



LUNDS
UNIVERSITET
Socialhögskolan

”Vi är nog många som lever i skam, skuld och tystnad”

**- En kvalitativ dokumentstudie om partners till personer
med alkoholberoende**

Agata Janczewska och Klara Spross

Kandidatuppsats (SOPA 63)
VT 2019
Handledare: Anders Östnäs

Abstract

Authors: Agata Janczewska and Klara Spross

Title: *“There’s probably a lot of us living in shame, guilt and silence.” - A qualitative document study on partners of alcohol addicts.* [Translated title]

Supervisor: Anders Östnäs

Assessor: Kristina Göransson

This research explored how partners of alcohol addicts articulate experiences of guilt and shame. The method chosen for this qualitative study was a document analysis of an online internet forum specialised in supporting relatives of alcohol addicts. The collected data included 20 distinct forum threads and the data was analysed using Becker’s labelling theory and Goffman’s stigma theory. This study identified three levels of guilt and shame in partners of alcohol addicts’ posts. They entailed shaming and blaming by their partners, shaming and blaming in a social context and feelings of self-blame and shame. Further, the study indicated that partners of alcohol addicts deal with guilt and shame by social isolation, concealment of partner’s addiction and engaging in online support communities. Results also revealed an association between feelings of guilt and shame and the resulting social exclusion and stigmatisation.

Key words: Shame, guilt, stigma, alcohol addiction, partners of alcohol addicts

Förord

Vi vill först och främst tacka Philip, Henrik, Gunilla, Ragge, Adam, Aleksandra, Louie, Kira och Babben för stöd och hjälp under skrivprocessen. Vidare vill vi tacka PH för underhållningen denna vår. Vi vill även tacka vår handledare Anders Östnäs för uppmuntran och goda råd.

Slutligen vill vi tacka varandra för världens bästa samarbete.

Agata Janczewska och Klara Spross
Maj 2019

Innehållsförteckning

1 Inledning	1
1.1 Problemformulering	1
1.2 Syfte	2
1.3 Frågeställningar	3
2 Centrala begrepp	4
2.1 Medberoende och anhörig	4
2.2 Alkoholism, missbruk och beroende	4
3 Kunskapsläget	6
3.1 Litteratursökning	6
3.2 Anhöriga till personer med alkoholberoende	6
3.3 Skuld och skam	7
3.3.1 Stigmatiserande attityder samt skuld- och skambeläggning från allmänheten	7
3.3.2 Upplevelser av skuld och skam på individnivå	8
3.4 Sammanfattning av kunskapsläget	10
4 Teoretiska utgångspunkter	11
4.1 Stämplingsteori	11
4.2 Stigma	12
4.2.1 Hedersstigma	13
5 Metod	14
5.1 Metodologiska överväganden	14
5.2 Metodens förtjänster och begränsningar	15
5.3 Urval	15
5.4 Metodens tillförlitlighet	17
5.5 Bearbetning och analys	18
5.6 Förförståelse	19
5.7 Etiska överväganden	19
5.8 Arbetsfördelning	21
6 Resultat och analys	22
6.1 Skuld och skam	22

6.1.1 Skuldbeläggning från den alkoholberoende partnern	22
6.1.2 Skuld- och skamupplevelser i relation till omgivningen	24
6.1.3 Upplevelser med koppling till egen skuld och skam	26
6.2 Att vara utanförstående	31
6.2.1 Hemlighållande och social isolering	31
6.2.2 Utanförstående tillsammans	36
6.2.3 Social exkludering	38
7 Sammanfattning och avslutande diskussion	41
7.1 Sammanfattning	41
7.2 Avslutande diskussion	42
Referenslista	45

1 Inledning

1.1 Problemformulering

De flesta känner till någon som påverkas negativt av egen eller någon annans beroendeproblematik. En generalisering av den vetenskapliga forskningen visar att beroendeproblem kan ses som en familjesjukdom, eftersom det kan ge negativa följder för hela familjen och göra familjebilden allt mer dysfunktionell med tiden (Gudzinskiene & Gedminiene 2011). Fokusområdet för denna studie är anhörigas egna upplevelser av att leva nära en person med alkoholberoende.

Att vara anhörig till en person som har ett alkoholberoende kan leda till svåra konsekvenser på flera livsområden. Familjen till en person med alkoholberoende drabbas av lidande och tar skada i minst lika hög grad som personen med alkoholproblematik själv, om än på ett annat sätt (Klingemann 2001). Forskning inom området visar att anhöriga påverkas känslö- och beteendemässigt och utvecklar mekanismer för att hantera smärtan som uppkommer till följd av att leva nära en person med alkoholberoende (de Freitas & Souza Cavalcante 2019). Studier visar även att allmänheten ser de anhöriga som ansvariga för situationen vilket innebär ett stort stigma för hela familjen. Att förknippas med en stigmatiserad person leder till ett eget försämrat psykiskt mående (Östman & Kjellin 2002). En individ som har ett stigma, vilket kan vara ett visst drag eller en egenskap, ses av andra människor som underlägsen eller ofullkomlig (Goffman 1963/2007). Begreppen stigma och stigmatisering syftar på den process där medlemmar av en viss social kategori upplever social utstötning (Lundberg 2010).

För de individer som lever nära en person med alkoholberoende är känslor av skuld och skam vanligt förekommande. Skuld kopplas till vår förmåga att känna empati för och omsorg om andra eftersom skuldkänslor uppkommer då vi har handlat på ett sätt som skadar andra (Gilbert 1997). Enligt Gilbert (1997) är skamkänslan kopplad till social status och kommer från det mänskliga behovet av att bli sedd som attraktiv eller önskad av andra. Funktionen med skam är att vi inte ska förlora anseendet, men att uppleva känslor av skam är smärtsamt och potentiellt destruktivt för individen (Gilbert 1997). Upplevelser av skuld och skam kan uppkomma till följd av stigmatisering (Cohen-Filipic & Bentley 2005). Gilbert (1997) beskriver kopplingen mellan stigma och skam på så vis att stigma är en form av kollektiv skambeläggning.

Skuld och skam kommer bland annat till uttryck genom att anhöriga arbetar hårt för att utåt sett upprätthålla en bild av en välfungerande familj och försöker att undanhålla och försvara den beroendes avvikande beteenden (Gudzinskiene & Gedminiene 2011). Att hantera upplevelser av egen skuld kring den anhöriges beroendeproblematik och känna skam kring situationen kan vara svårt för dessa personer. Vad gäller hjälp och stöd från samhället till anhöriga, finns stadgat i Socialtjänstlagen (SFS 2001:453) att socialnämnden ska erbjuda stöd till anhöriga till personer med missbruks- och beroendeproblematik (Socialstyrelsen 2016). I praktiken innebär detta att anhöriga till personer med beroendeproblematik har möjlighet att delta i olika former av stödsamtal eller stödgrupper (Socialstyrelsen 2019). Upplevelser av skuld och skam kan tänkas göra steget långt till att ta hjälp från samhället, vilket kan resultera i att personer med liknande erfarenheter på egen hand söker sig till varandra för att få stöd. I forum på internet möts anhöriga för att dela erfarenheter kring hur det är att leva nära någon med alkoholberoende (Palmlad et al. 2013). Att vända sig till forum för att studera hur anhöriga upplever sin situation är därmed relevant.

Det forskningsproblem som studien behandlar är hur skuld och skam kommer till uttryck i anhörigas beskrivningar av sin situation på internetforum. Det står klart att tidigare forskning om anhöriga till personer alkoholberoende har genomförts med andra kvalitativa metoder. Att i denna studie undersöka just internetforum ger en inblick i unika beskrivningar som inte på samma sätt kan nås med andra metoder. Avgränsning görs till att studera partners till personer med alkoholberoende eftersom gruppen är den mest framträdande på forumen. I genomsnitt tar det sju år för anhöriga i en familj som präglas av beroende att erkänna att beroendet existerar (Gudzinskiene & Gedminiene 2011). Skuld och skam är en väsentlig faktor till varför anhöriga inte vågar prata öppet om problematiken. Om ökad kunskap och förståelse uppnås för mekanismerna kring skuld och skam hos anhöriga, kan samhället utveckla insatser för att fånga upp målgruppen i ett tidigare skede. Genom att studera hur partners skriver om sina upplevelser av skuld och skam kopplat till att ha en relation med en person med alkoholberoende är förhoppningen att skapa en större förståelse för deras situation.

1.2 Syfte

Syftet med studien är att med utgångspunkt i texter publicerade på internetforum undersöka hur partners till personer med alkoholberoende beskriver upplevelser kopplade till skuld och skam.

1.3 Frågeställningar

- På vilket sätt kommer skuld och skam till uttryck i de texter som partners till personer med alkoholberoende skriver på internetforum?
- Hur beskriver partners till personer med alkoholberoende att de hanterar upplevelser kopplade till skuld och skam?
- Hur beskriver partners till personer med alkoholberoende att deras sociala liv påverkas av upplevelser kopplade till skuld och skam?

2 Centrala begrepp

I detta avsnitt följer en redogörelse för begrepp som är centrala för studiens problemområde. Begreppen definieras och problematiseras, och det görs även en beskrivning av vilka benämningar som förekommer i studien. Inledningsvis lyfts begreppen medberoende och anhörig. Därefter följer begreppen alkoholism, missbruk och beroende.

2.1 Medberoende och anhörig

Ett väsentligt begrepp för studien är medberoende/codependency/codependence som i dagsläget saknar en formell definition eller diagnos. Begreppet används ofta vid diskussioner om anhöriga till personer med beroendeproblematik och har utvecklats till att vara en förståelsemodell för anhöriga. Medberoende innebär bland annat att anhöriga är involverade i beroendet i den grad att de underlättar missbruket genom att dölja det och kompensera för det (Klingemann 2001). Begreppet medberoende har fått stor spridning inom terapi- och självhjälpssammanhang och används inte sällan av anhöriga själva, men är samtidigt omdiskuterat inom forskarvärlden då begreppet kan indikera att även anhöriga är sjuka eller beroende (Palmlblad et al. 2013; Gerdner 1999). I denna studie kommer vi därför att använda oss av begreppet anhörig som enligt Socialstyrelsen (2016) är en person som vårdar, stödjer eller lever nära någon med missbruks- eller beroendeproblematik.

2.2 Alkoholism, missbruk och beroende

Begreppen missbruk, beroende och alkoholism är vanligt förekommande i vardagsspråket. Det är dock viktigt att skilja på dessa begrepp och precisera deras innebörd eftersom begreppsdefinitionerna bär på olika konnotationer. Alkoholism är en sammanfattande men inofficiell benämning på alkoholproblematik som används i vardagsspråk och kommer därför inte att användas i denna studie. Missbruk definieras som en ”okontrollerad eller överdriven användning av något, vanligen alkohol [..]” (Nationalencyklopedin u.å). I denna studie har vi valt att inte använda oss av begreppet missbruk då det anses nedsättande och stigmatiserande av brukarorganisationer och av många professionella som arbetar inom området (Johnson, Richert & Svensson 2017). I studien kommer vi att använda oss av begreppet beroende, som främst syftar på att en människa känner sig oförmögen att avstå från att konsumera det som personen är beroende av (Goldberg 2005). Enligt Nationalencyklopedin (u.å) definieras beroende på

följande sätt: ”[...] en stark önskan och misslyckade försök att kontrollera eller bli av med beroendet samt att ens tillvaro alltmer domineras av att skaffa och använda det beroendeframkallande medlet.” (Nationalencyklopedin u.å).

3 Kunskapsläget

I detta avsnitt presenteras ett urval av den forskning som är relevant för studiens forskningsfrågor. Inledningsvis redogörs för hur litteratursökningen har gått till. Därefter presenteras forskningen utifrån två teman: anhöriga till personer med alkoholberoende samt skuld och skam. Det första temat syftar till att undersöka aktuellt kunskapsläge kring individernas egna upplevelser av att vara anhörig till en person med ett alkoholberoende. Det andra temat fokuserar på skuld och skam kopplat till både allmänhetens syn i form av skuld- och skambeläggning samt stigmatiserade individers egna upplevelser av skuld och skam. Slutligen ges en sammanfattning av kunskapsläget med tydliggörande av hur denna studie skulle kunna fylla en kunskapslucka inom aktuellt kunskapsläge.

3.1 Litteratursökning

För att finna relevant forskning har databaserna LUBsearch och Libris använts, med sökord som codependency, codependence, relatives + alcohol, alcohol + family, alcoholism, guilt and shame + mental illness, stigmatisering + psykisk ohälsa, stigma of mental illness + relatives, guilt and shame + family + drug abuse or substance abuse. Genomgång av relevanta källors referenser har sedan lett vidare till annan litteratur på området. För att få en bred bild av kunskapsläget har sökningarna gjorts på både engelska och svenska. Endast material som är referentgranskat har valts, för att säkerställa att forskningen som används är av hög kvalitet. Majoriteten av forskningen som underbygger denna studie har en kvalitativ ansats. Detta är ett medvetet val då dessa studier fokuserar på att bland annat skildra känslor, upplevelser och tolkningar, vilket även är utgångspunkten för denna studie.

3.2 Anhöriga till personer med alkoholberoende

Peled och Sacks studie (2008) syftar till att undersöka hur kvinnor beskriver sin situation av att leva med en manlig partner med alkoholberoende. Studiens syfte är att öka förståelsen för dessa kvinnors upplevelser men även att bidra till bättre hjälpinsatser. Det centrala för studien är deras upplevelse av att vara avvikande från normen. Kvinnorna beskriver sig som avvikande i relation till andra som befinner sig i parförhållanden, men även från sin sociala omgivning i stort (Peled & Sacks 2008). Kvinnorna redogör även för de ansträngningar som det innebär att dölja partners beroende, samt handlingar och beteende för människor i sin omgivning. Studien visar att kvinnornas oförmåga att förhindra partners beroende resulterar i känslor av skuld, skam och en upplevelse av att

vara en misslyckad partner. En del av kvinnorna brottas med egna skuldkänslor men blir även skuldbelagda av sina partners och samhället för att de är oförmögna att lämna sina partners, men samtidigt misslyckas med att ta hand om dem (Peled & Sacks 2008).

I en studie av de Freitas och Souza Cavalcante (2019) intervjuas elva personer som är anhöriga till personer med alkoholberoende. Studien syftar till att belysa vilken påverkan alkoholberoende har på anhöriga. Studiens resultat visar att anhöriga upplever förändringar i sina livsrutiner och har utvecklat olika mekanismer för att kunna hantera situationen de befinner sig i. Det förekommer också att anhöriga hemlighåller den alkoholberoendes handlingar och själva tar ansvar för dessa. Skam och försök att bibehålla en fungerande bild av familjen är en del av de anhörigas vardag (de Freitas & Souza Cavalcante 2019).

I Rusnákovás studie (2014) har kvalitativa intervjuer genomförts med syfte att undersöka vad som är karaktäristiskt för anhörigas upplevelser av att leva nära en person med alkoholberoende och hur detta manifesteras i de anhörigas beteenden. Deltagarna i studien består av partners och föräldrar till personer med alkoholberoende. Studiens resultat påvisar att det finns många gemensamma faktorer när det kommer till upplevda känslor hos de båda grupperna. De känslor och upplevelser som studien identifierade är bland annat självömkan, skuld, skam, uppgivenhet i form av depression, passivitet och avsaknad av kommunikation med yttre världen, samt hemlighållande av beroendeproblematiken för andra (Rusnáková 2014).

3.3 Skuld och skam

Flertalet studier behandlar ämnet skuld och skam i förhållande till olika sociala problem. En genomsökning av kunskapsläget synliggör att skuld och skam förekommer på två nivåer. Den ena nivån representerar attityder från allmänheten i form av skuld- och skambeläggning och den andra nivån är målgruppens egna upplevelser av stigmatisering där känslor av skuld och skam är en konsekvens. För tydlighetens skull görs därför en uppdelning mellan dessa nivåer när relevanta studier presenteras.

3.3.1 Stigmatiserande attityder samt skuld- och skambeläggning från allmänheten

Allmänhetens syn på psykisk ohälsa präglar forskningen (se t.ex. Angermeyer, Matschinger & Corrigan 2004; Corrigan 2000), men det finns även studier som undersöker samhällets syn på både psykisk ohälsa och beroendeproblematik (se t.ex. Link et al. 1999). Vanligt i dessa studier är att begreppet stigma används för fördjupad teoretisk

förståelse. Resultaten visar bland annat att vanliga stereotypiska uppfattningar om personer med psykisk ohälsa är att de ses som farliga, att människor vill hålla ett socialt avstånd till dessa individer och att deras situation är skamfull (Link et al. 1999; Angermeyer, Matschinger & Corrigan 2004; Corrigan 2000). Link et al. (1999) skriver att beroendeproblematik ofta associeras med psykisk ohälsa. De stereotypiska uppfattningarna om personer med psykisk ohälsa liknar även hur allmänheten ser på personer med beroendeproblematik (Corrigan, Watson & Miller 2006).

Corrigan, Watson och Miller (2006) har undersökt allmänhetens syn på anhöriga till personer med psykisk ohälsa samt anhöriga till personer med beroendeproblematik. Resultaten visar att allmänheten ser hela familjen som ansvarig för situationen, där partners och föräldrar skuldbeläggs mest. Vidare visar studien att anhöriga till personer med beroendeproblematik är förknippade med ett starkare stigma från allmänheten än de personer som har en familjemedlem med allvarlig psykisk ohälsa. Studiens deltagare anser att familjemedlemmar till personer med beroendeproblematik är mer benägna att själva bli beroende, att situationen är mer skamfull och att dessa personer tenderar att i högre utsträckning bli socialt utstötta (Corrigan, Watson & Miller 2006).

3.3.2 Upplevelser av skuld och skam på individnivå

Vad gäller hur personer med psykisk ohälsa upplever sin situation kopplad till att bli stigmatiserad av samhället är kunskapsläget begränsat (Lundberg 2010). Ett antal studier undersöker begreppet självstigma i förhållande till målgruppen (se t.ex Lysaker, Roe & Yanos 2007; Watson et al. 2007). Med självstigma menas en process där en person med exempelvis psykisk ohälsa övertar omgivningens fördomar och ser dem som sanna. Genom självstigmatiseringen uppkommer känslor av skuld, skam, lågt självförtroende, hopplöshet och även en rädsla för bortstötning och diskriminering (Caltaux 2003; Corrigan & Watson 2002; Lundberg 2010).

När det kommer till anhörigstudier kopplade till upplevelser av stigmatisering, skuld och skam finns en studie där Östman och Kjellin (2002) söker faktorer av betydelse kopplat till stigmatiseringen av anhöriga till personer med psykisk ohälsa. Författarna använder begreppet ”stigma by association” och refererar till Goffmans begrepp ”courtesy”, vilket i svensk översättning benämns som ”hedersstigma” (Goffman 1963/2007). Hedersstigma behandlar hur en individ blir stigmatiserad på grund av att den associeras med en annan stigmatiserad individ (Goffman 1963/2007). Resultaten i Östmans och Kjellins studie

(2002) visar att en stor andel av de anhöriga som deltagit anser sig påverkas i hög grad. De anhöriga upplever att deras egna psykiska mående påverkas negativt, där vissa har tankar om att de önskar att de aldrig hade mött personen i fråga eller har reflekterat över hur det hade varit om personen aldrig hade fötts. Vidare anser sig de anhöriga påverkas socialt, genom att deras relation till andra människor påverkas av att de lever nära en anhörig med psykisk ohälsa. En majoritet av de anhöriga upplever att de kan få stöd från andra familjemedlemmar samt från nära vänner, men att stödet från arbetsgivare och samhällseliga insatser är mer begränsat (Östman & Kjellin 2002).

Cohen-Filipic och Bentley (2005) har undersökt hur föräldrar till ungdomar med psykiska ohälsa och beroendeproblematik upplever situationen. Resultaten visar att föräldrarna upplever skuld och skam, både inför sig själva och i sin föräldraroll samt gentemot samhället i stort. Den känsla av skuld som föräldrarna beskriver kopplas till andra sekundära emotionella responser, genom att skuldkänslorna beskrivs med andra känslor så som ilska och nedstämdhet (Cohen-Filipic & Bentley 2005).

Vad gäller forskning om stigma och psykisk ohälsa, riktar Starrin (2011) kritik åt att endast en liten del av denna forskning lägger vikt vid skammens dynamik. Starrin (2011) understryker att det finns en nära förankring mellan stigma och skam samt skriver att skamkänslan har betydelse för hur psykisk ohälsa uppkommer. En studie som fokuserar på skammens dynamik är en intervjustudie där långtidssjukskrivna personer med en psykiatrisk diagnos tillfrågades om orsaker till att de insjuknat (Eriksson, Starrin & Janson 2003). Eriksson, Starrin och Janson (2003) har vid analys av intervjuerna utgått från markörer för skam. Resultatet visar att intervjupersonerna har haft upplevelser av otillräcklighet, underlägsenhet och att misslyckas, vilket författarna nämner som uttryck för skam. Även ilska var vanligt förekommande bland intervjupersonerna, där vissa beskrev en ilska så stark att den var närvarande hela tiden. Eriksson, Starrin och Janson (2003) skriver att det finns en stark koppling mellan ilska och skam, då förnedring och nedbrytning antingen kan vändas inåt i form av tystnad eller utåt i form av exempelvis ilska eller aggression. Angående känslouttryck kopplade till skam skriver Starrin (2011) med hänvisning till studien av Eriksson, Starrin och Janson (2003) att det finns uttryck av känslor som direkt indikerar skam. Dessa är exempelvis upplevelsen av att vara sårad, förödmjukad eller kränkt. Även känslor av att vara utanför så som exempelvis att känna sig övergiven, ensam, utstött, sviken och avvisad är kopplade till skam (Starrin 2011).

3.4 Sammanfattning av kunskapsläget

Forskningen som presenterats i kunskapsläget visar entydigt att anhöriga till personer med alkoholberoende påverkas negativt. Peled och Sacks (2008) belyser kvinnliga partners upplevelser av att vara avvikande från andra i omgivningen. Rusnáková (2014) och de Freitas och Souza Cavalcante (2019) bekräftar den självupplevda avvikelserna då studierna visar att anhöriga hemlighåller beroendeproblematiken. Samtliga valda studier visar att anhöriga upplever känslor av skuld och skam, men undersöker inte hur det mer djupgående tar sig uttryck. Vad gäller mekanismer kring skuld och skam visar Corrigan, Watson och Miller (2006) att allmänheten ser hela familjen där beroendeproblematik förekommer som ansvarig. Särskilt partnern till den som är beroende ses som skyldig (Corrigan, Watson & Miller 2006). Att vara associerad till en stigmatiserad person, får konsekvenser vad gäller eget psykiskt mående (Östman & Kjellin 2002). Det är vanligt att känslor av skuld och skam hos anhöriga till personer med beroendeproblematik beskrivs genom andra känslouttryckningar som exempelvis ilska och nedstämdhet (Cohen-Filipic & Bentley 2005). Eriksson, Starrin och Janson (2003) samt Starrin (2011) lyfter fram flertalet exempel på känslor och upplevelser som uppkommer till följd av en slags grundkänsla av skam.

Vid genomsökning av kunskapsläget framkommer det att upplevelser av skuld och skam är centrala för anhöriga till personer med alkoholberoende. Studierna fokuserar främst på att återge en helhetsbild av anhörigproblematiken men bekräftar förekomsten av skuld och skam. De studier som specifikt undersöker mekanismerna kring skuld och skam berör mestadels anhöriga till personer med psykisk ohälsa. Det saknas alltså studier som undersöker hur skuld och skam upplevs av partners till personer med alkoholberoende. Således kan det sägas att det forskningsproblem som valts till denna studie skulle kunna bidra med kunskap som saknas på forskningsfältet idag.

4 Teoretiska utgångspunkter

I detta avsnitt presenteras de teorier och teoretiska begrepp som sedan används vid analys av studiens empiri. De valda teorierna är Beckers stämplingsteori och Goffmans teori om stigma. Becker och Goffman var verksamma under samma period och bidrog båda till teorier om avvikande beteenden. Beckers teori om stämpling (1963/2006) fokuserar på hur individer stämplas som avvikande av omgivningen. Stämplingsteorin har valts till studien för att förstå hur omgivningen kan inverka i skuld- och skamupplevelser hos partners till personer med alkoholberoende. Goffmans stigmatologi (1963/2007) har fokus på hur individen hanterar att bli stämplad. Syftet med att applicera teorin om stigma på studiens empiri är att undersöka hur processen av stigmatisering kan skapa beskrivna upplevelser med koppling till skuld och skam hos partners till personer med alkoholberoende. Studiens teorier har en utgångspunkt i individens interaktion med omgivningen. Då denna studie inte undersöker hur undersökningspersonerna interagerar med varandra eller omgivningen är det deras beskrivningar av interaktion som kommer vara i fokus i analysen.

4.1 Stämplingsteori

Howard Saul Becker blev under 1960-talet en av nyckelpersonerna bakom utvecklingen av stämplingsteorin med sin bok "Utanför: avvikandets sociologi" (Becker 1963/2006). Det centrala för teorin är att avvikelse skapas av samhället och är en följd av att andra tillämpar regler och sanktioner på den person som anses ha överträtt reglerna (Becker 1963/2006). Avvikelse är alltså ingen handling eller egenskap som överträdaren bär på. En handling räknas som avvikande om andra personer reagerar på den och det är därför centralt för teorin att problematisera andras reaktioner (Becker 1963/2006). Specifika sociala grupper skapar särskilda sociala regler. Becker (1963/2006) menar att människor alltid påtvingar andra sina regler, samt tillämpar dem i princip mot andras vilja och utan deras samtycke. Vilken handling som anses avvikande beror på tid och grupp, samt vem som har upplevt sig ha lidit skada av den. Det är även av vikt vem det är som har begått handlingen då regler och sanktioner tillämpas mer på vissa personer än andra (Becker 1963/2006).

Stämplingsprocessen sker vid interaktionen mellan den som anses som avvikande och de som tillämpar regler på denne. Begreppet utanförstående används för att referera till personer som av andra individer bedöms som avvikande (Becker 1963/2006). Becker

(1963/2006) myntade begreppet avvikarkarriär som innebär en process mot ett stabilt avvikande beteendemönster. Ett av de mest centrala stegen i processen är upplevelsen att bli upptäckt och offentligt betecknad som en avvikare (Becker 1963/2006). Att ta detta steg handlar mer om de regler som tillämpas på individen, snarare än att det är ett aktivt val. Att bli upptäckt och stämplad som avvikare har avgörande konsekvenser för självbilden och individens fortsatta deltagande i sociala sammanhang (Becker 1963/2006). Becker diskuterar även hemligt avvikande och definierar det som en otillbörlig handling som omgivningen inte ser eller reagerar på (Becker 1963/2006). Handlingen döljs och hemlighålls för andra som är icke-avvikande.

4.2 Stigma

I Erving Goffmans bok "Stigma. Den avvikandes roll och identitet" (Goffman 1963/2007) behandlas den sociala process genom vilken vissa individer kategoriseras som avvikare. Ett stigma innebär enligt Goffman (1963/2007, s. 12) en egenskap eller ett visst drag som är "djupt misskrediterande". Detta leder i sin tur till att de människor som bär på ett stigma ses som underlägsna eller ofullkomliga. Dessa individer ses som avvikare i förhållande till normen, vilket bland annat leder till skapandet av stereotyper kring denna grupp samt att de drabbas av social exkludering och reducerade livsmöjligheter (Goffman 1963/2007). På gruppnivå sker således stigmatisering av de individer som uppfattas vara medlemmar av en grupp med misskrediterande egenskaper.

Goffman (1963/2007) lyfter även hur det på individnivå upplevs att bli stigmatiserad och därmed kategoriserad som avvikare. Att skam är en central del i upplevelsen beskrivs med följande citat: "Skammen häröver ligger alltid på lur, på grund av individens insikt att det är något skamligt med att ha en egenskap som han har; han gör gärna upp en bild av sig själv där denna egenskap saknas" (Goffman 1963/2007, s. 16). Vidare får stigmatiseringen som följd att personen isoleras från socialt umgänge, vilket skapar känslor av misstänksamhet, nedstämdhet, ängslan och förvirring (Goffman 1963/2007). Genom det som av Goffman (1963/2007, s. 40) beskrivs som "den moraliska karriären" lär sig den stigmatiserade individen de uppfattningar som omgivningen har om denne, och införlivar själv dessa föreställningar i sin identitetsuppfattning. Det är vanligt att den som bär på ett stigma försöker dölja det. Goffman beskriver avvägningen kring att dölja stigmat eller inte som ett dilemma på följande sätt: "Att öppet visa hur det är fatt eller inte, att tala om det eller inte, att spela teater eller inte, att ljuga eller inte" (Goffman 1963/2007, s. 50).

4.2.1 Hedersstigma

Ett relevant teoretiskt begrepp för förståelsen av upplevelser hos anhöriga till en stigmatiserad individ är "hedersstigma". Goffman (1963/2007, s. 39) förklarar fenomenet "hedersstigma" på så vis att stigmat har en tendens att sprida sig från den stigmatiserade individen till de som står personen nära, till exempel släktingar eller vänner. Närstående med nära sociala band till en stigmatiserad individ och de stigmatiserade ses ofta som en enhet av omgivningen (Goffman 1963/2007). Relationen kan få till följd att närstående får dela de erfarenheter som drabbar den stigmatiserade personen (Goffman 1963/2007). Närstående delar även den stigmatiserade individens livsvärld och är fullt införstådda i stigmatiseringens följder, vilket bidrar till att stigmat kan sprida sig till den närstående (Goffman 1963/2007).

5 Metod

I detta avsnitt presenteras metodvalet tillsammans med några reflektioner om metodologiska överväganden, metodens förtjänster och begränsningar, urvalsprocessen samt tillförlitlighet. Sedan följer en beskrivning av tillvägagångssättet vid bearbetning och analys av studiens material, förståelse kring studiens ämne samt forskningsetiska överväganden. Slutligen presenteras arbetsfördelningen.

5.1 Metodologiska överväganden

Kvalitativ forskning är tolkningsinriktad och fokuserar på individers uppfattning och tolkning av sin sociala verklighet (Bryman 2018). Detta stämmer väl överens med studiens syfte som är att undersöka hur partners till personer med alkoholberoende beskriver upplevelser av skuld och skam. Inom kvalitativ forskning ses den sociala verkligheten som konstruerad och föränderlig (Bryman 2018). Studien ämnar fånga undersökningspersonernas egen subjektiva uppfattning, som inte ses som objektivt sann utan som en del av ett större sammanhang där företeelser och antaganden är av social karaktär och är föränderliga över tid. Kvalitativ metod lämpar sig därför bättre än kvantitativ som har en mer statisk syn på den sociala verkligheten (Bryman 2018). Vad gäller teorins roll i studien, kan strategin benämnas som abduktion, vilket innebär att det finns inslag av både induktion och deduktion (Svensson 2015). Studien har induktiv ansats i det avseende att materialet har betraktats med öppenhet och att det har funnits en flexibilitet kring val av teori. Å andra sidan kan det ses som att studien har deduktiva inslag då det finns en form av hypotes som har hämtats från kunskapsläge och teori kring att skuld och skam kommer att vara framträdande i undersökningspersonernas texter.

Den metod som valts till studien är dokumentanalys i form av kvalitativ innehållsanalys där empirin hämtas från internetforum. Dokumentanalys har relevans inom samhällsvetenskaplig forskning eftersom dokument och texter ger en viktig inblick i människors relationer till varandra och uppfattningar om samhället (Boréus 2015). Internet har enligt Bryman (2018) potential som källa för dokumentstudier, och forum nämns som exempel. Vid användandet av kvalitativ innehållsanalys är fokus att hitta mönster och variationer i materialet (Lundman & Hällgren Graneheim 2017). Materialet tolkas både utifrån det textnära och det underliggande budskapet och presenteras sedan på olika abstraktionsnivåer (Lundman & Hällgren Graneheim 2017). Ett alternativt sätt att genomföra studien på som också hade kunnat vara relevant i relation till syftet hade

varit genom en kvalitativ intervjustudie. Vi såg dock en svårighet i att få intervjupersoner till en sådan studie, och anser att syftet kunde nås genom vald metod.

5.2 Metodens förtjänster och begränsningar

Förtjänster med att använda internet för datainsamling är att det är både kostnads- och tidseffektivt samt att ett stort antal människor har tillgång till internet (Daneback & Månsson 2008). En annan fördel är att empirin redan är publicerad i textform, vilket gör att eventuella svårigheter kring transkribering av till exempel intervjuer undviks (Daneback & Månsson 2008). Problem som kan uppkomma vid internetforskning innefattar det faktum att interaktionen som sker online är på förhand granskad av varje användare (Berg 2015). Detta innebär att individer har möjlighet att framställa sig på ett önskat sätt och det är därmed svårt att veta vad individen egentligen känner. Dock skulle samma svårighet finnas om kvalitativ intervju hade valts som metod istället, då intervjuareffekten är en närvarande risk med den metoden (Bryman 2018). Kvalitativ intervju som metod hade kunnat ge djupare beskrivningar av upplevelser kopplade till skuld och skam. Samtidigt har dokumentanalys som förtjänst att ett större material kan behandlas. Valet av dokumentanalys som metod har därför gett studien en större bredd på empirin. Begränsningar med vald metod är att det inte har gått att ställa följdfrågor eller be undersökningspersonerna utveckla sina resonemang. Vi har dock inte upplevt att forumtexterna har varit otydliga.

5.3 Urval

I denna studie har ett målstyrt urval tillämpats. Målstyrt urval är ett icke-sannolikhetsurval och innebär att deltagare väljs ut på ett strategiskt vis för att forskningsfrågan ska kunna besvaras (Bryman 2018). För att kunna ta reda på hur partners till personer med alkoholberoende beskriver sin situation har empirin samlats in från ett forum på internet som är tillägnat anhöriga till personer med alkoholproblematik. En förtjänst med målinriktat urval är att det kan ge förståelse för en social företeelse (Bryman 2018). Genom att undersöka hur partners till personer med alkoholberoende beskriver upplevelser som kan relateras till skuld och skam är förhoppningen att skapa en ökad förståelse för målgruppens situation.

Till en början fokuserade studien på att undersöka både alkohol- och drogberoende samt anhöriga i vid bemärkelse. Med anhöriga i vid bemärkelse menas exempelvis vuxna barn till missbrukande föräldrar, föräldrar till missbrukande barn et cetera. Den första

avgränsningen som gjordes var att begränsa studien till att endast undersöka alkoholberoende och därmed utesluta drogberoende. Denna avgränsning gjordes då majoriteten av empirin behandlade alkoholberoende och detta bedömdes ge ett rikt material att analysera. Den andra avgränsningen som gjordes var att begränsa studien till endast partners då det efter en snabb genomsökning av forumtrådar blev tydligt att det till stor del är just partners som skriver. Avgränsningen baseras även på att skuld och skam kan tänkas ta olika uttryck beroende på vilken relation den anhöriga har till personen med alkoholberoende. Det hade varit intressant att jämföra hur skuld och skam kommer till uttryck hos olika grupper, beroende på relation till den som har ett beroende, men med studiens omfattning i åtanke hade det inte varit genomförbart. Att enbart välja partners ansågs ge studien ett rikt material som passade till studiens omfattning.

Inledningsvis söktes enskilda forumtrådar på diverse forum där ovanstående ämne behandlas men efter en kortare genomsökning av internet hittades ett forum som efter genomläsning valdes till studien. Det valda forumet är inriktat på anhöriga till personer med alkoholberoende, vilket är motiveringen till varför detta forum valdes för studiens ändamål. På forumet finns en kontinuerlig mängd trådar från nutid tillbaka till år 2013. Forumet fungerar på så vis att den som startar en tråd med ett inlägg får svar av andra medlemmar, och trådstartaren uppmuntras därmed att utveckla sina resonemang och skriva uppdateringar. Valet gjordes att endast fokusera på trådstartarens egna inlägg. Detta val gjordes då studiens huvudfokus är trådstartarens egna beskrivningar, och inte exempelvis kommunikationen mellan medlemmar. Den primära urvalsstrategin var att undersöka samtliga forumtrådar från ett år tillbaka för att ta del av så aktuellt material som möjligt. Efter en genomläsning av forumet konstaterades att det först tänkta urvalet skulle bli för stort då forumet är mycket aktivt och material från enbart en månad resulterade i över 50 sidor text som bestod av 10 enskilda forumtrådar. Urvalsstrategin ändrades därför till att välja 20 aktuella forumtrådar, där trådstartaren är partner till den som har ett alkoholberoende, vilket resulterade i 72 sidor text. Forumtrådar där narkotikaberoende behandlas valdes bort, i enlighet med avgränsningen. Även korta forumtrådar, och inlägg som inte har fått några svar valdes bort. I studiens resultat- och analysdel benämns trådstartarna som undersökningssperson 1–20, och undersökningssperson förkortas till ”U”.

5.4 Metodens tillförlitlighet

Inom kvalitativ metod används begreppen tillförlitlighet och äkthet för bedömning och värdering av studier. Tillförlitlighet delas in i fyra delkriterier och består av trovärdighet, överförbarhet, pålitlighet samt möjlighet att styrka och konfirmera (Bryman 2018).

Trovärdighet handlar om huruvida forskarens beskrivningar om den sociala verkligheten är accepterade av de som är en del av den sociala verkligheten (Bryman 2018). Då undersökningspersonerna i studien skriver under anonyma användarnamn saknas möjlighet till att delge dem den färdigskrivna studien. Studien har dock skrivits med en medvetenhet utifrån att undersökningspersonerna skulle kunna ta del av studiens resultat.

Överförbarhet innebär huruvida studiens resultat går att generalisera eller använda till andra sociala miljöer och kontexter (Bryman 2018). Eftersom forskning och teori tyder på att upplevelser av skuld och skam är vanligt förekommande hos partners till personer med alkoholberoende, och detta går i linje med studiens resultat, bör resultaten i viss mån kunna överföras i andra sammanhang. I studien har vi eftersträvat att beskriva forskningsprocessen samt resultat på ett utförligt sätt. Om en studie med likvärdigt syfte skulle genomföras med exempelvis kvalitativ intervju som metod kan liknande resultat förväntas.

Med pålitlighet menas att forskaren ska säkerställa att det finns en fullständig och tillgänglig redovisning av forskningsprocessens samtliga delar (Bryman 2018). För att säkerställa studiens pålitlighet har alla delar av forskningsprocessen redogjorts för. Vad gäller pålitlighet är det även relevant att få granskning av handledare och kollegor (Bryman 2018). Handledare och studentkollegor har kontinuerligt läst vårt arbete och rådfrågats vid svårigheter.

Möjlighet att styrka och konfirmera innebär att forskaren under skrivprocessen agerat i god tro utifrån medvetenheten att det inte är möjligt att uppnå fullständig objektivitet i samhällelig forskning (Bryman 2018). Detta delkriterium innebär även att forskaren inte ska påverka studiens resultat. Under forskningsprocessen har det varit eftersträvansvärt att studiens innehåll ska präglas av inhämtad kunskap från aktuell forskning, valda teorier samt undersökningspersonernas egna beskrivningar. Forskarens roll är viktigt att reflektera kring, eftersom förkunskap och egen uppfattning färgar synen på det fenomen som ska studeras samt på det empiriska materialet (Sveningsson et al. 2003). Att vi är två

personer kan minska risken för bias, och målet har varit att behålla en medvetenhet kring forskarrollen genom hela studien.

Angående äkthet, är det viktigt att försöka ge en rättvis bild av undersökningspersonernas uppfattning (Bryman 2018). Genom att behandla undersökningspersonernas texter med största respekt har vi strävat efter att framhäva undersökningspersonernas åsikter och uppfattningar och uppnå äkthetskriteriet. Vi har arbetat aktivt för att lyfta fram beskrivningar från undersökningspersonernas inlägg som visar på både återkommande mönster och variation.

5.5 Bearbetning och analys

För att bli förtrogen med sin empiri är genomläsning och öppen kodning ett relevant första steg (Rennstam & Wästerfors 2015). Vi bekantade oss därför med materialet på detta vis. Efter den öppna kodningen gjordes en mer strukturerad kodning, vilken resulterade i att återkommande fenomen i texten sorterades till koder. Även exempel på variation kodades, då vi ville behålla en medvetenhet kring att inte endast finna mönster i materialet.

Sorteringen fortsatte genom att koderna lades samman under ett antal underkategorier med övergripande kategorier. Kategoriseringen inspirerades av studiens kunskapsläge och teori. Dock behölls alla citat där upplevelsen skiljde sig från forskning och vald teori. Detta gjordes för att undvika att favoritbegrepp och teori skulle styra all sortering, då det kan skapa en enkelspårig analys enligt Rennstam och Wästerfors (2015). Exempel på övergripande kategorier som togs fram är *skuld- och skamupplevelser*, *hemlighållande*, *stöd på forumet* samt *normalitet/utanförskap*.

Rennstam och Wästerfors (2015) skriver att reducering är en viktig del av bearbetningsprocessen. Flera koder som inledningsvis hade skapats valdes bort, för att ge mer plats i analysen åt andra koder. Exempel på koder som togs bort är *skuld inför barn* och *stöd från samhället*. Det hade varit intressant att ta med beskrivningar av undersökningspersonernas skuld känslor gentemot deras barns situation. Eftersom studiens fokus är enbart på partnern till den alkoholberoende valdes den koden bort i analysen. Det framgår i materialet att några enstaka undersökningspersoner har sökt hjälp av psykiatri och anhörigrupper. Dock var dessa erfarenheter få och inte heller utförligt beskrivna, varför valet gjordes att inte ta med den koden i analysen.

Vad gäller analysförfarandet skriver Lundman och Hällgren Graneheim (2017) att tolkningen är en väsentlig faktor i kvalitativ innehållsanalys som metod. Vid analys av kvalitativt textmaterial är det relevant att arbeta på olika abstraktionsnivåer (Lundman & Hällgren Graneheim 2017). Studiens material har analyserats både på en ytligare nivå, det vill säga det som uttryckligen beskrivs, samt på en djupare tolkningsnivå med större hermeneutiska inslag där det bakomliggande budskapet har tolkats. Exempel på en ytligare tolkningsnivå i analysen är citat där ord som skuld och skam förekommer, medan den djupare tolkningen har gjorts vid citat där exempelvis skamupplevelser beskrivs genom andra känslouttryck. Att lägga fokus på tolkning kan enligt Lundman och Hällgren (2017) underlätta kategorisering av ett textmaterial då förutsättningarna för att se mönster ökar.

Under arbetets gång har vi eftersträvat av att majoriteten av undersökningspersonerna ska representeras i analysen, för att resultatet ska visa på en bredd av upplevelser kopplade till skuld och skam hos partners till personer med alkoholberoende. I resultat- och analysdelen finns citat från 16 av 20 undersökningspersoner.

5.6 Förförståelse

Studiens problemområde behandlar anhöriga till personer med alkoholberoende men är nära sammankopplat med frågor som berör beroendeproblematik i stort. En av oss har arbetserfarenhet av tolvstegsbehandling samt anhörigbehandling. Erfarenheten har inneburit en större förförståelse för hur det är att leva nära en person med beroendeproblematik. Tolvstegsbaserad behandling präglas dock av en specifik syn på anhörigproblematiken där exempelvis medberoende används som begrepp och specifika förklaringsmodeller för problematiken är centrala. En av oss har därför under studiens gång behövt medvetandegöra att det finns olika perspektiv att se anhörigproblematiken på och nyansera sin bild på området. Den andra av oss har erfarenhet av arbete på behandlingshem med personer med beroendeproblematik men saknar erfarenhet av anhörigbehandling. Vår gemensamma förkunskap på området har dels främjat intresset och motiveringen till studiens ämne, dels underlättat inläsningen av ämnet.

5.7 Etiska överväganden

Etik är en väsentlig del av forskningen och innefattar medveten reflektion över vad forskningen innebär för de inblandade forskningsdeltagarna samt frågor om tillvägagångssätt i de olika momenten av forskningsprocessen (Kalman & Lövgren 2012).

De etiska överväganden som rör internetforskning skiljer sig från de mer traditionella metoder då internet erbjuder forskaren möjligheter att samla in material obemärkt (Sveningsson et al. 2003)

Enligt Vetenskapsrådet (2002) kan det grundläggande individskyddskravet konkretiseras i fyra allmänna huvudkrav på forskningen. Dessa krav är informationskravet, samtyckeskravet, konfidentialitetskravet och nyttjandekravet. Informationskravet innebär att forskningsdeltagare ska få grundlig information om forskningens syfte innan de tar ställning till att delta eller inte (Kalman & Lövgren 2012). Samtyckeskravet innebär att forskningsdeltagare har rätt att själva avgöra om de vill delta i studien och på vilka villkor. Konfidentialitetskravet innebär att forskaren ska ge forskningsdeltagare högsta möjliga konfidentialitet rörande hanteringen av privat data. Nyttjandekravet innebär att samlade uppgifter under forskningen endast får användas för forskningsändamål (Kalman & Lövgren 2012).

Då studien har ämnat samla in data från internet, från offentligt publicerat textmaterial, är inte samtliga kraven möjliga att uppfylla. Avsteg från de etiska riktlinjerna är möjlig men dessa avsteg måste motiveras med att värdet av den kunskap som hämtas kan uppväga de negativa konsekvenser som studien kan medföra för de som studeras (Daneback & Månsson 2008).

I studien har vi bortsett från informations- och samtyckeskravet då det insamlade materialet är publicerat på offentliga hemsidor som är tillgängliga för alla internetanvändare. Vi har under studiens gång behållit en medvetenhet om att de öppna forum vi undersöker är offentliga men kan upplevas som privata och intima för deras användare (Sveningsson et al. 2003). Vi har haft i åtanke under hela processen att behandla insamlad empiri med respekt för de personer som författat texterna. Vi har sett över informationen vi har samlat in och presenterat materialet så att de inblandade personerna inte kan identifieras utifrån sina berättelser.

Konfidentialitetskravet kan vara lättare att tillgodose när data hämtas på internet då forskaren inte kan veta någonting om de personer som skriver på exempelvis forum (Sveningsson et al. 2003). Konfidentialitetskravet har uppfyllts då forummedlemmarna skriver sina texter under anonyma användarnamn och de går därmed inte att identifiera. Detta är dock inte helt oproblematiskt, eftersom forummedlemmarna vid val av användarnamn med avsikt kan kommunicera information om sig själv i fråga om

exempelvis kön, yrkestillhörighet eller sexualitet (Sveningsson et al. 2003). Det finns även personer som vill bli igenkända via sina användarnamn på specifika forum (Sveningsson et al. 2003). Vi har därför valt att ta bort användarnamnen vid presentationen av vårt material för att bibehålla deras anonymitet. För att vidare uppfylla konfidentialitetskravet, med respekt för forummedlemmarna, har vi valt att inte namnge forumet i studien. Vi är medvetna om att de åtgärder som genomförts för att tillgodose forummedlemmarnas konfidentialitet har gjort det svårare att söka upp forumtrådar, men inte omöjliggjort det.

Vidare kommer nyttjandekravet att tillgodoses, eftersom empirin ska tas bort när arbetet med studien är klart.

5.8 Arbetsfördelning

Vi har under studiens gång båda varit ansvariga och delaktiga vid inläsning, inhämtande av empiri, analysförfarandet och i skrivprocessen. Samtliga avsnitt, med undantag av kunskapsläget och teori, har vi skrivit gemensamt. Kunskapsläget och teoriavsnittet delades upp i två ämnesområden och inläsningen samt skrivandet bedrevs på varsitt håll. Att vara två författare har varit en stor förtjänst och gett oss möjlighet att problematisera, ifrågasätta och diskutera samtliga val med varandra.

6 Resultat och analys

Nedan följer studiens resultat- och analysavsnitt. Undersökningspersonernas beskrivningar av skuld- och skamupplevelser lyfts fram med hjälp av citat från forumet. De citat som valts ut är representativa för undersökningspersonernas upplevelser i stort. Även variation bland upplevelserna belyses, för att visa på nyanser och skillnader i materialet. För att fördjupa förståelsen för undersökningspersonernas beskrivningar av skuld- och skamupplevelser i relation till att vara partner till någon med alkoholberoende förankras och analyseras undersökningspersonernas beskrivningar till kunskapsläget och valt teoretiskt perspektiv. Vi har valt att presentera och analysera empirin med hjälp av två övergripande teman. Det första temat berör skuld och skam och lyfter olika skuld- och skamupplevelser som var framträdande i materialet. Det andra temat behandlar undersökningspersonernas beskrivningar av utanförståendeskap kopplat till upplevelser av skuld och skam.

6.1 Skuld och skam

Detta resultat- och analysavsnitt berör hur skuld och skam kommer till uttryck i undersökningspersonernas beskrivningar av sin situation. Detta avsnitt ämnar ge en djupare förståelse för mekanismerna kring skuld och skam i relation till undersökningspersonernas situation. Skuld- och skamupplevelserna presenteras här på tre nivåer, vilka framkom vid analys av materialet: skuldbeläggning från den alkoholberoende partnern, skuld- och skamupplevelser i relation till omgivningen samt upplevelser med koppling till egen skuld och skam.

6.1.1 Skuldbeläggning från den alkoholberoende partnern

En typ av skuldupplevelse som förekommer i forumtexterna är att flera av undersökningspersonerna skriver om att den alkoholberoende partnern lägger över skuld och ansvar på dem samt anklagar dem för sitt alkoholberoende. Nedan presenteras tre citat från studiens empiri som sedan analyseras.

U1 skriver om att den alkoholberoende partnern uttrycker att anledningen till att partnern måste dricka beror på att U1 skapar ångest hos honom, att U1 är elak och tråkig med mera:

Och han vänder saker. Säger att det är mitt fel at han måste döva sin ångest. Att jag är elak som skällt för hårt genom åren när han varit asfull. Att vi har så tråkigt ihop så han dricker. Jag bär liksom alltid ansvaret för all skit enligt honom och då är jag inte alls en trist person. (U1)

Likaså skriver U2 att partnern lägger skuld på U2 genom att anklaga hen för att inte vara rolig längre och därmed en anledning till att han dricker. U2 skriver att hen även anser att partnern har skäl att skylla på något utanför sig själv:

Dricker igen. Min man dricker igen. Sa att jag lämnar honom om han dricker mer. Så nu måste jag ta ett beslut. Han är dryg och dum i kväll. Fy för den här fyllan. Fick höra i kväll att jag inte är rolig längre. Att det är mitt fel att han dricker. Jo jag vet, något måste han ha att skylla på, hur ska han annars hantera ångesten över att han måste dricka . Men jobbigt ändå.
(U2)

U13 beskriver hur hen får dåligt samvete av att bli anklagad av partnern, och att detta får negativa konsekvenser för U13:

När jag har konfronterat honom om det jag känner och upplever brukar det slå helt bakut och han anklagar mig för det ena och det andra och säger att han inte kan slappna av i sitt eget hem, var på jag får dåligt samvete igen och jag sluter mig. (U13)

Citaten visar på en viss typ av skuldupplevelse i relation till att leva med en alkoholberoende partner. U1, U2 och U13 skriver om att de upplever att deras partner lägger över ansvar på dem för sitt beroende. De Freitas och Souza Cavalcante (2019) fann i sin forskning att partners till personer med alkoholberoende tar på sig ansvar för partners handlingar och val. I undersökningspersonernas beskrivningar framstår det som att deras partners vill få undersökningspersonerna att ta ansvar för beteenden som är partners egna. Utifrån ovan presenterade citat, framstår en skillnad i hur de hanterar den beskrivna skuldbeläggnings från partnern. U1 beskriver att hen ställer sig emot partners skuldbeläggande kring att han dricker för att de har tråkigt ihop. U1 beskriver att hen inte ser sig som en trist person. U2s redogörelse däremot tyder på att U2 anser att det är nödvändigt för partnern att skylla på något annat än sig själv. Utifrån U2s beskrivning framstår det att hen i viss mån accepterar skuldbeläggandet. U13s beskrivning tyder på att U13 tar åt sig av partners anklagande, och sluter sig känslomässigt. Skillnader som dessa kring hantering av skuldbeläggning är genomgående i materialet. En del

undersökningsspersoner beskriver att de står emot medan andra börjar ifrågasätta om de har egen skuld i partners alkoholberoende.

Alkoholberoende blir en familjesjukdom på det vis att andra familjemedlemmar involveras (Peled & Sacks 2008). Vad gäller allmänhetens syn på personer med beroendeproblematik, visar forskning att den medför ett stort stigma eftersom allmänheten har särskilda stereotypiska uppfattningar om denna typ av avvikande beteende. I dessa uppfattningar från allmänheten ingår att situationen är skamfull (Link et al. 1999; Angermeyer, Matschinger & Corrigan 2004; Corrigan 2000) samt uppfattningen om att inte bara den beroende bär ansvar, utan hela familjen och särskilt partnern (Corrigan, Watson & Miller 2006). Beckers stämplingsteori (1963/2006) bidrar med en förståelse för varför ett visst beteende kategoriseras som avvikande i en viss kontext. Med Beckers (1963/2006) syn på alkoholberoende blir allmänhetens uppfattning central. Eftersom allmänheten reagerar starkt på hur personer med beroendeproblematik handlar, uppfattas dessa personer som avvikare.

Frågan är således vem som bär ansvaret för den skuld som den alkoholberoende personen lägger över på sin partner. Utifrån Goffmans teori om stigma (Goffman 1963/2007) kan det ses som att eftersom allmänheten stigmatiserar den alkoholberoende personen, och samtidigt ser undersökningsspersonerna som sammankopplade med deras partner, rättfärdigar detta att den alkoholberoende partnern lägger över skuld på den andra partnern. Att anhöriga till stigmatiserade individer också upplever egen stigmatisering, benämner Goffman som hedersstigma (Goffman 1963/2007). Eftersom parterna ses som en enhet, blir skulden bådas att bära.

6.1.2 Skuld- och skamupplevelser i relation till omgivningen

En annan skuldupplevelse som även innebär skam är undersökningsspersonernas beskrivningar av hur omgivningen ser på dem. Flera undersökningsspersoner skriver att deras familj, partners familj och vänner ger dem skuldkänslor. Undersökningsspersonerna beskriver även hur de upplever att de behöver skämmas för sin partner inför andra.

U7 beskriver hur omgivningens syn på paret relation påverkar U7 själv. Enligt U7s utsaga leder den till en känsla av att vara ifrågasatt:

Innan var det ju ingen som visste, men nu har jag börjat berätta för mina närmaste. Det är tyvärr så att de flesta av dem ger mig skuldkänslor också när man pratar. När de t.ex säger, så jobbigt detta blir för din man, hur ska han nu klara av att vara nykter, ska du lämna en relation efter så många år osv osv. Jag har ju inte mått bra i denna relation på många år och det har gjort mig nedstämd och med ett ständigt grubblande hur jag ska göra med mitt liv, men nu är det verkligen ännu värre. Förstår inte hur jag ska få kraft att ta mig ur det här? En del säger att du kan väl ge honom en chans till, nu kanske han verkligen har förstått hur allvarligt det är. (U7)

Skulden som U7 beskriver från sina närmaste är riktad både gentemot hen själv och gentemot partnern. U7 beskriver sig vilja lämna relationen, medan de närstående ifrågasätter valet. Peled och Sacks (2008) gör en viktig poäng med koppling till U7s utsaga, vilken är skuldoplevelsen i att känna sig oförmögen till att lämna sin alkoholberoende partner men samtidigt uppleva sig misslyckad med att hjälpa partnern. Utifrån U7s beskrivning framstår det som att U7s omgivning kopplar ihop båda partners, alltså att U7 associeras till sin partner. Genom att undersöka fenomenet med hjälp av Goffmans begrepp hederstigma (Goffman 1963/2007), går det att förstå hur en alkoholberoende persons stigma sprider sig till en närstående. U7 skriver att de närstående ser parterna som en enhet och att de anser att U7 bör stanna kvar tillsammans med partnern och vara ett stöd för honom. Känslan att vara ifrågasatt av omgivningen är kännetecknande för en stigmatiserad individ (Goffman 1963/2007). Enligt U7s beskrivning av sina upplevelser leder ifrågasättandet till att U7 börjar tvivla på sin egen förmåga i att stå fast vid sin åsikt och lämna relationen.

Flera undersökningsspersoner beskriver känslan av att skämmas för sin partners beteende inför andra. U3 skriver att hen vill lämna sin alkoholberoende partner och ska på lägenhetsvisning men har ingen att ta med sig. U3 skriver:

Jag har i princip ingen att ta med mig.. Jag har inte några vänner kvar, han hatar alla, dom han 'accepterar' bjuder jag aldrig hem igen, jag skäms för hur han beteer sig. (U3)

Från U3s berättelse framgår att partnern hatar vissa av U3s vänner och accepterar några. Dock skriver U3 att hen inte vill bjuda hem dessa på grund av skamkänslor inför hur den alkoholberoende partnern agerar.

Att känna skam är en nedbrytande upplevelse som har att göra med det mänskliga behovet att bli sedd som önskad av andra (Gilbert 1997). I U3s beskrivning framstår det som att det är U3 själv som väljer att avsluta relationerna till vännerna på grund av skammen. Att U3 skriver om avsaknad av social samvaro med andra personer än den alkoholberoende partnern stämmer överens med resultatet i Rusnákovás intervjustudie (2014). Enligt Rusnáková (2014) är det kännetecknande för familjemedlemmar till personer med alkoholberoende att inte ha socialt umgänge med andra personer. Ett annat kännetecken är att hemlighålla problemet inför andra på grund av skam. Social isolering och hemlighållande kommer att behandlas mer utförligt senare i analysen.

En annan skamupplevelse i relation till omgivningen som beskrivs på forumet är att som partner till en person med alkoholberoende känna sig tvingad att försvara valet av partner.

U16 skriver följande:

Det jag känner är svårast är mina tankar om att jag måste försvara min kärlek till honom. Känslan av att vara ifrågasatt. Som att jag stannar för att sköta honom. Av martyrskap, eller medlidande. Eller för att inte förlora ansiktet själv. För så är det inte. Jag är här med honom för att han är mitt livs kärlek. Inget annat. (U16)

Enligt Starrin (2011) finns en nära koppling mellan stigma och skam, vilken är synlig i U16s beskrivning. U16 bär på ett stigma som partner till en person med alkoholberoende, och i stigmat ingår också skammen. U16 skriver om upplevelsen av att vara ifrågasatt. Enligt U16s utsaga har omgivningen olika syn på varför hen stannar kvar i relationen. Men U16 skriver att hen gör det av kärlek till partnern, vilket det framstår som att omgivningen inte har förståelse för. Starrin (2011) skriver att upplevelsen av att vara kränkt, förödmjukad eller sviken kopplas till skam, vilket i U16s fall beskrivs som känslan av att behöva försvara sin kärlek till partnern. I U16s beskrivning tycks omgivningen ha för avsikt att skambelägga U16s val av partner. Från U16s citat kan det därför tolkas som att omgivningen anser att U16 borde känna skam över att vara i en relation med en person som har ett alkoholberoende.

6.1.3 Upplevelser med koppling till egen skuld och skam

I tidigare avsnitt har skuldbeläggning från den alkoholberoende partnern samt skuld- och skamupplevelser med koppling till omgivningen behandlats. I studiens material förekommer även beskrivningar av upplevelser kopplade till skuld och skam som har med

undersökningsspersonerna själva att göra. I följande avsnitt kommer beskrivningar av upplevelsen av egen skuld för partners alkoholberoende, självtvivel och låg självkänsla, att skämmas för sig själv inför andra samt beskrivningar av upplevelser av nedstämdhet, ilska och tankar på döden att lyftas och analyseras.

Flera av undersökningsspersonerna beskriver hur de skuldbelägger sig själva för partners alkoholberoende. Både U12s och U17s texter är exempel på detta. U12 skriver att hen lägger skuld på sig själv och tvivlar på sig själv:

Man skuldbelägger sig själv, kunde jag gjort nåt annorlunda, vad är det för fel på mig, hur ska jag orka lämna (barn, ekonomi, boende etc) men framförallt känslomässigt! Jag hoppas att denna sida och alla livsöden kan hjälpa mig vidare, att få styrkan till att gå i rätt riktning. (U12)

Likaså U17 skriver om upplevelser av egen skuld och självtvivel:

Sitter med tårar rinnande nedför kinderna.... klandrar mig själv.... tänker att om jag inte sagt si eller så, om jag varit mer tillmötesgående, att jag borde vara mer flexibel, att jag skulle accepterat mer.... ja jag vet inte allt. (U17)

Att brottas med egna skuldkänslor över ens partners alkoholberoende är enligt Peled och Sacks (2008) en vanlig upplevelse. U12 skriver att hen skuldbelägger sig själv och undrar om hen hade kunnat göra annorlunda och påverka situationen. U17 beskriver att hen klandrar sig själv för att inte ha hanterat situationen på ett annat sätt. Dessa beskrivningar tyder på upplevelsen av egen skuld. Vidare framstår det enligt utsagorna från U12 och U17 som att de anser sig ha någon form av ansvar för situationen. Att alkoholberoendet inte ses som den personens eget ansvar, går i linje med resultaten i de Freitas och Souza Cavalcantes studie (2019). Studien visade att partners till personer med alkoholberoende känner att de behöver ta eget ansvar för den alkoholberoendes handlingar.

Genomgående i materialet kopplat till egen skuld och skam kring partners alkoholberoende är beskrivningar av osäkerhet, självanklagelse och låg självkänsla. U1 skriver att hen har gått från att vara en bestämd person till att tvivla allt mer på sig själv:

Jag blir bara så osäker på mig själv...om det är jag som är överkänslig....och då är jag vanligtvis en bestämd och stark person....men inte i detta. (U1)

Även U13 beskriver att hen börjar tvivla på sig själv och har ett ständigt dåligt samvete. U13 beskriver att hen efter att ha läst på forumet har börjat funderat på om situationen med den alkoholberoende partnern inte är så allvarlig som hen tidigare tänkt:

Det känns som att jag alltid har dåligt samvete. Jag har dåligt samvete nu för att jag skriver denna texten. Jag känner mig osäker, Överreagerar jag? Har jag rätt som tror att han inte kan hantera alkoholen? Jag har läst så många berättelser på forumet och det har fått mig att börja tänka att min situation kanske inte är så farlig ändå? (U13)

U1 och U13s beskrivning av självtvivel kan ses som tecken på att de inte längre litar på sig själva. U1 beskriver sig ha varit en ”stark och bestämd person” tidigare. U13 redogör för att hen känner sig osäker och undrar om hen överreagerar. De beskrivna upplevelserna tyder på en sjunkande självkänsla hos undersökningspersonerna. Ett relevant begrepp att lyfta i sammanhanget är självstigma. Det framstår utifrån U1, U13 och andra undersökningspersoners utsagor att de har genomgått en process av självstigmatisering. Att börja tvivla på sig själv, känna egen skuld över situationen samt ha lågt självförtroende är kännetecknen på att en individ har övertagit omgivningens syn på denne (Caltaux 2003; Corrigan & Watson 2002; Lundberg 2010). Goffman tar upp samma process i det som benämns som den ”den moraliska karriären” (Goffman 1963/2007, s. 40). Denna karriär är en socialisationsprocess genom vilken den stigmatiserade individen ägnar sig åt självbedömning för att till slut ta över omgivningens syn på denne (Goffman 1963/2007). De beskrivna skuld känslorna, självtvivet och osäkerheten i undersökningspersonernas utsagor tyder på att det stigma som de upplever från omgivningen har införlivats i hur de ser på sig själva.

Ett annat mönster i materialet är beskrivningar av upplevelser av egen skam. U2 skriver att hen har svårt att inför sig själv stå fast vid valet av partner: ”Det känns så oerhört svårt att erkänna för sig själv att man lever med och älskar en alkoholist!” (U2). Enligt Goffman (1963/2007) är skamupplevelsen en central del av att vara stigmatiserad. Goffman (1963/2007) skriver att skammen alltid är väntande, som om den är en form av latent grundkänsla i den stigmatiserade individen som kan triggas igång. Även Starrin (2011)

förklarar skamupplevelsen som nära kopplad till att vara stigmatiserad. U2s beskrivna svårighet i att erkänna för sig själv att hen älskar en person med alkoholberoende kan tolkas som upplevelsen av ett personligt misslyckande. Att känna sig misslyckad är ett uttryck för skam (Eriksson, Starrin & Janson 2003).

Även U16 beskriver känslor av skam i form kopplat till att inte vilja vara öppen med att hen har en relation med en person med alkoholberoende:

När återfaller sedan kom, i smyg förstås, 10 månader efter blev jag helt slut. Vågade inget säga. Inte till honom. Inte till någon. Men han ringde mig på jobbet och berättade till sist. Aspackad var han. Jag blev arg, förtvivlad, ledsen. Och skämdes...Varför?!

Jo, jag hade inte berättat för någon om att jag visste att han drack igen. Jag ville inte bli ifrågasatt i mitt val att leva med honom. Jag som gått från ett dåligt förhållande för att leva med honom.

Jag ville inte bli dömd. Inte ta risken att någon skulle säga att jag måste lämna honom. (U16)

U16s beskrivna rädsla för att bli dömd av andra tyder på att hen inte kan stå upp för sitt val i att leva med en alkoholberoende partner. U16 skriver om en oro inför att bli ifrågasatt av omgivningen. Denna typ av känslor kan ha koppling till skam enligt de markörer för skam som nämns av Starrin (2011) samt Eriksson, Starrin och Janson (2003). Bland dessa ingår att bli sårad och kränkt, vilka har en nära förbindelse till U16s beskrivning av rädslan inför att bli dömd och ifrågasatt. Det kan därmed tolkas som att U16 beskriver känslan av att skämmas för sig själv och sin situation inför andra.

Ett annat fenomen med koppling till egen skuld och skam är att undersökningspersonerna beskriver att de upplever psykiska påfrestningar. De flesta av undersökningspersonerna skriver att de anser att partners alkoholberoende har resulterat i starka negativa känslor och ett eget försämrat psykiskt mående. Ord som förtvivlad, ledsen och deprimerad förekommer frekvent i undersökningspersonernas texter. U3 skriver: ”Känner mer och mer att jag stänger av. Är inte mitt glada, positiva jag längre” (U3). Enligt Rusnáková (2014) är uppgivenhet och depression kännetecknande för anhöriga till personer med alkoholberoende. De upplevelser som undersökningspersonerna beskriver kan även relateras till resultaten i en studie gjord av Cohen-Filipic och Bentley (2005). Cohen-Filipic och Bentley (2005) skriver att känslouttryck som nedstämdhet och ilska kan

uppstå som en konsekvens av skuld- och skamupplevelser hos anhöriga till personer med beroendeproblematik. På så vis kan den ledsamhet och nedstämdhet som undersökningspersonerna beskriver ha en koppling till skuld och skam.

Även ilska är en känsla som undersökningspersonerna skriver om i materialet från forumet. U18 skriver följande:

Känner att hans missbruk förstört ALLT, jag får nu bara ha min dotter varannan vecka pga hans missbruk.. jag har en sån himla ilska inom mig och hatar honom verkligen ibland och önskar honom allt ont för att vi sedan ska prata bra i ett par dagar och man bönar och ber om att han ska ta hjälp för våran skull. (U18)

Från U18s beskrivning går det att utläsa att U18 känner hat mot sin alkoholberoende partner och att U18 ibland önskar partnern ”allt ont”. Samtidigt skriver U18 att de ibland har bra dagar, men att det sedan vänder igen. Vad gäller ilska, skriver Eriksson, Starrin och Janson (2003) att det finns en stark koppling mellan ilska och skam. Med hjälp av Eriksson, Starrin och Jansons (2003) beskrivning av hur ilska och skam hänger ihop blir det synligt att den förnedring och skam som U18 beskriver inför situationen vänds ibland utåt i form av ilska och ibland inåt i form av tystnad när samlivet går bättre.

I studiens material finns även beskrivningar av djup nedstämdhet som i vissa fall har gått så långt som att innefatta tankar på döden. Nedan presenteras två citat som sedan analyseras. U15 skriver att hen vill lämna sin alkoholberoende partner men beskriver om hur svårt det är samt hur påfrestande det är på det egna psykiska måendet:

Jag känner mig så svag, jag orkar ingenting... jag är inte lycklig längre. Och nej, det är inte bara att lämna honom. Jag har försökt flera gånger men alltid förlåtit honom och gått tillbaks. Fan det är helt sjukt det här. Senaste tiden har jag till och från haft självmordstankar. Jag som älskade livet. Nu är jag fast. Vem kan man prata med? (U15)

Även U18 beskriver att partnerns beteende har fått U18 att tappa lusten att leva:

Det som gjort mig mest leds är att han aldrig ber om ursäkt eller inser att han gjort fel. Jag har skrikit och gråtit och sagt att hans alkoholproblem

fått mig att tappa viljan att ens leva men att jag såklart inte hade tagit livet av mig då vi har våran dotter osv. Och han bara hånler och säger att jag överdriver. (U18)

U15 och U18s beskriver sig uppleva stor smärta. U15 skriver tidigare att hen har packat väskor och är redo att lämna, men litar inte på att hen kommer att lyckas med det. Upplevelsen av att känna sig misslyckad och oförmögen att lämna en alkoholberoende partner finns bland de intervjuade i Peled och Sacks studie (2008). U18 skriver att hen har framfört för sin partner hur dåligt hen mår och önskar sig en ursäkt från partnern, vilket partnern inte ger hen. Både U15 och U18s beskrivningar tyder på en känsla av hopplöshet. Hopplöshet är ett kännetecken på självstigma (Caltaux 2003; Corrigan & Watson 2002; Lundberg 2010). Utifrån U15s och U18s utsagor kan det tolkas som att självstigmatiseringen har gått så långt att de uppfattar sig själva som underlägsna och ovärdiga. Enligt Goffman är det den syn som allmänheten har vad gäller de individer som bär på ett stigma (Goffman 1963/2007).

6.2 Att vara utanförstående

Följande resultat- och analysavsnitt behandlar hur undersökningspersonerna beskriver skuld- och skamupplevelser relaterade till interaktionen med människor i deras omgivning. Det teoretiska perspektiv som valts till studien fokuserar på individens interaktion med andra, varför det är relevant att lyfta hur skuld och skam närvarar i undersökningspersonernas beskrivning av samspel med omgivningen. Avsnittets teman är följande: hemlighållande och social isolering, utanförstående tillsammans samt social exkludering.

6.2.1 Hemlighållande och social isolering

Flera undersökningspersoner beskriver hur de hemlighåller partners alkoholberoende för människor i deras omgivning. Hemlighållandet framstår som ett sätt att hantera upplevelserna av skuld och skam. I flera fall förekommer det även att undersökningspersonerna skriver att de hanterar skuld- och skamupplevelserna genom att avskärma sig socialt. Enligt Peled och Sacks studie (2008) är det vanligt förekommande att partners till personer med alkoholberoende har en stor längtan av att tillhöra normen och att skammen och deras avvikande familjebild gör att de hemlighåller beroendeproblematiken inför andra. U2 skriver att hen inte vill lämna sin partner men att hen inte vill leva med beroendet. U2 beskriver sig vilja kämpa och stanna kvar under

partnerns behandling men beskriver hur dåligt hen och hela familjen mår. U2 beskriver även de påfrestningar det innebär att behöva ljuga för omgivningen:

Jag har ingen att prata med för jag vill inte förstöra fasaden för alla tror vi ha det så bra och är så lyckliga. Undra vad som skulle hända om man faktiskt sa sanningen- att nej vi är inte världens lyckligaste par, min sambo har alkoholproblem och har haft det sedan vi träffades. Jag har många gånger fått ljuga för mina vänner om varför jag inte vill träffas., skyller t.ex på jobbig natt med barnen, eller att dom är förkylda osv för att inte behöva berätta sanningen. Men egentligen är det så att jag bara vill skrika ut och berätta allt. Håller på att explodera med mina känslor. (U2)

I U2s citat framkommer det tydligt att hen upplever ljugandet och hemlighållandet som något svårhanterligt och önskar att hen inte behövde undanhålla sanningen. Att inte kunna berätta om partners alkoholberoende för omgivningen resulterar enligt U2s beskrivning i känslomässiga utmaningar. En stigmatiserad individs förmåga att interagera med andra, utan att de har vetskap om individens olikhet är en väsentlig faktor i individens försök till välmående (Goffman 1963/2007). Goffman (1963/2007) menar att problemet med hemlighållandet huvudsakligen handlar om individens ständiga ansträngning med att dölja stigmat. I U2s beskrivning synliggörs försöken till att dölja beroendet och parets situation för andra. Det blir väsentligt att i varje interaktion bestämma sig för vad man ska säga eller inte, att ljuga eller inte och vad man ska göra mot vem (Goffman 1963/2007).

En annan undersökningssperson, U7, beskriver att hen och partnern "spelar teater" när de umgås med släkten. U7 skriver att hen försöker förhindra att beroendeproblematiken som präglar familjen kommer fram och håller upp en fasad. Enligt Goffman (1963/2007) resulterar hemlighållandet i att individer accepterar bemötandet från sin omgivning som baseras på felaktiga uppfattningar. Det andra problemet med hemlighållandet enligt Goffman handlar om är strävan att informationen som undanhålls inte kommer ut (Goffman 1963/2007). U14 exemplifierar hemlighållandet genom att beskriva en situation där hen har ljugit om och undanhållit partners drickande för sin mor:

När han gick tillbaka till jobbet så kom han hem en kväll från jobbet och jag såg på honom att han var onykter. Han pratade i telefon och gick in i ett annat rum. Min mamma var hos oss då och jag var tacksam för att han gick in i ett annat rum så att hon inte såg att han var onykter. Jag gick ut

till hans bil och sa till mamma att jag skulle gå ut och kolla en sak bara. I hans väska i bilen hittar jag en öppnad boxvin som är till en del tömd. Jag blev så arg så jag stormade in till honom. Jag väntade tills han la på och berättade vad jag hade hittat i bilen. Han bröt ihop totalt och grät och sa att det inte hade hänt förut och att var så ledsen. Han fick stanna kvar på rummet (jag sa till mamma att han fortfarande pratade i telefon) tills mamma hade gått hem. (U14)

De Freitas och Souza Cavalcante (2019) har i sin studie uppmärksammat att anhöriga ändrar sina beteendemönster för att kunna dölja den beroendes handlingar för andra i omgivningen. De förändrade beteendemönstren ger sig i uttryck genom att anhöriga tar ansvar för den beroendes handlingar och val (De Freitas & Souza Cavalcante 2019). U14 beskriver vidare i sin text att hen känner en oro över att berätta sanningen för bland annat sina arbetskamrater och att hen känner sig "otroligt arg, ledsen och sårad" (U14). Skulden och skammen som uppstår på grund av den alkoholberoendes handlande blir en del av vardagen men även strävan efter att minska exponeringen inför andra (De Freitas & Souza Cavalcante 2019). Många av undersökningsspersonerna beskriver de negativa konsekvenser som sker på ett individuellt och känslomässigt plan i samband med hemlighållandet. U3 beskriver att hen upplever skuld eftersom hen delar med sig av sina problem på forumet. U3 skriver att hen har fått lära sig att "man skyddar och håller sina nära och kära om ryggen. Alltså inte berättar något för nån." (U3). U3 beskriver att situationen hemma skapar "ångest i bröstet" (U3) men att avslöja den för andra resulterar i skam och samvetsqual. Undersökningsspersonas beskrivningar kan förstås utifrån det Becker (1963/2006) kallar för hemliga avvikare. Att vara en hemlig avvikare innebär att en individ inte vill bli avslöjad och känna skuld och skam inför sin situation. Den vill inte heller förlora sitt socialt etablerade liv och det kan tolkas från undersökningsspersonas utsagor att de därför väljer att undanhålla partners alkoholberoende för omgivningen. Hemlighållande kan därmed ses som ett sätt att hantera skuld- och skamupplevelserna som det innebär att leva med en person med alkoholberoende.

Kopplat till hemlighållandet av partners alkoholberoende, beskriver flera undersökningsspersoner valet att isolera sig från andra för att undvika att bli dömda och associerade med sina alkoholberoende partners. Att själv avsluta relationer med andra framstår som ett annat sätt att hantera skuld- och skamupplevelser. U13 beskriver hur hen inte vågar prata om sin situation med andra:

Jag vill inte lämna honom, jag älskar honom så otroligt mycket. Men jag orkar snart inte längre. Jag känner själv hur jag sluter mig allt mer och mer både för honom och andra människor i min närhet.

Nu känner jag framför allt bara skuld. (U13)

En annan undersökningssperson, U19, beskriver hur hen undviker sociala tillställningar på grund av partners alkoholberoende:

Periodvis vill jag inte ens bjuda hem vänner på middag för jag vet inte om det fungerar eller om han betar sig illa. På nyårsafton började han med sina elaka kommentarer mot mig och då blev jag så arg att jag var tvungen att gå in i sovrummet en stund för att lugna ner mig. (U19)

U13 och U19 skriver att de själva väljer att undvika sociala sammanhang som en följd av den stigmatisering som anhöriga utsätts för genom att bli associerade med sina alkoholberoende partners. Det framstår i U13 och U19s citat som att de oroar sig för att människor i deras närhet ska se dem och den alkoholberoende partnern som en enhet. Den beskrivna upplevelsen har därmed en koppling till Goffmans begrepp hedersstigma (Goffman 1963/2007). Goffman (1963/2007) menar att stigmatiserade individer kan uppleva osäkerhet över hur de ”normala” identifierar och tar emot dem. Undersökningsspersonerna beskriver att de hemlighåller situationen och går i flera fall så långt att de undviker sociala kontakter då rädslan för att bli dömd och ifrågasatt är stor.

Många av undersökningsspersonerna beskriver hur de hemlighåller beroendeproblematiken för familjen och omgivningen eftersom rädslan och skammen för exponeringen är för påtaglig och konsekvenserna för stora. I empirin förekommer det dock två undersökningsspersoner som berättade om problematiken för personer i deras omgivning vilket resulterade i skam och en högre grad av hemlighållande efter avslöjandet. U15 beskriver sin aktuella situation med partnern. Hen återger att hen sitter och gömmer sig i badrummet då partnern är skrämmande i onyktert tillstånd och väntar på att hen ska somna. U15 blickar tillbaka och skriver:

I början var jag tuff, jag berättade för mina föräldrar, hans familj, mina vänner... jag berättade om hur han blev när han blev full, att han kunde bli så arg och elak mot mig.

Nu berättar jag inte det längre för någon. För jag skäms. Jag vet att de undrar hur fan jag kan stanna.

Jag åkte tex alltid hem till mina föräldrar förut när han blev full och arg, för han blir som sagt lätt det när han dricker. Han blir en helt annan person som jag verkligen skäms över och han kan bli så jävla elak mot mig.

Nu åker jag aldrig hem till mina föräldrar längre när han blir full fastän jag vill hemifrån. De har sagt upp kontakten med honom pga hur han har betett sig och jag vet att hans familj också kommer att göra det om jag berättar att han dricker igen. Dom tror han är nykter. (U15)

I U15s berättelse blir det påtagligt att skammen förhindrar hen från att leva öppet med partners beroendeproblematik men även att valet att hemlighålla sanningen påverkar hen känslomässigt. Hemlighållandet resulterar även i en slags känslomässig isolering från familjen där U15 tvingas hantera de konsekvenser som partners beroende leder till ensam.

Ytterligare en undersökningsperson beskriver vilka konsekvenser avslöjandet av beroendeproblematiken har lett till. I samband med att U16s partner slutade att dricka, berättade partnern för hela familjen om sin beroendeproblematik. Efter avslöjandet tog U16s partner återfall och det blev viktigt för U16 att familj och vänner inte skulle få reda på att partnern har börjat dricka igen. Hen väljer att hemlighålla partners återfall då hen inte vill bli ifrågasatt i sitt val att leva med partnern. U16 ville inte: "...bli dömd. Inte ta risken att någon skulle säga att jag måste lämna honom." (U16). Hen beskriver även sina känslor i samband med partners återfall: "Jag blev arg, förtvivlad, ledsen. Och skämdes." (U16). U16 beskriver att hen upplever både skuldbeläggning från omgivningen och känner skam. U16 väljer därför att hemlighålla partners återgång till alkohol.

U15s och U16s beskrivningar av hemlighållandet tydliggör hur skulden och skammen som uppstår i samband med beroendeproblematiken leder till ensamhet och isolering. Undersökningspersonerna tvingas att hantera sina partners, men även sina känslomässiga belastningar på egen hand. Becker menar att en av de centrala stegen i processen att ses som avvikande är just att bli upptäckt (Becker 1963/2006). Att bli avslöjad och sedd som avvikare har en avgörande betydelse för individens fortsatta deltagande i sociala sammanhang. Enligt Becker (1963/2006) är den drastiska förändringen av individens offentliga identitet den viktigaste konsekvensen av att bli avslöjad och en del av avvikarkarriären. Beckers teori fokuserar huvudsakligen på den avvikande individen i interaktionen med andra och fångar inte i lika hög grad den individuella upplevelsen.

Därför är det svårt att med hjälp av teorin förstå hur den avvikande personen på en individuell nivå hanterar att ses som avvikande, i form av exempelvis copingstrategier.

6.2.2 Utanförstående tillsammans

Det framkommer i materialet att många undersökningspersoner beskriver sig ha någonting gemensamt, vilket var att mötas på forumet. Materialet präglas av att undersökningspersonerna beskriver sig som ensamma i sin situation och att de upplever förlusten av ett socialt sammanhang som negativ. Samtidigt beskriver många lättnaden över att kunna dela med sig av sin berättelse till personer med liknande erfarenhet. U3 beskriver känslan av att kunna dela med sig av sina upplevelser på forumet:

Ja det är så skönt att få skriva av sig här. Här förstår alla direkt hur man känner. Ingen som dömer, varför man inte bara lämnar. (U3)

U3 antyder i sin forumtråd att andra i hens omgivning är dömande då hen väljer att stanna kvar vid sin alkoholberoende partner. Möjligheten att kunna skriva om sin situation utan att bli dömd beskrivs som någonting positivt av U3. En annan undersökningsperson skriver flera gånger i sin forumtråd om hur positivt det känns att forummedlemmarna kan känna igen sig i varandras upplevelser. U7 skriver om forumets betydelse:

Blir jag tvivlande och inte kan hitta tillbaka till min känsla när jag levde i mitt äktenskap med min alkoholist, så är det så skönt att detta forum finns. Här kan man gå in och läsa andras berättelser och även gå tillbaka och läsa sin egen. Då blir det lättare att hitta känslan och begripa varför jag lämnade. Tack alla här för att ni finns och är aktiva här! (U7)

Becker skriver att ett sista steg i avvikarkarriären är att bli en del av en avvikargrupp där avvikelsen blir ett gemensamt drag (Becker 1963/2006). Att bli en medlem i avvikargruppen har en stark effekt på självbilden och skapar en känsla av gemenskap (Becker 1963/2006). Enligt Becker (1963/2006) kan gemenskapen i avvikargruppen bidra till en uppsättning perspektiv om hur världen är och kan hanteras. Det är tydligt i beskrivningarna att forummedlemmarna inspirerar varandra med sina berättelser och inte minst hanteringen av skulden och skammen som ingår i att leva med en person med alkoholberoende. Avvikargruppens motivation går även ut på att förkasta konventionella

moralregler (Becker 1963/2006). Det framstår som att forummedlemmarna inte behöver känna skuld eller skam för sin situation inför varandra. De behöver inte heller hemlighålla sina handlingar eller de beslut de tar då medvetenheten om att andra medlemmar befinner sig i samma situation minskar rädslan för att känna skam och bli dömd.

Goffman (1963/2007) menar att stigmatiserade individer kan handleda varandra då de delar samma erfarenheter. Eftersom forummedlemmarna beskriver att de delar samma utmaningar kan de ge varandra handledning i hur de kan hantera upplevelser kopplade till skuld och skam men även erbjuda stöd till varandra. På forumet framstår det som att undersökningspersonerna upplever att de blir godtagna som vilken annan människa som helst. U8 exemplifierar tacksamheten över erfarenhetsutbytet:

Tack snälla, för att ni delar med av era erfarenheter och tankar! Det ger perspektiv och insikter att se hur lika en del av alkoholisters mönster verkar vara. (U8)

En annan undersökningsperson uttrycker att forumet och forummedlemmarnas erfarenheter påverkar hans situation positivt:

Allt är så otroligt energikrävande och man känner sig helt tom inuti. Men jag ska kämpa vidare, förhoppningsvis till något bättre. Tack! Snälla för att ni delar med er av era erfarenheter! Det gör stor skillnad! (U12)

Många av undersökningspersonerna har återkommit till forumet vid ett flertal tillfällen och bytt erfarenheter med andra som befinner sig i samma situation. Möjligheten att skriva sin berättelse utan att bli skuldbelagd och utan att behöva skämmas framstår som viktiga anledningar till varför undersökningspersonerna skriver på forumet. Stämplingsteorin och stigmateorin erbjuder en ökad förståelse för interaktionen mellan individer som ses som avvikande men saknar fokus på den individuella hanteringen av stämplingen. Det problematiseras varken av Becker (1963/2006) eller Goffman (1963/2007) vad som sker på ett individuellt plan hos en individ som tillhör en avvikargemenskap och vilka långsiktiga konsekvenser det kan leda till. Exempelvis kan

steget till att söka hjälp från samhället tänkas bli ännu längre om forummedlemmarna finner en så pass stark trygghet i gruppen att de enbart vänder sig till varandra.

6.2.3 Social exkludering

Nästan alla undersökningspersoner beskriver att deras liv har förändrats och påverkats negativt av att leva med en partner med alkoholberoende. Flera undersökningspersoner beskriver att de har förlorat sitt sociala nätverk på grund av att omgivningen har tagit avstånd från dem. Det är framträdande i materialet att den sociala exkluderingen har kopplingar till skuld och skam. Forskning har visat att familjemedlemmar och särskilt partners till personer med beroendeproblematik blir skuld- och skambelagda av omgivningen (Corrigan, Watson & Miller 2006). Becker (1963/2006) belyser omgivningens roll och menar att avvikelse skapas genom att omgivningen reagerar på vissa beteenden och handlingar och betecknar dessa som avvikande. Att bli stämplad som avvikande sker alltså i interaktionen med andra människor (Becker 1963/2006). Nedan följer två citat som behandlar normalitet, avvikelse och skamkänslan.

U5 skriver att hen är ensam i en omöjlig situation i sin relation med en alkoholberoende partner. Hen beskriver hur hen känner sig tvingad att rättfärdiga sin relation för omgivningen:

Det stör mig väldigt mycket att vi närstående är de som måste förklara oss och skämmas för händelser som vi aldrig blivit tillfrågade om. Vi blir bara placerade i en omöjlig situation (lite som tv-programmet ör de släppte av folk i vildmarken med helikopter) och vi förväntas klara upp den ena omöjliga situationen efter den andra, bra ofta löser vi det också med bravur. (U5)

Även U2 skriver om upplevelsen av att avvika från normen:

Jo det kan man ju göra men jag är fortfarande i stadiet där man 'skäms' eller känner 'skam över att man inte lever som normala familjer. Förstår du vad jag menar? (U2)

Det kan tolkas genom citaten och i en stor del av materialet som om undersökningspersonerna bär på ett stigma och exkluderas från det sammanhang där ”de

normala” befinner sig. I citatet ovan uttrycker U5 frustration över att behöva skämmas inför omgivningen över den situation som hen och partnern befinner sig i, samt att omgivningen uttrycker förväntningar på hur U5 ska hantera sin situation. De närstående saknar inblick i situationen menar U5 men hen känner ändå ett slags tvång till att behöva förklara sig för andra. Skammen som uppstår i samband med att avvika från omgivningens förväntningar exemplifieras i U2s beskrivna önskan om det ”normala” livet. Med Goffmans perspektiv kan det sägas att exkludering kan bero på att en individ avviker på ett icke önskvärt sätt från omgivningens förväntningar (Goffman 1963/2007). Starrin (2011) skriver att stigma och skam hänger ihop, vilket kan förklara varför skammen är framträdande i undersökningspersonernas texter. Stigmatiseringen som undersökningspersonerna utsätts för kan tolkas som en kollektiv skambeläggning (Gilbert 1997). Goffman menar att “de normala” behandlar en stigmatiserad person med diskriminerande åtgärder och i hög grad reducerar individens livsmöjligheter (Goffman 1963/2007). U5 skriver att hen blir ifrågasatt och skambelagd på grund av partners handlande. U5 exemplifierar upplevelsen av hur omgivningen behandlar partners till alkoholberoende och att undersökningspersonernas livsmöjligheter blir försämrade då de behöver känna skam över situationen de befinner sig i. U2s beskrivning av upplevelsen av att avvika från normen visar på att den är förenad med känslor av skam.

Nedan följer två citat som exemplifierar att undersökningspersonerna upplever förlusten av ett socialt nätverk, eftersom de starkt sammankopplas med den alkoholberoende partnern. Becker menar att avvikelser skapas genom att omgivningen reagerar på vissa beteendeformer och betecknar dessa som avvikande (Becker 1963/2006). U11 beskriver att hans partner begick en “otroligt dum handling på fyllan” (U11) medan hans och partners familj och vänner var närvarande. U11 beskriver hur omgivningen reagerade på den alkoholberoende partners handlande:

Det här slutade i att två av hans vänner avskyr han, min familj är förbannade uttryckligen förutom min mamma som finns här för mig. Två av mina vänner är arga. Alla är arga. Jag lever själv med ångest och gått av och till i terapi 6 år även gått på antidepp. Och det här tär på mig så fruktansvärt. Min sambo är mitt livs kärlek, det han gjorde sårade även mig och jag visste inte om jag kunde stanna med han. Efter att träffat min psykolog och han har tagit kontakt med en kurator om hans alkohol problem så hjälpte de mycket för att de sa att situationen som uppstod var inte som alla andra målade upp den. Men en av mina vänner som var

närvarande målade upp mig som lika skyldig som stannade kvar och hans vänner som avskyr hatar väl mig också nu. (U11)

En annan undersökningssperson, U9, beskriver hur partners beteende har eskalerat genom åren och vilka konsekvenser alkoholberoendet har haft på U9s sociala tillvaro:

Senaste åren har han förändras och blivit mer aggressiv, hatisk och misstänksam. Både mot oss i familjen, men även mot folk runt omkring. Han hamnar lätt i bråk och detta har gjort att vi inte har många vänner kvar. Jag har inga riktiga vänner kvar, för jag har under en väldig lång tid skämts för att vara gift med sådan idiot. (U9)

De konsekvenser som kan utläsas från undersökningsspersonernas beskrivningar är att vänner och familj avslutar relationer med dem. Det framkommer i U11s citat och i stora delar av materialet att partners till personer med alkoholberoende beskriver att de blir skuldbelagda av omgivningen bland annat på grund av deras oförmåga att lämna den alkoholberoende partnern. Det är vanligt att anhöriga till personer med beroendeproblematik blir skuldbelagda och ses som inkompetenta vilket i sin tur resulterar i känslor av skam (Corrigan, Watson & Miller 2006). Liknande beskrivningar präglar materialet och kan tolkas utifrån Goffmans teori om stigma. Goffman skriver om individer som stigmatiseras på grund av fläckar på den personliga karaktären vilka uppfattas som egenskaper så som exempelvis viljesvaghet (Goffman 1963/2007).

U11 beskriver ovan hur utanförskapet har påverkat hen känslomässigt och lett till skuld och ångest. U9 skriver att hen känner skam på grund av sin relation. I U11 och U9s berättelser väljer omgivningen att avsluta relationen till dem eftersom den alkoholberoende partners handlande påverkar omgivningens syn på U9 och U11. Att den alkoholberoende partners beteende påverkar omgivningens syn på undersökningsspersonerna kan förklaras med Goffmans begrepp hedersstigma (Goffman 1963/2007). Enligt Goffman (1963/2007) kan hedersstigma i vissa fall leda till att omgivningen avslutar relationer med den som bär på hedersstigmat. Omgivningen dömer den alkoholberoende partners handlingar, men det kan även tolkas som att stigmat sprider sig till U9 och U11. Goffmans teori (1963/2007) skapar därmed förståelse för varför partners till personer med alkoholberoende utsätts för social exkludering av omgivningen.

7 Sammanfattning och avslutande diskussion

I sista avsnittet sammanfattas studiens resultat och sedan följer den avslutande diskussionen.

7.1 Sammanfattning

Denna studie har undersökt hur partners till personer med alkoholberoende på internetforum beskriver upplevelser som är kopplade till skuld och skam. I resultat- och analysavsnittet presenterades undersökningspersonernas skuld- och skamupplevelser tillsammans med tidigare forskning, teori och reflektion under teman som framkom under bearbetning av studiens empiri. I sammanfattningen ska resultatet tydliggöras och återkopplas till studiens frågeställningar.

Att ha en relation med en person med alkoholberoende är den huvudsakligen beskrivna skuld- och skamupplevelsen. Genom att applicera resultat från kunskapsläge och teori på studiens material har tre nivåer av skuld- och skamupplevelser med koppling till att ha en partner med alkoholberoende kunnat skönjas. Dessa nivåer används för att besvara på vilket sätt skuld och skam kommer till uttryck i materialet, vilket representerar första frågeställningen. En skuldupplevelse som är frekvent förekommande är att undersökningspersonerna skriver att deras partner skuldbelägger dem för sitt alkoholberoende. I vissa fall uttrycker partners till alkoholberoende att de anser att partnern behöver något att skylla sitt drickande på. I andra fall leder skuldbeläggningen till att partners till alkoholberoende själva tar ansvar för den alkoholberoende partners beteende.

Att vara partner till en person med alkoholberoende innefattar även beskrivningar av upplevelser av skuld och skam med koppling till omgivningen. Framträdande skuldupplevelser i materialet är att vilja lämna partnern men att omgivningen ifrågasätter beslutet. Skamupplevelser i relation till omgivningen som framkommer är beskrivningen av upplevelsen av att skämmas för partners beteende inför andra och att känna sig tvingad att försvara sitt val av partner.

Skulden och skammen har i flera fall införlivats i undersökningspersonerna själva. Flera undersökningspersoner beskriver att de skuldbelägger sig själva för partners alkoholberoende och uttrycker självtvivel. Genomgående i materialet är även beskrivningar av osäkerhet, låg självkänsla och ilska. Beskrivningen av att skämmas för

sig själv är även förekommande i materialet. Vidare beskriver undersökningspersonerna att de är ledsna, nedstämda och deprimerade, varav vissa uttrycker tankar på döden. Ovan nämnda känslouttryck har enligt kunskapsläget en stark koppling till skuld och skam i grunden.

Vad gäller andra frågeställningen, framkommer det i materialet att beskrivningar av upplevelser relaterade till skuld och skam är nära sammankopplade med interaktionen med omgivningen. Utmärkande för undersökningspersonernas beskrivningar av hur de hanterar skuld- och skamupplevelser är att på olika sätt skilja sig från omgivningen. En framträdande hantering av skam är att partners till alkoholberoende hemlighåller partners alkoholberoende för vänner och familj. Rädslan för att bli exkluderad från sociala sammanhang och skammen för att bli avslöjad gör att partners till personer med alkoholberoende döljer sin situation för omgivningen. Flera undersökningspersoner beskriver valet att isolera sig från andra för att undvika att bli dömda och associerade med sina alkoholberoende partners. Ett genomgående mönster i materialet är att undersökningspersonerna uttrycker sig positivt om möjligheten att byta erfarenheter med varandra på forumet. Undersökningspersonerna beskriver att de hanterar upplevelser av skuld och skam genom att vara medlemmar på ett forum med personer med liknande erfarenhet som varken dömer eller ifrågasätter deras situation och val.

Gällande hur partners till alkoholberoende beskriver att deras sociala liv påverkas kopplat till upplevelser av skuld och skam, vilket representerar den tredje frågeställningen, är den sociala exkluderingen från omgivningen mest framstående. Undersökningspersonerna beskriver hur det stigma som det innebär att vara partner till en person med alkoholberoende resulterar i att vänner och familj avslutar relationer med dem. Det är vanligt förekommande i utsagorna att omgivningen skuld- och skambelägger partners till personer med alkoholberoende. Den sociala exkluderingen kan förklaras genom att de avviker från omgivningens förväntningar på dem.

7.2 Avslutande diskussion

Det övergripande målet med denna studie var att erhålla förståelse för hur partners till personer med alkoholberoende beskriver upplevelser kopplade till skuld och skam. Studiens resultat påvisar att livet som partner till en person med alkoholberoende till hög grad präglas av skuld och skam, vilket har presenterats i studiens sammanfattning ovan.

Under arbetets gång har studiens metodval varit en ständig reflektionspunkt. En styrka med metoden har varit möjligheten att analysera berättelser från forum. Detta har inneburit att materialet i sig inte har påverkats av studiens frågeställningar eller av oss som uppsatsförfattare. Undersökningspersonernas beskrivningar av skuld och skam förblev därför oberoende av yttre påverkan. Om studiens metodval däremot hade varit en kvalitativ intervjustudie med liknande syfte hade rollen som intervjuare och frågor kopplade till skuld och skam inverkat i en högre grad på resultatet. En svaghet med studien som är viktig att belysa med koppling till metodval är avsaknaden av möjligheten att kunna fördjupa sig i undersökningspersonernas beskrivningar. Längden och omfattningen på undersökningspersonernas beskrivningar av skuld och skam har varit varierande i materialet men intervju som metod hade möjligtvis kunnat erbjuda en fördjupad förståelse för mekanismerna bakom skuld och skam.

Studien ger en inblick i hur skuld och skam kommer till uttryck hos partners till personer med alkoholberoende. Den befintliga forskningen inom området konstaterar förekomsten av skuld och skam hos anhöriga till personer med beroendeproblematik, men fokuserar i högre grad på att skapa en helhetsbild av hur det är att vara anhörig. Det finns även forskning som mer ingående fokuserar på skuld och skam hos anhöriga men där undersöks mestadels familjemedlemmar till personer med psykisk ohälsa. Vi ser alltså att det saknas forskning om hur anhöriga till personer med beroendeproblematik upplever skuld och skam. Studien kan innebära ett bidrag till den tidigare forskning som finns på området då den specifikt undersöker hur partners till personer med alkoholberoende beskriver upplevelser kopplade till skuld och skam. Studien kan därmed bidra till en fördjupad förståelse och resultatet erbjuder en insikt i hur skuld och skam kommer till uttryck på flera nivåer. Självfallet kvarstår det väsentliga frågor som inte har besvarats inom ramen för denna studie. I jämförelse med tidigare forskning har denna studie endast fokuserat på skuld och skam och därför uteslutit andra mekanismer som kan vara intressanta och relevanta att diskutera i sammanhanget.

När studiens syfte diskuterades med koppling till relevansen för socialt arbete var målet att få en ökad förståelse för partners till alkoholberoendes situation för att kunna möjliggöra bättre insatser från samhället och fånga upp målgruppen i ett tidigare skede. De beskrivningar som förekommer i studiens material har styrkt behovet av att kunna fånga upp målgruppen på ett bättre sätt, då ingen av undersökningspersonerna har skrivit att de erhåller stöd via kommunala insatser. Detta förvånade oss då socialnämnden ska

erbjuda stöd till anhöriga till personer med missbruks- och beroendeproblematik. Däremot uttryckte en majoritet av undersökningspersonerna att forumet fungerar som en form av stöd. Studien påvisar därför hur viktigt det är för socialarbetare som arbetar med anhöriga, men även för de som planerar hjälpinsatser att förstå hur skuld och skam kommer till uttryck hos anhöriga. Skuld och skam resulterar inte sällan i en social isolering och en tystnadskultur kring familjesituationen. Det är därför av vikt att planera insatserna utifrån denna vetenskap och arbeta med att nå ut till målgruppen på ett effektivare sätt.

Under tiden vi genomförde studien, samt med studiens resultat i åtanke, väcktes det nya frågor som skulle vara mycket intressanta att undersöka. För att återkoppla till studiens relevans för socialt arbete hade det varit intressant att undersöka hur socialtjänsten arbetar med anhöriga men även hur de arbetar för att fånga upp målgruppen. En sådan undersökning hade kunnat belysa styrkor och svagheter med kommunala insatser och därför tydligare svara på frågan hur målgruppen ska få bra hjälp och stöd från socialtjänsten. Ytterligare en aspekt som hade varit intressant att fördjupa sig i är ifall det finns skillnader i hur män och kvinnor som är partners till personer med alkoholberoende beskriver upplevelser kopplade till skuld och skam. I denna studie var det inte möjligt att avgöra undersökningspersonernas könsidentitet då samtliga forumtrådar skrevs under anonyma användarnamn. Fortsättningsvis hade det varit av intresse att genomföra en komparativ studie av hur skuld och skam kommer till uttryck hos partners, föräldrar och barn till personer med alkoholberoende. En sådan studie skulle kunna erbjuda en bredare förståelse för mekanismerna bakom skuld och skam. Avslutningsvis har teorin om stigma och stämplingsteorin erbjudit en ökad förståelse för hur partners till personer med alkoholberoende kategoriseras som avvikande och hur interaktionen med andra påverkar deras liv. Det hade varit relevant att studera samma målgrupp med teorier som lägger mer fokus på individen och dennes hantering av situationen så som exempelvis copingteorin.

Referenslista

- Angermeyer, Matthias C, Herbert Matschinger & Patrick W Corrigan (2004) Familiarity with mental illness and social distance from people with schizophrenia and major depression: Testing a model using data from a representative population survey. *Schizophrenia Research*, 69 (2–3): 175–182.
- Becker, Howard S (1963/2006) *Utanför: avvikandets sociologi*. Lund: Arkiv.
- Berg, Martin (2015) Netnografi. I: Göran Ahrne & Peter Svensson (red.) *Handbok i kvalitativa metoder*. Andra uppl. Stockholm: Liber.
- Boréus, Kristina (2015) Texter i vardag och samhälle. I: Göran Ahrne & Peter Svensson (red.) *Handbok i kvalitativa metoder*. Andra uppl. Stockholm: Liber.
- Bryman, Alan (2018) *Samhällsvetenskapliga metoder*. Tredje uppl. Malmö: Liber.
- Caltaux, Denise (2003) Internalized stigma: A barrier to employment for people with mental illness. *International Journal of Therapy and Rehabilitation*, 10 (12): 539–542.
- Cohen-Filipic, Katherine & Kia J Bentley (2015) From Every Direction: Guilt, Shame, and Blame Among Parents of Adolescents with Co-occurring Challenges. *Child & Adolescent Social Work Journal*, 32 (5): 443–45.
- Corrigan, Patrick W (2000) Mental Health Stigma as Social Attribution: Implications for Research Methods and Attitude Change. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 7 (1): 48-67.
- Corrigan, Patrick W & Amy C Watson (2002) The paradox of self-stigma and mental illness. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 9 (1): 35-53.
- Corrigan, Patrick W, Amy C Watson & Frederick Miller (2006) Blame, shame, and contamination: The impact of mental illness and drug dependence stigma on family members. *Journal of Family Psychology*, 20 (2): 239–246.
- Daneback, Kristian & Sven-Axel Månsson (2008) Internetforskning. I: Anna Meeuwisse, Hans Swärd, Rosmari Eliasson-Lappalainen & Katarina Jacobsson (red.) *Forskningsmetodik för socialvetare*. Första uppl. Stockholm: Natur & kultur.

- De Freitas Melo, Cynthia & Ihan Souza Cavalcante (2019) Codependency in Relatives of Alcohol Addicts, *Revista de Pesquisa: Cuidado e Fundamental*, 11 (2): 304–310.
- Eriksson, Ulla-Britt, Bengt Starrin & Staffan Janson (2003) Long-Term Sickness Absence Due to Burnout: Absentees' Experiences. *Qualitative Health Research*, 5: 620–632.
- Gerdner, Arne (1999) Problem kring begreppet ”medberoende”: En kritisk granskning av ett omstritt begrepp utifrån forskning och behandlingserfarenhet, *Socionomen*, 4: 53–63.
- Gilbert, Paul (1997) The evolution of social attractiveness and its role in shame, humiliation, guilt and therapy. *British Journal of Medical Psychology*, 70: 113-147.
- Goffman, Erving (1963/2007) *Stigma. Den avvikandes roll och identitet*. Stockholm: Nordstedts Akademiska Förlag.
- Goldberg, Ted (red.) (2005) *Samhällsproblem*. Sjätte [rev. och uppdaterade] uppl. Lund: Studentlitteratur.
- Gudzinskiene, Vida & Rasa Gedminiene (2011) Understanding of Alcoholism as Family Disease, *Social Education / Socialinis Ugdymas*, 14 (25): 163–172.
- Johnson, Björn, Torkel Richert & Bengt Svensson (2017) *Alkohol- och narkotikaproblem*. Första uppl. Lund: Studentlitteratur.
- Kalman, Hildur & Veronica Lövgren (2012) Etik i forskning och etiska dilemman. En introduktion. I: Hildur Kalman, & Veronica Lövgren (red.) *Etiska dilemman: forskningsdeltagande, samtycke och utsatthet*. Malmö: Gleerups.
- Klingemann, Harald & World Health Organization. Regional Office for Europe. (2001) *Alcohol and its social consequences - the forgotten dimension*. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe.
- Link, Bruce G, Jo C Phelan, Michaeline Bresnahan, Ann Stueve & Bernice A Pescosolido (1999) Public conceptions of mental illness: Labels, causes,

dangerousness, and social distance. *American Journal of Public Health*, 89 (9): 1328–1333.

Lundberg, Bertil (2010) *Erfarenheter av stigmatisering och diskriminering bland personer med psykisk sjukdom*. Lund: Lund University. Faculty of Medicine.

Lundman, Berit & Ulla Hällgren Graneheim (2017) Kvalitativ innehållsanalys. I: Birgitta Höglund Nielsen & Monica Granskär (red.) *Tillämpad kvalitativ forskning inom hälso- och sjukvård*. Tredje uppl. Lund: Studentlitteratur.

Lysaker, Paul H, David Roe & Philip T Yanos (2007) Toward understanding the insight paradox: Internalized stigma moderates the association between insight and social functioning, hope, and self-esteem among people with schizophrenia spectrum disorders. *Schizophrenia Bulletin*, 33 (1): 192–199.

Nationalencyklopedin

(u.å). alkoholism. [<http://www.ne.se/uppslagsverk/encyklopedi/lång/alkoholism>.

Hämtat: 2019-04-01].

Nationalencyklopedin (u.å).

beroende. [<https://www.ne.se/uppslagsverk/encyklopedi/lång/beroende>.

Hämtat 2019-04-02].

Palmblad, Eva, Mats Börjesson, Maja Lindfors & Ingrid Sahlin (2013) *Medberoende och moral - Framväxten av en problemkategori*. Stockholm: Carlssons bokförlag.

Peled, Einat & Ilana Sacks (2008) The Self-Perception of Women Who Live with an Alcoholic Partner: Dialoging with Deviance, Strength, and Self-Fulfillment. *Family Relations*, 57 (3): 390–403.

Rennstam, Jens & David Wästerfors (2015) Att analysera kvalitativt material. I: Göran Ahrne & Peter Svensson (red.) *Handbok i kvalitativa metoder*. Andra uppl. Stockholm: Liber.

Rusnákóvá, Markéta (2014) Codependency of the Members of a Family of an Alcohol Addict. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 132: 647–653.

SFS 2001:453. *Socialtjänstlag*.

- Socialstyrelsen (2016) *Stöd till anhöriga. Vägledning till kommunerna för tillämpning av 5 kap. 10 § socialtjänstlagen*. Stockholm: Socialstyrelsen.
- Socialstyrelsen (2019) *Nationella riktlinjer för vård och stöd vid missbruk och beroende Stöd för styrning och ledning*. Stockholm: Socialstyrelsen.
- Starrin, Bengt (2011) Skam, stigma och psykisk ohälsa. I: Mats Sundgren & Alain Topor (red.) *Psykiatri som socialt arbete*. Första uppl. Stockholm: Bonnier Utbildning.
- Sveningsson Elm, Malin, Mia Lövheim & Magnus Bergquist (2003) *Att fånga nätet: kvalitativa metoder för Internetforskning*. Lund: Studentlitteratur.
- Svensson, Peter (2015) Teorins roll i kvalitativ forskning. I: Göran Ahrne & Peter Svensson (red.) *Handbok i kvalitativa metoder*. Andra uppl. Stockholm: Liber.
- Vetenskapsrådet (2002) *Forskningsetiska principer inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning*. Stockholm: Vetenskapsrådet.
- Watson, Amy C, Patrick W Corrigan, Jonathon E Larson & Molly Sells (2007) Self-stigma in people with mental illness. *Schizophrenia Bulletin*, 33 (6): 1312-1318.
- Östman, Margareta & Lars Kjellin (2002) Stigma by association: Psychological factors in relatives of people with mental illness. *British Journal of Psychiatry*, 181 (6): 494–498.z