sedan. Jag visste att det fanns människor att intervjua som vuxit upp i en missbrukarmiljö. Jag har dock aldrig mött mina intervjupersoner förut samt att jag aldrig varit i dessa lokaler förut. Jag valde att spela in intervjuerna med en bandspelare av god kvalitet. Jag frågade mina intervjupersoner ifall de samtyckte att jag skulle spela in deras intervjuer. De gick med på att bli inspelade. Jag berättade för dem att efter jag gjort min uppsats skulle jag radera intervjuerna.

Jag är medveten av att mina egna erfarenheter av att växt upp med en alkoholiserad far kan påverka mitt sätt att kritiskt granska mitt arbete. Jag är också medveten att min egen uppväxt kan färga mitt sätt att intervjua personer med liknande uppväxt som mig själv. Jag har försökt att kritiskt granska min uppsats. Liknande uppväxt och tillgång till populärvetenskaplig litteratur av författare med liknande uppväxt kan ge en snedvriden bild av undersökningen. Allt detta är jag medveten om. Intervjuerna tog cirka en timme var. Personerna som ville bli intervjuade valde att träffa mig efter att de haft ett möte på Al-Anon. Jag har inte varit på samma möte som mina intervjupersoner. Intervjuerna tog enskilt plats i de respektive lokalerna.

2.5 Studiens trovärdighet och tillförlitlighet

Jag har valt att i min uppsats tala om trovärdighet och tillförlitlighet. Dessa begrepp syftar på en undersöknings vetenskapliga kvalitet. Vetenskaplig litteratur talar även om validitet och realibilitet som synonymer till trovärdighet respektive tillförlitlighet. Begreppen validitet och realibilitet härstammar dock från positivismen där de har en bestämd definition. Jag är medveten om att min uppsats kan ha en lägre reliabilitet på grund av mina erfarenheter av att ha växt upp i samma miljö som mina respondenter. Även mina intervjuer kan ha styrts av mina och deras erfarenheter när vi träffades underintervjutillfällena. Många forskare som använder sig av kvalitativ metod anser därför att begreppen bör undvikas medan andra anser att begreppen kan användas med en utvidgad innebörd (Thomsson, 2002).

Jag har försökt i min uppsats uppnå en god trovärdighet genom att jag beskrivit min egen förförståelse i ämnet och hur jag samlat in data samt belyst hur jag gjort mitt urval av respondenter och hur jag gått tillväga i min analys. Jag har även skickat sammanfattningen av intervjumaterialet som jag ville använda mig av till respektive respondent. De har på så sätt fått chansen att kommentera innehållet. Detta har enligt mig ökat tillförlitligheten genom att de har fått läsa igenom och godkänna hur jag presenterat vad som sagts under intervjuerna.

Att mätinstrumentet är tillförlitligt är en viktig förutsättning för att man ska kunna lita på undersökningsresultatet. Jag har försökt att stärka tillförlitligheten i min uppsats genom att använda mig av en bandspelare vid mina intervjuer. Bandspelaren var av god kvalitet så det hördes bra vad som sades. Detta resulterade i att jag kunde koncentrera mig på respondenternas berättelse på ett, enligt mig, bra sätt. Avsikten med min uppsats är inte att dra allmänna slutsatser, men däremot att försöka ge en förståelse för hur en enskild människa kan uppleva en situation, i detta fall hur det är att växa upp med en alkoholberoende förälder/föräldrar.

Man måste ha i åtanke att de olika respondenterna är olika som individer och att detta påverkar svaren. Vissa aktörer har lättare att uttrycka sig än andra. Jag upplever dock att respondenterna inte blev begränsade av bandspelaren. Man kan heller inte dra den slutsatsen att respondenterna är oense bara för att de tycker olika och belyser olika saker i intervjuerna. Kanske kan en respondent hålla med en annan fastän hon/han ej belyst saken i sin egen intervju.

2.6 Min förförståelse

Enligt Malterud är förförståelse en viktig del av motivationen till att göra en studie och kan därför vara nyttigt för undersökningen. En persons förförståelse kan också vara ett hinder genom att den kan begränsa forskarens horisont och försvåra möjligheten att lära sig av sitt eget material. Malterud menar vidare att förförståelsen är ett bagage som vi har med oss in i vårt forskningsprojekt. Forskarens bagage innehåller hypoteser, ämnesperspektiv, erfarenheter och den teoretiska ram som man har när projektet startar (Malterud, 1998). Mitt bagage genom uppsatsens gång är att jag själv har erfarenheter av att ha växt upp i en familj med missbruksproblem. Jag är medveten över att min erfarenhet kan påverka mitt sätt att kritiskt granska min uppsats under arbetets gång. Jag är även medveten om att jag kan påverkas och påverka mina intervjupersoner eftersom vi färgats av samma erfarenheter av att ha växt upp i

en missbrukar miljö. Jag har även varit medveten om svårigheter av att välja en hermeneutisk vetenskapssyn i min uppsats. Det innebär att man söker sig fram utifrån upplevd data eller/och personliga erfarenheter (Lundsbye, 2005). Något jag funderade över under de intervjuer jag gjorde ifall mina egna känslor och tankar kring familjeproblematiken skulle försvåra mitt arbete. När jag skulle välja intervjupersoner gjorde jag det lätt för mig genom att kontakta en förening för anhöriga till alkoholister. Jag har själv deltagit i Al-Anon möten för många år sedan dock i en annan stad och med helt andra personer.

2.7 Etiska reflektioner

”Konfidentialitet innebär att data som identifierar undersökningspersonerna inte kommer att redovisas” (SFS 2003:460). Om det blir aktuellt att publicera information som potentiellt kan kännas igen av andra så måste den berörda personen godkänna att information lämnas ut (Ibid). Detta innebär att jag i min uppsats inte kommer att redogöra för vem jag pratat med eller vilken Al-Anongrupp de tillhör. Alla respondenter har även gett sitt samtycke till intervjun och har även fått information om att de kommer att vara anonyma i min uppsats. Respondenterna har även fått information om att det endast är jag som kommer att läsa igenom intervjusvaren samt skriva ut dessa i min uppsats. Jag har genomgående valt att endast ta med uppgifter som jag anser vara av relevans för att besvara syftet. Jag anser att jag har uppfyllt kraven i, Lag om etikprövning av forskning som avser människor. Syftet att följa denna lag är att skydda den enskilda människan och respekten för människovärdet i forskningen. Informationskravet innebär att man tydligt informerar var och en av intervjupersonerna om syftet av intervjuerna och hur det kommer att gå till. Att deras deltagande är frivilligt och att de har rätt att avbryta sin medverkan. De har även fått information om hur och vad materialet kommer att användas till.

Samtyckeskravet innebär att alla respondenterna har fått ett samtyckesbrev där syftet med intervjun förklaras samt hur personliga uppgifter kommer att hanteras. Det är viktigt för intervjupersonerna att veta att de får vara anonyma. Nyttjandekravet innebär att respondenterna får veta att intervjumaterialet endast kommer att användas för forskningsändamål och att den färdiga uppsatsen kommer att finnas tillgänglig på Lunds Universitet. Konfidentialitetskravet innebär att man ska vara ytterst försiktig med att hantera det material och personuppgifter i samband med intervjuerna. Min bandspelare har jag förvarat hemma där endast jag har haft tillgång till materialet. Intervjupersonernas identitet

har skyddats genom fingerade namn i uppsatsen (SFS 2003:460). Allt detta tycker jag att jag har följt.

Jag har försökt till mitt yttersta att inte väga in mina egna erfarenheter av att växt upp med en alkoholberoende förälder. Som jag nämnt tidigare är jag medveten av att mina egna tankar kan bli snedvridna under mitt arbete med min uppsats på grund av mina erfarenheter. Jag har också funderat på ifall det är etiskt rätt att söka upp vuxna barn till alkoholister? Jag har funderat över ifall det är etiskt rätt att förvandla dem till intervjupersoner bara för att jag väljer att skriva en uppsats om vuxna barn till alkoholister.

3 Teoretisk tolkningsram

Jag har valt att ta med sju teoretiska ramar som jag kommer att presentera. Jag kommer att basera min analys på de tolkningsramar jag valt.

3.1 Socialt nätverk och identitet.

Familjens sociala sammanhang påverkar dess förmåga att skapa goda förutsättningar för barnets utveckling. Alla lever vi och påverkas av två viktiga grupper som familjen och samhället (Söderling, 2002). Utifrån begreppet socialtnätverk är det möjligt att beskriva ett relationellt system av människor. Det är mönstret av relationer som utgör själva nätverket (Borell & Johansson, 1996 i Skårner, 2001). Personcentrerade sociala nätverk utgörs i princip av en individs relationer till alla de människor som sammanhanget bildar hennes sociala sammanhang. Individen utgör de centrum från vilket det utgår länkar till dennes sociala kontakter, från olika sociala kategorier eller familj, vänner arbetskamrater etcetra (Skråner, 2001). Människans sociala identitet formas av relationerna i dennes nätverk. En fundamental grund för hur människan väljer att handla och leva sina liv samt hur personer utformar sitt sociala nätverk är dennes identitet. Identitetsbegreppet är ett komplext begrepp som knyter an till olika teoretiska perspektiv som exempelvis psykologiska och sociologiska (Börjesson 1974, Johansson & Miegel 1992 i Skråner, 2001). Skråner skriver att identiteten är en social produkt framväxt utav interaktionen mellan människor. Identiteten växer inte bara fram ur individens självuppfattning utan även från hur denne tolkar sin omgivning. Det är framför allt genom sociala relationer till andra människor och då speciellt till den närmaste omgivningen, som individen formar sin identitet och blir en person. Under livets gång är man som person involverad i olika sociala relationer och processer som omformar eller även vidmakthåller identiteten (Mead 1976, Berger & Luckman 1979 i Skråner, 2001). Den personliga identiteten består av ett system med olika minnen, erfarenheter, tankar, känslor, drömmar och önskningar som tolkas av individen i relation till andras erfarenheter och tankar (Johansson & Miegel i Skråner, 2001). Att växa upp i en missbrukarfamilj innebär att förmåga att knyta nära relationer till andra skadas och resulterar i att de får svårt att med sociala kontakter. De förväntar sig att bli svikna (Woititz, 2002).

3.2 Roller och familjeregler

Familjemedlemmarna till en alkoholmissbrukare, var för sig eller tillsammans, måste utveckla olika beteendemönster för att kunna hantera situationen. I den splittrade livssituation som de lever i utgör alkoholmissbrukaren ett hot, samtidigt som han för familjemedlemmarna, kan

kännas som deras enda trygghet (Söderling, 2002). Familjemedlemmarna har också olika roller inom familjesystemet. Var och en har ett flertal roller. Ett exempel kan en individ ha en formell roll som mamma samt en roll som tröstare i familjen. Det är viktigt att alla i familjen definierar rollerna lika och tillskriver rollerna liknande innebörd för att det inte ska kunna uppstå några problem. Om det är svårt för en individ att förena olika roller kan det uppstå en så kallad rollkonflikt (Lundsbye, 2005). En vanlig termostatfunktion är familjemyten som jag beskriver närmare i teorin om familjesystem och systemteori. Om denna myt skulle konfronteras med verkligheten skulle en metamyten uppstå. Ett exempel på en myt är att, mamma är alltid glad. En metamyten bildas ifall mamma gråter. En metamyten är att om myten konfronteras med verkligheten skulle familjens existens hotas. Familjemyterna är ofta kopplat till regler som familjen själv konstruerat (ibid).

En individs identitet utformas och utvecklas genom socialisation och manifesterar sig i processer av rolltagande, rolldistans och rollövergångar. Resultatet av dessa processer är förmågan hos individen att fullgöra vissa roller i sitt sociala liv. Skårner skriver vidare att varje människa har flera roller i sitt liv. Individens sociala identitet består utav en samling olika roller. Det är den identitet genom vilken människan blir en socialvarelse (Johansson & Miegel i Skårner, 2001). Så länge vi lever i sociala system har vi också olika positioner med tillhörande förväntningar och krav. Rollen definieras alltså av de förväntningar som ställs på den individ som har en viss position (Lundsbye m.fl., 2005). Lundsbye menar vidare att vissa familjeroller är naturliga, formella, som exempelvis dotter, son, svärmor, mamma, pappa, farmor etc. Andra familjeroller är förvärvade genom ett samspel av eget och andras agerande. Exempel på förvärvade roller är polis, tröstare, fixare etc (Lundsbye m.fl., 2005). En speciell kategori av regler som påverkar systemets struktur är familjens regler om regler de kallas för metaregler. Ett exempel är att om en familj bestämt att en speciell regel i familjen ska gälla, får en familjemedlem tillåtelse att bryta mot regeln (ibid). Tidigare forskning visar även den att för att barn ska klara av den vardag de lever i med missbrukande föräldrar kan de gå in i olika roller för att överleva (Leijonhielm, 1997).

Alla barn reagerar enligt Hindberg på missbruksproblemet i familjen. Ett vanligt sätt är att dela in dem i fyra kategorier. Tapetblomman är barn som gör sig så osynliga att de inte syns. Den duktiga hjälten/hjältinnan försöker bära familjens bördor och hjälpa till så att bristerna inte uppmärksammas. Syndabocken är aggressiv, trotsig och utåtagerande. Clownen är glad, aktiv och charmig utåt och får på så sätt uppmärksamhet (Hindberg, 1999). Även Pousette tar upp

de fyra rollerna barn tar på sig genom att leva i en missbrukarfamilj. Många växlar också mellan olika roller (Pousette, 1996).

Enligt socialstyrelsen utvecklar barn till missbrukare olika roller som de använder som strategi för att klara av sin vardag. Rollerna är inte fasta utan barnen kan byta roller om exempelvis familjesystemet förändras. Dessa fyra roller är familjehjälten, clownen, tapetblomman och rebellen (SoS 1993:18). Familjehjältarna är oftast de äldre barnen i familjen. De är oftast duktiga både i skolan och i hemmet. De får ofta bär familjens bördor samt ta hand om syskon och hushåll istället för sina föräldrar. När dessa barn blir vuxna blir de ofta duktiga medlare, de tar hand om andras problem. De är ofta osäkra och bär på en väldigt låg självkänsla (Ibid). Clownerna försöker ofta att lätta upp stämningen i familjen genom att vara roliga och skoja till allting. De blir sedda men inte tagna på allvar detta kan leda till att de känner en tomhet. Dessa barn har lätt att tappa kontakten med sig själva och hamnar ofta själv i missbruk i vuxen ålder. Rebellen uppträder stökigt både i skolan och i hemmet. De försöker få uppmärksamhet genom aggressivitet och möter ständigt motstånd och tillrättavisningar och uppfattas av omvärlden som oförmögna att ta emot kontakt och hjälp. Dessa barn får lära sig att ingen ställer upp för dem och de får i vuxen ålder väldigt svårt med förtroende för andra människor eftersom de tidigt får lära sig att ingen går att lita på. Tapetblommorna beskrivs som tysta och lugna barn som inte märks, de smälter in i omgivningen. De vill vara fogliga och inte störa. De har inga förväntningar och lever ofta i en låtsasvärld med fantasivänner. Dessa barn blir följaktligen väldigt ensamma. Även i vuxen ålder riskerar de att bli utnyttjade på grund av sin svaga identitet och starka vilja att vara till lags (SoS 1993:18).

3.3 Systemteori och familjesystem

Den generella systemteorin utvecklades ursprungligen av biologen Ludvig von Bertalanfy på 1940-talet. Teorin formulerades för att förstå samband mellan system av de mest skilda slag som exempelvis biologiska, fysiska och sociala och kallades för Generell systemteori. Systemteori som utvecklats för att förstå sociala sammanhang har applicerats på familjen men även på sociala nätverk för att förstå dess struktur (Svedhem, 1991 i Skårner, 2001).

Systemteori fokuserar på förhållandet mellan helhet och olika delar i en grupp. Centrala begrepp i teorin är kommunikation, roller, makt och ansvar. Systemet i en familj sätter ramar för och bestämmer i viss mån den enskilda medlemmens beteende. Systemets huvudfunktion är att behålla jämvikten inom familjen. (Lundsbye, 2005). Schjödts och Egelands prat om

åtskillnader mellan subsystem. Föräldrar och makar kan ingå i subsystem fast de tillhör samma familj. Sexualliv och rollen som ett par och vad det innebär är knutna till makarna. Subsystemet som innehåller föräldrar definieras först och främst i relation till barn och förväntas innehålla uppgifter om uppfostran och socialisation. Barn lär sig att samspela med jämnåriga genom syskonsubsystem (Schjöldt, Egeland, 1994). I alla system förekommer regler som har till syfte att upprätthålla systemet. Familjen är också en del av subsystem som ingår i andra övergripande system som exempelvis släkt och samhälle. Familjemedlemmarna styrs i hög grad av familjens sätt att agera, samtidigt som hon själv påverkar de övriga familjemedlemmarna. Eftersom systemet är en helhet kan en familjemedlems problem inte förstås isolerat från hela familjens sammanhang. Denna helhetssyn utgör basen i systemteori (Lundsbye, 2005). Då förändringar sker i det övergripande system ställs det krav på anpassning även i familjen. Familjens regler kan kopplas till en familjemyt, som är en del av hela familjens accepterade föreställning om verkligheten. Systemet har egna gränser för hur mycket förändring det accepterar från en familjemedlem. Man kan likna det vid en termostat vilket gör att familjesystemet kan reglera sig själv. Gränser kan bestå av olika regler inom familjen. Reglerna kan vara öppet bestämda eller outtalade. Gränserna mellan subsystemen bör vara tydligt markerade för att systemet ska fungera, men de ska vara tillräckligt öppna för att tillåta kommunikation. Genom bestämda eller dolda gränser regleras vad som får uttryckas inom systemet (Lundsbye, m fl, 2005). Om ett system är helt slutet tar det varken emot eller exporterar någon energi. Är systemet däremot öppet utväxlar det energi och information med omgivningen på ett sådant sätt att det kan ske en utveckling. Däremot kan ett system inte vara helt öppet lika lite som det kan vara helt slutet. Om ett system är helt öppet har det inga gränser mot omgivningen. Ett system som är slutet är inte avskuren från yttre påverkan, men kontakten med omgivningen befinner sig på en minimal nivå (Schjöld, Egeland, 1994). Familjemyten har ett högt överlevnadsvärde. Det kan finnas myter i en familj som aldrig får ifrågasättas av någon i familjesystemet eftersom detta skulle vara destruktivt för systemet. Andra konstanta termostatfunktioner kan vara att alla i familjen vet om något som kan skada systemet vilket gör att de inte låtsas om det (Lundsbye, 2005). Lundsbye menar att själva tystnaden är en slags termostatfunktion som används för att bibehålla familjesystemets jämvikt.

I de sociala systemen har alla olika positioner och därmed olika krav och förväntningar på sig. Många olika roller ökar en risk för motstridiga krav. Ifall man har flera roller samtidigt kan detta medföra till en rollkonflikt där oförenliga krav måste prioriteras. En person kan förändra

sin roll genom att vägra ta hela ansvaret själv och istället kräva gemensamt ansvar. Rollfördelningen är en kamp eftersom omgivningen vill korrigera individens beteende så att den stämmer överens med gamla förväntningar (Lundsbye, 2005).

Relationerna i en familj kan vara symmetriska och därmed bygga på en likhet. Relationerna kan också vara komplementära vilket innebär att det finns olikheter i en familj. En komplementär relation kan vara att ena parten är frisk medan den andra är sjuk (Lundsbye, 2005).

3.4 KASAM - känsla av sammanhang

Aaron Antonovsky som är en Israelisk professor i medicinsk sociologi har utvecklat en teoretisk modell med ett salugent perspektiv som lägger tonvikt på omständigheter som mildrar dämpar eller helt tar bort stressfaktorer. Modellen förutsätter att alla har vissa generella motståndsresurser som används för att klara av vardagslivets spänningar. Genom att klara av vardagslivets spänningar ger den en upplevelse av inre sammanhang. Modellen relaterar inte till någon specifik form av bemästrande strategi. Den gör anspråk på att vara mångkulturell och universell. Enligt Antonovsky utvecklar alla individer varierande grader av generella motståndsresurser i sitt liv. Han menar vidare att kunna leva är att möta motgångar under sitt liv. Han skapade begreppet SOC-Sence of Coherence vilket heter KASAM på svenska. Enligt Antonovsy är de grundläggande förutsättningarna för KASAM:

1. Comprehensibility. Vilket innebär att man ska kunna förstå situationen.
2. Manageability. Vilket innebär att man ska tro på att hitta en lösning.
3. Meaningfulness. Vilket innebär att det ska vara meningsfullt att försöka (Gjaerum mf 1999).

Antonovsky konstruerade ett frågeformulär för att underbygga sin teoretiska modell som han gjort med empiriska undersökningar. Frågeformuläret innehöll 29 frågor samt en kortversion med 13 frågor som han kallade för SOC-skalan.

Exempel på frågor är:

Har du en känsla av att människor inte förstår när du talar till dem?

Har det hänt att du blivit besviken på människor som du litade på?

Det var när Antonovsky kom i kontakt med judar som suttit i koncentrationsläger och överlevt som han började arbeta fram sin teoretiska modell om KASAM. Det han upptäckte var att vissa hade klarat sig bättre än andra trots liknande hemska upplevelser. Han kom fram till att personerna som klarat sig bättre hade lyckats hålla fast vid en känsla av sammanhang (Gjaerum, 1999).

4 Empiri

Jag har valt att presentera empirin under några rubriker som berör denna uppsats frågeställningar. Jag har hela tiden haft mina frågeställningar aktuella. Det som inte varit relevant för mitt syfte och mina frågeställningar har jag valt att utelämna. Detta för att empiravsnittet inte ska bli alltför långt och tungläst. Citaten från intervjupersonerna presenteras i kursiv stil.

4.1 Respondenterna:

Anna är 30 år har sambo och två barn. Hon och hennes syster växte upp i en familj där båda föräldrarna var alkoholister. Både hon och hennes syster upplevde det som jobbigt under deras uppväxt. Hon kan inte påminna sig om att de hade några bra barndomsminnen.

Britta är 45 år och kommer från en familj där pappan och en äldre bror missbrukade alkohol. Britta är skild och har en dotter.

Lisa är 27 år gammal. Hon växte upp med en familj med en bror, mamma och en missbrukande pappa.

Robert är 35 år gammal. Växte upp i en familj med två systrar, pappa och en missbrukande mamma. Robert är gift och har tre barn.

Johanna är 38 år uppväxt i en familj med en missbrukande pappa, en bror och syster och mamma. Lever ensam.

Cecilia är uppvuxen som enda barnet i en familj med en mamma och en missbrukande pappa. Hon är 34 år och lever i ett samboförhållande inga barn.

4.2 Hur påverkades och upplevde respondenterna sina föräldrars/föräldrarnas missbruk under uppväxten?

Anna upplevde sin uppväxt som jobbig för henne och hennes syster. Hon har ett minne av att hon vaknade mitt i natten av att hon ropade efter sina föräldrar men ingen svarade. Hon upptäckte att hon var ensam hemma. ”Jag var 5 år gammal och kommer ihåg hur rädd och ledsen jag var, jag var arg på min syster som sov borta den natten.” Ett annat minne Anna har är när hennes mamma är full och hotar med att ta livet av sig. Då försöker hon hindra henne. Hon önskar att någon skulle ha sett hur hon och hennes syster hade det, samtidigt som hon försökte hålla skenet uppe för att ingen skulle upptäcka deras misär. Anna berättar att hon var ett ganska ensamt barn när hon växte upp. Det var inte alltid hon vågade åka hemifrån. Hon berättar att hon var rädd att det skulle hända hennes föräldrar något när hon var hemifrån.

Hon minns att hon inte hade så många vänner. Hon hade ingen vuxen att berätta om sina problem. De hade inte heller någon kontakt med sina släktingar eftersom de tagit avstånd från dem. Hon berättar vidare att hon nu i vuxen ålder förstår att hennes släktingar tagit avstånd från dem på grund av hennes föräldrars supande. Det är egentligen nu i vuxen ålder som Anna inser hur illa det var eftersom båda hennes föräldrar söp. Men det var inget man pratade om. Anna kommer även ihåg att hon aldrig fick ha vänner hemma allt för att föräldrarna skulle få dricka sprit ifred. Hon kommer även ihåg hur hon ljög om utlandssemestrar när man skulle berätta vad man gjort under sommaren. Sommarloven var värst för Anna minns hon. *"Då hade man inte skolan, och mamma och pappa söp mer då."* Anna minns inte att hon grät när hennes pappa dog. Hon tyckte inte att han hade varit en bra fadersfigur till henne och hennes syster. *"Han var mest arg och slog både mig, mamma och min syster."* Anna berättar vidare att hon känner ilska över att ingen såg hur hon hade det. *"Jag känner ilska över att jag inte berättade för någon. Jag försökte berätta för en socialsekreterare en gång, men det blev ingenting av det"*. Anna tycker att relationen med sin syster var ganska nära när de var små. När Annas syster fyllde 11 år blev hon placerad i ett familjehem, och då blev kontakten genast mycket sämre.

Brittas pappa missbrukade alkohol redan innan hon föddes och pågick alltsedan därefter. Britta minns att hennes pappa höll en viss konsumtion när hennes mamma var hemma. När Brittas mamma var bortrest över helgerna ökade pappan sin alkoholkonsumtion. *"Jag kommer ihåg att vi barn saknade fysisk kontakt, beröm och uppmuntran. Allt kretsade kring pappas drickande"*. Även Brittas yngre bror började suppa ihop med pappan när han var 17 år och bodde hemma. Britta fick tidigt lära sig att inte tro på det hon såg. *"Jag fick ju veta att jag hade fel, pappa drack ju inte och framförallt var han aldrig full, jag såg ju, alltså fick jag lära mig att inte tro på det jag såg."* Under Brittas uppväxt existerade knappt umgänge och kompisar. Hon fick knappt prata med någon eftersom hennes mamma var så rädd för att någon skulle upptäcka hur de hade det hemma. Många i hennes klass tyckte nog det var konstigt eftersom de aldrig fick följa med henne hem. Hon kommer ihåg att hon ville ha en normal pappa som inte missbrukade alkohol. Hon kände tidigt att hon ville fly hemmet. Britta flyttade tidigt till ett eget boende där hon upplevde att hon kunde få lugn och ro. Hon minns också att hon drog sig undan som barn. För att inte synas och ställa till med besvär. Hon minns att det var fult att göra fel och irritera föräldrarna. Britta minns vidare att hon vakade över sina föräldrar. Det i sin tur tror hon att hon utvecklade ett starkt kontrollbehov. Britta minns att hon knappt hade en relation med sin pappa när han levde. Under hennes uppväxt var

hennes mamma alltför upptagen med att dölja pappans och broderns missbruk. Både Brittias pappa och hennes bror dog av alkoholrelaterade skador. Hon upplever att hon har en bättre relation med sin mamma och de andra syskonen idag. De umgås en hel del. Britta tycker att hon känt sig osynlig under hela sin uppväxt.

Till en början upplevde Lisa att hennes föräldrar hade en kärleksfull relation. Lisa berättar att hennes pappa alltid dragits till spriten. Men allt efter som Lisa blev äldre blev drickandet värre. Kanske upplevde hon det så eftersom hon blev äldre och förstod mer av situationen. Lisa kommer ihåg att hon ofta hade ont i magen av oro. Rädd för att hennes pappa skulle komma hem full och börja bråka med hennes mamma. Lisa upplevde sin mamma som trygg och kärleksfull. Hon brukade klamra sig fast vid sin mamma för att få trygghet. *"Jag ville lyssna på mina föräldrars bråk för att ha kontroll över situationen."* Lisa berättar vidare att hon kände sig tryggare när hon hade kontroll över situationen hemma. Det tror hon har lett till att hon utvecklat ett kontrollbehov i vuxen ålder. Hon berättar även att hon hade en nära relation till sin mamma. Lisa upplevde sin uppväxt som ganska otrygg med bråk och en ständigt full pappa. *"Pappa var ju för det mesta full men jag kände en närvaro från min mamma."* Lisa minns att hennes kompisar var väldigt viktiga för henne under uppväxten. Hon hade en bästa kompis som stod henne väldigt nära. Hon hade även en bra kontakt med hennes kompis föräldrar. Där kände hon sig välkommen.

Roberts mamma drack i stort sett varje dag under hans uppväxt. Han minns att han upplevde ilska och skam över henne. Hon lovade ofta saker som hon inte höll. Han var också rädd för sin mamma när hon var full. *"Hon kunde göra sig själv och andra illa på fyllan."* Roberts mamma brukade slå honom när hon var full. För att hantera sin mammas supande brukade han göra som hon sa för att slippa bli slagen. Han kommer ihåg att han brukade leta efter tecken på att hans mamma var full. Robert tycker idag att han fick träda in i en vuxenroll alldeles för tidigt. Han fick ta en föräldraroll mot sina småsyskon. Han tycker att det är jobbigt att han aldrig fick hjälp av någon vuxen. Han hade ingen att prata med. Robert minns att hennes mamma alltid var ute och festade på helgerna och lämnade familjen hemma. Robert minns att det var mycket bråk hemma när helgen närmade sig. Bråken berodde mest på att fadern var arg och skämdes för att inte Roberts mamma kunde vara hemma med familjen. Han minns även att mammans alkoholmissbruk aldrig diskuterades i familjen.

Johanna berättar att hon som barn först inte funderade så mycket på att hennes pappa drack. *"Jag lärde mig tidigt att förtränga att pappa söp, jag ville leva ett normalt familjeliv som*

mina kompisar” Hon berättar vidare att hon försökte anpassa sig inte störa pappa när han drack. För att fly hemmet försökte Johanna vara hemma hos kompisar. Johanna minns att hon försökte ty sig till andra vuxna istället för sina föräldrar. Hon minns att hon kände sig tryggare med andra vuxna än sina egna föräldrar. Hon önskade att hon skulle ha haft andra föräldrar. *”Jag fick tidigt lära mig att låtsas som om det regnar.”* Hennes mamma minns hon som frånvarande under uppväxten. Johanna minns att hela hennes familj under uppväxten kretsade kring vilket humör hennes pappa var på. *”Hade pappa fått tag på dricka och suparkompisar var han för det mesta på gott humör.”* Hon minns att resten av familjen blev som en skugga som inte syntes. Hennes mamma minns hon som känslomässigt frånvarande. Johanna kände inte att hon fick något stöd av sin familj. Idag har hon ingen direkt relation med sina föräldrar. Hon upplever sin mamma lika frånvarande som innan. Den kontakt hon har med sin far är när han ringer berusad. Hon tycker att det känns som om hennes föräldrar knappt upptäckte att hon flyttat hemifrån. *”Min uppväxt ser jag som otrygg och kärlekslös. Jag fick inga verktyg för att klara av vuxenlivet av mina föräldrar, det fick jag hitta själv genom andra vuxna förebilder”*. Johanna minns att hon till en början trodde att hon hade en normal uppväxt. Hon trodde att alla pappor betedde sig som hennes tills hon fick kompisar och började följa med dem hem. Hon märkte att deras pappor inte drack varje dag. Johanna minns att hon ville ha en trygg familj som hon upplevde att hennes vänner hade.

Cecilia har både bra och dåliga minnen från sin barndom. *”Jag kan se idag att min uppväxt var ganska rörig”* Hon kommer ihåg att hennes pappa drack sig igenom helger och semestrar. Tiden innan industrisemestern var hemsk. Under semestern var hennes pappa konstant full. Hon minns inte heller att det fanns några bestämda regler i familjen. *”Jag fick göra som jag ville”* Hon minns också att hon brukade åka med pappa i bilen när han var full. Johanna berättar att hon fantiserade mycket som barn. Läste mycket böcker och hade fantasier. *”Jag var nog ett ganska tyst och tillbakadraget barn”* Hon berättar vidare att hon snabbt lärde sig känna igen olika sinnesstämningar och rätta sig efter dem. *”Jag försökte ta hand om min mamma som ständigt lipade och hade ångest.”* De bra minnena från Cecilias barndom var när hennes pappa inte var hemma eller när hon och hennes mamma var på utlandssemester. Cecilia beskriver sin uppväxt i sin familj som gränslös. Hennes mamma var ständigt ledsen och grät mycket. Allt handlade om att Cecilias mamma mådde dåligt. *”Det var inte någon som märkte eller frågade hur jag mådde. Jag tyckte mest synd om mamma när pappa skällde eller slog henne på fyllan”*. Hon minns att hon ofta var rädd för att hennes pappa skulle tappa humöret och slå hennes mamma. *”Det gällde att ha koll på pappas humör och försöka rädda*

mamma. Jag försökte medla eller vara rolig för att avleda dem". Cecilia minns att hon och hennes mamma ofta låtsades som ingenting när hennes pappa kom hem full. Cecilia kommer inte ihåg ifall hon hade någon relation alls med sin pappa. Hon minns att hennes pappa ofta försökte förödmjuka henne när han var full. *"Pappa sa ofta att jag var lika dum i huvudet som mamma. Det kändes som mamma och jag var ett team medan pappa var sitt eget team."* Cecilias minns att hennes barndom ändå blev relativt trygg på grund av hennes mamma och hennes släktingar. Hon berättar vidare att hon upplevde som om hennes mamma försökte skapa rutiner hemma så gott det gick. Hon kände även ett stöd från sin mammas släktingar som bor på nära håll. Cecilia funderar en del på hur hennes uppväxt sett ut om hennes pappa hade varit nykter. Hon kommer även ihåg att hon ofta fantiserade över att ha en pappa som inte missbrukade alkohol. Hon upplevde att hennes kompisar hade det bättre än hon.

4.3 Hur upplever intervjupersonerna sin situation idag?

Anna upplever sig själv som en snäll person. Hon tycker att hon är misstänksam mot nya människor. *"Jag tror att jag är en god lyssnare, och att jag skulle må bra av att se till mig själv mera."* Anna ser sig själv som en glad och ordningsam person som oftast är glad.

Idag har Anna en sambo och två barn. *"De betyder allt för mig jag försöker att ge mina barn det jag själv aldrig fick."* Hon upplever också att hon har ett stort stöd från sin sambos föräldrar. Anna menar vidare att det känns skönt att hennes sambo inte har samma erfarenhet som hon själv har. Ibland brukar Annas sambo ta telefonsamtalen när hennes mamma ringer berusad och hon inte orkar prata med henne. Anna har en viss kontakt med sin syster. Hon önskar dock att den kunde ha varit bättre. Idag har Anna och hennes syster sporadisk kontakt eftersom de bor en bit ifrån varandra. Hon upplever att deras kontakt blev sämre i och med att systemen flyttade till en annan familj under deras uppväxt. Hon har varit avundsjuk på sin syster som fick flytta till en annan familj. Hon har många gånger ställt sig frågan varför inte hon fick flytta från sina föräldrar. Hon tror att det berodde på att hon var äldre och socialtjänsten tänkte att hon skulle klara sig i sin familj.

Under hennes uppväxt fick hon stöd av sin syster innan hon flyttade till en ny familj. Hon har några goda vänner som hon vet att hon kan ringa till eller prata med om hon vill. Hon berättar vidare att hon inte sökt någon professionell hjälp. Anna upplever att hennes bild av sig själv har blivit positiv genom åren. *"Jag tycker att jag har förändrats sedan jag träffade min sambo och sedan vi fått våra barn. Jag har insett att jag inte är så dum ändå"*. Hon tror att

andra ser henne som snäll men kanske lite mesig som person. Anna trivs med sitt liv idag och ser ljusst på sin framtid med sin familj. *”Jag är glad över att jag har ett liv värdigt att leva, glad över mina barn, och glad över min vardag.”*

Britta är sedan många år skild och har en dotter. *”Jag tycker att jag har haft det svårt i kärleksrelationer.”* Hon menar vidare att de män hon träffat inte har varit bra för henne. *”De män jag träffat har alltid haft något problem som missbruk eller våldsamt humör.”* Genom åren och med hjälp av anhöriggruppen Al-anon samt samtal med en kurator har Britta förstått att det är bra för henne att bearbeta sina upplevelser. Britta har en fortsatt bra relation med sina syskon utom med sin äldre bror. Hon berättar att hon aldrig kan ta upp kontakten med sin bror eftersom han inte längre lever. Britta tror att andra upplever henne som snäll och tystlåten. Hon säger vidare att hon har lätt för att isolera sig. *”Jag upplever mig som osäker och konflikträdd, vågar inte riktigt säga ifrån när något är fel.”* Hon upplever att hon alltid haft dåligt självförtroende. Britta har fått en bättre relation med sin mamma. När hon tänker på sin framtid skulle hon vilja träffa en livskamrat. Även om hon känner att hon vill bygga upp sitt självförtroende ser hon ganska ljusst på sin framtid. Hon upplever att hon har svårt för att ta vara på livet. *”Jag ångrar saker jag inte vågat göra för att jag inte tror på mig själv.”* Glädjen i hennes liv är hennes dotter.

Idag är Lisa singel hon har inga barn. Lisas pappa dog för några år sedan. *”Pappa dog av sin alkoholism för några år sedan, jag saknar kontakten vi hade när vi tränade friidrott ihop.”* Lisa har fortfarande en god kontakt med sin mamma. *”Mamma har alltid stöttat mig och hon gör det än idag.”* Lisa känner sig tryggare som vuxen. Hon tycker det känns lättare att prata om sin uppväxt i vuxen ålder. Enligt henne själv har det hjälpt henne att må bättre genom att få prata av sig hos en kurator. Hon berättar vidare att hon insett att hon har möjlighet att skapa ett bra liv. Lisa upplever att hon har mjuknat med åren och lyssnar mer på sig själv hur hon mår. När hon var yngre spelade hon tuff och ville inte få kontakt med sina känslor. Lisa tror att personer i hennes omgivning ser henne som rastlös, högljudd och glad. Hon berättar vidare att hon är nöjd med sitt liv men hon skulle vilja träffa den rätte och skaffa familj, och kanske byta utbildning. Vidare säger hon sig se ganska ljusst på sin framtid. *”Jag tänker inte så mycket på min framtid, jag bara kör på.”* Hon berättar vidare att hon har svårt att vara själv längre stunder. Det får henne att börja fundera mycket på hennes uppväxt.

Idag har Robert fru och tre barn. Han tycker själv att han lever ett harmoniskt familjeliv. *”Ingen av oss dricker speciellt ofta. Vi försöker sätta våra barns behov i första hand”.* Robert

har kontakt med båda föräldrarna idag som är skilda. Hans mamma har gått igenom ett behandlingsprogram och är idag nykter alkoholist. Robert känner att han fortfarande har en inre oro inom sig. Han berättar att han ofta känner sig liten och meningslös, skammen och oron i kroppen finns fortfarande kvar. Det är ofta han känner misstänksamhet mot människor. Robert tror inte andra märker av hans känslor. *"Jag uppfattas nog som en stark och arrogant person av andra."* När Robert skaffade sin familj började han känna harmoni och se mer positivt på sitt liv. Han berättar vidare att han vill jobba mer med sin självkänsla. För honom känns det viktigt att ge sina barn en trygg grund att stå på. Robert har alltid haft en nära relation till sin yngsta syster. Robert har en äldre syster som är alkoholist därför tar han avstånd från henne. Han tycker att hon påminner mycket om deras mamma. Robert tycker själv att han är osäker och instabil. *"Jag har svårt för att lita på andra och jag blir lätt irriterad och arg."* Att skaffa nära relationer upplever han som svårt. Han tycker även att han har lätt att ge upp i svåra situationer. Han ger ett exempel på när han ska söka jobb. Får han inte jobbet han sökt direkt ger han upp och tycker att det är meningslöst att försöka igen.

Johanna har ingen egen familj idag. Johanna är medveten att hon mår dåligt på grund av sin uppväxt men vet att hon måste jobba med sig själv för att må bättre. Hon tycker inte att hennes självbild förändrats. Johanna tror att andra ser henne som en tystlåten person som inte gör så mycket väsen av sig. *"Jag gillar inte konflikter därför låter jag bli att ha åsikter, jag vill inte dra uppmärksamhet mot mig."* Johanna berättar vidare att hon ofta känner sig styrd av andra människor känslomässigt. Hon upplever att hon stressar och blir hämmad när hon försöker göra andra människor nöjda. Hon lever ett lugnt och stillsamt liv enligt henne själv. Hon menar vidare att hon känner sig trygg när hon har det lugnt omkring sig. Men ibland skulle hon vilja göra något oplanerat och ta ut svängarna lite. Johanna vet inte vad hon ska säga om sin framtid hon ser varken positivt eller negativt på den. *"Jag vill kunna tycka mer om mig själv, sätta mig själv i centrum och träffa en bra kille."*

Cecilia har idag en sporadisk kontakt med sin pappa. Hon berättar att hon inte vill ha en alltför tät kontakt med sin pappa eftersom det får henne att må dåligt. De gånger de har kontakt sker det per telefon. *"Jag och pappa brukar låtsas att han inte är full när han ringer vilket han ofta är."* Cecilia har inte tänkt så mycket på varför de inte låtsas om det. *"Det har alltid varit så."* Hon och hennes sambo brukar hälsa på honom drygt två gånger per år mer orkar hon inte. Cecilia lever i ett samboförhållande som hon beskriver som kärleksfyllt och tryggt. De har inte skaffat några barn ännu. Hon berättar att hon haft en del dåliga

förhållanden bakom sig. *”Det har tagit tid att kunna förstå att det kan finnas kärlek och tillit i ett förhållande.”* Cecilia har ett bra och nära förhållande till sin mamma. Relationen har blivit bättre med åren. Hon berättar vidare att hon och hennes mamma pratar en del om deras förflutna. Cecilia tycker att hon har blivit mer tryggare som person med åren genom att ha gått till en psykoterapeut för samtal. Även genom att träffa andra anhörig till missbrukare genom Al-Anon har hjälpt henne att inte känna sig så ensam. Hon tycker att hon blivit mer medveten om sina starka och svaga sidor. Hon tar inte heller på sig av andras misstag och vet oftast idag varför hon reagerar som hon gör i vissa situationer. Cecilia berättar att hon försöker vara sig själv. Hon tror att andra upplever henne som en snäll och varm person med humor. Cecilia är nöjd med livet hon lever idag. Hon och hennes sambo lever ett lugnt och stabilt liv med sina katter. Hon ser ljus på deras framtid tillsammans. Hon önskar att hon kan ta igen alla år hon känt sig värdelös och oroat sig över sin missbrukande pappa. Idag tycker Cecilia att hon har en bra relation till sina nära vänner. *”Jag har inga syskon och ser mina närmsta vänner som syskon, de vet nästan allt om mig och vi är väldigt öppna mot varandra.”* Cecilia upplever att hon kan vara sig själv med sina vänner. *”Jag är en ganska rolig och underhållande person, feg ibland, svårt för förändringar, en överlevare.”*

4.4 Hur talar respondenterna om anhörigproblemet?

Anna förstår att hon har påverkats av att ha levt i en familj med missbruksproblem. Hon tror fortfarande att hon är påverkad av sin uppväxt. Eftersom hon än idag försöker att hjälpa sin mamma fast hon inte vill *”Jag har tigit under alla år, genom alla lögner om hur bra vi hade det i vår familj. Om alla semestrar som inte existerade i verkligheten osv. Det viktigaste var att skydda mamma och pappa, det blev som min uppgift.”* Sina känslor och upplevelser är något man får jobba med varje dag tycker Anna. Ibland brukar Annas barn fråga efter sin mormor. Anna berättar vidare att det händer att barnen träffar sin mormor både planerat och oplanerat. De försöker träffa Annas mamma när hon är nykter. Hon upplever att hon kände av sina upplevelser mer när hon fick barn. Hon vill inte att de ska ha samma uppväxt som hon själv hade. Anna berättar att hennes sambo har reagerat över hennes beteende mot sin mamma. Han har fått henne att släppa greppet kring sin missbrukande mamma.

Precis som Anna känner Britta att hon påverkats av sin missbrukande far och bror. *”Jag tror helt klart att man påverkas som person av att leva nära en missbrukare. Jag tassade på tå runt min pappa under hela min uppväxt. Allt för att inte störa hans missbruk.”* Hon upplever

för det mesta att hon valt frånvarande eller missbrukande män. Hon tror vidare att det beror på den bakgrund hon haft. Britta tycker också att hon lätt isolerar sig och har svårt för att ta kontakt med andra. Hon går på Al-anon möten där hon får prata med dem som har haft samma erfarenhet av missbruk. Britta har ofta mått dåligt. När hennes bror fick plats på ett behandlingshem enligt Minesotamodellen fick hon vara med på en familjevecka. Hon berättar vidare att det var på familjeveckan hon insåg att hon mått så dåligt på grund av sin brors och faderns drickande.

Även Lisa känner att hon blivit påverkad av sin barndom. *"Jag tänkte inte så mycket på mig och mina behov under min uppväxt vilket har följt med mig än idag. Jag vill börja tänka mer på mig själv."* Lisa känner att hon har ett kontrollbehov som hon tror beror på sin uppväxt med en missbrukande pappa. Hon ville ha kontroll över sina föräldrars bråk när hon var liten eftersom det gjorde henne lugnare. Första gången Lisa började fundera kring sin missbrukande pappa och sin uppväxt var när hennes pappa åkte in på behandlingshem. Under tiden kom Lisa och hennes familj i kontakt med en nykter alkoholist som arbetade på behandlingshemmet som hennes pappa var på. *"Jag började gå på möten för anhöriga till missbrukare, där fick jag träffa andra som hade liknande problem."* Hon berättar vidare att hon har sökt information om anhöriga och missbruk genom Internet eftersom hon ville veta varför hennes pappa missbrukade alkohol.

Robert blev även han bekant med att man kan påverkas under sin uppväxt genom att ha levt tillsammans med missbrukare när hans mamma kom på behandlingshem. *"Jag hade inte tänkt på det innan, men på familjeveckan kände jag igen mig en hel del."* Robert känner som Lisa att han ofta levt efter andras villkor istället för att ha lyssnat på sig själv. *"Hela vår familj levde efter mammas flaskor och hennes humör."* Han berättar vidare att han blir arg när människor blir berusade. Han känner även en ilska över att hans familj låtit hans mamma styra över deras vardag när han växte upp. Robert är rädd att i framtiden överföra något dåligt på sina barn. Han vill inte att hans barn ska ha en likadan uppväxt som han fick gå igenom.

Johanna kände ständig oro över sina föräldrar. Johanna tror att hon påverkats under sin uppväxt eftersom hon i vuxen ålder känner samma känslor av oro och kontroll. Johanna fastade för en anhörigrupp, Al-anon, på Internet när hon sökte information om missbruk och tog kontakt med dem. Hon kände att hon kunde berätta om sina erfarenheter och lyssna på andra med liknande upplevelser.

Även Cecilia känner att hon påverkats av sin pappas alkoholmissbruk under uppväxten. Cecilia berättar att allt kretsade kring hennes pappa och hans missbruk. *"Som anhörig tycker jag att man dansar kring missbrukarens pipa, så var det för mig och min mamma i alla fall."* Vi började möjliggöra pappas drickande så vi kunde få husfrid. Första insikten om att hon mått så dåligt fick hon när hon var med på en familjevecka på ett behandlingshem som hennes pappa var på. Det var under familjeveckan hon började fundera på att försöka ta kontakt med en anhöriggrupp för anhöriga till missbrukare eller beställa tid hos en terapeut som kunde hjälpa henne att bearbeta sina upplevelser. Hon berättar vidare att hon läst litteratur om missbruk och dess konsekvenser och pratat med andra anhöriga i samma situation. Cecilia berättar vidare att hon även pratat med nyktra alkoholister som berättat om sitt missbruk och hur det påverkat deras familjer. Cecilia tycker att hennes framtid ser ljus ut. Hon vet att hon har ett problem som hon måste jobba med.

Anna säger att hennes erfarenheter har påverkat henne känslomässigt. *"Jag är misstänksam mot folk. Jag upplever att jag inte har en grundtrygghet, och det är jag helt övertygad om att det har med min uppväxt att göra. Men jag tycker ändå att jag har klarat mig bra, och att jag har ett bra liv idag."* Det första Anna tänker på när hon blickar tillbaka på sin barndom är rädslan över att bli lämnad ensam. Hon har även dåligt samvete över att hon ej vill ha kontakt med sin mamma. Hon tycker vidare att det är svårt när andra runtomkring tar det som självklart att hon ska finnas där för mamman även om hennes mamma är missbrukare. Annas mamma som fortfarande idag är alkoholist bor i samma samhälle som Anna. Annas pappa är död sen många år tillbaka. *"Jag har en ganska knepig relation till min mamma. Det händer att till exempel de från konsum ringer till mig om att mamma snott folköl. Då vill de att jag kommer och tar hand om henne, för folk tycker att hon är jobbig och barnen blir rädda för henne säger dom."* Anna menar vidare att hon försöker ta avstånd från sin mamma när hon super. Hon berättar att hon ofta fått åka till konsum när hennes mamma ställt till med problem. Eftersom hon skäms för sin mamma har hon svårt för att säga nej fast hon vill säga till personalen att sluta ringa henne. Relationen med sin mamma tycker Anna fortfarande känns svår. Hon berättar att hennes mamma fortfarande ger henne dåligt samvete. *"Hon kan fråga varför hon inte får träffa sina barnbarn"*. Anna säger till sin mamma att hon får träffa dem de gånger hon är nykter. *"Då blir hon arg och skriker."* Samtidigt är det till Anna hon ringer när hon är ledsen eller behöver låna pengar. Anna och hennes familj har funderat på att flytta till en annan ort. De har bestämt sig för att stanna kvar i samma stad eftersom de inte

vill att Annas mamma ska styra över deras liv. Hon berättar vidare att hon valt att inte blicka tillbaka, utan försöker leva i nuet.

Britta har svårt för att känna tillit för andra människor. Hon känner att hon ofta får känslor av oro och ångest. Britta upplever också att hennes pappas missbruk påverkat henne. Hon berättar att hon har svårt att dricka alkohol. *"Efter 2-3 glas vin kommer ångesten, därför undviker jag att dricka."* Hon berättar vidare att hon för det mesta måste ha kontroll över situationer. Britta har ofta katastroftankar. Hon tror att något hemskt ska hända henne. De negativa tankarna tror hon hindrar henne från att vara spontan och göra oplanerade saker. Britta tror att hon ofta valt pojkvänner som är otillgängliga eller har spritproblem eftersom hennes egen pappa aldrig fanns till för henne och var alkoholist.

Även Lisa tycker att hon har svårt att lita på människor. *"Jag tror mina känslor av osäkerhet och misstro kommer från min uppväxt."* När Lisa tänker tillbaka på sin barndom är besvikelse en känsla hon kommer ihåg. Hon måste veta vad som händer hela tiden och har svårt att leva i nuet. Lisa berättar vidare att hon är livrädd för att släppa kontrollen. Att tappa sin identitet kan också vara ett drag av att ha växt upp i en missbrukarmiljö *"Ibland har jag svårt att veta vad jag vill och hur jag ska bete mig."* Hon berättar att hon har svårt att leva i nuet. Hon vill kunna ta dagen som den kommer.

Robert anser att han idag har svårt för att knyta bekantskap med nya människor. *"Min misstro mot folk tror jag hänger ihop med all skam jag kände som barn. Jag tror jag är rädd för att bli övergiven och inte tagen på allvar, som att bli idiotförklarad."* Det första Robert tänker på i sitt förflutna är misshandel och likgiltighet. Även Robert tycker att hans mammas missbruk påverkat honom som människa. Ofta känner han sig osäker på sig själv. *"Jag upplever ofta tomhetskänslor"* han menar vidare att han känner sig ostabil och kan brusa upp lätt. Robert upplever att alkohol får honom att må dåligt psykiskt och därför undviker han det.

Johanna säger att hon är rädd för att bli övergiven. Som barn upplevde Johanna att andras åsikter var viktigare än hennes egna. Hon tror att hennes erfarenheter som barn säkert påverkat henne till vuxen ålder. Ett sätt för Johanna att hantera sin situation över att ha växt upp i en familj med missbruk är att inte ha kontakt med sin alkoholiserade pappa. Johanna berättar vidare att även hon har lätt för att känna sig vilsen och otrygg. Som barn lärde hon sig snabbt att avgöra vilket humör hennes pappa var på genom att läsa av hans miner och gester.

Det gav en slags kontroll över situationen. Även idag känner Johanna att hon har ett behov av att känna kontroll över situationer. Eftersom gränser ofta flyttades under uppväxten känner hon att hon har svårt att sätta gränser som vuxen. Hon berättar vidare att hon ofta känner av oro och ångest. Johanna berättar vidare att hon känner ett kontrollbehov mot sig själv och andra.

Cecilias erfarenheter av hennes pappas missbruk har påverkat henne. Hon berättar att hon har lätt för att känna av känslöstämningar när hon kommer in i ett rum. Hon berättar vidare att hon har svårt att möta ilska från andra människor, det får henne att känna sig liten och rädd. *"Jag har svårt för att möta konflikter och ibland känner jag att jag är mindre värd än andra människor."* Hon berättar att hon blivit mer medveten om sin själkänsla men upplever att det är svårt att komma ur de dåliga tankemönstren. Cecilia vill inte ha en tät kontakt med sin pappa men tycker ändå synd om honom eftersom han nu är ensam. *"Hörs vi för ofta mår jag dåligt."* De gånger hon pratar med hennes pappa i telefon faller hon tillbaka i sin roll. Cecilia hör att han är full men ställer inte honom mot väggen hon vill inte göra honom arg. Hon menar att hennes pappa inte kommer att erkänna att han druckit alkohol. Hon berättar vidare att hon är medveten om att hon ibland försöker behaga andra för att göra dem nöjda. *"Jag har svårt att sätta gränser hur andra ska få behandla mig."*

5 Analys

Jag har baserat min analys på kvalitativa intervjuer med vuxna barn som vuxit upp i en missbrukarmiljö. Empirimaterialet från intervjuerna analyseras och tolkas utifrån sju teoretiska ramar: Socialtnätverk, identitet, roller, familjeregler, systemteori, familjesystem och KASAM-Känslan av samhörighet. För att göra det så överskådligt som möjligt har jag använt mig av uppsatsens frågeställningar som rubriker.

5.1 Hur upplevde och påverkades respondenterna av sina föräldrars/föräldrarnas missbruk under uppväxten?

Respondenterna fick tidigt lära sig att man inte pratade om föräldrarnas missbruk. I Missbrukarfamiljer läggs man stor vikt vid att inte förråda någon i familjen. Lundsbye pratar om myter det vill säga regler inom familjen som aldrig får ifrågasättas av någon familjemedlem eftersom detta skulle vara destruktivt för systemet. Om familjemyten konfronteras med verkligheten kan en metamytt bildas och familjens existens hotas. Ett exempel på en myt i en familj kan vara att, mamma alltid är glad. Metamytt innebär att mamma plötsligt börjar gråta. Familjens egen konstruerade verklighet stämmer inte överens med verkligheten. Familjemyten i alla de inblandades familjer var gemensam att aldrig prata om missbruket, man låtsas att det inte existerar. Lundsbye pratar även om olika termostatsfunktioner i en familj. Ett sätt för en familj att försöka behålla en sorts jämvikt kan vara att inte låtsas om något som händer inom familjen för att inte skada familjesystemet. Genom bestämda eller dolda gränser regleras vad som får uttryckas inom systemet (Lundsbye, 2005). Det kan liknas med Roberts familj där man inte pratade om hans mammas missbruk. Robert berättade att hans pappa blev arg ifall någon tog upp ämnet. Eftersom deras familjemyt då skulle hotas (Ibid).

I alla av respondenternas familjer låtsades man inte om missbruksproblemet. Även här kommer familjemyten fram. Det innebär att man inte låtsas om att missbruksproblemet finns (Lundsbye, 2005). Missbrukarfamiljer lär sina medlemmar att ljuga det är en del av missbruket (Nakken, 2006). Detta stämmer in på Anna som ofta ljög om sina utlandsvistelser efter sommarlovet i skolan. Avsaknaden av tillit menar Hellsten hindrar barnen att visa sina känslor. Kontakten med sina egna känslor gör kontakten med andra människor möjlig. Hellsten menar vidare att barnen i en alkoholistfamilj är ensamma. Om man inte kan lita på sina egna föräldrar blir det svårt att lita på andra. Enligt Schjödts och Egeland ingår föräldrarna

i ett subsystem och förväntas att uppfostra barnen samt socialisera dem in i samhället (Schjödts, Egeland, 1998). Det stämmer in på intervjupersonerna. Alla säger att de har svårt med att knyta kontakter och känna tillit till andra människor. Det kan bero på ett bristande föräldrar subsystem. Där föräldrarna misslyckats att socialisera in barnen i samhället med vänner och allt vad det innebär. Enligt Lundsbye har familjemedlemmarna olika roller i ett familjesystem. För att det inte ska uppstå några problem är det viktigt att alla i familjen definierar rollerna lika (Lundsbye, 2005). Om det är svårt för en familjemedlem att förena sin roll i systemet kan det uppstå en rollkonflikt. När Lisas pappa var nykter tog han på sig sin roll som förälder. När han var onykter kunde han försvinna i dagar och höll inte sina löften till Lisa. Lisas pappa behöll inte sin roll som förälder i familjesystemet. Det uppstod då en rollkonflikt eftersom han inte behöll den roll som för honom var förväntad (ibid).

Under intervjuerna kom det fram att ingen av de intervjuade hade fått någon professionell hjälp som barn. Några av dem hade någon vuxen utanför familjen som var viktig för dem. För Lisa och Johanna var det kompisarnas föräldrar, Cecilia hade sina släktingar att ty sig till. De intervjuade berättar att de kunde prata om hur de hade det hemma, med de vuxna som de tydde sig till. Det här kan man koppla till teorin om KASAM-känsla av sammanhang. Antonovsky menar att människor klarar svåra uppgifter olika. Detta beror på att alla människor utvecklar olika grader av generella motståndsresurser i sitt liv. Genom att Lisa, Johanna och Cecilia hade "viktiga Andra" i sitt liv hjälpte det dem att förstå situationen de befann sig i. De insåg även att det går att hitta lösningar på det mesta. Antonovsky menar vidare att det är viktigt med en känsla av sammanhang. Det är viktigt att förstå situationen man befinner sig i, tro att man kan hitta lösningar och tycka det är meningsfullt att försöka (Gjaerum, 1999). Intervjupersonen Anna, Robert och Britta upplevde inte att de hade någon vuxen att prata med under sin uppväxt. Robert och Britta upplever att de under sin uppväxt upplevt hopplöshet. Detta stämmer överens med Antonovskys KASAM-modell. Britta och Robert har inte haft någon "viktig vuxen" att tala med. Anna däremot verkar skilja sig en aning. Hon berättar att hon inte fått något stöd av någon vuxen person under uppväxten. Hon ser ändå ljus på sin framtid och känner en meningsfullhet i sin tillvaro.

Robert berättar att hans mammas missbruk gjorde att han växte upp för för. Han upplevde osäkerhet och oro över situationen. Hindberg pratar om att även om den ena föräldern missbrukar är det inte säkert att den andre förälderns omsorgsförmåga är tillräckligt god. Den nyktra föräldern kan vara så pressad av partners problem, att barnets behov kommer i

skymundan. Barnet blir inte bekräftat av någon vuxen med negativa konsekvenser för anknytning och samspel. Verktyg saknas för att bygga upp en god självkänsla. Barnet växer upp med känslan av att inte vara så viktig och den känslan kan följa med upp i vuxen ålder (Hindberg, 1999). Detta stämmer bra in på respondenterna Britta, Cecilia, Robert och Johanna som upplevde att deras nyktra förälder inte gav dem de stöd de behövde under uppväxten.

5.2 Hur ser respondenterna på sin anhörigproblematik?

Samtliga intervjupersoner berättar att de känner att de mår dåligt på grund av sin uppväxt och att de kom till insikt om sitt problem genom att komma i kontakt med en organisation för anhöriga till alkoholister. Anna berättar att hon tror att hennes sambo fick henne att inse att hon mådde dåligt på grund av sin uppväxt. Anna berättar att hon har svårt att säga nej mot sin mamma när hon ringer och är alkoholpåverkad. Här passar Lundsbyes familjemyter in att inte få diskutera problem inom familjen eftersom dessa skulle vara destruktiva för systemet (Lundsbye, 2005). Det stämmer in på Anna som säger sig ha svårt för att lägga på luren när hennes mamma ringer berusad. Anna fick lära sig under sin uppväxt att aldrig ta upp hennes föräldrars missbruk. Istället för att tala om problemet väljer Anna för att blunda för det. Hon berättar vidare att hennes sambo reagerade över hennes relation med sin mamma och över att Anna mådde dåligt av detta. Med hjälp av sin sambo tog hon kontakt med Al-Anon som är en förening för anhöriga till missbrukare. En av respondenterna kom i kontakt med Al-Anon genom litteratur samt Information på Internet. Fyra respondenter kom i kontakt med Al-Anon genom att deras anhöriga kommit i på behandling för sitt missbruk.

Söderling pratar om att anhöriga i en missbrukarfamilj styrs utav alkoholists beteenden varken de vill det eller inte. Han pratar vidare om att de anhöriga spelar med på olika sätt genom att anpassa sig till de problem som uppstår i familjen. Man spelar med i den falska roll som ofta utvecklas hos alkoholisten för att dölja de verkliga förhållandena. Man sätter sig själv och sina behov i andra hand (Söderling, 2002).

Alla intervjupersoner känner till de olika rollerna, Familjehjälten, Rebellen, tapetblomman och Clownen som kan existera i olika missbruksfamiljer (SoS 1993:18). Enligt socialstyrelsens rapport utvecklar barn till missbrukare olika roller som de använder som strategi för att klara av sin vardag. Rollerna är inte fasta utan barnen kan byta roller om exempelvis familjekonstellationen förändras (SoS 1993:18).

Cecilia kände att hon fick ta hand om sin mamma. *"Det var inte någon som frågade hur jag mådde. Jag tyckte mest synd om min mamma som mådde dåligt."* Hon kommer ihåg att när de var utomlands var det hon som höll reda på tåg tabeller eftersom hennes pappa var full och hennes mamma grät och var olycklig. Hon säger vidare att hon kan känna igen sig i rollen som familjehjälten. Familjehjälten kännetecknas av ett barn i en missbrukarfamilj som tar på sig ansvaret att försöka ställa allt till rätta i familjekaoset. De tar ofta på sig de vuxnas roll i en familj (SoS 1993:18) (Pousette, 1996). Hon tog ofta på sig den rollen eftersom hon inte litade på sina föräldrar. Cecilia brukade även försvinna in på sitt rum och dagdrömma. Tapetblomman är en roll som kännetecknas av att man gör sig osynlig och stänger in sig i dagdrömmeri (SoS 1993) (Hindberg, 1999). Den rollen passar även in på Britta som kände sig osynlig under hela sin uppväxt. Hon berättar vidare att hon ofta drog sig undan för att inte ställa till besvär. Hon minns att det var fullt att göra fel och irritera föräldrarna. Lisa känner även hon igen sig i rollen som familjehjälte eftersom hon under uppväxten försökte kontrollera föräldrarnas bråk. Hon ville ställa allt till rätta så att inte hennes föräldrar skulle bråka. Robert känner igen sig både i rollen som rebell och familjehjälte. I skolan kunde han vara bråkig och tuff som han uttrycker det. Han berättar att han genom att vara bråkig kände att han fick ut sin frustration över att alltid försöka ställa saker till rätta hemma. När hans mamma söp hade hans pappa fullt upp att leta reda på Roberts mamma på otaliga krogar och hemma hos andra alkoholister. När hans föräldrar inte var hemma fick Robert träda in i en föräldraroll i hemmet. Johanna känner igen sig i rollen som tapetblomma eftersom hon under sin uppväxt varit tystlåten och inte velat göra så mycket väsen av sig.

5.3 Hur upplever respondenterna sin situation idag?

Sina erfarenheter av att växt upp med missbrukande föräldrar är något som Anna får jobba med varje dag säger hon. Hon säger sig ha ett starkt stöd från sin sambo och sina svärföräldrar. Idag har Anna en viss kontakt med sin syster. Hon upplevde att deras kontakt blev sämre i och med att systemen flyttade till en annan familj under deras uppväxt. I systemteorin nämns också om att familjemedlemmarna blir påverkade på olika sätt om något händer i systemet (Lundsbye, 2000). Det blev en förändring i Annas familj när hennes syster flyttade till en annan familj. Anna mådde dåligt när hennes syster blev fosterhemsplacerad. Trots sin svåra barndom trivs Anna med sitt liv idag hon ser ljust på sin framtid med sin familj och sina barn. Att en del av intervjupersonerna trots sina upplevelser ändå ser ljust på

sin framtid kan kopplas till Aaron Antonovsky KASAM teori. En del av intervjupersonerna hade stöd från andra vuxna när de växte upp som exempelvis deras kompisars föräldrar, släktingar eller den föräldern som inte missbrukade. Anna har däremot stöd ifrån sin sambo samt sina svärföräldrar i vuxen ålder. Det är avgörande för hur man klarar sig i olika sammanhang. Alla intervjupersonerna säger att deras uppväxt påverkat dem på ett eller annat sätt och i de flesta negativt. De flesta av dem säger att de har svårt med relationer.

De roller som Socialstyrelsen tagit upp i sin rapport som vi tidigare pratade om kan även komma att påverka barnen i vuxen ålder. Cecilia och Anna berättade att de kände igen sig i rollerna som familjehjälten och tapetblomman. När vi pratar om hur de påverkats av sin uppväxt i vuxen ålder berättar de att de allt ofta tar på sig rollen som medlare både privat och på deras arbetsplats. Både Anna och Cecilia berättar att de ofta intresserar sig för andras problem mer än sina egna. Så fort någon hade ett problem i kamratkretsen som de ville reda ut kände Anna att hon ville hjälpa den personen. Cecilia arbetar som undersköterska och funderar på att utbilda sig till socionom. Anna arbetar som barnmorska på ett sjukhus. Cecilia berättar vidare att hon under sin ungdom och i tidig vuxen ålder ofta kände att hon blev utnyttjad av killar. Hon ville inget hellre än att de skulle tycka att hon var attraktiv och att de skulle vilja ha ett förhållande med henne. Hon berättar att hon sökte efter uppmärksamhet. Nu i efterhand inser hon att de förmodligen kanske bara var intresserade av ett sexuellt förhållande. Anna berättar att hon ofta oroade sig mer för sina föräldrar än för sin egen del. Idag kämpar hon för att inte hjälpa sin mamma när hon ringer berusad och vill ha hjälp. Hon berättar att hon än idag drömmer om att hennes mamma ska krama om henne och säga att hon är en duktig dotter. Johanna känner igen sig i rollen som tapetblomma. Det enda hon tycker har följt med henne i vuxen ålder är att hon känner sig ensam. Johanna berättar vidare att det inte spelar någon roll hur många vänner hon har. Hon har lätt för att känna sig ensam. Tapetblommorna riskerar att bli utnyttjade och genom detta fara ännu mer illa på grund av sin svaga identitet och den starka viljan att vara till lags (SoS 1993:18).

Lisa känner igen sig i rollen som familjehjälten. Hon berättade att hon ville förhindra bråken mellan sina föräldrar. Hon berättar vidare att hon känner att hon ofta vill medla människor i mellan. Idag jobbar Lisa som kurator på en skola. Under sin ungdom jobbade hon som vårdbiträde på olika vårdhem. Britta tycker att hon ofta vill vara andra till lags för att alla ska tycka om henne. Hon känner sig ensam och har svårt för att ta kontakt med andra människor. Robert arbetar på bank och har aldrig arbetat inom något vårddyrke. Där skiljer han sig från

rollen som familjehjälte eftersom han aldrig valt ett vårdyrke. Robert menar vidare att han tycker att han är en duktig medlare på sin arbetsplats med kunder och privat. Han tycker själv att han har bär på en låg självkänsla. Han berättar att han känner att han aldrig duger. Han har ständigt dåligt samvete för att han inte är en tillräckligt bra make och far. Enligt Socialstyrelsens undersökning tenderar de som utvecklar rollen som familjehjälte bli duktiga medlare i vuxen ålder. De blir bra på att ta hand om andras problem och förutse andras behov. De är ofta osäkra och bär på en väldigt låg självkänsla. Det är vanligt att familjehjältarna söker sig till vårdyrken (SoS 1993:18). Robert känner också att han har väldigt svårt för att lita på andra människor. Han tror att det beror på att han aldrig hade någon som ställde upp för honom under hans uppväxt. Enligt honom var nog folk lite rädda för honom. Robert berättar vidare att han kände att han fick tillrättavisningar både i skolan och i hemmet. I skolan fick han tillrättavisningar för att han bråkade och slogs. I hemmet fick han tillrättavisningar för att han ifrågasatte sin mammas missbruk. Rebellerna möter ständigt motstånd och tillrättavisningar och uppfattas av omvärlden som oförmögna att ta emot kontakt och hjälp. Dessa barn lär sig att ingen ställer upp och de får i vuxen ålder väldigt svårt med förtroende för andra människor eftersom de tidigt får lära sig att ingen går att lita på (SoS 1993:18).

Enligt Skråner formas människans sociala identitet av relationer i dennes nätverk. Skråner menar vidare att det är främst från den närmsta omgivningen som individen formar sin identitet och blir en person. Den personliga identiteten består av ett system med olika minnen, erfarenheter, tankar, drömmar, känslor och önskningar (Skråner, 2001). Som jag nämnde tidigare tycker respondenterna själva att de påverkats som individer genom att ha växt upp i en missbruksmiljö. De flesta av dem pratar om ensamhetskänslor, brist på förtroende, bråkighet eller att de var tystlåtna etc. En del av dem drömde om att ha en normal familj, utan några missbruksproblem. Det stämmer med Skråners teori att en persons identitet skapas från den närmsta omgivningen, i det här fallet familjen.

6 Slutdiskussion och egna reflektioner.

Jag har genom mina intervjuer med respondenterna fått en inblick i hur de haft under sin uppväxt i en missbrukarmiljö. Alla respondenterna tyckte själva att de påverkats av uppväxten i en missbruksmiljö. De verkar också ha haft liknande erfarenheter eftersom de präglats av samma missbruksmiljö. I ett av fallen var båda föräldrarna missbrukare. En av respondenterna hade en bror och pappa som var missbrukare. Tre av respondenterna hade en pappa som missbrukade. Den enda manliga respondenten hade en missbrukande mamma. I de flesta fallen är föräldrarna skilda eller har en av föräldrarna gått bort. Något som verkar vara gemensamt för samtliga respondenter var att de inte fick prata om sin familjeproblematik under uppväxten. Missbruket fanns där men det var inget man låtsades om. Några av respondenterna har också jobbat inom vårdande yrken. Det stämmer överens med socialstyrelsens undersökning om att de som har rollen som familjehjälten ofta söker sig till vårdyrken (SoS 1993:18). Något jag funderade över ifall vuxna barn till alkoholister överlag väljer att jobba inom vårdyrken. Eller råkade just mina intervjupersoner välja att jobba inom vården?

Som jag nämnde tidigare tar respondenterna upp gemensamma nämnare att de alla kände att de ville dölja missbruket som förekom i hemmet. De fick inte heller prata om missbruket utanför hemmet och i vissa fall inte heller inom familjen. Det stämmer överens med Lundsbyes teori om att man sätter upp regler i en familj för att inte familjesystemet ska hotas. I respondenternas familjer var man rädd att missbruket skulle avslöjas och att familjens existens skulle hotas (Lundsbye, 2005). Under intervjun kom det fram att ingen av respondenterna fått någon professionell hjälp som barn. De flesta hade dock någon vuxen runtomkring dem som var viktiga förebilder för dem. En av respondenterna fick stöd av sin sambo samt dennes föräldrar i vuxen ålder. Det får mig att fundera över KASAM-teorin om hur viktigt det är att känna samhörighet med andra människor runt omkring sig. Även i den litteraturen som jag använt mig av har det stått att det är avgörande för barns välmående att de har andra viktiga förebilder som kan kompensera där föräldrarna brister i sin omvårdnad av barnen.

Jag funderar även över varför dessa vuxna inte fick någon professionell hjälp som barn? Är det så att barn till missbrukare är skickliga i sin roll att gömma undan sina känslor och på så sätt lura omgivningen över att de har det bra? Fanns det människor runt omkring dessa familjer som visste att det fanns ett missbruksproblem men ville inte lägga sig i? Något jag

funderat över under arbetets gång var varför jag själv lyckades få professionell hjälp under min uppväxt? Vad är det som gör att vissa barn får hjälp och andra inte?

Under arbetets gång upptäckte jag att konsekvenserna över att växt upp i en missbruksmiljö är många. De roller som socialstyrelsen skrivit om i sin rapport verkar stämma. Att barn ofta tar på sig olika roller som en överlevnadsstrategi mitt i kaoset. Dessa roller kan även vara svåra att förändra eller ta sig ur. I vuxen ålder kände många av respondenterna tomhetskänslor, ensamhet samt brist på förtroende. Alla av respondenterna upplevde att de hade svårt att känna förtroende och knyta kontakt med andra människor. Enligt Schjödts och Egeland ingår föräldrarna i ett subsystem, de har i uppgift att socialisera och uppfostra sina barn (Schjödts, Egeland, 1998). När den ena eller båda föräldern missbrukar samt att den nyktra kanske brister i sin omsorg får barnet inte de verktyg den behöver för att växa upp och socialisera sig in i samhället. Det visar i min undersökning att alla respondenter haft föräldrar som brustit i sin föräldraroll genom att den ene eller som i ett av fallen båda föräldrarna missbrukat. Den förälder som inte missbrukar har i respondenternas fall varit upptagna med att dölja och försöka förhindra sin partners missbruk.

I vuxen ålder har intervjupersonerna sökt professionell hjälp samt hjälp i självhjälsgruppen Al-Anon där de fått prata med människor som haft en liknande uppväxt. Enligt dem själva ville de möta andra som haft samma erfarenhet som de själva. Att se kopplingen mellan hur de mår idag med det som hände under barndomen och uppväxten. Tre av respondenterna har även sökt professionell hjälp vilket de tyckt har hjälpt dem att bearbeta sin uppväxt. Jag själv sökte mig till Al-Anon för att jag ville prata med andra anhöriga till alkoholister.

Något jag kom att tänka på var ifall respondenterna lärt sig att uttrycka sig på ett specifikt sätt efter att ha deltagit i självhjälsgruppen Al-Anon? Vissa av respondenterna har även deltagit i familjeveckor som anordnas på behandlingshem enligt Minesotamodellen. Jag har även funderat på om jag med mina egna erfarenheter kan ha påverkat respondenterna samt innehållet i min uppsats under studiens gång? Eftersom jag har valt en hermeneutisk vetenskaps syn i min uppsats har jag också valt att söka information utifrån upplevelser och personlig uppfattning. Jag har under uppsatsens gång varit medveten och fått anstränga mig för att inte väga in mina egna erfarenheter i mina respondenters upplevelser. Är det här ytterligare ett sätt för mig att lindra mina egna känslor över att ha växt upp i en familj med

missbruksproblem. Jag har också under arbetets gång funderat över ifall jag valt detta uppsatsämne ifall jag haft en annan bakgrund.

Något som jag tyckte var intressant var att jag funderade kring begreppet medberoende som en familjesjukdom. Jag har i min uppsats valt att kalla begreppet medberoende för familjeproblematik. Under uppsatsens gång började jag fundera på innehållet av detta begrepp. Efter att ha läst Arne Gerdners kritiska granskning av medberoende begreppet började jag fundera över dess innebörd. Är det verkligen sunt att patologisera anhöriga till missbrukare? Gerdner är kritisk till att några författare beskriver anhöriga till alkoholister för ”medalkoholister”. Gerdner menar vidare att begreppet medberoende ger övriga familjemedlemmar sina egna sjukdomsdiagnoser. Att sjukförklara de anhöriga ökar de anhörigas skuldbörda (Gerdner, 1999). Enligt Gerdner kan anhöriga lära sig att tänka mer på sig själv och sitt eget välbefinnande (Ibid). I min undersökning tycker jag att mina respondenter valt att tänka mer på sin egen situation genom att söka professionell hjälp. De har tagit beslutet att hjälpa sig själv att må bättre. Jag har funderat på ifall min erfarenhet kan hjälpa andra i samma situation?

Enligt min mening finns det för lite forskning kring anhöriga till missbrukare. Jag tycker att min uppsats kan bidra till att ytterligare öka kunskapen till hur anhöriga till alkoholister ser på sin situation. Något jag skulle vilja undersöka är ifall det är någon skillnad vem av föräldrarna som är missbrukare? Är det någon skillnad ifall missbrukaren är mamma eller pappa? Är det någon skillnad ifall man är man eller kvinna när man växer upp i en familj med missbruksproblem? Hanterar man situationen olika?

Något jag funderat över är ifall jag under arbetes gång påverkat mina respondenter under intervjuerna eftersom vi delar samma uppväxtförhållanden? Ibland kan det vara svårt att distansera sig i ett arbete när respondenter och forskare har liknande erfarenheter. Jag är medveten över detta och har försökt att hålla distans.

7 Referenser

- Arnell, Ami & Ekbohm, Inger (1996). *När mamma eller pappa dricker, En handbok om att arbeta i grupp med barn till alkoholister*. Värnamo: Fälth & Hässler. Rädda barnen.
- Beattie, M. (2001). *Bli fri från ditt medberoende*. Stockholm:Norstedts Förlag AB.
- Bengtsson, Anna & Gavelin, Bodil (2004). *Familjer och missbruk. Om glömda barn och glömda föräldrar*. Visby: Books-on-Demand.
- Carlsson Bertil (1996). *Kvalitativa forskningsmetoder för medicin och beteendevetenskap*. Falköping. Liber AB.
- Dahlgren L & Starrin B (2004). *Emotioner vardagsliv & samhälle-en introduktion till emotionssociologi*. Wallin&Dahlholm, Lund
- Frank, P.B & Golden, G.K (1992). *Blaming by Naming: Battered Women and the Epidemic of codependence*. Social Work, 37:1, 5-6.
- Gjaerum, Bente& Groholt, Berit. Sommerschild, Hilchen (1999). *Att bemästra*. Finland: WSOY.
- Hellsten, T (1998). *Flodhästen i vardagsrummet-Om medberoende och om mötet med barnet inom oss*. Örebro:Cordia AB.
- Hindberg, Barbro (1999). *När omsorgen sviktar*. Borås. Rädda barnen.
- Holme, I.M & Solwang, B.K (1997) *Forskningsmetodik-om kvalitativa och kvantitativa metoder*. Lund. Studentlitteratur.
- Kvale, Steinar (1997). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Lund. Studentlitteratur.
- Leijonhielm M.(1997). *Ensamast i världen*. Förlagshuset Gothia, Växjö
- Lundsbye M, Sandell G, Ferm R, Währborg P, Petitt B, Fälth T &Holmberg B (2005). *Familjeterapins grunder*. Stockholm:Natur och Kultur.
- Malterud Kirsti (1998). *Kvalitativa metoder i medicinsk forskning*. Lund. Studentlitteratur.
- Nakken, C. (1996). *Jaget och missbrukaren*. Stockholm: Proprius Förlag.
- Pousette M. (1996). *De glömda barnen*. Berglings, Arlöv
- Schjod, Borrik & Egeland, Thor Aage (1994). *Fra sytemteori til failieterapi*. Oslo. TANO A.S
- Starrin Bengt, Svensson Per-Gunnar (1994). *Kvalitativ metod och vetenskapsteori*. Lund. Studentlitteratur.

Söderling, L. (2002). *Varulvsvalsen. Johanneshov*: Bokförlaget Robert Larson AB.

Thomsson Helène (2002). *Reflexiva intervjuer*. Lund Studentlitteratur.

Woititz, G, Janet (2002). *Vuxna barn till alkoholister*. Stockholm. Larssons förlag.

Skårner, Anette (2001). *Skilda världar? En studie av narkotikamissbrukares sociala relationer och sociala nätverk*. Institutionen för socialt arbete Göteborgs Universitet. Kompendiet AB, Göteborg.

Zetterlind, Ulla (1999). *Relatives of alcoholics. Studies of hardship, behaviour, symptomatology and methods of intervention*. Department of clinical alcohol research, malmö. Lund University. Sweden.

Gerdner, Arne (1999). *Problem kring begreppet "medberoende". Kritisk granskning av ett omstritt begrepp utifrån forskning och behandlings erfarenhet*. Socionomen (nummer 4).

SoS Rapport 1993:18. *Barn till alkoholmissbrukare*. Stockholm. Socialstyrelsen.

Sveriges Riksdag (2003). SFS Författningstexter. Lag 2003:460.

Informationsbrev

Hej!

Jag heter Mira Weller och jag studerar till socionom vid socialhögskolan i Lund. Under min utbildning ska vi göra en c-uppsats på 10 poäng. Mitt syfte med min uppsats är att ta kontakt med människor som växt upp i en familj med missbruksproblematik. Jag vill undersöka hur missbruk kan prägla en uppväxt och hur man som vuxen ser på sina erfarenheter.

Till min undersökning behöver jag intervjua personer som har erfarenhet av att ha växt upp med en förälder/föräldrar med alkoholmissbruk. I min undersökning kommer jag att göra en enskild intervju med dig och intervjun beräknas ta cirka 1 timme. Frågorna jag ställer kommer att handla om hur du upplevde och upplever din/dina föräldrars alkoholmissbruk och hur du ser på det nu i vuxen ålder.

Tid och plats kommer att bestämmas i samråd med dig. Jag kommer att banta alla intervjuer. Det är bara jag som har tillgång till dessa band och utskrifter. Jag kommer att förstöra alla uppgifter om intervjuerna efter avslutat arbete. I uppsatsen kommer alla personliga uppgifter avidentifieras. Om du vill ha en kopia av uppsatsen kommer du självklart få det av mig.

Jag skulle vara otroligt tacksam ifall ni ville hjälpa mig med min undersökning. Bestämmer ni för att delta i undersökningen vänligen kontakta mig snarast möjligt.

Med vänlig hälsning Mira Weller

Tfn:

E-post:

Intervjuguide

Uppväxt

- 1) Hur upplevde du din/dina föräldrars missbruk under uppväxten?
- 2) Hur hanterade du din/dina föräldrars missbruk under uppväxten?
- 3) Hur hanterar du det i vuxen ålder?
- 4) Upplever du att din/dina föräldrars uppväxt påverkat dig under din uppväxt och till vuxen ålder? I så fall på vilket sätt?
- 5) Hur skulle du beskriva din familj under uppväxtåren?
- 6) Hur såg din relation ut med dina föräldrar som barn?
- 7) Ifall du blickar tillbaka hur ser du på din uppväxt, kan du beskriva den?
- 8) Ifall du har syskon hur såg er relation ut under er uppväxt?
- 9) Kan du beskriva din relation med vänner och bekanta när du växte upp?

I vuxen ålder

- 1) Ifall du har en egne familj idag hur skulle du beskriva den?
- 2) Har du en relation med din/dina föräldrar i dag som vuxen?
- 3) Ifall du har en relation med din/dina föräldrar kan du beskriva den?
- 4) Ifall du har syskon kan du beskriva din relation med dem idag?
- 5) Kan du beskriva din relation med vänner och bekanta idag?

Självbild och identitet

- 1) Kan du beskriva hur du uppfattar dig själv i relation med dina syskon idag?
- 2) Kan du beskriva hur du uppfattar dig själv i relation med vänner och bekanta idag?
- 3) Hur upplever du dig själv som människa?
- 4) Har din bild av dig själv förändrats genom åren? I så fall på vilket sätt?
- 5) Hur tror du andra ser på dig som person?
- 6) Vad anser du om det liv du lever idag?
- 7) Hur ser du på din framtid?
- 8) Ifall dina erfarenheter påverkar dig känslomässigt kan du berätta hur?
- 9) Vad är det första du tänker på när du blickar tillbaka på din barndom?

Upplevelser och stöd

- 1) Har du upplevt eller upplever du något stöd från utomstående och i så fall hur och av vem samt på vilket sätt?
- 2) Ifall din/dina föräldrars missbruk påverkat dig under din uppväxt hur och när kom du till insikt om det?
- 3) Ifall du sökte hjälp för dina upplevelser vad var det som gjorde att du tog steget?
- 4) Har du upplevt/upplever du stöd från syskon, vänner eller bekanta? I så fall på vilket sätt?

Anhörigproblematik

- 1) Upplever du att det funnits en anhörigproblematik i er familj på grund av din/dina föräldrars missbruk? I så fall på vilket sätt?
- 2) Upplever du att du påverkats av din anhörigproblematik under din uppväxt? I så fall hur?
- 3) Hur ser du på din framtid efter att ha växt upp i en familj med missbruksproblem?
- 4) Ifall du tycker att du påverkats av din/dina föräldrars missbruk, när och hur kom du till insikt om det?
- 5) Hur ser din egen alkoholkonsumtion ut idag?