



**LUNDS**  
UNIVERSITET  
Socialhögskolan

## **Allt ont har ett slut**

- En kvalitativ innehållsanalys av rollförändringar utifrån Ebaughs teori om exitprocesser

Josefine Jonsson & Maja Hawunger

Kandidatuppsats SOPA 63

VT 16

Handledare: Tabitha Wright Nielsen

## **Abstract**

Author: Josefine Jonsson & Maja Hawunger

Title: All bad things come to an end - A qualitative content analysis about role changes compared to Ebaughs theory of the exitprocess. [Translated title]

Supervisor: Tabihta Wright Nielsen

Assessor: Lars Harrysson

The objective of the study was to test Ebaughs theory on the exit processes may add to our understanding of role changes. This essay has researched author's descriptions of the way out of social vulnerability in autobiographies to discover similarities to Ebaughs theory. The sample in the study has consisted three autobiographies addressing different social issues. Material in the study has been chosen through a goal oriented sample where researches strategically have chosen autobiographies relevant for the studies purpose. The empirical material has been analysed by a content analysis and thematised by a Frameworks analysis. Generally the result shows similarities between the different authors way out of social despair to Ebaughs theory of the exitprocess. According to Ebaughs theory of the exit process, it gives a knowledge of how a role change from social vulnerability can be understood, regardless to the type of social vulnerability addressed. The study has also brought forward limits by using Ebaughs theory of the exitprocess. With the study's result the researchers deem Ebaughs theory useful in order to retain basic knowledge on role changes related to the social work, while acknowledging the importance of every individual's complexity.

*Keywords:* exitprocess, Ebaugh, social problem, role change

<b>1. Problemformulering</b> .....	<b>5</b>
1.1 Syfte .....	6
1.2 Frågeställningar .....	6
1.3 Uppsatsens disposition .....	6
<b>2. Kunskapsläget</b> .....	<b>7</b>
2.1 Förändring och förändringsprocesser .....	7
2.2 Sammanfattning av kunskapsläget.....	10
<b>3. Teoretisk utgångspunkt</b> .....	<b>11</b>
3.1 Ebaughs teori om exitprocesser .....	11
3.2 Kritik mot Ebaughs teori om exitprocesser .....	14
3.2 Sammanfattning av teoretisk utgångspunkt.....	14
<b>4. Metod</b> .....	<b>15</b>
4.1 Metodmässiga överväganden .....	15
4.2 Kvalitativ innehållsanlys .....	15
4.3 Metodens förtjänster och begränsningar.....	16
4.4 Urval.....	16
4.5 Tillvägagångssätt för att undersöka kunskapsläget .....	17
4.6 Presentation av självbiografier .....	18
4.6.1 Tillvägagångssätt för att finna självbiografier.....	18
4.7 Metodens tillförlitlighet.....	18
4.8 Bearbetning av empiri .....	20
4.9 Forskningsetiska överväganden .....	20
4.10 Arbetsfördelning .....	21
4.11 Sammanfattning av metod .....	21
<b>5. Resultat och analys</b> .....	<b>22</b>
5.1 Första tvivel .....	22
5.1.1 Insikt om sin sociala roll.....	22
5.1.2 Den sociala problematiken blir en del av individen.....	23
5.1.3 Sammanfattning av första tvivel .....	24
5.2 Sökande alternativ .....	25
5.2.1 Rollförändringens ambivalens.....	25
5.2.2 Omgivningens betydelse i ambivalensen .....	26
5.2.3 Den liknande rollens påverkan.....	27
5.2.4 Sammanfattning av sökande alternativ.....	28
5.3 Vändpunkter .....	29
5.3.1 Definiering av vändpunkter .....	29
5.3.2 Insikt om den sociala rollens konsekvenser .....	31
5.3.3 Sammanfattning av vändpunkter .....	32
5.4 Ex rollen.....	33
5.4.1 Ex rollens fortsatta påverkan på individen .....	33

5.4.2 Omgivningens förståelse av exitprocessen.....	34
5.4.3 Rolldefinitionens betydelse.....	35
5.4.4 Sammanfattning av ex rollen.....	36
<b>6. Slutdiskussion .....</b>	<b>37</b>
<b>7. Referenslista .....</b>	<b>40</b>
<b>8. Bilagor .....</b>	<b>42</b>
<b>8.1 Bilaga 1 - Mall vid bearbetning av empiri .....</b>	<b>42</b>
<b>8.2 Bilaga 2 - Frameworks strategi vid tematisk analys .....</b>	<b>43</b>

# 1. Problemformulering

Livet är en oförutsägbar resa som ständigt innebär nya möjligheter och utmaningar.

Förändringar kan vara kopplade till mindre vardagsföreteelser men kan också innebära mer omfattande omställningar i livet. Dagens samhälle innebär allt fler valmöjligheter vilket i sin tur innebär fler livsförändringar. Förr var livsförändringar inte lika förekommande, kunskap om förändringar blir därav alltmer relevant i det moderna samhället (Ebaugh, 1988). En *roll* innebär ett förväntat beteende av en person i en specifik situation. Människan har flera roller som anpassas utefter de sociala situationer personen befinner sig i. Rollen skapas i en social process som både samhället och individen själv är delaktiga i. Det är den sociala strukturen som skapar associationerna kopplade till rollen, men det är individen som gör valet att följa dessa stereotypiska beteendemönster. Den sociala rollen kan medföra både fördelar och nackdelar i samhället beroende på vad rollen är associerad till. Individen kan anpassa sitt agerande för att bli definierad till en viss roll samtidigt som personen kan tillskrivas en roll utan att den eftersträvas. När individens sociala omständigheter förändras innebär det att en ny roll skapas vilket Ebaugh (1988:15-19) förklarar som en *rollförändring*. I det sociala arbetet möter socialarbetare dagligen personer som behöver genomgå olika former av rollförändringar för att ta sig ur en social problematik. Definitionen av ett socialt problem är enligt Socialstyrelsen (2010:17) en svårighet som karaktäriseras av en oro hos individen eller i personens omgivning. Problemet kan innebära att individen behöver olika former av stödinsatser från samhället. Begreppet socialt problem kan bland annat användas när det talas om olika typer av utsatthet. Sociala problem kan även syfta till en individs hälsa eller ohälsa enligt Socialstyrelsen (2010:17).

*Exitprocessen* är en teori Ebaugh (1988) har formulerat som bygger på en förklaringsmodell om hur människor oavsett roll genomgår ett liknande förändringsmönster. Hennes studier bygger på undersökningar av flera olika typer av roller som förändrats när individen exempelvis bytt karriär, äktenskap eller kultur. För att förändra en social situation krävs enligt Ebaugh (1988) en rollförändring, en så kallad *exitprocess*. En rollförändring innebär en ny social roll och identitet i samhället. Den nya rollen fortsätter att påverkas av den tidigare roll individen haft. Den tidigare rollen benämner Ebaugh (1988) för *ex roll*. De ökade rollförändringarna i samhället innebär att vi människor får fler ex roller som fortsätter att påverka de nya rollerna. Ebaugh (1988:183-185) förklarar att en rollförändring är en social process bestående av fyra olika faser. I *första tvivel* väcks ett missnöje över den sociala rollen.

*Sökande alternativ* är det andra stadiet där individen börjar undersöka alternativa roller. Den faktiska rollförändringen sker i det steg som kännetecknas av en specifik händelse som blir en så kallad *vändpunkt*. I det sista stadiet *ex rollen*, ska personen finna en förståelse för hur individen ska förhålla sig till den tidigare rollen. Ebaugh (1988:24) förklarar att fasteorier kan bidra med normativ kunskap snarare än att belysa olika faktorer som avviker ifrån den. Vid användandet av fasmodeller är det därav viktigt att tolka dess kunskap som en grundkunskap och inte som alltför definitiv menar Ebaugh (1988:24).

Studien syftar till att undersöka förändringsprocessen som en individ upplever på väg ut ur en social problematik oavsett problematikens karaktär. Självbiografier kan i studien ge ökad förståelse för individens beskrivning av en rollförändring. Författarnas beskrivning av deras erfarenhet kan bidra med kunskap om hur det sociala arbetet kan förstå en rollförändring samt hur hjälpinsatserna ska anpassas på bästa sätt. En kvalitativ innehållsanalys kan bidra med en förståelse till en del av en beskriven verklighet snarare än att finna en objektiv sanning (Bryman, 2011:505). Intresset i studien bygger på att se om Ebaughs teori är applicerbar på rollförändringar kopplade till det sociala arbetet. Finns det aspekter i rollförändringen som inte går att utläsa vid användandet av Ebaughs teori? Kan Ebaughs fasmodell om rollförändringar ge kunskap om hur vägen att ta sig ut ur en social problematik kan förstås trots förändringsprocessens komplexitet?

## **1.1 Syfte**

Syftet med studien är att undersöka vilken kunskap Ebaughs teori om rollförändringar kan ge om vägen ut ur en social problematik.

## **1.2 Frågeställningar**

- Hur beskriver författarna sina rollförändringar ut ur en social problematik?
- Vilka likheter beskrivs i självbiografierna i förhållande till Ebaughs teori om rollförändringar?

## **1.3 Uppsatsens disposition**

Uppsatsen är uppbyggd på följande vis: i det första kapitlet presenteras ingången i undersökningen genom problemformulering, syfte samt frågeställningar. Uppsatsens andra

kapitel redogör för kunskapsläget utifrån forskning om förändringsprocesser ut ur olika sociala problem. I kapitel tre förklaras Ebaughs teori om exitprocesser som är uppsatsens teoretiska utgångspunkt samt kritik som finns riktad mot Ebaughs teori. Studiens metodologiska aspekter redogörs i kapitel fyra. I det femte kapitlet presenteras analys samt resultat. Arbetet avslutas med en sammanfattande slutdiskussion i kapitel sex.

## **2. Kunskapsläget**

I detta kapitel redogörs forskning som studerat förändringsprocesser inom olika sociala områden. Forskningen behandlar den individuella förändringsprocessen. *Förändringsprocess* innebär den process en individ genomgår vid en förändring ut ur en problematisk livssituation (Holmgren & Enander, 2007:11). Holmgren och Enander (2007) förklarar i sin forskning att de funnit likheter till Ebaughs fasteori om rollförändringar. Hydén (2008) och Topors (1990) forskning gör inga kopplingar till Ebaughs teori men ser ändå en rollförändring utifrån liknande faser.

### **2.1 Förändring och förändringsprocesser**

Holmgren och Enander (2007:112) förklarar processen att ta sig ur en social problematik utifrån tre pågående processer, att bryta upp, att bli fri och att förstå. Det första stadiet kännetecknas av att individen tar det faktiska steget och bryter upp ifrån sin sociala situation. Det andra steget handlar om att bryta känslomässiga band som varit sammankopplade till det sociala problemet. I det tredje steget skapar individen en förståelse för vad som hänt samt lär sig att förhålla sig till det. Holmgren och Enander (2007:116) förklarar att representanter i deras forskning beskrivit att de känt sig utbrända både fysiskt och psykiskt vilket resulterat till en förändring.

Holmgren och Enanders (2007:118) beskriver omgivningen som oförmögen att kunna påskynda en förändringsprocess. Detta kan förklaras med att individen väljer att isolera sig ifrån omgivningens åsikter och uppfattningar. När individen endast väljer att se sin sociala situation utifrån sitt egna perspektiv minskas omgivningens möjlighet att kunna påverka. Det krävs att individen själv får en insikt i att situationen är ohållbar för att kunna förändras. Insikten ses därav som en avgörande faktor för att kunna uppnå en förändring. Holmgren och Enander (2007:119, 122) beskriver att beslutet om förändring kan vara sammankopplat med en specifik händelse. Ett uppbrott får mestadels sin startpunkt då individen fått förståelse för de individuella riskerna eller när den sociala situationen fått konsekvenser för omgivningen.

Konsekvenserna kan innebära att personen riskerar att dö eller förlora sig själv psykiskt (Holmgren & Enander, 2007:124). I ett flertal situationer kan individens rädsla för problematikens konsekvenser resultera i att personen vill förändra sin situation. En specifik händelse kan även bli en startpunkt till förändring. Händelsen kan sammanfalla då personen under en längre period känt ett missnöje över sin sociala situation.

Individer tenderar i flera sammanhang att fränse sig negativa konsekvenser av sitt beteende. När förnekandet av konsekvenserna upphör kan det resultera i en förståelse för att det krävs en förändring (Holmgren & Enander, 2007:119). Det är förekommande att individen förklarar en förändring som ett val mellan att ta sig ur den sociala situationen eller förlora sig själv. Holmgren och Enander (2007:130, 131) talar om uttrycket att "nå botten" som nära förknippat med att personen ger upp. Det kan innebära att individen har kommit till insikt om att livssituationen är ohållbar. Holmgren och Enander (2007:131) ställer sig frågande till om det krävs att en individ måste "nå botten" för att kunna uppnå en förändring. Deras slutsats är att tillståndet "nå botten" inte är ett måste men att individen måste ge upp. Insikten om förändring tenderar däremot att förefalla i det skede som individen "nått botten". Holmgren och Enander (2007:120) förklarar fall där personer inte nått en fullständig förändring utan befunnit sig i ett tillfälligt tillstånd. Omgivningen har då känt en besvikelse vilket också individen ofta gör. Ambivalenta känslor hos individen kan förhindra att en förändringsprocess påbörjas. Enligt Holmgren och Enander (2007:130) kan det bland annat handla om känslor såsom rädsla, skam och ångest. Holmgren och Enander (2007:195) menar att individens känsla av maktlöshet kan förhindra en förändringsprocess.

I Hydéns (2008:14) forskning beskriver hon att det är problematiskt att avgränsa förändring till en specifik situation eller händelse. Det är också svårt att se ett konkret "före" och ett tydligt "efter", förändring beskrivs därav som en process. Rädslan beskriver Hydén (2008:24) som den mest grundläggande egenskapen för en förändringsprocess. Hjälploshet, rädsla och motstånd beskrivs som nära sammansatta. Rädslan kan uppfattas som den maktlöses uttryck för motstånd som kan bli ett uttryck i att situationen är ohållbar och alarmerande. Maktlösheten kan böttna i att individen inte ser en lösning på sin sociala situation. Omgivningens stöd kan i flertal fall leda till att individen omvandlar sin rädsla till makt vilket sedan bidrar till förändring. Enligt Hydén (2008:29) är uppbrottet och dess process ett löfte om förändring. När en individ ingår i en ny social roll kan det redan då finnas ett motstånd.



Det kan grunda sig i att individen egentligen vet att livssituationen som påbörjats kan vara skadlig men väljer trots det att agera utifrån riskfyllda handlingar.

Individen kan upplevas som motsägelsefull inför valet om förändring i sin livssituation. Det motsägelsefulla beteendet kan förklaras i att det finns en svårighet i att släppa taget om sin sociala situation. Individen kan ha svårigheter i att se vem den skulle vara utan sin sociala problematik samtidigt som det kan finnas en bristande insikt om dess konsekvenser. Erfarenheten av att ha levt med flera typer av social problematik kan ses som särskilt påfrestande. Upplevelserna behöver inte med säkerhet definiera individens fortsatta personlighet men tenderar att hänga samman med individens fortsatta liv (Hydén, 2008:30). Personen kan komma att skuldbelägga sig själv för att ha befunnit sig i en destruktiv livssituation. Det kan även finnas ett missnöje hos individen för att den sociala situationen inte förändrades tidigare. Individen kan även välja att se förändringen som en berikande erfarenhet utifrån ett positivt perspektiv.

Topor (1998) har i sin forskning studerat vändpunkter och vad det är som gör att personer återhämtar sig från en social problematik. Han menar utifrån sin forskning att vändpunkter har en komplexitet. Topor (1998:3) gör en skillnad vad gäller *social återhämtning* och *total återhämtning*. Social återhämtning innefattar att individen är socialt fungerande. Den sociala återhämtningen kan trots det innebära att personen har en kvarstående koppling till en tidigare problematik som inte alltid är synlig för omgivningen. Total återhämtning kännetecknas däremot av total frånvaro av symptom kopplade till den tidigare problematiken. Topor (1998:7) menar att vändpunkter har en koppling till något positivt, men menar att det är svårt att uppnå en förändring utan att de genererar någon form av bakslag i processen. En nedåtgående process är för det mesta kopplad till kontakt med samhällets hjälpinsatser. I den samhälleliga kontakten kan individen uppleva avsky men kan även se det som en möjlighet (Topor, 1998:12). Sökandet till hjälp kan ses som ett erkännande av problematiken och kan på så sätt bli ett första steg i förändringsprocessen. Hjälp kan för andra upplevas som en ytterligare förstärkning av individens misslyckande. Hjälp sökande kan ses som en vändpunkt beskriver Topor (1998:13,14). Individen kan uppleva en lättnad i att bli sedd och få hjälp. När individen får hjälp i sin situation kan ansvaret tas över till någon annan vilket kan upplevas som en lättnad för individen. Känslan av att bli sedd kan även kopplas till något negativ då individen inte får den hjälp och stöttning som förväntats.

För att komma ur en social problematik måste individen många gånger ge upp allt vilket förknippas med en känsla av maktlöshet. Topor (1998:26) menar att påskyndandet av förändringsprocessen kan bidra med en risk för individen att återfalla i en liknande social situation. När förändringsprocessen inte går i individens takt kan det göra att omgivningen upplever ett falskt yttre som inte överensstämmer med individens inre. Enligt Topor (1998:15,16) måste individen hamna i total hopplöshet för att kunna uppnå förändring. En händelse som kan vara negativ kan i dessa fall leda till något positivt. Påbörjandet av en förändringsprocess kan se olika ut. Förändringen kan vara beroende av egna beslut eller yttre påverkan som sker av tillfälligheter eller bestämda insatser. Det finns olika aktörer som kan vara till hjälp vid en förändringsprocess såsom familj, vänner eller socialarbetare beskriver Topor (1998:19). En förändring kan även uppstå som en följd av individens egen utveckling. Topor (1998:20) menar att det vanligtvis är ett samspel mellan utomstående och egna beslut som bidrar till förändring.

Det kan ta tid att ta sig ur en social problematik och det förklaras mestadels som en process av steg fram och tillbaka. Topor (1998:24) menar att individen kan ha beteenden som utåt sett betecknas som ytterligare brister men som individen själv ser som förbättringar gentemot sin problematik. Topor (1998:25) menar att det krävs att individen vågar konfrontera de sidor hos sig själv som är svårhanterliga. Vid konfrontation av dessa kan individen successivt lära sig att hantera och utforma strategier för att förhindra de svårhanterliga känslorna. När en individ har genomgått en förändring ut ur en social problematik återgår inte individen till den tidigare personligheten utan förändringsprocessen bidrar till ett skapande av en ny social roll (Topor, 1998:1). Individen gör sedan prövningar på sin omgivning för att få bekräftelse på att den nya rollen duger. Enligt Topor (1998:34-36) har individen tagit sig ur en social problematik först då individen fullt ut ser sig som accepterad av sin omgivning och tillsammans med den känner samhörighet.

## **2.2 Sammanfattning av kunskapsläget**

Det går utifrån kunskapsläget att se liknande förklaringar om hur förändringsprocessen går till oavsett den sociala problematikens karaktär. Forskning beskriver den personliga insikten som avgörande för att ta sig ut ur en social problematik. Insikten är vanligtvis ett resultat av att personen fått konsekvenser av sin sociala situation på olika sätt. Forskning visar att förändring är förknippat med steg fram och tillbaka likt en process bestående av flera nödvändiga insikter

hos individen. Det finns även kunskap som menar att en tidigare social problematik fortsätter att forma individen även efter en förändrad social situation. Kunskapsläget tyder på faktorer som stärker flera av stegen i Ebaughs fasmodell, det är därav relevant att undersöka hur rollförändringar kopplade till det sociala arbetet kan förstås utifrån Ebaughs teori om exitprocesser.

### **3. Teoretisk utgångspunkt**

I detta avsnitt redogörs Ebaughs teori om *exitprocesser* som är studiens teoretiska utgångspunkt. Ebaughs teori används tillsammans med kunskapsläget för att kunna besvara syfte och frågeställningar. Avsnittet avslutas med ett kritiskt perspektiv av Ebaughs teori.

#### **3.1 Ebaughs teori om exitprocesser**

Ebaughs teori beskriver rollförändringar samt hur den sociala processen går till vid utbytet till en ny social roll och identitet, en så kallad *exitprocess*. Ebaughs (1988) teori är applicerbar på alla former av rollförändringar, såväl vid att ta sig ur en beroendeproblematik som vid förändringen som sker vid byte av umgänge. Teorin bygger på studier av rollförändringar där forskaren intervjuat 185 personer med varierande social bakgrund. I sociala sammanhang har omgivningen förväntningar på en individs agerande, vilket på så sätt förklarar att individens rollskapande ingår i en social struktur. En rollförändring är en social process som tar olika lång tid. Ebaugh (1988:20-23) förklarar förändringsprocessen utifrån fyra faser som en individ genomgår oavsett rollbyte.

##### **Första tvivel**

I det första stadiet påbörjas ifrågasättande reflektioner kring den nuvarande rollen. Individen tvivlar i detta stadie på sin sociala roll. Missnöjet bottnar vanligtvis i att personen inte längre kan uppfylla det krav som förväntas av individen. Det finns olika faktorer som kan påbörja individens missnöje. Individens tankar kan ha framkommit efter att omgivningen påpekat att det krävs en förändring eller att en viss händelse väckt ett missnöje. Den tvivlande processen har en varierande tidslängd. Omgivningen kan bekräfta att det krävs en rollförändring vilket kan påskynda processen. Om omgivningen istället motsäger sig personens tvivel på den nuvarande rollen kan förändringsprocessen istället fördröjas. När omgivningen inte ger en bekräftelse på att det krävs en förändring hamnar personen i valet mellan de egna styrda

känslorna eller de utifrånstyrda krafterna. När individen har ett tydligt missnöje över sin sociala roll och känner en makt över att kunna förändra sin sociala situation, desto kortare blir denna fas i rollförändringen (Ebaugh, 1988:41-43, 81, 86).

### **Sökande efter alternativ**

Det andra stadiet definieras utav att undersöka alternativa roller. I denna fas vägs fördelar och nackdelar med olika roller mot varandra. Omgivningen kan även i detta stadie ha en betydelsefull funktion. Personer i omgivningen kan belysa hur den befintliga situationen ser ut utifrån ett annat perspektiv än individens egna. Omgivningen kan även bidra med att lyfta fram fördelar med en kommande rollförändring. I de fall omgivningen inte möter individen med positiv respons kan de förhindra alternativt fördröja processen av en förändring. Individen kan i denna fas söka sig till personer som är positiva till rollförändring. De är också förekommande att individen söker sig till personer som har den roll som de vill tillhöra eller som har genomgått en liknande förändring. Insikten om alternativa roller ger individen ett möjlighetsperspektiv som i sin tur bidrar till en fortsatt utveckling i rollförändringen (Ebaugh, 1988:87, 97, 101, 121).

### **Vändpunkter**

Vändpunkterna är det tredje stadiet där individen gör den faktiska förändringen genom att byta roll. Rollförändringen utbryts vanligtvis efter en händelse som resulterat i en insikt om att individen har fått nog. Det kan också vara så att den sociala situation som personen befunnit sig i inte längre är hållbar varken fysiskt eller psykiskt. Att byta roll kan i ett flertal situationer vara det enda alternativet för överlevnad förklarar Ebaugh (1988:34, 123-134, 147). I vändpunktsfasen har insikten om att det finns andra möjligheter skapats. Ebaugh (1988:123-134) beskriver fem generella situationer som kan vara bidragande till att en vändpunkt uppstår.

*Specific event* - En specifik händelse resulterar till en insikt om att det krävs en förändring. Händelsen kan ibland ha ett större symboliskt samt psykisk värde och nytta för individen än vad händelsen kan tyckas ha i den övriga omgivningen.

*The last straw* - En handling bidrar till känslan av att individen har fått nog. Ett flertal händelse blir tillsammans droppen vilket resulterar till ett beslut om förändring.

*Time - related factors* - Detta är den vändpunkt som endast är möjlig att nå inom en viss tid. Tar personen inte chansen till förändring nu så finns alternativet inte kvar vid ett senare tillfälle, exempelvis ett jobberbjudande.

*Excuses* - En ursäkt gör det socialt accepterat att göra en förändring av ett giltigt skäl, exempelvis att ett hälsotillstånd inte gör det möjligt att fortsätta arbeta vilket personen kan ge som förklaring till omgivningen.

*Either/ or alternatives* - Det utmärkande för denna vändpunkt är att personen ställs inför en situation där två alternativ övervägs. Antingen gör personen en förändring eller så fortsätter personen leva i en riskfylld tillvaro. Att kvarstå i den befintliga rollen innebär ofta en fara för individens liv och hälsa eller kan innebära en förlust av något betydelsefullt.

Vändpunkten har tre grundläggande funktioner beskriver Ebaugh (1988:134-136). Den första innebär att göra omgivningen medveten om att personen har tagit ett beslut om förändring genom att berätta om sin vändpunkt. Påbörjandet av förändringsprocessen blir mer definitiv när den uttrycks med ord av individen. *Kognitiv dissonans* innebär att individen frånsäger sig de negativa konsekvenser en situation eller ett beteende kan innebära trots att det kan vara förknippat med fara. Personen ser i många fall sig som ett undantag och hittar motsägande argument till informationen. En person som exempelvis får information om att rökning kan leda till cancer väljer att frånsäga att de riskerna kan drabba även individen själv. Den andra funktionen innebär att den kognitiva dissonansen minskar då personen inte söker ursäkter som upprätthåller den gamla rollen. Den tredje funktionen innebär att mobilisera sociala och emotionella resurser för att klara av det faktiska verkställandet i vändpunktsprocessen. Detta kan exempelvis vara att personen får stöd av omgivningen för att kunna göra det första agerandet i förändringsprocessen. Omgivningen får vanligtvis i detta skede också nya roller och funktioner som kan bli avgörande för förändringsprocessen enligt Ebaugh (1988:134-136).

### **Ex rollen**

Det sista steget i förändringsprocessen kännetecknas av hur individen ska förhålla sig till den tidigare rollen. I detta stadiet krävs en förståelse hos omgivningen i att personen har genomgått en rollförändring. De tidigare förväntningarna på rollen kan finnas kvar, därför krävs en medvetenhet hos omgivningen om att det skett en rollförändring så att bemötandet kan anpassas. För att förhindra osäkerheten i den nya rollen kan omgivningens bekräftelse av den rollen vara betydelsefull. Efter förändringsprocessen kan personens förgående roll fortsätta att

påverka omgivningens bemötande av den nya rollen. Den tidigare rollen har inneburit associationer till egenskaper som kan tänkas fortsätta att påverka samhällets uppfattning kring den nya rollen. I detta stadié är det förekommande att personen skaffar sig ett nytt socialt nätverk som inte har kännedom om den tidigare rollen. Det kan uppstå svårigheter när personen förknippas med den tidigare rollens beteende som kan bidra till ett tvivel hos individen. Rollförändringen kan även ha medfört ett utvecklande av positiva styrkor hos individen som kan förhindra att individen hamnar i samma eller liknande problematik igen (Ebaugh 1988:149, 158, 168, 180).

### **3.2 Kritik mot Ebaughs teori om exitprocesser**

Wacquant (1990:399,402) har valt att kritisera Ebaughs teori om exitprocesser då han menar att teorin är ålderdomlig och svårapplicerad på dagens samhälle. I artikeln belyser dock Wacquant (1990:399) att teorin har en huvudsaklig förtjänst då den är analytisk och har en stark koppling till empirin. Wacquant (1990:399) anser däremot att Ebaughs teori är alltför generell. Han menar att det är svårt att få en djupare förståelse i det enskilda fallet. Enligt Wacquant (1990:400) grundar sig den teoretiska utgångspunkten i Ebaughs teori i stora drag i sunt förnuft. Han menar att flera av Ebaughs resultat är självklara och kan ses som redan existerande kunskap utan teorin. Vidare menar Wacquant (1990:399) att det är svårt att applicera samma teori på vardagliga rollförändringar som vid mer omfattande förändringar såsom att bryta sig loss ifrån en destruktiv livssituation. Att byta roller är en ständigt pågående process. Wacquant (1990:401) menar att vi dagligen genomgår flera olika rollförändringar beroende på vilka sammanhang och miljöer vi befinner oss i. Wacquant (1990:401) menar därför att det är svårt att urskilja specifika roller och faser i en sådan ständigt förändrad process. Ebaugh förklarar också svårigheter med att använda fasmodeller då den tenderar att endast fokusera på att ge förklaringar på individens utveckling och belyser därmed inte de yttre faktorernas påverkan på rollförändringen såsom samhälleliga faktorer (Ebaugh, 1988:24).

### **3.2 Sammanfattning av teoretisk utgångspunkt**

Studien syftar till att undersöka och pröva vilken kunskap teorin bidrar med för förändringsprocessen oavsett problematikens karaktär genom att applicera Ebaughs teori om exitprocesser. Det finns kritik riktad mot fasteorer som Ebaughs då de tenderar att frånsé

individuella beskrivningar. Den teoretiska utgångspunkten är styrande i forskningens tillvägagångssätt för att kunna se vilken förståelse teorin bidrar med.

## **4. Metod**

I metodavsnittet redogörs aspekter som utgör uppbyggnaden och genomförandet av studien. Vidare beskrivs vilka metoder som använts i studien följt av en motivering. I detta avsnitt lyfts forskningsetiska överväganden samt arbetsfördelningen i arbetet fram.

### **4.1 Metodmässiga överväganden**

Ahrne och Svensson (2011:13) förklarar att den kvalitativa forskningsmetoden intresserar sig för hur, vad och varför företeelser uttrycker och skildras som de gör. I studien undersöks vilken kunskap Ebaughs teori om exitprocesser bidrar med om rollförändringar kopplade till det sociala arbetet utifrån självbiografiska beskrivningar. Bryman (2011:371) menar att det är individernas perspektiv som är utgångspunkten i kvalitativ forskning där deras berättelser ses som relevanta och betydelsefulla. Ambitionen som forskare har varit att finna en förståelse för förändringsprocessen genom att studera författarnas beskrivning av att ta sig ut ur ett socialt problem (Bryman, 2011:372). Studien syftar till att pröva och se vilken kunskap Ebaughs teori om exitprocesser bidrar med till förståelsen av rollförändringar. Vid bearbetning av vårt material har även andra tematiseringar framkommit. I analysen återfinns därav både våra tematiseringar samt Ebaughs indelade faser. I denna studie har det inte varit möjligt att finna en objektiv sanning. Ambitionen i studien har istället varit att söka en subjektiv kunskap kring författarnas beskrivning av en rollförändring.

### **4.2 Kvalitativ innehållsanalys**

Innehållsanalysen är en förkommande metod inom den kvalitativa forskningen. Analysen syftar till att finna bakomliggande teman och mönster i studiens empiri. Intresset bygger på tolkning av olika texter. Citat är ett exempel på ett verktyg som används i analysen för att illustrera vad som framkommit vid bearbetning av materialet. Kodifiering och tolkning sker utefter teman som sorterar materialet. Det kan finnas förutbestämda tematiseringar men det förhindrar inte ett tillåtande av nya kategorier. Analysen utgår först ifrån att forskaren formulerar en forskningsfråga som sedan följs upp av att forskaren går igenom tänkbar material. Nästa steg blir att formulera en tänkbar kodifiering som används. Kodifieringen kan

revideras under arbetsprocessen enligt Bryman (2011:504-506). Kodningen är central i denna analys och det krävs ett kodningsschema och en kodningsmanual som förklarar innehållsanalysens tolkningar menar Bryman (2011:298).

### **4.3 Metodens förtjänster och begränsningar**

Bryman (2011:368) beskriver att olika typer av forskningsmetoder medför både fördelar och nackdelar. Kvalitativ forskning har bland annat fått kritik för att vara alltför subjektiv. Kritiken grundar sig i att forskning tenderar att formas av personliga och individuella intressen. Detta medför att kvalitativ forskning kan vara svår att replikera. Samtliga människor har olika intressen, föreställningar och perspektiv som bidrar till skilda uppfattningar. Det krävs därför en reflekterande medvetenhet i forskning om de faktorer som kan tänkas forma forskarens uppfattningar. Kvalitativ forskning kan ses som begränsad då den fokuserar på ett fåtal individer gentemot den faktiska verkligheten. Det begränsade urvalet kritiserar då det kan finnas en svårighet i att finna resultat som kan bidra med en kunskap som överensstämmer med en större grupp. Urvalet bedöms som representativt i förhållande till syftet som vill ge en bild av hur pass applicerbar Ebaughs teori är på rollförändringar kopplade till det sociala arbetet (Bryman, 2011:169). Ett större urval hade i studien inte varit relevant för den kunskap som eftersträvas. Utifrån självbiografiernas beskrivningar går det att få en förståelse för rollförändringen ur en social problematik. Inom kvalitativ forskning är det inte kvantiteten av forskningsresultat som är av betydelse utan kvaliteten på de teoretiska slutsatserna som formuleras. Den kvalitativa metoden kan därav bidra med en fördjupad analys som bygger på fyllig data (Bryman 2011:371).

### **4.4 Urval**

Studien utgår ifrån ett målinriktat urval som är förekommande inom kvalitativ forskning enligt Bryman (2011:434). Ett målinriktat urval innebär att självbiografierna är utvalda på ett strategiskt sätt så att de haft relevans i förhållande till forskningens syfte och frågeställningar (Bryman, 2011:392). Den valda empirin i studien är skriven av personer som genomgått rollförändringar ut ur social problematik av olika karaktär. De sociala områdena som studerats är våld i nära relationer, missbruk samt anorexia. Studiens valda sociala problem är möjliga att ta sig ur genom en personlig förändringsprocess. Studien är avgränsad till självbiografier skrivna av kvinnor som levt med en social problematik. Det finns en medvetenhet om att de



olika sociala fenomenen är förekommande även bland män. De har varit svårt att finna självbiografier skrivna av män som uppfyller studiens andra kriterier i urvalet därav är studien avgränsad till kvinnliga författare. Studien belyser därav endast kvinnliga beskrivningar av rollförändringar ut ur en social problematik. Det innebär att urvalet i studien är homogent. Bryman (2011:436) beskriver att fördelen med att studera en homogen urvalsgrupp är bland annat att representativiteten är bättre än vid studier med en heterogen urvalsgrupp. Detta då forskaren vid ett heterogent urval behöver studera betydligt mer material i studien för att kunna få en representativ bild av vad som studerats. De valda självbiografierna är skrivna under 2000-talet vilket därav belyser rollförändringar i dagens samhälle. Studiens valda självbiografier är skrivna av personer som är relativt okända för allmänheten. Okända aktörer bedömdes i studien som mindre påverkbara av styrande faktorer som i annat fall kunnat påverka berättelsernas framställning. En annan risk med berömda aktörers självbiografier är att det kan vara så kallade spökskrivare som författat böckerna. Enligt Bryman (2011:491) innebär det att den påstådda författaren inte med säkerhet behöver vara den verkliga upphovsmannen. Studien har utgått ifrån en teoretisk samplingsmetod som innebär att forskaren befinner sig i en ständig reflektionsprocess kring om studien uppnått en teoretisk mättnad. Vid läsningen av självbiografier utöver de tre valda i studien uppstod en mättnad av empiri. Materialet bedömdes vara tillräckligt för att kunna besvara studiens syfte (Bryman, 2011:434-436).

#### **4.5 Tillvägagångssätt för att undersöka kunskapsläget**

Forskningen som lyfts fram i studien utgår ifrån doktorsavhandlingar, avhandlingar, artiklar samt annan relevant litteratur kopplad till ämnet. Tidigare uppsatser samt referenslistor har väglett till relevant litteratur och forskning. För att finna forskning till studien har sökningar gjorts i Google Scholar och på Lubsearch. Sökorden som använts har varit: förändring, förändringsprocess, uppbrottsprocess, uppbrott, Ebaugh samt använt ovanstående i kombination med socialt problem, missbruk, anorexia och våld i nära relationer.

## **4.6 Presentation av självbiografier**

### **4.6.1 Tillvägagångssätt för att finna självbiografier**

Sökning efter självbiografier har gjorts i Google, Adlibris samt Bokus. Sökningar som gjorts är självbiografier i kombination med socialt problem, missbruk, kriminalitet, anorexia och våld i nära relationer.

#### **En vacker dag lämnar jag honom av Maria Blomqvist (2014)**

Maria är född 1963 och levde under många år i en kärleksrelation som hon efteråt betecknar som allt annat än normal. I sin självbiografi berättar hon om hur det var att leva i en kraftfull och livsfarlig relation som omgavs av växlingar mellan kärlek, åtrå, hopp, våld, ständig anpassning och djup förtvivlan.

#### **När mörkret kom: en bok om anorexia av Lina Strandberg (2000)**

Lina blickar tillbaka och berättar i sin självbiografi om när hon vid 14 års ålder insjuknade i anorexia. Sjukdomstiden beskriver hon som en lång process som stundtals kändes hopplös och oföränderlig. Med sin självbiografi vill Lina förmedla hur det kan vara att leva med anorexia samt hur vägen till ett tillfrisknande kan se ut.

#### **Så dumt! av Mia Törnblom (2008)**

Mia berättar i sin självbiografi om en utåt sätt lycklig barndom, men som inåt sätt bestod av ett sviktande självförtroende och en känsla av att vilja något mer. Känslor som ledde till att Mia under många år hamnade i ett djupt missbruk förknippade med droger, kriminalitet våld och sorg. I självbiografien berättar Mia hur det var att leva med ett beroende samt hur hon lyckats förändra sin situation.

## **4.7 Metodens tillförlitlighet**

Tillförlitligheten i studien bedöms utifrån kraven *reliabilitet* och *validitet*. Reliabilitet är ett krav som har en tydlig koppling till objektiv kunskap jämförelsevis med subjektiv kunskap enligt Bryman (2011:49). Att finna konkreta förståelser relaterat till studiens syfte är komplext oavsett tillvägagångssätt och metod. Studien ger trots det en bild av hur rollförändringar kan förstås utifrån författarnas beskrivningar. En innehållsanalys bygger på forskarens subjektiva tolkningar vilket gör det omöjligt att bidra med en objektiv analys

menar Bryman (2011:297). För att stärka tillförlitligheten har studiens analys tydliga citat och utdrag ifrån böckerna. Det är inte möjligt att synliggöra samtliga tolkningar då det även finns en förförståelse som påverkar forskarens bedömningar vilket är viktigt att vara medveten om. Tolkningsskillnader är en utmaning inom den kvalitativa forskningen då den därav kan vara svår att replikera. Forskarens tolkningsmönster varierar beroende på den vardagskunskap och kultur forskaren finner sig i (Bryman, 2011:297). En fördel i studien är att vi har varit två undersökare vilket betytt att vi ständigt befunnit oss i en gemensam reflektionsprocess. Den reflekterande processen har kunnat synliggöra och förhindra ett flertal omedvetna och personliga tolkningar. Validitet är de krav som ställer frågan kring om studien undersöker det som den anser sig kunna ge svar på (Bryman, 2011:50). Studien bedöms vara valid, detta då kunskap utifrån självbiografierna kan belysa vilken förståelse Ebaughs teori kan bidra med om rollförändringar. Urvalet bedöms som tillräckligt för att kunna besvara studiens syfte.

Denna metod väcker frågor kring äkthet och trovärdighet i författarnas självbiografier. Är det författarnas sanna tankar och känslor som förmedlats i litteraturen? Vidare är det relevant att belysa att författarna själva kan ha gjort ett urval i vad de valt att delge i sina beskrivningar. Författarna kan ha valt att utelämna viss information eller lagt till information för att väcka intresse hos läsaren. Det finns även en tidsaspekt som kan ha påverkat författarnas beskrivningar då böckerna är skrivna en tid efter rollförändringen, vilket kan ha påverkat deras syn på vad de varit med om (Bryman, 2011:489,491-492). Studien har trots dessa aspekter utgått ifrån självbiografiska beskrivningar då de genom sina erfarenheter kan bidra med en bild av hur rollförändringen ut ur en social problematik kan gå till. Andra individer som genomgått en liknande rollförändring kan ha skilda uppfattningar jämförelsevis med författarnas beskrivningar. Samhället och individens omgivning kan även ha andra upplevelser av rollförändringen än individen. Det är därav problematiskt att finna en konkret kunskap om rollförändringar oavsett empiriskt material. Andersson och Swärd (2008:238) beskriver även att det inte går att utläsa en verklighet eller sanning. De menar att det finns flera tolkningar, perspektiv och synvinklar på en och samma verklighet. Ebaugh (1988:24) poängterar vikten av att inte tolka hennes teori som något som kan bidra till definitiva sanningar utan istället som en grundförståelse av vad en individ genomgår vid en rollförändring.

## **4.8 Bearbetning av empiri**

Bryman (2011:514) beskriver att kodning och tematisering av material används för att systematiskt etikettera, åtskilja, sammanställa och organisera data. Det har därför krävts en sortering och reducering i materialet för att urskilja relevant information kopplat till studien (Rennstam & Wästerfors, 2011:196, 202). Bryman (20011:528) beskriver att innehållsanalysens tillvägagångsätt vid framställning av empirin kan ske genom tematisk analys. Studien har utgått från Frameworks matrisbaserade metod för att göra en tematisk analys av studiens kvalitativa data (Bryman, 2011:528-529). Denna strategi byggs upp utav en katalog av centrala huvudteman och subteman som placeras in i en mall. Vid användandet av en tematisk analys är det relevant att redogöra för de material forskaren byggt sin tolkning på. I analysen citeras därav författarna med noggranna referenshänvisningar. Bryman (2011:529) poängterar vikten av att enbart använda material som är av intresse för det utformade syftet och frågeställningarna. Vid genomläsning och bearbetning av material användes en gemensam mall (se bilaga 1). När analysen strukturerades placerades informationen och citaten ifrån självbiografierna in i en mall (se exempel i bilaga 2).

## **4.9 Forskningsetiska överväganden**

Enligt Bryman (2011:131-132) finns det fyra etiska principer inom forskning som ska beaktas: informationskravet, samtyckeskravet, konfidentialitetskravet och nyttjandekravet. Studien bygger på redan offentligt material i form av publicerade självbiografier. Det krävs därav inget samtycke från författarna vid användandet av deras material. Författarna antas vara medvetna om att deras material kan tänkas användas i olika sammanhang därav föreligger det ingen skyldighet att avidentifiera författarna i studien. Det blir irrelevant för oss att ta hänsyn till att empirin enbart får användas i forskningssyfte då böckerna redan är offentligt existerande källor.

Enligt Andersson och Swärd (2008:236-237) är det av betydelse att tala om studiens nytta och möjliga risk så att deltagarna inte skadas på grund av studien. Syftet har varit att försöka förstå och tolka de olika rösterna genom en innehållsanalys av författarnas berättelser. Det finns en risk att analysens tolkningar inte överensstämmer med hur författarna velat framställa sina erfarenheter. Det kan finnas en risk att författarna upplever att de blivit missförstådda eller feltolkade. Utmaningen har varit att kritiskt reflektera över studiens tolkningar. Resultatet i analysen har formats beroende på hur studien valt att skildra författarnas

erfarenheter samt sättet forskaren valt att tolka en redan existerande beskrivning (Johansson & Öberg, 2008:85). Risken att författarna kommit till skada av studien har bedömts som liten, även om studien använt material i annat syfte än vad författarna tänkt. Undersökningen utgår ifrån individer som levt i någon form av social problematik. Det har därav varit av vikt att reflektera över studiens ordalag som använts samt de kopplingar som gjorts till teori och forskning. Andersson och Swärd (2008:242) menar att det inte är säkert att dessa personer benämner sig själva utifrån de termer och kopplingar som forskaren gjort. Vad gäller studiens nytta menar Andersson & Swärd (2008:236-237) att forskare har skyldigheter att forska samt belysa människor som lever i eller med olika problematik. Därmed finns det en betydelse i att studera författarnas beskrivningar av rollförändringen om vägen att ta sig ur en social problematik.

#### **4.10 Arbetsfördelning**

Ambitionen under arbetsprocessen har varit att ha en gemensam delaktighet i samtliga delar. Den första tiden i uppsatsskrivandet formulerades problemformulering, syfte och frågeställningar gemensamt. Detta medförde att båda blev införlivade i forskningens syfte och mål utifrån en gemensam målsättning med arbetet. Vi bor i olika delar av landet vilket gjort att vi har haft planerade träffar i kombination med ett enskilt arbete. Strukturen i arbetet har varit som sådan att det funnits planerade träffar i kombination med ett enskilt arbete. Veckovisa målsättningar med uppföljningar har gjort arbetet effektivt och givit en struktur i arbetsprocessen. Detta har gjort att den geografiska distansen inte haft någon påtaglig betydelse. Arbetet har skrivits i Google Docs dokument som båda kunnat ta del av, skriva och redigera i. Delaktigheten i arbetet har givit en överskådlig arbetsbild som öppnat upp för reflektion och diskussion.

#### **4.11 Sammanfattning av metod**

Syftet med studien har varit att finna en subjektiv kunskap därav har en kvalitativ metod används. Det är genom författarnas beskrivningar som rollförändringarna har kunnat analyseras genom en innehållsanalys. I analysen har det varit av stor vikt att tydligt redogöra tolkningar för att få fram ett tillförlitligt resultat.

## 5. Resultat och analys

I det här avsnittet redogörs resultatet utifrån Ebaughs fyra faser samt andra tematiseringar som framkommit vid analyseringen av empirin. Varje fas avslutas med en sammanfattning som belyser de mest utmärkande resultaten samt den kritik som finns riktad mot vardera fas.

### 5.1 Första tvivel

#### 5.1.1 Insikt om sin sociala roll

Det första stadiet kännetecknas enligt Ebaugh (1988:41-43) av ett missnöje av den nuvarande rollen. För att kunna förändra sin sociala roll förklarar författarna i självbiografierna att det krävdes en medvetenhet kring den sociala situationen de befann sig i. Omgivningen hade utifrån berättelserna också en uppfattning om att den sociala situationen var ohållbar samt att den innebar ett riskfyllt tillstånd som behövde förändras. Tvivlet på den sociala situationen tog utifrån författarnas beskrivningar olika lång tid att utveckla. Ebaugh (1988:81) förklarar att omgivningen kan bekräfta eller motsäga sig individens tvivel på den sociala rollen.

Holmgren och Enander (2007:118) beskriver svårigheten för omgivningen att påverka och påskynda en förändring i individens liv. De menar att oavsett omgivningens påtryckningar måste individen själv förstå att den nuvarande livssituationen är problematisk. Personen ser sin roll utifrån sina egna tolkningar av sig själv vilket medför att omgivningens uppfattningar inte är tillräckliga för en rollförändring. Det var först när individen och omgivningen delade samma uppfattning, som individens sociala situation kunde förändras enligt självbiografierna. Holmgren och Enanders (2007:118) beskriver att individen kan ha isolerat sig en längre tid ifrån utomstående åsikter. Det är först när individen tillåter sig att ta till sig omgivningens uppfattningar som det finns möjlighet till förändring.

I följande citat beskriver författarna insikten som en avgörande faktor i påbörjandet av rollförändringen.

Lina

För att våga lämna sjukdomen måste viljan att bli frisk också finnas där och för att vilja bli frisk måste man ju först verkligen förstå att man är sjuk. (Strandberg, 2000:63-64)

Maria

För att kunna förändras måste man själv inse att man behöver förändras och det är väl det som är problemet. (Blomqvist, 2014:191)

Mia

Jag trodde på allvar att det var jag själv som valde, att jag kunde välja att knarka. Eller inte. Långt senare insåg jag att jag använde droger för att jag blivit beroende och helt enkelt inte kunde låta bli. (Törnblom, 2008:318)

Utifrån författarnas beskrivningar hade det även en längre tid funnits ett tvivel som hade förnekats på grund av en bristande tilltro till den personliga förändringsförmågan. Insikten beskriver Hydén (2008:29) som något som kan bli ett löfte om förändring. Ett erkännande av sin sociala situation förknippades hos författarna med att en förändring krävdes.

### **5.1.2 Den sociala problematiken blir en del av individen**

I citaten nedan beskriver författarna att den sociala problematiken innebar vissa egenskaper som associerades till deras sociala roller.

Mia

Jag är faktiskt ingen vanlig knarkare, jag har klass till skillnad från många andra. Jag hatar att behöva umgås med människor som *ser ut* som narkomaner. (Törnblom, 2008:62)

Maria

Jag tyckte att min situation var bättre än många andras, för jag var ju ingen typisk kvinna som blev misshandlad! Jag tyckte ofta att någon annan som säkert hade det värre än jag skulle få ta min plats. (Blomqvist, 2014:135)

Utifrån Maria och Mias beskrivningar fanns det egenskaper förknippade med den sociala problematiken som de inte ansåg överensstämde med deras uppfattning av sin sociala roll. De beskriver att de hade en rädsla i att associeras med egenskaper tillhörande den sociala rollen. Dessa beskrivningar visar att den sociala rollens negativa egenskaper kan bidra till att personen väljer att förneka sin sociala roll. Hydén (2008:24) beskriver att det kan finnas en rädsla för maktlöshet som kan göra att personen inte identifierar sig med eller vill kännas vid

sin sociala problematik. Förståelsen av den sociala problematiken kan samtidigt resultera i att personen blir villig till att ta emot hjälp. Att ta emot hjälp menar Topor (1998:12) kan vara en bidragande faktor mot ett första steg i en förändringsprocess då hjälpinsatserna kan ses som ett erkännande av den sociala problematiken.

I citaten nedan framkommer en beskrivning av skamfyllda känslor som Maria fick när hon erkände sin sociala roll.

Jag kände mig som en dålig person, skämdes över att vara inblandad i en sådan här historia. Det kändes som om allt var mitt fel. (Blomqvist, 2014:123)

### **5.1.3 Sammanfattning av första tvivel**

Analysen av den första fasen visar att samhällets reaktioner och påtryckningar inte beskrivs som tillräckliga faktorer till påbörjandet av en rollförändring. Det krävs enligt författarnas erfarenheter också en personlig insikt för att sätta igång förändringsprocessen. Resultatet stämmer överens med forskning om att den personliga insikten är det första steget i rollförändringen vilket även Ebaughs teori poängterar. Associationerna till den sociala rollens egenskaper kan förhindra bekräftandet av den sociala problematiken. Författarna beskriver att det är först vid den personliga insikten som det väcktes ett tvivel över den sociala situationen som på så sätt blev det första steget i rollförändringen.

Den missnöjda insikten hos individen beskrivs som en avgörande faktor för påbörjandet av en förändring. Det kan kopplas till Waquants (1990:399) kritik mot Ebaugh då denna kunskap kan ses som självklar. Han menar att det inte krävs någon teori för att utläsa sådan kunskap utan att det är någonting människan har förståelse för oavsett. Det kan te sig naturligt att ett missnöje krävs för att en individ ska vilja förändra sin situation. Enligt Ebaugh (1988:83) har den första fasen en varierande tidslängd. När individen känner en makt över att kunna förändra sin situation påskyndas denna fas förklarar Ebaugh (1988:83). Individens makt över förändringen hänger ihop men den samhällsstruktur som råder. Ebaugh (1988:24) förklarar även denna brist i sin teori då den tenderar att endast belysa individuella faktorer i rollförändringen och inte de yttre faktorernas påverkan. Det kan finnas sociala roller som är mer accepterade i samhället än andra beroende på tid och rum. Samhället kan på så sätt vara bidragande samt motverkande till rollförändringar.



## 5.2 Sökande alternativ

### 5.2.1 Rollförändringens ambivalens

I denna fas vägs fördelar och nackdelar med en rollförändring mot varandra förklarar Ebaugh (1988:87). I Linas biografi framkom det en ambivalens mellan de olika rollerna. Det fanns en trygghet i den dåvarande rollen samtidigt som det fanns en rädsla för de riskfyllda konsekvenser tillståndet kunde medföra. Anorexin hade för Lina blivit en del av hennes sociala roll vilket bidrog till en uppmärksamhet hos omgivningen som fyllde ett tomrum i hennes tankar kring sig själv. Topor (1998:13-14) menar att sökande av uppmärksamhet från omgivningen är en förekommande strategi vid förändring. Viljan att bli sedd kan stå i förbindelse med att individen har svårt att hantera sin situation och därmed vill att någon utifrån ska ta över ansvaret över situationen. Den sociala problematiken kan samtidigt bidra med en uppmärksamhet som ger individen en trygghet. Känslan av trygghet kan i sin tur skapa en rädsla för att inte bli sedd i den nya sociala rollen.

I Linas citat nedan förklaras fördelar med den sociala rollen som bidrog till motstridiga känslor inför en rollförändring.

Och anorexin hade på något vis blivit en del av min identitet. Den innebar en viss trygghet. Kanske var det därför jag hade så svårt att släppa den? (Strandberg, 2000:95)

Svältandet hade ju nu också blivit mitt sätt att synas, att ta plats. Människor såg mig. (Strandberg, 2000:66)

Holmgren och Enander (2007:195) menar utifrån sin forskning att människors ambivalenta känslor inför en rollförändring kan kopplas till den makt individen har över sig själv eller den makt problematiken har över individen. Enligt Hydéns (2008:30) forskning kan individen ha en svårighet att lämna sin nuvarande roll då personen tenderar att inte inse faran med den nuvarande rollen. Individen kan även ha svårt att se vad eller vem den är utan sin problematik då den har blivit en stor del av personens sociala roll. Att stanna kvar i sin sociala situation kan därför innebära en trygghet som är svår att bryta sig loss ifrån.

I citaten nedan beskriver Maria och Mia sina motstridiga känslor med att genomgå en rollförändring.

Kluvenheten som jag känner är att jag borde ha förstått och lämnat långt tidigare. Men när förhållandet var bra, så var det verkligen bra och när det var dåligt, då var det så dåligt som bara ett destruktivt förhållande kan vara. (Blomqvist, 2014:190)

Vill bli drogfri, eller kanske inte HELT fri från droger för alltid, men jag vill gå ner i dos, mycket ner. Ska jag aldrig någonsin mer knarka? Jo eller nej, jo om jag hamnar i rullstol så är det ju klart att jag tar morfin och när jag blir pensionär, då när jag är så gammal så blir det nog lite schyssta piller... Eller vad fan vill jag egentligen? (Törnblom, 2008:113)

För att förstå att det existerar alternativa roller krävs det en förståelse för att det finns andra alternativa roller (Ebaugh, 1988:87). När författarna fick insikt i den alternativa rollens fördelar blev det ytterligare ett avgörande steg i rollförändringen. Tvivlet över den nuvarande rollen förstärktes enligt författarna när det fick förståelse för alternativa roller. Förståelsen för fördelarna i en alternativ roll var viktig för att bevara en fortsatt vilja till en rollförändring.

### **5.2.2 Omgivningens betydelse i ambivalensen**

I Marias citat framkommer det en besvikelse över den sociala rollen.

Jag grät jag med. Inte över slagen utan över hur misslyckad jag var som person som inte ens kunde lämna honom. (Blomqvist, 2014:53-54)

Maria beskriver att hon hade en insikt om att situationen var ohållbar men att hon inte visste hur hon skulle bryta det destruktiva beteendemönstret. Känslan av att vara rädd kan tyckas vara given som negativ. Hydén (2008:25) väljer i sin forskning att se rädsla som ett tecken på att den nuvarande situationen är ohållbar. Individens känsla av att vara rädd kan därför bli en drivkraft till förändring av en social situation (Hydén, 2008:25). I Marias fall försökte hon till en början dölja sin problematiska relation för omgivningen. Det var först när hon hade erkände sin problematik för omgivningen som de kunde hjälpa henne. Erkännandet

signalerade ett behov av hjälp som resulterade i att andra kunde vägleda henne och ge bekräftelse på att en rollförändring var nödvändig. När den sociala problematiken var synlig är det enklare för omgivningen att bidra med hjälp. Omgivningen kunde då bekräfta att det krävdes en förändring som på så sätt kunde hjälpa Maria i att förstå fördelar med en rollförändring.

I Mias citat nedan beskrivs en omgivning som försökte hålla kvar henne i den tidigare rollen.

BEHANDLINGSHEM?! Det är ju för golbögar! För fan Mia. Det är du inte. Lite mesig är du, men du är fan ingen tjallare, det vet jag. (Törnblom, 2008:76)

I Mias självbiografi framkom det personer som bekräftade hennes rollförändring. Det fanns även andra krafter i hennes omgivning som ville hålla henne kvar i den tidigare rollen. Mias val att påbörja behandling sågs utifrån hennes omgivning på häktet som felaktig. Mia hade under lång tid tillhört en social roll i samhället som tillskrivit henne egenskaper som hon förväntades leva upp till. När Mia valde att bryta dessa förväntningar avvek hon från sin dåvarande roll. Ebaugh (1988:101) förklarar att när en individ inte får sin önskade respons i sitt sökande efter en ny roll kan det leda till att personen söker sig till den omgivning som är positiv till förändring. Mia beskriver i sin självbiografi att hon istället vände sig till en omgivning som stärkte henne i valet till förändring. Enligt Topors (1998:12) forskning kan sökandet till samhällets insatser väcka avsky hos individen eller användas som en möjlighet till förändring. I Mias beskrivning valde hon att ta del av samhällets insatser vilket för henne blev till hjälp i rollförändringen.

### **5.2.3 Den liknande rollens påverkan**

I denna fas är det förekommande att individer söker sig till personer i samhället som har haft eller har en liknande social roll enligt Ebaugh (1988:97-101). Författarna beskriver två perspektiv av att omge sig med personer av liknande rollkaraktär. Mia beskriver att hon kunde vara sig själv då hon omgavs av personer som hade eller haft samma sociala problematik. I deras närhet fann hon en trygghet och stöttning i hur hon skulle hantera sin situation. När Mia omgav sig med dessa personer som hade eller hade haft liknande roller i samhället upplevde hon sig som normal. Den sociala samvaron med dessa individer beskrevs som ett tillfälle där Mia kunde delge skamfyllda erfarenheter utan att bli dömd.

I citatet av Mia beskrivs samvaron med liknande sociala roller som positiv.

De första timmarna hos farmor lyckas jag hantera den känslan, men sen tar kraften slut och jag vill ingenting annat än att träffa mina nya vänner, de som precis som jag ställt till med en massa äckliga, hemska och förnedrande saker. När jag är på mötena slipper jag känslan av att vara en total loser, eller rättare sagt, där är jag en av alla, jag är en av alla dessa losers och då kan jag slappna av och vara mig själv, på riktigt, hela vägen. (Törnblom, 2008:214)

Mias tillstånd kan kopplas till det Topor (1998:3) kallar för social återhämtning, vilket betyder att individen utåt sett är socialt fungerande men fortfarande har kvar vissa svårigheter kopplade till den sociala problematiken. Mia ville för sin nära omgivning agera utifrån en ny social roll samtidigt som hon sökte trygghet hos personer med liknande erfarenheter.

Lina beskriver däremot i sin biografi en negativ effekt av att omge sig med individer med liknande roller. När Lina omgav sig med personer med samma sociala problem så fick hon svårt att inse sitt hälsotillstånd. I det sociala mötet med personer som inte delade hennes sociala problematik fick hon istället insikt i att hon behövde förändras. I hennes fall genererade detta i att hon insåg att hennes förhållande till mat var onormalt och att även hon behövde äta likt alla andra.

Linas beskrivning av andra sociala rollers positiva påverkan i förändringsprocessen.

Jag är övertygad om att det är lättare att bli frisk om man är omgiven av människor med ett friskt förhållande till mat och vikt. Man inser kanske bättre att man är sjuk, att ens beteende inte är normalt. Man får friska människor som förebilder. (Strandberg, 2000:54)

#### **5.2.4 Sammanfattning av sökande alternativ**

Resultaten visar att det fanns motstridiga känslor inför rollförändringen och att det krävdes en insikt om att det fanns alternativa roller för att kunna fortsätta en förändringsprocess likt Ebaughs teori. Vetskapen om att det existerar alternativa roller för att individen ska kunna genomgå en rollförändring kan utifrån Waquants (1990:400) kritik tolkas som given kunskap

för en förändring. Ett missnöje över den nuvarande rollen menar Ebaugh (1988:41) är en del av den första fasen i teorin. Frågan Ebaughs teori väcker är om det är möjligt att få ett missnöje om det inte finns kännedom om alternativ? Det kan därför vara svårt att särskilja rollförändringens faser, första tvivel och sökande alternativ. Waquant (1990:401) menar också i sin kritik att det är problematiskt att urskilja faserna då de tenderar att överlappa varandra vilket dessa faser kan vara ett exempel på.

Den tidigare sociala rollen innebar enligt författarna både fördelar och nackdelar. Individens omgivning hade i denna fas en betydelsefull funktion enligt författarna då de kunde bekräfta och vägleda personen i att genomgå en förändring vilket också stämmer överens med Ebaughs teori. För att omgivningen ska ha möjlighet att påverka krävs det utifrån vårt resultat att individen har en insikt över sin sociala situation. I detta stadie beskriver författarna en upplevelse av maktlöshet över hur de skulle hantera en rollförändring. Erfarenheterna i självbiografierna likt forskning menar att rädslan för förändring kan förhindra förändringsprocessen. Sökandet till personer som har eller hade haft liknande roller beskrivs som både positivt och negativt i självbiografierna.

## **5.3 Vändpunkter**

### **5.3.1 Definiering av vändpunkter**

Ebaugh (1988:123) förklarar att det är i det tredje stadiet där individen gör den faktiska rollförändringen som ofta sker efter en specifik vändpunkt. För att uppnå en förändring krävs ofta en händelse som ger en insikt om att personen måste förändras. När individerna har sett möjligheter i andra roller kan förändringen ske enligt Ebaugh (1988:123-134). I samtliga självbiografier som granskats förklaras ett flertal händelser som kan definieras som vändpunkter. Resultatet utifrån självbiografierna tyder därför på att förändringen är en process och inte enbart kopplad till ett specifikt tillfälle. Författarna beskriver förändringen likt en process bestående av flera vändpunkter. Hydén (2008:14) beskriver i sin forskning svårigheten i att avgränsa vändpunkten från problematiken till en specifik händelse. Hon menar att det är svårt att identifiera ett tydligt "före" och ett tydligt "efter" samt motivering till varför förändring eftersträvas. Lina beskriver sin rollförändring likt en process som inte kunde definieras av en tydlig händelse eller specifik vändpunkt. Linas beskrivning av vägen till sitt tillfrisknande tyder på att det kan finnas vändpunkter som även kan vara omedvetna eller osynliga i rollförändringen.

Det är inte lätt att förklara vad det var som gjorde mig frisk. Jag vet nog egentligen inte själv, precis som det är svårt att veta vad det var som gjorde att jag blev sjuk. Det fanns ingen direkt vändpunkt, jag kan inte säga att 'det var *då* det vände'. (Strandberg, 2000:119)

I undersökningen har vi definierat de mest utmärkande händelserna som kan tolkas som vändpunkter kopplade till Ebaughs (1988:123-134) teori. Topor (1990:24) beskriver i sin forskning att vägen att ta sig ur en social problematik innebär både medgångar och motgångar. Motgångarna kan göra att individen går tillbaka till tidigare stadier i förändringsprocessen. Topors (1998:24) forskning kan därför förklara anledningen till varför en individ kan behöva genomgå flera vändpunkter i förändringsprocessen.

En av Mias vändpunkter:

Mia beskriver sin vändpunkt likt situationen som Ebaugh (1988:125) benämner som *specific event*. Det finns ett tydligt symboliskt och psykiskt värde för Mia i hennes beskrivna vändpunkt. Hennes insikt efter en specifik social situation medförde stora förändringar, som i andras ögon inte var lika märkbara. En negativ händelse eller insikt kan enligt Topor (1998:15,16) leda till att hopplösheten blir en drivkraft i positiv riktning i rollförändringen. Vilket tydligt avspeglas i Mias citat nedan.

Det blev tyst i den 'starka gruppen' och jag sa ingenting högt, men av hela mitt hjärta så ville och hoppades jag att jag var en av de fyra som skulle bli fri från droger. Spontant ville jag till och med ropa: 'EN av dem är jag', eller 'En av dem MÅSTE vara jag', men jag valde att inte säga något av rädsla för att någon skulle säga emot eller att alla sa emot och vi blev tolv som slogs om fyra platser, fyra liv! (Törnblom, 2008:142)

En av Linas vändpunkter:

Utifrån Ebaughs (1988:132) vändpunkter kan Linas vändpunkt tolkas som som *either or/ alternatives*. I Linas fall stod hon inför valet av att överleva eller inte med tanke på det riskfyllda hälsotillstånd hon befann sig i. Holmgren och Enander (2007:124) beskriver också i sin forskning att när den sociala situationen kan innebära riskfyllda konsekvenser som kan

kosta individen livet kan det bli en avgörande vändpunkt. Individen kan då få en förståelse för att en rollförändring är det enda alternativet för överlevnad.

- Du vet att du måste äta, du blir inte frisk annars! Du är sjuk, det är inte bara som de hittar på. Se dig omkring! Alla människor äter och om de inte gör det så överlever de inte. Varför skulle du vara annorlunda? (Strandberg, 2000:68)

En av Marias vändpunkter:

Maria beskriver sin vändpunkt likt Ebaughs (1988:128) förklaring *the last straw* då ett flertal händelser tillsammans väcker en känsla om att gränsen är nådd. Holmgren och Enander (2007:127) förklarar att händelsen kan vara sammankopplad men en insikt om att individen har fått nog. Händelsen i sig kan ses som obetydlig för individen, men kan uppstå då personen under en längre tid varit utsatt för upprepade negativa händelser. Känsloreaktionerna kopplade till händelserna kan då få utlopp vid ett specifikt tillfälle som kan ses som en vändpunkt.

Den här gången var verkligen den sista gången han misshandlade mig fysiskt. Den här gången höll jag mitt löfte till mig själv att aldrig mer ha med honom att göra. Den vackra dagen då jag hade lämnat honom hade kommit och gått och till slut kom också den vackra dagen då jag polisanmälde honom. (Blomqvist: 2014:102)

### **5.3.2 Insikt om den sociala rollens konsekvenser**

I samtliga självbiografier krävdes det att den sociala rollen fick negativa konsekvenser innan den faktiska förändringen kunde ske. Resultatet visar att det innan dess fanns ett tvivel på rollen, men att detta tvivel inte sågs som tillräckligt för förändring. Det krävdes negativa konsekvenser av den sociala rollen för att en förändring skulle kunna bli möjlig. Författarna beskriver en *kognitiv dissonans*, det vill säga att de frånsåg sig de negativa konsekvenser den sociala rollen kunde medföra. Författarna såg sig själva som ett undantag ifrån de negativa konsekvenserna. Den kognitiva dissonansen minskades när de fick en allt större insikt om sin sociala situation (Ebaugh, 1988:134-136). Insikten om konsekvenserna resulterade i en förändrad syn på samhällets hjälpsatser. Författarnas förklaringar överensstämmer med forskning som även talar om att förståelsen för den sociala rollens konsekvenser kan bidra till en förändring (Holmgren & Enander, 2007:127). Kvinnorna beskriver likt Topor (1998:25) att

konfrontationen av den sociala rollens svårhanterliga sidor gav en ökad motivation till att finna lösningar på att ta sig ur sin problematik.

I citaten nedan beskriver Lina och Mia en minskad kognitiv dissonans.

De pratade om skador jag kunde få, skador som jag i värsta fall kunde få för resten av livet om jag inte gick upp i vikt nu. Till en början hade jag inte lyssnat till dem, bara avfärdat det de sade. Det där, det gällde inte mig. (Strandberg, 2000:82)

Jag vill inte dö. Om jag skulle ta knark en gång till skulle det bli så. Jag är säker på det. (Törnblom, 2008:174)

### **5.3.3 Sammanfattning av vändpunkter**

Resultatet utifrån självbiografierna beskriver rollförändringens vändpunkt likt en process bestående av flera avgörande vändpunkter. Vändpunkterna i rollförändringen beskrivs av författarna som svårdefinierad. Waquants (1990:401) kritik mot Ebaughs teori grundar sig i att det är problematiskt att särskilja faserna då de tenderar att lappa över varandra. Denna fas hade kunnat tolkas som en grundläggande del i hela processen och därav ingen enskild fas. Både Hydén (2008:14) samt Holmgren och Enander (2007:112) har även i sin forskning bilden av vändpunkterna likt en process. En vändpunkt som beskrivs som avgörande i samtliga böcker är insikten och förståelsen om att den sociala rollen kunde medföra negativa konsekvenser. Insikten av konsekvenserna beskrivs även på likartat sätt i forskning samt i Ebaughs teori som en avgörande faktor i förändringsprocessen. Först när författarna fick konsekvenser av sin sociala roll kunde de genomföra den faktiska förändringen. Förståelse för om personen nått en vändpunkt kompliceras när vändpunkterna inte visar sig synliga eller är omedvetna för både individen själv och omgivningen. Rollförändringen kan även gå bakåt enligt vårt resultat och Topors (1998:24) forskning, då förändringen är en process som innebär både medgångar och motgångar.



## 5.4 Ex rollen

### 5.4.1 Ex rollens fortsatta påverkan på individen

Det sista steget i en rollförändring handlar enligt Ebaugh (1988:149) om hur individen ska förhålla sig till sin ex roll. Författarna i självbiografierna förklarar att ex rollen har fortsatt att forma deras sociala roller (Ebaugh, 1988:149). Kvinnorna beskriver att det finns en rädsla för att hamna i ex rollen igen. Förändringsprocessen beskrivs däremot ha bidragit till ett utvecklande av en personlig stryka i den nya rollen. Individerna ser på så sätt den nya rollen som starkare jämförelsevis med ex rollen. Författarna beskriver att det inte endast är omgivningens stöd och insatser som gjort att de kunde förändras utan att det krävdes personliga resurser. De personliga resurserna som utvecklades under rollförändringen har givit viktiga verktyg till individen för att minska risken i att hamna i en liknande social situation igen.

I citaten nedan framkommer beskrivningar av ex rollens fortsatta påverkan på den nya rollen.

Lina

Stark... Jo, jag är starkare nu än innan Trassel vaknade inom mig och började härja i mitt liv. Visserligen är jag ännu mycket sårbar och jag måste ständigt vara på min vakt för att inte bli lurad av Trassel igen. (Strandberg, 2000:120)

Mia

Jag blir fortfarande rädd när jag tänker på hur det var att knarka, jag tyckte så mycket om effekten av droger, jag tycker fortfarande om den och måste påminna mig om att det inte är något för mig. (Törnblom, 2008:294)

Maria

I mitt förhållande till män så har jag lovat mig själv att den dagen när någon kallar mig ovärdiga och fula ord eller säger sig förstå min före detta mans sätt och varför han gjorde som han gjorde, den gången kommer jag avsluta den relation som då är. (Blomqvist: 2014:193)

Topor (1998:3) beskriver att det finns två olika typer av återhämtning. Den sociala återhämtningen är när individen socialt fungerar men kan trots det ha kvarstående känslor att

hantera ifrån sin tidigare sociala situation. Självbiografiernas beskrivning förklarar också att det fanns en fortsatt koppling till deras tidigare problematik även i den nya rollen. Författarna beskriver inte sig själva som symptomfria därav ser de inte sig som totalt återhämtade. Deras kvarstående problematik beskrivs inte alltid som synbar för omgivningen. Denna förståelse kan vara viktig att ha för både omgivningen och samhället så att de även efter rollförändringen kan finnas där för individen. Hydén (2008:30) förklarar på liknande sätt att den sociala problematikens upplevelser kan fortsätta påverka individen genom livet. Individerna kan komma att skuldbelägga sig för att de inte skedde en rollförändring tidigare. Personerna kan även i andra sammanhang blicka tillbaka på den föregående rollen och se positiva följder av rollförändringen.

#### **5.4.2 Omgivningens förståelse av exitprocessen**

Det är avgörande att omgivningen har en förståelse för att en rollförändring har skett enligt Ebaugh (1988:149). Det finns vissa kvarstående egenskaper i författarnas beskrivningar kopplade till den föregående rollen som fortsatt påverka omgivningens uppfattning om individen. I både Mias och Linas självbiografier beskriver de att det kunde finnas svårigheter i samhällets förståelse för den nya rollen. Omgivningen kunde i vissa sammanhang agera utifrån den tidigare rollen. Förklaringen kan botten i en bristande tilltro till den nya rollen vilket kan upplevas som problematisk för individen som genomgått en rollförändring (Ebaugh, 1988:158).

I Mias och Linas citat nedan förklaras en bristande förståelse för rollförändringen hos omgivningen.

När det är dags för mig att öppna mina paket är det tydligt att min familj inte litar på mig ännu, att de inte riktigt tror på att jag ska fortsätta vara drogfri. I vanliga fall får jag alltid lite pengar men i år är pengarna utbytta mot presentkort till klädesbutiker. (Törnblom, 2008:210)

Omgivningen kanske förväntade sig att jag skulle bete mig på sätt som egentligen var anorektiskt, eftersom man vant sig vid anorektikern Lina. Att bryta sådana förväntningar fodrar styrka, men nu vågade jag trotsa dem. Många fixeringar vid

ätandet och maten, som då fanns kvar trots att jag levde ett relativt 'normalt' liv, började försvinna. (Strandberg, 2000:101)

Topor (1998:1) menar i sin forskning att den nya sociala rollen ställs inför prövningar som stärker rollen som med tiden resulterar till en bekräftelse på att individen duger. Enligt Topor (1998:34-36) har en individ uppnått en rollförändring först då individen ser sig accepterad och känner sig trygg i sin omgivning. Rollförändringar är en social process som kräver en förändrad syn på personens sociala roll hos individen själv samt hos omgivningen, vilket framkommer i självbiografierna. Enligt Linas berättelse uppfattade omgivningen en rollförändring före den faktiska förändringen. Det fanns psykiska besvär ifrån den tidigare rollen som inte var synbara för omgivningen. För Lina var denna upplevelse svår att hantera då hon inte kände samma stöd ifrån sin omgivning längre.

I Linas citat beskrivs upplevelsen av när omgivningen såg en rollförändring som ännu inte blivit fullt utvecklad.

Det fanns de som tog för givet att jag mådde mycket bättre nu. Ja, jag åt ju, alltså var jag bättre? Jag ville tala om för dem att det inte alls var så. Visserligen var det måhända ett steg i rätt riktning, men det behövde inte betyda att jag mådde bättre - tvärtom. Det var nu jag verkligen behövde deras stöd och förståelse. (Strandberg, 2000:58)

### **5.4.3 Rolldefinitionens betydelse**

I självbiografierna beskrivs benämningen av en social problematik som känslostark. Insikten om vad individen har blivit utsatt för eller utsatt sig själv för beskriver författarna som en process som växt fram under rollförändringen. I de granskade självbiografierna var det först samhället som satte ord på den sociala problematik kvinnorna varit med om. Vid benämningen av ett individuellt problem som ett socialt problem tillskrivs samhället ett ansvar som gör att de kan bidra med hjälpinsatser.

Citaten nedan visar författarnas beskrivning av bemötandet då de fått en social problematik tillskriven.

Lina

Jag undrar egentligen vad de tycker när de väger mig. Tycker de inte att det är skrattretande: Fettklumpen är inlagd för vård, orsak: anorexia nervosa. HA!! De måste ju inse att jag inte hör hemma på ätstörningsenheten. (Strandberg, 2000:49)

Mia

Beroende, beroende... Jag smakar på ordet men har svårt att känna att det passar in på hur mitt liv sett ut de sista året. Jag är narkoman och bestämmer mig för att fortsätta kalla mig för just det. (Törnblom, 2008:128)

Maria

Hade jag blivit våldtagen? Jag hade alltid sett mig själv som en misshandlad och kränkt kvinna, men våldtagen? Nu mådde jag ännu sämre än tidigare och kände mig ännu mer ensam, utsatt och full av skam och olustkänslor. Hur kunde åklagaren läsa mitt förhör och se det som jag berättat som en våldtäkt? (Blomqvist, 2014:115)

Det var inte en avgörande faktor för författarnas rollförändringar att få en benämning av sin sociala roll i rollförändringen. Benämningen fyllde däremot en större funktion för omgivningen. Det är först i Ebaughs (1988:149) sista fas som författarna beskriver en funktion med att sätta ord på vad den sociala situationen hade inneburit. De tillskrivna begreppen på problematiken gav individerna en förståelse och ett perspektiv på vad de faktiskt varit med om.

#### **5.4.4 Sammanfattning av ex rollen**

Det finns flera liknande beskrivningar i självbiografierna som stämmer överens med Ebaughs (1988) förklaring av att hantera en ex roll. Resultatet visar att en rollförändring är en social process där individen är beroende av omgivningens uppfattningar och acceptans av en ny social roll. Omgivningens bemötande är något som enligt självbiografiernas beskrivningar fortsätter att formas av ex rollen. Individerna beskriver likt Ebaugh (1988:180) att rollförändringen inneburit positiva följder då de i denna fas beskriver att de utvecklat personliga resurser de inte haft tidigare. Kvinnorna i självbiografierna beskriver samtidigt att ex rollen medfört fortsatta svagheter i den nya sociala rollen som inte alltid varit synliga för

omgivningen. Likt Waquants (1990:401) kritik tyder resultatet på att det både för omgivningen och för individen själv kan finnas svårigheter i att särskilja rollförändringens faser då de tenderar att gå in i varandra. Individerna kände ibland ett bristande stöd ifrån omgivningen i den kvarstående problematiken ex rollen burit med sig. Benämningen av en social problematik är i självbiografiernas beskrivning betydelsefull först i den sista fasen i Ebaughs (1988) teori.

## 6. Slutdiskussion

Syftet med studien är att undersöka vilken kunskap Ebaughs teori om rollförändringar kan ge om vägen ut ur en social problematik utifrån självbiografiska beskrivningar. Resultaten i analysen överensstämmer med Ebaughs förklaringsmodell av exitprocessen på flera sätt. Det går med Ebaughs teori att utläsa ett mönster vid rollförändringar oavsett den sociala problematikens karaktär i förhållande till hennes faser. Ebaughs fasmodell bidrar med en förståelse för vilka faser en person behöver genomgå vid en rollförändring. Enligt Ebaugh (1988:208) är det vanligtvis i den första fasen som individen söker sig till hjälp. Vid det tillfället har personen redan ett missnöje över sin sociala roll men vet inte hur den ska hantera det. Det är då av särskild betydelse att de sociala hjälpinsatserna utformas för att ge personen en klarhet i sin problematik. Vetskapen om hur den fortsatta rollförändringen kommer fortgå är av betydelse för både individen och socialarbetaren. Individen kan känna en trygghet av att det finns en process som samtliga genomgår. När individen får förståelse om ex rollens fortsatta påverkan på den nya rollen kan personen på ett medvetet plan lära sig att förhålla sig till ex rollen. Vetskapen om vilken fas individen befinner sig i kan anpassa och effektivisera det sociala arbetet genom exempelvis arbetsmodeller. Det kan finnas svårigheter i att definiera i vilken fas personen är i då resultatet likt Holmgren och Enanders (2007) forskning förstår rollförändringen utifrån en process som kan vara svår att tyda för både individen och omgivningen. Waquant (1990:401) menar också att det är svårt att avgränsa faserna från varandra, vilket leder till en svårighet i att definiera vilken fas individen befinner sig i.

Som nämnt i uppsatsens metodavsnitt kan inte den kunskap studien bidrar med ses som en definitiv beskrivning för hur rollförändringen ut ur en social problematik går till för samtliga. Detta då det kan finnas andra beskrivningar och tolkningar av en rollförändring. Kunskapen kan trots det bidra med en subjektiv kunskap för förståelsen av rollförändring ut ur en social problematik. Det är också av vikt att reflektera över vilka beskrivningar som studiens resultat

bygger på. I böckerna framkommer den förändringsprocess som individen själv varit medveten om. Resultatet belyser därav endast de förändringsfaktorer som individen kunnat utläsa utifrån sin rollförändring. Aspekterna i rollförändringen som kan vara omedvetna och osynliga för individen går därav inte att studera eller utläsa. Fasteorier kan bidra med en förståelse för vilka behov som är relevanta att hantera vid en viss tidpunkt (Ebaugh, 1988:208- 209). Det kan därför bli en svårighet i det sociala arbetet när individen själv och omgivningen inte förstår var i rollförändringen individen befinner sig. Ebaughs teori kan bidra med en grundförståelse men den kan samtidigt leda till normativa konsekvenser i det sociala arbetet. Normativa arbetsmodeller kan förhindra förståelsen för det sociala arbetets komplexitet, vilket även Waquant (1990) nämner i sin kritik mot Ebaugh.

Förr skedde inte rollförändringar i samma utsträckning som idag. Waquant (1990:399,402) har kritiserat Ebaughs teori för att den är svår att applicera på dagens samhälle då han menar att den är ålderdomlig. De rollförändringar som skedde förr upplever vi följde en tydligare traditionell gång. I dagens samhälle förändras livssituationer alltmer vilket innebär fler rollförändringar. De ökade rollförändringarna leder i sin tur till fler ex roller som vi ska förhålla oss till. Ebaughs teori är applicerbar, men det kan idag vara mer komplext att tydligt definiera var individen befinner sig i rollförändringen med tanke på den takt samhället och individen utvecklas idag. Samhällets utveckling medför att individer löper större risk att drabbas av fler sociala problem samtidigt. När en individ har flera kombinationer av problematik kan det innebära en ytterligare svårighet i att se när en rollförändring sker och var personen är i sin förändringsprocess.

Ebaughs teori stämmer in på det som författarna beskriver och frågan man kan ställa sig är varför? Är det så att teorin är så pass applicerbar på rollförändringar eller förklarar den endast självklara fenomen av en redan existerande kunskap? Något som även Waquant (1990:400) kritiserat Ebaugh för, då han menar att teorins utvunna kunskap redan ses som självklarheter. Fasmodellen tar som Ebaugh själv nämner endast upp den individuella utvecklingen. Den belyser därav inte andra samhälleliga faktorer som kan tänkas påverka rollförändringen. Det kan finnas vissa roller som är mer accepterade i samhället beroende på tid och rum vilket kan få betydelse för om en person genomgår en rollförändring eller inte.

Sammanfattningsvis så finns en relevans i att använda Ebaughs teori som en bas i det sociala arbetet. Dagens samhälle innebär allt fler rollförändringar vilket gör att förståelsen för

förändringen kompliceras. När individer har sociala problem så påverkas de av flera olika samhälleliga faktorer vilket försvårar bedömningen om vart individen befinner sig i rollförändringens olika faser i Ebaughs teori. I dagens samhälle blir därför komplexiteten stor vilket bedöms öka behovet av teorier likt Ebaughs. Teorier som exitprocessen kan ge en baskunskap kring sociala fenomen även fast den innefattar begränsningar. Baskunskapen som går att få genom teorier som Ebaughs kan generera det sociala arbetet en grundförståelse i individens förändringsarbete. Det är dock av vikt att inte se kunskapen som definitiv då varje enskild individ har säregna drag i rollförändringen som måste beaktas vid utformandet av insatser. Individens komplexitet får inte komma i skymundan. Det blir därav av betydelse att reflektera över hur kunskap som Ebaughs teori ger kan användas på bästa sätt i det sociala arbetet.

## 7. Referenslista

Ahrne, Göran & Svensson, Peter (red.) (2011). *Handbok i kvalitativ metod*. Malmö: Liber AB.

Andersson, Gunvor & Swärd, Hans (2008). "Etiska reflektioner" i Meeuwisse, Anna, Swärd, Hans, Eliasson-Lappalainen, Rosmari & Jacobsson, Katarina (2008). *Forskningsmetodik för socialvetare*. Stockholm: Natur och Kultur.

Blomqvist, Maria (2014). *En vacker dag lämnar jag honom*. Stockholm: Ordberoende.

Bryman, Alan (2011). *Samhällsvetenskapliga metoder*. Uppl:2. Malmö: Liber AB.

Ebaugh, Helen Rose Fuchs (1988). *Becoming an ex: The process of role exit*. University of Chicago Press.

Holmgren, Carin & Enander, Viveka (2007). *Varför går hon? Om misshandlade kvinnors uppbrottsprocesser*. Kabusa böcker.

Hydén, Margareta (2008). *Kvinnomisshandel inom äktenskap: mellan det möjliga och det omöjliga*. Uppl:2. Linköpings Universitet. [Elektronisk resurs]. Tillgänglig: <http://www.liu.se/forskning/riv/dokument/1.175885/1-inledning.pdf>

Johansson, Anna & Öberg, Peter (2008). "Biografi- och livsberättelse forskning" i Meeuwisse, Anna, Swärd, Hans, Eliasson-Lappalainen, Rosmari & Jacobsson, Katarina (2008). *Forskningsmetodik för socialvetare*. Stockholm: Natur och Kultur.

Rennstam, Jens & Wästerfors, David (2011). "Att analysera kvalitativt material" i Ahrne, Göran & Svensson, Peter (red.) (2011). *Handbok i kvalitativ metod*. Malmö: Liber AB.

Socialstyrelsen (2010). *Social rapport 2010*. Stockholm: Socialstyrelsen. [Elektronisk resurs]. Tillgänglig: <http://www.socialstyrelsen.se/publikationer2010/2010-3-11>



Strandberg, Lina (2000). *När mörker kom: en bok om anorexia*. Västerås: Författarhuset.

Topor, Alain (red.) (1998). *Återhämtning från svåra psykiska störningar: en närstudie av vändpunkter*. Stockholm: Stockholms län, Landstinget, Västra Stockholms sjukvårdsområde.

Törnblom, Mia (2008). *Så dumt!*. Stockholm: Forum.

Wacquant, Loïc J. D. (1990). "Review Essay: Exiting Roles or Exiting Role Theory? Critical Notes on Ebaugh's *Becoming an Ex*", *Acta Sociologica*, 33, 4, 397-404.

## **8. Bilagor**

### **8.1 Bilaga 1 - Mall vid bearbetning av empiri**

#### **Första tvivel**

Tvivlar på sin nuvarande roll - en insikt om att förändring krävs

Vad säger omgivningen, uppmuntrar dem den befintliga rollen eller vill de att individen ska bryta sig loss ifrån sin nuvarande roll?

#### **Sökande alternativ**

Fördelar och nackdelar med förändring, vad krävs för att förstå att det kan bli bättre?

Hjälper omgivningen personen med att se fördelar och nackdelar?

Söker sig personen till andra med liknande situation eller någon som varit med om samma sak?

#### **Vändpunkt**

Finns det en speciell vändpunkt? Hur beskrivs den? En eller flera vändpunkter?

Berättar personen om vändpunkten för omgivningen?

Ser personen att konsekvenserna av det sociala problemet kan drabba denne även om den inte förändras?

#### **Ex rollen**

Hur bemöts personen efter?

Förstår omgivningen att det skett en förändring?

Finns stigmat kvar och i så fall hur?

Vilken skillnad finns i identitet enligt författaren innan och efter processen?

## 8.2 Bilaga 2 - Frameworks strategi vid tematisk analys

Tabellen nedan redogör exempel för hur vi gått tillväga när vi strukturerat vår insamlade data utifrån en tematisk analys. Vi har utgått från Frameworks strategi (Bryman, 2011:529). I exemplet är huvudteman två av de fyra stadier Ebaugh tar upp i sin exitprocess teori. Subteman de underrubriker vi funnit vid genomläsning och tematisering av materialet.

	<b>Huvudtema:</b> Första tvivel	<b>Huvudtema:</b> Vändpunkt
	<b>Subtema:</b> Insikt om sin sociala roll	<b>Subtema:</b> Insikt om sociala rollens konsekvenser
<b>Så dumt!</b>	“Jag trodde på allvar att det var jag själv som valde, att jag kunde välja att knarka. Eller inte. Långt senare insåg jag att jag använde droger för att jag blivit beroende och helt enkelt inte kunde låta bli.” (Törnblom, 2008:318)	“Jag vill inte dö. Om jag skulle ta knark en gång till skulle det bli så. Jag är säker på det.” (Törnblom, 2008:174)
<b>När mörkret kom: en bok om anorexia.</b>	“För att våga lämna sjukdomen måste viljan att bli frisk också finnas där och för att vilja bli frisk måste man ju först verkligen förstå att man är sjuk.” (Strandberg, 2000:63)	“De pratade om skador jag kunde få, skador som jag i värsta fall kunde få för resten av livet om jag inte gick upp i vikt nu. Till en början hade jag inte lyssnat till dem, bara avfärdat det de sade. Det där, det gällde inte mig.” (Strandberg, 2000:82)
<b>En vacker dag lämnar jag honom.</b>	“För att kunna förändras måste man själv inse att man behöver förändras och det är väl det som är problemet.” (Blomqvist, 2014:191)	