

Mälardalens högskola  
Institutionen för Samhälls- och beteendevetenskap  
Socialpsykologi C, Hösttermin 2006

Caroline Andersson  
810706

## **Betydelsen av interaktionen med signifikanta andra i förändringsprocessen**

**En studie om före detta missbrukares upplevelser av interaktionen med betydelsefulla personer  
i vägen ut ur narkotikamissbruket**

Handledare: Tomas Kumlin  
Examinator: Sverre Wide

<b>Innehållsförteckning</b>	<b>sida</b>
<b>1. Inledning</b>	<b>3</b>
1.1 Disposition	4
<b>2. Syfte</b>	<b>5</b>
2.1 frågeställning	5
<b>3. Vad är beroende och missbruk</b>	<b>5</b>
3.1 Teorier om missbruk	6
<b>4. Tidigare forskning</b>	<b>8</b>
4.1 Genomgång av tidigare forskning	8
4.2 Mitt bidrag till forskningen	14
<b>5. Teoretisk referensram</b>	<b>15</b>
5.1 Beckers stämplingsteori/ avvikarkarriärsmodell	15
5.2 Berger & Luckmans kunskapssociologi	17
5.3 Berger & Luckams och Beckers teori applicerat på missbrukares förändringsprocess	20
<b>6 Metod</b>	<b>22</b>
6.1 Fenomenologi	23
6.2 Reflektion över metodens begränsningar	24
6.3 Genomförande	24
<b>7. Resultat</b>	<b>26</b>
7.1 Min förförståelse och erfarenhet	26
7.2 Resultat av intervjuerna	27
7.3 Sammanfattning av resultatet	36
<b>8. Diskussion</b>	<b>37</b>
8.1 Diskussion av resultatet	37
8.2 Självkritisk diskussion	41
8.3 Fortsatt forskning	41
<b>9. Sammanfattning</b>	<b>42</b>
<b>Referenser</b>	<b>43</b>

## 1. Inledning

I vårt samhälle får vi information om droger och dess fördärvande effekter. Av olika anledningar kan människor ha kommit i kontakt med detta område, om inte av egna erfarenheter, så kanske ämnet kommit upp genom yrke, utbildning, vänner, bekanta, genom massmedia eller liknande. Inom olika yrkesutövningar som vidrör ämnet finns olika teorier och föreställningar om narkotikamissbruk.

Narkotika definieras inte bara farmakologiskt utan också juridiskt. Juridiskt sett är narkotika ett samlingsnamn på medel som har bedövande och berusande inverkan på individen, dessutom är narkomaners missbruk både en individuell och en samhällig angelägenhet. På individnivå finns den personliga upplevelsen av medlet. På samhällsnivå stiftas lagar som bestämmer vilka medel som ska räknas till de illegala och vilka behandlingsformer som skall bedrivas.

Samhällets ansvar gentemot den utsatta gruppen, narkotikamissbrukare, märks tydligt bland annat i Socialtjänstlagen<sup>1</sup>. Missbruk kan ses som användningen av droger som bryter mot samhällets uppställda normer, ett bruk som ses som överdrivet och felaktigt, ogynnsamt för hälsan, omoraliskt och till och med som ett brottsligt avvikande beteende som hotar den sociala ordningen.<sup>2</sup>

Politiker har ständigt bedrivit narkotikadebatter i hopp om att finna recept på hur man kan lösa drogproblemet, exempelvis genom lagar, olika projekt och behandlingsplaner. Den svenska narkotikapolitiken, prohibition, för kampen för ett narkotikafritt samhälle, vilket innebär att allt ickemedicinskt bruk av narkotika enligt lag är förbjuden, vilket ger en slags avskräckande inverkan, i tron på att droganvändningen skall avlägsnas.<sup>3</sup> Men frågan är hur stor betydelse denna skrämselfpropaganda egentligen har när statistiken visar på att antalet missbrukare ökar.

Uppskattningsvis fanns det ifrån 47 kommuner i Sverige år 1979 inrapporterat omkring 15000 tunga narkomaner, vilket år 1992 ökade till 19000. År 1998 fanns omkring 26000 tunga narkotikamissbrukare, av dessa var ca 20 % mellan 30-34 år och 12,5 % var mellan 20-24 år. Dessa siffror tyder på att narkotikamissbruk är en företeelse som ökar i vårt samhälle och därför är ett stort problem. Det finns inga siffror på hur många lyckade behandlingar som gjorts men enligt Socialstyrelsen får ca 3000 narkomaner årligen någon form av strukturerad behandling för sitt missbruk.<sup>4</sup>

Egentligen handlar narkotikabeteckningen om så mycket mer än bara medlets fysiska effekter, dess styrka eller dess beroendeframkallande egenskaper. Praktiskt sett finns det väsentliga förklaringarna till hur vi valt att kontrollera och klassificerar medel som narkotika i ett samspel mellan effekter, brukargrupper, användningssätt och hur pass införlivat bruket är i kulturen.<sup>5</sup> Närmare bestämt, för att förstå varför missbruket av narkotika definieras som omoraliska handlingar och som ett offentligt och socialt problem kan vi inte endast se till själva användningen av preparatet eller dess fysiska effekter utan måste även ses utifrån hur det socialt och kulturellt definieras som oacceptabelt, vad som anses förkastligt varierar över tid och såväl som i olika sammanhang. Därtill ses narkotikamissbruk som ett avvikande beteende alltid i jämförelse till det normala beteendet. Det onormala i utkanten förklarar och vidmakthåller det

---

<sup>1</sup> Refererad i Bergstrand, 2004

<sup>2</sup> Andersson, 1999 s. 10

<sup>3</sup> Goldberg, 2005 s. 211

<sup>4</sup> Olsson, 1994 s. 38

<sup>5</sup> Olsson, 1994 s.183

normala i centrum, på så sätt är inte missbruket något som kan stå för sig själv.<sup>6</sup>

Sättet att klassificera narkotika såväl som avvikare är tecken på att människors organisationsmönster är kulturbundet. Kaos och ordning är centrala teman som finns överallt i vardagen och används för att vi ska kunna orientera oss. Det finns således ingen ordning utan kaos och inget kaos utan ordning. Kaos och ordning handlar i grunden om perspektiv. Alla föreställningsvärldar, hur oordnade de än verkar för utomstående, har sin egen betydelse och ordning. Det naturliga i den egna kulturen kan bekräftas genom att man etiketterar andras kulturers ordning i termer av oreda. Det egna sättet att leva och tänka representerar normaliteten de andras sätt blir anomalier, det vill säga fenomen som faller utanför ramarna och som inte får plats inom de etablerade kategorierna kallas skräp och kan appliceras på alla möjliga företeelser i vårt samhälle inte minst på den marginaliserade gruppen narkotikamissbrukare.<sup>7</sup>

Före detta missbrukare kan ses som en grupp som först tagit avstånd från den etablerade kulturen, ordningen och som utifrån betraktats som anomalier. De intar en position i kaoset och skapar där sin egen ordning i sin subkultur, för att sedan återigen, när de slutat missbruka kämpa för att återinrättas i den etablerade kulturen/ordningen. Var dessa människor befinner sig i förändringsprocessen, dvs i kampen för platsen i den normala kulturen, kan vara svårt att precisera, är de normala eller onormala, eller kanske mitt i mellan dessa ytterligheter? Förändringsprocessen, dvs i vägen tillbaka till ett " normalt " liv kan ses som ett mellanrum, en övergångsrit mellan det onormala/subkulturen och det normala/kulturen. En omkopplingsstation mellan före och efter, eller som avskiljandet från det tidigare för att sedan få en ny status i livet.<sup>8</sup> Före detta narkomaner är en grupp som på ett entydigt sätt inte kan sättas in i ett fack, utan betraktas och kan kanske också känna sig som både och, eller varken eller. Frågan är hur det upplevs att återinrättas i samhället?

Enligt Anthony Giddens är sökandet efter självidentiteten ett genomgående tema, där individer ständig strävar efter självförverkligande.<sup>9</sup> Självet kan enbart förstås genom interaktion med andra och i dess kulturella miljö, på så sätt är socialisationen grundläggande för både individens frihet och identitetsutveckling. Interaktionen med andra bidrar till individens självuppfattning och " personlighet ". Individens lär sig känna ett " icke mig " före denne lär känna sig själv, de signifikanta andra är på så sätt en viktig komponent för individens uppfattning av sig själv. Människan växer således i interaktionen med andra, upplevelserna av sig själv sker genom omgivningens reaktioner och synpunkter.<sup>10</sup>

I och med att signifikanta andra är en nödvändighet för personlig utveckling, uppstår det funderingar kring hur de sociala banden, interaktionen med andra, upplevs av en före detta narkotikamissbrukare som är i en förändringsprocess. Studien intresserar sig för före detta missbrukares upplevelser av interaktionen med signifikanta andra, personer med betydande roll för individens väg ut ur missbruket.

## 1.1 Disposition

Uppsatsen inleds med att i kapitel 2 redogöra för studiens syfte och de frågeställningar som ska besvaras. Därefter i kapitel 3 ges en relativ formell beskrivning om vad substansberoende är och sist tas olika teorier upp som förklarar missbruk, för att ge läsaren en bred bild om ämnet. Kapitel 4 går igenom tidigare forskning på fältet missbruk, då främst sociala stödets betydelse för förändringsprocessen men kapitlet tar även upp andra studier som gjorts kring missbruk. Sista delen i kapitlet avslutas med vad denna uppsats kan bidra med till den tidigare forskningen inom ämnet missbruk.

---

<sup>6</sup> Olsson, 1994 s. 198

<sup>7</sup> Ehn, & Lövgren, 2001 "Klassifikationernas makt"

<sup>8</sup> Ehn, & Lövgren, 2001 "Klassifikationernas makt"

<sup>9</sup> Giddens, 1991 s. 94

<sup>10</sup> Giddens 1991 s. 55

Kapitlet därefter kommer att presentera den teoretiska referensramen, som innefattas av H.S. Beckers stämplingsteori om hur en missbrukare intar en avvikarkarriär och P. L. Berger och T. Luckmans kunskapsociologi om hur individen uppfattar och formar sin verklighet i samspel med andra. Kapitlets sista del försöker integrera dessa två perspektiv för att appliceras på den grupp som denna uppsats är avsedd att studera, dvs missbrukare i förändringsprocessen. I kapitel 6 tas den fenomenologiska metoden upp som använts i uppsatsen. Det metodologiska kapitlet tar även upp reflektioner och begränsningar med den fenomenologiska metoden och mitt tillvägagångssätt. Nästa kapitel redovisar min förförståelse och mina egna erfarenheter av fenomenet, missbruk. Sedan kommer de resultat av den empiriska analysen där studiens frågeställningar besvaras, genom att tala om vilka de signifikanta andra är och genom att beskriva före detta missbrukares tre essenser av upplevelser. Kapitel 8 består av en diskussion där resultatet sätts i relation till min förförståelse, tidigare forskning och även i relation till den teoretiska referensramen som studien bygger på. I kapitlet diskuteras vilken betydelse de olika signifikanta har i de olika stegen i förändringsprocessen och familjens överskattade stöd. Diskussionen tar även upp självkritik och förslag till eventuell fortsatt forskning på området missbruk. Avslutningsvis finns en sammanfattning av hela uppsatsens delar, med dess nyckelord. På de sista papperna finns uppsatsens referenslista.

## **2. Syfte**

Det har gjorts relativt lite forskning om före detta missbrukares egna livshistorier, beskrivningar och upplevelser av vägen ut ur missbruket, förändringsprocessen. Därför kommer denna uppsats att utgå ifrån ett inifrånperspektiv, fokusera på subjektets beskrivningar av betydelsefulla personer som är viktiga i förändringsprocessen. Studiens syfte är att detaljerat beskriva före detta narkotikamissbrukares upplevelser av interaktionen mellan dem själva och signifikanta andra, dvs betydelsefulla personer i förändringsprocessen, från missbruk till ett vanligt liv.

### **2.1 Frågeställning**

\* Vilka är de signifikanta andra och hur upplevs interaktionen med de signifikanta andra i förändringsprocessen av före detta narkotikamissbrukare?

## **3. Vad är substansberoende?**

I Sverige preciseras narkotika alltefter substansernas legala status. Narkotikamissbruk används ofta i vardagens språkbruk liktydigt med narkomani, drogmisbruk. Allt icke-medicinskt användning av narkotika, de medel som enligt svensk lag som finns antagna i Läkemiddelsverkets föreskrifter om specifikationer över narkotika, betecknas som narkotikamissbruk. Beteckningen förevisar inget om missbrukarmönstret eller svårighetsgrad, vilket medför att såväl tillfällig haschrökning som kontinuerliga heroininjektioner klassas som narkotikamissbruk.<sup>11</sup>

En mer specificerad definition på missbruk och beroende finns i Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, DSM -IV (1994). Klassifikationen på substansberoende ses som ett svårpassat nyttjande av substanser som gör att personen i fråga får ett lidande eller en betydande funktionsnedsättning. I kriterier ingår tolerans, vilket innebär behov av ökad av substans för att uppnå ruseffekt och abstinens, vilket innebär symptom som exempelvis krampanfall oro, ångest, svettningar, sömnlöshet, skakningar, m,m. Det innefattar även alter-

---

<sup>11</sup> Olsson, 1994 s. 9

nativa doseringar av annan eller samma substans för att minska abstinenssymtom. DSM-IV kriterier innefattar också användningen av substansen under lång tid och i större mängd än vad individen från början avsåg, överdriven konsumtion. DSM -IV klassificering av beroende innefattar att försöken att sluta med substansen har misslyckats, mycket ansträngning och tid läggs på att inskaffa på substansen, användningen av den och återhämtning från dess påföljder och att individen fortsätter med substansen trots att denne vet om dess skadliga effekter. Kriterierna i DSM-VI innebär också att individen avbryter eller minskar sociala eller arbetsrelaterade relationer.<sup>12</sup>

Ordet narkotika kommer från grekiska "narke" som betyder sömn och "narkoun" som betyder göra inaktiv, avtrubbad eller okänslig. Alkohol, kaffe och tobak räknas inte till narkotiskt verkande medel, dvs inte klassats som narkotika men är ändå beroendeframkallande medel. Opium, morfin och heroin är betecknade som narkotiska preparat. Senare kom också sömnmedel och lugnande medel som barbiturater och bensodiazepiner att klassas som narkotika, Kokain, amfetamin och andra centralstimulerande medel som egentligen ger motsatt effekt, dvs är uppiggande men ändå definieras som narkotika. En annan grupp av medel som klassificeras som narkotika är de så kallade hallucinogena droger som LSD och cannabis som heller inte i ordets rätta bemärkelse är ett direkt narkotiskt medel.<sup>13</sup>

### 3.1 Teorier om missbruk

Det finns olika synsätt om hur narkotikamissbruk uppkommer och huruvida det går till att komma ur ett sådant. Dessa olika uppfattningar är av stor vikt i förståelsen av hur man uppfattar fenomenet missbruk. De teorier som fått störst genomslagskraft inom svensk missbruksforskning kan i stora drag delas in i två huvudkategorier, de psykologisk/medicinska traditionerna, som fokuserar på individen och praktiska åtgärder och de sociolog/socialpsykologiska traditionerna, som söker förklaringar i samhällets struktur, institutioner, förmedlingen av normer och i sociala interaktioner.<sup>14</sup> Det sistnämnda i de sociolog/socialpsykologiska traditionerna, det vill säga förmedlingen av normer och sociala interaktioner är den förståelsehorisont som denna uppsats kommer att utgå ifrån. Det finns även en tredje utgångspunkt som båda traditionerna kan gå under, teorier som utgår ifrån missbrukarens psykiska och sociala särart.

#### *Psykologisk/medicinska traditionerna*

Den gängse medicinska förklaringsmodellen menar att missbruk och beroende är en störning eller sjukdomstillstånd. Denna sjukdomsmodell anser att vissa människor har en genetisk sårbarhet för missbruk, vilket innebär anlag för missbruk, dvs att individen har böjelse för att drabbas av drogproblem. Organisationen Anonyma Narkomaner utgår ifrån sjukdomshypotesen, att missbruket ses som ett sjukdomsförlopp som inte går att bota utan att man istället ska komma till insikt med sin sjukdom. I förklaringsmodellen, narkomani som en sjukdom, klandras inte individen för sitt missbruk utan är värd hjälp ifrån samhället. Genom detta perspektiv behöver inte individen ta ansvar för sitt beteende och sina handlingar<sup>15</sup>. Störningen/sjukdomstillståndet kan förutom genetisk sårbarhet ha bakgrundsfaktorer som, vissa personlighetsdrag, och ogynnsam livsstil, livsstilar som exempelvis medför övervikt och högt blodtryck. Faktorer som anses samverka är arv, miljö och personlighet, hur mycket tyngd man lägger på respektive variabel varierar men ingen av dem kan på ett fullständigt sätt förklara att sjukdomen uppstår.<sup>16</sup>

---

<sup>12</sup> American Psychiatric Association, 1994

<sup>13</sup> Olsson, 1994 s. 183

<sup>14</sup> Andersson, 1999 s. 15

<sup>15</sup> Johansson, 2005 s. 21

<sup>16</sup> Johansson & Wirbing, 1999 s. 59

Beroendeteorin, inom det medicinska perspektivet, utgår ifrån drogernas biokemiska effekter, där drogmissbruket definieras som ett "tvingande behov" i och med det fysiska beroendet. Beroendebegreppet har också diskuterats utifrån från behaviorismen, där användningen av droger blir en förvärvad drift efter långvarig exponering.<sup>17</sup>

### *Teorier om missbrukarens psykiska och sociala särart*

Såväl inom psykologisk/medicinska som inom de sociologiska traditionerna finns förställningar om den individuella mottagligheten för missbruk som gör att individer blir behagade av droger och utvecklar ett drogmissbruk, men de två traditionerna skiljer sig åt genom att antingen fokusera på det fysiska, mentala eller sociala. Teorier om missbrukarens psykiska och sociala särart åskådliggörs genom att individer med dessa särdrag lättare än andra börjar missbruka.<sup>18</sup>

Symptomteorier menar att missbruk är ett symptom på underliggande sociala eller psykologiska problem. Inom symptomteorierna finns på individnivå hänvisningar till psykodynamiska satser som förklaringar till missbruket utifrån den tidigare barndomens betydelse för personlighetsutveckling. Genom att i barndomen förskaffa låg självkänsla och ett passivt och negativt förhållningssätt till livet finns risker att hamna i missbruk. Störningar i barnets psykosociala utveckling kan senare i livet få utlopp genom missbruk. I dessa personlighetspsykologiska benämningar ses missbruket som en följd av psykisk störning, och på så sätt blir missbruket sekundärt i jämförelse med de verkliga orsakerna som ligger bakom missbruket.<sup>19</sup>

Inom symptomteorin finns också på gruppnivå, interpersonell nivå, uppfattningar om att missbruk är direkt eller indirekt konsekvenser av sociala missförhållanden, fokus inom detta perspektiv läggs på dynamiken i missbrukarens säregna uppväxtvillkor så som familjens struktur, uppfostran fattigdom, social isolering, arbetslöshet kriminalitet, bristfällig utbildning m.m. Teorin menar att barnen påverkas av social misär och missbruk, vilket präglar hela socialisationsprocessen.<sup>20</sup>

### *Sociologisk/socialpsykologiska traditioner*

Sociologisk/socialpsykologiska teorier förstår missbruket genom det materiella, sociala, historiska och kulturella sammanhanget och menar att de psykologisk/medicinska perspektivens individförklaringar är otillräckliga. De sociologisk/socialpsykologiska teorierna ser narkotikamissbruk utifrån bristande social kontroll eller genom att tänka sig att individer eller grupper genom att inte handla och tänka som den etablerade konventionella kulturen stegvis skapat sig en egen avvikande norm, som kan benämnas som social avvikelse eller subkultur. På så sätt kan narkotikamissbruket ses som en kulturell avvikelse, där individen får en narkomanidentitet. Begreppet subkultur har många gånger använts i de sociologisk/socialpsykologiska traditionerna för att definiera fenomen missbruk som ett socialt problem. I olika behandlingsverksamheter fokuseras därför på normernas och reglernas betydelse och man menar att missbrukare bör skapa ett nytt socialisationssystem där korrigerande av normerna sker, för att kunna anpassa sig till de konventionella normer som finns i samhället.<sup>21</sup> Individen är i sig själv i förhållande till samhället inte ansvarig, utan samhället den överordnade instansen måste ta till social kontroll På så sätt betonas det kollektiva, gruppen, för att skapa integration.<sup>22</sup>

---

<sup>17</sup> Andersson, 1999 s.16-17

<sup>18</sup> Andersson, 1999 s. 17

<sup>19</sup> Johansson, 2005 s. 130-131

<sup>20</sup> Johansson, 2005 s. 130-131

<sup>21</sup> Andersson, 1999 s. 19

<sup>22</sup> Andersson, 1999 s. 20

Stämplingsteorin, är ett sätt varigenom man kan förstå narkotikamissbruk genom att man betraktar missbruk som en stämplad avvikelse och har används inom svensk missbrukarforskning<sup>23</sup>. Stämplingsteorin vill inte ge de bakomliggande orsakerna utan vill skildra utvecklingen, hur vägen in i ett avvikande beteende kan förstås.<sup>24</sup> Det finns olika varianter av teorin beroende på vilken författare man utgår ifrån men generellt kan man säga att stämplingsteorin tänker sig avvikelse som en process. Människans utveckling till avvikare kan följas i olika steg. Stämplingsteorin använder sig av karriärbegreppet för att fånga denna process, i en karriär bygger stegen på varandra, där individerna utvecklar en särskild social identitet och kompetens.<sup>25</sup>

## 4. Tidigare forskning

Först kommer det ett fåtal artiklar som handlar om individer i missbruk för att få en bättre förståelse av hur banden till signifikanta andra ter sig i en sådan situation. För att sedan fortsätta presentationen med det som mer är relaterat till uppsatsen syfte, genom redovisa artiklarna som handlar om de viktiga faktorer som har betydelse för vägen ut ur missbruk. Artiklarna hittades genom sökmotorerna "PsychInfo" och "Sociological abstracts". De nyckelord jag till största delen använde mig av var "drug addiction", "recovery", "social support", och "rehabilitation". Sökord som "significant others" gav inga träffar tillsammans med drug addiction och kunde därför inte användas. Det fanns på så vis inte mycket artiklar som behandlade just signifikanta andras betydelse för vägen ut ur missbruk, utan jag använde mig i stället av nyckelordet social support.

### 4.1 Genomgång av forskning

Inom den sociologiska/socialpsykologiska traditionen har studier om missbruk till största delen handlat om vägen in i narkotikamissbruk, hur individen blir en missbrukare och fokuserat på steg in i en avvikarkarriär som exempelvis Beckers studie om marijuanamissbrukare<sup>26</sup> eller har forskning studerat individer som är inne i ett missbruk<sup>27</sup>.

#### *Missbrukares självpresentation*

Forskning som studerat individer i missbruk visar att dessa individer skjuter upp kriterierna för vad en narkoman är, så att de inte kan stämma överens med narkomanbilden och på så sätt försöka vidmakthålla en identitet utanför narkotikagruppen.<sup>28</sup>

Missbrukare har en negativ identitet men strävar mot en positiv självpresentation. I denna process, försöker individen hela tiden förstärka sin önskade självpresentation. Missbrukare beskrev sig själva som rationella individer som själva kunde välja om och vad för droger de ville ta, medan de konstruerade "drogmissbrukare" som de andra, en grupp som betydligt skiljde sig från dem själva. Mekanismen av att negativt framställa missbrukare som dem andra, grundar sig i att intervjupersonernas försök att fly från att socialt bli tillskriven en avvikaridentitet och byter ut den negativa identiteten till en positiv.<sup>29</sup>

---

<sup>23</sup> Goldberg, 2005 s. 91

<sup>24</sup> Hilte, 1996 s. 118

<sup>25</sup> Goldberg, 2005 s. 92, Hilte, 1996 s. 20

<sup>26</sup> Becker, 1959 "Becoming a marihuana user"

<sup>27</sup> Rodner, 2005 "Im not a drug abuse, im a drug user", Lindberg, 1998 " Emotions and the Development of Identity: An Analysis of the career of drug users", Andersson, 1999 s.

<sup>28</sup> Lindberg, 1998 " Emotions and the Development of Identity. An Analysis of the career of drug users".

<sup>29</sup> Rodner, 2005 "Im not a drug abuse, im a drug user"



## *Missbrukares relationer*

I Anderssons studie beskriver missbrukare att knarkandet blir brukarnas väsentliga intresse och aktivitet, både tidsmässigt och innehållsmässigt. Drogupplevelsena är det viktiga och allt annat hamnar i bakgrunden. Missbruk av narkotika medför vissa typer av relationer. Kontakten med vänner och anhöriga som inte tillhör drogkretsen blir tunn och präglas av hemlighetsmakeri och konflikter uppstår. Drogen blir en tillfällig lösning på många olika problem, en viktig resurs för att undvika konfrontation av verkligheten, nykterhet känns därför hotande. Brist på sociala kontakter, socialt värde, trygghet och självkänsla medan kraven på att sluta droga växer. Missbruksprocessen bidrar till negativa effekter som social isolering och hindrad personlig utveckling, social omognad, depression och känsla av förvirring.<sup>30</sup>

Lindberg som har studerat missbrukare som en subkultur, menar till skillnad från studien ovan, att det finns en del missbrukare som har en förmåga att hålla kvar sociala band till mer konventionella grupper, men att det också finns andra som saknar den förmågan. Anledningen till att det finns en del som kan vidmakthålla sociala band och andra som inte kan det, beror på individernas känslor av tillhörighet, eller avsaknad av dessa känslor, vilket i sin tur kan anknytas till vad individen har i bagaget från familjen, utbildning och umgänget i olika konventionella grupper. Resurser som språk, idéer och tankar som kan benämnas som kulturellt kapital kan ha stor betydelse i detta avseende. Människor drar sig på så sätt till grupper som har liknande kulturellt kapital. Författaren finner två typer av karriärer in i narkotikabruket, de marginaliserade och de intergrenade.

Precis som Anderssons studie ovan märks vid denna studie en grupp som socialt isolerar sig. Denna grupp, ”de marginaliserade”, skapar sig nya sociala band och vill bort från de andra konventionella grupperna där de känner sig underlägsna, på så sätt söker de marginaliserade avskildhet men skapar en solidaritet inom narkotikagruppen och stänger ute yttervärlden. Genom att ha handlingar, värderingar, språk, dvs ett kulturellt kapital som är integrerat med narkotikavärlden blir det svårt att parallellt uppträda socialt riktigt utanför narkotikavärlden och det blir svårt att distansera sig från rollen som narkotikamissbrukare eftersom de längre inte vet något annat. Ju mer de spenderar tid med subkulturen desto mer intar de en narkomanidentitet.<sup>31</sup>

Men till skillnad från Andersson finner även Lindberg en grupp som han kallar, ”de integrerade”, vilka kontinuerligt umgås med konventionella grupper eftersom de känner att de har gemensamt kapital med denna grupp och känner sig bekräftade av sin omgivning. Det är genom detta kulturella kapital som är gångbart i många olika grupper, som de har en förmåga att vidmakthålla sociala band utanför narkotikagruppen. De har gott rykte om sig i alla olika sammanhang och identifierar sig därför inte heller som en avvikande narkomaner. Dessa människor kan i större utsträckning leva ett dubbelliv, med ena benet i den konventionella gruppen och andra benet i narkotika gruppen, fri från skamkänslor utan snarare känslor av stolthet. Men om de ser att deras beteende får konsekvenser är det oftast denna grupp, till skillnad från de marginaliserade, som har relativt lätt att sluta med sitt missbruk i och med att de har relationer utanför missbrukarvärlden.<sup>32</sup>

Dessa ovannämnda artiklar tyder på att missbrukares sociala band med andra utanför missbrukargruppen kan vara en komplicerad verksamhet. Den ena studien menar att individen isolerar sig från omvärlden, kontakten med andra utanför subkulturen karaktäriseras av konflikter och att de sociala banden i värsta fall bryts, men att å andra sidan i den andra studien argumenterar författaren för att det också finns dem som kan ha en relativt bra relation med

---

<sup>30</sup> Andersson, 1999 s. 19-23

<sup>31</sup> Lindberg, 1998 " Emotions and the Development of Identity. An Analysis of the career of drug users".

<sup>32</sup> Lindberg, 1998 " Emotions and the Development of Identity. An Analysis of the career of drug users"

både missbrukarna och icke missbrukare, dvs som inte isolerar sig och därför har lättare att sluta missbruka. Båda artiklarna är dock ett tecken på att sociala interaktioner med andra utanför missbrukarvärlden kan vara av stor betydelse för vägen ut ur missbruk.

### *Sociala stödets betydelse för förändringsprocessen*

Det har visat sig att en buffert av socialt stöd är viktigt för att kunna hantera stressfulla situationer. Personer med hög nivå av socialt stöd visade sig ha mindre substansbruk och högre nivå på välmående. En hög grad av inskaffat stöd är associerat med en mer lyckosam återhämtning och bättre livskvalitet både när det gäller personer med substansanvändning och mental störning. Sociala relationer visar sig vara en stark källa för stresshantering. Med andra ord finns det en signifikant korrelation mellan socialt stöd och mindre användning av alkohol- och droger.<sup>33</sup> På så sätt är underskott på socialt nätverk, familjerelationer, kamrattryck, brist på involverandet i att producera regler, brist på engagemang i aktiviteter relaterade till återfall av alkohol och droganvändning. Individerna i en sådan position visar sig ha både ett negativt känslotillstånd och ett destruktivt fysiskt tillstånd. Eftervårdsstrategier i fältet av missbrukbehandling beskrivs i denna artikel bland annat genom socialt stöd, aktivitetsträning, färdighetsträning.<sup>34</sup>

En författare som koncentrerat sig på vägen ut ur missbruket är Blomqvist. Generellt om relationer till andra, kan man utifrån hans studie säga att relationen till andra förändras under vägen ut ur missbruket, exempelvis genom att individer har kommit ur ett förtryckande förhållanden och i stället blivit sedda och fått stöd och förtroende av andra människor utanför missbrukarvärlden och så småningom skaffat sig nya relationer. Andra personer i studien beskriver en utveckling från ytliga relationer till äkta social gemenskap. Enligt Blomqvist når individer i vägen ut ur missbruk en insikt att släppa fram känslor mot personer som var viktiga i det förgångna för att lägga det bakom sig och sedan skapa självständighet och på sikt upprätta genuina relationer med andra.<sup>35</sup>

Trulsson och Hedin har till skillnad från andra använt sig av kvalitativa intervjuer, som ligger relativt nära det som denna undersökning kommer att handla om. Författarna har analyserat vilken roll socialt stöd spelar för att ge upp ett drogmissbruk, men dock från ett kvinnoperspektiv.<sup>36</sup> Studien visar att kvinnor som ska sluta med droger är av stort behov av socialt stöd och viktigt är också hur stödet ges, allt ifrån emotionellt stöd, stöd i form av öppenhet och tillit, materiellt stöd, stöd i form av utbildning, arbete och behandlingsprogram, men också kognitivt stöd i form av information, praktiska råd och framför allt förstärkning av att de har kapacitet. Den stigmatiserade bilden av drogmissbrukare medförde låg självkänsla och känslor av skam och skuld därför är det viktigt för dessa kvinnor att få stöd eftersom de ser sig själva så som andra ser dem. Därför finns ett stort behov av spontant stöd och någon som visar att de bryr sig.<sup>37</sup>

### *Olika typer av socialt stöd i form av signifikanta andra*

Av forskning som tar upp vägen ut ur missbruket har ett fåtal studier handlat om hur förändringsprocessen ter sig, framför har bara några av dessa koncentrerats på individens subjektiva erfarenheter av den. De få studierna har koncentrerat sig på det sociala stödets betydelse

---

<sup>33</sup> Laudet, Stephen, Howard, & Edward, 2000 "support mutual aid and recovery from dual diagnosis"

<sup>34</sup> Hawkins, Catalono, 1985 " aftercare in drug abuse treatment"

<sup>35</sup> Blomqvist, 2002 " Recovery with and without treatment: A comparison resolution and drug problems"

<sup>36</sup> Trulsson, & Hedin, 2004 "The role of social support when giving up drug abuse; a female perspektive"

<sup>37</sup> Trulsson, & Hedin, 2004, "The role of social support when giving up drug abuse; a female perspektive"

för att en missbrukare ska sluta med droger har mestadels varit i form av kvantitativ ansats. I de studier som har utrett det sociala stödets betydelse kan det urskiljas olika slags signifikanta andra, i form av ex familj/anhöriga, exmissbrukare, vänner, behandling/professionella, eller andra faktorer som är viktiga för att individen ska upprätthålla nykterhet. Dessa olika signifikanta andra som givit stöd har jag valt att var och en för sig dela in rubriker.

### *Familj/anhörigas betydelse för förändringsprocessen*

Enligt forskning är stöd och krav från familj och anhöriga en viktig faktor för tillfrisknandet från droger men det råder lite olika åsikter om livspartners fungerar som stöd eller inte.<sup>38</sup> Enligt en studie spelade familjen en ursprunglig roll för drogfriheten genom att förse kvinnor med stöd. Enligt kvinnornas berättelse var det mödrar, morföräldrar och systrar som gav störst stöd i form av känslomässigt stöd och materiell hjälp. Studien visar också att de människor som mest kritiserade dennes livsstil och droganvändning var medlemmarna i familjen, huvudsakligen systrar och bröder. Vissa anhöriga tillhandahöll hjälp medan vissa endast kritiserade och ignorerade kvinnans behov av stöd. Drogmisbruk tenderar att dela upp personens sociala nätverk till två olika läger, ett i form av stöd- hjälpare och det andra i kritiker. Studiens upptäckte också att livspartners i mycket liten utsträckning fanns till som stöd<sup>39</sup>, en anledning till detta är att kvinnor ofta lämnat sin partner för att leva ensamma medan de kämpar mot drogerna.<sup>40</sup>

En annan studie kommer istället fram till att ”bekräftelse från livspartner” är betydelsefull faktor för nykterheten men studien tar också upp stöd från familjen. Viktigt i detta stödjande var att individen fick omgivningsinflytande och sättet andra bemötande denne på var också väsentlig. Så många som hälften av intervjupersonerna i studien betonar att andra haft en viktig roll i deras beslut att sluta med narkotikamisbruk.<sup>41</sup>

### *Vänners betydelse för förändringsprocessen*

Sociala nätverk kan både ha negativ och positiv effekt, menar en studie som gjorts på meta-donpatienter. Studien åsyftar på att ett nätverk av missbrukare kan medföra att patienten återigen hamnar i drogmisbruk medan icke- missbrukande vänner kan bli en förebild och en källa till att patienten tar efter sina ickemisbrukande kontakter och lär sig nya beteenden och sociala normer och till slut byter perspektiv, på så sätt att de värderar att ha ett drog fritt liv.<sup>42</sup> Även Blomqvist och Kristiansen betonar vikten av icke- missbrukande vänner för tillfrisknandet från droger.<sup>43</sup> Ett nytt socialt liv, i form av nya vänner är enligt Blomqvist en viktig faktor för vägen ut ur missbruk.<sup>44</sup> Effekten av avhållsamhet dvs att inte använda droger, är på så sätt starkast när individerna är involverade i stödjande vänskapsnätverk, som karaktäriserades av tillit, respekt och frekvent kontakt.<sup>45</sup> Men Trulsson och Hedins studie visar att kvinnorna är i marginaliserade situationer efter att kommit ifrån drogmisbruket och har, förutom

---

<sup>38</sup> Trulsson, & Hedin, 2004 "The role of social support when giving up drug abuse; a female perspective", Blomqvist, 2002, " Recovery with and without treatment: A comparison resolution and drug problems

<sup>39</sup> Trulsson, & Hedin, 2004 "The role of social support when giving up drug abuse; a female perspective"

<sup>40</sup> Kristiansen (1999) Refererad i Trulsson, K., Hedin, U-C, 2004 "The role of social support when giving up drug abuse; a female perspective"

<sup>41</sup> Blomqvist, 2002 " Recovery with and without treatment: A comparison resolution and drug problems"

<sup>42</sup> El-Bassel, Chen, & Cooper, 1998 " Social support and social network profiles among women on methadone".

<sup>43</sup> Blomqvist, 2002 " Recovery with and without treatment: A comparison resolution and drug problems", Kristiansen (1999) Refererad i Trulsson, & Hedin, 2004, "The role of social support when giving up drug abuse; a female perspective"

<sup>44</sup> Blomqvist, 2002 " Recovery with and without treatment: A comparison resolution and drug problems

<sup>45</sup> David & Jason, 2005 " Sex differences in support and self-efficacy within a recovery community"

familjen, väldigt få vänner som inte missbrukar och har därför inte tillgång till ett sådant stöd från icke- missbrukande vänner. Kvinnorna i deras studie nämnde aldrig heller att missbrukarvännerna var något stöd.<sup>46</sup> Viktigt för tillfrisknandet är också förändringar i den yttre levnadssituationen genom att fysiskt bryta med missbruket exempelvis kan individen byta bostadsort eller område.<sup>47</sup>

### *Behandling/professionellas betydelse för förändringsprocessen*

Studier påvisar att professionella och behandling spelar en betydande roll för individers väg ut ur missbruk. Bland annat Blomqvists studie visar hälften av respondenterna som fått en formell behandling att stöd från olika formella hjälpare var viktiga för tillfrisknandet.<sup>48</sup> Det har också visats sig att självhjälp- och volontärgrupper är väldigt viktiga, genom den första perioden i tillfrisknandet. Dessa signifikanta fungerar som kompensation för ett socialt nätverk som ofta gått förlorat på grund av individens missbruk.<sup>49</sup>

Snarlikt resonemang gör Hessle när han skriver att drogmissbrukare efter att ha slutat med droger, på grund av gamla konflikter och brutna relationer, har brist på socialt stöd från sina närmaste i det sociala nätverket och därför är i behov av professionella hjälpare. Professionella spelar av den orsaken en roll som ställföreträdande rollmodeller genom förändringsprocessen. Den professionella kan också bidra med reparationen av tidigare brutna relationer och även hjälpa till att mobilisera nya länkar till nytt socialt nätverk.<sup>50</sup>

Liknande forskning menar att det tidiga stadium är särskilt kritiskt i och med att individen inte stadgat ett socialt nätverk som är drogfritt. Studien ger fakta om att den första tiden i nykterheten är ambivalens genom att individerna stundvis känner en motvilja att sluta med drogerna och inta ett nytt sociala liv. Studien vill visa på tolvstegsprogrammet faktiska verka när det gäller att uppnå nykterhet. Studiens siffror visade att ju längre deltagande i tolvstegsprogrammet återhämtningsgrupper under det första året desto lägre användning av droger andra året. Högre grad av socialt stöd via tolvstegsprogrammet under ett uppföljningsår är associerat med lägre användning av droger det nästkommande året.<sup>51</sup>

Det visade sig att deltagarna i det sista steget i återhämtningen mer troliga att ta emot ett större socialt stöd från sina icke substansmissbrukande kontakter än de deltagare som befann sig i det tidiga stadiet. Detta sociala stöd var snarare från professionella än andra personer i deras sociala nätverk som inte använde droger.<sup>52</sup> När män ska ge upp sitt drogmissbruk hämtar de i större utsträckning än kvinnor, stöd och hjälp ifrån en ickedrogmissbrukande parter likväl som från professionella och från behandlingsprogram. Kvinnor söker i stället stöd och hjälp ifrån familjen och tar mer sällan hjälp ifrån professionella eller tillträde till behandlingsprogram.<sup>53</sup>

### *Exmissbrukares betydelse för förändringsprocessen*

---

<sup>46</sup> Trulsson, & Hedin, 2004 "The role of social support when giving up drug abuse; a female perspektive"

<sup>47</sup> Blomqvist, 2002 " Recovery with and without treatment: A comparison resolution and drug problems"

<sup>48</sup> Blomqvist, 2002 " Recovery with and without treatment: A comparison resolution and drug problems "

<sup>49</sup> Trulsson, & Hedin, 2004 "The role of social support when giving up drug abuse; a female perspektive"

<sup>50</sup> Hessler, 1995 "Social networks in crisis and development: Studies of the social networks of socially exposed families"

<sup>51</sup> Laudet, Cleland , Magura , Vogel, & Knight, 2004 " Social support mediates the effects of dual-focus mutual aid groups on abstinence from substance use"

<sup>52</sup> Blackman, MacDonald, Luxmoore, Pica,Tanti, Catford, & Stockton, 2004, " Social network of people with dual Diagnosis: The Quantity and Quality of relationships at different stages of substance use treatment"

<sup>53</sup> Kristiansen (1999) Refererad i Trulsson,, & Hedin, 2004 "The role of social support when giving up drug abuse; a female perspektive"

I processen till tillfrisknandet från droger är identifikationen och kamratskapen med liknande andra viktig, menar ett antal studier.<sup>54</sup>

I en av dessa studier intervjuades 134 medlemmar angående sin process i återhämtningen, i synnerhet när det gällde deras erfarenheter av tolvstegs program samt deras erfarenhet av möten som Anonyma Alkoholister (AA) och Anonyma Narkomaner (AN) anordnar. Resultat visar att respondenter inte uppnått nykterhet på grund av tolvstegsprogrammet gett dem andlig erfarenhet utan snarare ifrån kamratskapen av dem med liknande återhämtningsprocess som dem själva. Det visade sig att anledningen till att individerna deltog i tolvstegsprogrammet och möten, var att de upplevde kamratskap med dem som hade samma problematik och en känsla av tillhörighet och stöd från dessa personer. En annan faktor var altruism gentemot andra i liknande situation. Ytterligare en aspekt kunde urskiljas, nämligen lärdomen av färdigheter, dvs tekniker för att hålla sig nykter.

När det gällde känslan av kamratskap var det 22 % som menade att de var delaktiga i programmet på grund av tillhörighet med liknande andra, 12 % menade att de ömsesidigt kunde dela med sig av sina problem, 6 % svarade att de kunde identifiera sig med liknande andra i tolvstegsgruppen. När det gällde den altruism gentemot andra menade 16 % att de blev tillfredställda genom att hjälpa andra, 9 % kände att de frivilligt ville volontärjobba för att hjälpa andra. När det gällde tekniker för vidmakthållandet av nykterhet menade 31 % att de genom dessa möten införlivat en permanent livsstilsförändring.<sup>55</sup>

Författare har påvisat att personer med drog och alkohol problematik är i stort behov av att vid senare tillfälle få ge tillbaka genom tjänstgörings arbete, Att ge tillbaka till andra är nämligen en viktig tanke förstärkning i tolvstegsprogrammet och används genom slogans som ”för att behålla det måste du ge bort det”<sup>56</sup>. Tolvstegsprogrammet uppmuntrar medlemmarna att forma stödjande relationer som oftast börjar i den kontext där 12 stegs mötena är. Nya medlemmar i tolvstegsprogrammet ringer allteftersom andra medlemmar för att få stöd när drogsuget gör sig gällande, vilket ofta är fallet i det tidiga stadiet i nykterhetsprocessen. Efter hand utvecklas stödjande relationer också utanför dessa möten, genom att dessa medlemmar även tar steget ut och kontaktar andra nyktra missbrukare som kommit långt i sitt nykterhetsarbete som inte längre var medlemmar i 12stegsgruppen.<sup>57</sup> Viktigt i behandlingen är att bli bemött med respekt och personligt engagemang och att bli sedd som en unik och värdefull person. Betoning fanns också på gemenskap och solidaritet med andra medbröder eller systrar eller av någon förebild som visat att lösning var möjligt<sup>58</sup>.

### *Inre och yttre interaktioner i förändringsprocessen*

Blomqvist menar att det är samspelet av yttre och inte faktorer som gör att en nykterhet blir möjlig. Inre faktorerna som är viktiga i en förändringsprocess består i en ökad viljestyrka, en ökad mognad, ett mer rationellt tänkande ett nytt sätt att tänka, större ansvarskänslor, andliga upplevelser, mindre livsstress och ökad psykisk hälsa. Viktigt för beslutet att sluta med droger var att de hade något i bagaget, i form av positiva barndomsminnen, tidigt grundlagda värde-

---

<sup>54</sup> Nealon-Woods, Ferrari, & Jason, 1995 ” Twelv-step program use among Oxford House residents : Spirituality or social support in sobriety?” , Witbrodt, Kaskutas, 2005 ” Does diagnosis matter? Differential effects of 12 steps participation and social networks on abstinence” , Laudet , Cleland , Magura , Vogel, Knight, 2004 ” Social support mediates the effects of dual-focus mutual aid groups on abstinence from substance use”

<sup>55</sup> Nealon-Woods,. Ferrari,. Jason, 1995 ” Twelv-step program use among Oxford House residents : Spirituality or social support in sobriety?”

<sup>56</sup> Witbrodt,. Kaskutas, 2005 ” Does diagnosis matter? Differential effects of 12 steps participation and social networks on abstinence”

<sup>57</sup> Laudet ,. Cleland ,. Magura ,. Vogel,. Knight, 2004 ” Social support mediates the effects of dual-focus mutual aid groups on abstinence from substance use”

<sup>58</sup> Blomqvist, 2002 ” Recovery with and without treatment: A comparison resolution and drug problems”

ringar, bevarande kontakter utanför missbrukarvärlden.<sup>59</sup>

En annan studie som också betonar både inre och yttre faktorer i förändringsprocessen är David och Jason. De menar att både socialt stöd och self-efficacy är betydelsefulla faktorer för avhållsamheten från droger- och alkoholmissbruk. De utreder skillnader och likheter i socialt stöd och self-efficacy för avhållsamhet mellan kvinnor och män som återhämtar sig från missbruk. Studien visar att processen av ökad self-efficacy för att bibehålla avhållsamheten från drogerna/alkoholen är viktig för både män och kvinnor men att det sociala stödet spelar en mer betydelsefull roll för kvinnor än för män, genom att kvinnor är mer påverkbara genom den sociala omgivningens influenser. Generellt för både män och kvinnor visar studien att socialt stöd för avhållsamhet var positivt relaterat till en bevarande avhållsamhet.<sup>60</sup>

Sammanfattningsvis kan man säga att studier ovan har påvisat att missbrukares självpresentation består av att beskriva missbrukare som de andra för att kunna behålla en positiv identitet som står utanför missbrukargruppen. Missbrukares relationer har i forskning tagits upp och beskrivits som en komplicerad verksamhet eftersom drogmissbruket för dem blir det väsentliga, det finns dock olika bud huruvida dessa personer håller en kontakt med den konventionella kulturen. Forskning har tagit upp sociala stödets betydelse för förändringsprocessen och åsyftat att socialt stöd är viktigt för att hantera svåra livssituationer, stöd som är emotionellt, materiellt och praktiskt är mycket betydelsefullt i förändringsprocessen. Det sociala stödet i form av äkta relationer och sysselsättning har också diskuterats som viktiga faktorer. Forskning associerar därmed socialt stöd med en mer lyckosam återhämtning.

Tidigare forskning har nämnt olika signifikanta andra som varit betydelsefulla i förändringsprocessen. De signifikanta andra som förser före detta missbrukare med stöd som tidigare studier tar upp är familjen/anhöriga, där livspartner kan ses som en lite oklar stödfaktor. Vänner är en annan form av signifikanta andra, där icke missbrukande vänner spelar en roll som förebilder medan missbrukande vänner ses som en riskfaktor med dåligt inflytande. Behandling/ Professionella enligt forskning kan också fungera som rollmodeller och stödja en individ i förändringsprocessen, då främst i det sena skedet. Tolvstegsprogrammet är enligt forskning en effektiv behandlingsform. Signifikanta andra som exmissbrukare är viktiga genom att individen kan känna kamratskap, tillit, identifikation med dem. Forskning har också tagit upp att inre interaktioner som exempelvis, self-efficacy och inre mognad tillsammans med yttre interaktioner, i form av socialt stöd som viktigt i förändringsprocessen.

#### **4.2 Mitt bidrag till forskningen**

Missbruk är ingen ny företeelse, vilket innebär att det gjorts en mångfald av studier av olika slag kring ämnet. I genomsökningen av vetenskapliga artiklar märkte jag att de flesta studier behandlar vägen in i missbruket dock utifrån olika perspektiv, eller behandlar livssituationen och upplevelser som narkomaner i missbruk besitter. Av de studier jag kunnat hitta är det tämligen få forskare som grundläggande har intresserat sig för vägen ut ur missbruk, i synnerhet för upplevelserna av villkoren för före detta missbrukare i förändringsprocessen att etablera ett nytt socialt liv.

I stor utsträckning har forskning kring vägen ut ur missbruk genomförts med hjälp av kvantitativa angreppssätt, vilket gör att respondenternas subjektiva beskrivning av upplevelser blir omöjlig att nå. De få kvalitativa studier om vägen ut ur missbruk har visserligen tagit upp faktorer som har betydelse för att få en bestående nykterhet, genom att påvisas olika typer av socialt stöd och nämnt olika signifikanta andra som gett stöd. Det finns ett litet antal studier som enbart fokuserat att beskriva upplevelser av det sociala stödet för nykterhet, men som då endast genomförts på kvinnor, andra studier har i förbigående nämnt upplevelser av vägen ut

---

<sup>59</sup>Blomqvist, 2002 " Recovery with and without treatment: A comparison resolution and drug problems"

<sup>60</sup>David & Jason, 2005 " Sex differences in support and self-efficacy within a recovery community"

ur missbruket men mer fokuserat på exempelvis själva behandlingens effektivitet och inte främst på interaktionen med betydelsefulla personer. Ingen kvalitativ studie har i första hand fokuserat på upplevelserna av interaktion av signifikanta andra som en process varigenom upplevelserna ändras allteftersom individerna tar steg närmare det "vanliga drogfria livet".

Därför kommer denna uppsats att komplettera tidigare forskning, först genom att ta hänsyn till upplevelser som en process, och för det andra, genom en inte bara nämna villkor som är viktiga för att behålla nykterhet utan ge en grundlig beskrivning av både manliga och kvinnliga före detta missbrukares upplevelser av interaktion med signifikanta andra i förändringsprocessen.

## 5. Teoretisk referensram

För att skapa en bredd i förståelsen av fenomenet missbruk har jag valt att utgå ifrån två teorier som jag tycker kompletterar varandra. Beckers teori beskriver hur missbruk skapas, och hur denna avvikelseprocess ter sig, dvs hur individen tar steget in i en subkultur och alltmer intar en avvikaridentitet. Berger och Luckmans teori kan däremot användas för att beskriva hur en individ lämnar en sådan subkultur, samt hur en individ byter värld och träder in i den konventionella kulturen. Berger och Luckmans teori används således för att beskriva hur samhället och individers verklighetsuppfattning skapas och förändras. Denna kunskapsociologi betonar hur individen internaliserar kunskap från signifikanta andra och ifrån samhället. Eftersom denna studie betonar betydelsen av signifikanta andra för vägen ut ur missbruk anser jag att teorin är adekvat för denna uppsats. Båda perspektiven stämmer bra överens i och med att de båda utgår ifrån en social konstruktionistisk tanke som inte betraktar verkligheten och människan som en fast objektiv sammansättning utan istället som en pågående process. Sociala problem som missbruk kan på så sätt uppfattas som sociala konstruktioner som kan förändras.<sup>61</sup>

### 5.1 Beckers stämplingsteori, avvikarkarriärmodell

Becker menar i sin bok *Outsiders* att avvikelse skapas då inte individen förmår sig att följa gruppens regler och blir av andra fördömd och stämplad som avvikare. Vilka beteenden som skall föras i vissa sammanhang bestäms nämligen av sociala regler.<sup>62</sup> För att förstå avvikelsernas natur måste man ta reda på varför en individ får en stämpel, det gäller att undersöka interaktionen mellan avvikare och icke avvikare. För att vara en fullständig medlem av en grupp krävs att individen är mån om att hålla sig inom samhällets gränser och normer för vad som anses "normalt" och inte bryter mot gruppens sociala regler. Detta blir en process som genererar en åtskillnad mellan grupper som är regelupprättare och de som bryter mot dessa regler.<sup>63</sup> Becker menar att ett avvikande beteende förstås som en social kollektiv handling, därmed går Becker emot de psykologiska och biologiska perspektiven, om hur någon blir en avvikare.<sup>64</sup> En avvikelse är föränderlig, eftersom den är beroende på hur andra stämplar något/någon som avvikare, det som vid en tidpunkt eller i en grupp ses som avvikande behöver inte nödvändigtvis vid en annan tidpunkt eller av en annan grupp stämplas som avvikande. Regler om vad som anses normalt och godtagbart i situationer skapas inom den speciella gruppen. Grupper med olika miljöer, traditioner, förutsättningar m.m har således olika och kanske rent av oeniga sociala regler om vad som är rätt och fel.<sup>65</sup> På så sätt finns inga objektiva kriterier som bestämmer vad ett avvikande beteende är, utan det bestäms av hur andra reagerar på gärningen, och huruvida individen bryter mot någon regel.

---

<sup>61</sup> Hilde, 1996 s. 23

<sup>62</sup> Becker, 1973 s.1

<sup>63</sup> Becker, 1973 s.1

<sup>64</sup> Becker, 1973 s. 5-9

<sup>65</sup> Becker, 1973 s.10-14

## *Avvikarkarriären*

Beckers sekvensmodell är ett verktyg för att förstå avvikelse och syftar till att det avvikande beteendet framställs genom ett ordnat händelseförlopp, i en så kallad avvikarkarriär. För att en individ skall bli en avvikare krävs det att personen i fråga genomgår olika steg vilket innebär att olika villkor måste uppfyllas.<sup>66</sup> Karriären visar på hur en individ tar steget ut i en avvikelse som vanligtvis börjar med en socialt brottslig handling. Nybörjarsteget innebär att individen för första gången testat det avvikande beteendet. Detta kan sedan leda till tillfällig användning då avvikelsen sker då och då. Det sista steget innebär att avvikelsen har blivit rutinmässig och väl integrerad för individen.<sup>67</sup> Detta är en möjlig avvikarprocess. Den skall ses som en typ, kanske den vanligaste, men inte som en generell teori av avvikarkarriären.

Förutom avvikarkarriären måste dessutom individen uppleva en avvikarmotivation. Detta innebär att personen ifråga känner något givande med det avvikande beteendet för att fortsätta och ta ytterligare steg mot stämplingen.<sup>68</sup> Becker menar att en avvikare i samspel med andra lär sig att se vällusten i avvikelsen, ju mer individen deltar i subkulturer där beteendet är vanligt förekommande desto större är chansen denne internaliserar det. Det är genom ackumulerande engagemang och erfarenheter en individ stegvis dras in i missbruk. Varje unika handling ger nya förutsättningar och på så sätt sker utvecklingen av nya motiv och intressen kontinuerligt, detta är faktorer i karriären som ändrar individens perspektiv<sup>69</sup>.

I sin teori använder Becker avvikarbegreppet för att beskriva utvecklingen av ett missbruk. Han menar att denna ackumulerade process gör att individen utvecklar en viss slags kompetens och social identitet som från början endast ter sig tillfällig och som till slut blir ett komplicerat engagemang som helt legaliserar verksamheten. I karriären finns betydelsefulla händelser som för individen vidare in i olika faser, från att lära sig att tekniker till att helt hantera dem.

## *Stämplingen*

Den stora konsekvensen av att officiellt bli utpekad för en avvikande handling är att individen sätts i ett annat ljus, hela personens identitet kan drastiskt förändras beroende på denna handling. Innehavet av en avvikande egenskap kan ha ett generaliserande värde, så att andra automatiskt antar att individen också är bärare av andra avvikande egenskaper som kan anknytas till det som offentliggjorts. Detta fenomen kallar Becker för "master traits".<sup>70</sup> Att offentlig stämplas som avvikare medför konsekvenser för både individens självuppfattning och dennes framtida möjligheter i samhället.<sup>71</sup> Vissa regelbrytare accepterar den avvikarstämpel som deras master traits har medfört, dvs regelbrytaren identifierar sig själv med avvikarstämpeln den fått vilket fungerar som ett självuppfyllande profetia.<sup>72</sup> Om en individ slutat med sin avvikelse och återgått till det regelrätta kan omgivningen likväl stämpla denna individ som en avvikare, på premisser som exempelvis "en gång en knarkare, alltid en knarkare".<sup>73</sup>

Att leva som avvikare är enligt Becker något som ansträngande för individen. Det kan leda till känslor av obehag och rädsla för ensamhet när denne blir utstötta ur gruppen och därför

---

<sup>66</sup> Becker, 1973 s. 24-25

<sup>67</sup> Becker, 1973 s. 24-25,36, 61

<sup>68</sup> Becker, 1973 s. 42-43

<sup>69</sup> Becker, 1973 s. 30-34

<sup>70</sup> Becker, 1973 s.31-34

<sup>71</sup> Goldberg, 2005 s. 93

<sup>72</sup> Becker, 1973 s.31-34

<sup>73</sup> Becker, 1973 s. 37



väljer många att avbryta sin avvikarkarriär för att i stället följa majoriteten.<sup>74</sup> Becker menar att individens konfrontation med de drastiska konsekvenserna av sitt beteende kan medföra att denne väljer att i stället för att fortsätta in i avvikarkarriären avbryta den och ta en annan väg. Om individen då väljer rätt väg, kommer denne att hälsas tillbaka in i samhället, vid fel val att hon/han blir fördömd av samhället och fortsätter in i avvikarkarriären<sup>75</sup>.

## 5.2 Berger & Luckmans kunskapsociologi

Grundtankarna i det socialkonstruktionistiska perspektivet finnas hos Berger och Luckman, som menar att det inte finns någon självklar relation mellan människan och världen, utan människan hela tiden etablera en sådan relation. Människan måste skapa samhället hon lever i samtidigt som världen och kulturen finns på ett objektivt sätt redan innan individen föds och tillhandahåller en skyddande hölje, ett system som håller isär kaos och ordning för individen. Samhällets institutioner, så som, familjen, lagar och rättsystem är socialt och mänskligt skapat men är på samma sätt en fakticitet som alla nykomna individer möter. Individen måste därför etablera ett förhållande till sin omvärld inom ramen för den redan etablerade samhällsstrukturen och dess institutioner. Genom begreppen externalisering, internalisering, objektifiering och växling kan man beskriva dialektiken hur individen och samhället skapas och förändras.<sup>76</sup>

Berger & Luckman utgår från fenomenologin genom att mena att människors uppfattning är viktig i förståelsen av hur samhället skapas. De förklarar att samhället och det sociala livet är en social konstruktion som från början är uppbyggd av vardagskunskap, sunt förnuft, som människor har om samhället.<sup>77</sup> Människan i utveckling deltar inte bara i samspel med en särskild miljö utan också i en speciell kultur och social ordning som förmedlas till henne genom de signifikanta andra som sköter omvårdnaden.<sup>78</sup> Individen föds inte till samhällsmedlem utan utvecklas till att bli en genom ”deltagande i den societala dialektiken” som börjar med internalisering, där individen tolkar objektiva företeelser i samhället.<sup>79</sup>

### *Internaliseringen av verkligheten*

Internaliseringen är en verksamhet där individen blir en del av samhället genom att förstå sina medmänniskor. Internaliseringen är grunden till ömsesidig förståelse, ”att vi kan ta del av varandras tillvaro”, och att världen är en social verklighet och känns meningsfull. På så sätt är internaliseringen en mer generellt, inre mental omedelbar tolkning av objektiva händelser. Denna förståelse börjar med att individen tar efter den värld där andra redan lever, dennes normer och beteende, och gör dessa till sina egna.<sup>80</sup> Verklighet skapas från vardagslivets alla möten där språket har en stor betydelse. Modellen för socialt samspel där individen använder sig av typifieringsscheman är ansikte mot ansikte möten, för att tolka och förstå den andre.<sup>81</sup> Med hjälp av typifieringar kan individen internalisera sin omvärld, känna igen situationer, olika tankescheman aktiveras och individen vet hur denne ska handla. Det är genom dessa typifieringar som vardagsvärlden får mening blir uppfattad som normal och rutinmässig. Typifieringar i vardagen är inordnade i den ”konkreta historiska sociokulturella livsvärlden, i vilket de tas för givna och är socialt accepterade”.<sup>82</sup> Dessa scheman är inte särskilt påverkbara

---

<sup>74</sup> Becker, 1979 s. 94, s 109-112

<sup>75</sup> Becker, 1979 s. 37

<sup>76</sup> refererad i Hilte 1996 s. 23

<sup>77</sup> refererad i Bäck- Wiklund, 1998 s. 80-82

<sup>78</sup> refererad i Bäck- Wiklund, 1998 s. 64

<sup>79</sup> Berger. & Luckman, 1979 s.153

<sup>80</sup> Berger. & Luckman, 1979 s. 154

<sup>81</sup> Berger. & Luckman, 1979 s. 41

<sup>82</sup> Bäck-Wiklund. 1998 s. 78

ra vid avlägsnare interaktionsformer, ju anonymare och ju mer avlägsen personen är som man samspelar med, desto rigidare är de typifieringarna vi använder. Den struktur som finns i det sociala är på så vis summan av alla typifieringar och är viktiga delar av vardagslivets verklighet.<sup>83</sup>

### *Externalisering av verkligheten*

Förklarar man internalisering som en omvandling av extern aktivitet till inre mentala processer kan man i motsats förklara externalisering som omvandlingen av de inre mentala processerna till externa handlingar. Med andra ord innebär externaliseringen att individen använder sin subjektiva förståelse och överför den på sin omgivning. När upprepningen av mänskligt handlande sker allt oftare framträder de inte längre som enskilda utan ses som ett mönster, och blir till vanor. Handlingen förvandlas till en vana vilket medför att varken omgivningen eller individen själv på nytt behöver definiera situationen. För när A samspelar med B i vilket avseende som helst produceras så småningom vanor. När A ser B agera tillskrivs motiv till B:s handlande och efter upprepningar typifieras de, och B kan tänka "jaha, nu gör han det igen!" B antas också göra detsamma mot A och på så vis sker typifieringen ömsesidigt som till slut blir vanor. Genom detta samspel uppstår sociala roller som objektiva, de externaliseras<sup>84</sup>. En roll kan ses som socialt definierade förväntningar som en individ, i en social position uppfyller. Genom socialisationen införlivas individen i sina sociala roller och får lära sig hur de skall utföras. Den avsikt som fanns bakom ett visst handlande externaliseras till en roll och skapandet av roller ses därmed som objektiva. Externalisering och objektifiering är på så sätt viktiga moment i den sociala verkligheten.

### *Den primära socialisationen*

Socialisationen är livslång utveckling, där vi internaliserar samhällets normer och värderingar, dvs gör dem till våra egna.<sup>85</sup> Författarna skiljer på primär och sekundär socialisation, där den första ska förstås som det omfattande och konsekventa införandet av en individ i ett samhälles objektiva värld. Denna primära socialisation innefattar skapandet av den sociala människan och dess identitet. Genom den primära socialisationen tränas individen inför vuxenlivet. Socialisationen är oundviklig för att barnet skall kunna klara sig själv. Under denna socialisation sker överföring av värderingar, normer, regler och beteendemönster som implicerar såväl uppfostran som uppväxtvillkor, där individen identifierar sig med signifikanta andra på ett laddat känslomässigt sätt. Vanligtvis sker inga identitetsproblem eftersom det inte finns många signifikanta andra att välja emellan. Man internaliserar föräldrarnas värld som den enda världen, vilket ger upphov till att det som lärs i den primära socialisationen blir stadigare förankrat i medvetandet än det som lärs in i under den sekundära socialisationen.<sup>86</sup>

Ett barns socialisation kan dock bli lidande på grund av ett stigma som baseras på sociala definitioner, "krymplingen" eller liknande som vad de än kallas kännetecknas av personlig olycka. I ett sådant samhälle har inte krymplingen eller det illegala barnet något subjektivt försvar mot den stigmatiska identitet som denne tilldelas. "Han är vad han förutsätts att vara både i sina egna ögon och så som hans signifikanta andra och samhället som helhet ser honom".<sup>87</sup> Författarna menar att en början till motdefinition av verkligheten och identiteten uppträder när sådana individer samlas i grupper. Det handlar om en motverklighet, med egna so-

<sup>83</sup> Berger. & Luckman, 1979 s. 44-45

<sup>84</sup> Berger. & Luckman, 1979 s. 72-23

<sup>85</sup> Berger. & Luckman, 1979 s. 157,162

<sup>86</sup> Berger. & Luckman, 1979 s. 158-159,202

<sup>87</sup> Berger. & Luckman, 1979 s. 192

cialisationsprocesser som börjar objektiveras i denna marginalgrupp. Misslyckad socialisation i en social värld kan åtföljas av en framgångsrik socialisation i en annan.<sup>88</sup>

### *Den sekundära socialisationen*

Den sekundära socialisationen innebär skapandet av de särskilda kunskaper och färdigheter en individ måste lära sig i sitt liv utifrån de roller denne förväntas spela. Under denna tid tränas färdigheter så att individen kan fungera enligt samhällets normer. Här måste den sekundära socialisationen handskas med ett redan format jag och internaliserad värld. Problemet här är överensstämmelsen mellan det gamla och det nya,<sup>89</sup> insikten om att föräldrarnas värld inte är den enda som finns innebär ett hot emot den subjektiva verkligheten. Här sker internaliseringen på ett mer anonymt sätt, de signifikanta andra byts ut mot den generaliserande andre, och det som lärs in elimineras lättare därför krävs motivation och bra pedagogiska tekniker för att internalisera det i den sekundära socialisationen,<sup>90</sup> dvs dessa verkligheter blir mindre rotad och lättare att rubba.<sup>91</sup> Därför blir vidmakthållandet av verkligheten viktig, genom vissa metoder, rutiner för att upprätthålls verkligheten.<sup>92</sup>

### *Transformation och växling av verklighet*

En socialisation är aldrig helt slutförd och det som internaliseras möter ständigt nya hot mot den subjektiva verkligheten,<sup>93</sup> på så vis åskådliggörs möjligheten till att den subjektiva verkligheten kan modifieras och förvandlas. När man talar om förvandling och transformation innefattar det olika utsträckningar av modifiering av denna verklighet. Vid en i det närmaste total transformation/övergång, byter individen världar. Vid växling, övergång till en annan verklighet, är plausibilitetsstrukturen en betydelsefull komponent som fungerar som "laboratorium" för växlingen. Plausibilitetsstrukturen kan ses som en specifik sociala bas som innehåller de sociala processer som krävs för att den subjektiva verkligheten ska vidmakthållas.<sup>94</sup> För att växling skall ske krävs resocialisation som liknar den primära socialisationen genom att den innefattar en genomgripande omfördelning av verklighetsprägeln, och den måste ta efter den kraftfullt känsloladdade identifieringen med den personen i dennes omgivning som står för socialisationen, vilket också var fallet i den primära socialisationen.

Det centrala är att besitta en effektiv plausibilitetsstruktur, vilket förmedlas via de signifikanta andra till individen och som denne måste identifiera sig med. Dessa signifikanta andra är vägvisare i den nya verkligheten och de representerar plausibilitetsstrukturen i de roller de spelar gentemot individen. Denna plausibilitetsstruktur måste bli den enda världen för individen och tränga bort alla andra världar, särskilt den värld individen bodde i innan växlingen. Det krävs att individen skiljs från invånarna i andra världar, och lägger dem bakom sig. Mönsterbilden är helst en fysisk segregering. Individen som genomgår växling frigör sig från det som håller denne kvar vid föregående sociala värld och den plausibilitetsstruktur som höll den vid makt, om inte på det fysiska så på det psykiska planet om det förra är omöjligt. Viktigast är i båda fallen att individen inte går i boja med de andra utan garderas från deras verklighetsupplösande påverkan. Segregation av den förra världen är särskilt viktigt under växlingens första stadier, då individen är novis i den nya världen. Först när den nya världen har hårdnat

---

<sup>88</sup> Berger. & Luckman, 1979 s. 193

<sup>89</sup> Berger. & Luckman, 1979 s. 164

<sup>90</sup> Berger. & Luckman, 1979 s. 166

<sup>91</sup> Berger. & Luckman, 1979 s. 173

<sup>92</sup> Berger. & Luckman, 1979 s. 174, s. 181

<sup>93</sup> Berger. & Luckman, 1979 s. 173

<sup>94</sup> Berger. & Luckman, 1979 s. 180, 183

kan kontakter med obehöriga, som eventuellt tidigare var dennes signifikanta andra försiktigt inledas, med tanke på att de ännu är farliga.<sup>95</sup>

Växlingen inkluderar även en omorganisation av samtalsapparaten. Samtal förs nu med de nya signifikanta andra och under samtalen med dem ändras individens subjektiva verklighet. Denna verklighet bevaras via de varaktiga samtalen med de betydelsefulla personerna eller inom den grupp som de företräder och det betyder att individen under samtal med andra bör vara försiktig. Människor med idéer som strider mot den nya verkligheten bör undvikas, för att inte få återfall.

I växlingen måste inte bara den nya verkligheten legitimiseras utan också ”de stadier genom vilka man tillägnar sig och vidmakthåller den och övergivandet eller förkastandet av alla alternativa verkligheter”. Denna sida, ”tillintetgörelsen”, är mycket väsentlig eftersom den gamla verkligheten, de kollektiva och de gamla signifikanta andra ”måste skrotas ner” eller åtminstone omtolkas utifrån andra glasögon, dvs inom ramen för den nya verkligheten, vilket gör att individen gör upp gränsdragningar i sin biografi i termer av före och efter.<sup>96</sup> I växlingen tillintetgörs den gamla världen, vilket dock sker i många typer av mellanled. Det är med andra ord svårt att glömma något helt och hållet, risk för återfall finns men som kan avhjälpas med olika terapeutiska metoder. Individen kan använda uttryck som: ”Då trodde jag... men nu vet jag”, vilket är tecken på att denne nytolkar det som har hänt, individen lär sig att skilja på mörker och ljus.<sup>97</sup> Resocialisationen, dvs omtolkning av det förflutna så att det ska stämma överens med den nuvarande verkligheten, sker i praktiken i fler av typer av mellanled.<sup>98</sup>

### **5.3 Berger & Luckmans och Beckers teorier applicerat på missbrukares förändringsprocess**

I detta avsnitt ska jag försöka integrera Becker och Berger och Luckmans teorier och tillämpa dem på missbrukare i förändringsprocessen, dvs på de individer som tagit ett steg ut ur avvikelserna. Det kan bli svårt att rent av applicera Beckers teori på missbrukarens förändringsprocess eftersom den grundar sig i hur en missbrukarriär och subkultur blir till. Jag kommer till största delen stödja mig på Berger och Luckmans teori, i synnerhet om hur växling går till, dvs hur det går till när en individ byter värld.

#### *Stämplad som missbrukare*

Precis som Berger och Luckman skriver kan en individs socialisation bli lidande på grund av ett stigma som baseras på sociala definitioner som samhället tilldelat henne, samhället stämplar henne med ett märke som mycket väl kan vara en avvikelse i form av missbrukande beteende som Becker nämner. Denna missbrukare kan då identifiera sig själv med avvikarstämpeln den fått vilket fungerar som ett självuppfyllande profetia, vilket Becker skriver. Detta menar även Berger och Luckman: individen är vad han ”är både i sina egna ögon och så som hans signifikanta andra och samhället som helhet ser honom som”. Missbruket ska inte ses som en primär kvalitet i det personen gör utan snarare som ett resultat av hur andra har tillämpat regler och straffåtgärder på denna missbrukare, menar Becker. Omvänt måste då också dessa ”andra”, i individens förändringsprocess, vara viktiga för avstämplingen, dvs för att få bort etiketten som missbrukare. Kanske är de ”andra” som Becker pratar om, de signifikanta andra i någon slags repris av primär socialisation?

Att officiellt stämplas som knarkare medför negativa konsekvenser för både individens självuppfattning och dennes framtida möjligheter i samhället. Hur lätt är det exempelvis att

---

<sup>95</sup> Berger. & Luckman, 1979 s.182-184

<sup>96</sup> Berger. & Luckman, 1979 s. 183

<sup>97</sup> Berger. & Luckman, 1979 s.183-186

<sup>98</sup> Berger. & Luckman, 1979 s. 187, s. 189

skaffa sig ett jobb eller en partner när ”pundarstämpeln” sitter i pannan? Berger och Luckman menar precis som Becker att en motdefinition av verkligheten uppträder när sådana individer samlas i grupper, en avvikargrupp av narkomaner med egna socialisationsprocesser. På så sätt kan missbrukare med en misslyckad socialisation i samhällets konventionella sociala värld få en framgångsrik socialisation i sin missbrukargrupp, och finna det levnadssättet som mycket givande.

Visserligen kan definitionen på missbruk ändras med tid och uppfattas olika i olika grupper, men en stämpel som knarkare kan vara svår att bli fri ifrån. Ett sätt att komma ifrån knarkarstämpeln är genom att ”byta värld”, individen lämnar på så sätt de människor som stämplat henne och får en ny chans att komma ifrån sin stämpling och inträda i den nya verkligheten som ett oskrivet blad eftersom de nya människorna om kring individen inte vet något om hennes tidigare avvikande beteende.

### *Missbrukaren som byter värld genom växling*

Ett missbrukarliv kan som Becker beskriver vara ansträngande för individen i rädsla för ensamhet när denne blir utstött ur samhället och denne kan därför avbryta sin avvikarkarriär och välja en annan väg, kanske en väg tillbaka i samhället. När missbrukare väljer att gå andra vägar än missbrukarvägen kan man säga att de befinner sig i vad Berger och Luckman kallar växling, de står mellan två världar, en övergång till en annan verklighet. Denna växling kan motsvara förändringsprocessen som dessa måste genomgå för att bli kvitt sitt missbruk.

För att en individ ska bli av med sitt avvikande beteende måste missbrukaren tillintetgöra sin gamla missbrukarvärld och allt som denna värld kan innefatta. Det gäller att omsocialiseras eller vad Berger och Luckman kallar resocialiseras, vilket sker med hjälp av nya betydelsefulla personer i individens omgivning, som möjligtvis inte bara skulle kunna bestå av föräldrarna, som ofta är fallet i den primära socialisationen utan också ifrån familj, släktingar, vänner, professionella hjälpare och exmissbrukare. Precis som barnet i den primära socialisationen, tränas inför vuxenlivet måste missbrukaren tränas inför det konventionella livet där man följer samhällets lagar. Dessa signifikanta andra måste missbrukaren knyta an till på ett känslomässigt sätt så att överföring av värderingar, normer, regler och beteendemönster rotar sig fast ordentligt i individen, dvs så att individen identifierar och assimilerar det som de signifikanta andra förmedlar.

En missbrukare som ska genomgå en förändringsprocess måste alltså byta perspektiv, se verkligheten på ett helt annat sätt, för att kunna uppskatta sitt ickemissbrukande liv. Precis som Berger och Luckman skriver måste de rutiner och den avvikaridentitet som dessa avvikare har förkastats och omvärderas, normer och värderingar måste också förändras, för att denne skall kunna förstå och känna att den nya icke missbrukande verkligheten är meningsfull. Missbrukaren måste internalisera nya typifieringar, vanor och externalisera nya roller och scheman i samspel med andra individer i samhället än de i den säregna subkulturen, vilket kanske inte är helt enkelt eftersom både den gamla missbrukarvärlden, med dess umgänge och de gamla signifikanta andra ”måste skrotas ner”. Vid transformationen till den normala världen måste missbrukaren finna nya signifikanta andra att känsloladdat identifiera sig med. Beckers resonemang om hur subkulturer bildas dvs, genom identifikation, vilket medför att de individer som har liknande problem och bakgrund identifierar sig med varandra, också är applicerbart på missbrukare som är på väg ut ur missbruket.<sup>99</sup> Precis som vägen in kan också denna identifikation ske i vägen ut, anser jag.

### *Den nya verkligheten*

---

<sup>99</sup> Becker, 1979 s. 38-39, s. 73

Personer i missbrukarens nya omgivning som står för socialisationen ska hjälpa denne att skapa sig en stabil plausibilitetsstruktur, vilket enligt Berger och Luckman är mycket väsentlig för att missbrukarens nya värld ska vidmakthållas, dvs så att inte individen faller tillbaka i missbruk. I Beckers ord borde förändringsprocessen precis som avvikarkarriären bestå av en ackumulerade process som gör att individen utvecklar en viss slags kompetens och social identitet som från början verkar tillfällig men som till slut blir ett komplicerat engagemang. Detta innebär att individen går från att lära sig nya tekniker till att helt hantera dem. Detta resonemang stämmer med Berger och Luckmans tänkande när det gäller skapandet av typifieringsschema så att den nya vardagsvärlden får mening och känns normal och rutinmässig.

Missbrukarens nya perspektiv bevaras via de varaktiga samtalen med de nya betydelsefulla personerna utanför missbrukargruppen. Samtal med andra än de nya signifikanta andra, som vid denna studie kan stå för individens gamla sociala missbrukarnätverk, bör ske med försiktighet, eftersom de har idéer om droger som strider mot den nya verkligheten och kan medföra att individen återigen faller in i denna missbrukarfälla. Att föra en interaktion med sina gamla signifikanta i missbrukarvärlden bör inte komma till stånd förrän än individens nya värld är väl internaliserad och dennes nya typifieringsscheman och roller är inrotade.

Viktigt i denna förändringsprocess måste också vara vad Becker kallar avvikarmotivation, men som för att passa till detta sammanhang, skulle kunna modifieras och kallas nykterhetsmotivation. På samma sätt som Becker tänker sig missbrukarmotivationen kan man tänka sig att personen i förändringsarbetet måste känna nykterhetsmotivation, något givande med det nya icke missbrukande beteendet som sker i växlingen för att fortsätta och ta ytterligare steg mot nykterhet i den nya världen.

Sammanfattningsvis kan man säga att det är viktigt för missbrukare som växlar värld från en avvikande subkultur till en ny primär socialisation, dvs i förändringsprocessen, att ha en motivation att sluta, att bryta med allt i den gamla världen, framför allt de gamla signifikanta andra utan istället i interaktionen med de nya signifikanta andra lära sig nya vanor, typifieringar och inta nya roller som skapas i den nya verkligheten. Kontakt med obehöriga i form av missbrukande kontakter bör inte ske förrän individen passerat novisstadiet i den nya världen.

## 6. Metod

Studiens intresse är att få en djupare förståelse av människors medvetande, att fånga före detta missbrukares upplevelser av interaktionen med personer som betyder mycket för dem i förändringsprocessen. Studien kommer att beskriva före detta missbrukares upplevda verklighet, därför kommer denna studie genomföras på ett kvalitativt sätt, genom relativt öppna ostrukturerade intervjuer som har en fenomenologisk ansats. Den kvalitativa metoden ger en möjlighet att undersöka området på ett djupare plan, vilket är omöjligt med kvantitativ metod som mäter med siffror. Människors upplevelser och erfarenheter når man på ett bra sätt genom en fenomenologisk kvalitativ intervju, vilket ger stort utrymme åt respondenten att beskriva sin egen verklighet som den ter sig för individen. Syftet med studien var inte att tolka bakomliggande orsaker i deras utsagor utan fånga essensen av deras upplevelser av interaktionen med signifikanta andra därför var fenomenologi en mycket passande metod.

En annan anledning till att en fenomenologisk metodansats valdes var för att forskningen inte skulle färgas utifrån mina egna tankar, intryck, känslor och förkunskap och allt annat vetande, dvs att jag inte skulle påverka studien genom att använda förförståelsen som ett verktyg i analysen, utan jag satte min subjektiva erfarenhet åt sidan för att få ett så öppet och objektiva perspektiv som möjligt av det fenomen som studerades.<sup>100</sup>

---

<sup>100</sup> Dahlberg., Drew. & Nyström, 2001 s. 59

Här nedan kommer en beskrivning av de grundtankar som fenomenologiska metoden har, som använts i undersökningen. Senare kommer reflektioner och begränsningar om metoden tas upp och till sist tas genomförandet av studien.

## 6.1 Fenomenologi

Det fenomenologiska förhållningssättet koncentrerar sig på att träda in i individens livsvärld som är en direkt och omedelbar upplevelse så som den är i vardagslivet. Fokus ligger på alldeles riktiga beskrivningar, öppenheten för den intervjuades upplevelser, ansträngningen att sätta förkunskapen inom parentes och på att söka efter oföränderliga väsenmeningar i de intervjuades beskrivningar.<sup>101</sup> Fenomenologin vill således upptäcka och redogöra för den äkta essensen i individernas olika upplevelser om ett fenomen, hitta djupet, en essentiell kärna som alla upplevelser på ett eller annat sätt kan få rum inom, som upprepas i alla livsvärldar.<sup>102</sup> Att ha en upplevelse innebär att skapa mening vilket ses som det grundläggande sättet som omvärlden skapas på, dessutom ger upplevelser människor ett sätt att tala om och handla utefter.<sup>103</sup>

Intresset i fenomenologin är att göra det som framträder tydligt, men också beskriva på vilket sätt det framträder. Det handlar om att fördjupa sig i individernas synvinkel på sin värld och detaljerat tala om innehåll och struktur hos individernas medvetande, att göra deras huvudsakliga mening tydlig, ”att göra det osynliga synligt” Ansatsen är ett försök att göra en direkt beskrivning av upplevelsen, utan förtänksamhet på härkomst eller orsak som upplevelsens har.<sup>104</sup>

Genom epoke` försöker forskaren att arbeta förutsättningslöst, det är det första steget mot öppenhet där forskaren försöker att bli fri från förutfattade meningar. Genom att försöka överskrida den primära verkligheten dvs den naturliga attityden kan forskaren frigöra sig från sina egen förförståelse, frigöra sig ifrån och ifrågasätta sina föreställningar om fenomenet, och i stället se informanternas livsvärld på ett rent sätt, tills sakerna visar sig själv för forskaren.<sup>105</sup> Förförståelsen kan därför listas ner på papper för att man skall bli fri från den.<sup>106</sup>

Fenomenologin anser inte att vi kan få fatt på hela beskrivningen av en objektiv verklighet som är oberoende av subjektet, utan endast upplevelserna av den och är därför intresserad av att undersöka livsvärlden, de omedelbara upplevelserna. De omedelbara upplevelserna innebär att systematiskt reducera alla åsikter och all kännedom till de upplevelser som de måste erfaras av det transcendentala jaget. Denna reduktion gör att de nödvändigaste villkoren för att ett fenomen/föremål hittas.<sup>107</sup> Den fenomenologiska reduktionen går därför inte ut på att ge något omdöme om upplevelsens innehåll, utan bara beskriva den.<sup>108</sup>

Enligt Fenomenologin kan man aldrig nå en fullständig uppfattning, en total bild, utan blott se vissa delar i taget, men inom fenomenologi söks kunskap om objektets oföränderlighet genom att utforska fenomenets väsen. När man utforskar fenomenets väsen bortser man ifrån tillfälliga skildringar och reducerar dem för att finna de nödvändigaste egenskaper, vad fenomenet egentligen är.<sup>109</sup> För att maximera kvaliteter i det fenomen som ska studeras använder forskaren sig av föreställd variation, där denne utforskas många olika möjligheter.<sup>110</sup>

Sammanfattningsvis kan man säga att man utgår från att beskriva det enskilda, till att söka

---

<sup>101</sup> Kvale, 1997 s. 54-56

<sup>102</sup> Moustakas, 1994 s. 97-98

<sup>103</sup> Dahlberg., Drew., & Nyström, 2001 s. 44-46, s. 92

<sup>104</sup> Kvale, 1997 s. 54-56

<sup>105</sup> Dahlberg., Drew. & Nyström , 2001 s. 44-46,92, Moustakas, 1994 s. 85-87, 90

<sup>106</sup> Moustakas, 1994 s. 85-87, s. 90

<sup>107</sup> Moustakas, 1994 s. 90-91, s. 95-96

<sup>108</sup> Kvale, 1997 s. 54-56

<sup>109</sup> Moustakas, 1994 s. 97-98

<sup>110</sup> Moustakas, 1994 s 96-98

efter deras gemensamma väsen, genom att låta fenomenet variera fritt i alla sina potentiella former och se det som håller sig bestående under variationen, för att upptäcka fenomenets kärna, dess väsen.<sup>111</sup>

## 6.2 Reflektion över metodens begränsningar

Det första jag kände när jag arbetade med denna metod var att det kan vara svårt att låta bli att tolka vad respondenterna sa och inte sa. Att på ett objektivt sätt bara lyssna och återberätta det respondenterna hade upplevt var svårare än vad jag trodde. Även om jag så gott det går försökt att sätta min förförståelse åt sidan så fick jag hejda mig för att inte göra tolkningar utifrån den.

Något som kan vara negativt med denna metod är att forskaren kan gå miste om mycket relevanta data när endast ”det som visar sig” studeras och inte tar hänsyn till det som inte syns dvs går miste om dolda budskap. Därför skulle nog trots allt en hermeneutisk ansats inte vara helt omöjlig, också med tanke på mina svårigheter att sätta undan min förförståelse och egna erfarenheter. En annan tänkbar metod som jag funderade över att använda var grundad teori, vilket också skulle kunna beskriva interaktionen med betydelsefulla personer på ett bra sätt eftersom den söker efter sociala processer. Men valde inte den eftersom jag mer var ute efter respondenternas upplevelser i denna förändringsprocess och inte processen i sig.

En annan sak som var lite problematisk var att mycket intressanta aspekter av intervjuerna inte kunde tas med i resultatet eftersom man är ute efter att fånga essensen i upplevelsorna av ett fenomen som finns hos alla respondenters utsagor på ett eller annat sätt. Det kändes tydligt att denna metod inte var lämplig i undersökningar där forskaren har ett emancipatoriskt syfte, eller när man vill identifiera förhållanden som skapat fenomenet och hur olika krafter så att fenomenet uppstår, eller då forskaren har förställda hypoteser som skall verifieras eller falsifieras. Forskaren bör också välja en annan metod om denne vill närma sig forskningsobjektet utifrån sina egna erfarenheter och känslor och förförståelse och vill sätta sig in i studieobjektets situation. Den fenomenologiska metoden lämpar sig bäst inom forskning som har ett deskriptivt syfte, då forskaren vill dokumentera eller beskriva, vilket var fallet i denna studie.

## 6.3 Genomförande

Det första jag gjorde innan undersökningen började var att skriva ner min förförståelse och egna erfarenheter om ämnet missbruk, vilket redovisas i början av resultatdelen. Jag valde ett icke slumpmässigt urval i form av ett snöbollsurval, ett uppsökande urval, som karaktäriseras av att en respondent rekommenderar ytterligare respondenter till undersökningen. Denna metod var användbar i och med att jag inte kände till tillräckligt många personer som kunde ställa upp i min studie. Jag använde mig av detta avsiktliga snöbollsurval för att få de respondenter som är lämpliga för företeelsen som skulle undersökas. Jag kunde inte använda mig av ett slumpmässigt urval eftersom att inte alla människor tillhör kategorin före detta missbrukare, därför var urvalet således avsiktligt handplockat.<sup>112</sup>

För att få tag på respondenter ringde jag till två personer som jag kände och visste var engagerade och höll i AN möten och som själva är före detta missbrukare. Dessa personer kom att bli mina så kallade ”gate keepers” som sin tur ordnade alla respondenter åt mig.

Efter klartecken från mina gate keepers ringde jag personligen upp mina respondenter och berättade om min undersökning och frågade om de kunde tänka sig att träffas för att ställa upp som intervjupersoner. Jag informerade om forskningsetiska reglerna så som informationskravet, samtyckeskravet, konfidentialitetskravet och nyttjandekravet.<sup>113</sup> De blev också tillfrågade

---

<sup>111</sup> Kvale, 1997 s. 54-56

<sup>112</sup> Eneroth, 1984 s. 52

<sup>113</sup> *Forskningsetiska principer*, 1990 s. 6-14



om det gick bra om jag bandade intervjun och berättade anledningen till varför jag skulle göra denna studie och även mina egna indirekta erfarenheter om ämnet togs upp. Eftersom studien tar upp ett känsligt ämne var jag väldigt noga med all information som kunde tänkas vara viktig och eventuella frågor som de hade besvarades på ett genomgående sätt.

Mina intervjuer skedde på den plats som respondenterna önskade och kände sig trygga med. Samanlagt intervjuade jag sex före detta narkotikamissbrukare, tre kvinnor och tre män som varit aktiva missbrukare alltifrån fem år och uppåt. Den sista intervjun skedde med två personer samtidigt av den anledningen att de var ett par, övriga intervjuer genomfördes med en respondent i taget.

Jag använde mig av ett fenomenologiskt förhållningssätt i mina möten med respondenterna dels genom att låta respondenterna fritt beskriva sina upplevelser utifrån en intervjuguide som var öppen och som inte innehöll förutfattade frågor, och dels genom att jag inte försökte tolka deras utsagor som tecken på något annat, utan höll en objektiv ställning. Tekniskt sett var intervjuerna halvstrukturerade eftersom de varken var ett helt öppet samtal eller strängt strukturerade frågeformulär, utan intervjuerna byggde egentligen bara på två stora öppna frågor: ”Finns det några personer i din omgivning som är/har varit betydelsefulla för dig i din väg ut ur missbruket?” och ”Kan du beskriva dina upplevelser angående relationerna till dessa betydelsefulla personer?”

Sedan byggdes intervjuerna upp av ett fåtal följdfrågor för att hålla samtalet på rätt spår, eftersom det är individens personliga berättelse som ska vara det centrala. Som stöd, för att få i gång respondenterna kunde intervjun i vissa fall följas enligt en intervjuguide som tog upp vissa teman. Teman som: ”betydelsefulla personer i förändringsprocessen”, ”familjen”. ”vänner”, ”släktingar”, ”professionella hjälpare”, ”exmissbrukare”, ”missbrukarvänner”, ”partners”, ”andra” också tema som: ”Påtagliga förändringar i relationerna till dessa betydelsefulla personer efter missbruket”, ”upplevelserna av interaktionen med de betydelsefulla personerna under missbrukartiden/i dag” och ”den förändrade livssynen” och liknade. Denna intervjuguide behövdes endast vid ett fåtal tillfällen i och med att respondenterna var så pass självpratande och tog upp det mesta som kunde tänka sig vara intressant för studiens syfte. Varje intervju tog ca 30-40 min. Intervjufrågorna var nästan identiska med forskningsfrågan och dessa teman i intervjuguiden som jag kom att välja bygger på de fakta jag kunnat utvinna i de vetenskapliga artiklarna som tas upp under kapitlet tidigare forskning. Intervjuerna transkriberades, den skrivna texten tillsammans med bandinspelning utgör det empiriska materialet som tolkades.

### *Användningen av de fenomenologiska verktygen*

I mina intervjuer intog jag ett fenomenologiskt öppet förhållningssätt genom att inte använda strukturerade frågor. Efter att ha transkriberat respondenternas utsagor började jag så gott jag kunde även använda mig av fenomenologins olika analyssteg. Som tidigare nämnts skrevs min förförståelse ner på ett papper innan jag gick ut i fältet. Det vill säga, jag gjorde en systematisk genomgång av mina egna erfarenheter kring ämnet och allt jag trodde mig veta om fenomenet som jag skulle studera för att få en så förutsättningslös studie som möjligt.

1. Det första steget var att läsa igenom alla intervjuer, för att få en känsla för materialets helhet. Det gällde vara öppen och nyfiken på vad som hände i materialet.

2. När jag fått en känsla för helheten kunde jag börja med att konfrontera delarna i varje intervju vilket innebar att jag var tvungen att identifiera dem. I denna fas fastställdes och klargjordes meningsenheter så som de uttrycks av respondenterna. Jag hittade meningsenheter genom att sakta läsa intervjuerna och notera var det skedde en förändring eller nyansskillnad. Jag brydde mig inte om varför förändring skedde, det var ju inte studiens syfte, utan det viktiga var att stanna kvar vid en meningsenhet tills att ”it showed itself to the researcher”. Efter

det kunde jag skriva den mening som jag tyckte att den handlar om. Analysen försökte jag hålla så nära det empiriska materialet som möjligt och använde därför rikligt med citat från intervjuerna.

3. Efter att ha upptäckt meningsenheter var det dags att titta närmare på dessa enheter. Jag formulerade det tema som var dominerande i en naturlig meningsenhet. Syftet var att se hur meningsenheterna jag funnit varierade i förhållande till varandra och därigenom försökte jag se bakom deras variation. Det var meningen att försöka tolka de intervjuades svar genom att förutsättningslöst tematisera deras uttalanden utifrån min synvinkel så som den uppfattas av mig som forskare.

4 Detta steg innebar att jag ställa frågor till meningsenheterna utifrån forskningsfrågan, dvs utifrån studiens syfte. Vad säger dessa meningsenheter om respondenternas upplevelser av interaktionen med signifikanta andra?

5. I den sista fasen gällde det att sätta ihop de abstrakta delarna till en struktur. Denna struktur skulle förklara alla intervjuerna. Meningen här var att en essentiell inre essens som alla intervjuer på ett eller annat sätt kunde rymma inom sig. Denna del i den fenomenologiska analysen innebar således att knyta samman hela intervjuernas centrala teman i en deskriptiv utsaga.<sup>114</sup> Jag märkte efter all genomgång av intervjuerna att vissa upplevelser och beskrivningar återkom hos alla respondenter på ett eller annat sätt.

## **7. Resultat**

Detta avsnitt avser att först presentera förförståelse och erfarenheter om ämnet som studien handlar om eftersom jag anser att jag är personligt insatt i detta ämne. Denna förförståelsere-dovisning ska göra så att undersökningen, så gott det går, blir fri från förutfattade meningar. Sedan avslutas kapitlet med resultatet av analysen dvs resultaten ifrån de genomförda intervjuerna med före detta missbrukare.

### **7.1 Min förförståelse och erfarenhet**

Anledningen till att jag valde att skriva om ämnet missbruk och framför allt om vägen ut ur missbruk, är för att jag har en nära anhörig som under många år har missbrukat droger och som nu är på väg ur det, men också för att det är ett socialt etablerat problem i vårt samhälle som ofta tas upp i debatter.

Som utomstående kan det upplevas väldigt frustrerade att se hur en anhörig lider utan att man på något sätt kan hjälpa till och istället känna sig som ett störande objekt. Jag har själv ofta upplevt interaktionen med min nära anhöriga i förändringsprocessen som väldigt påfres-tande och smärtsam. Den hjälp och det stöd som jag försöket ge har inte på något sätt blivit besvarat, utan istället nonchalerats bort. Det har för mig varit väldigt svårt att lita på och lära känna denna person. Personligen kan jag känna att jag inte vet hur man på bästa sätt kan stöd-ja och hjälpa en person som befinner sig i en sådan situation, men genom att få höra före detta missbrukares egna upplevelser av personerna i dennes omgivning som är betydelsefulla kan det förhoppningsvis skänkas viktig information, inte bara åt de personer, som är dennes när-maste omgivning, utan också till andra som har att göra med dessa människor av olika anled-ningar. En tanke som slog mig var att informationen kan vara till nytta i behandlingssyfte. Trots att jag själv känt att jag blivit bortstött tror jag ändå någonstans att det bästa sättet att komma ur ett missbruk är att ha betydelsefulla personer omkring sig som stöttar och ställer krav, för att visa att för denna person är behövd och uppskattad.

Min förförståelse av hur interaktionen med signifikanta andra upplevs för en före detta missbrukare är på så vis väldigt färgad av mina erfarenheter jag har till denna anhöriga person som jag nämnt. Jag tror och hoppas att det bara är den första tiden i förändringsprocessen som

---

<sup>114</sup> Kvale, 1997 s. 177-178, Dahlberg., Drew. & Nyström , 2001 s. 188-194

personen upplever relationen som stötande och att upplevelserna förändras till det mer positiva ju friskare personen blir. I början kan jag tänka mig att relationerna till de betydelsefulla personerna präglas av mycket konflikter, förbittring, svek och besvikelse främst ifrån de andras synvinkel men kanske också ifrån missbrukarens. Jag tänka mig att relationerna senare karaktäriseras av tacksamhet, glädje och öppenhet så att en äkta relation kan skapas. Jag kan tycka att denna relation inte bara hänger på den drabbade utan också på omgivningen, vilka måste visa att de tror och litar på denne, så att dennes självkänsla kan lyftas upp. Eftersom jag själv har en relation till en person som har missbrukat droger känns det som jag är ganska insatt i problematiken, även om jag aldrig kan uppleva och känna det ur missbrukarens situation. Dock vill jag påstå att jag är mer insatt än dem som aldrig haft en relation med en person som har missbrukat.

## 7.2 Resultat av intervjuerna

Så vilka är nu de signifikanta andra som är viktiga för vägen ut ur missbruket och framför allt, hur upplevs interaktionen med de signifikanta andra av före detta narkotikamissbrukare i förändringsprocessen? Det är vad denna del i uppsatsen ska föröka svara på. Först kommer en presentation på vilka de signifikanta andra består av, för att sedan presentera de tre essenserna av upplevelserna som framkom i analysen som är relaterade till olika tidsskeden, nämligen under missbruket, i början av förändringsprocessen och i slutskedet av förändringsprocessen dvs i dagsläget.

Jag valde att göra rubriker av de essenser som visades tydligt för mig i analysen, därefter underrubriker av de teman som framgick i varje essens. Detta innebär inte att det är de teman jag systematiskt utgick från och ställde vid intervjuerna utan dessa teman har respondenter själva på ett eller annat sätt tagit upp under intervjuerna. När samtliga respondenter skulle beskriva sina upplevelser av interaktionen med signifikanta andra i förändringsprocessen så jämförde de dessa relationer med hur de var under missbruket, för att påvisa skillnaderna, därför har jag även valt att ta upp upplevelserna av interaktionen med signifikanta andra under missbruket, även om det inte var det som studien egentligen intresserade sig för. Det fanns även andra aspekter som framkom i samtliga intervjuer som inte direkt anknyter till frågeställningens ”signifikanta andra”, men som jag ändå har valt att ta upp, eftersom de är viktiga aspekter i förändringsprocessen.

I analysen hittades tre essenser som var och en för sig innehåller ett antal teman. De tre essenserna är uppdelade i tidsordning. Den första essensen var: *Isoleringsfasen- tiden innan förändringsprocessen (upplevelser av isolering)*, vilket innefattar tiden i missbruket med teman som ”Anhörighetsbrotten”, ”De störande anhöriga”, ”insikten att sluta missbruka” och ”De styrande signifikanta andra”

Den andra essensen var: *den återuppbyggande fasen första skedet i förändringsprocessen (upplevelserna av att bygga upp relationerna)*, vilket innefattar första tiden i förändringsprocessen med teman som: ”Upplevelser av lättnad, sorg och ånger”, ”Upplevelser av tacksamhetsskuld”, ”Upplevelser av misstänksamhet och kontroll”, ”Upplevelser av ett världsbyte” och ”Rutinernas betydelse i förändringsprocessen”.

Den tredje essensen var: *den öppna fasen- sista skedet i förändringsprocessen (upplevelser av öppna relationer)*, vilket innefattar förändringsprocessens sista tid dvs nutiden med teman som: ”Upplevelser av trygga sociala band”, ”Upplevelser av ökad ärlighet och tillit”, ”Upplevelser av avsky till missbrukarvännerna”, ”Behov av att hjälpa andra” och ”Upplevelser av förändrad livssyn”

### *De Signifikanta andra*

*Familjen, så här sa en respondent om sin familj:*

”viktiga för mig var ju självklart mina föräldrar ... dom var ju helt enastående. Dom har varit helt fantastiska .. som har aldrig gett upp...dom har trott på mig”

Citatet ovan visar på hur viktigt familjen var för respondenterna som intervjuades. Gemensamt såg alla före detta missbrukare interaktionen med signifikanta andra i förändringsprocessen som en viktig faktor för tillfrisknandet, en person uttryckte det så bra: ”de är verkligen ett socialt skyddsnät som fångar upp en när man håller på att falla”. Signifikanta andra är dem som står med öppen famn, de upplevs av respondenterna som personer som ”alltid finns där” ”som står bakom en” som ”tror på en ” och som ”stöttar en”.

Alla räknade upp signifikanta andra som ”familjen”, då främst ”mamma och pappa”. De respondenter som hade barn, kände att ”barnen” var väldigt betydelsefulla för dem i vägen ut ur missbruket. Familjen ansågs mestadels stå för det känslomässiga stödet.

*Exmissbrukare*, var en slags signifikanta andra som antingen var på hem eller behandling av samma orsak som dem själva eller som jobbade som behandlare på de ställen som respondenterna kom till. Det fanns också exmissbrukare i AN möten som alla respondenter frivilligt var delaktiga i. Dessa exmissbrukare var personer som respondenterna kände att de kunde identifiera sig med, känna samhörighet med, som de såg upp till och som påvisade att en lösning var möjlig. De upplevde att dessa människor bättre än andra kunde förstå dem eftersom de själva varit där, de kunde prata ut om allt de varit med om. De så kallade medbröder och medsystrar som de kunde dela erfarenheter och känslor med, beskrevs som ett otroligt stöd. En respondent säger så här om de andra brukarna på hemmet som hon var inlagd på:

”Det fanns andra missbrukare som jag kunde dela saker och ting med. Känna att det fanns andra som levt ett liv precis som jag. Ibland när jag hörde andra berätta om sina liv kändes det som om de var mig dom berättade om. Att det var mitt liv...det kändes skönt att ha dem där så att vi kunde stötta varandra”.

En annan respondent resonerar på samma sätt och säger så här:

”Det var bra så att jag kunde se att det var möjligt”... jag blev pushad ..helt enkelt. Människor som fanns där som jag kunde prata med.. Särskilt dessa andra medbröder.. som var i samma situation som jag”.

En annan respondent betonar också vikten av dessa medbröder han menade att relation gick ut på att ”*motivera varandra*.”. Han sa att det var ”väldigt nyttigt att prata med dem” om saker så att de kunde ”både skratta och gråta och få ut känslorna”.

*Professionella hjälpare* var en annan väsentlig kategori, så som kontaktpersoner, vårdare samt ideella arbetare. Dessa personer beskrevs ofta som ”auktoritära” på något vis. Det var människor som det var ”tag i”, som inte visade överdriven mildhet utan ”visade var skåpet skulle stå”, dessa uppfattades som kunniga personer som visste vad de gjorde.

Det visade sig att det var viktigt för respondenterna att se och samspele med andra människor som var på behandlingen, både dem som var där av precis samma anledning som dem själva men framför allt de som jobbade där, som var gamla missbrukare. En respondent upplevde att det för honom som missbrukare kändes jätte konstigt att det fanns människor som en gång hade missbrukat nu jobbade på behandlingshemmet. Så här säger en respondent om en behandlare:

”nej men de som jobbar på hemmet ser ju igenom en , man kan ju knappast säga att nej jag mår så dåligt jag måste knarka...dom kunde säga äh skitsnack !du är ju beroende det är därför du knarkar sluta med att självönka”

*Vänner:* vänner de haft innan missbruket var viktiga i förändringsprocessen, som de återigen försökte bygga upp en relation med. En respondent beskrev att denna vän visste att hon ”innerst inne var en god människa”. En annan tjej sa att en gammal vän som tog avstånd från henne då hon började droga ” nu började höra av sig när hon visste att” respondenten ”slutat med droger”. Kontakten med dessa människor upplevdes som betydelsefulla.

#### *Isoleringsfasen –tiden innan förändringsprocessen börjar*

*Anhörighetsbrottet:* innefattar upplevelserna av relationerna till signifikanta andra under missbruket. Relationerna till signifikanta andra var under missbruket avbruten av olika anledningar. Respondenterna talade om att de signifikanta andra sagt upp kontakten med missbrukarna, att dessa inte vill ha kontakt med respondenterna så länge droger fanns med i bilden eftersom de ville visa att det respondenterna höll på med var oacceptabelt och inget de ville stödja. I detta fall handlade det om respondenternas familjer men även om vänner. Men att relationerna, så fort drogerna försvunnit, sakta men säkert tagits upp och lagts under reparation, vilket beskrivs mer under nästa fas.

En respondent sa att hon inte fick vara hos sin mamma när hon drack och knarkade men att det gick bra när hon var ren. En annan uttryckte det så här:

” Men under min tid som aktiv... då ville de inte veta av mig.. då tyckte min mamma att jag lika gärna kunde dö .. för det liv jag levde var hemskt... men så fort drogerna försvann ut ur bilden har de stöttat och hjälpt mig under hela denna process”.

En annan sa att han ville ha pengar mat och stöd i sitt missbrukare beteende men att föräldrarna inte ställde upp på det eftersom att ”De hade ju lärt sig att det inte gick att dalta”, vilket då upplevdes som väldigt irriterande. Respondenten sa: ”att hålla på att stödja en som är i ett missbruk.” då insåg de nog att det var mycket bättre att inte ha någon kontakt alls”

Respondenterna sa att de själva heller inte hade något intresse av att ha dessa människor så nära in på sitt liv, utan att de kände ”irritation” är dessa var i deras närvaro. En respondent menade att hon uteslöt familjen helt under sina år som missbrukare. Hon sa: ”Jag avvisade dem väldigt starkt ville inte att de skulle komma mig in på livet... och se min verklighet.”

*De störande anhöriga:* Känsloerna gentemot familjen när de till sist kom och störde i missbruket beskrivs som blandade känslor. Samtliga menade att känslor av ilska och/eller skuld, ångest uppkom i dessa lägen. En sa så här: ”frustration över att ha detta dubbelspel”. Hon kände sig ”arg” och ”irriterad” på dem under missbruket. Särskilt ”när de bara dök upp utan att ringa först”.

De beskriver på liknande sätt hur de kände inombords då människor stör eller går emot dem på något sätt.

”det är ju otroligt känslomässigt upprivande, när föräldrar gör så här så känns det inombords det är bildas en skam och framför allt en skuld känsla för allt man har gjort så fel”.

En respondent beskriver det så här:

” vilket jag i dag tror är bra... det är bra att de är irriterande... att dom kommer och stör menar jag. För då kommer den där ångesten ..Det blir jobbigt när de dyker upp. När man ser dem, den där ångesten gentemot dem kommer då ... jag menar hur dålig man än är, är dom det ju ens föräldrar... vid dessa tillfällen händer det något inom en , det händer något med sig själv när man ser dem. Man mår dåligt för att man ser att dom mår dåligt”

*Insikten att sluta missbruka:* Trots att respondenterna upplevde att de signifikanta andra var viktiga för dem i vägen ut ur missbruket visade det sig att själva beslutet att sluta droga till stor del handlar om individens egen insikt. Det handlar också om att, som en respondent uttryckte det, att "förlora allt" att ta "sina konsekvenser". Individerna i intervjuerna beskriver att de på något sätt nått en punkt av att må dåligt i sitt missbruk att funderingar på döden gjorde sig gällande. När nivån av ett sådant dåligt psykiskt tillstånd att den enda utvägen som fanns för dessa individer är att antingen byta liv, sluta med sitt missbruk eller att dö. Man kan säga att det handlar om att göra ett val, där det måste finnas en motivation att vilja ändra sitt liv. En annan tar upp döden på följande sätt:

"jag valde att ändra mitt liv och det har jag gjort... det fanns inte så mycket annat att göra än att ta rycka upp sig, jag var tvungen om man inte ville dö förstås ...det hade gått så långt i mitt missbruk.. för det var så jag kände... och ett sånt tillstånd vill man inte hamna igen"

En annan sa:

"jag kände att jag inte hade något kvar av mitt liv... antingen så måste jag dö eller så måste jag göra någonting åt det här....jag var ju många gånger otroligt nära att dö...det var ju inte så svårt att ta livet av sig i häktet precis".

Genom dessa citat vågar jag påstå att motivationen att sluta var tvunget att komma inifrån respondenten själv innan de signifikanta överhuvudtaget kunde bistå med stöd.

*Den styrande signifikanta andra:* Respondenterna beskriver sig själva som motiverade att sluta ta droger och därför fanns där inget motstånd till att bli hjälpta från drogmissbruket. Många beskriver att det berodde just på att de hade hamnat så långt ner, att det enda de kunde göra var att göra som andra sa till dem. En respondent uttrycker sig så här:

"Jag var i ett sånt dåligt skick att jag inte kunde orkade göra något motstånd. Jag kände bara ...jag orkar inte längre! Det här handlar om mitt liv!! Jag har inget val. Vill jag leva så måste jag åka i väg här ifrån och få hjälp. Jag kände att jag inte fixade det själv. Om jag inte gör det här nu så kommer inte jag leva...då är jag död innan årets slut".

Genom uttalanden som detta kan man påstå att respondenterna upplevde sig själva som väldigt medgörliga och i behov av någon som styrde upp vardagen åt dem, i detta fall rörde det sig om professionella hjälpare så som exempelvis vårdare, terapeuter eller/och exmissbrukare som visste hur dessa individers skulle tas. En respondent beskrev en relation till de professionella hjälpare som dessutom själv varit narkoman på följande sätt: "väldigt öppen och inget daltande, det var ingen som klappade en på huvudet precis. Det var mer hårda tag".

En annan sa:

"sen när jag kom till behandlingen var det ju samma sak...det var ju gamla missbrukare som jobbade där också,... de hade ju lätt att känna efter hur mycket de kunde pressa mig, hur mycket tryck de kunde lägga på mig".

*Den återuppbyggande fasen - första skedet i förändringsprocessen*

*Upplevelserna av lättnad, sorg och ånger:* Det är den första tiden i förändringsprocessen som är den mest kritiska. Vid det tillfället individen ska starta ett nyktert liv. Det är då individen ska försöka återanpassa sig till det konventionella samhället igen, vilket upplevs som den jobbigaste fasen för personen i och med att de är så psykiskt och fysiskt nedgångna.

Respondenterna upplevde att det var först efter att de slutat med drogerna som en riktig

relation kunde påbörjas. När kontakten började tas upp igen upplevdes en stor "lättnad" och "befrielse" för respondenterna eftersom respondenterna kände ett stort stöd i dessa relationer. Många trodde att relationerna till dem var helt förstörd men att så var inte fallet utan att dem gick att rätta till, som en respondent sa "relationen var bara kraftigt påverkan av mitt missbruk". Det handlade om, vad en respondent uttryckte, att under missbruket ha "förstört ett förtroende" som efteråt skulle byggas upp.

Förändringsprocessen, främst den första tiden beskrivs på ett tvetydigt sätt. Samtidigt som den beskrivs som en tid av smärta, sorg och gråt över det som varit, beskrivs den också som en lättnad över att få berätta och ge tillbaka, att "få lägga alla kort på bordet" inför sina signifikanta andra, och få en ärlig relation till dem. Repliken "Att lägga alla kort på bordet" var ett vanligt svar i mina intervjuer.

En person sa: "...i början i tillfrisknandet hade jag väldigt mycket sorg..." En kvinna upplevde att hon var mycket ledsen under sin första period i tillfrisknandet och ville gråta. En annan uttryckte sig så här:

"Men när de sen fick veta det här med drogerna var det ju väldigt jobbiga känslor dom kom upp. Alla grät. Sorg och smärta. Det kändes väldigt svårt att se dom man älskar så ledsna ... att det att man gjort dem så illa, det var hemskt."

*Upplevelser av tacksamhetsskuld:* Analysen visade på att en före detta missbrukare mer eller mindre känner en slags tacksamhetsskuld till dessa signifikanta andra, då oftast till sin familj men också vänner. Respondenterna menade att de kände ett behov att ge tillbaka, att rätta till det som de tidigare hade orsakat. En respondent sa att hon fortfarande kände "samma tacksamhet eftersom" den signifikanta andra hade ställt upp så mycket på henne, och att hon "aldrig hade fixat det själv".

En annan respondent kände att han ville ge tillbaka det han hade tagit ifrån sina föräldrar, det som hade gått förlorat i deras relation, att han idag kunde sätta sig in i deras situation, han betonade tacksamhetsskulden på följande sätt:

"Men jag kände att jag bar på en otrolig skuld till dem och då får man ta det. För dom vill ju ha tillbaka det som dom förlorat ..den förlorade relationen under alla år jag missbrukat. Den tid dom har missat med mig.. och de vill ju bara väl, även om det kändes jobbigt så får man köpa och svälja det. ..och hålla god min.. för jag menar dom är ju värda det. Kan man på något sätt ge tillbaka måste man ju göra det".

En annan respondent beskrev också denna skuld, fast med lite andra ord:

"att få tillbaka kontakten till mina föräldrar var ju viktig.. den var ju väldigt dålig under många år. Det stärkte mig jätte mycket att känna att det går att reparera den här skadan som jag har orsakat.. ställt till med under de här åren ... mina föräldrar kommer inte försvinna . Det var viktigt att prata med dem och be om ursäkt för allt det jag hade ställt till med".

*Upplevelser av misstänksamhet och kontroll:* Samtliga respondenter nämner att de signifikanta till en viss del kunde vara oroliga men inte så som de var under missbrukartiden. Den första tiden i förändringsprocessen kunde på så sätt upplevas som lite misstänksam, främst ifrån de signifikanta andras sida, men att respondenterna själva i början hade svårt att lita på folk eftersom att individer i missbrukarvärlden inte var pålitligt folk, och att de därför inte var vana med att andra gjorde saker för dem av den anledningen att "de vill väl".

En sa så här om sin mamma: "den första tiden ville hon gärna ha koll på alltingen och hälsade på i tid och otid...". En annan sa att hon hade börjat bygga upp en relation med sina barn under tiden hon satt i fängelset, " jag ringde varje vecka och skrev brev varje dag ...men min flicka var lite misstänksam i början kanske var det för hon var äldst och förstod mer."

Det beskrevs att barnen till dessa före detta missbrukare kunde vara kontrollerande, "han var

väldigt kontrollerande ... kollade allt jag gjorde... mina grejer, väskor allt och han gick inte utanför dörren, på något sätt måste han ha vetat”.

En respondent beskrev hur hennes osäkra självbild och attityden, i AN gruppen förändrades ju fler gånger hon gick dit, att det handlade om respekt och känslan av att vara trygg, så här uttryckte hon sig:

” Man satte upp gränser för hur relationen på mötena ska vara, Man ska vara där på ett ärligt sätt. Och att ha respekt är en viktig del. Ju mer tid där ju finare blir relationen. Man vill ja att relationen på mötena ska vara trygg. Som jag då hade ju massa attityd i början i relationen med personerna på dessa möten sen lärde jag ju mig, man lär ju sig av dem vi ser och umgås med. Jag hade ju en jätte dålig själv känsla ... men när det då är öppet, ärligt och kärleksfullt då kan man våga vara ganska så snäll”.

*Upplevelserna av ett världsbyte:* Att sluta missbruka har på något sätt beskrivits av respondenterna som att ”byta värld”. Det handlar om att återigen bli novis, i synnerhet i kontakten med andra utanför missbrukargruppen eller samhället i allmänhet, att de genom lång tid i missbruk har glömt av hur man umgås utan att det fokuseras på droger, vilket de i början av förändringsprocessen var tvungna att lära sig. Relationerna i ett drogfritt liv skiljer sig avsevärt från de relationer de hade under missbruket. Alla beskriver tydligt denna upplevelse av att vara ny. Upplevelserna är i form av både rädsla, nyfikenhet och fascination. Alla pratade om hur de på något sätt måste lära sig saker på nytt. En del sa ordagrant att de handlade om en ”pånyttfödelse” och att de ”klev in i en annan värld”, citat som detta är ett lysande exempel på det:

” Men så helt plötsligt kliver jag in...och ska försöka lära mig att leva nykter och drogfritt och ser det ju då på ett ganska mörkt sätt .. hur ska det här gå... att kliva in i en helt annan värld som jag inte känner till. Jag vet inte ens hur man går och fikar.. jag vet inte hur man gör faktiskt. Det är mycket som spelar en roll de här som man säger att man lärs sig som ett barn på nytt, det stämmer ju”.

En annan sa att missbrukargruppen hon var med i hade sitt ”eget språk”. En respondent beskrev att allting som hände i ”novisstadiet” kändes ”häftigt och så nytt” ord som ”rädsla” kom också upp.

En annan respondent förklarade samma känsla genom att beskriva att han upplevde att han i missbruket hade olika masker där han låtsades att han kunde hantera olika situationer, men att han i själva verket inte var sig själv utan att allt var ett skådespel. Respondenten upplevde att det sedan efter missbruket var svårt att vara ärlig, så här uttryckte han sig:

”...Sen att göra detta på ett ärligt sätt det visste jag ju inte hur man kulle göra.. det upplev jag som jobbigt ....jag fick ju bryta ner missbrukaren i mig...jag fick försöka tänka logiskt”

*Rutinernas betydelse i förändringsprocessen:* Utöver dessa viktiga personer som fungerade som stöttpelare fanns det också ett tydligt tecken på att rutiner i vardagen är en mycket viktig komponent för att nå tillfrisknande. Rutinerna var som mest utpräglade i början av denna förändringsprocess, oftast påbörjades strikta regler och rutiner redan på behandlingshem som de befann sig på. Respondenterna menade att det var viktigt att göra det man bestämt sig för och inte strunta i det. Dessa rutiner eller så kallade dags/veckoplaner fortsatte respondenterna med mer eller mindre även efter att blivit utskrivna från hemmen. Många respondenter menade att det kunde handla om triviala saker som att planera rutiner som ” äta frukost” bädda sängen” ”att gå på AN möten” men också rutiner som att gå till ett jobb eller en dagverksamhet. En respondent menade att man ” i missbruket lär sig destruktiva ritualer” och ”de måste man ju bryta”. Han sa:



Man har ju fortfarande den där missbrukaren i sig men genom att inte möjliggöra missbrukande beteende genom friska ritualer tar man ännu ett steg in i tillfrisknandet, detta är ju något jag får jobba med under en lång tid. .Dessa ritualer stärker vi ju på AN mötena exempelvis”.

Sysselsättning förhindrade på så sätt destruktiva tankar, som exempelvis tankar om droger. Att ha något att utföra medförde också att respondenterna kände sig betydelsefulla. En respondent menade att det inte handlade så mycket om till vem eller vart han gick, utan snarare om att han överhuvudtaget hade någonstans att gå där det fanns personer som han kunde vara sig själv med. Allt efter tiden gick i förändringsprocessen och ett mer stabilt tillfrisknande hade uppnåtts upplevde respondenterna att de kunde släppa lite på sina rutiner. Många uttryckte sig så här angående rutinerna:

” Det är ju jätte härligt att gå upp på morgonen, gå och jobba komma hem lägga sig i soffan framför tv, åka och träna och ha det lugnt och skönt. Dessa regelbundna rutiner hade man inte förut. Rutiner är något som är viktigt för nykterheten man vet vad som gäller och vad som ska komma. När jag kom hem ifrån behandlingen, avgiftningen gjorde jag rutiner av allt exempelvis träning, hur jag skulle bete mig vissa rutiner jag hade när jag kom hem var jag tvungen att göra vissa saker i en viss ordning... fixa sängen... ställa in varorna i kylan om jag handlat .. innan jag gick på toa exempelvis. Jag kunde inte göra saker och ting i en annan ordning. På något sätt var det jätte viktigt för mig. .. att följa vissa saker”.

”det gäller att man i början i nykterheten gör saker och ting ..att man sysselsätter sig. Och att man inte börjar dela med sig själv och ger efter och släpper på sina rutiner och regler man har ställt upp. Har man bestämt en sak kan vara en liten sak att man verkligen gör den. Man gör det man har bestämt sig för både i det lilla och i det stora.. för klarar man inte av småsaker .. det lilla klarar man inte saker i det stora.. man ska inte börja flytta på gränserna”

### *Den öppna fasen – slutskedet i förändringsprocessen*

*Upplevelserna av trygga sociala band:* I dag, det vill säga i förändringsprocessens slutskede, upplever alla före detta missbrukare som jag intervjuat att de kommit närmare sina signifikanta andra. Det finns ett känslomässigt band som tidigare saknades. Många påstod att de inte ens hade haft en sådan relation till sina föräldrar tidigare. En respondent sa att det inte fanns någonting som skulle få honom att förstöra det som de tillsammans har byggt upp, på grund av att banden mellan dem är så pass starka. Samtliga respondenter menar att relationen till de signifikanta andra i dag är förändrad, den är stabil och kontinuerlig. De upplever den som ärlig och trygg. Förtroendet som byggt upp är något de vårdar med omsorg. En respondent uttryckte sig så här om sin relation till sina föräldrar: ”Relationen i dag kan jag beskriva som trygg, väldigt trygg och ärlig, öppen, kärleksfull och uppmuntrande. De stöttar mig och är de bästa föräldrar man kan ha.”

De beskriver att de nu kan prata om allt sådant som de inte vågade prata om tidigare. En respondent säger att gått från att inte ha haft någon kontakt med sin pappa under 6 års tid i missbruket till att prata med honom varje dag. En annan respondent beskriver att hon blivit mer säker i sig själv och i dag kan sätta gränser för sin son vilket på grund av sitt dåliga samvete inte var möjligt förr. Det tyder på att respondenterna har byggt upp sitt inre så att de kan hålla sunda och kärleksfulla relationer till sina signifikanta andra.

Så här säger en om de relationerna som denne har i dag:

”absolut mycket närmre.. relationen till dem har ju aldrig varit så bra som den är i dag.. inte någon gång under hela mitt liv känns det som. Vi kan prata om allt. Såna saker som jag inte vågat prata med dem om tidigare. Jag har inte... haft någon bra.. känslomässig kontakt med mina föräldrar.. för jag har inte.. vad ska man säga...det har inte gått nå bra liksom.. jag har inte tidigare vågat vara ärlig.. och berätta vad jag tycker och tänker ”

*Upplevelser av ökad ärlighet och tillit:* Relationerna till de signifikanta ändrades från att ha varit ett irritationsmoment i missbruket till att upplevas som en mer öppna i början av förändringsprocessen, även om de menade att det var sånt som tog tid att bygga upp. Men generellt bestod upplevelserna av förändringarna i interaktionen inte längre av något hemlighetsmakeri ifrån respondenternas sida, utan bestod av en mer ärlig relation än tidigare. En respondent beskriver att relationerna blivit mer ärliga på detta sätt:

”Sedan gick tiden jag kom in på behandling de hälsade på mig och alla märkte ju av förändring naturligtvis .. jag började ju förstå mer och mer .. det verkliga livet igen ... i och med det förändrades också relationerna jag hade till mamma och min syster... dom fick veta precis allt.. och det var så skönt att få ur sig det. .. jag var ärlig... relationen blev en äkta.. ärlig relation.... För alla barriärer släpptes ...de fick verkligen veta om mitt liv.. det var en sån lättnad”.

Respondenterna beskriver tillfrisknandet som en process där ”respekt” både mot sig själva och mot andra och att ”tillit” stegvis byggs upp i relationerna. De betonar att relationen ändrats till att vara en mer ”ärlig” än förr. De flesta känner att deras betydelsefulla personer i deras omgivning hade hopp om dem och att de i omgivningen märkte av deras förändring.

De respondenter som hade barn, upplevde att barnens kontrollerande beteende ändrades med tiden och kontakten med dem upplevdes som mycket närmare. En respondent trodde att sonen alltmer kände att han kunde lita på henne. ”Han kollade inte längre mina saker ...relationen började så småningom byggas upp av tillit. Han fick mer förtroende för mig helt enkelt”.

Så här beskrev respondenterna om förändringarna till sina signifikanta andra:

”från början när jag var i missbruket var det så mycket frustration och ilska.. som när de fick veta.. gick över till sorg , smärta ..där det spelades med öppna kort.. till en lättnad... ärlighet... jag visste att de fanns där för mig. Sedan byggdes relationen upp på ömsesidig tillit”.

*Upplevelserna av avsky till missbrukarvännerna:* Inga av respondenterna nämnde att deras missbrukarvänner var en stödjande faktor i vägen ut ur missbruket, tvärtom så trodde de att kontakt med dessa kunde skapa negativa konsekvenser. En menade att han var rädd att umgänge med dem skulle skapa sug efter droger. Många fick känslan av avsky när de tänkte på missbrukartiden. De flesta menade att dessa missbrukarvänner inte var några riktiga vänner utan att umgänget endast handlade om att ta till sig droger. Men som tidigare nämnts så bröt så gott som alla med sina gamla missbrukarvänner, alla utom en som sa att han hade ett fåtal som han räknade som riktiga kompisar men att han kunde förstå dem som bröt med sina gamla polare. När han kom in knarkarkvartar beskrev han ändå sina känslor på samma sätt som de övriga, han kände likt de andra avsky. Han beskriver det så här: ”när jag exempelvis ska hämta någon och när jag då ser allt... känner jag bara fy fan vilket liv”. ”Man blir frustrerad när man ser dessa människor”. De andra menade att bryta kontakten var ett måste för att nå tillfriskande. Antingen handlade det om att byta ort, byta identitet eller slänga alla telefonnummer som hade med de gamla vännerna att göra. Respondenterna kände att det tidigare livet inte var något som de saknade utan de kände att det var något som var passerat och nu var på väg in i ett annat. En respondent beskrev sina känslor så här när hon såg sin gamla missbrukarvänner på stan: ”jag känner bara fy! Jag vill inte ha något med dem att göra... jag känner avsky”. En annan berättade att hon skiljde sig från sin make som också var missbrukare, att hon i smyg bytt identitet och hade hemligt nummer så att hon skulle bli omöjlig att nå. Hon sa: ”Nej! Så jag bröt med han, skiljde mig ...jag kunde ju inte ha han i mitt liv om jag skulle vara drogfri” Andra sa det på det här viset:

”Men jag bröt ju med mina gamla missbruksvänner.. det är man tvungen till... de var ju inget roligt längre att umgås med dem när man själv inte tog... man tycker ju såna är helt knäppa .. vi hade ju inte längre något gemensamt”.

”Nej ingen kontakt... man måste bryta helt allt vi hade gemensamt var ju drogerna inget annat... när jag bestämde mig för att sluta kände jag inget stöd ifrån dem. Jag bröt helt med dem det måste man göra...man har ju inget att sedan bygga relationen på.. Vi hade ju vårt sätt att umgås.. vårt sätt att prata som man gjorde när man var på tänd”.

*Behovet av att hjälpa andra:* Det visade sig att före detta missbrukare, i slutet i förändringsprocessen, på olika sätt hade ett behov att hjälpa andra. På något sätt handlar det om att kunna vända på denna negativa livserfarenhet till något positivt och använda resursen inom sig till att vägleda andra som är i den situationen som de en gång varit i. En respondent uttrycker sitt behov att hjälpa andra missbrukare så här:

”En viktig grej ,... det här med att hjälpa andra.. man vet ju hur andra känner .. ,mitt mål är ju att bli behandlare ... jag har ju blivit tillfrågad...så fort barnen blivit stora nu ...så ska jag ägna mig åt det mer.. det är viktigt ...att kunna känna med andra....precis på det sättet som dom känner.. det kan ju jag göra”.

Det vanligaste som respondenterna beskrev var att de engagerade sig i anonyma narkomaner där de ofta var med och öppnade mötena. En kvinna sa att hon efter sin tid på behandlingshemmet var med och startade upp AN och var aktiv i AN minst 5 kvällar i veckan och att behovet av att hjälpa andra var stort för henne. Vissa respondenterna sa också att de hade en roll som hjälpare i sitt yrke, dessa respondenter jobbade som kontaktpersoner eller vårdare på behandlingshem. En respondent säger att han vet att den erfarenhet han har av att ha ett aktivt missbruk och erfarenheterna av att ta sig ur det är en värdefull resurs som han vill dela med sig. Han beskriver sitt behov av att hjälpa andra så här:

”jag vet ju att den här resursen kan hjälpa andra som nu är i den situationen som kanske är under behandling eller liknande... och vill göra någonting åt sitt missbruk. Jag har erfarenhet av det och vet vad som krävs för att ta sig ur det. .. tillfriskna det är ju därför jag jobbar med det jag gör i dag... jag jobbar ju med ..dessa människor”

*Upplevelser av förändrad livssyn:* Naturligtvis tyckte samtliga respondenterna att de intagit en helt annan livssyn i dag jämfört med vad de hade under missbruket. De upplever en glädje och ett engagemang att leva och en tro på framtiden till skillnad från förr då ingen glöd fanns. Det uppskattar de vardagliga stunderna som tidigare föraktades och trivs med att umgås med andra människor. Särskilt en betonade hur han tidigare i sitt missbruk föraktat ”Svenssonlivet” denna ”trisstress” som detta liv innebar som han uttryckte det, men att han i dag ”älskade denna tristess”. Han menade att han idag uppskattade att gå till jobbet, komma hem, åka och träna och sedan ”lägga sig i soffan framför tv och ha det lugnt och skönt”. Respondenterna upplevde att de fått en annan syn på hur man ska bete sig som i många fall handlar om respekt både mot sig själv och för andra. Alla talar om en förändrad livssyn, att livet i dag upplevs helt annorlunda, fast utifrån olika sätt. Här är några exempel:

...”jag har en helt annan syn på livet idag... allting är annorlunda” .

”Ja det var ju en väldig skillnad ... jag ville ju leva och jag såg ju en framtid... jag var så tacksam för livet... förr i missbruket var jag ju missnöjd med allt. Allt kändes skit...i dag kan jag vara tacksam för sånt jag tog för givet då. jag har ju fått en ny chans i livet ... otroligt tacksam för det.. jag har en helt annan syn på livet i dag.. jag har blivit snällare men på vissa sätt kan jag sätta gränser .Tacksam för folk om kring mig... Nu kan jag visa och känna respekt.. respekt mot mig själv ...jag känner efter i mig själv mer.. att ha denna respekt

är viktigt när man missbrukar har man ingen respekt ... framförallt ingen respekt mot sig själv... och i och med det ingen respekt för andra.... Nej jag är tacksam för det jag har idag...Ett gott samvete är den bästa huvudkudden”

### 7.3 Sammanfattning av resultatet

Så sammanfattningsvis, de signifikanta andra består av familjen, vänner, exmissbrukare och professionella hjälpare som upplevdes som personer som stöttar och som står bakom individen. Familjen upplevdes som ett emotionellt stöd medan de professionella upplevdes som auktoritära och styrande. I analysen kan jag tycka mig se tre olika essenser, förändringar i deras upplevelser av interaktionen av de signifikanta andra, som är ordnade i tidsföljd.

*Den första är tiden i missbruket som jag kallar ”isoleringsfasen”* där upplevelser av isolering är tydliga, tiden innan förändringsprocessen, då relationerna till de signifikanta andra var avbrutna. Det handlade snarare om isolering än om relationer, ett så kallade anhörighetsbrott, då varken de själva eller de andra ville ha någon kontakt. Dessa ”relationer” till de anhöriga som störde upplevdes som smärtsamma, frustrerande, irriterande och lögnfyllda. Relationerna avfärdades nästan helt utifrån respondenternas sida men också ifrån de andra för att visa att de inte accepterade respondenternas beteende. Till slut nådde respondenterna en botten av att må dåligt och en slags egen insikt att välja mellan att leva eller dö. Först när beslutet tagits spelade de signifikanta andra en viktig roll, främst de styrande signifikanta andra. Det var först när respondenterna slutade missbruka och blev styrda i rätt riktning som en egentlig relation kunde byggas upp till signifikanta andra så som till exempelvis anhöriga och vänner.

*Den andra* essensen handlar om den första tiden i förändringsprocessen. Den ”återuppbyggande fasen” består av upplevelser av att återuppbygga relationerna, då de signifikanta, vänner och anhöriga, först upplevdes som ett stöd. Interaktionen upplevdes som smärtsam, med mycket sorg, gråt, skam och skuld känslor och tacksamhetsskuld men upplevdes samtidigt som en skön period, en lättnad över att ha lagt alla kort på bordet. Relationerna upplevdes som i en återuppbyggande fas, vilket innebar att bygga upp en tillit och att ge tillbaka, dvs reparera den skada som respondenterna orsakat. Men att misstänksamhet, oro, främst från de signifikanta andras sida, men även från respondenternas sida, var påtaglig. Under förändringsperiodens första del handlade det mycket om identifikation för att kunna fungera utanför missbruksgänget. Det drog fria livet känns som att lära sig saker och ting på nytt, som att kliva in i en annan värld. Den nya verkligheten upplevs som skrämmande men samtidigt som spännande. Respondenterna i den första fasen lärde sig ärlighet genom andra, hur de skulle bete sig på ett icke missbrukaraktigt sätt. Respondenterna upplevde att de i början var mycket beroende av rutiner. Genom rutiner kunde respondenterna bygga upp en vardag och en känsla av delaktighet. Rutinerna handlade om allt ifrån att bädda sängen till att gå till jobbet, men att ju mer de tillfrisknade desto mindre använde de dessa rutiner.

*Den tredje* essensen, den öppna fasen, där relationerna upplevs som öppna och handlar om det sista skedet i förändringsprocessen, nämligen dagens upplevelser av interaktionen med de signifikanta andra. Relationerna till de signifikanta andra upplevs som trygga, ärliga och kontinuerliga. I denna öppna fas återfinns misstänksamheten varken hos dem själva eller hos de signifikanta, snarare har starka känslomässiga band knutits till de signifikanta andra som inte tidigare fanns. Samtliga beskriver att de kommit sina signifikanta andra mycket närmre och att det känns att de fått ett starkt förtroende. De upplever avsky när de tänker på sitt tidigare liv och menar att de gamla missbrukarvännerna inte var några riktiga vänner, att bryta kontakten med dem var ett måste för att nå tillfriskande. De upplever också en vilja, ett behov av att hjälpa andra, främst såna som varit i samma situation som de själva. Respondenterna vill på så sätt vända den negativa erfarenheten de har till något positivt, till en resurs som kan få andra att tillfriskna. Livssynen idag är mycket positiv, de upplever ett engagemang att leva och en framtidstro som inte fanns under missbrukartiden. Synen på livet är en helt annan i dagsläget, respondenterna anser att det handlar om respekt både mot sig själv och gentemot andra. Det

som de i missbruket föraktade är något som de i dag uppskattar.

## 8. Diskussion

I detta kapitel kommer först det empiriska resultatet att resoneras i relation till min förförståelse och erfarenhet om ämnet, efter det till den teoretiska referens ramen som denna uppsats utgått ifrån och sedan tidigare forskning som tagits upp. Kapitlet kommer också att redovisa kritik, då främst självkritik av uppsatsen i helhet. Avslutningsvis diskuteras hur denna uppsats skapat nya frågor som kan användas till att ytterligare forska om vägen ut ur missbruk, med andra ord förslag till framtida forskning.

### 8.1 Diskussion av resultatet

Syftet med denna studie var att ta reda på vilka de signifikanta andra är och närmare undersöka före detta missbrukares upplevelser av interaktionen med signifikanta andra som är betydelsefulla i missbrukarens förändringsprocess. Detta var väsentligt eftersom tidigare forskning visserligen har påpekat det sociala stödets betydelse för tillfrisknande och nämnt olika personer som gett dem stöd men inte närmare undersökt före detta missbrukares upplevelser av interaktionen med dessa personer. Min tanke var att få en rikligare information, från ett inifrån perspektiv, om vad dessa människor betyder i vägen ut ur missbruket, än vad tidigare forskningen redovisat.

Genom relativt öppna intervjuer med sex före detta missbrukare försökte jag besvara min forskningsfråga, vilket jag anser att jag gjort genom att be respondenterna beskriva vilka de betydelsefulla personerna, i vägen ut ur missbruket, var och hur relationerna till dem upplevdes. Även om min studie inte kommer med så mycket revolutionerande nytt så tycker jag ändå att den tillföra forskningen några nya aspekter som är värda att reflektera över. Anledningen till att jag valde före detta missbrukare, var av två skäl. För det första, för att det personligen berör mig eftersom jag själv har en anhörig som slutat missbruka och därför är intresserad av om och framför allt hur signifikantas närvaro och stöd upplevs av en sådan person. För det andra valde jag ämnet, missbruk, för att det är ett svårhanterligt etablerat problem i samhället som ökar.

Uppsatsens resultat visar på att de signifikanta andra är familj, vänner exmissbrukare och professionella. Generellt vill jag påstå att mitt resultat har gett en grundligare beskrivning hur upplevelserna av interaktionen till de signifikanta andra har förändras i takt med ett mer tillfrisknande. Studien påvisar också att de separata signifikanta andra upplevs på olika sätt, de tydligaste skillnaderna var mellan de professionella och familjen. Uppsatsen bidrar på så sätt med att påvisa att före detta missbrukare generellt genomgår tre essenser av upplevelser, från att i missbruket, isoleringsfasen uppleva isolering snarare än interaktionen med signifikanta andra till att i förändringsprocessens första tid, den återuppbyggande fasen uppleva interaktionen som något värdefull som ska repareras, för att i förändringsprocessens sista skede, uppleva interaktionen som äkta, trygg och kontinuerlig.

Anmärkningsvärt i mitt resultat var att signifikanta andra i synnerhet professionella och exmissbrukare var en mer betydande faktor i isoleringsfasen än vad familj och vänner var. Resultat som framgick i min studie påvisar att min förförståelse om familjens betydelse i början av förändringsprocessen var något överskattad. En förklaring till att jag själv som anhörig till en missbrukare, känt mig handlingsförlamad och bortstött när jag ideligen försökt att vara ett stöd kan förklaras utifrån mitt resultat, nämligen att anhöriga inte upplevs som ett lika bra stöd som professionella och exmissbrukare åtminstone inte i isoleringsfasen, och av den anledningen blir bortstötta. Interaktionen med familjen får större betydelse efter en tid. Något som också förvånade mig var att interaktionen med de signifikanta andra inte upplevdes som särskilt konfliktfylld vilket jag trodde, utan individerna var i ett sådant dåligt mående att de

inte hade några andra val än att vara medgörliga och låta sig bli styrda. Respondenterna beskrev visserligen att de upplevt irritation och ångest i isoleringsfasen, när de signifikanta andra kom och störde, vilket i och för sig kan ha triggat deras beslut av att sluta droga, samt att upplevelser av sorg och misstänksamhet var påtagliga, då främst i den återuppbyggande fasen. Upplevelser av besvikelser och svek, något som jag trodde skulle upplevas som ett stort problem, visade sig inte i min studie. Jag skulle vilja påstå att familj och vänner befinner sig i en paradoxal situation i och med att de måste finna en balansgång mellan att vara ett stöd och ställa krav men samtidigt kunna dra sig undan i rätt tillfälle. Intressant var också att det som respondenterna föraktade i isoleringsfasen var det som de i den öppna fasen uppskattade, som exempelvis "Svenssonlivet".

### *Resultatet i relation till den teoretiska referensramen*

Som jag tidigare tagit upp på sidan 21 förklarar jag missbrukare i förändringsprocessen utifrån både Beckers teori om hur en missbrukarriär och subkultur blir till, men i något modifierad form så att den ska passa på de människor som denna uppsats tar upp. Jag förklarar också detta fenomen utifrån Berger och Luckmans teori, bland annat hur en individ byter värld genom växling. På basis av de tre essenserna som mitt resultat visade anser jag att dessa teorier på ett mycket bra sätt kan förklara en individ i förändringsprocessen.

Beckers och även Berger och Luckmans resonemang om subkulturens tekniker och egna socialisationsprocess stämde bra överens på mina respondenter i isoleringsfasen där kontakt med människor utanför missbrukargruppen är avbruten. Många uttryckte att de i missbruket hade sitt eget sätt att umgås och en respondent nämner till och med att de hade sitt eget "språk", vilket i detta avseende mycket anmärkningsvärt stärker författarnas argument om att en mot-definition av verkligheten sker när marginaliserade människor samlas i grupp.

Resultatet visade även att respondenterna till slut i isoleringsfasen kommit till egen insikt så att det enda val de hade var att antingen dö eller ändra på sitt liv. Ett val som individer gör enligt Becker, i rädsla för ensamhet och därför följer majoriteten. Denna insikt skapade beslutet, motivationen att bli nykter, som jag tidigare genom modifikation kallade "nykterhetsmotivation" vilket märktes tydligt i respondenterna utsagor. Dessa individer valde som sagt den rätta vägen in och välkomnades där. Denna personliga insikt som resultatet visade är däremot inget som jag kan relatera till i Berger och Luckmans teori, i och med det vågar jag påstå att det inte är något författarna tar hänsyn till.

Men man kan däremot genom resultatet stärka Beckers, Berger och Luckmans teori om att andra, omgivningen, är betydelsefulla när en individ ska genomgå en förändring, vare sig det handlar om att träda in i en avvikelse eller att komma ifrån en avvikelse. Interaktionen med andra är precis lika betydelsefull i avvikarkarriären som den är i växlingen.

Resultaten ger bevis för att stämplingen successivt bleknar när individen träder in i den nya verkligheten. Den nya verklighet som tas upp i den teoretiska referensramen är väldigt påtaglig i resultatet, genom att respondenter i den återuppbyggande fasen upplever det nya drogfria livet som "en annan värld". I det nya drogfria livet lärs saker och ting in på nytt, precis som barnet lär sig i den primära socialisationen, som Berger och Luckman skriver om.

Dessa kriterier för växling som Berger och Luckman pratar om tycker jag tydligt har kommit i uttryck i mitt resultat. Ett mycket väsentligt kriterium för växlingen som respondenterna uttalade var "tillintetgörelsen" av missbrukarvärlden. Respondenterna tillintetgjorde sin gamla missbrukarvärld precis så som Berger och Luckman beskriver, exempelvis genom att fysiskt bryta med de gamla polarna som förr fungerade som signifikanta andra, eller att de med Berger och Luckmans ord "skrotat ner" dem och knutit sig an till nya. Tecken på att de gamla signifikanta andra skrotades ner visar sig tydligt i den öppna fasen då de gamla missbrukarvännerna upplevs med avsky. Respondenterna har på så sätt lagt den gamla missbrukarvärlden

de bodde i innan växlingen bakom sig. Ett annat kriterium för växlingen som är väl uppfyllt är de viktiga samtalen med nya de signifikanta andra, vilket respondenterna bland annat genomför med andra exmissbrukare i AN mötena.

Samtliga respondenter gav intryck av att i den öppna fasen, dagsläget, knutit ett starkt känslomässigt band till de signifikanta andra. De hade ifrån de signifikanta andra i den återbyggande fasen tagit efter, internaliserat, lärt sig nya normer, värderingar, regler och beteendemönster, precis som de bör göra i växlingen enligt Berger och Luckman, för att inte återfall ska inträffa. De hade med hjälp av sina signifikanta andra assimilerat typifieringar, så att de kan förstå sin sociala omvärld bland annat genom tillfrisknande rutiner, som jag skriver om på sidan 23 och som i resultatet visade sig vara väldigt viktigt för individerna i början i förändringsprocessen men som inte var lika viktiga i den öppna fasen. Resultatet visade att respondenterna i den återbyggande fasen till en början var oförmögna att samspela med människor utanför sin missbrukarvärld, utan det var något de lärde sig allteftersom de trädde in i den nya primära socialisationen. Så småningom, i den öppna fasen, när allt handlande de lärt sig externaliserats, kunde de släppa på sina rutiner för tillfrisknandet. I denna öppna fas behövde de inte längre göra saker i en viss ordning, kanske just av den anledningen att de kommit så pass långt i förändringsprocessen att dessa rutiner inte längre var nödvändiga, eller annorlunda uttryckt berodde det på att deras ”nya” typifieringsscheman var så pass väl inrotade i dem att de tillfrisknande rutiner inte behövdes.

Den öppna fasen är bevis på att före detta missbrukare i växling har internaliserat en effektiv plausibilitetsstruktur, annorlunda uttryckt, har dessa individer skaffat sig en trygg social bas, med trygga och ärliga relationer, så att de kan bibehålla sin nya verklighet, som i deras fall består av den drogfria världen. Resultatet visar att samtliga i dag, när de nått en öppen fas, har en förändrad livssyn som främst karaktäriseras av ett engagemang att leva men också genom att ha en avsky till det liv de hade innan växlingen. Med Berger och Luckmans ord, har före detta missbrukare kommit så pass långt i växlingen, förändringsprocessen att de insett att den nya verkligheten är meningsfull.

### *Resultatet i relation till tidigare forskning*

Hur ser mitt resultat ut jämfört med tidigare forskning, vad har mitt resultat tillfört till forskningen? Det finns vissa aspekter från tidigare forskning som stämmer förvånansvärt väl överens med denna uppsats men det finns också som sådant som skiljer sig. Mitt resultat som visade att de signifikanta andra bestod av, familj, vänner, exmissbrukare och professionella skiljer sig inte ifrån vad tidigare forskning kommit fram till, dvs inga nya signifikanta andra dök upp i min studie som inte tidigare forskning redan redovisat. Däremot bidrar denna uppsats till att påvisa att signifikanta andra har olika stora betydelse beroende på var i förändringsprocessen som individen befinner sig. Studiens resultat menar att individer i isoleringsfasen, som ska ta vägen ut ur missbrukarvärlden, först och främst själva måste vara motiverade att sluta, innan de signifikanta andra kan fungera som ett betydelsefullt stöd. Resultatet visade också att personer som beslutat att sluta droga är beroende av att låta någon styrande signifikanta andra lotsa individen i rätt riktning. Denna styrande signifikanta andra består då främst av professionella och exmissbrukare som är auktoritära och/eller som individen kan identifiera sig med, inte av vänner, anhöriga eller familjen. Detta är en information som stärker betydelsen av behandlingen. Behandlingen är den första viktiga beståndsdelen och familjen och vänner fungerar som en viktig emotionellt stöttade komponent efter att personen i fråga har blivit lotsad in på rätt spår. Så slutsatsen är att vänner och familj när en individ ska sluta missbruka, bör lägga ner mer krut på att samla kunskap om behandling än att enbart vara ett stöd. Självklart ska man inte sluta att stötta en individ bara för att den kommit in på behandling men tänka på att låta professionella sköta det första jobbet. Tvärtemot vad Blackmans et

al studie visar, kom jag fram till att individerna i det första steget, i isoleringsfasen, visst tar emot stöd från sina icke substansmissbrukande kontakter i form av professionell hjälp, dvs ifrån de styrande signifikanta andra.

Min studie tillsammans med tidigare forskning påvisar att missbrukare intar särskilda relationer. Lindbergs studie kan i vissa avseenden relateras till min forskning men vissa aspekter som han kommit underfund med kan jag inte se i min studie, kanske beror det på mitt begränsade antal respondenter. Lindberg menar i sin studie att missbruk av narkotika medför vissa typer av relationer, att kontakten med anhöriga och vänner blir tunn och präglas av konflikter och hemlighetsmakeri, vilket förutom konflikter, också var fallet i denna studie, där samtliga i isoleringsfasen hade en avbruten kontakt med vänner och anhöriga och där många menade att de inte kunde vara ärliga mot dem. Jag kan inte påstå att mina respondenter upplevde vad Lindberg skriver, en förmåga att hålla kvar band till mer konventionella grupper utan de människor jag intervjuat tillhör vad Lindberg kallar den marginaliserade gruppen, som skapade avskildhet från samhället och istället gemenskap inom narkotikagruppen, vilket också stämmer med Beckers avvikarteori. Mitt resultat kunde därmed inte påvisa vad Lindberg kallar ”de integrerade” som genom sitt kulturella kapital kunde vidmakthålla relationer utanför avvikargruppen.

Min studie bekräftar tidigare forsknings betoning på det sociala stödets betydelse för att ge upp ett missbruk, då främst Trulsson och Hedins studie. Deras studie genomfördes dock endast på kvinnor men som enligt mina resultat också kan appliceras på män eftersom min studie bestod av hälften män. Precis som deras studie kom också jag fram till att interaktionen med de signifikanta andra i den öppna fasen, karaktäriserats av emotionellt stöd i form av öppenhet och tillit, men också praktiska råd. Respondenterna i min studie nämner också arbete och behandling. Författarna tar upp att känslor av skam och skuld som gjorde sig gällande i och med den stigmatiserade bilden som kvinnorna intog. Skam och framför allt skuld var även något som kom igen i min studie men inte orsakad av stämplingen utan skuld-känslor för det liv de levde och hur illa de behandlat sina nära. Båda studierna bekräftar dock att andra varit viktiga för den förändrade livssituationen.

Mitt resultat, precis som annan forskning påvisar vänners betydelse för förändringsprocessen. Blomqvists, visar att det är viktigt att en individ som slutat med droger bryter med missbrukarvännerna, bland annat genom att flytta, viktigt är också skaffa sig ett nytt socialt nätverk. Många respondenter i min studie sa upp bekantskapen med missbrukarvännerna och återfick en kontakt med gamla vänner som de haft innan de började droga. Respondenterna i min studie upplevde också att umgänge med de gamla missbrukarvännerna kunde skapa negativa konsekvenser, som exempelvis sug efter droger. På så sätt kan sociala nätverk både ha negativ och positiv effekt beroende på vad det är för slags vänner. I detta avseende har El-Bassel, Chen, & Coopers studie en poäng. Deras studie åsyftar nämligen att nätverk av missbrukare kan medföra att individen återigen hamnar i drogmissbruk medan icke- missbrukande vänner kan bli en förebild där nya beteenden och sociala normer lärs in.

Teman som utmynnade från min studie och som också var påtagliga hos tidigare forskning var ”behovet att hjälpa andra” som hamnat snett. Min studie tillsammans med andra studier påvisar att före detta missbrukare har i stort behov av att vid senare tillfälle få hjälpa andra som är i samma situation som de själva en gång varit i, på så sätt vänder de den negativa livserfarenheten till något positivt. En annan viktig aspekt är upplevelser av kamratskap och identifikation med exmissbrukare som var tydliga i tidigare forskning, främst i Nealon-Wodds, Ferrari, & Jasons studie och Blomqvists studie, såväl som i min. Min studie visar att interaktionen med exmissbrukare är särskild viktig, respondenterna upplever att exmissbrukare kan förstå dem på ett helt annat sätt än vad andra personer i deras omgivning kan.



## 8.2 Självkritisk diskussion

Att skriva denna uppsats har inneburit svåra avgöranden. För det första var det svårt att få grepp om och redogöra var i förändringsprocessen dessa före detta missbrukare befann sig, eller om de överhuvudtaget fortfarande var i en förändringsprocess, när jag genomförde intervjun. Det jag kan uttala mig om är att samtliga respondenter har ett antal års erfarenhet av nykterhet. Trots år av nykterhet tog jag för givet att samtliga respondenter ändå befann sig i en förändringsprocess men att de kommit så pass långt i denna process att kunna kalla sig ”före detta” missbrukare. Empirin jag utgår ifrån är att respondenterna tala om tre olika faser, i missbruket, i början av förändringsprocessen och dagsläget, utifrån dessa tre faser utgick jag ifrån att de två senaste skedena tillhör stadier i förändringsprocessen. Eftersom respondenterna fortfarande i dagsläget får någon form av hjälp, oftast genom AN möten, tolkade jag dagsläget, den öppna fasen, som ett steg i förändringsprocessen. En annan möjlig tolkning är att dagens situation, den öppna fasen, inte tillhör förändringsprocessen, utan betraktas som avslutad, å andra sidan kan den vara en av ännu fler faser som dessa individer ska ta sig igenom. Kanske är detta ett olöst dilemma, så som jag nämner i inledningen, att individer som slutat missbruka är svåra att precisera och befinner sig i en omkopplingsstation mellan före och efter.

För det andra fanns det vissa nackdelar men även fördelar med att inte ha färdiga frågor att utgå ifrån. Fördelen med att jag undvek färdiga strukturerade frågor var att det kunde skänkas möjligheter för respondenterna att ta upp och utveckla sina egna subjektiva upplevelser, som jag förmodligen hade missat om jag använt mig av färdiga strukturerade frågor. Men nackdelen med min intervjuform var att väsentliga områden som hörde till studiens syfte förbisågs, exempel på det var att respondenterna många gånger beskrev upplevelser av själva förändringsprocessen i stället för specifikt beskriva upplevelserna av just interaktionen med de signifikanta andra, eller så fastnade respondenterna i att beskriva praktiska saker i det missbrukande livet. I och med att jag hade relativt öppna intervjuer gick intervjupersonerna många gånger in på detaljer och förlorade på så vis den röda tråden i det dom skulle säga, eller så upprepade de sig, därför hölls inte alltid svaren/resultatet slaviskt inom studiens frågeställning utan svävade ut en aning. Visserligen var upplevelserna av förändringsprocessen inte helt ointressanta för studiens syfte men det kändes som om man ibland kom ifrån ämnet. Mycket blev sagt och det ostrukturerade materialet som jag fick ut av intervjuerna blev stort och svårt att reda ut, därför rekommenderas något mer strukturerade intervjuer vid nästa tillfälle.

I resultatet har jag valt att ta med respondenternas beskrivning av interaktionen med de signifikanta andra under missbrukartiden, även om det inte helt var studiens syfte, var det nödvändigt för att kunna påvisa skillnaderna i interaktionen i det missbrukande livet med interaktionen i det icke-missbrukande livet. Något annat man bör tänka på vid denna studie är att respondenterna retroaktivt beskriver sina upplevelser som fanns för en tid sedan, då främst isoleringsfasen och återbyggande fasen, vilket kan göra att upplevelserna påverkats och förändrats på grund av tiden, på så sätt kan respondenterna omtolka sina dåtida upplevelser utifrån nutidens. Dessa svårigheter blir inte lika påtagliga vid deras beskrivningar av upplevelserna i den öppna fasen, dagsläget, eftersom det är lättare att beskriva hur man upplever något i nutid. För att komma ifrån defekta beskrivningar av upplevelser som varit för länge sedan skulle man kunna göra en långtidsstudie och följa dessa respondenter från den dag de slutade med droger fram till dagsläget, genom hela förändringsprocessen, och vid olika tillfällen i denna process göra intervjuer med dem, för att få så färsk och riktiga upplevelser som möjligt. En annan fundering som slog mig var om samma resultat hade visats sig om ett större antal intervjuer hade genomförts, fem intervjuer kan vara i minsta laget.

## 8.3 Fortsatt forskning

Denna studie åskådliggör vilka de signifikanta andra är och visar att före detta missbrukares upplevelser av interaktion med signifikanta andra följer olika steg, en process som först är fylld med negativa följt av positiva känslor och upplevelser. Nu när före detta missbrukares upplevelser har beskrivits dyker nya tänkbara frågor upp, hur forskning om förändringsprocessen, utifrån mitt resultat skulle kunna gå vidare. En fråga är hur den andra parten dvs, de signifikanta andra, som exempelvis anhöriga, upplever samspelet med narkotikamissbrukare i förändringsprocessen. Följer deras upplevelser en process som likar missbrukarens? Eftersom denna studie är oklar över om/när en förändringsprocess är avslutad skulle det vara intressant med en studie som tog reda på om eller när och hur en sådan process blir fullbordad. En annan aspekt kan vara att studera personer med andra former av missbruk och se om liknande resultat går att utmynna.

## 9. Sammanfattning

Studien undersöker vilka signifikanta andra som är betydelsefulla för före detta missbrukares förändringsprocess och beskriver upplevelser av interaktionen med dessa signifikanta andra. Intervjuer med sex före detta narkotikamissbrukare genomfördes. Den teoretiska referensramen som uppsatsen använder är en syntes av Beckers teori om avvikelse och Beger & Luckmans kunskaps sociologi om hur individers verklighetsuppfattning skapas och förändras. Syntesen förklarar före detta narkotikamissbrukare i förändringsprocessen. Tidigare forskning har redovisat vägen in i missbruk, missbrukares självpresentation och relationer. Forskning har visat viktiga faktorer som krävs för bestående nykterhet, exempelvis socialt stöd och olika signifikanta andra. Uppsatsen kompletterar tidigare forskning genom en grundligare beskrivning av före detta missbrukares upplevelser av interaktionen med dessa signifikanta andra som en process. Resultatet visade att de signifikanta bestod av familjen, professionella, ex-missbrukare och vänner. Upplevelserna av interaktionen beskrivs och förändras i relation till tre tidsskeden i förändringsprocessen. Den första essensen var isoleringsfasen, hur relationerna var under missbrukartiden, vilket innefattade upplevelser av isolering och bruten kontakt, signifikantas närvaro beskrevs som frustrerande och irriterande. Den andra essensen var den återuppbyggande fasen, första tiden i förändringsprocessen, vilket innefattar upplevelser av ett reparerande av relationerna. Interaktionen beskrivs som smärtsam och sorgbunden med skamskuld- och tacksamhetskänslor men samtidigt som en lättnad. Sist, den i öppna fasen urskiljs sista skedet i förändringsprocessen, dvs upplevelserna av interaktionen i dagsläget. Interaktion med de signifikanta andra i dagsläget upplevs som kontinuerlig, ärlig, öppen och trygg.

**Nyckelord:** drugaddiction, significants others, changingprocess, phenomenology

## Referenslista

- American Psychiatric Association, *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*. DSM-IV, (1994). Fourth edition, America psychiatric association, Whashington, D C.
- Andersson, B. (1999). *Att förstå drogmissbruk i praktiken, situationen, processen*. Lund: Studentlitteratur.
- Becker, H. S. (1973). *Outsiders: Studies in the sociology of deviance*. New York: Free Press.
- Berger, P. & Luckman, T. (1979). *Kunskapssociologi: Hur individen uppfattar och formar sin sociala verklighet*. Stockholm: Wahlström & Widstrand.
- Bergstrand, B.O. (2004). *Den nya socialtjänstlagen*. Höganäs: kommunlitteratur.
- Bäck- Wiklund, M. (1998). *Fenomenologi: Livsvärld och vardagskunskap* I Månsson, P (red). *Moderna samhällsteorier. Traditioner, riktningar, teoretiker*. Stockholm: Prisma
- Dahlberg, K., Drew N., & Nyström, M. (2001). *Reflective lifeworld research*. Lund: studentlitteratur.
- Forskningsetiska principer*, (1990). Stockholm: Vetenskapsrådet.
- Eneroth, B. (1984). *Hur mäter man vackert? Grundbok i kvalitativ metod*. Stockholm: Bokförlaget Natur och Kultur.
- Giddens, A. (1991). *Modernitet och självidentitet. Självet och samhället i den senmoderna epoken*. Göteborg; Daidalos.
- Goldberg, T. (2005). *Samhället i Narkotika*. Borgå, Finland: WS Bookell AB.
- Hilte, M. (1996). *Avvikande beteende: en sociologisk introduktion*. Lund: Studentlitteratur.
- Johansson, B. (2005). *Metadon på liv och död*. Lund: Studentlitteratur.
- Johansson, K., & Wirbing, K. (1999). *Riskbruk och missbruk*. Stockholm: Bokförlaget Natur och Kultur.
- Kvale, S. (1997). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Studentlitteratur AB.
- Moustakas, C. (1994). *Phenomenological Research methods*. London Thousand Oaks. Sage Publication.
- Olsson, B. (1994). *Narkotikaproblemets bakgrund*. CAN Centralförbundet för alkohol och narkotikaupplysning, rapportserie 39.

## Artiklar:

Becker, H. S. (1953). "Becoming a marihuana user" i *American journal of sociology*, 59, s. 235-242.

Blackman, J-M., MacDonald, E. M., Luxmoore, M., Pica, S., Tanti, C., Catford, N., & Stockton, P. (2004). "Social networks of people with dual Diagnosis: The Quantity and Quality of relationships at different stages of substance use treatment" i *Community mental health journal*, 40, s. 451-464.

Blomqvist, J. (2002). "Recovery with and without treatment: A comparison resolution and drug problems" i *Addiction Research and theory*, 10, s. 119-158.

David, M., & Jason, L.A. (2005). "Sex differences in support and self-efficacy within a recovery community" i *American journal of community psychology*, 36, s 259-274.

Ehn, B. & Lövgren, O. (2001). "Klassifikationernas makt i kulturanalyser" i *Malmö: Gleerups utbildning AB* s.46-63.

El-Bassel, N., Chen, D.R., & Cooper, D. (1998 ). "Social support and social network profiles among women on methadone" i *Social service review*, 72, s. 379-23.

Hawkins, J. D., & Catalano, R. F. (1985). "Aftercare in drug abuse treatment" i *Intenational journal of the addictions*, 20, s. 917-945.

Hessle, S. (1995). "Social networks in crisis and development: Studies of the social networks of socially exposed famillies" i *Rapport nr 74, Socialt arbete Stockholms university*.

Laudet. A. B., Magura. S., Vogel. H. S., & Knight. E. L. (2000). "Support mutual aid and recovery from dual diagnosis" i *Community mental health journal*, 36, s. 457-20.

Lindberg, O. (1998). "Emotions and the Development of Identity. An Analysis of the career of drug users" i *Sociologisk forskning*, 35, s. 2 73-101.

Laudet A. B., Cleland, C. M., Magura, S., Vogel, H S., & Knight, E. L., (2004). "Social support mediates the effects of dual-focus mutual aid groups on abstinence from substance use" i *America journal community psychology*, 34, s. 175-185.

Nealon-Woods, M. A., Ferrari, J. R., & Jason, L.A. (1995). "Twelv-step program use among Oxford House residents : Spirituality or social support in sobriety?" i *journal of substance use*, 7, s. 311-318.

Rodner, S. (2005). Im not a drug abuser, i am a drug user : "A discourse analysis of drug users construction of indentity" i *Addiction Research & Theory*,13, s. 333-346.

Trulsson, K., & Hedin, U-C., (2004). "The role of social support when giving up drug abuse; a female perspektive" i *International journal of social welfare*,13, s. 145-157.

Witbrodt, J., & Kaskutas, L. A., (2005). "Does diagnosis matter? Differential effects of 12 steps

participation and social networks on abstinence” i *The american journal of drug and alcohol abuse*, 31, s. 685-707.