



LUNDS
UNIVERSITET
Socialhögskolan

Att vara partner till någon med missbruksproblematik

- en tematisk analys av diskussionsforum på nätet

Anton Lind

Christoffer Forss

Kandidatuppsats SOPA 63

VT 2022

Handledare: Arne Kristiansen

Abstract

Authors: Anton Lind and Christoffer Forss

Title: To be a partner to someone suffering from alcohol and substance abuse - a thematic analysis of online discussion forums

Supervisor: Arne Kristiansen

Assessor: Anders Östnäs

[In our qualitative study we examined various public online discussion forums in order to shed light on the experiences of partners to people suffering from problematic alcohol and substance abuse. Doing so we encountered numerous stories of shame, blame, hope and despair. Our ambition was to contribute to the existing knowledge of the family perspective in the area of concern, something we believe is beneficial to social work.

Our results showed that the presence of abuse changes how the family and its members function altogether. Many people are willing to compromise their life to such an extent that they lose themselves in the struggle of keeping the family on their feet. Strong feelings of guilt toward their partner and children were expressed as well as shame in relation to their own situation. We also found that partners often refrain from seeking professional support. For some it is too much to handle and accept that it could possibly be something wrong with their family. Results concerning the blame expressed by forum users showed that complete strangers in many ways are willing to stigmatize those in need, especially when there are children involved. For our theoretical framework, we used Murray Bowen's family systems theory, Goffman's theory of stigma as well as Thomas J. Scheff's theories of shame for the analysis of the examined material.]

Key words: Addiction, Internet research, Substance abuse, Co-dependency, Family system, Stigma, Shame, Guilt

Förord

Vi önskar tacka vår handledare Arne Kristiansen för ousinlig pepp och inspiration, han trodde på oss även i de stunder vi själva inte gjorde det. Vidare önskar vi även tacka varandra för gott samarbete, våra familjer och vänner som varit stöttande på resan samt deltagarna i vår opponeringsgrupp för väl framförda åsikter som bidragit till att ytterligare förbättra uppsatsen.

Innehållsförteckning

1. Inledning	1
1.1 Problemformulering	1
1.2 Syfte	2
1.3 Frågeställningar	3
1.4 Arbetsfördelning	3
2. Kunskapsläge	3
2.1 Avgränsningar och tillvägagångssätt	4
2.2 Teman	4
2.2.1 Om internetstudier och användning av diskussionsforum	5
2.2.2 Om anhörigperspektiv	5
2.2.3 Om termen medberoende	6
2.3 Sammanfattande reflektion av kunskapsläget	7
3. Teoretiska utgångspunkter	8
3.1 Stigma utifrån Erving Goffman	8
3.2 Skam utifrån Thomas J. Scheff	10
3.3 Familjesystemteori utifrån Murray Bowen	12
4. Metod och Empiri	13
4.1 Metodval	13
4.2 Urval och genomförande	15
4.3 Förförståelse	16
4.4 Metodens tillförlitlighet	17
4.5 Forskningsetiska överväganden	18
5. Resultat och Analys	19
5.1 Systemteoretiska observationer	19
5.1.1 Anhörig till någon i missbruk	20
5.1.2 Drömmen om kärnfamiljen	21
5.2 Stigmatisering och skuldbeläggande	21
5.2.1 Att leva med en missbrukande partner	22
5.2.2 Föräldrarollen	23
5.2.3 Stigma från det egna nätverket	25
5.3 Skuld- och skamkänslor	26
5.3.1 Känslor i förhållande till ens partner	26
5.3.2 Den inre skammen	28
6. Slutdiskussion	31
6.1 Sammanfattning av studien	31
6.2 Studien i relation till framtida socialt arbete	32
7. Referenser	34

1. Inledning

I den inledande delen av vår uppsats ges en ingång till ämnet i form av en problemformulering för att sedan mynna ut i vårt syfte med tillhörande frågeställningar. Vi beskriver även kort hur vår arbetsfördelning sett ut under arbetets gång.

1.1. Problemformulering

Missbruk av alkohol och narkotika och dess konsekvenser drabbar långt fler än bara den missbrukande individen. I en familj blir alla påverkade och förändras vari missbruket sätter en ständig prägel på den interaktion som utspelar sig medlemmarna emellan (Wilson, Lubman, Rodda, Manning & Yap 2018:430ff.). Närvaron av problematiken skapar en kedjereaktion, en löpeld genom familjekonstellationerna som tvingar alla i familjen att agera eller i vart fall reagera. Vidare ser alla familjer olika ut; de har olika förutsättningar, resurser och förmågor. Men alla kan drabbas av missbruk i familjen, oavsett socioekonomisk tillhörighet (Socialstyrelsen 2016:24). Hur man som familj börjar med att söka hjälp skiljer sig åt även det. Socialstyrelsen (2016:14) har gett Sveriges kommuner i uppdrag att inkludera och formulera en plan för anhöriga som är drabbade av en familjemedlems missbruk. Hjälpen kan bland annat bestå av information om missbruk i olika former eller samtalsstöd. Men då har man som familj redan kommit så pass långt att man faktiskt sökt hjälp.

Missbruk är ett område som är förknippat med tabu, skuld och skam (Mafa och Makhubele (2019:14119ff., Maghsoudi, Alavi, Sabzi och Mancheri 2019:3588f.). Rädslan för att bli dömd av andra, insikten som krävs för att slutligen söka hjälp samt den emotionella påfrestning som det innebär att konfrontera och ta itu med familjeproblem är alla faktorer som gör att vissa drar sig för att ta steget till att söka hjälp. Den missbrukande personens ångest och inneboende stigma tas helt enkelt över av familjen vilket blir en del i förklaringen till varför det kan vara så svårt att söka hjälp (Tambling, Russell & D'Aniello 2021).

Vi anser att det är av vikt för socialt arbete att uppmärksamma familjens röster för att utöka förståelsen av de anhörigas situation och för att erbjuda de rätt hjälp. Det är dock inte alla familjer som har ett resursstarkt nätverk att tillgå eller känner trygghet i att berätta för sin omgivning vad de genomgår i stunder av kris. Det här är något som gör situationen för de anhöriga än mer problematisk. I vårt allt mer digitala samhälle har däremot möjligheter

öppnats upp för att söka sig bortom det egna nätverket. Internet och de många diskussionsforum som finns där kan därmed erbjuda en ingång till gemenskap som kan ligga närmare till hands i ett sådan svår situation. Just anonymiteten möjliggör för en anhörig att dela med sig av problem som upplevs svåra att prata om med någon annan. Det kan vidare finnas en tröstande funktion i att enbart läsa om andra i liknande situation som en själv. Pendry och Salvatore (2015:2017) nämner i en studie om självhjälpsgrupper på nätet vilka positiva effekter det kan ha för deltagarna. Mer specifikt konstaterar de att särskilt de grupper som präglas av ett gemensamt stigma, som exempelvis missbruk, upplever det betydligt enklare att dela med sig av sina berättelser via internet snarare än i den fysiska världen (ibid.)

Att vara anhörig till någon med missbruk medför å andra sidan även att omgivningen tenderar att skuld- och skambelägga den anhöriga för den situation de befinner sig i (Mafa och Makhubeles 2019, Maghsoudi et al. 2019, Wilson et al. 2018), vare sig det riktas mot den egna personen eller ansvaret för eventuella barn. Mot den bakgrunden vill vi undersöka hur det kan ta sig uttryck på nätet, något som vi tänker kan vara särskilt påtagligt med den närvaro av *nätroll* som ger sig ut på internet för att kritisera andra.

Vi vill i denna kvalitativa studie ta del av berättelser från anhöriga till personer med missbruksproblematik och studera den interaktion som sker på några av Sveriges största publika forum. Nordgren, Richert, Svensson och Johnson (2020:576f.) lyfter anhörigas behov av att känna förståelse. Responsen och interaktionen mellan de olika diskussionsdeltagarna blir därför intressant för vår studie utifrån vårt fokus på skuld- och skambeläggande. Utifrån att vi har observerat att partners är den kategori som är mest framträdande på nätet så har vi valt att avgränsa oss till deras erfarenheter och det bemötande de får.

1.2 Syfte

Vårt syfte med den här uppsatsen är att undersöka hur man påverkas av att vara partner till någon i missbruk samt vilken negativ respons individen kan få från andra när hen söker hjälp i diskussionsforum på nätet.

1.3 Frågeställningar

Hur beskriver trådstartarna att de påverkas av att vara partner till någon med missbruksproblematik?

Hur tar sig samhällets skuld- och skambeläggande uttryck hos de som svarar den hjälpsökande?

1.4 Arbetsfördelning

Vår gemensamma ambition var att försöka få en så bred bild som möjligt av de anhörigas berättelser, därför ville vi täcka så stor del av de största forumen som möjligt utefter samma sökningar. Vi tog helt enkelt varsitt forum och jämförde sedan material för att se om vi fick tag i liknande material då sökfunktionen skilde sig åt mellan forumen. Vi har kontinuerligt skrivit, läst och pratat med varandra om olika beslut, lösningar och formuleringar för att få till en så gemensam röst i texten som möjligt vilket som bekant inte är helt enkelt. Vi har till en tillfredsställande del varit överens om det väsentliga i arbetet och kunnat föra teoretiska resonemang om våra olika upptäckter i empirin.

2. Kunskapsläge

I den här delen ger vi en överblick av det mångbottnade anhörigperspektivet genom artiklar som vi finner relevanta för sammanhanget. Dessa utgör inte bara en ingång till materialet utan även en möjlighet att ytterligare förstå och analysera vår empiri. Vi lyfter även en diskussion kring termen *medberoende*, ett för vår studie återkommande uttryck som inte är helt oproblematiskt. Vi tar även med utvalda artiklar som diskuterar och problematiserar den etiska aspekten av vårt metodval. Inledningsvis beskriver vi kortfattat hur vi gått tillväga när vi sökt efter relevanta artiklar. Därefter följer en summarisk tematisering av de i vårt tycke mest relevanta artiklarna.

2.1 Avgränsningar och tillvägagångssätt

Vi har främst sökt efter artiklar kopplade till vårt forskningsområde via LubSearch och Google Scholar vari vi avgränsade oss till sådant som är “peer reviewed”. Inledningsvis sökte vi efter artiklar som inte skulle vara publicerade tidigare än 2010. Det här var särskilt relevant för de artiklar som handlade om internetstudier och etik, då vårt forskningsområde tillhör den relativt nya forskning som benämns netnografi. Vi var väl medvetna om att forskning på nätet är något av en etisk gråzon och ville därför belysa hur liknande studier har genomförts. Vårt kunskapsläge vilar således på två ben, dels är det inriktningen mot internetforskning vi vill belysa, mer specifikt den som använder sig av internetforum eller liknande som underlag för sin empiri. Dels är det anhörigperspektivet, närmare bestämt de studier som lyfter problematiken kring att vara anhörig till en familjemedlem som missbrukar.

I våra sökningar arbetade vi därför parallellt med att hitta artiklar om internetstudier samt anhörigperspektiv i vår ambition att hitta forskning som länkade samman de två, i linje med vår egen problemformulering. Vi sökte inledningsvis på svenska och använde då sökord som “internetstudier”, “onlineforum”, “missbruk” och “medberoende”. Vi märkte dock att merparten av de svenska författarna var publicerade på engelska och beslutade oss för att söka vidare på engelska. Vi sökte då på “internet studies”, “addiction”, “substance abuse”, “impact spouses “online forums” och “co-dependency”. Artiklarna vi fann där gav oss även möjlighet till en vidare kedjesökning, referenserna som de använde gav oss nya ingångar.

2.2 Teman

Här sammanfattar vi den forskning vi tagit del av som varit relevant för vårt undersökningsområde. Den rör dels forskning på internet och generella etiska diskussioner, samt eventuella vinster av att använda diskussionsforum online. Vi lyfter även vilken forskning som bedrivits kring anhörigperspektivet för dem som lever med någon i missbruk samt belyser den alltså pågående diskussionen kring begreppet *medberoende*.

2.2.1 Om internetstudier och användning av diskussionsforum

Internetforskning eller *netnografi* är en relativt ny forskningsdisciplin. Framförallt den etiska aspekten befinner sig i något av en gråzon och ställer på sätt och vis högre krav på forskaren som använder sig av internet för inhämtning av sitt empiriska material. Gabrielle Samuel (2017:25f) sammanfattar i sin artikel en del av den pågående diskussionen om hur eller rentav om en forskare ska ge sig till känna på diverse sociala plattformar som används för insamling av empiri eller lämpliga intervjupersoner till en studie. Däri ingår internetforum som är utgångspunkten för vår studie. Samuel (ibid.) presenterar en av diskussionens slutsatser, nämligen att desto mer publikt ett forum eller en plattform är desto mindre ansvar har forskaren gentemot de som blir föremål för undersökningen. Då menas istället att den individ som publicerar material på en publik plats får räkna med att det kan användas för till exempel studier eller andra ändamål. Det råder däremot inte konsensus kring den uppfattningen. Däremot tycks den gängse uppfattningen vara att forum och plattformar som kräver någon typ av medlemskap, är mer nischade eller på olika sätt framstår som mer privat kräver samtycke i betydligt högre utsträckning (ibid.).

Just internetforum är intressanta ur flera aspekter, dels för att de erbjuder en anonymitet och möjlighet att kunna öppna upp sig kring problem eller frågor man upplever att man inte kan dela någon annanstans. Pendry och Salvatore (2015:2013f) beskriver i sin artikel hur internetforum kan vara särskilt hjälpsamt för just grupper av människor som vill dela med sig av och diskutera ett för många stigmatiserat problem. Många upplever att de inte kan lyfta sin situation i det egna sociala nätverket varför de kan ha stor behållning enbart av att läsa om andra i samma situation utan att aktivt delta själva i diskussionen (ibid.).

2.2.2 Om anhörigperspektiv

Där det finns missbruk finns det drabbade anhöriga som ställs inför svåra situationer och val. Anhörig är i sig en något bred term. Man kan vara barn, förälder, syskon, släkting eller partner, och relationen till den missbrukande individen är avgörande för hur man sedan agerar eller rentav tvingas agera. Mafa och Makhubele (2019:14119) har i sin studie intervjuat föräldrar till missbrukande tonåringar som bland annat berättar hur chockerande upptäckten var, att man inte förstod hur just ens eget barn kunde bli en "missbrukare". Efter den insikten börjar ett liv med en ny typ av oro, för vad allt missbruket kan tänkas föra med sig. Skam och skuld är återkommande teman i föräldrarnas berättelser. Man känner skuld över att i sina egna

ögon ha misslyckats som förälder och skam för den stämpel som man upplever att missbruket har gett familjen. Berättelserna handlar således om hur en missbrukande individ drabbar och påverkar hela sin familjs känsloliv (Mafa & Makhubele, 2019:14120f.).

Nordgren et al. (2020:574) bekräftar den bilden, då de i sin studie visar hur föräldrar till väldigt stor del låter sitt eget mående styras av den missbrukande individen. Har den missbrukande individen en bra dag, så har familjen en bra dag. Det poängteras även i studien vilken betydelse det har att det rör sig om just ens eget barn, de deltagande föräldrarna är överens om att man i sin kärlek och omsorg eventuellt underlättar ett fortsatt missbruk samtidigt som något annat är otänkbart för många (Nordgren et al. 2020:583). I artikeln uppmanas och informeras föräldrar att sluta hjälpa sina barn medan de är i aktivt missbruk, att stänga dörren för att på så sätt hjälpa dem och tvinga dem att hantera sin egen situation (Nordgren et al. 2020:579f.).

Vad gäller partners är inställningen bland de anhöriga något annorlunda, man strävar efter andra mål och har andra tekniker. Wilson et al. (2018:430ff.) beskriver i sin studie hur olika partners tvingas hantera och förhålla sig till missbruk i sin relation, närmast som om missbruket var en familjemedlem i sig. Deltagarna i studien beskriver hur majoriteten av parets diskussioner och bråk handlar om missbruk och hur det präglar deras familjesituation (ibid.). Studien lyfter också hur långt en partner är villig att gå för att upprätthålla skenet av en problemfri familj, på bekostnad av sig själv och sitt eget mående (Wilson et al. 2018:432f.).

Maghsoudi et al. (2019:3588f.) bekräftar den bilden i sin artikel om missbrukande makar och adderar även en bild av att missbruket har en isolerande effekt för familjen som helhet. Det sociala stigma är en faktor men även det egna måendet påverkar; att man helt enkelt inte orkar utsätta sig för den eventuella skam som det kan medföra att synas med en uppenbart påverkad partner i offentliga sammanhang. Det leder oundvikligen till att partnern i sin tur gömmer undan sig själv än mer och får som en följd än färre möjligheter att söka hjälp och utbyta erfarenheter med andra (ibid.).

2.2.3 Om termen medberoende

Orford, Velleman, Natera, Templeton och Copello (2013:71f) menar att kunskapen om anhöriga till någon med ett missbruk är ett till stora delar utforskat fält inom forskningen.

De menar att en direkt konsekvens av detta är att många anhöriga som drabbas av sin familjemedlems missbruk står utan tillräcklig hjälp. Samhällets okunskap resulterar snarare i att man som anhörig blir dömd och bedömd utifrån missbruket och felaktigt ses som medberoende med tillhörande negativa konnotationer (ibid.). Snarare menar Orford et al. (2013:73f.) att det finns otroligt mycket att vinna genom att öka kunskap och kompetens kring anhöriga som drabbas av missbruk då de påvisar att det inte bara är familjemedlemmarna i den missbrukande individens direkta närhet som påverkas.

I tidigare nämnda artikel av Nordgren et al. (2020:572f.) använder sig författarna av uttrycket *medberoende* om de föräldrar till missbrukande tonårsbarn som deltar i deras studie. Det är även ett uttryck som föräldrarna använder om sig själva, utan att anse det särskilt problematiskt.

Själva termen i sig kan för all del vara beskrivande, som läsare förstår man att det är en nära anhörig till en missbrukande individ. Däremot vilka tolkningar och eventuella bedömningar som kan läsas in och följer med termen blir problematiska. Arne Gerdner (1999:54f.) skrev i sin artikel om den inneboende problematiken med begreppet för över tjugo år sedan. Även här är det inte uttrycket i sig som han vänder sig mot, snarare vilka följer det får för de berörda. I sitt arbete såg Gerdner hur anhöriga genom att bli definierade som medberoende snarare själva fick behandling än stöd i sin situation. De antogs i hans tycke felaktigt ha samma egenskaper som sin missbrukande familjemedlem och behandlades därefter. Det finns heller ingen uttalad samsyn och definition av begreppet vilket även det leder till en osäkerhet. En definition kan exempelvis beskriva den medberoende som väldigt slarvig medan en annan hävdar den direkta motsatsen. Begreppet *medberoende* är således för brett och kan resultera i en felaktig bedömning och behandling av den anhörige (ibid.).

2.3 Sammanfattande reflektion av kunskapsläget

Vi har i våra informationssökningar strävat efter att teckna en bild av tillgänglig forskning på ämnet men även visa på den problematik och etiska diskussion som medföljer vårt metodval, att studera publika internetforum där partners delar med sig av sina berättelser. Publika internetforum som en källa för empiri är inte ovanligt men det råder delade meningar om hur forskning på nätet överlag ska bedrivas. Anonymiteten på ett offentligt forum gör det svårt att söka samtycke för att använda berättelser som redan är publicerade. En utgångspunkt inom

den netnografiska debatten gör gällande att desto mer publikt ett forum är, desto mer tillåtet är det för utomstående att använda sig av vad som skrivs där för olika ändamål även om det inte råder konsensus bland netnografiska forskare (Samuel, 2017:25f.).

Inledningsvis använde vi oss själva av begreppet *medberoende* utan att reflektera över vilka tolkningar det kunde medföra. Under insamlingen av empirin såg vi majoriteten av partners själva beskriva sig som medberoende vilket förstärkte bilden av att uttrycket var väletablerat. I arbetet med kunskapsläget har det dock blivit uppenbart för oss att det krävs en diskussion och en motivering för vilka sammanhang det kan vara lämpligt att använda det i. Orford et al. (2013:71f.) använder sig av uttrycket *affected family members*, berörda familjemedlemmar, för att beskriva de anhöriga som på olika sätt påverkats av en familjemedlems missbruk.

3. Teoretiska utgångspunkter

Analysen av vårt material grundar sig på och använder sig av tre olika teoretiska ingångar. Berättelserna vi har tagit del av i vår empiri är så mångbottnade att det uppenbart krävdes flera teorier för att kunna analysera, förstå och återge en mer heltäckande bild av vårt material. I det här kapitlet presenteras en övergripande beskrivning av det teoretiska ramverk som vi använt oss av i vårt analysarbete.

3.1. Stigma utifrån Erving Goffman

Med bakgrund av att vi har observerat att många anhöriga möts av skuld- och skambeläggande från användarna i forumstrådarna så ämnar vi belysa den stigmatisering som de utsätts för med Erving Goffmans teorier om stigma.

I *Stigma: den avvikandes roll och identitet* nämner Goffman (2014:9f.) att samhället har en maktposition att bestämma vilka spelregler som gäller för att man ska uppfattas som normal och accepterad i den sociala miljön. När en främling gör entré så kartläggs den personens *sociala identitet* utifrån de egenskaper den individen besitter (Goffman 2014:10). I de fall en individ har egenskaper som avviker från normen så uppfattas de som oönskade, något som leder till att denne stämplas och ses som en mindre fullständig människa i förhållande till de

som uppfyller normkraven (ibid.). Goffman (2014:11) menar alltså att det inte är egenskaperna i sig som är avgörande, utan snarare den kontext de framställs i och hur övriga *normala* (icke-stigmatiserade) människor i samhället förhåller sig till dem. Det är således samhället som konstruerar bilden av vilka egenskaper som är tolererade, samt vilka som inte är det. Den som av olika anledningar besitter dessa så kallade oönskade egenskaper är väl medveten om detta och upplever således ett stigma (ibid.).

Dessa egenskaper genererar en negativ uppmärksamhet från omgivningen. Samhället distanserar sig från den som inte passar in och förstärker på så sätt ytterligare vilka attribut som eftersträvas. Genom andra definierar även samhället sig själv, så när man tar avstånd från någon som befinner sig i missbruk går det i linje med den egna självbilden om att distansera sig från den sortens problematik. Detta leder oundvikligen till att individen som redan är medveten om sitt eget stigma förstärks i sin känsla, då de normala genom sitt avståndstagande bekräftar att egenskaperna som hen besitter inte är önskvärda (Goffman 2014:12f.).

Oviljan att närma sig den som besitter oönskade egenskaper, som till exempel att befinna sig i missbruk, gör att samhället i förlängningen ofta är snabbare att döma snarare än att hjälpa. I förlängningen bidrar det till att den stigmatiserade individen hamnar allt längre från möjligheter att göra något åt sin situation utan domineras istället av ett såväl internt som externt stigma. Om individen slutligen vänjer sig eller utgår från att inte bli behandlad med respekt och förståelse blir det allt svårare att faktiskt be om hjälp, skammen och stigmat den medför har en närmast isolerande effekt på den drabbade individen och dess känsloliv (Goffman 2014:13ff.). Självkänslan och identiteten hos en person som utsätts för den här typen av stigmatisering blir efterhand så nedbruten att denne inte längre känner igen sig själv. Skillnaderna mellan individen och samhället har blivit så pass uppenbara under så lång tid att det slutligen resulterar i en klyfta mellan individens verkliga jag ('självet') och de krav individen ställer på det, en förändring i personligheten som drivs av den pågående stigmatiseringen (Goffman 2014:15).

Vad gäller anhöriga så nämner Goffman (2014:38) att personer med ett socialt band till en stigmatiserad individ även de kan vara föremål för stigma. Goffman gav detta benämningen *hedersstigma* vilket tar sig uttryck i andra hand (2014:38f.). En person som är föremål för ett sådant stigma är sammankopplad med den stigmatiserade som en enhet och kan därmed i viss

mån vara tvungen att dela dennes misskredit och får finna sig i att utstå många av de försakelser som den stigmatiserade parten utsätts för (Goffman 2014:38, Goffman 2014:40). Reaktionen för den anhöriga är att acceptera detta öde fullt ut och att leva i den stigmatiserades värld (Goffman 2014:38). Detta stigma kan i sin tur spridas vidare i vågor i tredje hand till de personer individen har förbindelser med (Goffman 2014:38f.). För den anhöriga kan det spridda stigmat innefatta sådana konsekvenser att personen möts av negativa reaktioner från omgivningen där förbindelser med hen t.o.m. undviks eller avbryts (Goffman 2014:39).

Individer med hederstigma kan sägas ta rollen som förebilder för normalisering i den utsträckning en normal person kan nå för att behandla en stigmatiserad person som om hen inte bar på något stigma (ibid.). Situationen kan få personen med hederstigma att känna sig förlägen då hen oavbrutet måste vara i stånd att bära en börda som inte är deras i faktiskt mening (ibid.). Situationen är i motsats problematisk för individen i de fall hen förhåller sig till stigmat på ett neutralt och till synes nonchalant sätt (Goffman 2014:40). I detta riskerar hen att utsätta sig själv och den stigmatiserade parten för att de normala missuppfattar deras beteende (ibid.).

3.2 Skam utifrån Thomas J. Scheff

För att bredda diskussionen om skamkänslor hos de anhöriga så har vi även valt att utgå från Thomas J. Scheffs uppfattning av *skam*, så som den blir presenterad av och med Bengt Starrin (2017).

Enligt Scheff så utgör begreppet *skam* en gruppbeteckning för olika negativa känslor som uppstår när en individ känner sig ovärdig, otillräcklig eller avvisad i förhållande till andra eller i den andres blick (Scheff & Starrin 2017:189). Skammen har sitt spelrum i våra fantasier och framträder rutinmässigt som bland annat låg självkänsla, dåligt samvete, blyghet och anspråkslöshet (ibid.). Scheff menar vidare att bara föreställningen i sig om att andra skulle kunna uppfatta en på ett negativt sätt kan vara nog för att väcka skamkänslor hos individen (ibid.).

Skam i sig utgör den mest avgörande emotionen i interaktionen med andra människor (Scheff & Starrin 2017:190). Den är grundläggande för vårt samvete och känsla av moral där

skammen fungerar som en signalerande kompass när vi gör moraliska överträdelser (ibid.). Det är i vidare mån viktigt för oss att vårda och upprätthålla de sociala banden till andra. Skammen får i detta funktionen att signalera problem i våra relationer, vare sig det rör sig om verkliga eller inbillade hot mot de sociala banden (ibid.).

Scheff betonar även att människan som varelse är rädd för skammen, och när vi väl stöter på den så skäms vi över själva skammen i sig (Scheff & Starrin 2017:191). Av den anledningen och utifrån att han menar att skam har en viktig roll i regleringen av våra andra känslouttryck så står det oss nära att försöka tygla våra känslor av rädsla, ilska, sorg och kärlek då vi är rädda för att vi ska skämmas även över dem (ibid.).

I motsats till när skammen kan ha en konstruktiv och vårdande funktion för att inte skada de sociala banden och för att inte utsätta oss själva och andra för en pinsam situation så förklarar Scheff att skammen även kan bli destruktiv (ibid.). Psykisk ohälsa kan bli följden av att inte ge utlopp för de känslorna. Vidare kan vi även bli arga för att vi skäms och skämmas för att vi blir arga i en nedåtgående destruktiv spiral (ibid.).

När något får oss att känna skam så sker det i en kognitiv process där vi påminns av tidigare erfarenheter och minnen av denna känsla (Scheff & Starrin 2017:192). Tankarna sätter igång frågor om förmåga, skicklighet, styrka och storlek vari vi exempelvis kan känna oss svaga, dumma, inkompetenta, värdelösa och löjliga (ibid.). I detta är det vanligt att vi vill undgå andras dömande blick som vi önskar att fly och bli osynliga för (ibid.). Avslutningsvis präglas processen av att vi strävar efter närheten till andra samtidigt som vi är rädda för den (ibid.). En paradox som uppstår är att vi känner oss oälskbara och ensamma samtidigt som vi vill vara ifred och oroas för att vi ska bli lämnade för all framtid (ibid.). Så fort chocken har passerat så hamnar vi vid ett vägskäl - antingen erkänner och accepterar vi skammen eller så beslutar vi oss för att försvara och skydda oss från känslan (ibid.). Det som blir avgörande är hur man ställer sig till att leva med skammen och hur det förändrar ens självbild och självkänsla.

Slutligen menar Scheff att utsatta grupper många gånger är särskilt måna om att skydda sig från situationer som kan förvärpa deras redan sårade självbild (Scheff & Starrin 2017:198). Ansträngningar görs därmed för att inte vara föremål för andras misstro, påträngande frågor och föraktfulla blickar (ibid.). Undvikande av potentiellt pinsamma möten är ett sätt och ett

annat att dölja saker såsom att ta till nödlögner och att sitta inne på information, något som kan skada personen i slutändan och öka skammen (Scheff & Starrin 2017:198f.).

3.3 Familjesystemteori utifrån Murray Bowen

Vi har utgått från Murray Bowen (1985) och hans teorier om familjen som ett system. Han skrev flertalet papers om olika delar och aspekter av familjen som ett system, med utgångspunkt i sitt arbete med schizofrena personer. För vår studie är det primärt hans paper och teorier om hur alkoholism och andra missbruk kan påverka en familj och dess medlemmar som har varit relevant i vårt analysarbete. Grovt sammanfattat går Bowens systemteori ut på att man kan jämföra familjen med en kropp, där varje familjemedlem fyller olika funktioner för att kroppen ska fungera. Skulle något organ tillfälligt sluta fungera så kompenserar övriga delar av kroppen för att överleva. På samma sätt agerar en familj i stunder av kris när någon av familjemedlemmarna av olika anledningar slutar fungera (Bowen, 1985:260f.).

En missbrukande familjemedlem ändrar sitt beteende och därmed sin roll i familjen. Detsamma gäller även övriga familjemedlemmar som delvis omedvetet förändrar även sina roller över tid för att kompensera för den missbrukande. Här lyfter Bowen (1985:260) vikten av att ingripa och se farorna i tid. En missbrukande familjemedlem är inte en fungerande del i systemteorins ögon, det blir ett organ som tillfälligt är ur funktion. Då tvingas istället de anhöriga att kompromissa med sig själva för att kompensera för den missbrukande familjemedlemmen. Om missbruket fortsätter under lång tid utan någon större förändring resulterar det således i att ett nytt system, en ny ordning i familjen bildas. I den ordningen kompromissar och överanstränger sig de anhöriga för att den missbrukande ska kunna fortsätta som tidigare. Det blir således en obalans inom familjen, en obalans som efter en tid utgör den nya normen (ibid.).

Familjesystemteori strävar inte efter att försöka förklara *varför* det ser ut som det gör i en familj. Snarare är målet att kunna påvisa vilka fakta som rent konkret ligger bakom. Bowen (1985:261) menar att det i just familjeterapisessioner blir uppenbart att det är en enorm skillnad på vad människor säger och vad de faktiskt gör. I pressade situationer tenderar ofta den som upplever sig anklagad att skylla ifrån sig, familjen utgör i det läget en tacksam klagomur. För en missbrukande familjemedlem är det inte ovanligt att skylla sitt missbruk på

just familjen, att det är själva orsaken. Familjesystemteorin strävar som sagt efter att komma bort från tankarna kring orsak och verkan, istället vill den fokusera på vilka funktioner de olika familjemedlemmarna fyller och berätta hur det *faktiskt* ser ut (Bowen, 1985:261f.)

Vid en eventuell behandling av en familj med missbruksproblematik kartlägger och berättar man vilken familjemedlem som är mest resursstark. Ironiskt nog tenderar det ofta att vara den som själv tar minst plats. I behandlingsarbetet lyfter man därför fram dem som har störst möjlighet att styra över familjens fortsatta utveckling och på så vis långsiktigt skapa ett nytt system där familjen mår bättre. Det kan ske utan inblandning av den missbrukande familjemedlemmen om det av olika anledningar visar sig omöjligt att utvecklas med eller för hen. Rimligtvis bildas då även det nya familjesystemet utan den personen (ibid.)

4. Metod och empiri

I följande avsnitt redogör vi för de metodologiska utgångspunkter som har varit aktuella i utformandet av vår studie. Inledningsvis beskriver vi vilken metod vi har använt och vilka utmaningar den har medfört för att sedermera avsluta med en etisk diskussion.

4.1 Metodval

Vårt insamlade material består av berättelser hämtade från trådar på några av Sveriges största diskussionsforum online. Med bakgrund av att vi ser ett värde i att lyfta de anhörigas erfarenheter och den respons som ges till de enskilda trådstartarna så har vi valt en kvalitativ metod. Detta möjliggör utforskandet av *hur* användarnas tankegångar tar sig uttryck och *varför* de känner och skriver som de gör varför en kvalitativ ansats lämpar sig till att ge oss de svaren (Ahrne & Svensson, 2015:8). En annan anledning till att vi valde att fördjupa oss i just målgruppens erfarenheter är att vi sedan tidigare har ett intresse för missbruksfrågor och båda har arbetat med personer som har missbruk och beroende samt i viss mån har skrivit studentarbeten på ämnet. Valet att belysa de anhöriga har att göra med att vi vill bredda vår systemteoretiska förståelse av hur människorna runt omkring ett missbruk påverkas av problematiken.

Att bedriva forskning på nätet kan närmast jämföras med det arbete en etnograf ägnar sig åt när forskaren ger sig ut i en viss fysisk miljö för att studera de kulturella och sociala

sammanhang som utspelar sig i den valda miljön (Berg 2015b:10). Studien av miljöer på internet har sin motsvarighet i det som benämns som *netnografi* i vilket forskaren istället närvarar bakom en skärm (ibid.) Forskaren kan i detta välja att själv delta i den kommunikation som sker eller ta rollen som en *extern observatör* som inte interagerar med den målgrupp som studeras (Bryman, 2018:545). Vi har valt det senare då vi just vill undersöka hur forumsanvändarna interagerar med varandra. Enligt Berg (2015b:78f.) är det per definition inte en renodlad netnografisk studie om inte forskarna är deltagande och aktiva på den digitala plats där materialet inhämtas. De digitala diskussioner som utgör vår empiri består därmed av redan befintligt material vilket Bryman benämner som *arkiverade samspel* (2018:671). Att ta del av ett sådant material ingår i en forskningsinriktning som inte är helt oproblematiske vilket vi återkommer till i vår etiska diskussion.

En ytterligare faktor som motiverade oss till att använda oss av diskussionstrådar är den anonymitetsfaktor som präglar våra forum. Denna möjliggör för användarna att våga vädra sådant som de inte nödvändigtvis kan eller vill dela med sitt privata sociala nätverk varför vi anser att vårt val av metod är attraktivt för att få tillträde till målgruppens inre och potentiellt mindre filterade värld. Detta kan ställas i kontrast till intervjun som metod i vilket deltagaren kan tänkas vara mer selektiv i vad hen väljer att berätta utifrån vetskapen att deras utsagor ska ingå i ett forskningsprojekt (Berg 2015b:130).

I arbetet med att insamla och gå igenom empirin började oundvikligen olika teman att utkristallisera sig; det föll sig därför naturligt att framgent arbeta utefter en tematiskt analytisk metod. Catherine Kohler Riessman (2008:63) lyfter svårigheterna med att försöka redogöra för processen bakom en genomförd tematisk analys, då arbetet präglas av att ständigt gå fram och tillbaka mellan empiri och analys. Även Bryman (2018:706f.) menar att tematisk analys presenterar svårigheter för forskarna när de sedan ska återge och redovisa sitt tillvägagångssätt, då det är svårt att redogöra för sina tankar parallellt med att man går igenom materialet. Empirin styr och guidar forskaren i vilken väg den tematiska analysen ska ta och det har sannerligen varit fallet även för oss vilket kommer framgå av följande stycken.

Vi har även fört diskussioner hur en kvantitativ forskningsansats rimligtvis skulle kunna se ut för vårt specifika forskningsområde men konstaterade att vi skulle få svårt att visa på narrativet, själva kärnan i berättelserna hos de anhöriga som valt att dela med sig av sina erfarenheter på diskussionsforumet. Att till exempel mäta frekvensen på vissa givna uttryck

snarare än att försöka analysera vilken innebörd de faktiskt har för de som läser och skriver på forumet ligger även det längre ifrån vårt intresseområde (Ahrne & Svensson 2015:10f.).

4.2 Urval och genomförande

Inledningsvis så ämnade vi även att kartlägga de råd och stöd som forumsanvändarna har att erbjuda de hjälpsökande. Med tiden kom vi dock att inse att en bredare igång av det slaget hade inneburit ett för stort material än vad som ryms för en studentuppsats på kandidatnivå. Av den anledningen så beslutade vi oss för att utöver trådstartarnas egna erfarenheter bryta ner vårt fokus till den respons som omfattar skuld- och skambeläggande gentemot den som söker hjälp. Detta var också något som vi tidigt upptäckte var ett särdrag hos många av de som skrev på forumen, varför vi ansåg det värt att belysa utifrån de svårigheter det kan innebära att befinna sig på nätet.

För att inte få en alltför stor mängd data har vi varit tvungna att tidsbegränsa våra sökningar och valde således att inte använda trådar som var äldre än fem år. Det fanns en fördel i att inte använda alltför nutida inlägg, då vissa diskussionsdeltagare kunde återkomma till tråden, fråga trådstartaren hur det gått med hens problem och i vissa fall få svar.

Vi har använt oss av ett så kallat *målstyrt urval* (Bryman 2018:498) så till vida att vi aktivt sökt efter specifika trådar på diskussionsforumet som i sin titel beskriver vilket ämne som avhandlas och i vilket det specifikt rör sig om målgruppen partners till personer i missbruk. För att ytterligare begränsa våra sökresultat har vi i den här studien bara med de som beskriver ett missbruk av alkohol och/eller narkotika. Det är mycket möjligt och rentav troligt att det döljer sig många fler berättelser som på olika sätt belyser och beskriver anhöriga till någon i missbruk. Vi har dock förhållit oss till dem som sökfunktionen på internetforumet har visat, vår bedömning var och är att det likväl gav fullt tillräckligt med material.

De olika diskussionstrådarna varierar stort i omfång, den avgörande faktorn är hur pass mycket interaktion som trådstartarens inlägg resulterar i. Vissa trådar består bara av några få inlägg medan andra genererar tiotals sidor. I vissa trådar är trådstartaren väldigt aktiv och i andra sker diskussionen i huvudsak mellan övriga deltagare. Vi har framförallt använt de trådar där den som söker hjälp är aktiv i diskussionen. I enlighet med vad Bryman (2018:506f.) skriver om mängden material som krävs för att kunna dra relevanta, kvalitativa slutsatser har vi hela tiden strävat efter en relativt stor mängd empiri för att kunna vaska fram de resultat som är intressanta för vårt forskningsområde. Det är givetvis en balansgång där

det lätt kan bli en för stor materialmängd så att det blir överskådligt och svårnavigerat men vi upplevde att vi stannade när vi båda avgjorde att vi uppnått datamättnad.

När vi sedan samlat ihop en tillfredsställande mängd diskussionstrådar som i sin rubrik och sitt innehåll samtliga knöt an till missbruksproblematik ur ett anhörigperspektiv började vi på allvar att bearbeta materialet. Inledningsvis och så långt vi upplevde att det var möjligt strävade vi efter att genomföra en *öppen* och *fokuserad* kodning (Rennsten & Wästerfors 2015:224). Detta för att försäkra oss om att vi var mottagliga för alla typer av teman som kunde tänkas utkristallisera sig och inte gå miste om ett eventuellt tema som kunde leda till en relevant slutsats. Vi arbetade enligt det Rennsten och Wästerfors (2015:232) benämner som *kontinuerlig etikettering*, nämligen att i arbetet med materialet ständigt sortera in delar och uttryck under vissa begrepp eller uttryck, som slutligen sammanfaller i ett större samlande tema. Ett exempel på en sådan etikettering från vårt material är "skuld" eller "skam". För en tematisk analys går det här i linje med vad Riessman (2018:68f.) nämner om att olika teman närmast utkristalliserar sig själva när man arbetar med sitt material och söker efter skillnader och likheter. När vi sedan fått ihop tillräckligt många teman av vår analys var nästa logiska steg att applicera våra valda teorier på materialet.

Vi har kontinuerligt valt ut de trådar som vi upplevt har speglat innehållet för flera, liknande berättelser och interaktioner. Bakom varje utvald tråd och citaten vi har lyft därifrån finns således ett tiotal liknande. Totalt är det 11 trådar som vi har hämtat citat ifrån men de är i sin tur talande för många fler som vi har sorterat ut under processens gång. Vi har även valt ut trådar som nyanserar och breddar uppfattningen av anhörigperspektivet.

4.3 Förförståelse

Vi har båda tidigare arbetat med missbruksbehandling i olika former, sammanhang och städer. Missbruk är ett väldigt brett ämne som länge har fascinerat oss, vilket ofrånkomligen har påverkat vårt ämnesval för den här uppsatsen. I vårt tidigare arbete har fokus varit på dem som faktiskt missbrukar, deras partners och anhöriga har inte varit en prioritet. Därför ville vi med den här kandidatuppsatsen bredda vår kunskap om och förståelse för alla de partners och anhöriga som på olika sätt blir offer för någon annans missbruk. Att ta del av de anhörigas berättelser när de själva väljer att dela med sig av dem på olika publika forum kändes som ett lämpligt tillvägagångssätt för att få en så bred bild som möjligt.

4.4 Metodens tillförlitlighet

En ständigt återkommande diskussion rörande kvalitativ forskning har att göra med subjektiviteten, det ofrånkomliga faktum att forskningen blir väldigt präglad av den individ som faktiskt genomför den. Det stämmer kanske allra särskilt väl in på tematisk analys, där det är just forskaren som arbetar med materialet som kontinuerligt gör avvägningar och bedömningar om vilka teman som ska få ta plats i analysen. I en tematisk analys är det inte nödvändigt med ordagranna citat, man strävar efter att försöka fånga innebörden i de berättelser man tar del av (Riessman 2008:73f.). Metoden i sig är effektiv för att beskriva gemensamma teman för en större mängd text, men vilka teman som slutligen presenteras i analysen avgörs av forskaren. Poängen vi försöker göra är att andra forskare med största sannolikhet skulle lyfta andra teman eller göra en annan analys av samma material med samma metod.

Då vårt empiriska material som tidigare nämnts utgörs av så kallade *virtuella dokument* är det ofrånkomligt att de måste betraktas och bedömas utifrån Scotts (Bryman, 2018:657f.) fyra kriterier kring deras kvalitet. De fyra kriterierna är *autencitet*, *trovärdighet*, *representativitet* och *meningsfullhet*.

Autencitet, *trovärdighet* och *meningsfullhet* är snarlika begrepp som kortfattat syftar till att förklara om vi faktiskt kan lita på vad som står i ett dokument. Upplever vi att vi kan lita på upphovsmannen eller -kvinnan och bekräfta att vad som står i dokumenten är sant så är de tre kriterierna uppfyllda (ibid.). I vårt fall blir det däremot en omöjlighet, då diskussionsforumens anonymitet gör att vi helt enkelt inte kan kontrollera om exempelvis någon som utger sig för att vara kvinna faktiskt är det. Som forskare och särskilt inom netnografin finns det en stor risk med att tolka in något utöver vad som faktiskt skrivs på forumet; att på något sätt läsa in vad som sker när textens upphovsman lämnar skärmen kan ge en felaktig bild senare i analysarbetet (Berg 2015a:149).

För vårt metodval blir därför *representativiteten* (Bryman 2018:657f.) avgörande. Vi har strävat efter att göra vårt material så rikt som vi funnit lämpligt och möjligt för att säkerställa de olika berättelsernas gemensamma teman. I enlighet med vad Riessman (2008:63f.) nämner om att det är materialet som visar forskaren vilka teman som framträder krävs ett rikt material för att uppnå den effekten.

4.5 Forskningsetiska överväganden

De forskningsetiska riktlinjer som bland annat Vetenskapsrådet (2017) avkräver forskaren att leva upp till är inom netnografisk forskning inte helt oproblematiska att applicera (Berg 2015b:128). Då nätbaserad forskning ännu är i dess linda så finns det ännu ingen tydlig konsensus vad gäller hur den rent konkret ska bedrivas (ibid.). Det som däremot står fast är att en avvägning måste göras mellan att fritt bedriva forskning utifrån dess lättillgänglighet och att respektera de deltagare som ingår i den (Berg 2015b:129). I och med att vi tar del av materialet i efterhand så blir det svårt för oss att leva upp till kravet om *informerat samtycke* samtidigt som etiska komplikationer finns i förhållande till användarnas intentioner när de skriver på nätet. Som uttrycket antyder innebär det att vi på till exempel ett forum informerar de aktiva om vår närvaro som forskare och studien vi ämnar genomföra. I vårt fall blir det dock en omöjlighet, då vi använder oss av diskussionstrådar som inte längre är aktiva, det informerade samtycket är därför mer relevant i en netnografisk studie där forskaren interagerar med deltagarna i större utsträckning än vad vi gör (Berg 2015b:129f.). Att de ska bli föremål för en studie är av förklarliga skäl inget som de hade räknat med. Däremot har vi självklart informerat administratören för forumen om vår studie och fått ett positivt svar tillbaka där vi rentav ombads att publicera vår uppsats på forumet när den var färdig.

Vetenskapsrådet (2017) menar att det i en del studier finns en risk att man får ett för stort bortfall om man följer kravet på informerats samtycke. Detta kan därmed innebära att ny kunskap av värde kan bli omöjlig att bidra med för forskaren samt att de resultat som presenteras riskerar att bli missvisande (ibid.). Av det skälet behöver man väga vikten av att uppfylla kravet i förhållandet till forskningens värde (ibid.) Detta går i linje med Sveningsson Elm (2008:74ff.) som menar att material på nätet kan samlas in även utan samtyckes- och informationskrav, under vissa förutsättningar. Ett avgörande skäl är hur pass publikt materialet är för läsaren att ta del av. Om det krävs en registrering eller någon form av inträde för att läsa inläggen är det inte etiskt försvarbart att bortse från kraven. Ett annat rör innehållets natur där forskaren själv behöver avgränsa vad som anses vara material av för känslig natur. Gällande vår egen studie så kan vem som helst läsa det som skrivs utan att skapa ett användarkonto. Vidare har det varit en utmaning att definiera vad som kan anses vara för känsligt för att inkludera i materialet i relation till forskningens värde. I slutändan landade vi i att det vore för känsligt att ha med information som berör rädslor kring överdoser och dödsfall varför det har sorterats bort.

Konfidentialitetskravet innebär att deltagares personliga uppgifter behöver förvaras på sådant sätt att obehöriga inte får tillgång till dem och att personernas identitet inte ska gå att identifiera (Vetenskapsrådet 2017). För att säkerställa det har vi till att börja med valt att lagra det material som var och en har insamlat på var sin hårddisk. När vi har delgett den andra våra upptäckter så har det skett i sammanfattad form och utan direktcitrat, men då över nätet vilket vi ansett försvarbart. Efter godkänd inlämning så kommer materialet givetvis att förstöras. Gällande att inte identifiera användarna så är inläggen i sig redan från början anonyma. Vi har även strävat efter att avidentifiera och anonymisera deltagarnas utsagor med ambitionen att fortfarande behålla själva budskapet eller känslan i texten samtidigt som vi vill undvika att man ska kunna hitta berättelserna via sökmotorer. För vår studies del är det inte relevant att återge regelrätta citat som skulle kunna röja specifika detaljer och på så vis äventyra diskussionsdeltagarnas identitet. I tveksamma fall har vi alltid prioriterat anonymiteten, som läsaren märker har vi inte ens nämnt vilka forum vi har använt eller vad de olika diskussionstrådarna heter. Det har varit en medveten strategi genom uppsatsen för att ytterligare säkra forumanvändarnas anonymitet. Slutligen innefattar *nyttjandekravet* att materialet endast tillåts användas för forskningens syfte (Vetenskapsrådet 2017). För vår del så innebär det att vi endast har nyttjat materialet för att besvara våra forskningsfrågor.

5. Resultat och analys

Här följer våra iakttagelser samt hur vi tolkar dem utifrån vårt teoretiska ramverk och kunskapsläge. De återgivna utdragen från de olika diskussionstrådarna ska inte ses som renodlade citat och har följaktligen ingen referens då det inte är relevant för studien att återge exakt varifrån vi hämtat dem. Som användare på publika forum tillåts man vara så anonym man själv vill. Avsnittet inleder besvarandet av frågeställningen: Hur beskriver trådstartarna att de påverkas av att vara anhöriga till någon med missbruksproblematik?

5.1 Systemteoretiska observationer

Bland de många berättelserna i vår empiri finns det flertalet gemensamma nämnare men den överlägset mest framträdande handlar om familjen och vilken påverkan en familjemedlems missbruk har på de övriga. I det här avsnittet analyseras valda delar ur vårt material genom Murray Bowens (1985) systemteori där vi påvisar hur långt man är beredd att gå i sin längtan

efter en fungerande familjesituation och hur mycket man är villig att kompromissa med sig själv för att nå dit.

5.1.1 Anhörig till någon i missbruk

Utifrån ett systemteoretiskt perspektiv har vi alltså konstaterat att när någon i familjen hamnar i missbruk påverkar det oundvikligen övriga familjemedlemmar. Det är ingen snabb process - människor utvecklar inte ett missbruk över en natt. Förändringen i beteende som missbruket för med sig kommer gradvis för såväl den missbrukande individen som de närmast berörda familjemedlemmarna. Det är kärnan till vad som gör det så svårt för de anhöriga att identifiera sin egen, nya, roll i familjen eftersom de själva inte aktivt valt den. De har anpassat sig så pass länge över tid att de har skapat sig en ny identitet och roll i familjen, på grund av en familjemedlems missbruk. För många som skriver på internetforumet kan det ha gått flera år, ibland decennier, innan en utlösande händelse gör att de söker en första kontakt och formulerar vad de varit med om. En trådstartare beskriver det så här:

Min familjemedlems missbruk har påverkat mig mer än jag förstått. Det har pågått under många års tid och jag har tvingats kompromissa med mycket i mitt eget liv för att vara där för hen och stötta. Trots att hen alltid är påverkad när vi pratar lyssnar jag, efter våra samtal mår jag alltid dåligt och har den senaste tiden börjat ta ut mitt mående på min omgivning. Jag skulle vilja ha hjälp att rättfärdiga för mig själv att avbryta kontakten. Jag orkar inte mer. Hur gör man för att sluta bry sig om en familjemedlem? Kan jag förlåta mig själv om något skulle hända? Jag kan inte prata med någon om det här på grund av skam, kanske någon annan känner igen sig.

Det här stycket är talande för många i samma situation. Som tidigare nämnts är ett missbruk inte något som kommer plötsligt utan något som successivt införlivas i familjedynamiken. Det är också en av anledningarna som gör det så väldigt svårt att separera sig från en familjemedlem i missbruk, trots att det för tillfället är uppenbart för alla vilken skadlig inverkan denne kan ha och har på familjen (Nordgren et al. 2020:576).

I interaktioner med andra på forumet ser vi då hur andra användare utan vidare betänkligheter kan skriva: "Det är bara att lämna personen och gå vidare." På sätt och vis kan det argumenteras för att de är inne på Bowens (1985:261f.) teorier om att definiera de inbördes familjeförhållandena och se vem som faktiskt har möjlighet att förändras. Inom systemteorin kan som sagt ett behandlingsarbete av en familj ske utan den missbrukande individen om denne inte bedöms tillräckligt kapabel att förändras.

5.1.2 Drömmen om kärnfamiljen

En tydligt framträdande och återkommande berättelse bland trådstartarna handlar om hur man vill återgå till det förgångna, till tiden innan missbruket. Eller snarare som i många fall, till tiden innan missbruket och vidden av det uppdagades. Bowen (1985:259f.) ser missbruk som ett dysfunktionellt uttryck för en familj i kris, att familjens samlade ångest måste få utlopp på något sätt och att missbruket blir själva kanalen för det. Därför är det intressant att se hur de anhöriga uttrycker sig kring den bitvis glorifierade tiden innan missbruket och hur man motiverar en framtid med en uppenbart missbrukande individ. Det här förekommer främst i relationer, där man beskriver sin partner och kan se ut så här:

Jag älskar hen som nykter, när vi har det bra så är det verkligen det bästa som finns, det är de stunderna jag lever för. Vi har gått igenom så otroligt mycket tillsammans och har så mycket historia, ingen känner mig lika bra som hen. Det är därför jag blir så ledsen när hen blir så personlighetsförändrad i perioder av missbruk, jag vet ju hur bra vi skulle kunna ha det.

Berättelser som denna möts ofta från övriga i tråden av reaktioner som “det finns inte något man kan göra för en människa som befinner sig i ett aktivt missbruk”. Trådstartarna visar återkommande med sina liknande berättelser hur mycket man är beredd att stå ut med för de där beskrivna stunderna av nykterhet och lycka. Inte ens vid uppenbara hot om våld lämnar de sin partner:

När hen dricker blir jag ibland rädd, särskilt då det börjar slås sönder saker i lägenheten. När jag sökt hjälp från polis i de situationerna så får jag sällan något mer än en uppmaning om att byta partner. Vi bråkar ofta om hur hen påverkas av sitt drickande. Hen ber då om ursäkt och lyckas ofta få mig att förlåta och förstå varför det blev som det blev, sen händer det snart igen.

Den drabbade är kapabel att sätta ord på sina upplevelser men tycks trots det inte vara förmögen att kritiskt granska situationen och sin missbrukande partner. Det här är i enlighet med vad Wilson et al. (2018:432f.) skriver om att in i det längsta skydda sin partner från kritik, för att på så vis i förlängningen skydda familjen.

5.2 Stigmatisering och skuldbeläggande

Vår studie har visat att det inte är helt riskfritt att sträcka ut en hand på nätet. Bland de som svarar i tråden så finns det många användare som möter den hjälpsökande med olika typer av skam- och skuldbeläggande samt skarp kritik gentemot trådstartarens person. I följande avsnitt kommer Goffmans teori om stigma appliceras för att analysera de erfarenheter en

anhörig kan utstå. Då vi är av uppfattningen att anhörigas stigma kan förstås mer generellt än bara via det begrepp som Goffman kallade *hedersstigma* (2014:38) så kommer vi att bredda oss till andra relevanta delar i hans teori. Avsnittet besvarar frågeställningen: Hur tar sig samhällets skuld- och skambeläggande uttryck hos de som svarar den hjälpsökande?

5.2.1 Att leva med en missbrukande partner

Som bekant skriver en del trådstartare att de känner sig ambivalenta i valet att stanna kvar i relationen eller att lämna sin partner. Andra är fast beslutna att göra allt de kan för att hjälpa sin partner med förhoppningen att det ska gå bra i slutändan. I studien av Wilson et al. framkom det att många partners mötte motstånd från det sociala nätverket när de stannade kvar i relationen (2018:432). Detta hade man liten förståelse för vari den enda responsen som en del deltagare fick var att pressas till att lämna (ibid.) En sådan trend observerades bland en del användare i vår nätstudie som ställde sig mycket kritiska till hur man överhuvudtaget kan överväga att stanna kvar i en relation som präglas av missbruk och de konsekvenser som medföljer: "Hur kan det ens vara ett alternativ att stanna utifrån vad hen utsätter dig för? Du måste lämna!". Detta följdes ofta upp av att en del menade att trådstartaren får skylla sig själv om hen inte lämnar. Exempelvis var det en användare som skrev följande:

Det är ju ditt eget fel att det har blivit så här. Du har valt att stanna och satt dig själv i den här skiten... Det kan inte vara så svårt att bestämma sig för att lämna så illa som det är för dig!.

En annan uttryckte sig på liknande sätt:

Du har ju faktiskt valt att leva med den där människan. Vad hade du förväntat dig? Sluta tyck synd om dig själv och lämna!

Användarnas skuldbeläggande beteende kan tolkas med hjälp av Goffman som nämner att de normala rationaliserar en motvilja att hjälpa den med ett stigma eftersom de är av övertygelsen att individen blott har sig själv att skylla för sina problem (Goffman 2014:13). I flera trådar får trådskaparen även läsa att hen måste vara korkad som kan vara så pass naiv att hen tror att det någonsin kan gå att ha en framtid med en "knarkare" eller "alkis":

Du måste vara knäpp och otroligt naiv som går och väntar på ett bättre liv med en knarkare. Det går inte att ha en bra relation med en sån person. De går inte att lita på, de tänker bara på sig själva och förstör för allt och alla. Och de kan aldrig bli en bra förälder.

Kritiken höjs ytterligare genom de användare som menar att det säger någon om trådstartarens karaktär när man valt att stanna kvar i en sådan relation i flera år:

Du måste ha ett extremt dåligt omdöme som stannat kvar i hela sex år i ett så destruktivt och meningslöst förhållande. Vilket slöseri med tid! Han är ju bara intresserad av att ta droger och ha sex med dig, och det har du gått med på!

Några går så långt som att påstå att den hjälpsökande måste lida av någon personlighetsstörning och tar sig friheten att diagnostisera trådstartaren: "Så som du vacklar hit och dit i dina resonemang och beteende och inte kan fatta vettiga beslut och fritt tolkar all respons så måste du vara bipolär".

Vidare så var det i motsats till de som inte hade fattat ett beslut att separera en trådstartare som utstod kritik när hen var på väg att göra det. I en senare uppdatering i tråden så berättade trådstartaren följande:

Socialtjänsten har jag inte kontaktat, men jag har bestämt mig för att separera. Jag har även kontaktat en advokat för att skriva ett äktenskapsförord inför skilsmässan.

Som respons på detta så skriver en användare följande:

Jag hör att du är både ung och blåögd. Hur kan du tro att din partner ska skriva på det där förordet? Trots alla råd i tråden så kan du ju inte ens fatta ett bra beslut för barnen ens i det här läget.

Den här sortens skuldbeläggande interaktion är ständigt återkommande, ovanstående exemplifierande citat sammanfattar flera liknande diskussioner. Kontentan är att den som befinner sig i en utsatt situation och verkligen behöver omgivningens hjälp och stöd istället möts av skuldbeläggande i enlighet med Goffmans (2014:13) resonemang. Anonymiseringen som ett publikt diskussionsforum möjliggör bidrar i sådana interaktioner till ett hårdare tonläge, det är svårt att se någon uttala sig på samma sätt om det skulle ske öga mot öga.

5.2.2 Föräldrarollen

I just de fall de hjälpsökande nämner att de har gemensamma barn med någon i missbruk så är kritiken som hårdast och i en del fall oförlåtande. Detta kan exemplifieras med en förälder som tänkte sig följande lösning för att familjesituationen skulle kunna bli bra igen efter det att partnern utvecklat ett drogmissbruk: "För att skydda barnen och ge dem en chans att växa

upp i en hel familj så tänker jag att min partner kan bo borta ett tag tills dess att han är drogfri och frisk”. Som respons på detta får kvinnan höra följande från en användare:

Du är ju inte själv frisk så som du resonerar. Vadå bo borta ett tag? Förstår du ens hur missbruk fungerar? Det är i princip ingen missbrukare som fixar att bli drogfri. Han har prioriterat sig själv över barnen, och nu prioriterar du själv hans behov. Du saknar ju helt förmåga att tänka rationellt utifrån vad som är bäst för barnen. Hade du resonerat på samma sätt om han misshandlade dig eller ungarna? Vakna och väx upp! Vadå hel familj? Om jag hade varit din nära vän eller granne så hade jag inte tvekat en sekund på att anmäla dig!.

I likhet med denna kvinna är det flera andra trådstartare som tillskrivs att de är dåliga föräldrar: “Det är väl klart att ett barn inte kan bo med en pappa som är alkoholist. Tror man något annat så är man ingen bra mamma.”. En annan användare skrev följande: “Din partner är en fullständigt olämplig förälder som röker cannabis och har en odling i hemmet. Som medberoende till hans situation så är du inte heller lämplig.” Ett tredje exempel är en användare som uttrycker sig så här: “Som förälder gör man allt man kan för att skydda sina barn från missbruk! En sån person ska inte vara en del i deras liv. En ansvarstagande förälder försvarar inte sin partner och kommer med ursäkter!”. Denna stämpling går i lag med Goffmans beskrivning (2014:10) att den som uppfattas avvika från normen och besitter oönskade egenskaper ses som en mindre fullständig människa i förhållande till de som uppfyller normen. I studien så riktar en del användare skarp kritik mot att inte ta det förväntade föräldraansvaret, vilket hos några användare övergår i att förminska den förälder som ber om hjälp till att vara en sämre människa.

En annan trend som har observerats på forumen är att många beskyller och dumförklarar trådskaparna för att de har barn eller väntar barn ihop med någon med ett missbruk. För att exemplifiera hur det kan se ut så kan en kvinna nämnas som bad om hjälp för sin makes problematiska drickande:

Jag är höggravid och orolig för barnets framtid. Flera gånger om har jag försökt få min partner att söka hjälp. Men han vägrar då han inte tror att det är till någon nytta. I stället har han lovat att trappa ner inför födseln då han håller med om att det inte är en bra miljö att växa upp i om en förälder dricker för mycket. Men han fortsätter dricka i samma takt, och jag har tappat all tilltro. Vad ska jag göra?

Som respons till detta var det flera i tråden som skrev inlägg i likhet med följande: “Det borde du ha tänkt på innan du valde att bli gravid med honom” och “Ifall du nu inte var okej

med drickandet, varför bär du då hans barn?”. Som svar på kritiken skrev hon: “Jag hade inga misstankar om problematik just då. Drickandet eskalerade först en tid efter att jag blev gravid. Sen var graviditeten i sig inte heller planerad, men vi valde att behålla barnet.” Detta ledde till ytterligare påhopp där en användare skuldbelade henne på följande sätt: “Så du använder alltså inte preventivmedel när du har sex med en alkoholist? Och sen är du emot abort... Vilken tapper insats!” En annan användare anklagade också trådstartaren för lögn: “Det där har du hittat på för att kringgå allt ansvar! Det är klart att du kände till hans problem innan du blev gravid. Du måste struntat i drickandet och hur det kan gå för barnet!”. Goffman beskriver att den stigmatiserades oönskade egenskaper föranleder sådan uppmärksamhet att normala vänder sig bort från den individen och berövar hen det anspråk på gemenskap som annars skulle ha motiverats (Goffman 2014:12). Hans resonemang kan förklara en del användares svar i trådarna där den hjälpsökande trådstartaren förskjuts och anses oförtjänt av hjälp då de har skaffat barn med någon med ett missbruk.

5.2.3 Stigma från det egna nätverket

Utöver skuldbeläggande på nätet så fanns det också några trådstartare som beskrev att släkt, vänner och andra föräldrar hade kritiserat dem och i en del fall börjat ta avstånd och fryst ut dem efter det att partners bruk hade eskalerat: “Mina vänner mäktar många gånger inte med situationen då de inte vet hur de ska förhålla sig till missbruk. De har ingen egen erfarenhet av det i deras familj. Av den anledningen så ses vi inte lika ofta”. En annan trådstartare uttryckte det så här: “Vid flera tillfällen har min partner varit oförsämmd mot vårt sällskap på fyllan och försatt mig och dem i pinsamma situationer. Detta har inte uppskattats...”.

Omgivningens negativa reaktioner kan förstås via Goffmans resonemang att stigma kan spridas vidare i tredje led och innebära konsekvenser för de inblandade där förbindelser med den anhöriga undviks eller avbryts (Goffman 2014:38f.). Deltagarnas erfarenheter kan jämföras med studien av Maghsoudi et al. (2019:3588) där majoriteten av de intervjuade kvinnorna uppgav att omgivningens uppfattning av dem hade förändrats på grund av makens bruk. De berättade att de blev beskyllda för makens avvikande och pinsamma beteende vilket exemplifieras med en kvinna som återkommande behövde förklara sig och fick utstå negativa kommentarer när maken gick och vilade när de hade gäster på besök (Maghsoudi et al. 2019:3589). En känsla av förödmjukelse var vanligt i studien samt att andra hade tappat tilliten till en (ibid.). I Mafa och Makhubeles studie (2019:14121) framkom att barnens missbruk hade fått stora konsekvenser för familjens relation till släkten (ibid.). Föräldrarna

möttes ofta av misstro gentemot deras barn där de uppmanades att hålla ett öga på dem så att de inte gjorde något dumt (ibid.). Barnets situation uppgavs också få konsekvenser i förhållande till deltagarnas vänner, bekanta och grannar (Mafa & Makhubele 2019:14122). Samtidigt som samtliga deltagare uttryckte ett behov av stöd från dem så var det en del föräldrar som blev utfryssta (ibid.). En förälder berättade att några kvinnor på deras gata inte längre hälsade och att vänner har slutat bjuda henne till fester då de är rädda för att sonen ska följa med och skämma ut dem inför deras gäster (ibid.).

Av vad som framkommit i avsnittet så är det många användare på forumen som har starka åsikter gällande vad som är accepterade och normala beteenden. Goffman (2014:9f.) förklarar att samhället har en maktposition att bestämma de spelregler som gäller i den sociala miljön. Samtidigt som vi har observerat att de flesta är behjälpliga och har en förståelse för den problematik som trådstartarna lyfter så finns det de som skuldbelägger och förskjuter de som väljer att sträcka ut en hand. Goffman beskriver vidare att en persons sociala identitet fastställs av omgivningen när hen gör entré i den sociala miljön, vilket grundar sig i de egenskaper personen har. Vi har observerat att den sociala identiteten kartläggs många gånger redan i det första inlägget som trådstartaren skriver. Där presenterar sig individen som en person som har en missbrukande partner med eventuella barn med i bilden. Till råga på detta faktum så visar vår studie att den sociala identiteten är subjektiv i andras blick beroende på den inställning man har till personens problem. Detta är något som trådstartaren många gånger får navigera sig i när de ger sig ut på nätet.

5.3 Skuld- och skamkänslor

En annan trend som har observerats i studien är att de anhöriga många gånger upplevde skuld- och skamkänslor i förhållande till den problematik som fanns. I följande avsnitt kommer vi att presentera och analysera hur känslorna tog sig uttryck i relation till den missbrukande partnern, de själva som anhöriga samt gentemot eventuella gemensamma barn. Avsnittet ger fortsatta svar till frågeställningen: Hur beskriver trådstartarna att de påverkas av att vara anhöriga till någon med missbruksproblematik?

5.3.1 Känslor i förhållande till ens partner

Vad gäller skuldkänslor gentemot den missbrukande parten så lyftes oro och rädsla för vad som skulle kunna hända om man valde att lämna eller avskärma sig från den personen. Detta

ställdes man i relation till det upplevda ansvaret. Ett första exempel där detta gör sig uttryck är med den tidigare nämnda kvinnan som föreslog att maken skulle kunna bo borta ett tag. Hon ville göra allt som fanns i hennes makt att stötta sin partner så att partnern skulle bli frisk. I detta resonerade hon enligt följande: "Jag vill ställa upp för honom. Beroende är ju trots allt en sjukdom. Jag hade ju aldrig lämnat honom om det rört sig om någon annan sjukdom." Hennes önskan att hjälpa sin beroendesjuka partner i relation till andra sjukdomar går i lag med Scheffs beskrivning (2017:190) av att skammen är viktig för samvetet och fungerar som vår moraliska kompass. Att i stället lämna vore i hennes värld ett moraliskt övertramp gentemot maken samtidigt som stödet blir viktigt för henne för att upprätthålla och vårda deras sociala band (ibid.).

Scheffs resonemang kan i likhet överföras till en annan trådstartares situation som beskrevs på följande vis:

Jag skulle skämmas och känna mig elak om jag satte mig själv i främsta rummet och lämnade min partner. Hans familj har gett upp sina försök att hjälpa och jag är den enda som finns i hans liv. Jag skulle också skämmas om det hände min partner något hemskt om han lämnades ensam. Något annat som gör det svårt är att han saknar inkomst och jag är orolig att han ska hamna på gatan om vi går skilda vägar.

Att lämna en partner med så svaga resurser skulle för personen gå emot den egna moralen. Samtidigt ville inte trådstartaren utsätta sig för sådana skuld känslor vilket utifrån Scheff kan förstås i att vi människor är rädda för att känna skam då den riskerar att hota vår självbild (2017:191).

I likhet med våra observationer upptäckte Wilson et al. (2018:431) att många anhöriga önskade att stanna kvar hos sin partner. Anledningen var att man hade investerat i relationen eller att man kände sig tvungen att stanna kvar och hjälpa sin partner att komma ur sitt missbruk (ibid.). Författarna exemplifierar detta med en kvinna som uppgav att hennes partners familj hade gett upp sitt stöd och att hon därmed var den enda närstående som fanns till hands (ibid.). Detta skäl överensstämmer med den svårighet att lämna som trådstartaren nämnde i vårt exempel ovan.

5.3.2 Den inre skammen

Avslutningsvis vill vi lyfta och analysera de skamkänslor som har observerats hos trådstartarna gentemot sin egen situation och de skuldkänslor som finns i förhållande till gemensamma barn. I detta var det många som skämdes för att de hade låtit sitt liv kretsa kring någon som orsakar dem lidande. En kvinna berättade följande:

Jag har upprepade gånger kommit på min partner med att vara otrogen med andra personer på drogscenen. Och det är alltid samma sak. Han ångrar sig och ber om ursäkt och säger att det är mig han älskar. Och jag känner mig förkrossad, sviken varefter jag förlåter honom gång på gång och försvarar honom fastän jag vet att jag inte ska det. Jag känner mig dum som inte sätter ner foten och gör det som jag vet är nödvändigt för mig och mina barn. Jag kan inte förstå vad som har hänt med mitt riktiga jag. Normalt sett är jag ju en stark kvinna som står upp för mig själv.

Hennes erfarenhet kan förklaras via Goffman (2014:15) som beskrev att stigmatiserade individers sociala identitet bryts ner som ett resultat av att det verkliga jaget inte stämmer överens med de krav personen ställer på det utifrån samhällsnormerna. Kvinnans uppfattning att man ska skydda barnen och inte acceptera att bli bedragen av sin partner står därmed i konflikt med hur hon faktiskt agerar i verkligheten. Utifrån Scheff krockar skammen med hennes självbild vilket får henne att döma sig själv och betvivla sin förmåga och kompetens att ta kontroll över situationen (Scheff & Starrin 2017:192).

I studien av Maghsoudi et al. (2019:3588) så framkom det att flera deltagare ville skydda familjens anseende genom att dölja sin partners bruk. Många anpassade sig därför till maken och valde att tolerera bruket (ibid.). Detta var även fallet i vår studie där flera trådstartare berättade att de skämdes för att de ljög för omgivningen å sin partners räkning:

Jag gör allt jag kan för att skydda min partners ansikte. Gång på gång låtsas jag att allt är bra i kontakten med närstående och socialtjänst vilket försvårar det hela. Jag kritiserar mig själv mycket för det.

Beteendet kan förstås via Scheff som menar att utsatta grupper är särskilt måna om att skydda sig från situationer som kan förvärpa deras redan sårade självbild (Scheff & Starrin

2017:198). Ansträngningar görs därmed för att inte vara föremål för andras misstro och påträngande frågor vilket personen i exemplet kan tänkas oroas sig för i kontakten (ibid.). I detta kan det vara nära till hands att dölja saker såsom att ta till nödlögner och att sitta inne på information, något som kan skada personen i slutändan och öka skammen (Scheff & Starrin 2017:198f.).

I studien av Wilson et al. (2018:432) uppgav en del deltagare att partners missbruk även medförde positiva konsekvenser. Några uppgav att partnern var en god föräldrar och att de var som bäst med barnen när de var påverkade (ibid.). Författarna exemplifierar detta med en kvinna vars make brukade cannabis: ”När han röker och är påverkad av cannabis så är han en helt annan person och är så snäll och kärleksfull och bra med barnen” [vår översättning] (Wilson et al. 2018:432). Sådana drag rapporterades av en kvinna som var gift med en man med ett dagligt cannabisbruk. Hon beskrev att hon trots konsekvenserna hade valt att tillåta makens rökning:

När han har rökt så är han så trevlig och lätt att kommunicera med. Så är inte alls fallet när han är nykter. Sen är han också duktig med barnen. När han är hög så leker han avancerade lekar med dem och lär de saker såsom att cykla, rita och prata. Jag gråter och gråter över hur patetisk och medberoende jag är. Och jag känner mig som en usel förälder som inte förmår att skydda mina barn från droger, och jag skäms över tanken att jag är delaktig till att barnen ska ta upp samma vana då de ser upp till sin far.

Kvinnans skuld känslor över att barnen lever i en drogmiljö och att hon inte sätter stopp för det kan vidare förstås via Goffman som menade att skam och självförakt ständigt finns närvarande hos den individ som har ett stigma (2014:14f.). Detta härstammar från den avsaknad av spegling som finns till de som anses vara normala (ibid.) vilket i exemplet kan ställas i relation till den norm och förväntning som finns att man som förälder ska skydda sina barn från droger. När kvinnan då jämför sig själv utifrån de bedömningsinstrument som samhället ställer på individen (Goffman 2014:13) så kan hon inte undgå att känna skam utifrån det val hon har fattat som förälder. Hennes upplevelse kan vidare förstås enligt vad Scheff skriver om den negativa skamspiralen vari man skäms över att man skäms (Scheff & Starrin 2017:191). I vårt exempel skäms kvinnan över sin delaktighet och påverkan av makens bruk samtidigt som hon skäms över att hon gång på gång gråter över hur det har blivit.

Tidigare nämnda kvinna uttryckte även andra skuldkänslor: “Jag skulle skämmas gentemot barnen om jag tog deras pappa ifrån de då jag vet hur mycket de älskar honom”. Önskemålet att försöka hålla ihop familjen var som bekant något som flera trådstartare uttryckte. Ett annat exempel som vi vill lyfta är ifrån kvinnan som föreslog att partnern skulle bo borta ett tag: “Jag har själv vuxit upp med föräldrar som gick skilda vägar p.g.a. den enes missbruk. Av det skälet vill jag definitivt inte vara ansvarig till att mina egna barn utsätts för samma sak”.

Ett sista centralt område som var återkommande i studien är att en del anhöriga känner skam för att de älskar någon som förstör deras liv. En person förklarade det så här:

Jag skulle egentligen vilja att relationen tog slut utifrån det lidande jag har blivit utsatt för. Jag skulle istället vilja kunna fokusera på mig själv och förverkliga de drömmar som hållits tillbaka av min partner. Men det är inte så enkelt utifrån den kärlek jag känner. Jag har lite landat i att jag nog får acceptera mitt öde och finna mig i att jag får skylla mig själv för allt det dåliga.”

Ett annat exempel i vår studie som exemplifierar hur en del resonerar kring sin situation är följande kvinna:

Jag valde för ett tag sen att flytta ifrån min partner. Jag hade tröttnat på hans beteende och på alla lögnen. I efterhand känner jag mig arg på honom och jag är fullständigt nedbruten och har förlorat självkänslan. Trots detta så kan jag inte sluta älska honom. Vi har haft så många underbara stunder och delat ett liv ihop. Han är den bästa människan jag har träffat. I nuläget vet jag att det inte finns någon framtid ihop så länge han missbrukar, och jag skäms för att jag saknar någon som orsakat mig så mycket skada under så många år”.

Scheff menar att skam har en viktig roll i regleringen av våra andra känslouttryck vari det står oss nära att försöka tygla våra känslor av rädsla, ilska, sorg och kärlek då vi är rädda för att vi ska skämmas även över dem (Scheff & Starrin 2017:219). Kvinnorna i de två exemplen vet med sig att en framtid med partnern kommer att orsaka dem ytterligare lidande. Samtidigt står de egentligen inte ut med hur de påverkas. Av den anledningen försöker de hålla tillbaka sin kärlek då de vill må bättre och slippa skämmas för hur de känner. Svårigheterna i detta innebär att de misslyckas i känsloregleringen vilket således får effekten att de skäms och

anser att de bara har sig själva att skylla för var de genomgår. Utsagorna kan jämföras med Wilson et al. (2018:431) där en ambivalens till att stanna eller lämna var vanligt utifrån att man upplevde både positiva och negativa erfarenheter i relationen samt att man kände sig nära sammankopplad till sin partner på ett emotionellt plan. I likhet med våra exempel så nämner författarna en kvinna som beskrev att det fanns fantastiska stunder vid sidan av de otäcka (ibid.). En relation är som bekant inte svart och vit, något som ytterligare försvårar lämnandet av en partner är den historia man delar. Positiva minnen är för vissa tydligen tillräckligt för att stå ut med en krävande verklighet.

6. Slutdiskussion

Studien har ämnat att utöka den begränsade kunskap som finns att tillgå gällande anhörigperspektivet inom missbruk. Under vårt arbete har vi bland annat uppmärksammat den pågående diskussionen kring begreppet *medberoende* och vilken problematik det medför. I uppsatsens avslutande kapitel hoppas vi här sammanfatta våra insikter, ansträngningar och slutligen göra en reflekterande framåtblick.

6.1 Sammanfattning av studien

Då vårt empiriska material varit rikt har vi kunnat se återkommande mönster vilka har legat till grund för vår analys. Det gör att vi med större belägg kan visa på att vi har besvarat uppsatsens inledande frågeställningar och syfte. Vi anser att vi kan visa hur de som är partner till någon med missbruksproblematik blir påverkade av sin situation samt vilken typ av negativ respons de får när de delar med sig av sina erfarenheter. Vi har i vår empiri funnit många berättelser om utsatta människor som uttryckt att de inte haft någon annan att anförtro sig till än några totala främlingar på ett diskussionsforum. Dolda bakom diverse alias hittar de där en gemenskap och en möjlighet att kunna sätta ord på sina problem och sin levnadssituation, känslan av att inte vara ensam i den ofrivilliga isolering som vi lärt oss att ett partnerskap till en missbrukande individ kan innebära.

Vi har också fått bekräftat att anonymiteten på internet möjliggör en alldeles särskild typ av grymhet att sippra fram. Vissa forumdeltagare tar i skydd av skärmens anonymitet varje möjlighet att håna och klandra de trådstartare som delar med sig av sina allra mest personliga problem. De skriver saker som ingen med ens en tillstymmelse till hjärta skulle kunna säga till en annan människa om de träffades i verkligheten. Det ställer stora krav på trådstartaren

att orka fortsätta läsa genom de grymmaste gliringarna, en trådstartare som av allt att döma redan från början är emotionellt och själsligt dränerad.

Det som gör att alla de här olika trådstartarna ändå väljer att stanna kvar i vad som av många anses vara uppenbart destruktiva förhållanden är någonstans hoppet om att missbruket ska upphöra och att de ska bli lyckliga igen. Det refereras ofta till en önskan om att leva som förr, när det var bra. Den kärlek och de känslor som trådstartaren har för den missbrukande är givetvis också starka anledningar som håller kvar hen i förhållandet. Finns det barn inblandat blir det än mer komplext, då många uttrycker en önskan om att leva ett normalt familjeliv och att barnen ska få en trygg uppväxt. Anmärkningsvärt är såklart att alla i diskussionstråden påpekar att det i nuläget inte är ett normalt familjeliv och att barnen verkligen inte får en trygg uppväxt med en missbrukande förälder, ändå fortsätter trådstartaren att delvis skydda och försvara sin missbrukande partner och sitt eget val att fortsätta leva med denne. Bilden, hoppet eller kanske snarare illusionen om en kärnfamilj är tydligen så pass stark att man är villig att uthärda just de saker som raserar uppbyggnaden av kärnfamiljen. Det blir således en paradox, ett moment 22, man tolererar och rättfärdigar just de beteenden som omöjliggör målet man strävar mot.

6.2 Studien i relation till framtida socialt arbete

Ett område som vi uppfattar som relevant för socialt arbete är det stöd som faktiskt *finns* i diskussionstrådarna vid sidan av de tendenser inom skuld- och skambeläggande som vi redovisat i den här uppsatsen. I takt med att vi insamlade vårt material så noterade vi att det finns gott om välmenande medmänniskor som ger både stöd och bekräftelse utifrån egen erfarenhet som anhöriga till en missbrukande part även om de är i minoritet. Flera delar även i likhet med sig av råd till var den anhöriga kan vända sig för att få professionell hjälp. Som förslag på framtida forskning vill vi därför rikta uppmärksamheten mot möjligheten att ett diskussionsforum på nätet kan utgöra ett terapeutiskt sammanhang för den som behöver hjälp.

Vidare har det även varit intressant att ta del av de pågående diskussionerna kring begreppet *medberoende* och de motstridiga tolkningarna som följer med det. Trots att Arne Gerdner (1999) problematiserade begreppet redan i slutet av 90-talet så pågår diskussionen fortfarande. Vi har i vår egen studie sett exempel på hur de som är partners till någon i missbruk tillskrivs en mängd negativa egenskaper, trots att deras enda brott inledningsvis har

varit att älska och försöka hjälpa en annan människa. Vi hoppas att den här studien kan bidra till att bredda förståelsen och empatin för de människor som sträcker ut en hand och ber om hjälp. "Medberoende" eller ej så är vi alla beroende av varandra på ett eller annat sätt. Istället för att diskutera vilken term som är lämpligast att använda borde de istället få tillgång till fler kanaler för att söka hjälp och hitta rätt stöttning i deras påverkan och lidande.

Tills vidare framstår diskussionsforum på internet som en av få möjligheter att kunna uttrycka sig om en pressad livssituation. Att den anonymitet som erbjuds möjliggör för människor som i sin vardag är så stigmatiserade av sin anhörigas missbruk att de inte hittar någon annan kanal eller möjlighet att börja formulera sig om sina allra mest privata problem. På forumet kan det finnas tröst, förståelse och möjligheten till en väg framåt ur en svår situation.

7. Referenser

- Ahrne, Göran & Svensson, Peter (2015). Kvalitativa metoder i samhällsvetenskapen. I: Ahrne, Göran & Svensson, Peter (red.) *Handbok i kvalitativa metoder*. Stockholm: Liber
- Berg, Martin (2015a). Deltagande netnografi. I: Ahrne, Göran & Svensson, Peter (red.) *Handbok i kvalitativa metoder*. Stockholm: Liber
- Berg, Martin (2015b). *Netnografi - att forska om och med internet*. Lund: Studentlitteratur
- Bowen, Murray (1985). *Family Therapy in Clinical Practice*. New Jersey: Jason Aronson Inc.
- Bryman, Alan (2018). *Samhällsvetenskapliga metoder*. Stockholm: Liber
- Gerdner, Arne (1999). Problem kring begreppet ”medberoende” – kritisk granskning av ett omstritt begrepp utifrån forskning och behandlingserfarenhet. *Socionomen*, 4: 53-63.
- Mafa, Prudence & Makhubele, Jabulani (2019). Raising a Young Addict: Parental Narratives on Living with a Teenager with Substance Abuse Problems. *Gender & Behaviour*, 17 (4): 14116-14124.
- Maghsoudi, Jahangir, Mousa Alavi, Zahra Sabzi & Hamideh Mancheri (2019). Experienced Psychosocial Problems of Women with Spouses of Substance Abusers: A Qualitative Study. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 7 (21): 3584-3591.
- Nordgren, Johan, Torkel Richert, Bengt Svensson & Björn Johnson (2020). Say No and Close the Door? Codependency Troubles among Parents of Adult Children with Drug Problems in Sweden. *Journal of Family Issues*, 41 (5): 567-588.
- Orford, Jim, Richard Velleman, Guillermina Natera, Lorna Templeton & Alex Copello (2013). Addiction in the Family is a Major but Neglected Contributor to the Global Burden of Adult Ill-Health. *Social Science & Medicine*. 78: 70-77.
- Pendry, Louise F & Salvatore, Jessica (2015). Individual and Social Benefits of Online Discussion Forums, *Computers in Human Behavior*, 50: 211-220.
- Rennstam, Jens & Wästerfors, David (2015). Att analysera kvalitativt material. I: Ahrne, Göran & Peter Svensson (red.) *Handbok i kvalitativa metoder*. Stockholm: Liber

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

Samuel, Gabrielle (2017). "The danger of lurking": Different Conceptualizations of "User awareness" in Social Media Research. *American Journal of Bioethics*, 17(3): 25-26.

Scheff, Thomas J. & Starrin, Bengt (2017). Ett emotionssociologiskt perspektiv på sociala problem: skam och utsatthet. I: Meeuwisse, Anna & Swärd, Hans (red.) *Perspektiv på sociala problem*. Stockholm: Natur & Kultur, s. 186-201.

Socialstyrelsen (2016). Stöd till anhöriga - Vägledning till kommunerna för tillämpning av 5 kap. 10 § socialtjänstlagen. Stockholm: Socialstyrelsen

Sveningsson Elm, Malin (2009). Question Three - How Do Various Notions of Privacy Influence Decisions in Qualitative Internet Research? I: Markham, Annette N. & Baym, Nancy K. (red.). *Internet Inquiry - Conversations about Method*. California: SAGE, s. 69-88.

Tambling, R.R., Russell, B. & D'Aniello, C. (2021). Where is the Family in Young Adult Substance Use Treatment? The Case for Systemic Family Therapy for Young Adults with Substance Use Disorders. *Int J Ment Health Addiction*.

Vetenskapsrådet (2017). *God forskningssed*. Stockholm: Vetenskapsrådet

Wilson, Samara, Dan I. Lubman, Simone Rodda, Victoria Manning & Marie Yap (2018). The Impact of Problematic Substance Use on Partners' Interpersonal Relationships: Qualitative Analysis of Counselling Transcripts from a National Online Service. *Drugs: Education, Prevention and Policy*. 26(5): 429-436.