

SOCK10: Kandidatuppsats, 15 hp
Lunds universitet
Sociologiska institutionen
Vårterminen 2024

Maskrosbarnens emotionella liv

En studie om emotioner och dess påverkan

Mimmi Jönsson

Handledare
Lars Crusefalk



Abstract

Författare: Mimmi Jönsson

Titel: Maskrosbarnens emotionella liv- En studie om emotioner och dess påverkan.

Kandidatuppsats, SOCK10, 15 hp

Handledare: Lars Crusefalk

Sociologiska institutionen, vårterminen 2024

Sidantal: 40 sidor

Abstract:

Studiens syfte är att undersöka hur ungdomar och vuxna som vuxit upp med en förälder med ett alkoholberoende beskriver sina emotioner samt vilken påverkan dessa emotioner fått på deras beteenden i barndomen. Studien utgår från en kvalitativ innehållsanalys där blogginlägg från barnrättsorganisationen Maskrosbarn analyseras. Dessa blogginlägg är skrivna av ungdomar eller vuxna som själva vuxit upp med en alkoholberoende förälder. De teoretiska ramverken för studien består av emotionsarbete, känsloregler, skam och hederstigma. Resultaten för studien visar att de emotioner som beskrivs i blogginläggen främst är negativt laddade. Beskrivningar av motstridiga emotioner synliggör barnens emotionsarbete utifrån känsloregler. Den mest centrala emotionen i blogginläggen är känslan av skam som visar sig ha både kopplingar till brutna känsloregler, en känsla av att vara annorlunda samt till bevarandet av familjehemligheter. Emotionerna som beskrivs i blogginläggen visar sig ha en påverkan på barnens beteenden, vilket främst synliggörs i barnens agerande för att undvika skam.

Nyckelord: Skam, känsloregler, emotionsarbete, maskrosbarn, emotionssociologi, hederstigma

Innehållsförteckning

1. Introduktion	4
1.1 Syfte	5
1.2 Frågeställningar	5
2. Bakgrund	6
2.1 Maskrosbarn	6
3. Tidigare forskning	7
3.1 Medberoende barn	7
3.1.1 Att leva i beroendet.....	7
3.1.2 Konsekvenser på lång sikt.....	8
3.2 Att skämmas över en förälder.....	8
3.3 Familjehemligheter	10
4. Teori	11
4.1 Emotioner.....	11
4.2 Emotionsarbete & känsloregler	12
4.3 Skam	13
4.3.1 Hederstigma.....	15
4.4 Sammanfattning.....	15
5. Metod	16
5.1 Metodologiska överväganden.....	16
5.2 Urval.....	17
5.3 Bearbetning och analys	18
5.4 Forskningsetiska överväganden.....	20
6. Analys	23
6.1 Emotioner.....	23
6.1.1 Emotioners påverkan på beteenden	23
6.1.2 Motstridiga emotioner gentemot sin förälder.....	25
6.1.3 Motstridiga emotioners påverkan på beteenden.....	27
6.2 Skam	29
6.2.1 Skam med yttre påverkan.....	29
6.2.2 Skam inom individen.....	31
6.2.3 Skamfyllda hemligheter	32
7. Slutdiskussion	35
8. Referenser	38

1. Introduktion

Enligt Folkhälsomyndigheten (2016, s.11) finns det ett stort mörkertal i Sverige på hur många barn som växer upp med en förälder med ett alkoholberoende. Resultaten från en registerstudie klargjorde att 17 % av Sveriges barn år 2013 hade en förälder med ett beroende. Studien undersökte register från vårdenheter och domstolar med kopplingar till någon form av berusningsmedel. En förälders problematik med alkohol behöver nödvändigtvis inte leda till ett brott eller vård på sjukhus, därigenom beräknas det troligtvis röra sig om fler drabbade barn i Sverige än vad studien visade.

Socialstyrelsen (2009, ss.13-20) fastslår att barn som växer upp med en förälder med ett beroende av alkohol förekommer i alla samhällsklasser och miljöer. Det är en utmaning för samhället att upptäcka dessa barns utsatthet då symptomen är individuella för varje enskilt barn. Ett symptom kan till exempel vara att ett barn blir väldigt ansvarstagande och högpresterande. Detta till skillnad från symptomen hos ett annat barn som kan uppleva koncentrationssvårigheter, trötthet eller nedstämdhet. Signalerna kan också lätt förväxlas med tecken på annan problematik i hemmet. Konsekvensen blir då att socialtjänsten och samhället i stort upptäcker dessa barns utsatta situation när problematiken redan pågått under en längre tid.

Till vilken grad ett barn påverkas av sina hemförhållanden menar Socialstyrelsen (2009, ss.15-17) är individuellt då både inre och yttre faktorer kan påverka barnets situation. Till exempel kan beroendets svårighetsgrad och risken för återfall påverka barnet negativt. Detta till skillnad från barnets kontaktnät och personlighet, vilka är så kallade skyddsfaktorer, som kan underlätta ett barns situation.

Enligt Jiji & Rakesh (2012, ss.70-76) riskerar barn som växer upp med en förälder med ett problematiskt förhållande till alkohol att påverkas även på lång sikt i livet. Uppväxten kan till exempel få en påverkan på barnets självkänsla, tillit till andra och förmåga till att upprätthålla nära relationer . Ur ett långsiktigt perspektiv menar forskarna även att risken ökar för att drabbas av psykisk ohälsa eller själv påbörja ett eget beroende. Risken finns även menar Socialstyrelsen (2009, ss.15-17) att alkoholen inom familjen leder till annan problematik som

till exempel våld i hemmet. Våld inom en familj kan traumatisera ett barn oavsett om den själv eller någon närstående är den som blir utsatt.

Silva, Nico & Caetano (2023, ss.1-5) menar att familjehemligheter som handlar om beroende inom en familj ofta är förknippade med mycket rädsla och skam. Vidare menar Konraszewska- Polak (2019, ss.154-155) att medberoende barn kan utveckla beteenden som att ha svårt för att uttrycka sina egna behov, kommunicera med andra eller anpassa sig till nya miljöer och förändringar. Jiji & Rakesh (2012, ss.72-78) belyser att dessa barn även kan utveckla emotioner som känslan av att vara annorlunda, rädsla för att bli övergiven eller ångest. Barnet kan även utveckla problematiska beteenden till följd av sin hemsituation, som exempelvis utåtagerande beteenden.

Denna studie ämnar att undersöka barn som vuxit upp med en alkoholberoende förälders känsloliv. Detta genom att både undersöka vilka emotioner som beskrivs och hur dessa emotioner påverkar deras beteenden i barndomen. Studien kommer att genomföras ur ett emotionssociologiskt perspektiv genom att analysera blogginlägg skrivna av vuxna och ungdomar som själva vuxit upp med en alkoholberoende förälder.

1.1 Syfte

Studiens syfte är att undersöka ungdomar och vuxnas beskrivningar av sina emotioner från barndomen med en alkoholberoende förälder, samt vad dessa emotioner fick för påverkan på deras beteenden i barndomen.

1.2 Frågeställningar

- Vilka emotioner beskriver individer som vuxit upp med en alkoholberoende förälder att de upplevt i sin barndom?
- Hur beskriver individerna att dessa emotioner har påverkat deras beteenden i barndomen?

2. Bakgrund

2.1 Maskrosbarn

Maskrosbarn är ett väsentligt begrepp i denna uppsats och behöver därför tydligt definieras. Cronström (2003, ss.11-17) definierar begreppet maskrosbarn som barn som utsätts för materiell eller psykisk misär, för våld eller har föräldrar som är drabbade av psykisk sjukdom eller beroende. Hon menar att det är barn som växer upp med frånvarande och oförmögna föräldrar vilket kan leda till att barnet utsätts för ensamhet, oro eller fruktan. Det rör sig ofta om föräldrar som inte har förmågan att ta hand om sig själva, och då ännu mindre ett barn. Maskrosbarn är de barn som levt under sådana förhållanden men överlevt. Hur dessa barns uppväxt varit är ofta inte synligt utåt men många av barnen lever med emotionella ärr inom sig. Till vilken grad barnen blivit påverkade av sin uppväxt är olika, men gemensamt är de överlevt tuffa år i början av livet. Symboliken till maskrosen är baserad på att blomman anses vara en stark blomma som överlever allt. Den kan till och med tränga igenom nylagd asfalt. Trots att människans teknik försvårar livet för maskrosen överlever den.

Likt Cronström (2003) menar Lönnroth (1990, ss.153–154) att maskrosbarn är så kallade osårade barn. Det vill säga barn som vuxit upp under utmanande förhållanden men som klarat sig ändå. Kriterier för att ett barn ska definieras som ett maskrosbarn menar hon är att barnet ska ha haft minst en god relation till en vuxen under sina första levnadsår, upplevt utmaningar som testat barnets sårbarhet samt utsatts för stressande faktorer i livet.

Lönnroths (1990) samt Cronströms (2003) definitioner av begreppet maskrosbarn har många likheter där fokus läggs vid att barnen växt upp under utmanande förhållanden men överlevt. Detta skiljer sig från den definition som går att finna hos barnrättsorganisationen Maskrosbarn. Enligt barnrättsorganisationen är ett maskrosbarn ett barn som växer upp med en förälder som dricker för mycket alkohol, mår psykiskt dåligt eller blir utsatt för våld i hemmet (Maskrosbarn.org, u.å.). Barnrättsorganisationen lägger inget fokus vid hur livet blir för maskrosbarnet senare i livet, utan endast vilka förhållanden barnet lever i nu. Samtliga definitioner fokuserar på barnets utmanande förhållanden under uppväxten, vilket är den definition denna studie främst kommer utgå ifrån.

3. Tidigare forskning

I avsnittet nedan kommer tidigare forskning presenteras som har relevans för studien. De delar som presenteras är medberoende barn, att skämmas över en förälder och familjehemligheter. Avsnittet medberoende barn är uppdelat i två delar för att belysa konsekvenser för ett barn av att växa upp med en alkoholberoende förälder på både kort och lång sikt.

3.1 Medberoende barn

3.1.1 Att leva i beroendet

Enligt Kornaszewska- Polak (2019, ss.154-155) blir ofta barn som växer upp med en alkoholberoende förälder medberoende. Bacon et al. (2020, s.755) definierar medberoende som en form av sjukdom som drabbar en närstående till en person med ett beroende. Den närstående blir på så sätt själv lidande av beroendet. Eftersom det saknas tydliga kriterier för när en person definieras som medberoende har begreppet kritiserats för att vara byggt på stereotyper.

Enligt Wangensteen, Jansen & Halså (2019, s.6) är det vanligt att barn som lever med en förälder med ett beroende tar mycket ansvar hemma. Det kan innebära ansvar över sina föräldrar, syskon, hushållet eller ekonomin. Medberoende hos barn, menar Kornaszewska- Polak (2019, ss.154-155), kan komma i uttryck på olika sätt. Till exempel genom att barnet har svårt för att uttrycka sina egna behov, kommunicera med andra eller anpassa sig till nya miljöer och förändringar. Jiji & Rakesh (2012, ss.72-78) belyser vikten av att barn växer upp med en förebild som de kan imitera. Ifall barnet saknar en vuxen att imitera kan barnet få svårigheter att bedöma hur man bör bete sig och vad som är "normalt". Andra egenskaper en medberoende kan utveckla är konflikträdsla, misstro till andra, svårt för att ta kritik, en känsla av att vara annorlunda, en rädsla för att bli övergiven samt psykisk ohälsa som ångest eller depression. Det medberoende barnet kan även utveckla beteendeproblematik, vilket kan komma i uttryck i exempelvis skolfrånvaro eller utåtagerande beteenden.

3.1.2 Konsekvenser på lång sikt

Enligt Kornaszewska- Polak (2019, ss.154-156) är den omsorg ett barn växer upp med avgörande för barnets framtida utveckling. En sviktande omsorg kan ge konsekvenser även upp i vuxen ålder. En konsekvens av att växa upp som medberoende till sin förälder kan bli att föräldrarnas beteenden och problematik internaliseras hos barnet. Ifall detta sker riskerar beroendet att föras vidare till barnet. Enligt Jiji & Rakesh (2012, s.70) samspelar både miljöfaktorer och genetiska faktorer för att ett barn själv ska utveckla ett beroende senare i livet. Bacon et al. (2020, s.762) menar att dessa barn kan utveckla ett beteende av att alltid söka det extrema och på så sätt ha svårt för att hitta en balans senare i livet. Detta kan komma i uttryck genom att till exempel jobba för mycket eller själv börja bruka alkohol eller droger.

Kornaszewska-Polak (2019, s.169) belyser att det finns en risk att dessa barn senare i livet söker sig till partners med liknande dysfunktionella beteenden som deras föräldrar. Bacon et al. (2020, ss.761-762) menar att personer som är eller har varit medberoende ofta lider av dålig självkänsla och kan därför ha svårt att bryta sig loss från destruktiva relationer.

Jiji & Rakesh (2012, s.69) framhåller dock att det finns många exempel på barn som vuxit upp med en alkoholberoende förälder som inte hamnat i utmanande livssituationer senare i livet. Faktorer som familjens sammanhållning, socioekonomiska förhållanden, utbildningsnivå inom familjen samt socialt stöd utanför familjen har betydelse för hur barnet påverkas av situationen på lång sikt. Jiji & Rakesh (2012, ss.75-79) menar även att utvecklandet av ett eget beroende drabbar långt ifrån alla barn. Tvärtom kan många barn istället utveckla ett stort motstånd mot alkohol och andra berusningsmedel då de sett vad effekterna kan bli. I de familjer som lever med fasta rutiner och där planer efterföljs löper barnen en minskad risk att själva utveckla ett beroende. Exempel på detta kan vara gemensamma måltider eller att fira högtider tillsammans.

3.2 Att skämmas över en förälder

Enligt Wangensteen, Jansen & Halså (2019, s.6) kan skam och tabuer inom en familj bidra till en stor börda för barn. Delås (2015, s.299) menar att det finns olika former av skam, vilka tar sig i uttryck på olika sätt och leder till olika konsekvenser för individen. Den skam som

barn till en förälder med ett beroende upplever är en skam som uppstår när en förälder inte följer samhällets kulturella normer för hur en förälder bör bete sig. Konsekvensen av denna skam blir ofta en känsla av att vara annorlunda. Denna känsla kan internaliseras in i personens identitet och därmed bli permanent.

I Delås (2015, ss.299-302) studie om barn som växer upp med alkoholberoende föräldrar visar resultaten på att barnen skämdes för sina föräldrar då de uppfattades som annorlunda på ett negativt sätt. Detta genom att föräldrarna till exempel inte deltog i aktiviteter som andras föräldrar deltog i. Vid brytande av samhällets kulturella normer uppstår inte endast en skam hos den person som bryter mot normen, även personer som är associerade med personen kan uppleva och bli påverkade av skammen. Den skam som barnen upplevde var bunden till specifika sociala sammanhang där deras förälder hade varit alkoholpåverkad. Barnen upplevde att de alltid hade skammen över sin förälder med sig.

Barn till föräldrar med psykisk ohälsa skäms ofta över sina föräldrar menar Dam & Hall (2016, ss.453-455). Resultaten för deras studie visade på att familjens situation ofta hemlighölls då familjen skämdes över att inte vara en normal familj. Barnen hemlighöll sin förälders sjukdom för utomstående för att undvika mobbning samt stigmatisering i skolan. Hemlighållandet blev en strategi för barnet för att hantera skammen och minska lidandet. Att hemlighålla familjsituationen för att undvika skam verkar även gälla för barn med alkoholberoende föräldrar, detta visar Delås (2015, s.300) studie. Det en individ skäms över undviks ofta att pratas om. Skammen blir en anledning till att hålla familjens situation hemlig för utomstående men även att inte prata om problematiken inom familjen.

Enligt Veneziani et al. (2022, s.26218) kan skam hos ett barn leda till att barnet utvecklas till att vara tillbakadragen, detta för att skydda det egna jaget. En barndom kantad av skam över sin förälder kan även leda till att barnet i framtiden utvecklar ett eget beroende eller andra riskfyllda beteende. Detta för att fly från en känsla av misslyckande och skam. Skammen från barndomen kan dock även få motsatta effekter. Barnet kan också vilja hålla sig så lång ifrån riskfyllda, stigmatiserande beteenden som möjligt då barnet tidigare upplevt konsekvenserna av sådana beteenden.

3.3 Familjehemligheter

Enligt Helimäki, Laitila & Kumpulainen (2021, ss.96-99) har alla familjer hemligheter vilket inte behöver vara förknippat med något dåligt. Tvärtom kan hemligheter fungera som en gemensam berättelse inom en familj. Silva, Nico & Caetano (2023, ss.1-2) menar att familjehemligheter även kan bidra till att skapa intimitet, upprätthålla en sammanhållning, skydda familjestrukturen samt skydda familjen från hot utifrån. Hemligheter har också en familjefunktion, menar Helimäki, Laitila & Kumpulainen (2021, ss.96-98). Detta som en tydlig gränsdragning för vilka som är innanför och vilka som är utanför familjen. Däremot kan hemligheter inom familjer vara förknippade med starka känslor som rädsla, skam och skuld. Att upprätthålla hemligheten blir ett förpliktande mot familjens lojalitet för den enskilda familjemedlemmen, vilket kan leda till känslor som spänning, ensamhet och stressrelaterade fysiska besvär.

Munday, Watts & Clark (2024 ss.84-86) menar att möjligheten till att en familjehemlighet avslöjas alltid finns överhängande, vilket kan göra en familj sårbar. Känslor som chock, ilska och misstro kan uppstå vid ett avslöjande och bidra till en familjs sårbarhet. Silva, Nico & Caetano (2023, ss.1-2) menar att ett avslöjande kan bli mycket traumatiskt för en familj. Vanligt är att konflikt uppstår och relationer mellan familjemedlemmar testas. Smart (2011, ss.543-544) menar att ifall en familjehemlighet kommer upp till ytan kan detta påverka den enskilda familjemedlemmens minnen och uppfattning av en närstående. Avslöjandet kan även påverka familjemedlemmens egna identitet.

Helimäki, Laitila & Kumpulainen (2021, s.98) menar att familjehemligheter kan se olika ut. Det kan till exempel röra sig om psykisk ohälsa, missbruk, otrohet eller trauman. Silva, Nico & Caetano (2023, ss.14-15) understryker att beroende och missbruk är familjehemligheter som ofta är förknippade med rädsla och skam, både för den som är beroende men också för dennes familjemedlemmar.

Enligt Helimäki, Laitila & Kumpulainen (2021, s.98) är barn mer utsatta än vuxna i en familj som är starkt förknippad med hemligheter. Detta eftersom barn inte har samma förmåga till

självreglering som vuxna. Detta kan leda till en extra psykisk påfrestning hos barnet i att undanhålla hemligheten från utomstående. I Helimäki, Laitila & Kumpulainens (2021, ss.117-118) studie undersöktes det hur barn hanterar och förhåller sig till familjehemligheter i familjeterapi. Resultaten visade att barnen hjälpte till att rekonstruera familjehemligheterna. Ett av barnen i studien berättade om en traumatisk situation med ett glatt uttryck vilket inte stämde överens med de känslor som framgick i hennes berättelse. Barnet upplevdes som ambivalent då hon drogs mellan viljan att berätta för terapeuten samtidigt som hon ville skydda sin mamma genom att inte berätta. Resultaten överensstämmer med den tidigare forskningen som visat att kommunikationen i en familj kan påverkas negativt av familjehemligheter.

4. Teori

Nedan kommer uppsatsens teoretiska ramverk att presenteras. Teorierna som tillämpas i denna uppsats är emotionsarbete, känsloregler, skam samt hedersstigma. I början av avsnittet kommer emotioner definieras då detta är ett centralt begrepp genom hela uppsatsen.

4.1 Emotioner

Enligt Scheff & Starrin (2013, s.186) ämnar emotionssociologin till att belysa sociala problem utifrån emotionella och relationella faktorer. Wettergren (2013, s.11) menar vidare att emotionssociologin åskådliggör förståelsen mellan vad människor känner och hur de handlar. Hon menar att emotioner dels uppstår och är beroende av mänsklig interaktion samtidigt som emotioner även blir ett drivmedel för det mänskliga handlandet.

Emotionssociologin blir på så sätt ett viktigt verktyg i att förstå mänskligt handlande.

Det finns olika definitioner och begrepp för känslor, bland annat emotion eller affekt. Ordet känsla är enligt Scheff & Starrin (2013, s.187) det mest vardagliga begreppet, till skillnad från affekt och emotion som blivit mer betydelsefulla begrepp inom forskningens värld.

Wettergren (2013, ss.16-17) menar att det mest förekommande begreppet inom sociologin för att beskriva känslor är emotion. Studerandet av emotioner visar både vad en person känner inåt och vad som kommuniceras utåt till andra genom fysiskt uttryck.

Hochschild (2012, ss.17-18) definierar emotioner som en del av människans sinne. Hon menar att emotioner uppstår i relation mellan kroppsliga förmålor när människan använder sina sinnen, till exempel ser eller hör. Det är en persons emotioner som ger den sitt perspektiv på omvärlden. I en social kontext uppstår emotioner när människan lär sig när och hur man visar till exempel glädje eller sorg. På så sätt bidrar människan själv till konstruerandet av emotioner i en social interaktion, istället för att emotioner skulle vara något biologiskt fenomen medfött inom individen.

4.2 Emotionsarbete & känsloregler

Emotionssociologen Arlie Russell Hochschild är främst känd för sitt studerande av det emotionsarbete som sker inom arbetslivet, specifikt har hon studerat flygvärdinnors emotionsarbete. I sin bok *The Managed Heart* (2012, ss.12-17) skriver hon även om det emotionsarbete och de känsloregler som individer tillämpar i sitt privatliv. Hennes forskning om människors emotionella privatliv är främst baserat på empiri insamlad från enkäter utförda av studenter.

Emotionsarbete sker inom en individ, utan att det uppmärksammas av utomstående. Det går däremot att synliggöra genom att studera hur människor pratar om sina känslor. Det är känsloregler som styr emotionsarbetet i det avseendet att känsloreglerna avgör vilka känslor en person har rätt till att känna (Hochschild 2012, ss.56-57). Känsloregler är en form av skript, normer eller instruktioner på hur individen bör känna. Reglerna belyser distinktionen mellan vad individen förväntar sig känna i en given situation och vad individen bör känna i en given situation. Exempelvis en person som inte gillar stora fester kan känna en förväntan på att inte känna sig glad under en stor fest, samtidigt som personen känner att den bör känna sig glad och ha roligt (Hochschild 1979, ss.563-566).

Känsloregler uppmärksammas genom att studera hur människan bedömer sina känslor, hur utomstående bedömer de känslor som visas upp och genom vilka sanktioner som uppstår från individen själv och andra (Hochschild 2012, ss.56-57). Det finns universella känsloregler, exempelvis att man inte ska njuta av att avrätta en person. Samtidigt finns det även

kontextbundna känsloregler som kan ändras över tid eller vara mer knutna till sociala grupper, baserade på exempelvis kön eller etnicitet (Østergaard 2023, ss.280-281).

Känsloregler kan även vara kopplade till ritualer, som exempelvis att en individ bör känna sorg och inte glädje under en begravning. Ifall en individ inte lever upp till dessa känslomässiga förväntningar kan individen känna skam (Hochschild 2012, s.63).

Emotionsarbetet ökar i intensitet i ett mellanmännskligt möte ifall personerna har en nära relation. I dessa nära relationer blir dessutom emotionsarbetet svårare att synliggöra (Hochschild 2012, s.68).

Østergaards (2023, ss.278-279) studie är ett exempel på när Hochschilds teorier har tillämpats i syfte att studera känslor kring relationer. I studien studerades placerade barns känslor gentemot sina biologiska föräldrar efter avslutad placering. Syftet var att studera vilken relation de ville samt borde ha till sina biologiska föräldrar som de en gång blivit placerade ifrån. Likt Østergaard (2023) kommer denna studie att tillämpa Hochschilds teorier om emotionsarbete och känsloregler på ett relationsmässigt plan.

4.3 Skam

Enligt den amerikanske sociologen Thomas J. Scheff (1990, s.71) är skam en emotion som förekommer nästintill konstant men som kan vara svår att synliggöra. Skam utgörs av ett socialt system där normer samspekar med reaktioner från andra på individers handlingar. På detta sätt hotar skam våra sociala band gentemot andra människor. Genom negativa reaktioner och förlust av respekt från andra ökar känslan av skam och de relationella sociala banden hotas. Undvikandet av skamkänslor bidrar därför till att upprätthålla konformitet och struktur i samhället.

Skam är en emotion som ofta trängs bort eller döljs för utomstående då det går emot det moderna idealet. Istället fostras och socialiseras den moderna människan till att vara rationell och självbehärskad. Andra emotioner som ilska, rädsla, sorg eller kärlek kan också hindras från att komma till uttryck på grund av skammen över att visa dessa känslor (Scheff & Starrin 2013, ss.188-191). Skam kan märkas på olika sätt hos en person, både verbalt och icke-

verbalt. Båda kan däremot vara ett försök till att dölja sin skam. Den verbala skammen kan vara ett verktyg för att dölja den riktiga skammen, genom att exempelvis prata om ett skamfyllt ämne men undvika avgörande skamfyllda detaljer. Den icke-verbala skammen kan istället ta sig till fysiskt uttryck genom exempelvis rodnad eller undvikande av ögonkontakt (Scheff 1990, ss.86-87).

Skam är en biologisk emotion samtidigt som det är ett socialt och kulturellt fenomen. I interaktionen med andra människor uppstår skam genom att en person ser sig själv genom andras ögon (Scheff 1990, ss.81-85). Skam är den emotion som kommer med flest sociala och psykosociala funktioner, jämfört med andra emotioner. Skammen fungerar som en slags moralisk kompass som vägleder vår moral och vårt samvete, detta till att handla på ett sätt för att undvika skam så mycket som det går (Scheff & Starrin 2013, ss.190-191). Känslan av skam kan leda till ännu mer skam, vilket kan leda till att en negativ spiral uppstår, där en person känner skam över att känna skam (Scheff 1990, ss.81-85). Oron över hur andra uppfattar en bidrar till att individen anstränger sig för att framställa sin bästa sida. Uppvisandet av sin bästa sida blir ett verktyg för att undvika skam (Scheff & Starrin 2013, ss.189-190).

Skam kan upplevas olika starkt beroende på en persons självförtroende. Vid lågt självförtroende riskerar en person att bli överväldigad av känslor av skam. Personen riskerar därigenom att hamna i negativa spiraler fyllda med skamkänslor (Scheff 1990, s.93). Enligt Scheff & Starrin (2013) finns det både konstruktiv och destruktiv skam. Den konstruktiva skammen värnar om våra sociala band och hindrar oss därför från att hota eller skada dessa band. Den destruktiva skammen blir istället en ond spiral där en person skäms inför sin skam. Detta kan leda till att personen blir arg för att den skäms och därefter skäms för att den blir arg. I förlängningen kan detta leda till aggressivitet eller psykisk ohälsa då skammen blir instängd inom individen (Scheff & Starrin 2013, s. 191).

4.3.1 Hederstigma

Goffman (2011, ss.36-40) skriver om begreppet hederstigma. Han menar att personer som associeras med en stigmatiserad person kan uppleva samma skam som den stigmatiserade

själv upplever. Den associerade personen kan vara kopplad till den stigmatiserade genom sociala band, vilket gör att samhället ser på dem som en enhet. Detta kan till exempel vara personer som är gifta med en psykiskt sjuk person eller barn till kriminella. Personer som umgås med personer med sociala band till en stigmatiserad kan komma att påverkas i tredje hand av skammen och stigmat.

Goffman (2011, ss.36-40) ger ett exempel på ett barn till en kriminell pappa som inte har några jämnåriga vänner och därigenom känner sig ensam. En konsekvens kan bli att anhöriga undviker eller tar avstånd från den stigmatiserade för att undvika att själva drabbas av skammen och stigmat. Den associerade personen riskerar att känna sig förlägen då den ständigt tvingas bära en börda som inte är personens egna.

4.4 Sammanfattning

Med hjälp av de teoretiska perspektiven beskrivna ovan ämnas uppsatsens frågeställningar att besvaras. Dessa teorier är relevanta för denna studie då samtliga har ett emotionssociologiskt perspektiv med fokus på vilka emotioner som uppstår i mänskliga interaktioner. Detta vill även denna studie undersöka och därför anses dessa teorier vara lämpliga för studien.

Det finns ingen entydig definition av emotioner då olika forskare ser på begreppet på olika sätt. Detta ger både en bredd till begreppet samtidigt som det bidrar till en viss otydlighet. Denna uppsats kommer utgå från definitionen av emotioner som ett fenomen som skapas i ett socialt samspel, likt Wettergrens (2013) samt Hochschilds (2012) definitioner. Detta till skillnad från Scheff & Starrin (2013, s.187) som istället menar att individen föds med nio grundläggande affekter. Dessa medfödda affekter fylls i barndomen med associationer och utvecklas därigenom till emotioner.

Hochschild har blivit granskad och kritiserad av flera forskare. Hon har dels kritiserats på grund av sin syn på människan som oförmögen till att agera självständigt. Dessutom har hennes empiri blivit kritiserad med argumentet att det för många människor är svårt att beskriva och förklara sina känslor, och därefter även hur de hanterar dem (Østergaard 2023, s.282). Hochschild (2012, ss.56-57) skriver i sin egen studie att empirin inte kan anses vara

helt objektiv då människor gör sig till i sina bekännelser av vad som hänt och hur de kände i de givna situationerna. Detta reflekteras över i förhållande till denna studie och går att läsa om under rubriken ”forskningsetiska överväganden”.

5. Metod

5.1 Metodologiska överväganden

Syftet med uppsatsen är att studera hur individer som vuxit upp med en alkoholberoende förälder beskriver sina emotioner och dess påverkan på deras beteenden i barndomen. En kvalitativ metod är enligt Bryman (2021, s.455) det mest lämpade metodvalet när en studie ämnar till att uppnå en förståelse för en social verklighet baserad på människorna som befinner sig i den specifika sociala miljön. Det är människorna i den sociala miljöns egna uppfattningar och berättelser som blir det väsentliga i den kvalitativa forskningen. Uppsatsen har en emotionssociologisk utgångspunkt. Enligt Hochschild (2012, ss.17-18) uppstår emotioner inte av sig själv inom människan utan skapas och rekonstrueras i mellanmänniska interaktioner. Bryman (2021, s.455) menar att den kvalitativa metoden lämpar sig särskilt för att studera socialkonstruktionistiska perspektiv. Det vill säga tron om att den sociala verkligheten skapas i mellanmänniska interaktioner och inte är bestående av företeelser som finns av sig själv utan påverkan från de människor som befinner sig i den. Då uppsatsen har utgått från människors egna uppfattningar och beskrivningar i form av blogginlägg samt intresserat sig för de emotioner som uppstått i ett socialt samspel har den kvalitativa metoden ansetts fördelaktig.

Uppsatsens empiri har samlats in genom skrivna blogginlägg från vuxna respektive ungdomar. Blogginläggen är baserade på deras uppväxt som så kallade maskrosbarn. Denna empiri har samlats in från hemsidan Maskrosbarn.org, vilket är en barnrättsorganisation. Organisationen arbetar för att förbättra livssituationen för de barn i Sverige som har föräldrar med en beroendeproblematik, psykisk ohälsa eller lever under andra svåra hemförhållanden (maskrosbarn u.å.). Med dessa skrivna blogginlägg som empiri har det gjorts en innehållsanalys. Enligt Bryman (2021, ss.668-669) går det att finna empiri på hemsidor online som kan utgöra data för en kvalitativ innehållsanalys.

Boréus & Bergström (2021, ss.21-24) menar att en författare av en text skriver för att uttrycka sin åsikt, reflektera och beskriva både den inre och yttre världen. Detta kallas innebördsaspekt och går genom kvalitativ ansats att studera med hjälp av en innehållsanalys. Metodvalet av kvalitativ innehållsanalys, med empiri hämtad från redan befintliga blogginlägg, gjordes på grund av tidsaspekten för uppsatsen. En kvalitativ innehållsanalys avser att bryta ner en text och genom kategorisering av delar av texter kunna besvara forskningsfrågor (Boréus & Kohl 2021, s.50). Samma studie hade kunnat genomföras med metodvalet semistrukturerade intervjuer. Semistrukturerade intervjuer är en flexibel intervjumetod där intervjun utgår från ett antal teman, men där det även finns utrymme för följdfrågor (Bryman 2021, s.563). Denna metod hade troligtvis kunnat berika det insamlade materialet då det hade kunnat anpassas i studiens riktning med hjälp av frågor och följdfrågor. Däremot fanns risken att det skulle vara mycket svårt att hitta personer att intervjua i ett sådant känsligt ämne som detta. Detta gjorde att valet istället landade i att genomföra en kvalitativ innehållsanalys med redan befintlig empiri.

5.2 Urval

Studiens urval har genomförts i flera olika steg. Tanken bakom att hämta empiri från maskrosbarn.org framkom genom viljan att hitta ett redan publicerat material men som samtidigt bidrog till en viss bredd. Syftet var att finna material som till skillnad från en självbiografi eller ett podcastavsnitt inte endast utgick från en persons berättelse, men som samtidigt presenterade tankar och känslor. Ett krav var också att textmaterialet skulle vara självupplevt för skribenten av texten. Maskrosbarn.org berättelsesida föll sig därför perfekt då det finns flera blogginlägg skrivna av både vuxna och ungdomar som själva vuxit upp med en alkoholberoende förälder.

Boréus & Bergström (2021, ss.55-56) menar att det är viktigt att i ett tidigt stadium i en innehållsanalys avgränsa sitt material. Urvalsprocessen startade därför tidigt i skrivprocessen genom att empirin samlades in från hemsidan. När empirin samlades in fanns det totalt 105 blogginlägg på hemsidan. Därefter gjordes ett första urval där blogginlägg valdes ut efter sökorden "alkohol", "dricka", "drack", "fylla" eller "full". Efter detta urval återstod 44

blogginlägg. I nästa steg valdes de blogginlägg bort som bland annat var mer inriktade på Maskrosbarnen som verksamhet, psykisk ohälsa eller substansberoende, då dessa teman inte går i linje med studiens syfte. Det slutliga urvalet bestod av 17 blogginlägg. Bryman (2021, ss.495-496) menar att med hjälp av ett målstyrt urval är det forskningsfrågorna som får avgöra vilken empiri som är mest lämpad för studien. I det målstyrda urvalet finns ingen strävan efter att göra ett slumpmässigt urval. Tvärtom kommer ett strategiskt urval göras utifrån det material som anses mest relevant för studien.

Nästintill alla blogginlägg från hemsidan var anonymt skrivna. De få som var undertecknade med namn har i studien valt att anonymiseras. Eftersom det inte fanns någon information om skribenterna för blogginläggen har det heller inte gjorts något urval utifrån klass, kön eller etnicitet. Den enda information som finns om skribenterna är att de är aktiva i organisationen maskrosbarn samt har vuxit upp under utmanande hemförhållanden. Det finns heller ingen information om den enskilda skribentens ålder, förutom att vissa är ungdomar och vissa vuxna. Organisationen riktar sig till ungdomar mellan 13-19 år (Maskrosbarn u.å.). Möjligheten finns därför att några av författarna inte är myndiga. Ingen avgränsning har heller gjorts till geografisk plats. Då organisationen riktar sig till barn i Sverige och blogginläggen är skrivna på svenska går det att anta att dessa barn växt upp i en svensk kontext.

5.3 Bearbetning och analys

Vid en första bearbetning av textmaterialet överfördes de valda texterna in i ett eget dokument för att utesluta risken för att materialet skulle ändras på hemsidan under uppsatsens gång. Därefter lästes materialet igenom ett flertal gånger för att på så sätt finna relevanta kategorier. Rennstam & Wästerfors (2015, ss.80-81) menar att det är viktigt att studera sitt material noggrant. Detta genom att läsa igenom flertalet gånger och tillbringa mycket tid med materialet. Utifrån uppsatsens tidsbegränsning har materialet studerats flera gånger och i olika processer i skrivandet. Första gången materialet studerades var innan uppsatskursen börjat och därefter har materialet lästs igenom flera gånger, i syfte att minska risken för att missa något väsentligt.

Boréus & Bergström (2021, s.50) menar att det mest lämpade sättet för att analysera sitt material i en kvalitativ innehållsanalys är genom kodning och kodscheman. Metoden beskrivs som delvis induktiv där stora teman eller forskningsfrågor får styra kodningen till att finna olika kategorier i sitt textmaterial. Empirin i denna studie har manuellt kodats och kategoriserats i flera teman. Det innehåll som återkommer i ett material är ofta det som är värt att uppmärksamma. Genom koncentrerat hittar forskaren teman utifrån författarens egna ord. Dessa görs sedan om i en process av kategorisering där forskarens egna tolkningar och begrepp används för att tematisera materialet (Rennstam & Wästerfors 2015, ss.69-74). De kategorier som skapades utifrån materialet med relevans till studiens frågeställningar var:

- Tema 1: Emotioner som beskrivs.
- Tema 2: Motstridiga emotioner.
- Tema 3: Känslan av skam.
- Tema 4: Familjehemligheter.

Boréus & Bergström (2021, s.58) menar att det finns en fördel med manuell kodning, det vill säga den kodning som måste genomföras av en människa. Detta när mer komplicerade tolkningar krävs för studien. Genom manuell kodning markerades de olika kategorierna i olika färger för att på så sätt få en tydligare överblick över det relevanta materialet. Dessa utvalda delar fördes sedan över till ett eget dokument där de sorterades upp efter respektive kategori.

Kategoriseringen av materialet ändrades flera gånger under processen då teman tillkom samt reducerades bort. Analysarbetet genomfördes parallellt med att uppsatsens övriga delar tillkom, men blev mer intensivt precis innan det verkliga skrivandet av analysen kom igång. I analysen bearbetades materialet igenom tema för tema för att se vad som var relevant att ha med i uppsatsens analysdel. Citat från blogginläggen har använts för att exemplifiera det som diskuteras i analysen med hjälp av uppsatsens teori samt bidrag från tidigare forskning. För att skapa en mer levande text samt underlätta för läsaren har figurerade namn använts vid de presenterade citaten.

Vid val av metod för bearbetning av materialet övervägdes även diskursanalys samt narrativanalys. Den narrativa analysen är bäst lämpad när maktdynamiker och maktförhållanden ska studeras. I en narrativanalys är materialet historier eller berättelser (Boréus & Robertson 2021, ss.219-223). Detta till skillnad från diskursanalysen som istället intresserar sig för bland annat språk, metaforer och ordval (Boréus & Seiler Brylla 2021, ss.305-306). Eftersom denna studie varken intresserar sig för maktförhållanden i samhället och inte heller språk, i den mening om hur saker sägs istället för vad som sägs, så klargjordes det att innehållsanalysen var den mest lämpade metoden för denna uppsats och dess syfte.

5.4 Forskningsetiska överväganden

Etiska frågor kopplade till forskning regleras i Sverige idag av organet Vetenskapsrådet. Vetenskapsrådet har fastställt 4 forskningsetiska principer för humanistisk och samhällsvetenskaplig forskning. Dessa fyra principer är informationskravet, samtyckeskravet, konfidentialitetskravet samt nyttjandekravet (Eldén 2020, ss.29-31).

Informationskravet innebär att samtliga deltagare i en studie ska vara informerade om studiens syfte. Det är även av vikt att alla medverkande ska ha möjlighet att ge sitt samtycke till studien, vilket klargörs i samtyckeskravet. Medverkande har rätt att själva bestämma ifall de vill dra in sitt samtycke. Ifall en medverkande är under 15 år och studien innefattar ämnen som kan uppfattas som känsliga bör en vårdnadshavares samtycke inhämtas (Eldén 2020, s.30). Dessa två forskningsetiska principer har inte tagits hänsyn till i samma utsträckning som de förmodligen hade gjorts i en studie baserad på intervjuer eller observationer. Empirin har från början samlats in från en hemsida där texterna redan varit publicerade. Skribenterna vet inte att deras texter medverkar i studien vilket kan problematiseras. Däremot har skribenterna själva valt att publicera blogginläggen på en allmän hemsida där vem som helst har tillgång till dem. Eftersom blogginläggen publicerats anonymt går inte att få tag på varje enskild skribent och informera om studien samt samla in deras samtycke.

Den information som finns om författarnas ålder är att de är vuxna eller ungdomar. Det finns en risk att någon av författarna är under 15 år. Med tanke på studiens känsliga ämne och den eventuella unga åldern hade ett samtycke från en vårdnadshavare egentligen varit det mest

forskningsetiska. Detta hade däremot varit ännu viktigare och dessutom lättare ifall det fanns mer information om skribenterna. Det är dessutom etiskt viktigt att respektera att skribenterna valt att publicera blogginläggen anonymt. Risken för att skribenterna hade påverkats negativt ifall samtycke från vårdnadshavare hade begärts är viktigt att ta hänsyn till.

De två resterande etiska forskningsprinciperna är konfidentialitetskravet samt nyttjandekravet. Dessa ställer krav på att alla känsliga och personliga uppgifter från respondenterna ska behandlas varsamt, så att ingen utomstående får tillgång till dem. Det insamlade materialet får dessutom endast användas till den konkreta studien (Eldén 2020, ss.30-31). De flesta blogginläggen är från början anonyma men vid behov kommer de utvalda citaten anonymiseras ytterligare. Detta ifall uppgifter som hade kunnat identifiera en person finns med i texten, till exempel namn på städer. Blogginläggen förvaras i ett dokument och kommer att raderas efter slutförd studie. Uppgifterna kommer inte att skickas till utomstående eller användas vid senare studier. Trots att blogginläggen redan finns publicerade finns möjligheten att en skribent väljer att radera sitt inlägg från hemsidan. Det är då extra viktigt att blogginlägget inte finns sparad och kvarglömt på den dator som använts under studiens gång.

Eftersom denna studie omfattas av studentundantaget ställs det inte samma etiska krav på studien, däremot bör kraven ändå reflekteras över. Med studentundantaget menas att en studie inte behöver etikprövas och därmed inte går under samma strikta etiklagar som riktig forskning (Eldén 2020, ss.37-38). Då denna studie innefattar ämnen som kan uppfattas som känsliga har etiska överväganden gjorts i valet av att använda redan publicerat material istället för att intervjua personer om deras erfarenheter. Detta då denna studie inte har några resurser för att på ett tryggt sätt kunna ta del av och eventuellt hantera personer som beskriver barndomstrauman eller jobbiga livshändelser. Ur denna etiska aspekt har beslut tagits att inte heller använda empiri av barn som i nuläget befinner sig i en utsatt situation. Istället är studiens fokus hur känslor beskrivs när vuxna och ungdomar med erfarenhet av en förälder med ett alkoholberoende tänker tillbaka på sin barndom.

Ett annat etiskt övervägande som reflekterats över är att blogginläggen är skrivna på ett sätt så att skribenterna tänker tillbaka på hur det har varit. Risken finns att minnen bleknar eller ändras med tiden. Det går därför inte att säkerställa att till exempel de emotioner som beskrivs är de exakta emotionerna som personen upplevde i stunden. Eftersom studien intresserar sig för skribentens egna beskrivningar av situationen är detta inte ett problem, då studien inte ämnar att finna en objektiv sanning.

Vid ett val av textmaterial är det viktigt att reflektera över vart texterna kommer ifrån samt i vilket sammanhang texterna är skapade i (Boréus & Bergström 2021, ss.58-59).

Maskrosbarn.org är en icke vinstdrivande organisation som är både politiskt och religiöst obunden. Organisationen drivs ekonomiskt av gåvor från privatpersoner och företag (Maskrosbarn u.å.). Genom denna information går det att ifrågasätta ifall blogginläggen som publicerats på hemsidan är objektiva. Blogginläggen är skrivna av aktiva medlemmar och kan därför inte antas vara opartiska. Detta framgår också tydligt i en del blogginlägg där skribenten beskriver vilken hjälp de fått av organisationen. Dessa texter har valts bort då de inte har någon relevans för studiens forskningsfrågor.

En reflektion har även gjorts kring vilka blogginlägg som valts att publiceras på hemsidan, eller snarare kanske vilka blogginlägg som valts bort. Efter att ha läst materialet kan en slutsats dras kring att de blogginlägg som lyfts fram är av de ungdomar och vuxna som idag mår bättre än vad de gjorde som barn. Exempelvis är det ingen skribent som skriver att den själv drabbats och har ett pågående beroende, även om risken för att utveckla ett eget beroende är stor, enligt Jiji & Rakesh (2012, ss.70-76). En annan gemensam faktor i blogginläggen är att de beskriver sin uppväxt med sin förälder som tuff. Chansen är stor att det är just dessa barn som hittat till organisationen från början och fortsatt vara aktiva. Möjligheten finns även att organisationen utgjort ett så pass stort stöd för dessa barn att risken minskat för dem att själva utveckla ett beroende. Däremot går det inte att anta att blogginläggen är helt objektiva. Detta då det kan finnas ett syfte från organisationens sida att lyfta fram en viss typ av blogginlägg. Exempelvis blogginlägg som både kan bidra till stor igenkänning hos de barn som besöker hemsidan men som också kan påverka människors vilja till att donera pengar.

6. Analys

6.1 Emotioner

De delar som tas upp i avsnitten nedan är emotioners påverkan på beteenden, motstridiga emotioner gentemot sin förälder samt motstridiga emotioners påverkan på beteenden. Detta för att belysa de emotioner som beskrivs i blogginläggen samt hur dessa påverkat skribenternas beteenden i barndomen. Stort fokus läggs på motstridiga emotioner som beskrivs då detta ständigt återkom i blogginläggen.

6.1.1 Emotioners påverkan på beteenden

I blogginläggen beskrivs flera olika emotioner samt hur skribenternas beteenden påverkas av dessa. De flesta emotioner som beskrivs är negativt laddade. Ett exempel på en sådan emotion som beskrivs är ilska och frustration.

*Jag var ofta arg på dig, du höll ju inte vad du lovade. En oro för att ta hem kompisar växte -
Alexis*

Alexis beskriver känslan av ilska gentemot sin förälder. En ilska över att hennes förälder inte håller sina löften och dricker trots att föräldern lovat att den inte ska. Wettergren (2013) beskriver att emotioner kan bli ett drivmedel för det mänskliga handlandet (Wettergren 2013, s.11). I citatet klargörs det hur Alexis på grund av ilskan över de brutna löftena utvecklar en ny känsla, en känsla av oro. Känslan av oro leder till att Alexis inte vill ta hem kompisar. Här blir Alexis emotioner det som driver hennes handlande, i detta fall att sluta ta hem kompisar. Löften som bryts kan vidare få ytterligare konsekvenser för ett barn. Jiji & Rakesh (2012, ss.75-79) menar att genom att föräldrar håller sina löften minskar risken för barnen att själva utveckla ett beroende. De brutna löftena kan därmed ge Alexis konsekvenser även senare i livet, om än inte endast på ett emotionellt plan.

I ett annat blogginlägg illustreras känslan av otrygghet.

Som ung i en destruktiv miljö kände jag mig nästan aldrig helt trygg. Jag tog hand om mina syskon men aldrig om jag själv. - Isabell

I många av blogginläggen benämns emotioner som otrygghet och rädsla. Dels en rädsla för sin förälder men också en rädsla för de konsekvenser som beroendet för med sig, som till exempel våld. Isabell beskriver att hon i sin destruktiva uppväxt tog hand om sina syskon, men aldrig om sig själv. Wangensteen, Jansen & Halså (2019, s.6) menar att det är vanligt att barn till föräldrar med ett alkoholberoende tar mycket ansvar i hemmet och över syskon. Här synliggörs även ett av de symptom som Kornaszewska- Polak (2019, ss. 154-155) menar är typiskt för medberoende barn, nämligen den bristande förmågan i att uttrycka egna behov och ta dessa på allvar. Nedan beskriver även Adem sin rädsla för sin pappa.

Jag var rädd för att hans humör skulle vända, jag kunde känna det tydligt när det var på väg att gå från glad till arg. Jag var ganska energisk som barn och försökte på olika sätt fortsätta hålla honom glad. - Adem

Adem beskriver hur han kan märka när sin pappas humör är på väg att förändras och hur han som barn försöker hantera detta. Även här är ett exempel på hur Adems känslor blir ett drivmedel för hans mänskliga handlande. Likt Hochschilds (2012, ss.17-18) tankar om att emotioner utvecklas genom kroppsliga förmågelser och sinnen, belyser citatet hur Adem märker att hans pappas humör håller på att förändras, detta genom sina sinnen. Det Adem tar in genom sina sinnen påverkar hans egna emotioner, i detta fall upplever han rädsla. Hochschild (2012, ss.17-18) menar även att människan i en social interaktion lär sig när den ska känna och visa upp olika emotioner. Citatet ovan belyser hur Adems känslor i barndomen har internaliserats. Adem har lärt sig genom den sociala interaktionen med sin pappa att han behöver kompensera och hålla sin pappa på gott humör för att hans humör inte ska övergå till ilska.

En annan emotion som återkom i blogginläggen var ensamhet. Många av författarna beskriver att ingen utomstående visste om hur deras hemförhållanden såg ut.

När jag började högstadiet kände jag mig helt ensam, ingen visste vad som pågick hemma. Varje dag när jag gick hem från skolan ville jag bara försvinna. Skulle jag mötas av bråk, våld, alkohol eller skulle jag få höra vilken hemsk dotter jag var? Jag har blivit psykiskt misshandlad av båda mina föräldrar fram tills jag var 14. Jag såg mig själv som världens sämsta människa, helt oälskad. -Ester

Ester beskriver en känsla av ensamhet, där hennes situation och emotioner påverkar henne. Hon beskriver att hon tillslut kände sig usel som människa, helt oälskad. Bacon et al. (2020) menar att barn som vuxit upp med en alkoholberoende förälder ofta drabbas av dålig självkänsla, vilket kan komma att påverka barnet länge i livet. Till exempel menar de att den dåliga självkänslan kan bidra till en oförmåga att ta sig från destruktiva kärleksrelationer som vuxen (Bacon et al. 2020, ss.761-762). Här tydliggörs ytterligare ett exempel på hur de emotioner som barnet känner i barndomen kan påverka barnets beteenden men även få en påverkan senare i livet.

6.1.2 Motstridiga emotioner gentemot sin förälder

I flera av blogginläggen beskriver skribenterna sina komplicerade relationer till sina föräldrar, inte minst på ett emotionellt plan. Flera skribenter understryker kärleken de känner gentemot sin förälder samtidigt som relationen är förknippad av de negativa emotionerna som beskrivs i avsnittet ovan, exempelvis ilska, ensamhet eller rädsla.

Du rör upp så mycket blandade känslor. Idag hade jag önskat att vi kunde uppvakta dig pappa. Lilla jag ville sällan fira dig. Du som skadat mer än du älskat. Du som orsakat så mycket smärta och trauman hos mig. Lilla jag var så besviken och rädd. - Vilhelm

Vilhelm är ett exempel på de komplexa emotioner som ofta beskrivs i blogginläggen. Han beskriver hur han som barn kände sig besviken och rädd för sin pappa. Trots det hade han idag gärna firat honom på farsdag. Här går det att utläsa en diskrepans mellan "lilla Vilhelm" och "stora Vilhelm". Hans känslor gentemot sin pappa verkar ha ändrats med tiden, från att inte tycka han var värd att fira till att ha en längtan efter att kunna fira honom. Här synliggörs känsloregler, distinktionen mellan vad en person förväntas känna och vad en person bör

känna (Hochschild 1979, ss.563-566). Vilhelms egen förväntan är att han inte borde vilja fira den pappa som skadat honom mer än älskat honom. Däremot bör Vilhelm enligt de rådande känsloreglerna känna kärlek gentemot sin pappa ändå. Detta då den rådande samhällsnormen säger att barn ska älska sina föräldrar, nästan oavsett vad. På så sätt blir emotionsarbetet inom Vilhelm komplicerat då motstridiga emotioner ställs mot varandra i hans relation till sin pappa.

Enligt Hoschild (2012, s.63) kan känsloregler vara kopplade till ritualer. Ifall individen inte lever upp till de förväntade känsloreglerna i en ritual kan individen känna skam. Farsdag är en högtid som kan ses som en form av ritual där människor på olika sätt firar och uppmärksammar sina pappor. I detta fall kan känsloregler kopplade till farsdag spä på Vilhelms emotioner ännu mer om att han borde vilja fira sin pappa just denna dag.

Ett annat exempel är de emotioner Theodore känner efter sina föräldrars bortgång.

Jag sörjde långt innan det hände. Det var både skönt och skamfyllt att släppa taget om dem och om hoppet. - Theodore

Theodore beskriver föräldrarnas bortgång som en frihet och lättnad, att kunna släppa taget om både dem och hoppet om att de skulle förändras. Här bryter även Theodore mot känsloregler. Döden borde vara förknippad med emotioner som sorg, förtvivlan och hopplöshet men Theodore känner istället en lättnad och att föräldrarnas bortgång på ett sätt är skön. Här blir Theodores förväntade känslor lättnad då han kan släppa taget om sina föräldrar. Detta till skillnad från den emotion han egentligen bör känna, vilken är sorg. Det finns universella känsloregler som gäller oavsett sammanhang eller tid (Østergaard 2023, ss.280-281). En av dessa känsloregler är att inte njuta av någon annans bortgång, vilket är en känsloregel Theodore bryter.

Hochschild (2012) menar att en bruten känsloregel kan ge konsekvenser för individen i form av sanktioner, både från sig själv och från andra (Hochschild 2012, ss.56-57). Theodore

beskriver det som skamfyllt att släppa taget om sina föräldrar och hoppet om dem. Här belyser han en sanktion som uppstår på grund av den brutna känsloregeln. En individ upplever ofta skam ifall individen inte lever upp till de känslomässiga förväntningar som finns, menar Hochschild (2012, s.63).

För mig var det både en sorg samtidigt som det var en lättnad. När han satt i häktet så visste jag ju vart han var och visste att han var vid liv. Samtidigt så visste jag om att han mådde otroligt dåligt, och jag fick ju inte träffa honom. - Levi

Hochschild (2012, s.68) menar att ju närmare relation två individer har desto mer emotionsarbete utförs, trots det kan emotionsarbetet vara svårt att synliggöra. Levi beskriver sina motstridiga emotioner gentemot sin pappa i en tid då hans pappa satt häktad. Emotionerna som beskrivs är sorg och lättnad, vilka går emot varandra. Sorg är den emotion enligt känsloregeln som Levi bör känna. Detta samtidigt som Levis egen förväntan framkallar känslan av lättnad då han nu vet var hans pappa befinner sig samt att han inte kommer till skada. Vetskapen om att hans pappa dessutom mår väldigt dåligt i häktet och att de inte får träffa varandra förstärker det emotionella skriptet om att han endast borde känna sorg. Detta blir på så sätt ytterligare ett exempel på när känsloregler bryts och motstridiga emotioner uppstår.

6.1.3 Motstridiga emotioners påverkan på beteenden

De motstridiga emotionerna som beskrivs i blogginläggen påverkade även barnens beteenden. Ett exempel är Ainas inställning till skolan som citatet nedan belyser.

Skolan var min fristad, där kunde jag andas. När klasskompisarna tjatade om hur jobbigt det var att börja skolan igen efter sommaren höll jag med av artighet, men inuti jublade varenda cell i mig. - Aina

Aina visar utåt att hon håller med klasskompisarna men egentligen känner hon tvärtom. Hennes egen förväntan är att känna sig glad över att börja i skolan igen då hon får en paus från sin situation hemma. Däremot bör en elev enligt känsloregler, likt hennes klasskompisar

visar, tycka att skolan är tråkig och hellre vilja ha sommarlov. Wettergren (2013) menar att studerandet av känslor kan visa både på vad en person känner inåt och vilken emotion personen kommunicerar utåt till andra genom fysiskt uttryck (Wettergren 2013, ss.16-17). I detta exempel går Ainas emotioner som hon känner inåt inte ihop med de emotioner hon väljer att visa utåt genom sitt fysiska uttryck, i detta fall genom tal.

För Aina blev skolan en fristad från de negativa emotioner som var kopplade till hennes hemsituation. Trots de positiva emotionerna till skolan håller hon med klasskompisarna för att inte framstå som annorlunda. Dam & Hall (2016, ss.453-454) menar att det är vanligt att barn undanhåller sin hemsituation för att inte utsättas för mobbning eller stigmatisering i skolan.

Jiji & Rakesh (2012, ss.72-78) menar att ett barn som växer upp med en förälder med ett alkoholberoende själv kan komma att utveckla psykisk ohälsa. Nedan beskriver Liora sina motstridiga emotioner i relation till hennes självskadebeteende som uppkommit på grund av sin förälders alkoholberoende.

Min ångest fördubblades och jag kände mig så ensam. Jag ville inte berätta för någon vuxen vad jag höll på med, delvis för att det var fel och delvis för att jag var rädd att få hjälp att sluta. Jag hade ju äntligen hittat någonting som gjorde mig lugn och jag ville verkligen inte att någon skulle ta det ifrån mig. - Liora

Liora beskriver hur hennes ångest och känsla av ensamhet fördubblades när hon började självskada. Samtidigt ville hon inte få hjälp av någon vuxen med att sluta då hon inte ville sluta med den handling som skapade lugn inom henne. Hennes egen förväntan var rädsla inför att behöva sluta med ett beteende som för stunden hjälpte henne. Samtidigt var hon medveten om att det var fel och förvärrade hennes mående på lång sikt. Med det i åtanke borde hon därför enligt de emotionella skripten känna en vilja att sluta självskada. Lioras motstridiga emotioner påverkar hennes beteende till att inte sluta självskada. På grund av den brutna känsloregeln finns risken att Liora upplever sanktioner från sig själv i form av skam.

Skammen hade i längden kunnat påverka hennes beteende ytterligare till att inte våga söka hjälp oavsett ifall det utvecklas till en ohållbar situation.

6.2 Skam

En emotion som var återkommande i flera av beskrivningarna från blogginläggen var känslan av skam. Eftersom emotionen visade sig vara så väsentlig i skribenternas beskrivningar kommer avsnittet nedan utgå från och diskutera emotionen skam och dess påverkan på barnens beteenden. De delar som tas upp nedan är skam med yttre påverkan, skam inom individen samt skamfyllda hemligheter.

6.2.1 Skam med yttre påverkan

Att skämmas inför andra var något som beskrevs i många av blogginläggen. Detta belyser den skam som Delås (2015, s.299) anser vara vanlig hos barn till personer med ett alkoholberoende, nämligen den skam som uppstår när en förälder bryter mot samhällets kulturella normer för hur en förälder bör vara. Adems beskrivning är ett exempel på detta.

Och att han skämde ut mig, stod och ropade efter mig på torget som exempel om han var full och glad. Vi bor på en liten ö- jag ville inte att alla skulle se honom- Adem

Adem skäms över sin pappa och vill inte att alla på den lilla ön ska se honom påverkad. Både att hans pappa är märkbart berusad på ett torg, samt att han står och ropar efter sin son är exempel på kulturella samhällsnormer för hur en förälder bör vara som bryts. Delås (2015, ss.299-302) menar vidare att en skam som bryter mot samhällets kulturella normer inte endast påverkar den som bryter mot normen utan även den som är associerad med personen. Detta i likhet med Goffmans (2011, ss.36-40) teori om hederstigma där en person med nära sociala band till en stigmatiserad individ kan bli påverkad av och uppleva skam själv. I Adems fall blir detta tydligt då det är hans pappas beteenden som bryter mot samhällets normer och inte hans egna. Trots detta upplever och påverkas Adem av skammen. I Delås (2015, ss.299-302) studie framkom det att en förälder som är märkbart påverkad i sociala sammanhang var en av de största faktorerna till de undersökta barnens skam.

Nedan beskriver Cassandra en annan form av skam. Nämligen den skam hon känner över hur hennes jullov varit och hur hennes livssituation ser ut.

När jag sedan började skolan igen efter lovet och klassen skulle prata om hur ens jul varit sa jag bara "den var bra!", för skammen tog upp all plats som fanns i min kropp och knopp. En skam som inte ens var min att bära. - Cassandra

Cassandra väljer att inte berätta sanningen i skolan på grund av att hon skäms över sin situation. Cassandra understryker i citatet själv det som Goffman (2011, ss.299-302) menar med hederstigma, nämligen att hon bär på en skam som inte är hennes egna men som påverkar henne på grund av de sociala band hon har till sin förälder. Här blir återigen ett exempel på hur barn till alkoholberoende föräldrar känner skam trots att det är deras föräldrar och inte de själva som brutit mot de sociala normerna.

Cassandra vill inte berätta hur hon haft det under lovet, kanske för att undvika att framstå som annorlunda. En känsla av att vara annorlunda menar Delås (2015, ss.299) kan få konsekvenser för barnet även på lång sikt då känslan av att vara annorlunda kan internaliseras hos barnet och till slut bli en del av barnets identitet.

Enligt Wangensteen, Jansen & Halså (2019, s.6) kan skam och tabuer bli en stor börda för ett barn. Cassandra beskriver vidare hennes strategier som barn för att minska känslan av skam.

Jag minns hur jag gick ut och snattade julklappar till mig själv så att det inte skulle se så sorgligt ut under granen när mina kompisar kom över och lekte. - Cassandra

Scheff (1990, s.71) menar att undvikandet av skam bidrar till struktur och konformitet i samhället. Cassandras strategier för att undvika skam är troligtvis inte det som Scheff (1990) syftade till när han menade att undvikandet skulle ge samhället struktur. Att genomföra illegala handlingar i syfte att undvika skam inför sina kompisar kan däremot vara ett verktyg för att värna om och bibehålla sina sociala band. Scheff & Starrin (2013, s.190-191) menar att det finns en form av konstruktiv skam som värnar om individens sociala band. Den

konstruktiva skammen fungerar som en moralisk kompass, vilken fungerar som ett verktyg för att tydliggöra hur individen bör handla för att undvika skam så mycket som möjligt. Cassandras illegala handlingar kan därmed förklaras genom den konstruktiva skammen.

Cassandras snatteri blir även ett verktyg för att inte uppfattas som annorlunda, att inte vara det enda barnet bland kompisarna utan julklappar under granen. I Delås (2015, ss.299-302) studie visade resultaten att barn skäms när deras föräldrar uppfattas som annorlunda på ett negativt sätt, exempelvis genom att inte delta i aktiviteter som andra föräldrar gör. Cassandra skäms inför sina vänner över att hennes föräldrar inte köpt julklappar till henne och därigenom inte deltagit i julfirandet som andra föräldrar gör. Enligt Jiji & Rakesh (2012, ss.75-79) utgör firandet av högtider en viktig komponent för att barnet inte senare i livet själva ska utveckla ett beroende. Detta blir ytterligare ett exempel på hur skammen hos dessa barn kan leda till en känsla av att vara annorlunda, som i värsta fall enligt Delås (2015, s.299-302) kan internaliseras in i barnets identitet.

6.2.2 Skam inom individen

Trots att skam enligt Scheff (1990, ss.81-85) uppstår i en social interaktion där individen ser sig själv genom andras ögon, fanns det även exempel från empirin på situationer där skam beskrevs som något inom individen bortsett från ett specifikt socialt sammanhang. Det går däremot att anta att dessa känslor från början uppkommit i mellanmänskliga möten där barnet sett sig själv genom andras ögon. Barnen som medverkade i Delås (2015, s.300) studie upplevde att de alltid hade skammen över sin förälder med sig. Moltas synliggör i citatet nedan en inneboende skam, inte bara för sin förälder utan även för sig själv och hela sin familjesituation.

När jag var yngre i tonåren, så skämdes jag otroligt mycket, framförallt för mig själv och för min familjesituation.- Moltas

Det Moltas beskriver kan vara ett uttryck för den destruktiva skam som Scheff & Starrin (2013, s.191) menar kan uppkomma ifall en individ fastnar i negativa spiraler av skam. Ifall Moltas senare börjar skämmas över sin egen skam kan konsekvensen bli att han fastnar i en

ond spiral. Den onda spiralen av skam kan leda till psykisk ohälsa eller aggressivitet (Scheff & Starrin 2013, s.191).

Vilhelm beskriver en annan form av skam. Även denna skam sker inom honom. Han beskriver en stor ambivalens i sina känslor gentemot sin förälder, och skammen han känner inför denna ambivalens.

*Ibland kan jag till och med skämmas över mina känslor över dig. Jag har hatat och älskat.
Varit besviken och stolt. -Vilhelm*

Scheff & Starrin (2012, ss.118-119) menar att skam är en emotion som ofta trängs bort då det moderna idealet är att vara en rationell och självbehärskad människa. Även andra emotioner som kärlek, ilska, rädsla eller sorg kan bli undantryckta för att en person skäms över dessa känslor. Vilhelm skäms över sina många olika känslor han känner gentemot sin förälder. Detta då hans känslomässiga ambivalens samt känslouttryck går emot det moderna idealet om att inte vara en känslostyrd person. Här synliggörs återigen Hochschilds (2012) teorier om emotionsarbete och känsloregler. Vilhelm skäms över att han känner så motstridiga känslor mot sin förälder, då de emotioner han egentligen bör känna enligt samhällets känsloregler är ren kärlek och stolthet över sin förälder.

6.2.3 Skamfyllda hemligheter

Närvaron av familjehemligheter framkom tydligt i en del av blogginläggen, vilket överensstämmer med den tidigare forskningen om barn med alkoholberoende föräldrar. Silva, Nico & Caetano (2023, ss.14-15) menar att familjehemligheter som rör beroende inom familjen ofta är förknippade med emotioner som rädsla och skam. Cecilia nedan beskriver sina emotioner kring familjens hemlighet.

Det kändes som att min familj var annorlunda och jag berättade inte för någon om hur jag hade det hemma. Jag var rädd för va som skulle hända då och trodde att det var bättre om vi i familjen höll vår hemlighet för oss själva. - Cecilia

Cecilia uttrycker att hon ville hålla sin förälders beroende inom familjen då det fanns en rädsla för vad som skulle hända ifall hemligheten avslöjades. Munday, Watts & Clark (2024 ss.84-86) framhåller att risken för att en familjehemlighet ska avslöjas alltid finns överhängande hos respektive familjemedlem vilket bidrar till en sårbarhet hos familjen. Hemligheten blir då, likt Cecilias fall, ett förpliktande hos den enskilda familjemedlemmen. Detta synliggörs i Cecilias övertygelse om att det bästa är att hålla familjens situation från utomstående. Silva, Nico & Caetano (2023, ss.1-2) menar att familjehemligheter kan upprätthålla en sammanhållning inom en familj men även skydda familjen från hot utifrån. Vidare menar Helimäki, Laitila & Kumpulainen (2021, ss.96-98) att familjehemligheter kan leda till stressrelaterade fysiska besvär samt känslor som spänning och ensamhet för den enskilda familjemedlemmen. Cecilias familjehemlighet kan med det sagt leda till svåra konsekvenser för henne trots hennes övertygelse om att det är ett bra beslut att undanhålla sin familjesituation från utomstående.

Cecilia beskriver hur det kändes som att hennes familj var annorlunda. Jiji & Rakesh (2012, ss.72-78) menar att en konsekvens av att vara medberoende är att en känsla av att vara annorlunda kan uppstå. Dam & Hall (2016, 453-454) har studerat barn till föräldrar med psykisk ohälsa. De menar att familjehemligheter ofta bevarades då familjen skämdes över att inte uppfattas som en normal familj. Vidare menar även Delås (2015, ss.299-302) att många barn med alkoholberoende föräldrar skäms över sina föräldrar då de uppfattas som annorlunda. Det ett barn skäms över undviker barnet ofta att prata om. Detta stämmer överens med Cecilias beskrivningar av att hon inte ville berätta för någon då hon var rädd att hennes familj skulle uppfattas som annorlunda. Exemplet tydliggör att det finns en korrelation mellan familjehemligheter och skam vilket även Helimäki, Laitila & Kumpulainen (2021, ss.96-98) har påvisat i den tidigare forskningen.

Aina beskriver en form av ambivalens, där hennes hemlighållande blev en utmaning i hennes vardag i skolan.

Samtidigt väcktes en ambivalens; vem ska nu hålla koll på mamma? Vem ska nu räkna antalet glas vin som halsas innan klockan hunnit bli 12? Det var en ständig kamp inom mig.

Jag sprang fram och tillbaka på rasterna och behövde komma på lögner och ursäkter till mina vänner varför jag aldrig hann äta lunch med dem. - Aina

Den ambivalens i känslor som beskrivs ovan är Ainas glädje över att få vara i skolan och pausa från livet där hemma med hennes mamma. Samtidigt kommer närvaron i skolan med en oro för hennes mamma. Här uppstår en känsloregel där Aina har en förväntan på att känna oro över sin mamma eftersom hon inte kan ha kontroll över henne när hon är i skolan. Detta går emot känslan hon bör känna, nämligen att det är kul att vara i skolan och att kunna vara där utan att behöva tänka och oroa sig för sina föräldrar.

Ainas beskriver hennes strategi för att kontrollera sin mammas drickande, nämligen springa hem på rasterna. Här uppstår ett hemlighållande då hon tvingas ljuga för sina vänner om varför de inte kan äta lunch tillsammans. Helimäki, Laitila & Kumpulainen (2021, s.98) menar att den psykiska bördan blir större hos barn som tvingas hålla familjehemligheter än för vuxna, detta då barn inte har samma förmåga till självreglering. Ainas lögner inför sina vänner kan därför medföra en stor psykisk påfrestning för henne och kan dessutom skada hennes sociala relationer med sina vänner.

Enligt Dam & Hall (2016, ss.453-454) är det vanligt att barn undanhåller sin familjesituation för att undvika att utsättas för mobbning och stigmatisering. Detta kan vara ytterligare en anledning till att Aina väljer att inte berätta för sina vänner om varför hon inte kan äta lunch med dem. En annan möjlig anledning till hennes hemlighållande hade kunnat vara att skydda sina vänner från det stigma hon själv upplever. Goffman (2011, ss.36-40) menar att även en tredje person kan påverkas av hedersstigma och skammen som den medför. Hedersstigmat hade kunnat påverka även Ainas vänner ifall de visste hur hennes familjesituation såg ut men ändå fortsatte att umgås och vara vän med Aina. Hennes lögner och hemlighållande blir återigen ett exempel på hur dessa barn värnar om sina sociala band genom att minimera risken för att de ska ta skada av emotionen skam.

7. Slutdiskussion

I analysen har det diskuterats hur ungdomar och vuxna som växt upp med en alkoholberoende förälder beskrivit sina emotioner samt dess påverkan på deras beteenden i barndomen. Resultaten av analysen visar på att de emotioner som beskrevs mestadels var negativt laddade, som till exempel emotionerna rädsla, oro eller ilska. I analysen tydliggjordes det likt Wettergrens (2013, s.11) teori, att barnens emotioner blev ett drivmedel för deras mänskliga handlande, som till exempel att sluta bjuda hem kompisar eller ta för mycket ansvar för syskon.

Ett fenomen som återkom i flera av beskrivningarna var motstridiga emotioner. Exempel på detta var den kärlek till sin förälder som belystes i flera beskrivningar, oavsett hur deras förälders beroende påverkat deras livssituation. I skribenternas beskrivningar av motstridiga emotioner blev det tydligt att ett stort emotionsarbete pågick inom barnet i barndomen. Detta emotionsarbete var starkt förknippat med känsloregler. Barnens egna förväntan på sina emotioner gick ofta inte ihop med de emotioner de borde känt enligt samhällets rådande känsloregler.

Eftersom denna studie inte ämnat att göra någon form av jämförelse går det inte att veta ifall motstridiga emotioner är speciellt för barn som lever med en förälder med ett beroende. I Ainas fall, där hon höll med klasskompisarna om att det var tråkigt att vara tillbaka i skolan trots att hon egentligen kände sig glad över att lovet var över, synliggjordes det däremot hur dessa barns familjesituation kan påverka deras emotioner. Detta till skillnad från de andra barnen som upplevde det som tråkigt att sommarlovet var slut. Wettergren (2013, ss.16-17) belyser dock att de emotioner en individ ger uttryck för inte alltid är den emotionen personen känner inom sig. Detta har diskuterats i analysen utifrån Ainas situation. Däremot vet vi inget om hennes kompisars hemsituation. Möjligheten finns att kompisarna likt Aina döljer de känslor de känner inåt för att utåt visa upp den emotion de tror att de andra uppfattar som normalt, allt för att inte behöva uppfattas som annorlunda.

Det blev tydligt i analysen att det fanns ett samband mellan känsloreglerna som barnen upplevde och känslan av skam. När barnen bröt mot känsloregler infann sig en sanktion av

skamkänslor. Emotionen skam visade sig vara central i flera av blogginläggen. Skammen var främst närvarande i sociala interaktioner med andra vilket går i likhet med Scheffs (1990) idéer om att skam uppstår för att skydda sociala band. Emotionen infann sig oftast när barnet uppfattade sin förälder som annorlunda genom att föräldern bröt mot samhällets kulturella normer för hur en förälder bör bete sig. Till exempel Adem som skäms över sin pappa som står berusad på ett torg och skriker efter honom.

Emotionen skam fick en påverkan på barnens beteenden vilket framkom utifrån empirin. Till exempel blev upprätthållandet av familjehemligheter ett sätt för att minska risken för att uppleva skam inför familjens situation. Cassandra är ett annat tydligt exempel på hur barns beteenden kan komma att förändras för att undvika skam. Cassandra snattar julklappar att lägga under sin egen gran för att inte behöva skämmas inför sina kompisar och uppfattas som annorlunda. Anledningen till Cassandras illegala handling är att värna om sina sociala band till sina vänner. Detta synliggör hur emotionen skam samt undvikandet av emotionen kan medföra ytterligare konsekvenser för ett barn. Anledningen till varför hennes föräldrar inte köpt några julklappar framkommer inte i hennes beskrivning. Möjliga anledningar hade kunnat vara att föräldrarna är oförmögna på grund av sitt beroende. En annan möjlig förklaring hade också kunnat vara att det rörde sig om en ekonomisk fråga. Här synliggörs hur emotionen skam hos ett barn även kan vara kopplad till annan problematik inom en familj som påverkar barnets emotioner och beteenden. Detta kan till exempel vara en klassfråga.

Resultaten av studien visade även att skammen kunde vara närvarande inom individen oavsett ett specifikt socialt sammanhang. Detta går i likhet med Delås (2015) idéer om att skam och känslan av att vara annorlunda är något barnet ständigt har med sig och som även kan internaliseras in i barnets identitet. Goffmans (2011) teori om hedersstigma synliggjordes även i empirin där skribenterna beskrev det som att de var tvungna att bära en skam som från början inte var deras att bära.

Denna studie har tydliggjort ungdomars och vuxnas beskrivningar av sina emotioner från barndomen och hur detta har påverkat deras beteenden i barndomen. Studien har på så sätt bidragit med en djupare förståelse för vilka emotioner som upplevs i dessa barns situation

samt vilket emotionsarbete som sker inom dessa barn. Denna studie har utgått från redan publicerade blogginlägg och har därför haft ett begränsat material. I fortsatt forskning hade en liknande studie med ett annat metodval varit intressant att ta del av, detta för en ännu djupare förståelse samt mer inriktad empiri. Jag tror till exempel att metodvalet semistrukturerade intervjuer hade kunnat berika en sådan form av studie. Vidare hade det även varit intressant med en studie som undersökte huruvida motstridiga emotioner samt skam följer med barnet upp i vuxen ålder.

8. Referenser

Bacon, I., McKay, E., Reynolds, F. & McIntyre, A. (2020). The lived experiences of codependency: an interpretative phenomenological analysis. *International Journal of Mental Health and Addiction*. 18(3): s. 754-771. doi: 10.1007/s11469-018-9983-8

Bergström, G & Boréus, K (2021). Samhällsvetenskaplig text- och diskursanalys. I: Boréus, K & Bergström, G (2021). *Textens mening och makt: metodbok i samhällsvetenskaplig text- och diskursanalys*. Fjärde upplagan Lund: Studentlitteratur.

Boréus, K & Kohl, S (2021). Innehållsanalys. I: Boréus, K & Bergström, G (2021). *Textens mening och makt: metodbok i samhällsvetenskaplig text- och diskursanalys*. Fjärde upplagan Lund: Studentlitteratur.

Boréus, K & Seiler Brylla, C (2021). Kritisk diskursanalys. I: Boréus, K & Bergström, G (2021). *Textens mening och makt: metodbok i samhällsvetenskaplig text- och diskursanalys*. Fjärde upplagan Lund: Studentlitteratur.

Bryman, A (2021). *Samhällsvetenskapliga metoder*. Tredje upplagan Stockholm: Liber.

Cronström, S (2003). *Dansa med träben: maskrosbarn och andra- om överlevnadens konst och pris*. [2.,utök.utg.] Stockholm: Mareld.

Dam, K. & Hall, E. O. C (2016). Navigating in an unpredictable daily life: a metasynthesis on children's experiences living with a parent with severe mental illness. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*. 30(3): s. 442-457. doi: 10.1111/scs.12285

Delås, G. M. (2015). Barn i familier med alkoholproblemer og skam- Barn i familier med alkoholproblemer er ofte bærere av skam. Hva kan være årsakene til skamfølelsen, hvordan oppleves den, og hvordan påvirker den deres hverdag? *Tidsskrift for psykisk helsearbeid*. 12(4): s. 298-306. doi: 10.18261/ISSN1504-3010-2015-04-04

Eldén, S (2020). *Forskningsetik: vägval i samhällsvetenskapliga studier*. Upplaga 1 Lund: Studentlitteratur.

Folkhälsomyndigheten (2016). *Barn i familjer med missbruk, psykisk ohälsa eller våld. Resultat och erfarenheter från ett utvecklingsarbete*.

<https://www.folkhalsomyndigheten.se/contentassets/53abc1662c974bf498c5c16715ce4010/barn-familjer-missbruk-psykisk-ohalsa-vald-16042-webb.pdf> [Hämtad 2024-03-27]

Goffman, E (2011). *Stigma: den avvikandes roll och identitet*. 3 uppl. Stockholm: Norstedt.

Helimäki, M., Laitila, A. & Kumpulainen, K. (2021). 'Can I tell?' Children's participation and positioning in a secretive atmosphere in family therapy. *Journal of Family Therapy*. 43(1): s. 96-123. doi: 10.1111/1467-6427.12296

Hochschild, A. R. (2012). *The managed heart: commercialization of human feeling ; updated with a new preface*. Berkeley, Calif.: University of California Press

Hochschild, A.R. (1979) Emotion Work, Feeling Rules, and Social Structure. *American Journal of Sociology*. 85(3): s. 551-575.

<https://www.journals.uchicago.edu/doi/pdfplus/10.1086/227049> [Hämtad 2024- 04- 25].

Jiji, T.S. & Rakesh, T.P. (2012). Are the children of alcoholics different? an overview. *Rajagiri Journal of Social Development*. 4(2): s. 67-84.

<https://eds.p.ebscohost.com/eds/pdfviewer/pdfviewer?vid=4&sid=7dda29f3-1522-4760-8a89-aabfb3c4b53a%40redis> [Hämtad 2024-04-17].

Kornaszewska-Polak, M (2019). Mothers' co-dependence and their daughters' patterns of attachment and romantic relationships as adult children of alcoholics: an explorative study. *Alcoholism and Drug Addiction*. 32(3): s. 153-174. doi: 10.5114/ain.2019.90999

Lönnroth, A (1990). *Maskrosbarn: barnen som klarade sig mot alla odds*. Stockholm: Glacio.

Maskrosbarn (u.å.). *Att vara maskrosbarn*. <https://maskrosbarn.org/att-vara-maskrosbarn/> [Hämtad 2024-05-07]

Maskrosbarn (u.å.). *Berättelser*. <https://maskrosbarn.org/kategori/berattelser/> [Hämtad 2024-04-08].

Maskrosbarn (u.å.). *Om oss*. <https://maskrosbarn.org/om-oss/> [Hämtad 2024-04-26].

Munday, J., Watts, A. & Clark, E. (2024). Stigma, shame and family secrets as consequences of mental illness in previous generations: A micro-history approach. *Health (United Kingdom)*. 28(1): s. 74-89. doi: 10.1177/13634593221114751.

Rennstam, J & Wästerfors, D (2015). *Från stoff till studie: om analysarbete i kvalitativ forskning*. 1. uppl. Lund: Studentlitteratur.

Robertson, A (2021). Narrativanalys. I: Boréus, K & Bergström, G (2021). *Textens mening och makt: metodbok i samhällsvetenskaplig text- och diskursanalys*. Fjärde upplagan Lund: Studentlitteratur.

Scheff, T. J. (1990). *Microsociology: discourse, emotion, and social structure*. Chicago: Univ. of Chicago Press

Scheff, T. J. & Starrin, B (2013). Ett emotionssociologiskt perspektiv på sociala problem: skam och utsatthet. I: Meeuwisse, Anna & Swärd, Hans (red.) (2013). *Perspektiv på sociala problem*. 2., omarb. utg. Stockholm: Natur & kultur

Silva, M., Nico, M. & Caetano, A. (2023). Can you keep a secret? Family histories, secrets and ethics. *FAMILIES RELATIONSHIPS AND SOCIETIES*. doi: 10.1332/20467435Y2023D000000006

Smart, C. (2011). Families, Secrets and Memories. *Sociology*. 45(4): s. 539-553. <https://www.jstor.org/stable/42857553> [Hämtad 2024-04-16].

Socialstyrelsen (2009). *Barn och unga i familjer med missbruk. Vägledning för socialtjänsten och andra aktörer*. <https://www.socialstyrelsen.se/globalassets/sharepoint-dokument/artikelkatalog/vagledning/2009-12-15.pdf> [Hämtad 2024-03-27].

Veneziani, G., Ciacchella, C., Campedelli, V. & Lai, C (2022). The mediation role of shame proneness in the association between perceived parenting and the severity of addictive behaviors: risk or protective factor? *Current Psychology: A Journal for Diverse Psychological Issues*. 42(30): s. 26217- 26226. doi: 10.1007/s12144-022-03684-w

Wangensteen, T., Jansen, S. D. & Halså, A (2019). Foreldreskap og rus - den tause skammen: Barn som har foreldre i rusbehandling blir i liten grad invitert til barne- og familiesamtaler. *Tidsskrift for psykisk helsearbeid*. 16(1): s. 5-15. doi: 10.18261/issn.1504-3010-2019-01-02

Wettergren, Å (2013). *Emotionssociologi*. 1. uppl. Malmö: Gleerups utbildning

Østergaard, J (2023). Misfitting Feelings: Young Care Leavers' Emotional Work During the Transition to Adulthood. *Child Care in Practice*. 29(3): s. 278-296. doi: 10.1080/13575279.2023.2167809.