

Familjehjältar & Clowner

- En kvalitativ innehållsanalys av barn till föräldrar med alkoholmissbruk

Mari Ekstrand

LUNDS UNIVERSITET
Socialhögskolan

Kandidatuppsats
Sopa63A
HT 2012



Handledare: Eva Johnsson

Abstract

Author: Mari Ekstrand

Title: Familyheros & clowns - A qualitative content analysis about children of parents abusing alcohol [translated title]

Supervisor: Eva Johnsson

According to the national public survey “*Health on equal terms*” around 20 percent of all the children in Sweden (385 000) is growing up with a parent that is consuming alcohol in a risk full way (Statens folkhälsoinstitut 2008). These children often experience different strains in their life taking big responsibility in the family. The aim of this study was to investigate experiences in growing up with a substance abusing parent. Following the aim, three research questions were asked: What kind of problematic situations were described and related to the alcohol abuse? What kinds of strategies were used to handle the situations? Were there any patterns of how the authors wrote about their childhood?

The method used was a qualitative approach, analyzing four autobiographies written by people with child experiences of growing up with an alcohol abusing parent. The autobiographies were analyzed by theoretical concepts as stigma, roles and coping. Four situations were identified in the autobiographies that the children found problematic. To handle these situations many children took the role as the *family hero* and combined it with different *emotion based coping stiles* while chancing these when growing older. I also found some interesting patterns of how the authors told their stories and focused on hope and creating a new relationship with the parent.

Key words: Children, alcohol abuse, coping, roles, family hero, stigma, autobiographies

Innehållsförteckning

1. Inledning	4
1.1 Problemformulering	4
1.2 Syfte	5
1.3 Frågeställningar	5
2. Definition av begrepp	6
2.1 Alkoholmissbruk	6
3. Orientering av kunskapsläget	6
3.1 Svensk forskning	6
3.2 Internationell forskning	8
4. Teoretisk utgångspunkt	9
4.1 Stigma	9
4.2 Roller	10
4.3 Coping	11
5. Metod	13
5.1 val av metod	13
5.2 Urval	14
5.3 Presentation av självbiografier	15
5.4 Tillförlitlighet	16
5.5 Tillvägagångssätt	17

5.6 Etiska överväganden	18
6. Analys	19
6.1 Introduktion	19
6.2 Problematiska situationer	19
6.2.1 <i>Bråk inom familjen och förälderns mentala frånvaro</i>	20
6.2.2 <i>Lögner och hemligheter gentemot omgivningen</i>	22
6.2.3 <i>Förälderns berusning på allmän plats</i>	23
6.3 Strategier	24
6.3.1. <i>Roller</i>	24
6.3.2. <i>Emotionell och problemfokuserad coping</i>	25
6.4 Mönster i att berätta sin historia	28
7. Slutdiskussion	31
8. Litteraturlista	35
9. Bilaga	37

1. Inledning

Hos oss växte en bitterhet mot henne, för att hon gjorde illa sig själv, gjorde illa oss. Vi älskade henne och hon älskade oss, och ändå tvingade hon oss att hata henne och hata oss själva för att vi inte orkade älska henne. Det är sant att hon var som ett barn som åter och åter krävde förlåtelse och kärlek. Och vi förlät, men vi glömde inte... (Myrbäck 1998:47)

Citatet ovan är hämtat från boken *Den vingklippta familjen*, en bok skriven av Staffan Myrbäck (1998) som bygger på forskning och personliga berättelser från barn som växt upp med alkoholmissbrukande föräldrar. Citatet beskriver de komplexa känslor som tenderar att uppstå i en familj med alkoholmissbruk och hur ett barn i brist på förståelse och stabilitet slungas mellan känslor av hat och kärlek till sin förälder.

Under mina tre år på socionomprogrammet har jag aldrig slutat fascineras av barns förmåga att anpassa sig till de mest destruktiva miljöer, hur de har en förmåga att hitta ljus i mörka situationer och att älska och skydda de människor som även gör dem illa. Då mitt intresse mer eller mindre blev ett självklart val inför uppsatsen spenderade jag således en period innan kursstarten med att läsa självbiografier av personer som växt upp med alkoholmissbrukande föräldrar. Under denna läsning gjorde jag flera intressanta upptäckter av vad barn själva upplevt som problematiskt liksom jag fann ett gediget intresse för självbiografien som fenomen.

1.1 Problemformulering

Alkohol är idag den i särklass vanligaste missbrukande substansen i Sverige. Det är dock svårt att säga hur många barn som växer upp i en familj med alkoholmissbruk. I den nationella folkhälsoenkäten ”*Hälsa på lika villkor*” uppskattas att cirka 20 procent (385 000) av alla barn i Sverige växer upp med en förälder som konsumerar alkohol på ett riskfyllt vis, det vill säga på ett sätt så att det utgör en risk för dennes egen hälsa (Statens folkhälsoinstitut 2008).

En uppväxt som präglas av alkoholmissbruk innebär stora påfrestningar och ökar risken för att ett barn utvecklar psykiska svårigheter (Hansen 1995) Barnet kan uppleva ångest och oro

när det lämnar hemmet och en rädsla för vad föräldern ska hitta på under tiden som hen inte är hemma (Bengtson & Gavelin 1994) Instabilitet och oförutsägbarhet i vardagen, brutna löften och avsaknad av bekräftelse samt känslor av skuld och skam är vanligt för barn som växer upp i en familj med alkoholmissbruk. Ofta tvingas barnet också att ta ett ökat ansvar i hemmet vilket i många fall leder till minskad tid för vänner och lek (Statens folkhälsoinstitut 2008) Många barn ger signaler om att de har problem och att de mår dåligt men ofta uppmärksammas detta inte. Det kan bero på att föräldrarnas missbruk är dolt för omvärlden eller på grund av en bristande kunskap hos personer som barnet möter (Hansen 1995).

Ett sätt att förstå individers upplevelser är genom att studera livsberättelser eller självbiografier. Genom självbiografier kan man få kunskap om människors upplevelser och syn på en viss period av sitt liv och hur en person skapar mening i det som skett. Självbiografien ger enligt Denzin (1989) också en bild av kulturella och sociala föreställningar kring hur en historia ska berättas. Genom att analysera vad som sägs respektive inte sägs kan man således både få en bild av vilken påverkan ett visst fenomen haft i en människas liv och en uppfattning om kringliggande föreställningar av hur en historia bör skildras.

1.2 Syfte

Syftet med följande uppsats är att utifrån självbiografiska berättelser förstå upplevelser och perspektiv på att växa upp med en alkoholmissbrukande förälder.

1.3 Frågeställningar

- Vilka problematiska situationer kring föräldrarnas missbruk lyfter författarna fram?
- Vilka strategier har författarna använt sig av för att hantera de problematiska situationer som uppstått?
- Finns det mönster i hur en uppväxt med alkoholmissbruk skildras?

2. Definition av begrepp

2.1 Alkoholmissbruk

I Sverige beräknar man att cirka 330 000 människor är alkoholberoende och att 780 000 människor har ett alkoholmissbruk. Vad som betraktas som ett beroende respektive ett missbruk handlar om vilka konsekvenser personens konsumtion får för personen själv och för övriga personer i dess omgivning (Vårdguiden 2012).

När man talar om ett alkoholberoende talar man om de fysiska och psykiska komplikationer som uppstår för den som dricker. Kroppen vänjer sig vid alkoholen och har svårt att vara utan den. Ett missbruk handlar i sin tur om hur alkoholen påverkar personens livssituation och relation med sin familj. Ett missbruk innebär att personens relationer blir skakade av konsumtionen och att hen utsätter sig själv för fara genom att försätta sig i situationer som kan vara direkt skadliga (ibid)

3. Orientering av kunskapsläget

3.1 Svensk forskning

Sverige har en lång tradition av forskning som behandlar missbruk, barn och föräldraskap. Under de senaste 30 åren har det dessutom skett en ökning av antalet forskningsartiklar inom medicin och beteendevetenskap som specifikt berör hur barn påverkas av närståendes alkoholmissbruk. Denna forskning beskriver dock huvudsakligen vilka konsekvenser ett missbruk får för barnets framtida utveckling. Användningen av självbiografier som bas för forskningen är vidare sällsynt. Kandidatuppsatser där man undersökt barns situation i olika typer av dysfunktionella familjeförhållanden finns men kommer på grund av dess begränsade karaktär inte att presenteras nedan.

En undersökning som väckt mycket uppmärksamhet i Sverige är barnpsykiatrikern Ingvar Nylanders (1960) pionjärsarbete om barn till alkoholmissbrukande fäder. Nylander la fram sin avhandling år 1960 men trots detta betraktas den än idag som relevant. Nylanders material omfattade 229 barn i åldrarna 4-12 år och en matchande kontrollgrupp med 163 barn. Studien visade att barn till alkoholmissbrukande fäder uppvisade flera psykiska och

psykosomatiska symptom som bidrog till att maskera familjens egentliga problem och till barnen inte fick adekvat hjälp. Tio symptom som Nylander specifikt identifierade som mycket vanliga i relation till kontrollgruppen var att dessa barn hade: huvudvärk, underlivsmärtor, svårt att sova och att de dessutom var trötta, deprimerade, illamående, känslomässigt labila, ängsliga, aggressiva och hade svårigheter med kamrater.

Barnens känslomässiga upplevelser av föräldrarnas missbruk har även dokumenterats men huvudsakligen i form av samlade erfarenheter och studier från olika behandlingsverksamheter. Bland annat har Arnell & Eklund (1996) gett ut en handbok som beskriver hur barn påverkas av att växa upp med alkoholmissbrukande föräldrar. Enligt Arnell & Eklund (ibid) är föräldrarnas växling mellan att vara tillgänglig respektive avvisande förmodligen det som skadar barnet mest. Personlighetsförändringar hos föräldrarna gör att barnet blir förvirrat. Barnet förstår inte vad som händer vilket i sin tur ger upphov till ångest. Tillvaron blir på så sätt oförutsägbar och i många fall kaotisk för barnet. Vanligt är också att barnen känner ett ansvar och tar på sig skulden för föräldrarnas missbruk. Barnet kan tro att de gjort fel, uppträtt dåligt eller inte varit snälla och att det är därför att föräldrarna dricker. Många barn lär sig därför att känna av signaler från föräldrar som för andra kan vara svåra att se. Deras känslspröt blir så att säga extra känsliga och flera vet direkt när en katastrof är på väg att närma sig även om de inte vet hur de ska kunna värja sig mot den.

Barnets reaktioner på föräldrarnas missbruk beror enligt socialstyrelsens rapport *föräldraskap och missbruk* (2012) dock inte på mängden alkohol som föräldrarna konsumerar, utan istället på alkoholens konsekvenser för samspelet i familjen. Ett missbruk tenderar att leda till att föräldrarnas förmåga att interagera med barnet försämras. Denna bild överensstämmer även med Knorrings (1991) studier som beskriver hur familjer som lever med missbruk ofta karaktäriseras av brist på struktur, planering, allmänt kaos och hemligheter. Likaså är det inte ovanligt att en person som missbrukar även lider av andra problem. Enligt rapporten *Barn i familjer med alkoholmissbruk* från statens folkhälsoinstitut (2008) är psykiska problem vanligare hos personer med missbruk. Detta innebär att många barn som växer upp med missbrukande föräldrar även tvingas hantera andra typer av svårigheter än bara missbruket i sig.

3.2 Internationell forskning

En undersökning som internationellt sett väckt mycket intresse är den engelska socialarbetaren Margarets Cork's studie "De glömda barnen" (1985). De glömda barnen är en undersökning från 1960-talet som bygger på intervjuer från 115 barn från Kanada mellan tio och sexton år gamla och som växt upp i ett hem där en eller båda föräldrarna missbrukat alkohol. Undersökningen beskriver hur barn upplever att växa upp med missbruk och deras erfarenheter av förändringar inom familjen. Utifrån sitt material gjorde Cork en mycket intressant upptäckt. Majoriteten av barnen beskrev nämligen inte föräldrarnas missbruk som det största problemet utan istället de bråk som ständigt uppstod inom familjen och känslan av att bli åtsidosatt. Barnen beskrev sig själva som arga och besvikna på den alkoholmissbrukande föräldern men också på den icke – alkoholiserade föräldern som tenderade att lägga allt sitt fokus på den missbrukande partnern istället för att se till barnets behov.

Utifrån en finsk studie av Leena Poikola som redovisas av Edgren- Henrichson (1993:57) kan man vidare få en bild av hur barnet och hela strukturen inom familjen påverkas under olika perioder i alkoholmissbruket. Poikola lät sammanlagt intervjua 27 barn som fick berätta sin personliga upplevelse av att växa upp med en missbrukande förälder och kunde efter noggranna analyser beskriva hur barnen inte bara påverkades under perioder då föräldern missbrukade utan också under så kallade vita perioder. Under dessa perioder upplevde flera barn en oro och rädsla för den kommande missbruksperioden. De vita perioderna var med andra inte en avkopplande tid för barnet utan snarare en lika ängslig period som föregående.

Hur ett barn vidare hanterar att växa upp med alkoholmissbruk har studerats av den amerikanska socialarbetaren Claudia Black (1993) som i boken "Det ska aldrig få hända mig" beskriver sitt arbete med alkoholister och deras familjer. Boken riktar sig till personer som arbetar inom vård och behandling och beskriver hur det är för ett barn att växa upp i en familj med alkoholmissbruk och vilka konsekvenser ett missbruk får för ett barns framtida utveckling. Totalt identifierar Black tre basala överlevnadsstrategier för en familj med alkoholism: *prata inte om det, känn ingen tillit och visa inga känslor*.

Strategin att inte prata om missbruket blir snabbt en lag för hela familjen som innebär att aldrig samtala om vilka konsekvenser missbruket bidrar till eller på något sätt diskutera vad som händer innanför hemmets väggar. Inte ens med andra familjemedlemar. Strategin att inte känna någon tillit är i sin tur en teknik som barnet utvecklar efter att återkommande gånger

blivit sviken av både den missbrukande och nyktra föräldern. Detta leder i sin tur till strategi tre, det vill säga att inte lita på någon. Barnet lär sig med andra ord att bli självförsörjande på sina egna känslor och att övertyga sig själv och andra i dess omgivning att deras familjesituation är normal. Utöver detta beskriver Black också hur barnen i fråga tenderar att anta olika roller för att hantera sin vardag. Dessa roller kan liknas vid dem som beskrivs i Wegscheiders arbete (se teori) och kan bli särskilt problematiska då de långsiktigt bidrar till att barnet inte uppmärksammas av personer utanför hemmet eller att barnets problem kopplas till barnet själv och inte hemmiljön (Scavnicky- Mylant 1990).

4. Teoretisk utgångspunkt

För att analysera materialet kommer jag att använda mig av tre teorier: Goffmans teori om *stigma*, Wegscheiders teori om *roller bland barn som växer upp i familjer med alkoholmissbruk* och Lazarus teori om *coping*. Samtliga teorier kommer att presenteras nedan.

4.1 Stigma

Stigma är ett uråldrigt begrepp som skapades redan av grekerna för att beteckna kroppsliga tecken som brändes eller skars in på människors kroppar. Dessa tecken var en sätt att markera människors moraliska status och att särskilja brottslingar, förrädare eller pestsmittade från resten av befolkningen i samhället (Goffman 2011).

Idag betecknar termen stigma inte en brännmarkering eller ett skärsår utan istället egenskaper eller företeelser som människor tillskriver olika kategorier av människor i samhället. Vilka stigma som tillskrivs, och vilka i samhället som blir tillskrivna, är kulturellt och varierar över tid. Ett stigma är således inte något konstant utan en social konstruktion som människor i ett samhälle skapar gemensamt utifrån vad som betraktas normalt (ibid).

Enligt Goffman (ibid) kan man urskilja tre typer av stigma: *Kroppsliga stigma* som består av missbildningar, *fläckar på personligheten* som kopplas samman med viljesvaghet som

missbruk och kriminalitet och *tribala stigmat* som kan kopplas samman med religion och nationell härkomst.

Gemensamt för människor som besitter stigma är att de uppfattas som avvikande från det normala i samhället och därigenom utsätts för olika typer av diskriminering. I vilken utsträckning ett stigma påverkar individen beror dock enligt Goffman (2011) på huruvida personen befinner sig i en *misskrediterad* situation, det vill säga en situation där stigmat är offentligt och märkbart för omgivningen eller i en *misskreditabel* situation där stigmat är möjligt att dölja.

Enligt Goffman (ibid) blir ett stigma en "fix" del av personligheten som individen på olika sätt försöker att dölja. Dåliga rykten kan bidra till negativa konsekvenser för den stigmatiserade och det är därför viktigt att i möjligaste mån dölja stigmat för att inte uteslutas från olika typer av sociala sammanhang. Särskilt kan tribala stigma eller stigma som beror på fläckar på personligheten nämnas i detta sammanhang eftersom de inte är synliga.

I ett försök att beskriva hur ett stigma kan påverka människor med en nära relation till den stigmatiserade lyfter Goffman (ibid) fram exempel av upplevelser från nära anhöriga till mentalpatienter. Att undanhålla ett stigma är mödosamt, både för personen i fråga och för personer i dess omgivning. Genom citat visar Goffman (2011:94) hur en del mentalpatienter och dess familjer lever i en ständig rädsla och ängslan för att familjemedlemens hälsa ska avslöjas för omgivningen. Personen som bär stigmat och att dennes familj måste således ständigt vara på sin vakt. Det är därför inte helt ovanligt att den stigmatiserade endast rör sig i omgivningar där dennes stigma inte kan avslöjas och att den stigmatiserades familj blir dennes allierade som på olika sätt hjälper att dölja stigmat så att familjen kan framstå som normal.

4.2 Roller

Familjeterapeuten Sharon Wegscheider vars forskning lyfts fram av Myrbäck (1998) och Scavinicky- Mylant (1990) beskriver hur en familj vars vardags präglas av missbruk tenderar att följa vissa mönster. Utifrån ett systemteoretiskt perspektiv identifierar hon bland annat hur barn som växer upp i missbruk tenderar att anta olika roller. Totalt identifierar hon fyra stycken: *Clownen, familjehjälten, det tysta barnet* och *problembarnet*.

Enligt Wegscheider är clownen den som försöker skoja bort, medla, dämpa oron och lugna de andra i familjen. Clownen är hjälpsam, hyperaktiv och skojig men upplever inombords ofta en stor sorg, ilska, förvirring och rädsla. Clownen är ofta allierad med familjehjälten som är den som ansvarar för ordningen i hemmet och som fungerar som föräldrarnas stöd. Familjehjälten försöker stärka föräldrarnas självförtroende genom att prestera väl i skolan och prioriterar ofta andras känslor framför sina egna. Familjehjälten är barnet som tar hand om sina syskon, städar, tvättar och lagar maten och tillsammans med föräldrarna bildar ett förbund för att hålla familjen flytande (Myrbäck 1998).

Det tysta barnet är övervägande flickor. De undviker kontakt och bråk och spenderar vardagen åt att drömma sig bort till ett annat liv. Det tysta barnet spenderar sin tid huvudsakligen utanför hemmet och gärna med vänner. De har ofta en svag identitet och ställer aldrig krav på sin omgivning vilket gör att de ofta upplevs som snälla och lugna medan de själva verket bär på en stor sorg, inre ilska och upplever sig själva som handlingsförlamade och ensamma. Vanligt är även att de inte delar med sig av sina känslor och skapar en viss distans till andra människor (ibid).

Den fjärde och sista rollen som Wegscheider identifierar är problembarnet. Problembarnet är den som tar störst utrymme i familjen och som ofta uppmärksammas inom socialtjänsten, barnpsykiatri och skolan. Problembarnet är den som skolkar, begår brott och ofta förknippas som mobbare. Trots ovanstående uppdelning menar Wegscheider dock att rollerna i familjen sällan är bestående. Barnen skiftar ofta under sin uppväxt men kan också anta olika roller samtidigt. Familjehjälten kan börja missbruka och clownen kan bli hjälten, liksom barnet kan vara clown i skolan och familjehjälte hemma (ibid).

4.3 Coping

Begreppet coping beskriver och ger en bild av människors ansträngningar för att komma tillrätta med svårigheter i situationer som de inte klarar av, det vill säga i situationer som överstiger deras aktuella förmåga och därigenom kräver extra insatser eller åtgärder (Psykologiguiden 2012).

Enligt den amerikanska psykologen Richard Lazarus kan coping ses som ett exempel på hur människor beter sig i olika typer av situationer som de inte kan hantera (Monat & Lazarus 1985). Lazarus identifierar två olika typer av coping: *intern emotionell coping* som är inriktad på att hantera känslor och *problemfokuserad coping* som är inriktad på att avverka hinder och hantera situationer. Exempel på olika typer av emotionell coping kan vara att en person förnekar ett problem eller använder droger för att skingra sina tankar medan problemfokuserad coping kan vara att en person går till angrepp mot ett problem, söker socialt stöd, samlar information och lägger upp en handlingsplan för att på ett konstruktivt sätt hitta en lösning på problemet.

Människor har olika sätt att hantera problem och därigenom också olika copingstrategier. Lazarus (1991:449) identifierar totalt åtta olika strategier som människor använder sig av. Viktigt är dock att en person sällan använder en copingstrategi i sin renaste form utan kombinerar dem i olika komplexa kombinationer.

- (1) Konfrontation – personen reagera på problemet, uttrycker ilska och försöker få den ansvariga personen att ändra sin uppfattning.
- (2) Egenkontroll – personen håller känslorna för sig själv men funderar över hur andra gör för att hantera likartade problemen. Personen försöker att inte agera för hastigt och tänker över sin handling.
- (3) Tar ansvar – personen ber om ursäkt och inser sin egen del i problemet.
- (4) Planerad problemlösning – personen gör upp en handlingsplan och följer den samt tar lärdom av tidigare erfarenheter och koncentrerar sig på nästa steg.
- (5) Söka socialt stöd – personen söker professionellt stöd eller kontaktar en vän för att hitta en lösning på problemet.
- (6) Distansering – personen förenklar situationen och låtsas som att ingenting hänt respektive försöker att inte tänka på problemet eller att glömma det.
- (7) Flykt och undvikande – personen önskar att situationen var över. Vägrar att inse det som inträffat, fantiserar om hur situationen ska utvecklas eller tilltar droger för att dämpa sin ångest.
- (8) Positiv omtolkning – personen växer som människa på ett positivt sätt. Omprioriterar effekten av problemet. Återupptäcker vad som är viktigt i livet.

Vilken strategi en person tilltar beror bland annat på dennes tidigare förebilder, allmänna hälsa, problemlösningsförmåga, sociala färdighet, sociala stöd och materiella resurser. Personens upplevelse av att kunna påverka situationen är dessutom en viktig faktor. Forskning av bland annat Scavinicky- Mylant (1990) visar att personer tenderar att använda problemfokuserade copingtekniker i situationer som de uppfattar som möjliga att förändra och emotionsbaserade copingtekniker i situationer som präglas av hög stress eller av ett kroniskt tillstånd och som uppfattas som omöjligt att påverka. Lazarus själv är dock försiktig med att beskriva en strategi som överordnad en annan då en copingstrategi som kan vara effektiv i en situation kan vara direkt skadlig i en annan. Tillexempel lyfter han fram hur förnekelse kan vara en god överlevnadsstrategi för en person som befinner sig i en hotfull och stressande situation medan den i efterhand kan vara skadlig eftersom det förhindrar bearbetandet av vad som skett.

5. Metod

5.1 Val av metod

För att undersöka hur författarna upplevt att växa upp med en alkoholmissbrukande förälder har jag i min uppsats valt att använda mig av en kvalitativ metod där jag analyserar fyra självbiografier. Det biografiska reflekterandet blev en källa för forskningen redan under 1920-talet av sociologer inom den så kallade chicagoskolan. Intresset för forskningsformen i Norden uppkom dock senare, närmare bestämt under 1970-talet då den även blev en del av samhällsforskningen och forskning inom socialt arbete (Johansson & Öberg 2008)

Enligt Bryman (2011) är en kvalitativ metod att föredra i de fall då man vill gå på djupet och undersöka människors uppfattning om den värld de lever i. Kvalitativ metod är mer inriktad på ord än på siffror och att lyfta fram essensen av människors tankar och känslor vilket kan ses som väl förenligt med min analys. Valet av metod bygger också på praktiska övervägningar. Även om dessa faktorer kan tyckas vara triviala och ointressanta, är de viktiga enligt May (2001) och Bryman (ibid). Att hitta så många barn som skulle behövts för att genomföra en tillförlitlig kvantitativ studie skulle vara omöjligt med tanke på den begränsade tiden som uppsatsskrivningen utgör, liksom frågeställningarna som studien bygger på inte är av kvantitativt art. Vidare skulle det vara svårt att etiskt motivera ett möte. Etiska

övervägningar bör enligt Johnsson & Öberg (2008) alltid vara närvarande i varje fas av en studie. Vid en undersökning bör man fråga sig själv om man kan ta ansvar för det möte som en studie utgör. På grund av ämnets känsliga karaktär har jag således valt att inte kontakta personer som växt upp med alkoholmissbruk eftersom jag saknar både utbildning och kunskap i att möta upp eventuella konsekvenser av dessa möten.

För att studera självbiografierna har jag valt att använda mig av en kvalitativ innehållsanalys. Kvalitativ innehållsanalys beskrivs av Bryman (2011) som ett tillvägagångssätt där man letar efter bakomliggande teman i ett redan utvalt material. För att besvara min sistnämnda fråga kommer analysen även senare att anta en narrativ analys form. I en narrativ analys förflyttas fokus från ”vad som egentligen hänt” till ”hur människor skapar en mening i det som skett” (ibid). Enligt Bryman (ibid) kan en narrativ analys med fördel kombineras med dokumentforskning av typen självbiografier. Genom att studera självbiografier försöker den narrativa forskaren få fram personens upplevelser och dennes perspektiv på ett visst skeende i livet. Forskaren är intresserad av hur detta perspektiv förändras från en kontext till en annan. Då samtliga böcker som analyseras har skrivits i vuxen ålder men skildrar en barndom kommer jag med hjälp av en narrativ analys form försöka se hur historierna skildras och se om det finns särskilda mönster som binder samman böckerna.

5.2 Urval

Mitt urval består av fyra olika självbiografier med det centrala temat att författarna växt upp med en alkoholmissbrukande förälder och sedan skrivit en bok om sina upplevelser kring sin barndom.

Enligt Bryman (2011) och May (2001) är det svårt att veta hur stort ett urval bör vara. Ofta styrs urvalet av forskarens tillgängliga resurser, ekonomiska förutsättningar och tid. Vid val av antalet biografier har huvudsakligen tiden och tillgängliga resurser varit avgörande faktorer för uppsatsen. Att koda text är tidskrävande och kräver noggrant arbete (Aspers 2007). För att hinna gå på djupet med samtliga självbiografier har jag således valt att avgränsa materialet till att bli hanterbart för en person men också meningsfullt utifrån syfte och frågeställningar.

I sökandet efter självbiografiskt material har jag valt att använda mig av sökmotorerna lovisa samt libris.se. Jag har också läst igenom tidigare uppsatser och tagit hjälp från universitetsbibliotekets personal för att få en bredare uppfattning om befintliga självbiografier i ämnet. Mitt sökande har således varit målstyrt i den mening att jag eftersökt självbiografier som passat mitt syfte och där det funnits en jämn fördelning mellan böcker som skrivits av män respektive kvinnor.

Efter en genomläsning av totalt sex självbiografier valde jag ut fyra böcker som jag ansåg passade mitt syfte. Böckerna valdes ut beroende på författarnas kön, kvalitet och nationell härkomst. Att hitta böcker som skrivits av män visade sig dock vara svårare än jag till en början trodde. Majoriteten av självbiografier som skrivits i ämnet är nämligen av kvinnor. Jag tvingades därför att göra en del justeringar i mina kriterier för hur böckerna valdes ut. I en första sökning eftersökte jag svenska böcker där barn och förälder växt upp tillsammans medan jag vid en andra sökning tvingades justera mitt urval till att även inkludera en bok av en person som levt i såväl fosterhem som tillsammans med sin missbrukande mamma, detta för att få möjligheten att få två böcker som skrivits av män.

5.2.1 Presentation av självbiografier

Halli, Hallå! av Täppas Fogelberg (1992)

Täppas växer upp under 1950 och 60-talet i en svensk kärnfamilj bestående av två barn, en arbetande alkoholmissbrukande pappa och en hemmavarande mamma. Täppas är yngsta barnet. Boken skildrar Täppas barndom fram till övre tonåren då han flyttar hemifrån.

Mig äger ingen av Åsa Linderborg (2007)

Åsa växer upp ensam tillsammans med sin alkoholmissbrukande pappa under 1970- och 80-talet i Sverige. Trots föräldrarnas skilsmässa har Åsa god kontakt med sin mamma. Boken skildrar Åsas barndom och liv fram till några år innan boken publiceras.

Vi har ju hemligheter i den här familjen av Therese Eriksson (2009)

Therese växer upp i en svensk kärnfamilj under 1980- och 90 talet. Therese är yngsta barnet av två och skildrar sitt liv tillsammans med sin mamma som både är alkoholiserad och diagnostiserad med biopolär sjukdom. Boken ger en bild av Therese barndom och liv fram till några år innan boken publiceras.

Kriget är slut av Morgan Alling (2010)

Morgan växer upp under 1970- och 80 talet i Sverige. Boken beskriver Morgans liv tillsammans med sin lillebror och alkoholiserade mamma och senare tid som placerad på barnhem och i olika fosterhem. Morgan har ingen kontakt med sin pappa. Boken skildrar Morgans barndom och liv fram till några år innan boken publiceras.

5.3 Tillförlitlighet

Enligt May (2011) är dokumentforskning ett bra sätt för att få en överblick av sociala relationer och människors upplevelser av en specifik händelse eller period i sitt liv. Tillvägagångssättet innehåller dock liksom andra metoder också brister.

Dokumentforskning genom självbiografier utgör en särskild typ av material som inte är skapat för forskarens skull utan istället egenhändigt skrivits av författaren, det vill säga undersökningspersonen (Johansson & Öberg 2008). Något som är viktigt att tänka på vid en sådan analys är *autencitet-, trovärdighets- och representativitetskravet*. Det vill säga, är författaren den som han eller hon utger sig för att vara, finns det en risk att materialet förfalskats eller förvrängts och är dokumenten representativa för den massa som önskas undersökas (Bryman 2011) För att minska risken att utvalda självbiografierna är skrivna av så kallade spökskrivare och för att försäkra mig om innehållet är trovärdigt har jag valt att enbart använda böcker som kategoriserats som självbiografier. I fallet om huruvida självbiografierna kan ses som representativa för barn som växer upp med missbrukande föräldrar i stort skulle jag dock vilja påpeka svårigheten med att göra större generaliseringar på ett material som grundar sig på fyra självbiografier. Trots att en del tendenser kan urskiljas

i materialet behövs en mer djupgående studie för att säga att studien är typisk för dessa barn i stort.

Två begrepp som vidare är viktiga för att undersöka en studies tillförlitlighet är *validitet* och *reliabilitet*. Validitet är ett mått på huruvida den genomförda studien mäter det som den avser att mäta, det vill säga i fallet av en kvalitativ studie huruvida analysen besvarar de frågeställningar som den utgår ifrån (Bryman 2011). Då mitt syfte är att förstå upplevelser och perspektiv på att växa upp med en alkoholmissbrukande förälder genom att analysera självbiografier anser jag att validiteten i min studie är relativt hög. Självbiografier är material som producerats utan forskarens medverkan (Johansson & Öberg 2008) vilket innebär att jag inte kunnat påverka hur personerna valt att berätta om sina liv. Något som däremot kan tänkas sänka validiteten i min studie är mina egna förförståelser. Enligt Aspers (2007) och Johansson (2005) är varje forskare en del av den verklighet som han eller hon studerar. Med hjälp av våra förförståelser kan vi orientera oss i samhället men samtidigt leder de också till att våra upplevelser färgas. Det innebär att man som forskare måste erkänna att man är en del av den sociala värld som man studerar.

Reliabilitet är i sin tur ett mått på huruvida analysen förväntas nå samma resultat vid en upprepad studie (Bryman 2011). Detta begrepp är huvudsakligen förknippat med kvantitativ forskning där man arbetar med specifika mätinstrument men kan vid en kvalitativ metod omformuleras till att handla om analysens pålitlighet. Det innebär att man som forskare är noggrann med att ge en fullständig redogörelse av alla faser genom forskningsprocessen (ibid). För att öka reliabiliteten i min studie har jag därför gjort mitt bästa för att vara transparent i hur jag arbetat och att i detalj beskriva mitt tillvägagångssätt.

5.4 Tillvägagångssätt

För att försäkra mig om böckernas kvalitet började jag med att läsa igenom sex olika självbiografier som jag alla ansåg passade min uppsats utifrån en första sökning. I ett andra steg valde jag sedan ut fyra stycken böcker som jag ansåg passade mitt syfte och vars kvalitet jag bedömde som god utifrån kriterier och krav som beskrivits ovan (se urval).

Vid en första genomläsning gjordes endast kortare notiser över intressanta upptäckter, de blev sedan av största vikt då jag utifrån dessa fattade ett intresse för författarens upplevelser av

problematiska situationer som uppstått på grund av föräldrarnas missbruk och författarens strategier för att hantera dessa. Inför en andra genomläsning skapade jag således kategorier utifrån vad jag funnit intressant vid den första genomläsningen. De kategorier som skapades var: *Problemfyllda situationer* och *strategier för att hantera vardagen*. För att underlätta den narrativa analysen valde jag också att ha en öppen kategori där jag samlade händelser som jag upplevde var av vikt för berättandet.

Under kodningen använde jag mig av vad May (2001) kallar för en illustrerad stil där jag lyfte fram citat ur självbiografierna som beskrev författarnas tankar och känslor. Då mitt intresse berörde författarnas beskrivning av taktiker för att hantera problemfyllda situationer låg vidare Lauzarus teori om coping liksom Wegscheiders teori om roller nära till hands. Dessa teorier kompletterades sedan med Goffmans teori om stigma, då alkoholmissbruk uppfattas som ett avvikande beteende från samhällets normer liksom samtliga författare beskrev en känsla av att själva vara annorlunda.

5.5 Etiska överväganden

Inom all typ av svensk samhällsforskning kretsar etiska övervägande huvudsakligen kring fyra krav: *samtyckeskravet*, *informationskravet*, *konfidentialitetkravet* och *nyttjandekravet* (Bryman 2011). Tillsammans utgör dessa ett skydd för samhällets medlemmar som väljer att medverka i vetenskapliga studier (Vetenskapsrådet 2012)

Vid undersökningar som berör dokumentforskning bör en bedömning angående de etiska principerna göras utifrån det specifika fallet (Bryman 2011). I min analys har jag valt att använda mig av självbiografier, vilket innebär att min empiri består av material som är tillgängligt för alla. Jag har därför inte valt att kontakta författarna för att utifrån samtyckes- och informationskravet, be dem om tillåtelse till att använda materialet eller informerat dem om syftet med min analys. Genom att publicera böckerna har författarna redan valt att dela med sig av sina erfarenheter vilket gör att min analys inte kommer innehålla några delar som de själva valt att inte berätta. Angående kravet på konfidentialitet och nyttjande, det vill säga forskarens ansvar att inte undanröja deltagarnas personuppgifter respektive använda materialet till något annat än det avsetts för (Vetenskapsrådet 2012) är situationen densamma. Författarna har redan gjort sig kända och lämnat sin historia till allmänhetens förfogande. Jag

har därför inte avidentifiera författarnas namn eller kontaktat dem för att be dem om lov att använda självbiografier i min analys.

6. Analys och resultat

6.1 Introduktion

I mitt resultat kommer jag att varva empiri, teori och analys. Första delen av studien kommer att presenteras utifrån de två kategorierna ”*Problemfyllda situationer*” och ”*Strategier*” och sedan följas av studiens andra del vilken presenteras som ”*Mönster i att berätta sin historia*”. För att som läsare få en djupare inblick i arbetet kommer jag att illustrera resultatet genom att presentera citat som hämtas från självbiografierna under kodningsarbetet.

Författarens namn, efternamn och årtal då självbiografien publicerats kommer att skrivas ut vid en första benämning men sedan ersätts med författarens förnamn. Detta för att undvika att självbiografierna blandas samman med övriga referenser och för att skapa ett bättre flöde i texten. Ett undantag för denna referenshänvisning kommer dock att ske i de fall då ett citat presenteras. Vid ett citat skrivs hela referensen ut tillsammans med författarens efternamn, årtal och sidnummer.

6.2 Problematiska situationer

Att tala om problematiska situationer i en uppväxt med alkoholmissbruk är egentligen ytterst komplext. Trots att samtliga författare identifierar situationer som *bråk inom familjen*, *föräldrarnas mentala frånvaro*, *lögnen och hemligheter gentemot omgivningen* och *föräldrarnas berusning på allmän plats* beskriver samtidigt författarna hur deras hela liv påverkats av föräldrarnas missbruk:

När jag är borta och leker med pojkarna är jag alltid orolig att pappa ska stå någonstans och titta på klockan och undra var jag är. Det är en ständig oro som äter sig in i lekarna (...) Det är som att han hela tiden hotar att falla samman och bli något annat (Fogelberg 1992:172)

Folk i min omgivning förstod ingenting. Varför var jag inte glad? Jag dök djupare och djupare ner i mig själv och låg hela nätter och stirrade i taket. Detta vakum, där vi bara gick runt om väntade på när det skulle smälla (Eriksson 2009:35)

Citaten ger en bild av hur barnet påverkas av missbruket genom att känna en allmän oro och rädsla. Bland annat beskriver författarna hur deras vardag fyllts av frågor som bland annat; kommer mamma eller pappa vara berusad eller aggressiv när jag kommer hem, ha abstinensproblem, eller över huvudtaget vara vid liv och hur länge kommer mamma att hålla sig nykter? Missbruket verkar således påverka det mesta som sker i barnets vardag och även undre perioder då missbruket inte pågår. En uppfattning som stöds av åtskillig forskning (Se exempelvis Bengtson & Gavelin 1994, Hansen 1995, Leena Poikola i Edgren-Henrichson 1993) och som kan ses som en konsekvens av att växa upp tillsammans med en person som omges av ett stigma och sedermera avviker från vad som i samhället betraktas som normalt.

6.2.1 *Bråk inom familjen och föräldrarnas mentala frånvaro*

Författarna beskriver hur föräldrarnas berusning men också abstinens efter alkohol bidragit till otaliga bråk mellan familjemedlemmarna. Även om bråken är återkommande i samtliga berättelser, varierar det dock hur bråken ser ut. För Morgan Allings (2010) del handlar dessa situationer om såväl verbala bråk som fysiskt våld mellan mamma och styvpappa medan det för Tärna Fogelbergs (1992) del handlar om pappans utbrott på mamma och storasyster och för Åsa Linderborg (2007) och Therese Erikssons (2009) del om situationer då de både är åskådare och deltagare i de verbala bråken.

Orden blev som en kletig röra som bara gick igenom mitt huvud. Jag hade hört det så många gånger förut. Hoten, skriken, gråten. Mamma var fortfarande stenhård, pratade bort alla pappas anklagelser. Hon hade inte problem, hon fick ta ett glas vin om hon ville (Eriksson 2009:23)

Bråk inom familjen är ett problem som även identifieras av Cork (1985) som utifrån intervjuer med barn till alkoholmissbrukande föräldrar menar att missbruket i sig inte är det största problemet utan snarare de bråk som missbruket ger upphov till. Enligt Cork bidrar bråken till att barnen känner sig åtsidosatta och svikna av både den alkoholiserade och icke-

alkoholiserade föräldern. Något som särskilt framkommer i Therese fall då hon beskriver hur hennes pappa också trubbats av under perioder och tidvis varit svår att nå fram till.

Författarnas känsla av att bli åtsidosatt återfinns även i situationer då föräldern på grund av sitt missbruk ”går in i sig själv” eller ”blir någon annan”. Konsekvenserna av detta tenderar att bli mycket känsllosamma och bemödande för barnen. Åsa beskriver hur hon som liten suttit och tittat på sin berusade pappa som somnat i fåtöljen, Täppas hur hans pappa plötsligt försvunnit in i sin egen värld och Morgan och Therese hur deras respektive mammor blivit till ”skal” under behandling.

Mamma som alltid brukade prata och skoja. Var det här verkligen min mamma?
Skalet var hennes men själv var hon inte där (Alling 2010: 56)

Jag berättar något trevligt. Pappas blick blir snart grumlig när hans egna tankar liksom skärmar av alla andra intryck. Han lyssnar inte på vad jag säger utan använder bara min röst som en trivseltapet. Jag skulle kunna rabbla på arabiska utan att han märkte någon skillnad (Fogelberg 1992: 212)

Föräldrarnas mentala frånvaro blir också särskilt påtaglig för Therese i frågan om rutiner och traditioner. Bland annat beskriver Therese hur hon saknade det faktum att hennes mamma inte längre ropade godnatt och hur hon frenetiskt försökte upprätthålla traditionerna kring julafton. Therese beskriver med andra en avsaknad av förutsägbarhet vilket enligt Arnell och Ekbohm (1996) är viktigt för att ett barn ska kunna utvecklas positivt.

Att upptäcka hur sin förälder inte når upp till samhällets normer ger enligt Hansen (1995) upphov till en känsla av otrygghet hos barnet. Desto äldre barnet blir får de dessutom en bild hur andra familjer fungerar och hur missbruket påverkar de normala funktionerna i familjen. Detta sker enligt Goffman (2011) ofta i skolan då barnet lär sig vad som i ett samhälle betraktas som ”normalt” respektive ”onormalt”. Genom att iaktta hur andra familjer fungerar upptäcker barnet också att deras familj är annorlunda, något som kan tänkas sättas på sin spets i frågan av traditionella firanden så som jul som innehåller klara modeller för hur ett firande ska gå till. Föräldern stigma och oförmåga blir då särskilt påtagligt för barnet liksom barnet påminns om att de avviker från normen.

6.2.3 Lögner och hemligheter gentemot omgivningen

Föräldrarnas skiftande allmäntillstånd och bråk i hemmet följs också av andra situationer som författarna beskriver som problematiska, nämligen rädslan för att bjuda hem vänner och en känsla av att behöva bygga upp lögner för att skydda från insyn. Denna oro hänger även samman med ett annat problem som är särskilt påtagligt för Therese, Morgan och Åsa och som handlar om hemmets skick.

Jag tog sällan hem kompisar och de som kom innanför tröskeln tittade storögt på gardinerna, kristall lamporna och prydnadskuddarna. Det trodde de inte om min pappa! Men de undrade över de stelnade, blektunna spyorna runt den grova köksilen. Och varför har ni inga handdukar på toaletten? (Linderborg 2007:45)

Det är svårt för mig, otroligt svårt, att förklara för mina vänner varför det hänger paddlar i vardagsrummet och pysselsaker i hela huset. Det var jobbigt för mig att gång på gång övertala dom att vi skulle gå hem till dom efter skolan istället (Eriksson 2009:149)

I Åsas fall existerar också en annan typ av problem, nämligen familjens ekonomi. Trots att pappan hade en god inkomst beskriver Åsa hur de i slutet av månaden alltid saknade pengar, en hemlighet hon inte fick berätta för någon. Detta bidrog till att Åsas pappa emellanåt sålde hennes leksaker och lämnade henne tidigare på dagis för att hinna till arbetet och tjäna ihop extra pengar. Åsa beskriver sin rädsla då hon stod utanför dagis och väntade på att första personalen skulle komma; en kvinna i köket som lagade varm chokladmjölk och som inför övrig personal alltid påstod att hon och Åsa kommit samtidigt.

I en familj med alkoholmissbruk tenderar allt fokus att hamna på missbrukaren (Hansen 1995) En uppfattning som också stöds av Black (1993) och Knorrning (1991) som talar om ett hem bestående av ett allmänt kaos och hemligheter. Enligt Goffman (2011) är den stigmatiserade rädd för hur omgivningen ska ta emot honom. Detta innebär att den stigmatiserade bygger upp en mur av hemligheter och lögner vars funktion blir att skydda mot intrång från samhället. Genom att inte att bjuda hem vänner undviker barnet således att föräldrarnas missbruk uppmärksammas liksom de skyddar sig själva från att betraktas som annorlunda i relation till sin omgivning. Bland annat beskriver Lundberg (2010) hur en person med starka band till en stigmatiserad ofta behandlas av omgivningen som en enhet.

Detta innebär att personer i den stigmatiserades direkta omgivning övertar delar av stigmat och upplever sig själva som stigmatiserade. Hemligheterna som omger familjen har således en dubbel funktion att både skydda den alkoholiserade föräldern och familjen i stort.

6.2.4. *Föräldrarnas berusning på allmän plats*

Situationer som kan kopplas till berusning på allmän plats är situationer då föräldern uppträder påverkad inför sin omgivning men också situationer då författarna uttrycker en rädsla inför att föräldrarnas missbruk ska avslöjas av andra människor:

Pappa sa att vi skulle åka till Vikingaängsskolans isplan nedanför vårt hus. Där åkte Anna-Karin och jag vita konståkningsskidor tills fötterna värkte av kyla. Jag föreställde mig hur pappa med en sex mellanöl i handen skulle snubbla runt och få de andra grabbarna att garva. Tänk om han ställde sig och kissade mot planken nere i hamnen? (Linderborg 2007:145)

En äldre man tittade snett på henne och hon gav honom en iskall blick tillbaka. Jag stod några meter ifrån henne, kände hur hatet fyllde mig (...) Mamma rotade i väskan och fick fram en tetra med vin, öppnade den och tog en klunk. Jag gapade av förvåning, trodde inte att det var sant. ”Mamma vad fan gör du” nästan skrek jag och försökte ta den ifrån henne. Jag vände ryggen mot mamma, såg ut genom fönstret och önskade att jag var någon annanstans (Eriksson 2009:100)

Ovanstående upplevelse kan kopplas samma med Goffmans (2011) beskrivning av hur människor som lever tillsammans med personer som omges av ett stigma försöker skydda personen genom att skapa en viss distans till omgivningen. Enligt Hansen (1995) känner barn som växer upp med alkoholmissbruk ett stort ansvar för sina föräldrar. Tanken på att föräldrarnas situation kan uppmärksammas av andra bidrar till direkt oro för barnet. En känsla som beskrivs av samtliga författare. Då stigmat blir direkt synligt för omgivningen beskriver författarna vidare hur de försökt mildra omständigheterna och att dämpa de direkta konsekvenserna. Bland annat beskriver Åsa hur hon fungerat som armstöd åt sin pappa då han i ett berusat tillstånd haltat fram längst gatorna, Therese hur hon valt att blunda eller vända ryggen för att undvika gräl och uppståndelse, Täppas hur han på avstånd bevakat pappan så att ingen skulle upptäcka hur han legat avslagen och Morgan hur han på olika sätt

försökt avleda mamman så att bråk inte skulle uppstå då hon satt på parkbänken och drack med sina vänner.

6.3 Strategier

6.3.1 *Roller*

Enligt Hansen (1994) handlar barn i relation till den situation de står inför, utifrån sina förutsättningar och sin uppfattning och bedömning av den aktuella situationen. Gemensamt för författarna är att de alla beskriver hur de lärt sig att känna igen mönster hos föräldern som beskriver dennes allmäntillstånd:

Det var som ett nytt väder som kom in genom dörren och jag lärde mig att avlyssna stegen i trappen, ljudet av nyckeln som fräste i låset, rocken och smällen när han kastar upp hatten på hatthyllan. Allt detta är pusselbitar som berättar hur han mår och hur mycket jag måste stålsätta mig innan jag går in för att heja (Fogelberg 1992:221)

Genom en snabb bedömning av situationen beskriver författarna hur de lärt sig då det varit dags att anta sin roll. Intressant i detta sammanhang är hur samtliga tagit på sig ett enormt ansvar, ett ansvar som egentligen inte är mening för ett barn att bära. Bland annat beskriver Therese hur hon under alkoholiserade och maniska perioder tagit hand om sin mamma, Täppas hur han ständigt haft ett hököga på sin mamma för att skydda henne från pappans angrepp, Åsa hur hon tvingats att agera och prata som en vuxen och Morgan hur han tros sin ringa ålder tagit ett ansvar för både sin lillebror och mamma:

Jag går fram till mamma och tittar på hennes hår. Nuddar vid det. Lilla mamma, var inte ledsen. Vet inte varför men det känns som att jag måste ta hand om henne. Som om jag är starkare än hon (Alling 2010:14)

Mamma vankar fram och tillbaka, det syntes lång väg att hon inte hade druckit på några dagar. Jag skulle göra allt för att hon skulle hålla sig nykter. Om jag bara städade och fixade och hjälpte henne hela dagen så att det inte blev så jobbigt (Eriksson 2009:15)

Författarna antar således vad man utifrån Wegscheiders teori skulle kunna beskriva rollen som familjehjälten. Det vill säga rollen som axlar ett stort ansvar för att hålla familjen flytande. Enligt Hansen (1994) är detta inte ovanligt för barn som växer upp med alkoholmissbrukande föräldrar. Liksom Arnell & Ekblom (1996) beskriver Hansen hur barn tenderar att överta föräldrarnas funktion i de fall då dessa inte uppnår förväntningar som man normalt ställer på föräldrar i samhället. Gemensamt för pojkarna är dessutom att de pendlar mellan rollen som familjehjälte och rollen som clown:

Jag kommer förbi och han får syn på mig. Han sväljer en klump som rör sig ner för hans hals, som om han svält en badboll full av ångest. Ögonen stillnar och han stryker mig över håret. Jag säger något klämmigt och han skrattar. Det är över (Fogelberg 1992:212)

Mamma halvligger berusad i fåtöljen och applåderar. Jag ser att hon är stolt. Hennes leende gör att jag sjunger ännu högre. Jag halkar på mattan och faller i golvet. Det gör lite ont men alla skrattar och applåderar så jag reser mig upp. Jag sjunger allt vad jag kan och så slänger jag mig på golvet igen. Gång på gång (Alling 2010:18)

Enligt Wegscheider är clownen hjälpsam och skojig men upplever samtidigt en stor ilska, sorg, förvirring och rädsla. Trots att Morgan och Täppas varken uttrycker någon direkt ilska, beskriver de dock övriga känslor som kan förknippas med clownen. Till exempel beskriver Täppas hur ångesten är som "fastbränd i lägenhetens väggar" medan Morgan beskriver rädslan att förlora sin mamma och bli skickad till barnhem.

6.3.2 *Emotionell och problemfokuserad coping*

Enligt socialstyrelsens rapport "Föräldraskap och missbruk" (2012) lär sig barn i alkoholmissbrukande hem inte samma konstruktiva strategier för att hantera problem som andra barn. Överlag har dessa barn färre strategier och använder i högre grad undvikande som strategi. Detta är en tendens som också återfinns hos författarna i ung ålder och som kan ses som en effekt av vad Black (1993) beskriver som överlevnadsstrategier som *prata inte om det, känn ingen tillit och visa inga känslor*.

Redan i hallen kände jag doften, doften som gav mig rysningar utmed hela kroppen. En frän doft som skulle tränga igenom allt. Som utsöndrade från varje centimeter av hennes kropp. Alkohol... Du lovade ju. Orden stockade sig i halsen på mig. Jag ville säga så mycket. Jag ville förklara att hon hade svikit mig igen. Jag ville skrika ut alla hemska ord och tankar, jag ville hata. Framför mig satt ett äckligt monster, så fruktansvärt äckligt och vidrigt. Snälla mamma, Var är du? Men ingenting av det kom ut (Eriksson 2009:15-16)

Författarna beskriver hur de som yngre använt sig av strategier som kan kopplas samman Lazarus identifiering av olika former av emotionell coping, det vill säga strategier som handlar om att hantera de känslor som en händelse ger upphov till. Användet av emotionell coping är enligt Scavinicky-Mylant (1990) vanligt då personer upplever ett kroniskt tillstånd eller saknar förmåga och kunskap om hur de ska avverka ett problem. Bland annat beskriver Therese hur hon under mammans berusade tillfällen tystande, kedjerökte eller sprang upp på sitt rum, Åsa hur hon svalde sina känslor eller samlade leksaker i hög på sin pappas berusade och avslagna kropp och Täppas och Morgans hur de under problematiska situationer skojade bort problemen eller drömde sig bort till en bättre plats. Särskilt påtagligt blir detta i Morgans fall då han tillsammans med sin mamma vräks ifrån sin lägenhet och tvingas sova på gatan:

Vi leker att vi bor här. Det är bara på skoj. Jag ser att mamma är ledsen men hon håller humöret uppe och då är det ju bara att hänga på. Det ser ut som att många har sovit här tidigare, för det ligger pappkartonger på marken, soppåsar, papper, ölburkar och flaskor. Mamma tar några pappkartonger och gör i ordning så att vi ska kunna sova. Jag hjälper till. Vi fixar och donar. Mamma ligger på en pappkartong som hon vecklat ut på marken och jag ligger i en låda. Vi gnuggar våra händer mot varandra och skrattar åt att vi ligger såhär (Alling 2010:51)

Genom att låtsas att situationen är en lek och bygga upp en fantasi dämpar Morgan den direkta oron kring att han och mamma tvingas sova på gatan. En taktik som också kan kopplas samman med hur Morgan i många fall antar rollen som clown och skojar bort situationer kring sin mammas missbruk som han upplever att han inte kan påverka. Det bör sedermera uppmärksammas att anta en roll också kan ses som ett försök att lösa ett problem.

Flykt och undvikande samt distansering blir i kombination med de olika rollerna strategier som används i låg ålder. Runt tonåren sker dock flera saker i författarnas liv som gör att

strategierna förändras. Detta kan kopplas samman med att de själva får en ökad förmåga att skapa förändring. Therese och Åsa beskriver hur bråken inom familjen blir med frekventa och hur de själva börjar ta större del i dem. Therese beskriver hur hon gör motstånd genom att hon under de berusade tillfällena berättar för mamma hur hon mår, liksom hon tar kontakt med skolkuratoren och börjar prata med vänner och sin storebror om hur mammans missbruk påverkar henne. Enligt Scavinicy-Mylant (1990) är detta ovanligt då barn till alkoholmissbrukare tenderar att ha en nedsatt förmåga att söka hjälp. Åsa i sin tur väljer att som 14-åring flytta hem till sin mamma liksom hon mer och mer börjar ta avstånd från pappan. Täppas beskriver hur han börjar umgås med sin flickvän och hur han sedan också flyttar hemifrån. Morgan har i sin tur inte någon kontakt med sin mamma under denna period.

Therese väljer sedermera att gå till angrepp mot problemet och bryter mot Blacks (1993) överlevnadsstrategier genom att ägna sig åt vad Lazurs (1991) beskriver som konfrontation och sökande av socialt stöd. Åsa och Täppas val att flytta kan också ses som en form av konfronterad och planerad problemlösning då de gör motstånd och reagerar på föräldrarnas missbruk samt bygger upp en plan för hur de ska hantera situationen och genomför den.

Gemensamt för författarna som vi får följa upp till vuxenlivet, det vill säga Therese, Åsa och Morgan är hur de senare i livet väljer att acceptera att de inte kan påverka föräldrarnas beteende eller de situationer som missbruket bidragit till att de hamnat i. Åsa beskriver hur hon når denna insikt då hon flyttat hem till sin mamma och får nya perspektiv på pappans missbruk, Therese beskriver hur hon efter flera kaotiska nätter och genom samtal med sina vänner inser att hon inte kan förändra sin mamma utan bara sig själv och Morgan inser att han inte kan låta sin barndom påverka honom då han efter flera år slutligen träffar mamma och inser att han har en möjlighet att göra en förändring i sitt liv. Författarna beskriver sedermera hur de börjar omvärdera sin situation vilket kan ses som att de utvecklar sina strategier. Istället för att hitta strategier för att skingra tankarna försöker författarna hitta lösningar för att se hur de kan förändra situationen, liksom de utvecklar sina förhållanden till föräldrarna. De visar med andra ord på en förmåga att förändra sina strategier trots en eländig barndom.

Sensommaren låg tung och jag insåg att jag hade ett val. Att jag stod vid ett vägskäl (...) Jag ville vara Therese, bli mig. Jag ville inte bara vara en dotter till min mamma. Jag ville må bra, trots att mamma mådde dåligt. Jag ville inte hålla henne i handen längre (Eriksson 2009:201)

Hela mitt liv har jag varit utsatt för människor idioti, men jag har inget ansvar för vad människor gjorde mot mig som barn. Däremot har jag ett ansvar för allt jag gör mot mig själv och andra idag. Här och nu. Det är jag som bestämmer om min barndom ska hindra mig eller inte (Alling 2010: 327)

6.4 Mönster i att berätta sin historia

Att skriva en självbiografi kan utifrån Goffman (2011) betraktas som en sista fas i den stigmatiserades moraliska utveckling där denne ser tillbaka på sitt liv och accepterar vad hen gått igenom. Genom självbiografin bearbetar personen vad som skett och skapar en mening i de delar av livet som passerat. Goffman beskriver hur personen i detta skede får en förståelse för förhållanden som denne skapat i relation till de ”normala” i samhället och till dem som denne delar sitt stigma med.

Gemensamt för Therese, Åsa, Täppas och Morgan är att de alla valt att berätta om sina erfarenheter av att växa upp tillsammans med en alkoholmissbrukande förälder genom att skriva en självbiografi. Trots att de alla ger en bild av sina egna personliga erfarenheter kan man dock urskilja vissa likheter dem emellan; likheter som bland annat rör hur de valt att utforma sin historia.

Enligt Denzin (1989) är en historia aldrig en direkt avspegling av det som skett utan snarare ett resultat av kulturella föreställningar kring hur en historia ska berättas och i åtanke av den tilltänkta publiken samt i relation till den sociala kontexten.

A life lived is actually what happens. A life experienced consists of the images, feelings, sentiments, desires, thoughts, and meanings known to the person whose life it is... A life as told, a life history, is a narrative, influenced by the cultural conventions of telling, by the audience and by the social context (Denzin 1989:30)

Gemensamt för författarna är att de beskriver sina liv utifrån erfarenheter av föräldrarnas missbruk och att de skrivs linjärt, det vill säga innehållet i böckerna följer en kronologisk ordning (Denzin 1989). Att missbruket är det centrala i böckerna kan utläsas redan i titlarna; *Halli, Hallå!* Är en hälsningsfras som Täppas pappa ständigt utropade då han äntrade hemmet och som utifrån Täppas kan betraktas som fras som är starkt förknippad med ångest och med

att behöva ”stålsätta” sig. Intressant i detta sammanhang är att Täppas är den enda av författarna som inte avslutar sin bok genom att beskriva hur han slutit fred med sin barndom vilket också kan urskiljas i titelvalet då denna sätts i relation till övriga böcker. Åsas ”*Mig äger ingen*”, Therese ”*Vi har ju hemligheter i den här familjen*” och Morgans ”*Kriget är slut*” tyder på ett avslut eller en form av acceptans. Tillskillnad från Täppas väljer dessa författare att avsluta sina böcker med att förklara hur de funnit nya vägar i sitt liv. Något som kan betraktas som en del av vad Goffman (2011) beskriver som en acceptans av sitt stigma och dess påverkan på livet.

Vilka delar av sitt liv författarna väljer att lyfta fram och hur de väljer att berätta sin historia kan vidare kopplas samman med en faktor som handlar om till vem boken tillägnats och till författarnas nutida yrke. Johnsson (2002) referera till Hyden som beskriver att det inte finns en universell sanning utan snarare flera olika ”narrativa sanningar”. Genom att skriva en självbiografi väljer författaren vilka delar av sitt liv som denne vill lyfta fram och hur de vill forma bilden av sig själv.

Therese bygger sin bok på sina dagboksanteckningar vilka ger mycket straka bilder av hennes känslor kring mammans missbruk. Boken speglar mycket ilska och hat men också mycket kärlek. Therese är grundare av förningen maskrosbarn som arbetar med att stötta barn som växer upp med alkoholmissbrukande och psykiskt sjuka föräldrar. Att skriva boken kan således ses som ett sätt att visa för dessa barn att de inte är ensamma och att det är normalt att känna de känslor som missbruket ger upphov till. I relation till övriga böcker ger Therese dessutom mer utrymme för perioden då hon valt att se till sin egen lycka och släppa taget om mamman vilket kan tolkas som ett försök att inge hopp och att skapa en bild det är möjligt att bryta destruktiva band samt släppa sin roll som den omhändertagande familjehjälten.

Både Åsa och Morgan tillägnar i sin tur sina böcker till sina barn. Särskilt märkbart i Åsas bok är dock att den är skriven som en hyllning till hennes pappa. Fokus ligger på att ge en bild av pappan, inte bara som missbrukare utan som människa och en del av ett större sammanhang. Trots att känslan av svek och sorg finns närvarande som i Therese bok kan man avläsa en annan typ av distans till missbruket som måhända kan sättas i relation till att Åsa skriver sin bok efter att hon själv fått barn och att hennes pappa dött. Att Åsa ger ett stort utrymme till historien och att sätta sin pappas liv i relation till händelser i hans omgivning kan även kopplas samman med att Åsa doktorerat i Historia och idag arbetar som krönikör

för en svensk dagstidning. Särskilt påträngande i Åsas bok är dessutom hennes insikt då hon som tonåring flyttat hemifrån och inser att hon inte kan påverka sin pappas missbruk och att hon i likhet med Therese inser att hon måste släppa sin roll och se till sin egen lycka.

Distansen som återfinns i Åsas bok finns också hos Morgan, även om rädslan är mer påtaglig i denna bok. Morgan är den av författarna som mycket tidigt tar ett stort ansvar för sin lillebror och mamma. Genomgående i boken är Morgans räddning genom att spela clown vilket senare också leder honom till teatern och till hans karriär som skådespelare. Boken bygger sedermera mycket på hur skådespelaren inom Morgan skapades och att ge en bild av att varje människa har ett val och kanske framförallt ett eget ansvar att välja hur erfarenheterna som man ådragit sig får påverka framtiden. Morgan avslutar också boken med att ställa sig själv frågan; Hur blev jag den jag är? Boken söker med andra ord ett svar på en mycket komplex fråga som han själv inser ligger någonstans emellan alla hans erfarenheter. Denna fråga är dock inte unik för Morgans bok utan karaktäriserar alla böcker.

Täppas skildring är i sin tur mycket komplex då den lämnar många frågor efter sig. Täppas skriver mycket målande om sitt liv och trots att missbruket är en central del av hans uppväxt ligger den ofta i bakgrunden medan ett större utrymme ges åt andra saker som skett i hans liv. Boken skiljer sig således från ovannämnda böcker genom att historien inte är lika centrerat kring missbruket. Trots att Täppas bok avslutas då han i sin senare tonår flyttar hemifrån så får pappans missbruk dock en mindre plats i slutet i boken. Täppas börjar spendera mer tid med sina vänner och bryter successivt de destruktiva banden till sin pappa och frångår sin roll som clownen som ständigt måste hålla pappa på gott humör och ansvara för mammans välmående. Sammantaget kan man således urskilja en röd tråd genom böckerna som beskriver hur författarna önskar att ge en bild av att det är omöjligt att påverka och förändra en annan person då en förändring måste komma från personen själv. Vad man däremot kan göra är att släppa sin roll, inse att man inte är ensam och att man har rätt till ett eget liv och en egen lycka.

Gemensamt för böckerna är också hur de utstrålar en enorm kärlek till de missbrukande föräldrarna samtidigt som de ger en bild av en i många fall problematisk uppväxt. Fascinerande är också ärligheten och intimiteten i böckerna. Till exempel beskriver både Therese och Åsa hur de önskar att deras föräldrar var döda, en tanke som är skrämmande för dem båda men samtidigt mycket ärlig. Likaså berättar Täppas och Morgan om sina sexuella

debuter som tonåringar vilket kan ses som ett försök att ge en bild av att de trots sin historia omgavs av samma tonår som vilken annan.

Rent definitionsmässigt tror vi förstås att den person som är behäftad med ett stigma inte är fullt mänsklig. Utifrån denna förutsättning vidtar vi diskriminerande åtgärder av de mest skilda slag varigenom vi på ett effektivt sätt, men ofta oavsiktligt, i hög grad reducerar vederbörandes livsmöjligheter (Goffman 2011:14)

Författarnas sätt att beskriva sin historia sätts med andra ord i relation till ”det normala” i samhället, vilket kan ses som en del av att lyfta och frigöra sig från sitt eget stigma. Genom kärleken och att sätta föräldrarnas beteende i ett större perspektiv kan man även se hur författarna försöker ge en bild av den alkoholiserade föräldern som motstrider den gemene bilden i samhället av en berusad och illaluktande person som sitter och dricker på en parkbänk (Hansen 1995). Goffman (2011) beskriver hur den stigmatiserade på grund av sitt stigma tillförs ofullkomligheter på basis av en enda fullkomlighet. Författarnas självbiografier kan således ses som ett försök att utmana bilden av dessa ofullkomligheter som tillförts deras förälder på basis av deras missbruk. Bilden som de istället försöker att förmedla är föräldrar som på grund av olika omständigheter hamnat i en situation som påverkat deras förmåga att fungera utifrån samhällets föreställningar av en normal föräldrar.

7. Slutdiskussion

Syftet med min uppsats var att utifrån fyra självbiografier förstå upplevelser och perspektiv på att växa upp med en alkoholmissbrukande förälder. För att analysera mitt resultat använde jag mig av tillgänglig forskning inom området samt Erving Goffmans teori och stigma, Richard Lazarus teori om coping och Sharon Wegscheiders teori om roller bland barn som växer upp med alkoholmissbrukande föräldrar. I min första frågeställning ville jag identifiera författarnas upplevelser av problematiska situationer som kunde koppla till föräldrarnas missbruk. Under min kodning fann jag fyra situationer som var särskilt tydliga och vilka jag valde att benämna som; *Bråk inom familjen, föräldrarnas mentala frånvaro, lögner och hemligheter gentemot omgivningen och föräldrarnas berusning på allmän plats*. Jag fann även allmän form av ängsla och oro som inte kunde kopplas till någon specifik situation men som

tenderade att påverka författarnas uppväxt i stort. Som en del av min andra frågeställning ville jag se hur författarna hanterat dessa situationer. Genomgående beskrev författarna hur de genom att ta hand om familjen och i vissa fall även familjen i stort tagit rollen som familjehjälten. Författarna tog med andra ord på sig ett stort och tungt ansvar för att kompensera för föräldrarnas brister. Tillskillnad från kvinnorna beskrev männen även hur de tagit rollen som clown då de försökt skoja bort situationer som de själva upplevt som problematiska. Överlag kunde man också se hur författarna som yngre valt att använda sig av olika typer av emotionsfokuserade copingstrategier där de valt att drömma sig bort eller fly från problemen, medan de i äldre ålder utvecklat dessa och gått till angrepp mot problemen samt försökt hitta nya strategier. Som en sista del av uppsatsen ville jag även undersöka hur författarna valt att skildra sin uppväxt med en alkoholmissbrukande förälder. Gemensamt för författarna var att de valt att beskriva sina historier linjärt och att missbruket var en central del av vilken uppväxten beskrevs utifrån. Berättelserna karaktäriserades även av att de var ärliga och personliga samtidigt som de skildrade mycket kärlek, ingav hopp och visade på en möjlighet att skapa en ny relation till den alkoholmissbrukande föräldern.

Självbiografierna som valdes till studien beskrev uppväxter från olika årtionden som spände mellan 1950 och 1990- talet. Trots detta spann fann jag att upplevelserna som författarna beskrev var dem samma och oberoende av vilka tidsperioder de hämtades ifrån. Föräldrarnas oförmåga under de missbrukande perioderna gav i princip samma utslag och resulterade i likartade känslor hos författarna. Att upplevelserna skrivits i vuxen ålder kan vidare diskuteras. Tidaspekten påverkar hur en person beskriver en viss händelse. Olika saker som har hänt i personens liv påverkar hur denna berättar sin historia. Johnsson (2002) beskriver hur Hyden använder sig av begreppet ”narrativ sanning”. Enligt detta begrepp finns ingen universell sanning eller någon sanning som bättre beskriver ett skeende eller en tidsperiod, istället finns ett antal olika berättelser som lyfter fram olika aspekter av berättelsen och som fyller dem med olika mening. Personligen ser jag flera fördelar med att använda självbiografier för att studera människors upplevelser. Trots att självbiografien inte ger en direkt återspeglning av författarens upplevelser som barn ger det en möjlighet att följa författaren under en längre tidsperiod. Upplevelser som författaren ådragit sig som ung sätts även i relation till vilken påverkan de haft i vuxen ålder. Detta innebär att man som läsare får djupare inblick i vilka situationer som påverkat författaren utan att forskaren har möjlighet att påverka berättandet. Ett problem är dock att majoriteten av självbiografier är författade av

kvinnor. Kanske kan detta ses som ett resultat av föreställningar kring att det är mer tillåtet för kvinnor än för män att uttrycka sina känslor vilket gör fältet mer öppet för förstnämnda kön. Likaså bör det nämnas att självbiografier tenderar att fokusera på personer som trots olika hinder i sin barndom lyckats hitta strategier för att hantera sin situation. Det vill säga mindre lyckade strategier lyfts sällan fram och kan därför heller inte analyseras.

Under min sökning efter tillgänglig forskning och litteratur kring barn som växt upp med alkoholmissbrukande föräldrar gjorde jag flera intressanta upptäckter, men fångades särskilt av den utveckling som forskningen speglade. Mycket av den tidigare forskningen fokuserar på risker och konsekvenser av föräldrarnas missbruk och gjorde ansatser till att försöka se samband mellan föräldrarnas missbruk och barnets framtida alkoholkonsumtion samt psykiska hälsa. I senare undersökningar har dock mycket av denna forskning kritiserats då den inte sett till den sammantagna bilden av barnets levnadsförhållande. Likaså kan man se ett ökat intresse av att få en uppfattning av barnets egna upplevelser. Inom nordisk forskning eftersöker man till exempel undersökningar där just barnet lyfts fram och där man också önskar att barnet själv får göra bedömningen av missbruket. I de flesta undersökningar strävar man efter att se familjens alkoholproblem från barnets perspektiv genom att intervjua barn om hur de upplever sin situation. Trots detta blir perspektivet ofta skevt då det är vuxna som gör bedömningen av missbruket. Detta leder till att man inte får någon insikt i hur barnet upplever sina föräldrars alkoholkonsumtion i familjer där föräldrarna själva uppfattar sin konsumtion som normal. En undersökning av detta slag skulle vara särskilt intressant då socialstyrelsens rapport (2012) beskriver hur det inte är mängden alkohol som föräldern dricker som påverkar barnet, utan istället hur alkoholen påverkar förhållandena och samspelet i familjen. Detta innebär att ett normalt drickande även skulle kunna få en påverkan på barnet och dennes känsla av trygghet. Likaså skulle det vara intressant att se en mer omfattande studie av barns situation som grundar sig i självbiografier. Den biografiska forskningsmetoden har varit en del av svensk samhällsforskning sedan 1970-talet men trots detta saknas djupgående studier av denna form som behandlar barn till alkoholmissbrukande föräldrar. Med tanke på den ökande mängden självbiografier i samhället kanske detta dock är möjligt inom en snar framtid. Självbiografier verkar vara en uppåtgående trend i samhället som kan ge flera intressanta infallsvinklar i forskningen.

Överlag kan vi dock se hur barn har fått en större plats i forskningen vilket kan ses som en intressant utveckling då det ger en bild av hur barnperspektivet brutit ut i samhället.

Ratificeringen av barnkonventionen, tanken om ”barnet bästa” och införandet av en svensk barnombudsmannen har skapat förändringar. I och med denna utveckling verkar det också ha skett ett ökat intresse att identifiera generella men också unika samspelsmönstret i varje familj. Detta ger självbiografierna en viktig bild av. Trots att följande studie syftade till att lyfta fram problematiska situationer i författarnas liv som orsakats av föräldrarnas missbruk ger en genomläsning av självbiografierna också en varm känsla och en bild av kärlek och positiva och roliga situationer mellan förälder och barn. Det är viktigt att dessa situationer uppmärksammas då det eventuellt även kan tänkas bidra till att en del av de stigmat som omger alkoholmissbrukare och deras barn kan minska. Likaså påminner det om det kanske viktigaste i allt socialt arbete, nämligen att låta individen stå i centrum och berätta sin historia.

8. Litteraturlista

- Alling, M. (2010) *Kriget är slut*. Stockholm: Forum
- Arnell, A. & Ekbohm, I. (1996) *När mamma eller pappa dricker: en handbok om att arbeta i grupp med barn till alkoholister*. Stockholm: Rädda barnen
- Aspers, P. (2007). *Etnografiska metoder: att förstå och förklara samtiden*. Malmö: Liber
- Bengtsson, A-B. & Gavelin, I. (1994). *Familjer och missbruk – om glömda barn och glömda föräldrar*. Malmö: Tiger
- Black, C. (1993) *Det ska aldrig få hända mig! om barn till alkoholister*. Stockholm. Natur och kultur
- Bryman, A. (2011). *Samhällsvetenskapliga metoder*. Malmö: Liber
- Cork, M. (1985) *De glömda barnen*. Stockholm: CAN
- Denzin, Norman K. (1989) *Interpretive biography*. Qualitative research Methods series 17. London: SAGE Publications. Newbury Park
- Edgren- Henrichson, N. (1993) *Barnet i alkoholforskning: en översikt över nordisk samhälls- och beteendevetenskaplig forskning kring barn och alkohol*. Helsingfors: NAD
- Eriksson, T. (2009) *Vi har ju hemligheter i den här familjen*. Västerås: ICA
- Fogelberg, T. (1992) *Halli, Hallå!* Stockholm: Nordstedt
- Goffman, E. (2011) *Stigma – den avvikandes roll och identitet*. Stockholm: Norstedts förlag
- Hansen, F. A. (1995) *Barn i familjer med missbruksproblem*. Lund: Studentlitteratur
- Johansson, A. (2005) *Narrativ teori och metod*. Studentlitteratur: Lund
- Johansson A. & Öberg P. (2008) Biografi och livsberättelseforskning I Meeuwisse, A. & Swärd, H. & Eliasson- Lappalainen, R. & Jacobsson, K. (red) (2008). *Forskningsmetodik för socialvetare*. Natur och kultur.
- Johnsson, E. (2002) *Självordsförsök bland missbrukare*. Diss. Lund: Lunds universitet

Knorrning A-L. V. (1991) Annotation: Children of alcoholics. *J. Child Psychol. Psychiat.* Vol. 32, NO 3, pp. 411-421.

Lazarus, R. S. (1991) *Emotion & adaption*. Oxford: university express

Linderborg, Å. (2007) *Mig äger ingen*. Stockholm: Atlas

Lundberg, B. (2010) *Erfarenheter av stigmatisering och diskriminering bland personer med psykisk sjukdom*. Diss. Lund: Lunds universitet

May, T. (2001). *Samhällsvetenskaplig forskning*. Lund: Studentlitteratur

Monat, A. & Lazarus, R. S. (1985) *Stress and coping an anthology*. New York: Columbia university press.

Myrbäck, S. (1998) *Den vingklippta familjen – berättelser om alkoholistfamiljen*. Stockholm: Sober i samarbete med Nykterhetsrörelsens bildningsverksamhet (NVB)

Nylander, I. (1960) *Children of alcoholic fathers*. Diss. Stockholm: Karol. Inst. Uppsala.

Psykologiguiden (2012) ”Coping” (elektronisk), *Psykologiguidens officiella hemsida* <<http://www.psykologiguiden.se/www/pages/?Lookup=coping>> (2012-12-01)

Scavnicky- Mylant M. L. (1990) The process of coping among young adult children of alcoholics. *Issues in mental health nursing*, 11:125-139.

Statens folkhälsoinstitut (2008) *Barn i familjer med alkohol- och narkotikaproblem. Omfattning och analys*. Östersund: statens folkhälsoinstitut

Socialstyrelsen (2012) *Föräldraskap och missbruk – Att ta upp frågor om föräldraskap i missbruk och beroendevården*. Stockholm: Socialstyrelsen

Vetenskapsrådet (2012) ”Forskningsetiska principer inom humanistisk- samhällsvetenskaplig forskning” (elektronisk), *Vetenskapsrådets officiella hemsida* <http://www.vr.se/download/18.6b2f98a910b3e260ae28000360/HS_15.pdf> (2012-10-30)

Vårdguiden (2012) ”Alkoholberoende” (elektronisk), *Vården Stockholms officiella hemsida* <<http://www.vardguiden.se/Sjukdomar-och-rad/Omraden/Sjukdomar-och-besvar/Alkoholberoende>> (2012-12-01)

Bilaga: Exempel från analysmatris

Problematiska situationer	Roller	Emotionsfokuserad coping	Problemfokuserad coping
<p>Allmän oro och rädsla: Känslan av att aldrig kunna slappna av. Föräldrarnas berusade och nyktra tillstånd. Vita perioder.</p>	<p>Clownen: skojar bort, dämpar oron och lugnar övriga familjemedlemmar</p> <p>Upplevelser av oro, förvirring och rädsla.</p>	<p>Distanserad coping: Personen väntar på att problemet ska lösa sig av sig själv. Tystnar. Försöker glömma.</p>	<p>Konfronterad coping: Personen reagerar och gör motstånd. Bråk. Bryter sig loss från sin roll och den destruktiva relationen.</p>
<p>Bråk inom familjen och föräldrarnas mentala frånvaro: Fysiskt och verbalt våld. Känslan av att vara åtsidosatt, att inte bli sedd och bekräftad. Föräldern ”går in i sig själv” ”blir någon annan”. Avsaknad av rutiner, traditioner och förutsägbarhet.</p>	<p>Familjehjälten: Föräldrarnas stöd. Prioriterar andras känslor framför sina egna. Tar hand om sina syskon och även föräldern.</p>	<p>Flykt och undvikande: Fantiserar om hur problemet ska utvecklas. Röker.</p>	<p>Planerad problemlösning: Gör upp en handlingsplan och följer den. Tar lärdom av tidigare erfarenheter. Flyttar. Bygger upp nya regler för relationen.</p>
<p>Lögner och hemligheter gentemot omgivningen: Skydd för att minska insyn. Rädsla för att bjuda hem vänner. Kaos i hemmet. Hemligheter angående familjens ekonomi.</p>		<p>Positiv omformulering: Personen omprioriterar och växer som person. Väljer att se till sin egen lycka.</p>	<p>Söka socialt stöd: Pratar med en vän, familjemedlem eller söker professionellt stöd. Kurator.</p>
<p>Föräldrarnas berusning på allmän plats: Rädsla inför att föräldrarnas ska uppträda berusade inför andra. Föräldrarnas reella berusning på allmänna platser som tunnelbanan eller vid gemensam aktiviteter utomhus .</p>			