



LUNDS
UNIVERSITET
Socialhögskolan

“Den där bekräftelsen på att jag inte var som andra”

En narrativ analys av hur missbruk framställs i självbiografier

Jehlyn Amores

Kandidatuppsats SOPA 63
VT 2019
Handledare: Annika Capelán

Abstract

Author: Jehlyn Amores

Title: "That confirmation that I was not like others" - A narrative analysis of how drug addiction is portrayed in autobiographies.

Supervisor: Annika Capelán

Assessor: Stig Linde

The aim of this study was to examine how addiction identity is created and changed and also to examine the link between alcohol and drug addiction, social norms and stigma by analyzing four autobiographies. A qualitative research method, with a focus on the narrative aspects of the autobiographies, was used to investigate how the authors described their experiences, and how they create understandings and meanings in their lives through their stories. For the analysis the three theoretical perspectives were applied: Narrative theory about identity, Goffman's notion of *Stigma* (2014) and Becker's notions of norms and outsidership (2006). As a conclusion of this study it was found that, seen from the narrative theory about identity, that the writers through their stories, gain better understanding about themselves and their addiction. The stories have also helped the writers to create identities by relating to their past experiences and histories. The study has shown that there is a clear connection between drug addiction, social norms and stigma. The authors experienced stigma from their surroundings because of their drug addiction. Stigma here occurs when social norms are not followed and normative expectations are set against them. The study has shown that authors in the autobiographies are categorized and seen as deviant or undesirable because they do not live up to what is considered normal by their social environment. The study has also shown that self-stigma occurs when the authors begin to internalize the environment's attitudes towards them as truths. As a result of this, the individual's negative self-image is reinforced and so is the stigma.

Key words: autobiography, narrative analysis, addiction, social norms, stigma

Förord

Uppsatsskrivningen har inte varit enkelt men med hjälp och uppmuntran från min omgivning kunde denna uppsats tillslut formas till en färdig produkt.

Först och främst vill jag tacka min familj och vänner som har funnits för mig och motiverat mig i den mån de har kunnat under hela skrivprocessen. Jag vill även ge ett stort tack till min handledare Annika Capelán för att hon, oavsett dag eller tid på dygnet alltid funnits för att svara på mina frågor. Hennes hjälp med att granska, kommentera, diskutera arbetet med mig och framförallt hennes tro på att jag skulle klara det fick mig att kämpa vidare.

Slutligen vill jag tacka Afrodite som nu vilar, för att hon alltid sade att allting kommer att lösa sig i slutändan. Tack Afro, du hade rätt. Det löste sig.

Lund, augusti.

Innehållsförteckning

1. Problemformulering	5
1.1 Syfte	7
1.2 Frågeställningar	8
1.3 Begreppsförklaring	8
2. Kunskapsläget	9
2.1 Identitetsskapande	10
2.2 Orsaker till missbruk	10
2.3 Självbiografi och missbruk	13
2.4 Stigma och självstigma i samband med missbruk	14
2.4.1 Normer och avvikelse	15
2.5 Sammanfattning av kunskapsläge	15
3. Teoretiska utgångspunkter	16
3.1 Narrativ teori om identitet	16
3.2 Stigma	17
3.2.1 Tre olika typer av stigma	17
3.2.2 Konsekvenser av den attityd som finns mot personer med ett stigma	18
3.3 Normer och avvikelse	18
3.3.1 Definitionen av en avvikare	18
4. Metod och metodologiska överväganden	19
4.1 Förförståelse	19
4.2 Självbiografi som empiri	20
4.3 Metodval	20
4.3.1 Narrativa metodens begränsningar	22
4.4 Urval	23
4.4.1 Urvalsmetodens konsekvenser	23
4.5 Upplägg och tillvägagångssätt för analys	24
4.6 Tillförlitlighet	25
4.7 Forskningsetiska överväganden	26
5. Resultat och analys	27
5.1. Orsaker till missbruk och identitetsskapande i självbiografierna	28
5.1.1 Uppväxtens påverkan på missbruksidentiteten	29
5.1.2 Omvärldens påverkan på missbruksidentitet	31
5.2 Återhämningsprocesser och skapandet av en ny identitet	33
5.3 Framställningen av stigma i självbiografierna	37
5.4 Normbrott	41
6. Avslutande diskussion	43
6.1 Hur beskrivs och förändras identiteterna i berättelserna?	44
6.2 Sambandet mellan missbruk, sociala normer och stigma	44
6.3 Hur framställs missbruket och dess orsaker i självbiografierna?	45
6.4 Hur framställs stigma i de olika självbiografierna?	45
6.5 Lärdomar av att jämföra självbiografierna	46
6.6 Förslag på vidare forskning	47
7. Referenser	48

1. Problemformulering

285 000 män och 161 000 kvinnor är i Sverige idag alkoholberoende. Detta visar en undersökning utförd av *Stockholm förebygger alkohol- och drogproblem* (STAD) gällande missbruk och beroende av alkohol, narkotika, dopning och tobak i hela Sverige (Ramstedt et al. 2014:2). Alkohol är enligt *Centralförbundet för alkohol-och narkotikaupplysning* (CAN) det vanligaste berusningsmedlet i Sverige (CAN, 2018). För befolkningen som är 15 år och äldre beräknas intaget av ren alkohol vara nio liter per invånare per år. I Sverige vårdas ungefär 30 000 människor på grund av alkohol om året och nästan 2000 människor med alkoholrelaterad diagnos dör årligen (CAN, 2018). Samtidigt betraktas alkohol i Sverige som medel till njutning och som en naturlig del av den svenska kulturen (Johnsson, Richert och Svensson, 2017:42). När det gäller narkotikaanvändningen i Sverige uppger CAN (2018) att 45 000 personer i åldrarna 17-84 år har visat tecken på beroende under den senaste 12-månadersperioden. När det gäller missbruk av narkotika uppskattas antalet till 10 000 personer (CAN, 2018).

Högt intag av alkohol kan leda till allvarliga skador. För individen kan det till exempel innebära organskador. Olyckor på grund av berusning är också vanligt. Inte minst påverkas individens omgivning om denne dricker okontrollerat (CAN, 2018). Vid problematisk användning av alkohol används begreppen riskbruk, missbruk och beroende. Att sätta gränser mellan riskbruk, missbruk och beroende är svårt. Likaså är gränsen mellan skadligt och oskadligt användande av alkohol svår att sätta (Johnsson, Richert och Svensson, 2017:15). Gränserna kan påverkas av bland annat individens egen sårbarhet gentemot alkohol samt vad samhället anser är en acceptabel konsumtionsnivå och inte (Johnsson, Richert och Svensson, 2017:15). Missbruk är ett begrepp som både används i vardagsspråket och som diagnos. För att det ska betraktas som missbruk krävs det att användningen av alkohol ger effekt i form av negativa sociala konsekvenser för den som konsumerar och/eller dennes närstående (Johnsson, Richert och Svensson, 2017:15). Alkoholberoende beskrivs som en medicinsk-psykiatrisk diagnos och handlar om att alkoholen eller andra medel prioriteras högt hos individen. Användandet blir okontrollerat och kan leda till sociala problem och störda relationer (Wirbing och Ortiz, 2014:12). Vad som vidare kännetecknar beroende är att trots att dessa problem är tydliga så fortsätter individen att använda sig av medlet (Johnsson, Richert och Svensson, 2017:16).

Johnsson, Richert och Svensson (2017:46) skriver att när det gäller problematisk narkotikaanvändning i Sverige är amfetamin och heroin de vanligaste medlen. Att särskilja på olika typer av narkotikaanvändning är komplicerat. I juridisk mening innebär missbruk all användning av icke-medicinsk narkotika (Johnsson, Richert och Svensson, 2017:48). Ett begrepp som används vid kartläggning av narkotikaproblem är *tungt missbruk*. Författarna påpekar dock problematiken i användningen av detta begrepp och menar att kartläggningen inte ger någon information om konsekvenser av bruket av narkotika och dessutom anses definitionen som otydlig då den omfattar olika grupper av droganvändare (Johnsson, Richert och Svensson, 2017:49).

Definitionen av riskbruk, missbruk och beroende påverkas av hur samhällets normer och regler ser ut. Normer och regler i samhället kan vara lagbundna men bildas också genom samförstånd inom sociala grupper. När normer och regler blir fastställda, betraktas vissa handlingar som rätta och andra som felaktiga (Becker, 2005:17). När en regel upprätthålls kan den som överträder regeln anses vara utanförstående, någon som avviker från gruppen. I detta fall kan alltså en individ som hamnar utanför normen för vad som är en acceptabel konsumtionsnivå av alkohol eller om individen använder sig av icke-medicinsk narkotika, kategoriseras som missbrukare eller beroende av detta medel. Definitionen av vad alkohol - och drogproblem är bör dock inte betraktas som statisk då definitionen varierar beroende på vem som får frågan, när, var och i vilket sammanhang (Palm, 2006:15).

Enligt Goffman (2014:9) finns det olika kategorier av människor inom varje samhälle. Inom dessa kategorier skapas det normer och förväntningar om hur en *bör* vara. När dessa normer överskrids eller inte följs av en individ betraktas den som icke önskvärd och kan bli utsatt för stigmatisering. Stigmatisering sker när en individ har en sådan egenskap som betraktas som mindre önskvärd. På grund av denna egenskap blir individen utstött (Goffman, 2014:10). Att känna att en inte passar in på grund av att en inte uppfyller de sociala normerna som ställs mot en kan leda till negativa konsekvenser för individen i fråga. De som besitter ett stigma kan också känna osäkerhet kring hur de *normala* tänker om dem (Goffman, 2014:21). Det är även vanligt förekommande att de känner sig ifrågasatta av deras omgivning vilket gör att de försöker hitta sätt att försöka passa in. De agerar i försiktighet då de blir medvetna om att om de visar att de inte passar in, kommer deras omgivning veta att de är annorlunda, vilket förstärker och befäster stigmat (Goffman, 2014:23).

Berättelsen och berättandet som kunskapsform har tagit mer plats i vetenskapliga sammanhang under de senaste årtiondena. Med hjälp av narrativ teori och analys kan berättelser och diskuteras och används alltmer inom praktisk arbete inom medicin, socialt arbete och psykoterapi (Johansson, 2005:20). Vidare är det genom berättelser som identiteter, värderingar och normer skapas (Johansson, 2005:18).

Med hjälp av berättelser vill jag i denna studie undersöka hur missbruksidentitet skapas och förändras samt undersöka sambandet mellan missbruk, sociala normer och stigma genom att analysera fyra självbiografier. Att analysera självbiografier ger mig möjlighet att få en fördjupad kunskap kring hur missbruksidentitet skapas och förändras, hur missbruk uppstår, hur individer med missbruksproblematik hanterar de sociala normerna kring sina missbruk samt deras upplevelser av stigma och vilka konsekvenser det ger för dessa individer. Genom självbiografier får jag tillgång till författarnas upplevelser, tankar och känslor. Självbiografier präglas av författarnas egna berättelser som i sin tur också kan prägla andra. Självbiografierna kan även vara en tillgång på det viset att författarna lämnar ut sin historia till det offentliga och därmed upprätthåller bilder av sig själva. Detta kan göra det möjligt för andra med missbruksproblematik att känna igen sig i berättelserna.

Denna studie strävar mot ökad kunskap kring missbrukares erfarenheter och upplevelser kring sitt missbruk och även hur de hanterar de sociala normerna och stigmat som finns kring missbruket. Att ta del av sådan kunskap är viktigt inom socialt arbete då missbrukare är en målgrupp socialarbetare troligen kommer att möta i praktiken. Denna studie hoppas att kunna vara till nytta genom att den synliggör hur individer med missbruk upplever omgivningens uppfattningar och attityder mot dem. En inblick i deras personliga upplevelser kan förhoppningsvis bidra med en medvetenhet om vilka uppfattningar och attityder vi själva har kring denna målgrupp och hur det i sin tur påverkar vårt möte med dem.

1.1 Syfte

Syftet med denna studie är att genom fyra självbiografier undersöka hur missbruksidentitet skapas och förändras samt undersöka sambandet mellan missbruk, sociala normer och stigma.

1.2 Frågeställningar

- Hur beskrivs och förändras missbruksidentitet i berättelserna?
- Hur framställs missbruket i självbiografierna?
- Hur framställs missbrukets orsaker i självbiografierna?
- Hur framställs stigma i de olika självbiografierna?

1.3 Begreppsförklaring

Begreppen missbruk och återhämtningsprocess är återkommande i denna studie. I detta kapitel förklaras innebörden av dessa i relation till denna studie för att läsaren ska kunna förstå varför och hur just dessa begrepp används.

Nationalencyklopedin (2019) skriver att begreppet missbruk används för att förklara en överdriven eller okontrollerad användning av någonting, vanligtvis alkohol eller narkotika. I denna studie används begreppet missbruk huvudsakligen för att det är det begreppet som författarna använder i sina självbiografier för att beskriva sin användning av alkohol och narkotika. I självbiografierna används även begreppet droger som ett samlingsnamn för alkohol och narkotika. Därmed används även begreppet droger i analysen som samlingsnamnet på alkohol och narkotika.

Begreppet återhämtningsprocess används också i denna studie och innebär den process där individerna återhämtar sig från missbruket och finner nya meningar i sina liv. Detta begrepp används inte i uppsatsen utifrån forskning gjord inom socialt arbete om begreppet som till exempel Alain Topors (2004) *Vad hjälper?: vägar till återhämtning från svåra psykiska problem*, där han skriver om vad återhämtning innebär och hur individen och individens omgivning kan göra för att bidra till denna process. Här används begreppet enbart såsom det framkommer i den samlade empirin, det vill säga i självbiografierna.

2. Kunskapsläget

I kunskapsläget kommer fyra vetenskapliga studier att presenteras. För att kunna få tillgång till tidigare forskning har sökmotorn LubSearch använts. Rutorna Peer Reviewed och Academic Journals klickades in för avgränsa utbudet av artiklarna och för att säkerställa att artiklarna är vetenskapliga och har blivit granskade av andra forskare. Det var vidare inte enbart svenska artiklar som kom med i sökningen utan även internationella artiklar som är skrivna på engelska. De sökord som har använts är missbruk, självbiografi, drug addiction, autobiography, stigma och social norms.

I kunskapsläget används två svenska böcker. Den ena är boken *Narkotikamissbruk* (2009) är en antologi som är baserad på olika forskningar. Kapitlet *Missbrukande kvinnors narrativ om olika behandlingsdiskurser* av Mats Hilde används då den behandlar identitetsskapande kopplat till missbruk. Den andra är *Alkohol-och narkotikaproblem* (2017) skriven av Björn Johnson, Torkel Richert & Bengt Svensson. Boken presenteras som en lärobok och presenterar aktuell och forskningsbaserad kunskap. Eftersom orsaker till missbruk är någonting som denna studie vill undersöka är denna är relevant att ha med i kunskapsläget då den redogör för orsaker till missbruksproblematiken med hjälp av forskningsbaserad kunskap.

Genom Lubsearch gav sökningen en träff på en studie om missbruk gjord i Finland som har gjorts genom analys av självbiografier. Sökningen gav således inte många träffar på vetenskapliga artiklar som bygger på analys av självbiografiska böcker som handlar om missbruk. Däremot finns det andra studier som handlar om diskurser eller berättelser om missbruk i andra format än just självbiografier. Vissa studier som kom upp i sökningen handlar om missbruk i andra former än alkohol och narkotika, som till exempel spel - och matmissbruk. Dessa studier valdes bort då studien inte riktar in sig på dessa typer av missbruk.

Det hittades även många studier som handlar om stigma kring missbruk. Stigma kring missbruk är någonting som denna studie kommer att behandla, därmed kommer en sådan studie, gjord i Australien, även presenteras här i kunskapsläget. Sammantaget ger dessa fyra studier en användbar inblick i kunskapsläget som är relevant för denna uppsats.

2.1 Identitetsskapande

I boken *Narkotikamisbruk - debatt, behandling och begrepp* skriver Mats Hilde (2009:72) om hur identitetskonstruktionen hos kvinnliga klienter kan se ut inom missbruksvården. Som empiri använder sig Hilde av missbrukande kvinnors berättelser om olika behandlingar. Empirin får han fram genom att intervjua dem (ibid.). Som en socialisationsprocess inom socialpsykologi menar man oftast att missbrukare som går genom behandlingar formas av de normer och värderingar som behandlingsprogrammen representerar (Hilde, 2009:69). Klienten får grundläggande hjälp genom olika handlingsmönster, föreställningar och identiteter som behandlingsorganisationer erbjuder. Genom att kunna relatera till olika föreställningar om jaget och missbruket skapar klienten en ny identitet (Hilde, 2009:69).

Slutsatsen i Hildes (2009:79-80) studie är att kvinnorna i behandlingsprogrammen använder sig av olika diskurser som resurs i samtalen för att kunna ge mening och innebörd åt sina erfarenheter kring sitt missbruk och vägen ut från det. Det utmärkande i kvinnornas berättelser är att de skapar olika subjektiva upplevelser, där framställningen av specifika identiteter är beroende av vilket behandlingsprogram de deltar i (Hilde, 2009:80). Ett exempel som studien tar upp handlar om en kvinna som deltar i ett behandlingsprogram som kallas för Minnesotaprogrammet. Minnesotaprogrammet bygger på tanken om att missbruk är en sjukdom (Hilde, 2009:80). Kvinnan som deltar i detta behandlingsprogram skapar därmed en sjukdomsidentitet. Sjukdomsidentiteten möjliggör omformulering av kvinnans missbrukshistoria och hon kan därefter finna en rationell förklaring till sitt missbruk (Hilde, 2009:80).

2.2 Orsaker till missbruk

Det finns en hel del forskning kring varför vissa individer, på grund av droganvändning, utvecklar ett missbruk eller beroende. I boken *Alkohol - och narkotikaproblem* (2017) redogör Björn Johnson, Torkel Richert & Bengt Svensson för fem grundläggande modeller som förklarar varför missbruk eller beroende utvecklas hos individer. Det är inom medicinsk, samhällsvetenskaplig och beteendevetenskaplig forskning som dessa modeller har utvecklats under det senaste seklet. De modellerna författarna tar upp i boken är, *den drogfokuserade*

modellen, inlärningsmodellen, symtommodellen, den biomedicinska modellen och livsstilsmodellen (Johnson, Richert & Svensson, 2017:93).

Den drogfokuserade modellen går ut på att den främsta orsaken till ett drogproblem är rusningsmedlet själv. Det innebär att alkoholism orsakas av alkohol och narkomani orsakas av narkotika (Johnson, Richert & Svensson, 2017:93). Beroendet uppstår på grund drogens farmakologiska konsekvenser. Tillgänglighet till drogerna är centralt i denna modell. Teorier som bygger på den drogfokuserade modellen betonar att det är när drogerna blir tillgängliga i ett samhälle som individer använder sig och kan komma att missbruka dessa (Johnson, Richert & Svensson, 2017:94).

Inlärningsmodellen bygger på tanken att droganvändning utvecklas genom inlärt beteende. Olika faktorer i den sociala miljön bidrar till inläringen (Johnson, Richert & Svensson, 2017:97). Inom denna modell betraktas drogproblemet som en felaktig inlärningsprocess som uppstått inom sociala förhållanden som har varit ogynnsamma. De två huvudinriktningar inom inläringsteorier är det behavioristiska och det sociologiska.

Den behavioristiska teorin har utvecklats inom inlärningspsykologin och betonar två centrala mekanismer: klassisk betingning och operant betingning. (Johnson, Richert & Svensson, 2017:97). Klassisk betingning används när det gäller problematisk droganvändning, för att förklara återfallsprocesser. När individer med beroendeproblem utsätts för stimuli, som till exempel situationer, platser, minnen och känslor som de tidigare förknippat med sin droganvändning, kan det resultera i återfall om suget efter drogen blir för starkt (Johnson, Richert & Svensson, 2017:98). Operant betingning handlar om att ett beteende antingen förstärks eller försvagas beroende på vilka konsekvenser beteendet ger individen. Beteendet upprepas och förstärks om individen upplever positiva konsekvenser, medan chansen för att beteendet upprepas minskar om konsekvenserna upplevs vara negativa (Johnson, Richert & Svensson, 2017:98). Utifrån dessa teorier utvecklades modellinläring, som innebar att beteenden kan läras in genom att observera andras beteende och sedan göra likadant.

Den andra huvudinriktningen är de sociologiska inläringsteorierna som främst har etablerats inom sociologi och kriminologi. Teorierna inom denna inriktning menar att inläringen är en social natur och individer har möjlighet att reflektera över olika beteenden (Johnson, Richert

& Svensson, 2017:99). De sociologiska inlärningsteorierna menar vidare att ett beteende som till exempel droganvändning, lärs in genom att beteendet överförs mellan erfarna användare till nybörjare. Det är personer i individens omgivning, som vänner eller familjemedlemmar som vanligtvis bidrar till att en individ börjar röka, dricka alkohol och även använder illegala droger (Johnson, Richert & Svensson, 2017:99). Den sociologiska inriktningen menar alltså att drogernas effekter är faktorer som bidrar till inlärningen, men påpekar även att sociala processer, såsom grupstryck, familjemiljö och de normer som finns om droganvändning i individens omgivning, påverkar inlärningen (Johnson, Richert & Svensson, 2017:100).

Symtommodellen förklarar drogproblem som en produkt av andra bakomliggande problem. Individens sociala och psykiska problem eller problem under uppväxten ger upphov till att användandet av droger (Johnson, Richert & Svensson, 2017:101). Anknäytningsteorin är en sådan förklaringsmodell som lyfter betydelsen av barnets uppväxt. Den menar exempelvis att om barnets anknytning till föräldrarna har varit otrygg eller desorganiserad, kan risken öka för psykiska och sociala problem hos barnet och därigenom riskerar barnet även att utveckla drogproblem senare i livet (Johnson, Richert & Svensson, 2017:102). Barn med sådana anknytningar har sannolikt föräldrar som har haft problem med psykisk ohälsa eller missbruk (ibid). Andra teorier som förklarar utvecklande av droganvändning är familjepsykologiska teorier som fokuserar på konsekvenserna av att växa upp i en dysfunktionell familj. Hur förhållandet ser ut inom familjen förklarar drogproblematiken, där missbruk, psykisk ohälsa hos föräldrarna men även våld, auktoritär uppfostran, konflikter, låg socioekonomisk status är riskfaktorer (Johnson, Richert & Svensson, 2017:102).

Den biomedicinska modellen är idag den dominerande modellen som används för att förklara missbruk och beroende. Drogerberoende betraktas som en kronisk hjärnsjukdom som orsakats av drogernas effekter vid missbruk (Johnson, Richert & Svensson, 2017:105).

Den biomedicinska modellen har två huvudinriktningar där den ena handlar om drogernas effekter samt vad som händer i hjärnan när beroendeproblem utvecklas hos individer. Den andra handlar om risk och skyddsfaktorer samt om vad ärftligheten har för betydelse i utvecklande av beroendeproblem (Johnson, Richert & Svensson, 2017:105).

Livsstilsmodellen tar, precis som inlärningsmodellen, hänsyn till faktorer som uppväxtmiljö, sociala och ekonomiska situationer och även övrig miljö har en påverkan på individen (Johnson, Richert & Svensson, 2017:110). Det som är utmärkande för livsstilsmodellen är

tanken att människor har kapacitet att reflektera kring sin omgivning och att ta förnuftiga beslut om olika val (ibid.). Men detta kan även bli problematisk eftersom individer lätt kan bli irrationell i sitt handlande och har då svårt att överväga andra förnuftiga handlingsalternativ. Livsstilsmodellen uppfattar människor som aktivt handlande subjekt som formar sina liv medvetet. Drickandet uppfattas som ett val som individer gör varje dag under en längre tidsperiod (Johnson, Richert & Svensson, 2017:111). Droganvändning blir tillslut en viktig del hos dessa individer trots de negativa konsekvenserna droganvändningen bidrar till. Livsstilsmodellen betonar vidare att individer finner det svårt att sluta med drogerna på grund av de sociala konsekvenserna som beslutet att sluta innebär (Johnson, Richert & Svensson, 2017:111). Att sluta med en central aktivitet innebär att individen måste byta ut sina gamla vanor, relationer och värderingar med nya.

2.3 Självbiografi och missbruk

I artikeln *To Hell and Back: Excessive Drug Use, Addiction, and the process of recovery in Mainstream Rock Autobiographies* (2012) undersöker Atte Oksanen alkoholens och andra psykoaktiva substansers påverkan på individer. Oksanens (2012:144) studie redogör även för om droganvändning är kopplad till personliga problem och i sådana fall, vad dessa problem ger för konsekvenser till individerna. Studien genomfördes genom en narrativ analys av självbiografier skrivna av kända rockstjärnor. I studien redogör författaren att missbruk definieras beroende på vem som frågan och var en befinner sig (Oksanen 2012:143). Oksanen analyserar hur författarna av självbiografierna beskriver sitt användande av droger, när de själva ansåg att användandet blev problematiskt, samt deras resa till återhämtning (Oksanen 2012:147). I sin studie kommer han fram till att personerna i sina självbiografier beskriver sin användning av illegala och legala droger och redogör även för vilka negativa konsekvenserna drogerna hade i deras liv (Oksanen 2012:147). Vidare kommer Oksanen fram till att alkohol och heroin är de vanligaste drogerna som förekom i självbiografierna men poängterade även att beroende av bland annat sex, mat och shopping också var vanliga (Oksanen 2012:147). De utmärkande teman som rockstjärnorna skriver om i sina självbiografier handlar om barndom, ungdomsår och vägen till kändisskapet. Vidare berättar författarna även om genombrottet, problemen som uppstod på grund av kändisskapet och slutligen, återhämtning och överlevnad (Oksanen 2012:149). Resultatet av Oksanens studie visar att personerna i självbiografierna använder sig av olika processer i samband med återhämtningen från missbruket. De olika processerna är *Conversion*, *Growth*, *Cycle* och *Slow*

down (Oksanen 2012:149). *Conversion* innebär att individen hittar en ny ideologi och släpper sitt "gamla jag" tillsammans med missbruket. Missbruket betraktas i denna process som en sjukdom som individen är maktlös inför. Genom att återhämta sig från beroendet, omformas det gamla jaget hos individen och blir det "nya jaget". En viktig poäng i denna process är rekonstruktionen av individens identitet. Denna process är kopplad till Anonyma Alkoholisters idé om att återhämtning handlar om självutvärdering och uppgörelse med tidigare misstag (Oksanen 2012:150). *Growth* innebär att individen ser processen från att återhämta sig från sitt beroende som en del av ens självutveckling. I denna process är sjukdom inte en diagnos utan snarare en motgång som individen kan överkomma genom att utvecklas (Oksanen 2012:152). Processen som Oksanen nämner som *Cycle* innebär att individen inte uppnår ett slut i deras beroende, det betyder att individerna hamnar i en oändlig cykel av återhämtning och återfall (Oksanen 2012:152). Oksanen poängterar att individens självbild i denna process är vilsen eller förlorad och kan därmed inte befria sig från beroende (ibid.). Slutligen handlar *Slow down* processen om att individen med egen vilja avslutar sitt beroende. Det kan handla om att individen får nya värderingar i livet och därmed inte längre vill leva på ett sätt som hen tidigare har gjort (Oksanen 2012:150). En viktig tanke som presenteras i denna studie är att återhämtning från beroende involverar en förändring i individens identitet. Att förändra självbilden är viktigt för att kunna genomgå en lyckad återhämtningsprocess (Oksanen 2012:149).

2.4 Stigma och självstigma i samband med missbruk

Artikeln *Stigma and Self-stigma in addiction* skriven Steve Matthews, Robyn Dwyer och Anke Snoek (2017) bygger på strukturerade intervjuer och djupintervjuer med människor i behandling för substansanvändning. I studien redogör författarna för det stigma som finns kring missbruk och den själv-stigma som individer utvecklar på grund av det stigma som kommer utifrån (Matthews, Dwyer & Snoek, 2017:276). Självstigmatisering utvecklas hos människor med missbruk när de börjar internalisera de attityderna som omgivningen har mot dem (ibid.). Vidare är skam någonting som missbrukare oftast genomgår. Författarna menar att skam kommer från den offentliga stigmatiseringen av missbruk men grundar sig också i missbrukarna själva (Matthews, Dwyer & Snoek, 2017:275). Skam uppstår när den stigmatiserade gruppen försöker leva upp till de sociala normerna som finns men misslyckas. Genom social inlärning får människor lära sig att misslyckande på ett personligt plan också innebär att man sviker andra i ens omgivning. Detta tankesätt bildar skam menar författarna

(Matthews, Dwyer & Snoek, 2017:276). Studien utgår från att skam uppstår hos missbrukare genom stigma som i sin tur kommer från offentligheten. Vidare bygger studien på ett socialkonstruktivistiskt synsätt på missbruk, det vill säga, att missbruk som fenomen är socialt konstruerat. Författarna betonar att framväxten av missbruk är historiskt och socialt betingat (Matthews, Dwyer & Snoek, 2017:277)

2.4.1 Normer och avvikelse

Studien beskriver vidare att kategorisering är vanligt och sker alltid i sociala sammanhang människor sinsemellan. Genom att undersöka andras beteende, utseende och deras sätt att presentera sig själva kan människor placera varandra i olika kategorier (Matthews, Dwyer & Snoek, 2017:277). Kategoriseringarna generaliseras sedan till olika stereotyper. Det som blir problematiskt med dessa stereotypiska kategoriseringarna är att presentationerna av dess medlemmar kan bli missledande (Matthews, Dwyer & Snoek, 2017:277). Missbrukare som grupp förknippas med negativa stereotypiska bilder som grundar sig på det stigmat som finns kring missbrukare i samhället (Matthews, Dwyer & Snoek, 2017:277). När en individ inte lever upp till de normer som finns tenderar han eller hon att betraktas som socialt avvikande och kan börja se sig själv på det sätt som omgivningen målar upp dem. Detta får negativa konsekvenser för individen då denne förlorar sin självkänsla och väljer att utesluta sig själv från den sociala omgivningen. Dessutom kan detta uteslutande även innebära att individen isolerar sig och fortsätter med sitt missbruk för att glömma eller minska de negativa känslorna som stigmatisering innebär (Matthews, Dwyer & Snoek, 2017:278). Förändringen av självbild är även någonting som denna studie redogör för. Författarna menar att när individen internaliserar det stigma som kommer från omgivningen resulterar det i att de betraktar sin självbild som någonting negativt (Matthews, Dwyer & Snoek, 2017:281).

2.5 Sammanfattning av kunskapsläge

De vetenskapliga studierna som presenteras i kunskapsläge berör de frågeställningarna som denna uppsats efterfrågar. Den första studien handlar om narrativ analys av självbiografier. Studien redogör för hur missbruk beskrivs av författarna i självbiografierna samt om missbrukets konsekvenser. Den andra studien redogör för fem grundläggande modeller som förklarar varför missbruk eller beroende utvecklas hos individer. Den tredje studien är även relevant att presentera eftersom den redogör för det stigma som finns kring missbruk och det själv-stigma som individer utvecklar på grund av det stigma som kommer utifrån.

Kategoriseringar och normer tas även upp denna studie. Slutligen handlar den fjärde studien om identitetsskapande, där subjektiva upplevelser och förståelse för ens egen historia möjliggör för skapandet av identitet.

3. Teoretiska utgångspunkter

3.1 Narrativ teori om identitet

I denna studien används narrativ perspektiv som både metod och teori. Narrativ teori handlar om att analysera livsberättelser. Livsberättelser syftar på livshistoria eller specifika händelser i ens liv (Johansson, 2005:23). Det som är utmärkande för de forskningsfält som använder sig av livsberättelser är just undersökningen kring hur olika teman ger mening och skapar identitet i människors liv (Johansson, 2005:23). Det som spelar störst roll i berättelserna är hur individen i fråga tolkar och berättar om sig själv. Berättelser formar erfarenheter och skapar mening i vardagen. Vidare skapar berättelser ordning och genom subjektiva upplevelser skapar berättelser identitet. Förståelse för andra människor blir möjligt genom att en tar del av deras berättelser (Johansson, 2005:23-24). I denna studie har jag valt, genom den narrativa teorin, att fokusera på hur vissa teman präglar författarnas berättelser i självbiografierna. De teman som har använts är uppväxtens och omvärldens påverkan på missbruk och skapandet av identitet samt särskilda händelser som författarna beskriver har varit betydande för deras återhämtningsprocesser.

De samhällsvetenskapliga perspektiven om narrativ teori, främst inom psykologi och sociologi, har fokus i hur berättelser och berättandet skapar mening, sociala handlingar och konstruerar identiteter (Johansson, 2005:83). Människans identitet formas i relation till omvärlden och inom ramen för de rådande diskurserna som finns (Hilte, 2009:70). I skapandet av en ny identitet spelar berättandet, eller med andra ord, det narrativa perspektivet en stor roll (Hilte, 2009:70). Berättelser utgör nämligen en möjlighet för individer att kunna relatera till sina erfarenheter, historia och samt till olika diskurser (Hilte, 2009:70). Den narrativa teorin framhåller att berättelser är situationsbundna och socialt konstruerade av händelser (Hilte, 2009:70). Vidare är berättelser preliminära och relativa och kan därmed alltid omarbetas (ibid.). Den typen av berättelsen där jaget både är huvudpersonen och berättaren kallas för *jagberättelser* (Hilte 2009:71). Jaget betraktas inte som statisk utan

snarare som en del av en process som skapas i och genom berättelsen (ibid.). Genom berättelserna skapar individen en förståelse för sig själv och upptäcker därmed sin narrativa identitet. Detta skapar i sin tur en känsla av kontinuitet hos individen. Denna kontinuitet är produkt av de konsistenta och sammanhängande berättelserna som individen har med sig genom de ständiga förändringarna i livet (Johansson, 2005:84)

3.2 Stigma

I boken *Stigma* skriver Erving Goffman (2014:9) att inom varje samhälle skapas kategorier av människor. Inom dessa kategorier finns det sedan egenskaper som anses vara naturliga och normala. Vidare är det den sociala miljön som bestämmer vilka kategorier av människor som skapas. Goffman (2014:10) påpekar även att kategorisering av en individ sker redan i det första mötet med denne. Första mötet ger information om egenskaper som individen har och detta möjliggör för andra att kategorisera denne (Goffman, 2014:10). Normativa förväntningar, det vill säga, hur individen *bör* vara ställs mot denne. Dessa förväntningar är omedvetna menar Goffman (2014:10) och det är inte förrän när individen inte uppfyller dessa förväntningar som vi blir medvetna om att dessa förväntningar existerar. När individen vi möter inte uppfyller kraven inom den grupp där hen har blivit kategoriserad kan hen, i gruppens ögon, uppfattas som icke önskvärd och därmed bli en utstött eller utpekad människa. Denna stämpling innebär ett stigma (Goffman, 2014:10). Det är dock inte alla icke önskvärda egenskaper som leder till stigma. De egenskaper som berörs är de som vi upplever inte stämmer överens med våra tolkningar om hur en individ bör vara, det vill säga med de sociala normer som råder (Goffman, 2014:10).

3.2.1 Tre olika typer av stigma

Det finns tre olika typer av stigma; det kroppsliga, det karaktäristiska och det stambetingade stigmat (Goffman, 2014:12). Det kroppsliga stigmat syftar på fysiska avvikelser som finns hos individen. Karaktärsstigma handlar om att det finns egenskaper hos individen som den sociala omgivningen uppfattar som onormala, och som de anser är produkt av exempelvis viljesvaghet. Ett exempel på karaktärsstigma är missbruk.(Goffman, 2014:12). Det stambetingade stigma berör individens ras, nation och religion. Dessa stigma förs vidare generationer emellan (Goffman, 2014:12). Det gemensamma för dessa stigma är att de har samma sociologiska drag. Det innebär att de som berörs av dessa typer av stigma anses inte

passa in för att de inte lever upp till de förväntningar som ställs mot dem (Goffman, 2014:12).

3.2.2 Konsekvenser av den attityd som finns mot personer med ett stigma

De attityder som finns mot personer med ett stigma kommer från andra som inte avviker, det vill säga de *normala* (Goffman, 2014:12). Genom olika sociala insatser försöker åtgärder utföras mot individen med ett stigma. Till följd av detta blir individens livsmöjligheter begränsad (Goffman, 2014:13). För att kunna förklara för oss själva och andra varför individen är stigmatiserad hänvisar vi till en uppbyggd stigmat teori som ger förklaringar till individens fara och underlägsenhet (Goffman, 2014:13). Hos den som bär stigmat byggs en osäkerhet upp kring hur de *normala* tänker om dem samt hur de kommer att agera gentemot denne (Goffman, 2014:21). Att känna sig ifrågasatt av de normala är också vanligt förekommande hos de som bär stigmat och konsekvensen av detta blir att de i förväg försöker förutse hur deras intryck kan påverka deras omgivning (Goffman, 2014:22). De stigmatiserade agerar alltså i försiktighet i mötet med andra eftersom de är medvetna om att uppvisandet av egenskaper som avviker ger i uttryck att de är annorlunda och detta kan i sin tur förstärka och befästa stigmat (Goffman, 2014:23).

3.3 Normer och avvikelse

Howard Becker (2006:17) skriver i sin bok *Utanför* att det finns sociala regler inom alla sociala grupper. De sociala reglerna redogör för vilka situationer, beteenden och handlingar som är acceptabla och utesluter sådana som inte passar in (Becker, 2006:17). Att bryta mot en regel som har upprätthållits har konsekvenser för individen som bryter mot regeln. Eftersom individen i fråga inte följer gruppens etablerade regel blir hen opålitlig och därmed sedd som *utanförstående* (Becker, 2006:17). Regler kan grundas på olika sätt: genom lag och traditioner men de kan också vara informella och grundas genom samförstånd mellan individer (Becker, 2006:17). Både regler som grundar sig i lag och informella regler kan dock förlora värde om de inte upprätthålls (Becker, 2006:18).

3.3.1 Definitionen av en avvikare

Becker (2006:22) skriver att sin definition av utanförstående eller avvikare ligger nära ett sociologiskt synsätt som menar att en avvikare är en individ som inte följer reglerna som finns

inom en grupp. Vidare innebär det sociologiska synsättet att förklaringar till varför individer inte följer reglerna kan finnas i individers personligheter och livssituationer. Dock lyfter Becker (2006:22) att den sociala omgivningen har en viktig roll i skapandet av avvikare, detta eftersom det är den sociala omgivningen som sätter villkoren för vem som ska betraktas som avvikande. De sociala grupperna som finns i ett samhälle skapar ramarna för vilka som betraktas som avvikare. Det är alltså inte personens handling och sociala faktorer som avgör om denne kommer att betraktas som en avvikare utan det är de som tillämpar reglerna som definierar och sätter etikett på en avvikare (Becker, 2006:23). Det som avgör om en viss handling kommer att betraktas som avvikande eller inte är beroende av *vem* som gör handlingen och hur omvärlden reagerar på den (Becker, 2006:25). Becker menar att vissa regler tillämpas mer på andra och att individens kön, etnicitet och klass spelar roll (ibid.). En och samma handling kan alltså betraktas som ett regelbrott vid ett tillfälle men behöver inte nödvändigtvis betraktas som det vid ett annat. Vidare kan en individ bedömas som en avvikare för att ha brutit mot en regel men en annan som gör exakt samma regelbrott inte betraktas som det (Becker, 2006:26). Det är reaktionen från de som tillämpar reglerna det vill säga, de *normala* som avgör om en viss handling kommer att betraktas som avvikande (Becker, 2006:26).

4. Metod och metodologiska överväganden

4.1 Förförståelse

Under den verksamhetsförlagda praktiken under termin fem på Socionomprogrammet var jag på en frivilligorganisation i Australien som kom i kontakt med människor med missbruksproblematik och psykisk ohälsa. Mina upplevelser och erfarenheter från praktiken och även kunskap från tidigare kurser från utbildningen har givit mig en förförståelse till detta ämne. Kunskapen som är inhämtade från utbildningen har till exempel givit en inblick i hur missbruksproblematik kan uppstå. Mina upplevelser genom möten med människor med missbruk under praktiken har sedan bidragit till förförståelsen att dessa upplever utanförskap och känner att de blir dömda av den sociala omgivningen. Praktiken har även givit inblick i att alla kan riskera att drabbas av missbruk, att många faktorer spelar in som kan orsaka att missbruk utvecklas hos en människa. Under praktiken träffade jag även människor med missbruk som har berättat om hur drogernas betyder för dem och att de ofta upplever att människor runt omkring dem tror att det är enkelt att sluta med drogerna. De menar att det är

långt ifrån enkelt att sluta, särskilt när drogerna blir en stor del av deras liv och att det är enda som betyder något för dem.

Genom min förförståelse till detta ämne kunde jag, när jag läste självbiografierna, relatera vissa delar av författarnas berättelser till det jag har lärt mig under praktiken. Jag har å ena sidan inte låtit min förförståelse påverka studien alltför mycket men å andra sidan har jag också varit medveten om att jag inte har kunnat vara helt objektiv heller då min förförståelse har haft en viss påverkan på studiens utformning. För att öka min förståelse kring ämnet och för att min förförståelse inte skulle stå i centrum har läsning om tidigare forskning kring ämnet hjälpt mig att få en nyanserad och forskningsbaserad kunskap kring ämnet.

4.2 Självbiografi som empiri

Självbiografi är en personinriktad genre där författaren skildrar sitt liv och utveckling. De självbiografierna som används i denna studie handlar om författarnas livsberättelser, där missbruk har en central plats i berättelserna. De teman som i självbiografierna berör är författarnas uppväxt, deras liv i missbruk samt om deras återhämtningsprocesser. Författarnas berättelser ger möjligheten för allmänheten att få en inblick i deras livsberättelser och deras erfarenheter kring missbruk. Självbiografiska böcker erbjuder vidare ett inifrånperspektiv och erbjuder läsaren att komma nära författarna (Johansson & Öberg 2008). Självbiografier som empiri gör det möjligt för forskaren att kunna studera och förstå författarna och deras liv och utveckling samt studera och förstå deras erfarenheter och upplevelser kring missbruk (Johansson & Öberg 2008).

4.3 Metodval

Syftet med denna studie var att undersöka samspelet mellan missbruk, sociala normer och stigma genom att analysera fyra självbiografier. En kvalitativ forskningsmetod var därför att föredra eftersom studiens fokus låg på att just undersöka hur författarna i självbiografierna beskriver sina upplevelser och erfarenheter av missbruk, sociala normer och stigma (Ahrne & Svensson, 2011:12).

Det narrativa perspektivet, som tidigare nämnt, kan både användas som metod och teori vilket har gjorts i denna studie. Vid analysen av självbiografierna användes en narrativ analys. Narrativ analys syftar till att undersöka hur människor, genom sina berättelser, skapar

förståelse och mening i sina liv (Bryman, 2018:709). Bryman menar att den narrativa analysen fokuserar på hur människor skapar mening genom livshändelser och vidare fokuserar den även på vilka effekter händelserna leder till (ibid.). Den narrativa analysen är inte enbart intresserad av människors erfarenheter utan också av hur händelser struktureras genom de historier som människor använder sig av i sina beskrivningar (Bryman, 2018:712).

Det är dock viktigt att påpeka att det inte finns en enda form av narrativ analys utan det finns flera olika (Johansson, 2005:288). Olika modeller har utvecklats för att kunna skilja på olika typer av narrativ analys (ibid.). Två olika dimensioner av all narrativ analys kan urskiljas och dessa är *helhet versus kategori* och *inhåll versus form*. Från dessa dimensioner kommer fyra olika typer av modeller. Dessa är:

1. *Helhet- innehåll* - Denna modell innebär att hela individens berättelsen används i analysen och fokus ligger på innehållet. Delar av livsberättelsen kan användas med fokus på öppningen eller den avslutande delen. Delarna kopplas alltid till berättelsens helhet.

2. *Helhet-form* - Denna modell innebär också att hela individens livsberättelse används men fokus läggs istället på intrigen eller berättelsens struktur. Intresset ligger vid hur berättelsen utvecklas och hur den är organiserad.

3. *Del - innehåll* - Denna modell fokuserar på delar av livsberättelsen och dess innehåll. Olika kategorier används för att kunna välja ut stycken eller uttalanden i texten som passar till de kategorierna forskaren, som är den som utför analysen, använder.

4. *Del- form* - Denna modell fokuserar också på delar av livsberättelsen och dess form. Fokus kan här till exempel ligga på att analysera vilka metaforer berättaren använder sig utav samt om berättarens yttrande är passiva eller aktiva.

Dessa modeller är inte renodlade utan många olika varianter kommer utifrån de två olika dimensionerna (Johansson, 2005:288). Den form av narrativ analys som har använts i denna studie är den som kallas för *del-innehåll*. Denna typ av analys fokuserar på att leta efter teman eller mönster i berättelser som främst handlar om sociala relationer, normer och värderingar. Då studiens syfte är att undersöka samspelet mellan missbruk, sociala normer och stigma i olika självbiografier, ansågs denna typ av narrativ analys vara passande att tillämpa

(Johansson, 2005:288). Olika kategorier som hänger samman med studiens syfte och frågeställningar har sedan använts i analysen. Fokus har särskilt varit på delar av självbiografierna där författarna beskriver uppväxtens påverkan på sitt missbruk, omvärldens påverkan samt även på sådana händelser som beskrivs har varit betydande för deras återhämtningsprocess.

Innan det bestämdes att studien skulle genomföras genom en narrativ analys av självbiografier fanns en tanke om att genomföra den genom en kvalitativ intervjustudie. Med hjälp av denna metod hade studiens syfte också kunnat besvaras då en kvalitativ intervjustudie också fokuserar på upplevelser och erfarenheter från den målgruppen en studerar (Ahrne, Svensson, 2011:12). Vidare hade en semistrukturerad intervju varit att föredra då den ger en möjlighet till att vara flexibel i hur frågorna ska ställas och i vilken ordning. (Bryman, 2008:415). Trots att en narrativ analys av självbiografier gav material som har kunnat besvara frågeställningarna i denna studien, så var denna metod begränsad på det viset att det inte gick att få ett utvecklande svar i självbiografierna, vilket man skulle kunna få genom semistrukturerade intervjuer då den ger en möjlighet att ställa följdfrågor eller be respondenten att utveckla sina svar (Bryman, 2008:415). Genom att använda mig av självbiografier som material har jag dock sluppit vissa tänkbara risker som tillkommer med intervjuer. Huruvida jag skulle få tag i respondenter som är villiga att ställa upp på intervjuer med ämnet som möjligen var känsligt för denna målgrupp var också en svårighet i sig. Sedan, med hänsyn till informationskravet kan till exempel en respondent ångra sitt deltagande (Kalman och Lövgren, 2012:14). Detta hade kunnat resultera i sökande efter nya respondenter. Med tanke på studiens tidsram var detta ingenting jag ville riskera. I slutändan hamnade valet i att ändå välja offentliga verk, detta fall självbiografier, av författare som själva har velat dela sina berättelser till allmänheten.

4.3.1 Narrativa metodens begränsningar

Den narrativa metoden begränsar studien på det viset att möjligheten till att ställa frågor eller följdfrågor inte fanns, tillskillnad från om man hade genomfört studien genom en kvalitativ metod i form av semistrukturerade intervjuer (Bryman, 2008:415). Vidare fanns det även en medvetenhet kring att de publicerade berättelserna är redigerade och att författarna troligtvis har valt att utesluta vissa delar av deras livshistoria för att sedan redovisa delar som de anser är mer intressanta. Användandet av en narrativ metod har vidare inneburit att jag inte har haft

en påverkan över innehållet av berättelserna utan har enbart fått använda mig av vad som fanns att tillgå (Riessman 2008, s. 22).

4.4 Urval

Ett målstyrt urval har använts i denna har huvudsakligen använts i studien. Detta innebär att självbiografierna som har använts som empiri har blivit valda utifrån studiens forskningsfrågor (Bryman, 2018:498). Kriterierna under sökandet var att självbiografierna huvudsakligen skulle handla om missbruk av alkohol och/eller narkotika. Självbiografierna skulle dessutom vara skrivna ur en svensk kontext för att intresset låg i hur missbruk, sociala normer och stigma beskrivs Sverige. Därmed begränsades studien genom att sökningen enbart inriktade sig på svenska böcker skrivna av svenska författare. Det fanns således ingen tanke på att böckerna skulle bli valda utifrån kön, då genusperspektivet inte behandlas i denna studie. För att hitta böckerna användes sökmotorerna Adlibris, Libris och Bokus. Jag använde mig av sökorden missbruk och självbiografi. Jag valde först att inte ha någon tidsbegränsning på när självbiografierna skulle vara skrivna, men jag insåg sedan att jag var tvungen att välja en tidsram då sökningarna gav många träffar. Sökmotorerna fungerade bra eftersom jag kunde avgränsa mina sökningar genom att kryssa i vilken tidsperiod självbiografierna skulle vara skrivna inom och att dessa skulle vara på svenska. På Adlibris fick jag fram tio träffar, på Libris fick jag fram femton träffar och på Bokus sex träffar. För att kunna sortera vidare bland självbiografierna som kom fram i sökningen läste jag beskrivningar om vad de handlade om och sorterade bort de som huvudsakligen handlade om missbruk av andra typer som till exempel mat- och spelmissbruk. Detta urval gjorde jag eftersom studien endast riktade sig på självbiografier som handlade om just alkohol och/eller narkotika. Tillslut hade jag enbart tiotal att välja mellan. Eftersom jag ville få självbiografierna så fort som möjligt bestämde jag mig för att välja de som fanns tillgängliga på mitt närmsta bibliotek, vilket var Karlshamns Stadsbibliotek. Fyra av dessa fanns tillgängliga på Karlshamns Stadsbibliotek och därmed valdes dessa. Detta innebär att det sista momentet i urvalsprocessen har varit en form av bekvämlighetsurval.

4.4.1 Urvalsmetodens konsekvenser

Som tidigare nämnts i ovanstående kapitlet har ett målstyrt urval huvudsakligen använts i denna studie. Detta innebär att självbiografierna som har använts som empiri har blivit valda utifrån studiens forskningsfrågor (Bryman, 2018:498). I den slutliga processen i urvalet

valdes självbiografierna utifrån ett bekvämlighetsurval, med andra ord valdes de självbiografierna som råkar finnas nära till hands (Bryman, 2011:194). Som forskare visste jag inte från början vilka böcker som skulle finnas på Karlshamns bibliotek. Att ha valt denna form av urval ansågs vara riskabelt då jag möjligen hade kunnat få helt andra självbiografier med fokus på andra frågor än just studiens frågeställningar. Om så hade skett hade jag fått leta efter andra självbiografier med innehåll som skulle kunna besvara studiens frågeställningar. Men eftersom dessa fanns med i den listan av tänkbara självbiografier så bedömdes de vara lämpliga till studien. Bryman (2011:194) problematiserar valet av att använda sig av bekvämlighetsurval, han menar att det inte går att generalisera resultaten eftersom forskaren inte vet vilken population stickprovet är representativt för. Denna studie strävar inte att kunna presentera en allmän bild av hur missbruk framställs utan strävar snarare efter personliga erfarenheter och upplevelser av missbruk, därför ansågs bekvämlighetsurval ändå vara lämpligt att använda.

4.5 Upplägg och tillvägagångssätt för analys

Fyra självbiografier utgjorde stora mängder av texter, vilket är vanligt när gäller kvalitativt material (Rennstam & Wästerfors, 2011:195). För att kunna skapa en struktur och sortera i materialet använde jag mig av olika teman som hänger ihop med mina frågeställningar och teorier (Jönson, 2010:56). De teman jag använde mig av var *stigma, identitetsskapande, orsaker till missbruk, normer och återhämtningsprocess*. Kodningen kan genomföras manuellt genom användning av överstrykningspennor eller genom att markera i marginalen (Jönson, 2010:57). Men eftersom självbiografierna var lånade från biblioteket kunde inte jag markera i dem. Därför valde jag att använda mig av tabeller med olika rubriker relaterade till de teman jag använde (se exempel på tabellen nedan). I tabellerna skrevs sedan citater in som hängde ihop med dessa teman. När kodningen av materialet var gjord var nästa steg att reducera. Detta har inneburit att vissa delar av det insamlade materialet kom med medan andra valdes bort. Allt material går nämligen inte att presenteras i studien (Rennstam & Wästerfors, 2011:202). De citat som jag slutligen valde att använda mig av är de som har kunnat bidra till att besvara studiens frågeställningar (Alvehus, 2013:111). Rennstam och Wästerfors (2011:202) problematiserar dock sättet att enbart välja sådant som stödjer studiens frågeställningar. De menar nämligen att det utgör risk för att materialet inte presenteras rättvist. För att kunna presentera en rättvist bild av materialet som möjligt jämfördes därför författarnas beskrivningar kring de olika teman som studien tar upp och eventuella

motsättningar mellan beskrivningar lyfts upp. Detta gjordes för att kunna nyansera materialet och för att kunna få fram en god representation av materialet som möjligt (ibid.).

Stigma	Identitet	Missbruk / orsaker till missbruk	Normer	Återhämtningsprocessen
Hur beskrivs upplevelsen av stigma kring missbruk & var/vem kommer stigma ifrån?	Hur beskrivs förändring av identitet i berättelserna?	Hur beskrivs missbruket och dess orsaker?	Hur hanteras normerna som finns kring missbruket?	Hur beskrivs återhämtningsprocessen?

4.6 Tillförlitlighet

Bryman (2018:467) hänvisar till Lincoln och Gubas två kriterier som är *tillförlitlighet* och *äkthet* när det gäller bedömning av en kvalitativ studies kvalitet. Inom kvantitativ forskning används begreppen reliabilitet och validitet för att pröva studiens kvalitet. Lincoln och Guba problematiserar dock dessa begrepp eftersom de menar att dessa utgår från att det är möjligt att åstadkomma en enda bild av den sociala verkligheten, vilket författarna inte stämmer överens med. De menar istället att den sociala verkligheten kan beskrivas på flera olika sätt (Bryman, 2018:467).

Tillförlitlighet bygger på fyra delkriterier. Dessa är trovärdighet, överförbarhet, pålitlighet och möjlighet att styrka och konfirmera (Bryman, 2018:467). För att kunna åstadkomma studiens trovärdighet och pålitlighet har de reglerna som har funnits i samband med uppsatsskrivningen följts och uppsatsens alla byggstenar har redovisats så att den som läser den kan följa forskningsprocessen (Bryman, 2018:467-478). Däremot ingår det även i studiens trovärdighet att resultatet rapporteras tillbaka till de som representerar den sociala verkligheten som studien har kommit fram till, för att dessa ska kunna bekräfta den (Bryman, 2018:467). Studiens har inte kunnat rapporteras tillbaka till de som har skrivit självbiografierna och därmed har inte studiens trovärdighet kunnat öka.

För att studien ska uppnå tillförlitlighet måste den också bygga på överförbarhet. För att kunna göra en bedömning kring om resultaten av studien är överförbara till en annan kontext kan forskaren genom detaljerade och täta beskrivningar redogöra för vad som ingår i den

kultur studien genomförs i (Bryman, 2018:467). För att kunna ge underlag som behövs så att andra personer kan prova om studien går att överföra i en annan kontext redovisas vilka självbiografier som används och vilka frågeställningarna som studien bygger på. Vidare finns det även en redogörelse kring hur sorteringen och kodningen av empirin gick till. Genom dessa beskrivningar kan studiens överförbarhet provas i en annan kontext.

För att kunna styrka och konfirmera studien är det viktigt att egna tolkningar hålls på avstånd under studiens gång (Bryman, 2018:470). Jag har försökt att vara medveten om att inte låta personliga värderingar påverka studien. Detta genom att ständigt fråga mig själv om resonemangen som förts under tiden är byggda på fakta eller byggda på mina personliga värderingar. Det har dock funnits medvetenhet att studien inte kommer att åstadkomma fullständigt objektivitet. Att nå fullständigt objektivitet i en samhälllig forskning är forskning är svårt, vilket Bryman (2018:470) påpekar.

För att säkerställa studiens tillförlitlighet måste studiens äkthet eller autencitet också prövas (Bryman, 2018:47). Det finns ett antal kriterier som äkthet består av men enbart en av de har kunnat vara möjligt att resonera om i denna studie och det är om undersökningen kan återge en ungefärlig rättvis bild av den grupp av människor vars åsikter och erfarenheter en har tagit del av. Det har funnits ett försök att redovisa en rättvis bild av vad som har skrivits i självbiografierna genom att återge citat. Citaten kompletterades även med beskrivningarna om vilken kontext citaten var tagna ifrån så att läsaren skulle förstå sammanhanget.

4.7 Forskningsetiska överväganden

Forskningsetiska överväganden måste alltid göras under en forskningsprocess. Detta är så, för att forskaren ska värna om självbestämmande, integritet och människovärde hos de som har deltagit i forskningen men även för att värna om den kunskap som framställs i forskningen (Kalman & Lövgren, 2012:12). *Vetenskapsrådet* (2002) redogör för de fyra forskningsetiska principerna, vilka är informationskravet, samtyckeskravet, konfidentialitetskravet och nyttjandekravet. Hur dessa principer har tillämpats i denna studie diskuteras nedan.

Informationskravet innebär att de medverkande informeras om vad studien handlar om och vad för påverkan deras deltagande kommer att ha i studien (Vetenskapsrådet, 2002:7). Om denna studie hade genomförts genom aktivt deltagande från människor i form av exempelvis

intervjuer, hade informationskravet varit nödvändigt att utforma (Vetenskapsrådet, 2002:8). Men eftersom självbiografier som är åtkomliga för allmänheten att läsa har använts i denna studie har informationskravet inte varit nödvändigt.

Samtyckeskravet innebär att de medverkande samtycker till deras deltagande i studien och det innebär även att de informeras om att de alltid kan ta tillbaka sitt deltagande om de ångrar sig (Vetenskapsrådet, 2002:9). Även samtyckeskravet har inte behövts att inhämta i denna studie just på grund av att självbiografierna är tillgängliga för allmänheten.

Vidare har studien tagit hänsyn till principen om nyttjandekravet som handlar om att informationen från deltagarna av studien enbart kommer att användas till studiens syfte och ingenting annat (Vetenskapsrådet, 2002:14). Den empiri som blivit insamlade från självbiografierna har enbart använts till denna studies ändamål.

Slutligen handlar konfidentialitetsprincipen om att de information som har hämtats från deltagarna och använts i studien ska skyddas så att obehöriga inte kan ta del av dem (Vetenskapsrådet, 2002:12). Hade studien byggts på intervjuer med särskild utsatta grupper hade dessa anonymiserats så att de inte skulle kunna identifieras. Men eftersom det är offentliga verk som använts har inte författarna blivit anonymiserade. Det fanns dock en medvetenhet att behandla självbiografierna på ett respektfullt sätt genom att inte välja delar av självbiografierna som kan anses vara känsliga återge.

5. Resultat och analys

Först i detta kapitel kommer korta beskrivningar av de valda självbiografierna och därefter presenteras resultat och analys i ett sammanvävt textflöde.

“Jag ville bara dansa” av Lotten Säfström (2012)

Lotten växer upp i en välbärgad men trasig familj. Hon beskriver hur känslan av att inte passa in fick henne att vända sig till olika droger. Lotten beskriver även sitt liv i missbruk och missbrukets påverkan på henne och på relationerna hon hade till andra. Hon tar även upp hur drogerna sedan påverkade hennes roll som mamma. Vidare skriver hon hur hennes självbild och syn på världen förändras efter att hon går genom en återhämtningsprocess med hjälp av

möten hos Anonyma Alkoholister och Tolvtstegsprogrammet. Hon får en större förståelse för missbruket och beskriver det som en sjukdom som hon drabbades av.

“Så länge jag andas finns det hopp” av Ellie Sandin (2017)

Ellie skriver om hur hennes uppväxt med missbrukande föräldrar och hur den bristande kärlek och omsorg från dem har påverkat henne in till missbruk. Hon berättar om den bristande tillit hon hade för sin omgivning men även hur hon i hennes tillfrisknande började få tillit till andra och framför allt till sig själv. I sin bok beskriver hon sitt missbruk som en sjukdom. Hennes väg till tillfrisknande börjar när hon inser att hon måste börja leva ett liv bortom missbruket för att kunna ha en framtid med sina söner.

“För mycket av allt” av Sanna Bråding (2017)

Sanna betonar i sin bok att en inte behöver ha en trasig barndom för att riskera att utveckla ett missbruk. Hon växer upp i en bra familj där hon fick kärlek från sina föräldrar. Hon berättar att andra i hennes omgivning har bidragit till att hon kände utanförskap och ensamhet vilket i sin tur fick henne att vända sig till droger. Hon berättar om sitt missbruk, vad som höll henne kvar i det samt om vad som fick henne att sluta. Vändpunkten i Sannas berättelse är när hon får en insikt att hon inte längre kan leva med drogerna som hon har gjort, precis som Ellie, blev hennes motivation till tillfrisknande att inse att det fanns ett bättre liv där droger inte var närvarande.

“Vem kan laga en trasig själ?” av Peter Ahlman (2018)

Peter växer upp i dysfunktionell familj med missbrukande föräldrar. Vardagen under barndomen bestod av att se människor hemma som rökte hasch och drack alkohol. Han berättar hur närheten till alkohol väckte hans nyfikenhet till drogen och hur han sedan började använda tyngre droger. Peter berättar även hur han blir frälst och om Guds betydelse för hans nya liv.

5.1. Orsaker till missbruk och identitetsskapande i självbiografierna

Huvudpersonernas identitet förändras genom självbiografierna. Gemensamt för alla fyra är att de berättar att de fann identitet i missbruket. Framför allt betonar de att de fann gemenskap och en plats där de passade in tack vare missbruket. Missbruksidentitet beskrivs sedan förändras i samband med återhämtningar och tillfrisknande. Med hjälp av narrativ teori valde

jag att analysera hur huvudpersonerna berättar om sin identitet under missbruket samt hur deras identitet förändras när de genomgår en återhämtningsprocess.

För denna del av analysen lade jag fokus på vissa delar av boken, nämligen individens uppväxt och hur individens omvärld har påverkat missbruksidentitet.

5.1.1 Uppväxtens påverkan på missbruksidentiteten

Peter Ahlman berättar i sin självbiografi om hur hans uppväxt har påverkat honom och menar att den trasiga och dysfunktionella familjemiljön han växte upp i var grunden till varför han utvecklade missbruk. Som liten kom han oftast hem till en miljö bestående av människor som rökte hasch och drack alkohol. Han berättar att han under sin uppväxt alltid var i nära kontakt med alkohol vilket gjorde att en nyfikenhet kring detta rusningsmedel utvecklades:

Det hade varit värsta partyt hemma i lägenheten [...]. Dagen efter stank lägenheten mer rök än vanligt - och alkohol. På vardagsrummet stod en mängd glas, burkar och flaskor, många tomma, några halvtomma och till och med någon öppen. Jag tog min gröna fältflaska och fyllde den med alkohol från flaskorna framför mig och gick sedan iväg till skogen [...] Jag skruvade av korken och började dricka. Alkoholen rann ner för halsen och ut i blodet på min nioåriga kropp och gav effekt. Det var en nästan euforisk känsla [...] Jag tillbringade mycket tid ensam. Ensam med mina tankar. Med min trasiga själ, med mitt rop efter kärlek och bekräftelse [...] Jag kan inte säga att jag började supa som nioåring, men dörren till alkoholens värld hade öppnats, och jag hade varit för nyfiken för att låta bli att ta steget genom dörren (Ahlman, 2018:43-44)

Det är tydligt utifrån citatet ovan att orsaker till Peters utvecklande av missbruk skulle kunna relateras till den uppväxt och sociala miljön han hade under sin barndom. Han kom ständigt hem till en miljö där droger var närvarande. Detta stämmer överens med den tidigare forskningen om att uppväxt- och sociala miljö kan påverka en individs sårbarhet gentemot utvecklandet av missbruk (Johnsson, Richert & Svensson, 2017:110). Vidare kan drogernas effekt på Peter, så som han beskriver det, också ha påverkat inläringen av att dricka eftersom han påpekar att alkoholen gav effekt och gav honom en euforisk känsla. Detta är någonting som Johnsson, Richert & Svensson (2017:98) påpekar i sin studie, det vill säga att drogens effekt, om de upplevs som positiva av individen, kan resultera i fortsatt användning av den.

Ellie växte upp precis som Peter, i en dysfunktionell familj där alkohol har varit närvarande. Citaten nedan skildrar Ellies berättelse om sin uppväxt:

I min familj talar vi inte om problem. Det är som elefanten i vardagsrummet. Både alkoholismen och den psykiska ohälsan finns där men vi får absolut inte prata om den [...] Jag talar om min mammas och min styvpappas alkoholism (Sandin,2017:12)

Földrarnas alkoholproblem och frånvaro fick Ellie att känna sig oälskad. För Ellies del bestod uppväxten av smärtsamma minnen. Ellies drickande började eskalera i tonåren och när hon fick chansen att flytta ifrån sina föräldrar. Hennes relation till alkohol, berättar hon handlade framförallt att dämpa smärtan med hjälp av alkoholen:

Jag minns en resa speciellt. Vi var och bilade i Europa och självklart var alkoholen en stor del även i denna resa. Så fort vi inte åkte med husbilen så drack dem [...] Sedan var i Holland. Min lillebror hade trampat trambil. Jag var tretton år. Min styvpappa och mamma drack öl och sprit. Vi hade det i mängder i bilden så jag drack jag med (Sandin, 2017:73).

När jag var 16,5 år flyttade jag till min pojkvän. Jag hade fått nog av livet hemma. Jag kunde inte stå emot min styvpappa [...] Jag var så trött att höra att jag var en jävla horunge, att min pappa egentligen inte är min pappa [...] Jag förstår inte än idag att jag inte var mer trasig än vad jag var då. Jag drack alkohol varje helg och även på vardagarna för att fly från mina tankar och smärtan (Sandin, 2017:77-78).

Johnsson, Richert & Svensson (2017:98) skriver i sin studie att uppväxten kan påverka en individs sårbarhet gentemot missbruk. Precis som Peter, skulle Ellies sårbarhet gentemot missbruk tolkat från hennes berättelse, relateras till uppväxten hon hade, där alkohol var närvarande. Johnsson, Richert & Svensson (2017:101) påpekar också att ett drogproblem kan vara en produkt av andra bakomliggande problem, utifrån Ellies berättelse skulle tolkningen kunna göras att hon använder sig av alkoholen för att, precis som hon beskriver det, fly från sina tankar och fly från smärta som grundar sig i de problemen hon hade under sin uppväxt.

Lotten, som till skillnad från Peter och Ellie inte växte upp i en miljö med droger berättar istället att hennes föräldrars skilsmässa hade en stor påverkan på henne känslomässigt:

När jag var i åttaårsåldern började det bli uppenbart för mig att mina föräldrar hade problem i sitt äktenskap. Jag kunde inte 'blunda' längre [...] En dag när vi var på hotellet och lekte kom de och hämtade oss för att vi skulle åka hem och prata om något viktigt. Vi brukade aldrig lämna hotellet mitt på dagen, och deras sätt och blickar gjorde att jag på något sätt förstod vad som väntade. Jag grät i bilen på väg hem och jag grät nästan aldrig. Den känslomässiga smärtan var överväldigande. Jag förstod att jag var helt maktlös i den här situationen - inget jag skulle kunna göra eller säga kunde få dem att ändra sig och jag stängde av och tryckte undan mina känslor av all min kraft, men självklart gick det inte att upplösa övergivenheten jag upplevde. Min avskärmning blev ännu värre [...] Den sorg jag kände var för obegriplig och smärtsam att klara av. Den känslomässigt blockerade

lilla flickan började nu bli ett större barn och jag blev allt mer medvetet beräknade. Bitterhet började fyllas i mitt hjärta” (Säfström, 2012:24-25).

I ovan citat beskriver Lotten att hennes familjesituationen under uppväxten gjorde att hon började dra sig tillbaka för sig själv och stängde in sina känslor. Som 14 åring väljer Lotten sedan att gå på ett internat för att kunna känna frihet och för att hon inte orkade med sin familjesituation:

Instängdheten och familjesituationen höll på att kväva mig. Jag stod ut i ett år innan jag bad pappa om att få flytta till en internatskola ‘hemma’ i Sverige. Jag hade träffat barn som gick på internatskolor i Sverige när de kom till sina föräldrar på loven. Genom dem samlade jag information om vilken skola som skulle passa mina syften. Jag ville till den ‘friaste’. Under mitt år i Saudi hade jag börjat nalla på spriten hemma och jag lockades av att flytta till den skola där jag hörde att det förekom ‘festande’ och att den också verkade vara den med minst vuxenkontroll. Så jag gjorde mitt val utifrån de kriterierna och från och med nionde klass var jag utflugen ur boet. Fjorton år och ‘fri’. Nu kunde min huvuddrog äntligen få den plats jag ville att den skulle ha i mitt liv” (Säfström, 2012:29).

I de två citaten ovan beskriver Lotten känslan av att vara instängd och framförallt skildrar citaten att Lotten inte delade med sig av sina känslor till andra utan höll de för sig själv. Hennes lösning var att göra sig fri genom att flytta bort från hennes föräldrar. Alkoholen beskrivs också vara hennes flykt från verkligheten precis som i Ellies berättelse. Därmed kan det anas att Lottens drogproblem också är en produkt av andra bakomliggande problem, (Johnsson, Richert och Svensson 2017:101). I Lottens fall anges det att orsaken till hennes missbruk just är en produkt de problemen hon hade inom familjen som fick henne att känna sig övergiven och resulterade i att hon stängde in sig själv och sina känslor.

Sanna uppväxt beskrivs som fungerande i hennes berättelse, däremot fanns det andra faktorer som gjorde att hon kom i kontakt med droger. Kapitlet nedan redogör för hur *omvärldens* påverkan på missbruksidentitet hos var och en av författarna.

5.1.2 Omvärldens påverkan på missbruksidentitet

Sannas uppväxt skiljer sig från Peters och Ellie eftersom hon inte växte upp med föräldrar som missbrukade. Tvärtom beskriver hon att hon hade en bra barndom bestående av mycket kärlek och närvarande föräldrar. Däremot påverkades Sanna av andra faktorer under uppväxten som hon ser har varit av betydande för hennes väg in i missbruk. Bland annat berättar hon om att hon alltid har fått höra kommentarer från sin omgivning om att hon inte var tillräcklig och att hon inte passade in. Framförallt skriver Sanna att hennes bror hade en

stor påverkan på hennes sätt att se på sig själv. Hon beskriver relationen med sin bror på följande sätt:

Däremot har jag en hel del väldigt starka minnen av min storebror [...] alltid såg upp till honom och ville ha någon typ av bekräftelse på att jag dög, av honom [...] Men det var han extremt sparsam med att visa mig [...] någonting var det som gjorde att han inte tålde mig och gjorde allt för att få mig att förstå att jag var värdelös och aldrig skulle lyckas med något [...] Jag har många gånger funderat på om det kanske va meningen [...] Att det är tack vare hans ihärdiga påtryckningar om mitt ickevärde genom livet som fick mig att börja pressa mig själv så pass hårt [...] Och det är mycket tack vare honom som jag senare kastades ut i min berg - och dalbana till liv som slutligen 28 år gammal skulle ta mig till min absoluta botten (Bråding, 2017:39-40).

Att hela tiden känna att hon inte passade in var någonting Sanna kämpade med, men när hon kom i kontakt med droger senare i livet kände hon plötsligt att hon hade hittat sin plats och att den värld hon befann sig i under sitt missbruk accepterade henne:

Jag har varit vältränad, duktig och uppstyrd. Men även neddrogad, kaos och kriminell. Jag har rört mig mellan de rika och fattiga, privilegierade och utsatta som en kameleont. Hela tiden med en känsla av att jag inte passa in någonstans - men med en stark vilja att vilja göra det [...] Jag hoppade mellan musikvärlden, skådespelarvärlden och tv-världen, älskade varenda jobb och ville passa in, men jag gjorde det inte. Överallt kände jag mig ensam. Även bland familj och vänner. De var där och omringade mig, men jag var ändå ensam, lite annorlunda på något vis (Bråding, 2017:150-151).

Det Sanna beskriver i ovanstående citat är att hon inte känner att hon passade inte någonstans, att det hela tiden fanns en vilja inom henne att göra det. Men när hon kom i kontakt med drogerna skriver hon att hon äntligen fann det hon letade efter:

Jag minns hur jag under en turné blev bjuden på kokain för första gången på mitt hotellrum. [...] Nu hade jag äntligen hittat någonting som fick tyst på alla krig [...] Via några polare fixade jag snabbt en kontakt med en langare, och lika snabbt lärde jag mig reglerna för vad som gällde i den här världen [...] Jag hade än en gång kastat mig i en helt ny värld och kände att jag hade fått min egen plats i den här världen. Jag kände att jag blev accepterad här, att jag var inbjuden som en i gänget. Här sa ingen åt mig att jag var konstig eller annorlunda. Här accepterade jag för den jag var, precis som jag var. Och jag gillade det (Bråding, 2017:142-143).

Känslan av utanförskap, beskriver Sanna ledde henne till att försöka hitta någonting som skulle få henne att känna att hon passade in någonstans. Citatet ovan skildrar att drogerna fick henne att känna just detta. Enligt Johnsson, Richert & Svensson (2017:98) studie, kan ett beteende, förstärkas eller försvagas beroende på konsekvenserna av beteendet. Om ett

beteende får positiva konsekvenser så upprätthålls beteendet men om det får negativa konsekvenser bryts det (Johnson, Richert & Svensson, 2017:98). I det här fallet beskriver Sanna att de positiva konsekvenserna hon får av drogerna som resulterar i att hon fortsätter att använda dem.

På samma sätt som Sanna beskriver att hon påverkades av sin omvärld skulle orsaken till Peters missbruk också kunna läggas på den omvärld han befann sig i. Han umgicks med människor som också missbrukade. Hans relation till drogerna förstärktes och effekterna drogerna gav honom fick Peter att bara vilja ha mer:

En kille som dealade mycket med droger flyttade till stadsdelen kroksbäck i Malmö där jag och Caroline bodde och jag började hänga med honom och ta amfetamin dagligen. Och det dröjde inte länge förrän jag var helt fast. Och när amfetaminet blev en del av min vardag var dörren till avgrunden vidöppen. Jag hade tjej och barn, men jag var inte ens i närheten av en bra familjefar. Hur kan jag vara det när drogerna betydde mer för mig än familjen? (Ahlman, 2018:95)

Ellie och Lottens berättelser om hur deras omvärld påverkat dem in till missbruk skiljer sig inte långt från Sannas och Peters berättelser. Ellie och Lotten umgicks också med människor som missbrukade. De beskriver också, precis som Sanna och Peter gör, att de fann känslan av tillhörighet och gemenskap med de som också missbrukade.

Bristande omsorg och kärlek från föräldrarna ledde till att Ellie och Peter sökte sig till drogerna, medan känslan av att inte passa in gjorde att Sanna sökte sig till drogerna och hittade sin plats. Lotten och Ellie däremot använde sig av alkoholen som flykt från sina känslor och använde alkoholen som ett sätt att glömma eller dämpa känslorna. Johansson (2005:83) betonar att identitet konstrueras i relation till individens omvärld. Utifrån berättelserna om hur uppväxt och omvärlden har påverkat dem in till missbruk skulle man kunna, genom den narrativa teorin om identitet, förstå att uppväxten och omvärlden har haft en stor betydelse för skapandet av missbruksidentitet hos författarna. Författarnas beskrivningar skapar förståelse för hur deras historia och erfarenheter har påverkat dem och det i sin tur skapar sanning och identitet (Johansson, 2005:23).

5.2 Återhämtningsprocesser och skapandet av en ny identitet

Till denna del har fokus varit på delar av boken där individerna berättar om särskilda händelser som har hjälpt dem till en återhämtningsprocess.

Författarna i alla fyra självbiografierna har gått igenom någon form av återhämtningsprocess som sedan har bidragit till utformningen av en ny identitet hos dem. Var och en av dem berättar om särskilda händelser som har hjälpt dem till en återhämtningsprocess. Trots att de har gått igenom olika processer så är den gemensamma nämnare för alla författarna att de, för att komma ur sitt missbruk, kunde se en framtid och ett annat liv bortom drogerna. Lotten beskriver en distinkt vändpunkt:

Kiosken som sålde mina 7.5 procentiga öl under disk öppnade redan klockan sju och jag stod på trottoaren utanför mitt hus med händerna på cykelstyret när hela min värld rasade. Jag frågade plötsligt mig själv och 'alla Gudar' om det här var allt jag skulle prestera i mitt liv. Den sorg och förtvivlan som plötsligt kom över mig var total [...] Det kändes som jag vaknade upp ur en lång, tårande mardröm och såg mig själv, helt hjälplös, i klorna på drogen som bara ville förtära mig och aldrig gav något uppbyggande tillbaka [...] Desperat bad jag innerligt och ärligt för första gången i hela mitt liv om hjälp. Jag kommer ihåg de exakta orden jag använde 'Okej, Gud. Nu får du hjälpa mig!' [...] Från att ha trott att det var mitt öde att missbruka mig till döds eftersom jag inte klarade av att 'ta mig i kragen' insåg jag att där och då att jag behövde hjälp och var villig att ta emot den (Säfström, 2012:218-219).

Enligt Lottens berättelse började hon sin återhämtningsprocess när hon insåg hur illa situationen hon befann sig i var. Sedan bad hon till Gud om hjälp. Efter den dagen då Lotten insåg sin situation började hon på riktigt sin resa till en ny identitet och berättar att mötena med Anonyma Alkoholister och hennes deltagande i Tolvstegsprogrammet, fick henne att inse att missbruk är en sjukdom och att hon kan genomgå en förändring. Detta, berättar hon, har hjälpt henne genom sin resa.

Tolvstegsprogrammet fick nu en djupare mental och praktisk plats i mitt tillfrisknande. Jag hade förstått att det var jag som hade problemet- inte drogerna. För att kunna tillfriskna behövde jag göra radikala förändringar på alla plan i livet och 'stegarbeta' var det som hjälpt så många andra att leva med kvalitet och harmoni i sitt liv. I stegens utformning kunde jag se att de skulle kunna hjälpa mig att lära känna mig själv. Jag ville leva mitt liv på ett sätt där jag kunde glädjas åt livet. Stegens logik tilltalade mig och jag med min kritiska natur kunde bara se positiva effekter som resultat hos de som ägnade sig åt den typen av självhjälp [...] Min insikt sade mig att om jag inte lärde mig att leva med flyktbenägenheten och min känslomässiga störning skulle risken vara stor att jag blev 'en sur, nykter alkoholist'. Då kunde det lika gärna kvitta. Jag bad min sponsor om hjälp med detta och så satte jag igång (Säfström:2012:246).

Oksanens (2012:149) studie visar att personer med missbruk genomgår olika återhämtprocesser i samband med återhämtningen från missbruket. De olika processerna är *Conversion*, *Growth*, *Cycle* och *Slow down* process. I Lottens fall genomgår hon *Conversion*

processen som innebär att hon släpper sitt "gamla jag" och sitt missbruk och hittar en ny ideologi. Hon erkänner sin maktlöshet för missbruket och genom att avstå från missbruket omformas hennes jag gamla till det "nya jaget". I denna process rekonstrueras identiteten. Vidare är *Conversion* processen kopplad till Anonyma Alkoholisters inställning att återhämtning sker när individen börjar självutvärdera och möta sina tidigare misstag (Oksanen 2012:150). Denna händelse som Lotten uppger i citatet ovan verkar vara vändpunkten i hennes liv som missbrukare. Dessutom fick hon med hjälp av Tolvstegsprogrammet en större förståelse för sin situation vilket i sin tur gjorde att hon kunde se på sig själv, sin identitet och livet på ett annat sätt än tidigare (Johansson, 2005:23).

Med hjälp av Anonyma Alkoholister och Tolvstegsprogrammet fick Lotten vidare förklarat för sig att hennes missbruk var en sjukdom som hon har drabbats av:

Världen är inte längre en konstig plats. Det kan låta konstigt men eftersom jag har överlevt, och mer än så, att jag faktiskt kan leva som en tillfrisknande människa idag är jag tacksam för min sjukdom. Beroendesjukdomen gör att jag måste ta hand om mitt inre [...] Min sorg för alla de som inte hittar en väg ur sitt drogmissbruk är bottenlös. De är människor som jag, och jag vet vilket lidande och vansinnigt tillstånd vi lever i så länge droger styr våra liv. Det var med en hårsmåns marginal att jag blev en av dem som dog i det förvirrande och nedbrutna tillståndet (Säfström, 2012:313).

Berättelser skapar möjlighet för individer att kunna relatera till sina erfarenheter och historia och på så vis skapa en identitet (Hilte, 2009:70). I ovan citat är det tydligt att Lotten gör just detta. Hon beskriver att hon betraktar sitt missbruk som en sjukdom. I hennes berättandet skapar hon förståelse för vad hon har gått igenom och förklarar det som att sjukdomen har präglat hennes liv. Detta i sin tur hjälper henne att skapa en identitet relaterad till sjukdomen och gör det även möjligt för henne att skapa en förståelse för sitt tillstånd.

Även Ellie berättar att det är genom Tolvstegsprogrammet som hon har fått en större förståelse för hennes tillstånd. Ellies återhämtningsprocess börjar när hon efter ett självmordsförsök blir introducerad till Tolvstegsprogrammet. Hon menade dock att hon inte hade något alkoholproblem och därmed inte var i behov av programmet. Ellie kunde först inte erkänna för sig själv att hon var alkoholist men efter att hon själv började läsa om vad en alkoholist är kunde hon börja relatera sin situation till beskrivningarna:

Så jag började söka på internet om vad en alkoholist egentligen var och vem är alkoholist? När jag låg där i soffan denna onsdagskväll läste jag texter som hade

kunnat vara jag som hade skrivit dem. Ja drack alltid när jag inte hade barnen hemma. Jag drack även när jag hade barnen hemma. Oftast är de hade somnat men i princip varenda kväll [...] När jag låg där i soffan så insåg jag att det inte alls var ölen som gjorde en människa till alkoholist utan det var mängder med andra aspekter. Ljuset gick upp! Jag var alkoholist. Aha! Så jag kollade upp var det fanns möten, vilka dagar, vilka tider (Sandin, 2017:198-199).

Ellie börjar gå på möten genom Tolvstegsprogrammet där hon får träffa andra med liknande erfarenheter och som hon kan relatera till. Men hennes vilja att delta på mötena och att sluta med sitt missbruk fanns i att hon ville fortsätta leva, för henne och för hennes barn:

Jag vill leva. Jag vill bli gammal. Jag vill bli farmor en vacker dag, men för mig är det inte bara att spå i framtiden. Jag mår bäst av att leva här och nu. Var dag är en ny chans att göra något bra. Jag behöver ha tålamod och det är något jag övat på under hela hösten. Vi måste kämpa för det vi vill ha (Sandin, 2017:225).

Ellies återhämtningsprocess skulle kunna förklaras med *Slow down* processen som enligt Oksanen handlar om att viljan att avsluta ett beroende finns i att individen hittar nya värderingar i sitt liv och därför väljer bort sitt beroende (Oksanen 2012:150). I Ellies fall blev just motivationen om att hon vill leva vidare för henne och hennes barn anledningen till varför hon ville avsluta sitt missbruk av alkohol.

Sannas återhämtningsprocess börjar när hon grips av polisen på grund av narkotikabrott.

Sanna beskriver det som att hon hade nått botten och att det var dags för henne att ta sig upp igen:

Polisen hade haft span på oss i nästan ett år [...] de hade lyssnat på våra telefoner och de hade kartlagt hela vår klick med vår huvudlangare. Nu hade jag nått det som jag hade väntat på i många år. Jag hade nått botten. Jag hade aldrig kraschat förr, men uppenbarligen inte tillräckligt för att vända det. Nu hade jag slagit i botten så hårt att det inte fanns någon annan utväg. Antingen kunde jag stanna där nere och tycka synd om mig själv, eller så kunde jag använda marken under mina fötter och ta avstamp och vända mitt liv uppåt igen (Bråding, 2016:177-178).

Jag försöker hålla ihop mig själv så gott det bara går. Jag överlever snarare än lever, ungefär som det har varit under de senaste åren. Men det är ändå annorlunda eftersom jag har flyttat hem till mina föräldrar och någonstans ändå bestämt mig för att jag ska klara det. Jag har helt slutat dricka alkohol och har medvetet införa nya rutiner i mitt liv. Det är svårt och just nu är jag som allra skörast (Bråding, 2018:198)

I Sannas berättelse uppger hon inte, tillskillnad från Ellie och Lotten, att hon ser missbruket som en sjukdom som hon har drabbats av. Utifrån citaten ovan kan tolkningen istället göras att Sanna ser på sitt missbruk som ett hinder i livet som hon tänker att hon kan överkomma bara hon bestämmer sig för det. Hennes återhämtningsprocess skulle därför kunna relateras till Oksanens *Growth* process som just innebär att missbruket ses som en motgång i livet som individen kan överkomma genom att utvecklas (Oksanen 2012:152). I ovan citat kan det anas att Sanna vill gå vidare i livet och lämna missbruket, vilket inom *Growth* processen innebär ett tecken på att individen vill återhämta sig från sitt beroende som en del av hens självutveckling (ibid.).

Peter sökte hjälp från Gud när han nådde sin absoluta botten. Han trodde på att frälsning skulle befria honom från sitt missbruk. Innan dess sökte han annan hjälp och kom in på ett behandlingshem. Han avstod då från drogerna under perioder men fick upprepade återfall under behandlingen. Viljan att bli frälst fanns dock kvar och därför fortsatte han söka sig till Gud. Till slut kom frälsningen som han längtade efter. Han berättar:

Jag kom hem till kollektivet där jag bodde och lade mig på sängen. De var kväll och mörkt ute. Någon hade gett mig en bok om Gud och jag började läsa. Boken målade av en god och kärleksfull Gud [...] Jag kom inte ihåg en enda bön. Så jag tog ett andetag, öppnade munnen och lät mitt hjärta tala: 'Gud ... kom!' Om en blixtpå en mörk natthimmel kom ett starkt ljus mot pannan där jag låg i sängen [...] Jag upplevde hur en mäktig kraft gick genom hela min varelse. Det var en kick som var starkare än något jag varit med om tidigare [...] En kraftfull våg sköljde igenom mig på insidan och renade mig [...] 'Jag är fri! Jag är frälst!' (Ahlman, 2018:154-155)

Peter återhämtningsprocess skulle också kunna relateras till *Conversion* processen eftersom han hittade nya värderingar, började tro på Gud och kristendomen och var beredd på att släppa sin förflutna (Oksanen 2012:150). Lotten, Ellie, Sanna och Peter lyckades att återhämta sig från sina respektive missbruk. Detta tyder på att de har lyckats förändra sina självbilder vilket är viktigt för att en återhämtningsprocess ska bli lyckad enligt Oksanen (2012:150).

5.3 Framställningen av stigma i självbiografierna

Upplevelsen av stigma är någonting som framställs i självbiografierna i samband med missbruket. Stigmat beskrivs oftast att komma från författarnas omgivning. Nedan kommer resultatet och analysen av hur framställningen av stigma beskrivs i självbiografierna.

Stigma från omgivningen

Författarna i självbiografierna uttrycker att de på ett eller annat sätt kände sig stigmatiserade av sin omgivning under tiden de missbrukade. Stigmat beskrivs komma från familjemedlemmar, vänner, arbetskamrater och även från olika vård personal som de kom i kontakt med när de villigt eller motvilligt behövde hjälp för sina missbruk. Genom stigma från omgivning skapas även självstigma. Nedan kommer några exempel på citat som skildrar var stigmat kommer ifrån och hur självstigma uppstår.

Sanna arbetade på Sveriges Radio och efter att arbetsplatsen upptäckte att hon hade problem med droger ställde de krav på henne att träffa en psykolog. Sanna var först motvillig till att träffa psykologen men eftersom hennes jobb ställde kravet, gick hon med på att gå på möten med psykologen. Hon upplevde att hon blev sedd som annorlunda och hon beskrev känslan så här:

Efter bara ett par gånger märkte jag hur hon verkade bli starkt känslomässigt berörd under mitt berättande [...] Jag minns inte exakt hur hon uttryckte sig men jag minns exakt hur hon fick mig att känna mig. Jag gick därifrån och bestämde mig för att aldrig gå tillbaka till henne. Där var den där känslan igen, som jag hade lärt mig att känna igen så väl. Den där bekräftelsen på att jag inte var som andra. Att jag inte var 'normal' ” (Bråding, 2017:167).

Utifrån Goffmans (2014:22) teori om stigma blir Sannas sedd som annorlunda, i detta fall, av psykologen. Sanna bär på ett stigma som psykologen bekräftar och förstärker vilket märks när Sanna skriver att hon får bekräftelsen att hon inte var som alla andra från psykologen. Den attityd som förmedlas till Sanna leder till att hon bestämmer sig för att avsluta kontakten med psykologen. Sanna uttrycker ett förlorat förtroende för henne och detta bidrar till att hon hellre väljer att ta avstånd från hjälpen. Att undvika kontakt och att isolera sig från andra är enligt Goffman (2014:20) vanligt förekommande för de som upplever stigma. Sannas självbild av att hon inte är normal förstärks och för att glömma eller minska de negativa känslorna som stigmatisering innebär, fortsätter hon med sitt missbruk. Detta är någonting som stämmer överens med vad Matthews, Dwyer och Snoek (2017:278) nämner i deras studie, att fortsatt användning av droger är ett sätt för individen att dämpa de negativa känslorna som kommer från den upplevda stigmatiseringen. Utöver förlorat förtroende för omgivningen, kan stigmatiseringen även vara anledning till att skamkänslor uppstår hos Sanna. Skamkänslor uppstår nämligen i samband med upplevt stigma som kommer från de övriga i samhället menar Matthews, Dwyer och Snoeks (2017:275).

Att förlora kontakt med vänner under missbruket är också någonting som författarna berättar att de gjorde. Ellie berättar till exempel att hennes kompisar började undvika henne när hon förlorade kontrollen på sitt drickande. Även Sanna berättar att hon förlorade sina närmaste kompisar på grund av sitt missbruk. De uttrycker detta på följande sätt:

Mina vänner började ta avstånd till mig. De ville inte längre gå ut och dricka med mig, även fast jag lovade att jag inte alls skulle bli lika full som gången innan” (Sandin, 2017:134)

Fler och fler riktiga vänner försvann, de orkade inte umgås med mig, eller så försvann jag från dem. Jag var inte mig själv längre. Jag var ett skal (Bråding, 2017:172).

Enligt Goffman (2014:12) finns det tre olika typer av stigma som en individ kan drabbas av. I det här fallet kan det anas att Ellie och Sanna drabbas av karaktärsstigma. Detta innebär att de anses ha en icke önskvärd karaktär, i detta fall, missbrukskaraktären, som deras sociala omgivning uppfattar som onormal. Eftersom de besitter denna karaktär, leder det till att de betraktas som icke önskvärd och denna stämpling innebär enligt Goffman (2014:10) ett stigma. Vidare, när Ellie och Sanna inte längre uppfyller de normativa förväntningar som ställs på dem i deras respektive kompisgrupper blir de utstötta. En tänkbar normativ förväntning i deras respektive grupper hade kunnat vara att man inte dricker sig full okontrollerat. Goffman (2014:10) menar att när individen inte längre agerar så som det är förväntat att denne ska agera inom en grupp, kan utstötning bli ett faktum för denna individen. Detta stämmer överens med vad som händer med Ellie och Sanna.

När en individ drabbas av stigma från omgivningen kan det resultera i att självstigma också utvecklas hos denne (Matthews, Dwyer & Snoek, 2017:276). Detta innebär att de börjar införliva de attityderna som finns mot dem som en del av sig själva (ibid.). Ett exempel som skildrar detta är när Lotten inte längre försökte dölja sitt missbruk från sin mamma:

Nu visste min mamma var jag bodde och hon kom på täta besök. Jag släppte all teater inför henne i det här skedet av mitt liv och hon fick se mig som den jag faktiskt var. Jag var så härdad i mina attityder att den lilla smärta och skam jag kunde känna i möten med henne var så snabbt övergående, eller egentligen, snabbt undanträngda. Jag hängde allt oftare i parken i stadsdelen och hon fick ofta se mig med mitt klientel på bänkarna och i alla sorters tillstånd [...] Att leva i missbruket var min karriär och jag hade ju faktiskt lyckats uppnå en hög position inom mitt gebit i och med att jag alltid hade pengar” (Säfström, 2012:169).

När Lotten skriver att hon var så härdad i sina attityder att den smärtan och skam hon kände i möte med hennes mamma var snabbt undanträngda, kan tolkningen göras att Lotten inte längre väljer att dölja sitt missbruk från sin mamma eftersom hon har internaliserat de attityderna som omgivningen har mot henne. Hon börjar betrakta omgivningens attityd mot henne som en sanning och det resulterar i att hon då ser sig själv som en missbrukare. Detta stämmer överens med Matthews, Dwyer & Snoeks (2017:275) studie som påpekar att den sociala omgivningens attityd påverkar hur individ börjar se på sig själv på det viset att denne införlivar de attityderna som finns mot denne. Citatet skildrar också att Lotten en känsla av skam när hon möter sin mamma. Skamkänsla uppstår hos individ som känner misslyckande på personlig plan och kan förstärkas genom att denne känner att den också har svikit andra personer i dennes omgivning (Matthews, Dwyer & Snoek, 2017:276). Denna skamkänsla som Lotten känner kan alltså bero på att Lotten känner sig misslyckad eftersom hon blir sedd och känner sig annorlunda. Denna skamkänsla förstärks ytterligare när hon känner att hon också sviker andra i sin omgivning, i detta fall, sin mamma.

Peter beskriver upplevelsen av att vara stigmatiserad när han berättar att hans flickvän Helen, levde ett dubbelliv där hon, enligt Peter, försökte dölja att de hade ett förhållande för hennes pappa på grund av att hon skämdes:

Hon levde ett dubbelliv; ett liv i sin vardag och ett annat liv som hon visade upp för sin far. Jag passade nog inte in i något av hennes dubbelliv. Jag förväntades vara osynlig. Pappan skulle inte få veta att vi var tillsammans. På ett sätt kan jag förstå att hon skämdes för mig eftersom jag levde ett luffarliv.

Citatet ovan skildrar, precis som exemplet med Lotten, att Peter kan tänkas ha införlivat omgivningens attityd mot honom som en sanning eftersom han säger att förstår att Helen skämdes för att han levde ett luffarliv. Genom att Peter förväntades att vara osynlig kan tolkningen också göras att Helen ansåg att Peter inte levde upp till de förväntningar som finns gentemot honom. Matthews, Dwyer & Snoeks (2017:275) studie påpekar att den sociala omgivningens attityd påverkar hur individ börjar se på sig själv. Peter upplevde att Helen inte ville visa upp honom för hennes pappa för att han levde ett luffarliv. Helens attityd kan tänkas påverka Peters syn på sig själv, när han säger att han förstår henne, kan tolkningen göras att han ser sig själv som annorlunda och har därför en viss acceptans kring varför hon skäms. Peter bär på ett stigma som Helen bekräftar och förstärker, utgår man från Goffmans (2014:10) tre olika stigma så är det även just Peters karaktär, det vill säga luffarkaraktären

som gör att han inte anses vara önskvärd och blir därmed, av den sociala omgivningen, betraktad som annorlunda.

5.4 Normbrott

I självbiografierna framkom det att författarna, under sitt missbruk bröt mot sociala normer och regler. Exemplet på Sannas normbrott skiljer sig från Lotten, Ellie och Peter, på det sättet att hon faller ur vad som definieras som missbrukare och narkoman eftersom hennes missbrukskaraktär inte anses vara tillräcklig stark nog för att kunna ingå i samma kategori som Lotten, Ellie och Peter.

Lotten ansågs begå ett normbrott när hon blev mamma under sitt missbruk. När hon inte hanterade en situation på ett sätt som förväntades av henne som mamma, blev hon kontaktad av Socialtjänsten och en utredning öppnades:

En dag när jag var ute med Emma och min kille var hemma och lagade mat åt oss sprang Emma rakt ut i cykelbanan. Det kom ingen cyklist men det hann jag inte se utan reagerade med 'fyllenerverna' på helspänn och bara skrek rakt ut på henne. Precis då kom det en mamma förbi med sitt barn och sin man och hon konfronterade mig. Det märktes troligtvis att jag druckit när jag snäste av henne. Jag gick därifrån och hemåt och efter en liten stund körde en polisbil fram och stoppade mig. De berättade att de hade fått ett samtal från en orolig medborgare om en berusad kvinna med ett barn. Jag spelade ovetande med lönlöst [...] De bad om att få komma med upp i lägenheten och jag var samarbetsvillig. Därhemma stod killen vid spisen och det var välstädat och fint så ett omedelbart omhändertagande var inte aktuellt [...] Däremot öppnades det en ny utredning på BoF" (Säfström, 2012:183).

Ellie berättar att hon, precis som Lotten blev kontaktad av Socialtjänsten på grund av hennes missbruk, detta eftersom hennes sociala omgivning var oroliga kring barnen:

Vissa veckor var de flera möten på socialkontoret än andra. Många gånger kände jag att jag var dömd. Jag kan inte anklaga dem för det. De ser till barnens bästa. Inte mitt bästa (Sandin, 2017:224)

Som mamma förväntades Lotten och Ellie att agera på ett visst sätt men när de agerade annorlunda än det som förväntades av dem anses de ha brutit mot de sociala reglerna. Att de agerar annorlunda skulle kunna vara på grund av just deras missbruk. Becker menar att anledning till varför en individ inte följer reglerna kan förklaras genom individens personlighet och livssituation (Becker, 2006:22). Becker (2006:17) menar vidare att när en

individ bryter mot regler har det konsekvenser för individen, detta vare sig om reglerna är informella eller grundade genom lag. Lotten och Ellie betraktas även som en avvikare - någon som inte handlar i enlighet med vad den sociala omgivningen förväntas av dem (Becker, 2006:23). Både Lotten och Ellie ansågs avvika från normen av vad hur "normala" mammor ska vara eftersom de enligt Socialtjänsten, inte var kapabla till att ta hand om barnen på grund av sitt missbruk. Det är samhället som definierar vilka regler och handlingar som är korrekta och inte (Becker, 2006:23). I det här fallet är det just missbruksproblematiken som framkallar en reaktion hos Socialtjänsten. Deras syn på missbruk och dess påverkan på barnen gör sedan att de bedömer och avgör att Lotten och Ellie inte kan fungera som "normala" mammor. På det sättet blir Lotten och Ellie stämplade som en avvikare (Becker 2006:26).

Peter berättar att han kände sig som ett hopplöst fall när han inte fick hjälp från någon på grund av sin situation:

Jag satte eld på alla skepp jag befann mig i och morsan blev livrädd för mig. Snart låste morsan dörren igen och jag befann mig på utsidan av lägenheten. Jag var inte välkommen tillbaka [...] Hemlös och stående på gatan vände jag mig till socialen och de skickade ut mig till ett kollektivt boende på landet. Snart hade jag pundat sönder stället och blev utkastad. Hemlös igen. Ett hopplöst fall. Jag passade inte någonstans. Till och med myndigheterna som ska ta hand om de utslagna tappade tålamodet (Ahlman,2018:138).

En individ blir avvikare när denne inte följer de rådande reglerna, varför en individ inte följer reglerna kan vidare förklaras genom individens personlighet och livssituation (Becker, 2006:22). Peter blir både utkastad från sin mammas lägenhet och från det boende som Socialtjänsten hjälpt honom med, detta kan tänkas bero på att Peter bröt mot de rådande reglerna. Det är kan tänkas att Peters livssituation, det vill säga hans missbruksliv gör att han bryter mot reglerna. Den sociala omgivningens reaktioner kring en handling är avgörande för om en individ kommer att betraktas som avvikare (Becker, 2006:23). I detta fall är det just Peters mamma och Socialtjänstens reaktioner kring Peters handlingar som gör att Peter anses bryta mot normerna och blir avvikare.

I Sannas fall, när hon efter en dom tvingades att ta emot vård och hjälp blev det inte så enkelt eftersom hon passade in *för lite* i kategorierna, missbruk och narkoman:

Jag blev dömd till fängelse och tre års skyddstillsyn med föreskrifter om vård. Och jag var verkligen beredd på att ta emot den där vården och hjälpen som jag dömdes till. Men det var inte så lätt. Det blev problem i och med jag var den där duktiga flickan och inte den typiska narkomanen eller alkoholisten, den typiska brottslingen som kriminalvården uppenbarligen var mer van att ta hand om [...] Kriminalvården hade bara en viss typ av behandling för narkotikadömda att erbjuda. Och eftersom jag inte passade in i den mallen, fanns det inget att tillgå för mig (Bråding, 2017:205)

Även i psykiatrienheten blir Sanna nekad vård. Sanna berättar hur hennes problem bemöts av psykiatrikern:

Ja, det var ju lite konstigt att du blir lugn av amfetamin. Men vet du, det finns folk som inte ens klarar av att komma hit för att de mår så dåligt. Du kom ju i tid och ser ändå ut att må bra. Jag är ledsen, men du mår för bra för oss (Bråding, 2017:205).

Människor placeras in i olika kategorier beroende på beteende, utseende och sätt att presentera sig själva (Matthews, Dwyer & Snoek, 2017:277). Problem uppstår dock när kategoriseringar generaliseras till olika stereotyper. Beskrivningen av en viss grups medlemmar kan bli missledande. Till exempel förknippas missbrukare som kategori med negativa stereotypiska bilder (ibid.). I Sannas fall blev hon nekad vård eftersom hon inte passade in tillräckligt i de normativa föreställningarna om vad en narkoman eller en alkoholist är. Eftersom hon inte betraktades ingå i de negativa stereotypiska bilderna av vad som är en typisk narkoman eller alkoholist kunde hon inte relateras till någon av kategorierna. Konsekvensen av detta blev att hon inte fick någon hjälp. Sanna avviker från vad som anses vara definitionen av vad alkoholist och narkoman är. Becker (2006:23) skriver att den sociala omgivningen har en stor roll i skapandet av en avvikare, då det är den som sätter villkoren för om en handling betraktas som avvikande eller inte. I Sannas fall blir hon sedd som en avvikare eftersom hon inte uppfattas som en typisk alkoholist eller narkoman av hennes sociala omgivning.

6. Avslutande diskussion

I det här kapitlet kommer det göras återkopplingar, först till studiens syfte och sedan till studiens frågeställningar i tur och ordning med hjälp av studiens resultat. Avslutningsvis kommer en diskussion kring vidare forskning även tas upp i kapitlet.

6.1 Hur beskrivs och förändras identiteterna i berättelserna?

Det framkom tydligt i självbiografierna att författarna inte kunde se sig själva leva ett liv utan missbruk - att de identifierar sig med missbruket totalt. Denna identitet transformeras sedan när författarna genomgår olika återhämtningsprocesser. I självbiografierna berättar författarna om särskilda händelser som vändpunkter vilka har fått dem att ta steget till en återhämtning. Peter berättar till exempel att det var genom frälsning som han helt vände ryggen mot drogerna. Medan Lotten beskriver att hon en dag insåg hur illa hennes liv var i missbruket och att hon behövde förändra sin livsstil. Med hjälp av Tolvstegsprogrammet får hon hjälp och får förklaring för sitt missbruk. Ellies väg till återhämtning börjar när hon blir inlagd på sjukhuset efter ett självmordsförsök, under den tiden kommer hon också kontakt med Tolvstegsprogrammet och bestämmer sig sedan för att förändras med viljan om att kunna fortsätta leva, för sig själv och för sina barn. Tillskillnad från Lotten och Ellis såg inte Sanna på sitt missbruk som en sjukdom utan snarare som en motgång. Hennes återhämtning börjar när hon inser att hon måste gå framåt i livet och för att kunna göra det måste hon lämna missbruket och överkomma denna motgången. I samband med förändringen börjar författarna se sig själva på ett annat sätt än tidigare och de börjar även kunna se ett annat liv bortom missbruket. Vägen till en återhämtningsprocess beskrivs vara svår men åtkomlig. De lyckades med återhämtningsprocesserna tack vare att de lyckades förändra sina gamla självbilder och lämna identiteten med missbruket bakom sig.

6.2 Sambandet mellan missbruk, sociala normer och stigma

Resultat och analysen har vidare visat att det finns ett starkt samband mellan missbruk, sociala normer och stigma. Författarna upplever stigma från sin omgivning på grund av sitt missbruk. Stigmat uppstår när de inte följer de sociala normerna som finns och de normativa förväntningar som ställs på dem. Det är tydligt att missbrukare som grupp är kategoriserad och ses som avvikare eller icke önskvärda eftersom de inte lever upp till vad som anses vara normalt av den sociala omgivningen. Det stigma som missbrukare får från sin omgivning kan omvandlas till självstigma, som innebär att de börjar internalisera omgivningens attityder mot sig som sanningar. Detta gör att individens negativa självbild förstärks och likaså stigmat. I självbiografierna beskrivs även särskilda händelser som får författarna att genomgå en återhämtningsprocess. Det var händelser som att bli frälst av Gud, händelser som att man en dag tillslut inser allvarligheten och konsekvenserna av ens missbruk och därmed vill lämna det bakom sig och även för att en finner en ny mening med livet och vill leva ett drogfritt liv

för sig själv och för andra människor omkring en. Tolkat från den narrativa teorin om identitet, har författarnas berättelser hjälpt dem att förstå sig själva. Berättandet hjälper även författarna att skapa identiteter genom att de relaterar till sina erfarenheter och sin historia.

6.3 Hur framställs missbruket och dess orsaker i självbiografierna?

Studiens frågeställningar besvaras utifrån resultatet och analysen av den insamlade empirin. Missbruk och dess orsaker beskrivs i självbiografierna. Det analyserade materialet visar inte på en enstaka orsak till varför en individ hamnar i missbruk utan många faktorer spelar roll. Detta stämmer överens med tidigare forskning som påpekar att den sociala miljön, såväl som genetiska och psykologiska faktorer kan påverka en individs sårbarhet gentemot missbruk (se Johansson, Richert och Svensson). Till exempel skriver Peter att hans familjeförhållande under barndomen, som bristande omsorg och kärlek från föräldrarna under deras uppväxt har varit en avgörande faktor till varför de sökte sig alkohol eller droger. Även Lotten betonar känslan av att ha blivit övergiven av sina föräldrar som en faktor till varför hon sökte sig till alkoholen och använde det som flykt från sina känslor. För Ellies del använde hon sig av alkoholen för att dämpa smärtan och tankarna från smärtsamma minnen från hennes uppväxt. Sanna däremot, trots att hennes föräldrar gav henne kärlek och omsorg betonar att hon alltid har känt sig annorlunda och otillräcklig vilket leder henne till drogerna.

6.4 Hur framställs stigma i de olika självbiografierna?

Att individerna i självbiografierna känner sig stigmatiserade är också någonting som har kommit fram i empirin. Stigmat beskrivs komma från omgivningen som familjen, vänner och inte minst vårdpersonal som de kom i kontakt med när de sökte hjälp för sina missbruk. Som den tidigare forskning visar kan stigma från en individs omgivning förstärka den negativa bilden som individen redan har på sig själv (se Matthews, Dwyer & Snoek). I samband med den upplevda stigmat kan individen också känna skam, vilket stämmer överens med vad som beskrivs i självbiografierna. Stigmat och skamkänslorna leder också ofta till isolering från den sociala omgivningen. Denna isolering innebär vidare att individer hellre tar avstånd från hjälp från familj, vänner och vårdpersonal för att slippa känna skam och stigmatisering. Detta skildras i självbiografierna. Sanna upplever till exempel stigma från psykologen hon träffar under hennes missbruk. Psykologen, enligt Sanna bekräftar att Sanna var annorlunda och inte som alla andra genom det sättet hon såg och pratade med henne. I både Ellies och Sannas självbiografier uttrycks stigmat genom deras berättande om att deras vänner tog avstånd från

dem eftersom deras missbruk blev uppenbart. I Lottens fall, gömde hon sig från sin mamma för att dölja sitt missbruk, vilket grundas i det skam hon känner. I Peters berättelse uttrycks stigmat bland annat när han uttrycker att hade en viss förståelse för varför hans flickvän inte ville presentera honom för hennes pappa för att han levde ett luffarliv. Peters flickvän bekräftar och förstärker det stigma som Peter bär på.

I självbiografierna beskrivs också hur författarna bryter mot normer i samband med sina missbruk och hur detta i sin tur får olika konsekvenser för dem. Särskilt intressant är även att det är författarnas omgivning som förmedlar att författarna bryter mot normerna. För Lottens och Ellies del anses de bryta mot hur en mamma bör vara, vilket skapar reaktion från deras omgivning. Eftersom deenligt Socialtjänsten inte ansågs vara kapabla till att ta hand om deras barn på grund av sina missbruk så togs deras barn ifrån de,. Detta stämmer överens med Beckers teori om att det inte är själva handlingen som individen gör som får denne att bli sedd som en avvikare, utan det är omgivningens reaktion på handlingen som avgör om denne kommer att bli sedd som regelbrytare och avvikare. I Peters fall är det hans mammas och Socialtjänstens reaktioner kring Peters handlingar som avgör att Peter anses bryta mot normerna och blir avvikare. För Sannas del ansågs hon inte passa in tillräckligt i de normativa förväntningarna kring vad en typisk narkoman eller alkoholist är. Tillskillnad från de övriga författarna faller Sanna ur kategorin missbrukare, detta påverkar henne på det sättet att hon inte tas på allvar och blir utesluten från olika hjälpinsatser.

6.5 Lärdomar av att jämföra självbiografierna

Det har funnits ett försök att återge olika exempel från självbiografierna för att kunna visa eventuella motsättningar mellan författarnas berättelser. Som tidigare nämnt är inte denna studiens avsikt att kunna ge en generell bild på ämnet missbruk. Denna studien har kunnat visa att ett missbruk kan vara mycket komplext. De olika självbiografierna visade således att det finns olika förklaringar till hur missbruksidentitet skapas och förändras samt olika förklaringar till varför missbruk uppstår. Självbiografierna har vidare visat olika exemplen på hur stigma framställs och normerna hanteras kring missbruk. Ett exempel från en av författarna, Sannas självbiografi utmärkte sig särskilt på det viset att hon, så som hon beskriver det, ansågs inte passa in tillräckligt i vad som anses vara definitionen av missbrukare eller narkoman. Detta fick konsekvens i form av att hon inte fick den hjälpen hon

behövde. Denna studie har slutligen givit lärdomen att alla kan drabbas av missbruk, alla, oavsett bakgrund.

6.6 Förslag på vidare forskning

Ett intressant tema som dök upp under arbetet men som inte låg inom ramen för studiens syfte var att författarna, i samband med sina missbruk också led av andra problem, som psykisk ohälsa, självskadebeteende och ätstörning. De självbiografier som är skrivna av kvinnor, beskriver att de i samband med sitt missbruk, också var deprimerade, skadade sig själva och led av någon form av ätstörning. Självbiografin som är skriven av en man, beskriver att han led av psykisk ohälsa under tiden han missbrukade men inte av självskadebeteende eller ätstörning. Trots att samsjuklighet verkade vara ett faktum för dessa individer, fanns det ingen information i självbiografierna kring hur samsjukligheten behandlades. Det hade därför varit intressant att, i en ny studie, undersöka hur samsjuklighet vid missbruk behandlas. Vidare hade det varit intressant att undersöka hur samspelet ser ut mellan sjukdomarna och hur hjälpen upplevs av individer med samsjuklighet.

7. Referenser

- Ahlman, Peter & Sjöberg, Joel (2018). *Vem kan laga en trasig själ?* Örebro: Sjöbergs förlag.kal
- Ahrne Göran & Svensson Peter (2011) Kvalitativa metoder i samhällsvetenskapen. I: Göran Ahrne & Peter Svensson (red.). *Handbok i kvalitativa metoder*. Malmö: Liber
- Alvehus, Johan (2013). *Skriva uppsats med kvalitativ metod: en handbok*. Stockholm: Liber
- Becker, Howard S. (2006). *Utanför: avvikandets sociologi*. Lund: Arkiv
- Bryman, Alan (2018). *Samhällsvetenskapliga metoder*. 3. uppl. Stockholm: Liber
- Bryman, Alan (2011). *Samhällsvetenskapliga metoder*. 2. uppl. Stockholm: Liber
- Bråding, Sanna (2017). *För mycket av allt*. Stockholm: Bladh by Bladh
- CAN. (2018). *Frågor och svar om alkohol* [<https://www.can.se/Fakta/Fragor-och-Svar/Alkohol/>] Hämtat: 2019-06-04
- CAN. (2018). *Frågor och svar om narkotika* [<https://www.can.se/Fakta/Fragor-och-Svar/Narkotika/>] Hämtat: 2019-06-04
- Goffman, Erving (2014). *Stigma: den avvikandes roll och identitet*. 4. uppl. Lund: Studentlitteratur
- Hilte, Mats (2009) Missbrukande kvinnors narrativ om olika behandlingsdiskurser. I: Eva Johnsson, Leili Laanemets, & Kerstin Svensson (red.) *Narkotikamissbruk: debatt, behandling och begrepp*. 2. uppl. Lund: Studentlitteratur
- Johansson, Anna (2005). *Narrativ teori och metod: med livsberättelsen i fokus*. Lund: Studentlitteratur
- Johansson, Anna & Öberg, Peter. (2008) Biografi och livsberättelse som perspektiv i socialforskning. I: Meeuwisse, Anna, Swärd, Hans, EliassonLappalainen, Rosmari & Jacobsson, Katarina (red.), *Forskningsmetodik för socialvetare*, 1. utg., Natur & kultur, Stockholm
- Johnson, Björn, Richert, Torkel & Svensson, Bengt (2017). *Alkohol- och narkotikaproblem*. Lund: Studentlitteratur

Kalman Hildur & Lövgren Veronica (2012) Etik i forskning och etiska dilemman. I: Hildur Kalman & Veronica Lövgren (red.). *Etiska dilemman*. Malmö: Gleerups utbildning AB

Matthews, S. Dwyer, R. & Snoek, A. (2017) Stigma and self-stigma in addiction. *Journal of Bioethical Inquiry*, vol. 14 (2): 275-286.

Nationalencyklopedin. *Missbruk* <http://www.ne.se/uppslagsverk/encyklopedi/lång/missbruk>
Hämtat: 2019-06-05

Oksanen, Atte (2012) To hell and back: Excessive drug use, Addiction, and the process of recovery in mainstream rock autobiographies *Substance Use and Misuse*, vol. 47, (2): 143-154.

Palm, Jessica (2006). *Moral concerns: treatment staff and user perspectives on alcohol and drug problems*. Diss. Stockholm : Stockholms Universitet

Riessman, Catherine Kohler (2008) *Narrative Methods for the Human Sciences*. Thousand Oaks: Sage Publications.

Sandin, Ellie (2017). *Så länge jag andas finns det hopp : från ett liv med hat till ett liv med kärlek*. Stockholm: Vulkan.

Säfström, Lotten.(2012). *Jag ville bara dansa*. Malmö: Salto de Vita.

Wirbing, Peter & Ortiz, Liria (2014). *Riskbruk & beroende: beroendelära för socialtjänsten*. Stockholm: Gothia fortbildning