

“Att leva eller inte leva”

- En kvalitativ studie om kvinnors väg mot drogfrihet

Ellen Nilsson & Ylva Johansson

Examensarbete i socialt arbete och socialpedagogik, 15 Hp

Socialt arbete och socialpedagogik, 61 – 90 Hp

Socialpedagogiska programmet

ESC501

Vårterminen 2020

Titel: "Att leva eller inte leva" - En kvalitativ studie om kvinnors väg mot drogfrihet

Engelsk titel: "To live or not to live"- A qualitative study on women's road to recover from drug abuse

Sidantal: 42

Författare: Ellen Nilsson och Ylva Johansson

Examinator: Magnus Broström

Datum: Juni 2020

Sammanfattning

Syftet med studien var att undersöka kvinnors erfarenheter av att lämna ett missbruk. Fokus låg på övergången från livet med missbruk till ett drogfritt liv, avgörande faktorer för beslutet om att bli drogfri samt hur drogfriheten har påverkat kvinnornas sociala identitet. Studien hade en kvalitativ ansats och empirin samlades in genom intervjuer. Informanterna var tre kvinnor mellan 40-55 år som tidigare levt med ett tungt missbruk men varit drogfria i flera år. Deras berättelser analyserades med hjälp av meningskoncentrering och kopplades till interaktionistisk teori med fokus på social identitet och individens definition av situationen. Studiens huvudsakliga resultat visar att vägen mot drogfrihet påbörjas i samband med en vändpunkt till följd av ett känslomässigt uppvaknande. Händelseförloppen som ledde upp till vändpunkten varierade men innefattade att ha "fått nog" av missbruket. Det som var gemensamt var att samtliga informanters vändpunkt kunde relateras till sociala relationer och då främst relationen till deras barn. Detta tillsammans med negativa erfarenheter av missbruket och lärdomar från tidigare återfall skapade förutsättningar för långsiktig drogfrihet. Drogfriheten innebar stora livsförändringar och berättelserna tydliggjorde hur de i olika hög grad fortfarande identifierade sig som "missbrukare" trots flerårig drogfrihet. Diskussionen förs kring hur samhällets stigmatisering försvårar kvinnors väg mot drogfrihet och vilka konsekvenser detta medför i form av skam och bristande tillgång till stöd. Utifrån ett socialpedagogiskt perspektiv är det av vikt att undersöka och lyfta utsatta gruppers erfarenheter, förvalta dessa kunskaper och utveckla det sociala arbetet.

Nyckelord: Missbruk, kvinnor, övergång, avgörande faktorer, identitet.

Tack

Vi vill rikta ett stort tack till informanterna som var villiga att dela med sig av sina högst personliga berättelser. Utan dem hade det inte varit möjligt för oss att genomföra denna studie. Vi tackar för er öppenhet och att ni velat dela med er av era viktiga berättelser och erfarenheter.

Vi vill även ge ett stort tack till vår handledare Anna Henriksen som väglett oss genom hela processen, utmanat och motiverat oss till att göra uppsatsen så bra som möjligt.

Slutligen vill vi tacka familj och vänner som stöttat och peppat oss under uppsatsens gång!

Ellen och Ylva

Västervik 2020

Innehållsförteckning

Sammanfattning	1
Tack	2
Innehållsförteckning	3
Inledning	5
Kvinnors väg till drogfrihet	5
Syfte och frågeställningar	7
Tidigare forskning	7
Sammanfattning av tidigare forskning	7
Att lämna ett missbruk	7
Att välja ett drogfritt liv	9
“Missbrukaridentiteten”	10
Tidigare forskning i relation till studien	12
Begrepp och teoretisk utgångspunkt	12
Ett interaktionistiskt perspektiv	12
Social identitet	13
Definitionen av situationen	14
Kritiskt förhållningssätt till det interaktionistiska perspektivet	15
Metod	15
Kvalitativ metod	15
Konstruktion av intervjuguide	16
Urval	17
Tillvägagångssätt	18
Meningskoncentrering som analysmetod	18
Tillförlitlighet och trovärdighet	20
Etiska överväganden	21
Informationssökning	22

Resultat och analys	23
Att bedöva/ känna känslorna: “Det var lättare att hantera sorgen”	23
Drogfriheten: “Nu är jag som människor ska va”	24
Motgångar: “Det största hindret tyckte jag var att jag inte fick hjälp som jag ville ha”	26
Att nå botten/ vändpunkten: “Att leva eller inte leva”	27
Avgörande faktorer: “Om jag inte hade mitt barn, vad är målet med att sluta?”	29
Motivation: “Drogen, den sviker ganska snabbt”	30
Missbrukaridentiteten: “Begäret tillhör hela din varelse”	32
Diskussion	34
Litteraturförteckning	37
Bilagor	40

Inledning

Kvinnors väg till drogfrihet

Kvinnor med missbruk skuldbeläggs och stigmatiseras i högre grad än män (Mattsson, 2015; Trulsson, 2002) vilket bland annat leder till en större omfattning av arbetslöshet, mindre stöd från familjen och en längre väg ut ur missbruket (Possic & Itzick, 2018). Det är en konsekvens av den patriarkala samhällsstrukturen där kvinnan förväntas vara attraktiv och en moderlig förälder, vilket kvinnor som missbrukar tenderar att inte leva upp till (Gifford, 2015).

2019 gjorde Socialstyrelsen en översyn av riktlinjerna för den svenska missbruksvården. Resultatet visar att det saknas viktiga perspektiv från kvinnor i de studier som ligger till grund för vårdens utformning. Översynen visade också att vården inte är anpassad efter kvinnors särskilda utsatthet och att det saknas forskning kring kvinnor och missbruksvård att ta stöd i (Socialstyrelsen, 2019). Flera internationella forskningsartiklar visar att kön är en faktor för möjligheterna till fungerande behandling och att kvinnor missgynnas (Possic & Itzick, 2018; Gonzalez, Walters, Lerch & Tax, 2018; Ahmad, DeBeck, Feng, Sakakibara, Kerr & Wood, 2014). Erfarenheter av skam och stigmatisering är en annan faktor som begränsar kvinnors möjligheter att söka hjälp (Trulsson, 2002). Det innebär att mörkertalet är stort men Socialstyrelsens statistik från 2018 visar att mer än 11 000 personer fick öppna insatser från Socialtjänsten utifrån sitt missbruk, varav en tredjedel var kvinnor. Samma år tvångsvårdades 304 personer varav 30 procent var kvinnor vilket var en ökning i antalet kvinnor som omhändertogs omedelbart enligt lagen om vård av missbrukare i vissa fall (LVM, Lag: 1988-970; Socialstyrelsen, 2019).

I det svenska välfärdssystemets sociala arbete ges olika former av stöd generellt utan tydliga metodiska lagar. Det innebär att människor i behov av stöd är underkastade socialarbetares tolkningar av regler och rutiner. Socialarbetare kan förvalta många aspekter i människors liv och beslut som tas kan få stora konsekvenser (Järvinen, 2013). Utifrån ett socialpedagogiskt perspektiv är det därför motiverat att undersöka kvinnors väg ut ur missbruk och förvalta dessa kunskaper i det sociala arbetet.

Vägen ut ur missbruk präglas ofta av en svår social utsatthet med psykisk ohälsa, posttraumatisk stressyndrom, ätstörningar, ångest och våld i nära relationer (Scheffel Birath, 2012). Vanligtvis innebär också ett långvarigt missbruk att individen inte ser sig själv som en del

av samhället och en djupt rotad känsla av missanpassning (Rotărescu & Sleath 2016; Dingle, Cruwys & Frings 2015; Von Greiff & Skogen 2011; Possic & Itzick 2018). Sammantaget skapar det svåra förutsättningar till att vara motiverad att ta beslut om drogfrihet och stå emot återfall. Trots dessa odds så blir kvinnor drogfria. Beslut om att bli drogfri kommer ofta i anslutning till att individen inte ser någon annan utväg och inser att hon riskerar att dö om missbruket fortgår (Brookfield, Fitzgerald, Selvert och Mahers 2019; Von Greiff & Skogen 2011).

Övergången till drogfrihet innebär ofta stora förändringar i det sociala umgänget och hur individen ser på sig själv (Trost & Levin, 2018). Ett interaktionistiskt perspektiv på den sociala identiteten är att människor ser sig själva utifrån omgivningen och att beteenden formas i relation till den och den sociala grupptillhörigheten (Goffman, 2014). Det innebär att individens sociala omgivning spelar en stor roll i möjligheterna att ta sig ur missbruket och att övergången ofta innefattar att individen behöver utveckla en ny social identitet och grupptillhörighet. På så sätt förändras individens sociala identitet allteftersom situationen förändras eller omdefinieras av henne (Trost & Levin, 2018).

Sammanlagt påverkas kvinnors väg ut ur missbruk av flera faktorer som ligger utanför den egna viljan att bli drogfri. Det är motiverat att undersöka hur dessa faktorer och vägen mot drogfrihet upplevs av kvinnorna själva. Forskning om kvinnor och missbruk tenderar att fokusera på missbruket i relation till graviditet och föräldraskap (Brookfield, 2019). Det är därför av betydelse att undersöka kvinnors erfarenheter utan att sätta det i relation till moderskap. Att lämna ett missbruk kan ses som en förändringsprocess och en undersökning kring kvinnors väg mot drogfrihet innebär att ställa frågor om den övergång som det innebär, de faktorer som har påverkat beslutet att bli drogfri samt hur drogfriheten har påverkat den sociala identiteten.

Syfte och frågeställningar

Syftet med studien är att undersöka kvinnors upplevelser av att lämna ett missbruk. Det innefattar att undersöka vad övergången från livet med missbruk till ett drogfritt liv innebär, vad som motiverar dem att bli drogfria samt hur deras sociala identitet påverkas av processen. Det motiverar följande frågeställningar:

Hur såg övergången ut från ett liv med missbruk till ett drogfritt liv?

Hur beskriver kvinnorna vad som varit avgörande i beslutet att bli drogfri?

Hur har drogfriheten påverkat kvinnans sociala identitet?

Tidigare forskning

Sammanfattning av tidigare forskning

Tidigare forskningsresultat presenteras utifrån tre teman kopplade till studiens frågeställningar. Dessa teman är 1. *Att lämna ett missbruk*, 2. *Att välja ett drogfritt liv* och 3. *“Missbrukaridentiteten”*. Sammanfattningsvis visar tidigare forskning att vägen till beslutet om drogfrihet varierar men ofta hör samman med insikter om missbrukets negativa konsekvenser. Kön framkommer som en faktor för möjligheterna till behandling och kvinnor stigmatiseras i högre grad än män. Ett nytt liv i drogfrihet innebär en stor omställning som präglas av känslor av utanförskap och missanpassning. Missbruksbehandling i olika former, nya rutiner och en egen vilja att bli drogfri fungerar motiverande för att inte återfalla i missbruk. Det sociala nätverket är en annan viktig faktor som kan fungera både stöttande på vägen mot drogfrihet i form av positivt socialt stöd, men även som en barriär genom individens gemenskap med andra som missbrukar. Samhällets stigmatisering av människor med missbruk begränsar deras möjligheter att bli drogfria. Avslutningsvis beskrivs hur vägen ut ur missbruk hör samman med en förändringsprocess kring den sociala identiteten.

Att lämna ett missbruk

Possic och Itzicks (2018) studie om kvinnors deltagande i behandlingsprogram visar att de ofta har en längre väg ut ur missbruk än män. De faktorer som påverkar kvinnor negativt beskrivs

vara högre grad av arbetslöshet, lägre inkomst, större ansvar för barn och familj, högre grad av social stigmatisering och mindre stöd från familjen. Kön är alltså en avgörande faktor och kvinnorna i studien beskriver en hög grad av upplevd skam och skuld över sitt missbruk. Det beskrivs vara kopplat till den traditionella kvinnoroll som innefattar att i alla situationer sätta sina egna känslor åt sidan för att agera omhändertagande. Flera kvinnor beskrev hur de förväntats och tvingats använda sina kroppar för att få tillgång till droger vilket bidrog till att de utvecklade ett djupare missbruk och fördröjde vägen ut ur missbruket (Possic & Itzick, 2018). Nämnda faktorer bidrar till hur kvinnor generellt har svårare att få tillgång till behandlingsprogram, har svårare missbruksproblem vid påbörjad behandling samt svårare att slutföra behandlingen (Possic & Itzick, 2018).

Flera studier uppmärksammar det faktum att kön spelar en stor roll i möjligheterna till fungerande behandling. Gonzalez, Walters, Lerch och Taxs (2018) studie om könsskillnader i droganvändning och behandling belyser hur kvinnor missgynnas av att behandlingsprogram i de allra flesta fall är formade utifrån mäns behov. Debeck, Feng Sakakibara, Kerr och Woods (2014) studie beskriver att det finns för lite forskning om vad kvinnor behöver för stöd för att inte återfalla. Studien lyfter också ett behov av samhälleligt ansvar för att utveckla stöd anpassat för kvinnor. De ifrågasätter också hur statligt finansierade behandlingsprogram kan fortgå utan att anpassas efter målgruppen, vilket blir till kvinnors nackdel (Ahmad et. al 2014).

Flera studier beskriver vidare hur miljön spelar in i individens väg ut ur missbruk. Rotărescu och Sleaths (2016) studie om individens erfarenheter av återhämtning från missbruk visar att många upplever det positivt att helt avgränsas från tidigare umgänge. Brookfields (et al. 2019) litteraturstudie beskriver hur en ny social miljö under behandlingstiden kan vara avgörande för att främja och skydda återhämtningen. Miljön beskrivs som en stor bidragande faktor som kan vara triggnande till återfall för personer i abstinens (Brookfield et al. 2019).

Robertson och Nesvågs (2019) studie om tiden efter missbruksbehandling visar att det egna engagemanget var en stor bidragande faktor till framgångsrik behandling. Genom att respektera programmets regler exempelvis på ett behandlingshem tvingas individen utveckla normativa vardagsrutiner. Många uppgav att de tidigare rutinerna hade cirkulerat kring missbruket; från att planera tillgången till substanser och verktyg till att inta dessa, återhämta sig efter ruset och fortsätta planera för nästa intag. Exempel på nya vardagsrutiner var att återfå en sömnrhyth där man sov på nätterna och var aktiv på dagen. Många beskrev en känsla av att inte ha sovit på många månader.

Även att äta näringsrikt och regelbundet för att få tillbaka den fysiska hälsan upplevs vara en rutin som behövdes etableras och som främjade fortsatt behandling (Robertson & Nesvåg, 2019).

Skårner, Månsson och Svensson (2017) beskriver vägen ut ur missbruk som en förändringsprocess som grundar sig på spänningar mellan det förflutna, nutiden och framtiden. Individen behöver tid att anpassa sig till det nya drogfria livet som innebär stora vardagliga förändringar och en ny framtid. Det bekräftas i Robertson och Nesvågs (2019) studie som visar att individers nyfunna normativa rutiner med hjälp av olika program upplevdes vara ett stort stöd när abstinensen var stark. Von Greiff och Skogens (2011) studie om behandlingsprogrammens positiva förändringar på livet beskriver hur individer som går i behandling upplever en ökad livslust och ökad förmåga till att ta positiva vardagsbeslut. Individernas positiva handlingar leder till fortsatt positivt handlande, där de i högre grad känner sig nöjda och accepterande inför sig själva (Von Greiff & Skogen, 2011). Samtidigt blir det en stor kontrast mellan att leva med behandlingens tydliga strukturer för att sedan komma ut i det som flera i studien beskrev som "verkligheten", dvs att återgå till vardagen efter fullgjord behandling. Flera informanter beskrev på olika sätt en inneboende känsla av att inte ha något att erbjuda samhället, och hur vägen ut ur missbruket präglas av en känsla av missanpassning (Rotărescu & Sleath 2016; Dingle, Cruwys & Frings 2015; Von Greiff & Skogen 2011; Possic & Itzick 2018). Ett långvarigt missbruk där individen står utanför det normativa samhällslivet kan leda till att utanförskapet internaliseras (Robertson & Nesvåg, 2019). Det innebär att individens normaltillstånd präglas av en känsla av utanförskap och att vara på fel plats. I studien likställer en informant hur livet i drogfrihet till en början kändes som att vara en fisk på land (Robertson & Nesvåg, 2019). Vägen ut ur missbruk präglas av en känsla av att ha avstannat i livet och en avsaknad av förståelse för samhällets normer och förväntningar utanför missbruket (Robertson & Nesvåg 2019; Dingle et al. 2015).

Att välja ett drogfritt liv

Flera studier visar att individers beslut om att gå i behandling ofta är ett medvetet och tydligt beslut (Brookfield et al. 2019; Von Greiff & Skogen 2011). Brookfields (et al. 2019) litteraturstudie om vägar in i missbruksbehandling visar att beslut om behandling ofta hörde samman med en växande självinsikt om droganvändningens skadliga effekter. Von Greiff och Skogens (2011) studie om positiva följder av behandling beskriver individers beslut om att delta i behandling som en följd av att ha "nått botten". Forskarna menar att individer tycks behöva någon form av trigger för att vara redo att påbörja en förändringsprocess. Detta kan ske utifrån både positiva och negativa

händelser som ger individen någon form av insikt. Många beskrev händelser kopplade till individens familj som ledde till att individen kunde se att hen befann sig i en "nedåtgående spiral" som de själva ansåg sig inte kunna ta sig ur eller hantera konsekvenserna av, vilket motiverade till att gå i behandling (Von Greiff & Skogen, 2011).

I Brookfields (et al. 2019) studie beskrev en yngre grupp att man "växte ur" droganvändningen, där den sociala, ekonomiska och fysiska kostnaden som drogerna krävde konkurrerade med andra livsmål som karriär och familj. En äldre grupp beskrev insikten om att de behövde sluta använda droger som en plötslig uppenbarelse i samband med någon händelse, som ett möte med en barndomsvän eller ett samtal med sitt barn. De studier som beskrev individers mer påtvingade väg in i behandling handlade om hur individen blir dömd för brott och på så sätt får sitt missbruk dokumenterat och påbörjar behandling (Rotărescu & Sleath, 2016). En annan situation som beskrivs är hur kvinnor som har nått medelåldern och inte längre kan förlita sig på att sälja sina kroppar för att få pengar till droger, blir utelämnade till abstinens i hemlöshet och fattigdom och då väljer att gå i behandling i brist på alternativ (Possic & Itzicks, 2018).

“Missbrukaridentiteten”

En faktor som beskrivs spela en stor roll under vägen ut ur missbruk är den sociala identiteten (Brookfield et al. 2019; Dingles et al. 2015; Skårner et al. 2017; Von Greiff et al. 2011). Brookfields (et al. 2019) studie beskriver hur den sociala identiteten skapas utifrån att människan är beroende av andra som befinner sig i liknande situation där individen kan identifiera sig själv, men också av andra, som del i en grupp. Upplevda förväntningar från omgivningen påverkar och avgör individens beteende och informanterna i studien beskrev hur de utvecklade en "missbrukaridentitet". Den identiteten hörde samman med samhällets negativa syn på missbruk och fördomar om individens oförmåga att ta ansvar, bland annat genom att grupptillhörigheten innebar att stå utanför samhället och dess krav. Dingles (et al. 2015) beskriver hur vägen ut ur missbruk är tätt sammankopplad med en förändringsprocess kring den sociala identiteten och att den i hög grad påverkar hennes förutsättningar att ta sig ur missbruket. Studien belyser hur den sociala identiteten kan fungera både som en barriär och motivation för vägen till förändring. Flera informanter beskrev hur vägen in i missbruk innebar en förlust av den egna sociala identiteten där man var något annat än en "missbrukare". Dessa personer använde sin identitetsförlust som en motivation för att genomgå behandling för att försöka återskapa den sociala identitet man haft innan missbruket. Informanter beskrev också en motsatt situation där socialt isolerade individers väg in i missbruk innebar en starkare social identitet. Där innebar beroendet en värdefull och tidigare

saknad social identitet. För den gruppen innebar det att ett uppbrott från missbruket också innebar ett uppbrott från det sociala nätverket (Dingle et al. 2015).

Brookfields (et al. 2017) studie belyser vikten av att individen skapar ett nytt socialt nätverk där hon kan utveckla sin sociala identitet i ett positivt sammanhang. Att knyta kontakter och skapa ett stöttande nätverk under behandlingstiden beskrevs vara en viktig faktor för att klara av abstinensen. Individer som inte lyckades med detta upplevde att återfall var oundvikligt. En stor faktor för återfall beskrivs vara att individen återupptar kontakt med sitt tidigare sociala nätverk (Brookfield et al. 2017; Dingles et al. 2015) vilket kan kopplas till att individen "faller tillbaka" till den sociala identitet som hon har i gruppen, "missbrukaridentiteten". Von Greiff och Skogens (2011) studie beskriver hur fortsatt nykterhet förutsätter en identitetsövergång där individen utvecklar en nykter identitet. Det innebär att hon till slut tvingas bryta helt med det gamla sociala nätverket för att kunna utveckla starkare relationer till familj och vänner (Von Greiff et al. 2011). Samtliga studier visar att ett nytt och positivt nätverk kan fungera stöttande för individens behov av att återta eller utveckla en ny ansvarstagande social identitet (Brookfield et al. 2019; Dingles et al. 2015; Skårner et al. 2017; Von Greiff et al. 2011). Behandlingsprogrammens sociala stöd kan främja individens utveckling av nya sociala identiteter där de ser sig själva som starka och hoppfulla. Den nya sociala identiteten kan på så sätt stärka individens psykiska motståndskraft mot återfall. Det är en kontrast till den "missbrukaridentitet" som många beskrev hörde samman med en känsla av misslyckande och oförmåga att hantera sitt missbruk (Brookfield et al, 2017).

Skårner, Månsson och Svenssons (2017) studie beskriver kvinnors sexualitet i samband med att lämna ett liv i missbruk. Kvinnor som tidigare har prostituerat sig beskriver en förvirring kring att träda in i samhället utanför missbruket och försöka dejta på ett hälsosamt sätt. Deras normalbild av män som dominerande och utnyttjande gentemot kvinnor blir komplicerad att applicera i deras nya liv utan missbruk. Det blir en balansgång mellan det förflutna, nutiden och framtiden. Det tydliggör hur komplicerat det blir när individen lämnar sitt sociala nätverk och förväntas anpassa sig till samhället samtidigt som hennes referensramar hör samman med livet i missbruk. Det visar också att förändringsprocessen kring identiteten kan ske stegvis där kvinnorna lyckats förändra sin sociala identitet och situation, men att den psykiska delen återstår (Skårner et al. 2017).

Tidigare forskning i relation till studien

Utifrån ett begränsat utbud av studier om kvinnor och missbruk som inte relaterar till graviditet och föräldraskap så användes även forskning om drogfrihet som berörde män. Resultat om könsskillnader och stigmatisering av kvinnor presenterades främst i de artiklar som enbart undersökte kvinnor i relation till missbruk och drogfrihet. Studier som undersökte både män och kvinnor presenterade mindre eller inga resultat som berörde könsskillnader och fokuserade mer på generella faktorer som socialt umgänge och egen motivation.

Forskningsartiklarna valdes utifrån dess relevans för studiens frågeställningar om att lämna ett missbruk. Artiklarna behandlade ämnet utifrån varierande fokus men samtliga fokuserade på livet efter missbruk. Utifrån studiens fokus på *övergången* från livet med missbruk till drogfrihet så valdes forskningsartiklar som undersökte individers väg ut ur missbruk med fokus på övergångens psykiska, fysiska samt praktiska aspekter. Utifrån studiens andra frågeställning om *avgörande faktorer* så valdes forskningsartiklar som undersökte så kallade "turning points", dvs de skeenden som lett upp till drogfriheten. Utifrån den tredje frågeställningen om social identitet så valdes forskningsartiklar som undersökte missbruk i relation till identitet, social förändring och som beskrev både identifiering och avståndstagande från en identitet som "missbrukare".

Begrepp och teoretisk utgångspunkt

Studien är gjord utifrån ett interaktionistiskt perspektiv med utgångspunkt i begreppen *social identitet* och *definitionen av situationen*. Följande avsnitt beskriver hur ett interaktionistiskt perspektiv och tillhörande definitioner på begrepp ger förutsättningar att undersöka kvinnors väg mot drogfrihet med fokus på hur individens sociala omgivning och erfarenheter kan vara viktiga faktorer.

Ett interaktionistiskt perspektiv

Studien är gjord utifrån ett interaktionistiskt perspektiv vilket kan ge goda förutsättningar till att studera socialt handlande kopplat till människors tolkningar av omvärlden. Månsson (2013) beskriver hur Herbert Blumer utvecklade den symboliska interaktionismen som en reaktion på tidigare naturvetenskapliga studier av människor som ofta fokuserade på stimulus och respons. Samhällsvetenskapliga studier ansågs vara i behov av ett mer dynamiskt perspektiv för att studera mellanmänniska relationers betydelse. Dessa relationer präglas av tolkningar där tolkar andras

handlingar och agerar utifrån det, snarare än bara reagerar. På så sätt präglas människors handlingar, mellanmänskliga relationer och händelseförlopp av hur de tolkas av människorna i dem (Månsson, 2013).

Perspektivet utgår från människan som en aktiv skapare av sin sociala verklighet i samspel med sin omgivning. Samspelet innefattar både det som sägs och inte sägs och det som görs och inte görs. Samtidigt som individen påverkas av sin omgivning och sitt samhälle så påverkas och formas samhället av individerna i det. På så vis interagerar människan och samhället i en växelverkan (Trost & Levin, 2018). Interaktion betyder växelspel och syftar både på samhället och individens växelspel samt individers växelspel av interaktion med varandra (Angelöw & Jonsson, 2000). Det som skiljer interaktionismen från andra perspektiv är synen på människan som föränderlig (Trost och Levin, 2018). I studien innebär det att inte använda uttryck som beskriver människan som statisk med egenskaper som är stabila, exempelvis "hennes pappa är missbrukare". Utifrån ett interaktionistiskt perspektivet formuleras istället att "hennes pappa har ett missbruk". Det eftersom interaktionismens grundinställning är att människan inte är, utan gör och handlar i ständig förändring (Trost & Levin, 2018).

Månsson (2013) beskriver hur Howard Beckers stämplingsteori belyser hur ett avvikande socialt beteende är avhängigt det samhälle och kontext som det utspelas i. Själva stämplingsprocessen består i att individen som har bedömts vara avvikande av omgivningen med tiden börjar se på sig själv som avvikande och därefter agerar utifrån vad hon uppfattar vara samhällets förväntningar på henne (Månsson, 2013). Utifrån det är det inte personen som betar sig avvikande som besitter avvikande egenskaper, utan avvikandet är en konsekvens av att omgivningen har utdömt personen som avvikande genom en så kallad stämplingsprocess. Avvikandet hänger på så sätt samman med omgivningen snarare än med individen i situationen (Månsson, 2013).

Social identitet

Trost och Levin (2018) beskriver social identitet, utifrån ett interaktionistiskt perspektiv, som en koppling till de grupper vi identifierar oss med. Kategorisering av människor är ett mänskligt beteende som syftar till att försöka förstå andra människor och förutse deras beteende. Goffman (2014) menar att den sociala identiteten hör samman med samhällets förväntningar. Människan ser sig själv utifrån hur andra ser dem och på så sätt tilldelas människor sociala

identiteter utifrån det samhälle de lever i. Genom att tillhöra och definiera sig med olika grupper så lär vi oss vilka förväntningar som föreligger och människors handlande hör på så sätt samman med de kollektiva förväntningar som finns. Goffman (2014) beskriver hur det är människans natur att kategorisera varandra och att det sker utifrån flera faktorer men främst utseende och socialt umgänge. Utifrån stereotypiska föreställningar tillskriver vi sedan människor olika egenskaper som är formade av det rådande samhället. Genom denna process av kategoriserande och stereotypiska förväntningar skapas den sociala identiteten. Den spelar en stor roll i hur individen blir bemött av andra och vilka möjligheter hon har (Goffman, 2014). Trost och Levin (2018) beskriver hur grupptillhörigheten påverkar individens handlande och hur den kan fungera både inkluderande mot omgivningen men också vara en barriär. Den sociala identiteten är i ständig förändring i relation till omgivningen samtidigt som den påverkar individers beteenden och liv. Förändringsprocessen kring den sociala identiteten sker vanligtvis så pass långsamt att individen upplever identiteten som stabil och det är oftast i efterhand som individen kan reflektera kring sina identitetsförändringar (Trost & Levin, 2018).

Definitionen av situationen

Ett interaktionistiskt perspektiv på den sociala verkligheten är att den är subjektiv och kan uppfattas på flera olika sätt (Trost & Levin, 2018). Uppfattningen av verkligheten formar beteendet, vilket innebär att om en individ uppfattar en situation som verklig så blir den också verklig i sina konsekvenser (Trost & Levin, 2018). En individs beteende kan därför endast undersökas i förhållande till hela sammanhanget eftersom hennes definition av verkligheten avgör och formar hennes beteende. Nya erfarenheter kan på så sätt bidra till att situationer omdefinieras och därmed ge möjligheter till förändring. Definitionen av situationen är dynamisk och för att förstå en människas handlingar behöver vi först förstå hennes förståelse av situationen (Trost & Levin, 2018).

En individs definition av situationen baseras på det hon har varit med om. Livserfarenheter finns integrerat i individens värderingar vilket tar uttryck i handlandet (Trost & Levin, 2018). På så vis agerar individen utifrån tidigare upplevelser och erfarenheter och hennes referensramar skapas och omskapas utifrån nya erfarenheter. Det betyder inte att handlandet sker på grund av det förflutna utan snarare att det förflutna finns med för att underlätta förståelsen av verkligheten. Det är en pågående process där nya erfarenheter i nuet hela tiden omvandlar och påverkar individens perspektiv på omvärlden. Det kan liknas vid uttrycket om att man inte kan stiga ner i samma flod

två gånger eftersom den är i ständig rörelse. På samma sätt är människan i ständig förändring eftersom omgivningen ständigt omdefinieras och påverkar hennes perspektiv (Trost & Levin, 2018).

Kritiskt förhållningssätt till det interaktionistiska perspektivet

Det interaktionistiska perspektivet grundar sig i att samhället ska studeras baserat på hur samhället upplevs av människor utifrån deras perspektiv. Fokuset ligger på förståelse snarare än att förklara olika fenomen (Månsson, 2013). Därav tas avstånd från det objektiva naturvetenskapliga sättet att undersöka beteenden utan att se beteendet i sitt sammanhang. Detta leder till att interaktionismen saknar vetenskaplig tillförlitlighet då det endast utgår ifrån subjektivitet. Process och föränderlighet är centrala begrepp inom det interaktionistiska perspektivet (Månsson, 2013) och för att kunna undersöka dessa är en förutsättning att författaren interagerar med målgruppen som ska undersökas, skapar förståelse och försöker sätta sig in i individens situation. Det innebär att ett interaktionistiskt perspektiv och den närhet till informanterna som det innebär kan leda till att författaren blir känslomässigt påverkad. I sin tur kan detta påverka författarnas objektivitet under genomförandet.

Metod

Följande avsnitt presenterar och motiverar studiens genomförande utifrån följande fokus: Kvalitativ metod, konstruktion av intervjuguide, urval, tillvägagångssätt, meningskoncentrering som analysmetod, etiska överväganden samt informationssökning.

Kvalitativ metod

Studien genomfördes med en kvalitativ metod där tre informanter har intervjuats. Utifrån studiens syfte att belysa kvinnors erfarenheter av vägen mot drogfrihet gav en kvalitativ metod förutsättningar till en empatisk interaktion med informanterna vilket kan vara avgörande för studiens resultat (Larsson, Lilja & Mannheimer, 2005). Kvalitativ metod riktar in sig på individen i sitt sammanhang och hur hon tolkar världen vilket går i linje med studiens interaktionistiska perspektiv och valdes därför framför kvantitativ metod som inte möjliggör samma djup (Backman, 2016). Kvalitativa intervjuer ger även förutsättningar för mer nyanserade och detaljerade svar än en kvantitativ metod kan antas ge (Kvale & Brinkmann, 2014). En utmaning med att använda

kvalitativ metod i studien var att intervjuandet kan liknas vid ett hantverk där utförandet är beroende av de förberedelser som gjorts för att skapa ett samspel med informanterna. Dessa förutsättningar måste uppfyllas för att informationen antas ha legitim grund (Kvale & Brinkmann, 2014) och i studien genomfördes intervjuerna efter noga planering och med stöd i en intervjuguide där frågor anpassades utifrån informanternas berättelser.

Konstruktion av intervjuguide

Syftet med föreliggande studie är att undersöka kvinnornas erfarenheter av övergången från ett liv med missbruk till ett drogfritt liv. Intervjuguidens fokus låg på att skapa förutsättningar för personliga berättelser och djupdykning i kvinnornas upplevelser och livsvärld. Detta gjordes med hjälp av en semistrukturerad intervjuguide (se bilaga 2). Den skapades med syfte att ge informanterna utrymme att berätta om sina upplevelser på ett personligt sätt (Hjerm, Lindgren & Nilsson 2014). Under planeringen av intervjuguiden övervägde och diskuterade författarna kring frågorna och huruvida de var etiskt lämpliga eller om det fanns risk att de kunde initiera personliga konsekvenser för informanterna i form av stress eller dylikt (Kvale & Brinkmann 2014). Detta var särskilt viktigt eftersom frågorna berörde områden som kunde vara mycket personliga och framkalla många olika sorters känslor. Den färdiga intervjuguiden innehöll de frågor som ansågs kunna besvara frågeställningen samtidigt som de bedömdes var etiskt konstruerade.

Inför varje frågeställning fanns frågor som hörde ihop med temat i frågeställningen. Ett exempel i första frågeställningen är följande: *Hur såg övergången ut från ett liv med missbruk till ett drogfritt liv?* En fråga med tillhörande tema kunde exempelvis se ut på följande sätt: *Vad var det som fick dig att ifrågasätta missbruket?* Den semistrukturerade intervjun var användbar i studien då den är strukturerad samtidigt som den ger utrymme för flexibilitet. Den var flexibel på så sätt att intervjuguiden endast bestod av öppna frågor. Till skillnad från den ostrukturerade intervjun så ställdes samma frågor men med anpassade följdfrågor till alla informanter vilket gav en variation av svar på samma frågor (Hjerm et al. 2014). Intervjuguiden började med generella frågor kring informanternas vardagsliv samt hur missbruket började. Detta för att skapa en förståelse för vem informanten var och för att intervjun skulle få en naturlig övergång till resterande frågor (Kvale & Brinkman 2014). En viktig aspekt för intervjufrågorna var att de var öppna, lätta att förstå och fria från akademisk jargong. På så skapades förutsättningar för att samtalet skulle flyta på och för informanten att fritt berätta om sina upplevelser. Relevanta frågor ställdes både utifrån intervjuguiden och informantens berättelse. Intervjun avslutades med en

fråga som gav informanten utrymme att tillägga information som inte hade efterfrågats men som hon ändå ansåg som relevant.

Urval

Studiens informanterna är mellan 40-55 år och har huvudsakligen missbrukat heroin eller amfetamin. Längden på missbruket varierar stort, från ett år till nära 40 år och innefattar perioder av drogfrihet och återfall. Samtliga går i missbruksbehandling och har varit helt drogfria i mellan 6-9 år.

Urvalet styrs av syfte och frågeställningar vilket innefattar kvinnors personliga erfarenheter och upplevelser av vägen ut ur missbruk. Inom kvalitativ forskning är målinriktad/målstyrt urval en vanlig urvalsmetod vilket innebär att deltagare till studien bestäms utifrån deras relevans för studiens forskningsfrågor (Bryman, 2018). Eftersom studien undersöker kvinnors erfarenheter av övergången från ett liv med missbruk till ett drogfritt liv så eftersöktes kvinnor som har lämnat ett missbruk. En av forskarna hade tidigare haft praktik på en mottagning för missbruksbehandling och tog kontakt med chefen på samma mottagning. Utifrån möjliga etiska svårigheter med att utföra intervjuer på en tidigare arbetsplats så rekommenderades det att kontakta två andra mottagningar. De kontaktades men några kontakter till informanter förmedlades inte vilket antogs vara på grund av tidsbrist. Därefter togs beslut utifrån studiens tidsbegränsning om att söka informanter via den mottagningen som en av författarna genomförde sin praktik på. Personal på mottagningen mottog informationsbrevet (Bilaga 1) och ombads därefter att bedöma vilka patienter som kunde vara lämpliga att tillfråga. De riktlinjer som gavs till personalen var att informanterna inte skulle ha pågående missbruk för att säkerställa studiens etiska utgångspunkt. De förmedlade sedan kontaktuppgifter till patienter som visat intresse för att delta. Det innebar att studiens författare inte hade någon vetskap om hur många patienter som fanns att tillfråga och inte heller någon inverkan på vilka av mottagningens patienter som tillfrågades om deltagande i studien. Eftersom val av informanter inte kunde kontrolleras av författarna så är det oklart på vilka grunder urvalen gjordes och om urvalet av informanter påverkar studieresultatet. Av 9 förmedlade kontakter genomfördes intervjuer med tre informanter. Av de 6 bortfall uteblev en och gav inte någon återkoppling om varför hon uteblev och resten var inte intresserade av att vara med i studien och anledningarna efterfrågades inte på grund av studiens känsliga natur. Ytterligare informanter hade varit önskvärt men tidsbrist och omständigheterna med Covid-19 gjorde att studien fick baseras på tre informanters berättelser.

Tillvägagångssätt

Inför intervjuerna delgavs informanterna ett informationsbrev som beskrev studiens syfte och relevant information om frivillighet och anonymitet. Samma information delgavs även muntligen i anslutning till intervjuerna. En av intervjuerna genomfördes över telefon och övriga två genomfördes på en mottagning för behandling. På grund av Covid-19 så närvarade enbart en intervjuledare vid de fysiska intervjutillfällena medan den andra intervjuledaren närvarade via högtalartelefon. Frågor ställdes utifrån intervjuguiden av den fysiskt närvarande intervjuledaren medan eventuella följdfrågor ställdes av den andra intervjuledaren via högtalartelefonen. Intervjuerna spelades in med telefonens inspelningsfunktion.

Meningskoncentrering som analysmetod

De inspelade intervjuerna transkriberades digitalt och analyserades genom meningskoncentrering. Det innebär att stegvis koncentrera en stor mängd meningar för att utvinna de mest centrala delarna i berättelserna och sortera ut de delar som är relevanta för studiens frågeställningar (Kvale & Brinkmann, 2009). På så sätt fragmenteras kvinnornas beskrivande berättelser till korta kärnfulla citat som representerar en större innebörd där den relevanta informationen framgår tydligt och är möjlig att presentera på ett överskådligt sätt (Kvale & Brinkmann, 2009).

I det första steget av meningskoncentreringen skrevs intervjuerna ut och lästes igenom i syfte att få en överblick av materialet. I steg två kategoriserades berättelserna in i olika teman baserat på innehållet. Huvudteman skapades utifrån kärnfulla citat som beskrev dominerande teman. Följande citat ur en informants berättelse beskrev hur missbruket användes för att bedöva känslorna vilket utmynnade i att bli ett huvudtema; *“Det var lättare att hantera sorgen”*. Berättelser som relaterade till att bedöva och känna känslor tematiserades under undertemat *bedöva/känna känslorna*. På samma sätt framkom andra huvudteman med tillhörande underteman utifrån berättelserna. Huvudtemat *“nu är jag som människor ska va”* innehöll berättelser som tematiserades som *drogfrihet*. Ett tredje huvudtema var *“Det största hindret tyckte jag var att jag inte fick hjälp som jag ville ha”*, vilket innefattade undertemat *motgångar*. Berättelser om insikter fick huvudtemat *“Att leva eller inte leva”* vilket omfattade två underteman: *att nå botten* och *vändpunkten*. Huvudtemat *“om jag inte hade mitt barn, vad är målet med att sluta?”* innehöll berättelser om *avgörande faktorer*. Huvudtemat *“drogen, den sviker ganska snabbt”* omfattade

berättelser relaterade till undertemat *motivation*. Slutligen innehöll huvudtemat “*begäret tillhör hela din varelse*” berättelser som tematiserats under *missbrukaridentiteten*.

För varje intervjutranskript genomfördes samma tematisering med varierande teman beroende på innehållet. Samtliga underteman som framkom var *självd destruktivitet, att nå botten, “missbrukaridentitet”, bedöva/känna känslorna, avgörande faktorer, svek, missbruket, relationer, motgångar, drogfrihet, motivation, personlig förändring*. I det tredje steget gick vi igenom de olika teman som framkommit i samtliga intervjuer och ställde dessa i relation till studiens syfte. Detta för att sortera bort de teman som är irrelevanta för studiens frågeställningar och för att säkerställa att inga viktiga aspekter missats. En förutsättning för att teman skulle bedömas vara relevanta för frågeställningarna var att de skulle beröra kvinnornas övergång från missbruk till drogfrihet, avgörande faktorer för drogfriheten eller kvinnans sociala identitet. Kvale och Brinkmann (2009) menar att forskaren här behöver “ställa frågor” till materialet utifrån studiens syfte för att utvinna det som är relevant och således svar på frågorna. Ett exempel på en fråga som ställdes var “Vad motiverar kvinnorna att fortsätta vara drogfria?” Följande uttalande har tematiserats som *avgörande faktorer* och således svar på frågan eftersom det kan tolkas som en beskrivning av hur negativa minnen kan motivera till att inte återfalla i missbruk:

“Det är minnet av att ligga på soffan eller sängen med täcket över huvudet och inte vilja känna nånting (...) Att inte tappa det man lyckats bygga upp”.

Följande uttalande tematiserades som *svek* och tillhörde sedan huvudtemat *vändpunkter* och belyser hur övergången från missbruk till drogfrihet ledde till insikter hos informanten:

“Min dotter frågade, mamma, knarkar du fortfarande? Nej, sa jag, jag knarkar inte. Hon sa ljug inte till mig. Det var svårt att förklara till henne att jag knarkar inte. Men då visste jag hur mycket hon var sårad och ledsen och krossad (...)”

“Missbrukaridentiteten” var ett tema som innehöll uttalanden relaterade till social identitet kopplad till missbruk och hur informanter beskrev sitt eget och andras missbruk. Följande berättelse tematiserades som detta:

“Jag skulle beskriva det som om man har en dödlig sjukdom som man precis fått reda på att man kommer ha hela livet. Den är dödlig, den är obotlig och den är fortskridande. Och den enda medicinen du kan ta för att hålla den i schack, det är att du inte tar någon medicin alls. Tänk dig den värsta sjukdomen som är dödlig, och vissa människor vet inte ens om att dom har sjukdomen, så... Och vakna med den varje dag och veta att vissa dagar tar den över dig helt.

Oavsett om du mår bra eller mår dåligt, om vädret är bra eller dåligt, om du har vunnit på lotto eller ja... Så kommer du alltid ha den med dig. Det är så det är fortfarande varje dag”.

I det fjärde steget fördes relevanta teman in i en tabell för att skapa en översikt. Syftet var att hitta dominerande teman som återkom i de olika intervjuerna. De dominerande teman som framkom i det femte och slutliga steget av meningskoncentreringen var *bedöva/känna känslorna, drogfriheten, motgångar, att nå botten, vändpunkten, avgörande faktorer, motivation och “missbrukaridentiteten”*. Innehållet i dessa teman sattes sedan i relation till valda forskningsartiklar och analyserades utifrån begreppen *social identitet* och *definitionen av situationen*. Begreppen användes som ett redskap för att tolka berättelserna utifrån ett interaktionistiskt perspektiv. Ett exempel är hur Trost och Levins (2018) beskrivning av definitionen av situationen kan innebära en förutsättning för drogfrihet är att individen får någon form av insikt eller vändpunkt relaterad till missbruket och att informanten då omdefinierar situationen till kritisk. Omdefinitionen av situationen blir på så sätt en avgörande faktor på vägen mot drogfrihet i och med att det motiverar henne till att fortsätta vara drogfri. Begreppet fungerade också som verktyg för att analysera de olika faktorer som informanterna beskrev som viktiga på vägen mot drogfrihet och hur dessa faktorer har bidragit till omdefinitioner och därmed början på förändringsprocesser.

Tillförlitlighet och trovärdighet

Tillförlitligheten beskriver studiens äkthet. I kvalitativa studier innebär det att genomförandet inte ska präglas av förförståelser och förutfattade meningar (Ahrne & Svensson, 2015). I studien ämnades att hålla hög tillförlitlighet genom att författarna diskuterade och kontinuerligt kritiskt granskade det egna arbetet. Intervjuguiden skapades medvetet utan ledande frågor om exempelvis familjrelationers betydelse, för att på så sätt säkerställa att familjrelationer enbart togs upp som en viktig faktor om informanten själv valde att formulera det. En annan faktor för tillförlitligheten är hur väl studiens transparens, dvs hur väl genomförandet presenteras. I studien är detta gjort så långt det är möjligt genom att utförligt beskriva hur forskning valts ut, hur kontakten med informanter har sett ut och hur data har inhämtats och analyserats. Undantag som gjorts från transparensen berör skydd av informanternas identitet i form av ändrade namn. Intervjuerna med informanterna spelades in och transkriberades noggrant. Betoningar och pauser noterades för att i så hög grad som möjligt kunna tolka berättelserna rättvist. En svaghet i studien gällande tillförlitlighet var av att det fanns en tidigare koppling mellan en av författarna och kliniken där kontakter till informanter förmedlades. Det går inte att säkerställa att författarens

koppling till kliniken inte påverkade studiens resultat. En annan aspekt var att informanterna valdes ut och tillfrågades av anställda på behandlingskliniken. Det går därför inte att säkerställa och presentera hur deras urval har gått till och går därmed inte heller att avgöra om det påverkade studiens resultat.

Studiens trovärdighet är en viktig del i kvalitativ forskning (Ahrne & Svensson, 2015) och att en hög trovärdighet innefattar att studien verkligen undersöker det som den är ämnad att undersöka. Studiens frågeställningar syftar till att avgränsa och förtydliga vad som ska undersökas gällande kvinnors väg mot drogfrihet. Intervjuguiden och analysen av materialet genomfördes utifrån de olika frågeställningarnas fokus på övergången från missbruket till drogfriheten, de avgörande faktorerna och den sociala identiteten. Detta för att främja intervjusituationens förutsättningar att skapa relevant information samt att delar i informanternas berättelser som inte är relevanta för studiens syfte, även om de var intressanta, sorterades bort. På så sätt säkerställs att resultaten som presenteras går i linje med frågeställningarna och därmed uppfyller studiens syfte. En annan faktor som stärker studiens trovärdighet var att resultaten överlag stämde väl överens med tidigare forskning med reservation för vissa skillnader som kunde kopplas till kön, vilket diskuterades kritiskt i diskussionsavsnittet. En annan aspekt som påverkade studiens trovärdighet var det låga antalet informanter. Det hade varit önskvärt att genomföra intervjuer med fler informanter för att kunna presentera ett resultat med högre trovärdighet.

Etiska överväganden

Vetenskapsrådet (2002) redogör för fyra etiska grundprinciper att förhålla sig till under studier med människor. Samtyckeskravet går ut på att samtycke måste inhämtas från varje informant. I denna studie har muntligt samtycke inhämtats (Vetenskapsrådet, 2002). Intervjun har inletts med att informera om frivilligheten att delta och att informanten får avbryta intervjun utan att det ifrågasätts.

Informationskravet betyder att alla som deltar i forskningen ska bli informerade om forskningens syfte (Vetenskapsrådet, 2002). När informanterna kontaktades så delgavs de ett informationsbrev (se bilaga 1) där det informerades om studiens upplägg, informantens betydelse

för studien samt att deltagandet var helt frivilligt och att de kan avbryta intervjun när som helst samt att de inte behöver svara på någon fråga som känns opassande.

Konfidentialitetskravet innebär att fullständig anonymitet ska gälla under studien (Vetenskapsrådet, 2002). Vi har både i informationsbrevet och innan intervjun talat om att alla uppgifter som kan leda till en viss person kommer att avidentifieras samt att alla ljudinspelningar och anteckningar förvaras på ett sätt där ingen obehörig kan komma åt materialet. I resultatdelen presenteras informanterna som Anna, Frida och Sara men det är inte deras riktiga namn. I de delar av berättelserna som innehåller namn på personer eller städer så har texten omformulerats för att inte utelämna härledande detaljer.

Nyttjandekravet handlar om att material som inhämtas från informanterna endast får användas till följande studie (Vetenskapsrådet, 2002). Informanterna blev informerade både i informationsbrevet och muntligt inför själva intervjun att inspelningen och transkribering av intervjun endast kommer att användas till följande studie och kommer att raderas när studien är klar.

En aspekt kring etiska dilemman som bör nämnas är beslutet som togs om att utföra intervjuerna på samma mottagning som en av författarna gjorde sin verksamhetsförlagda praktik på. Det mest önskvärda utifrån ett etiskt säkerställande var att genomföra intervjuerna på en mottagning dit ingen av författarna hade någon koppling. Utifrån tidsbrist så gick inte detta att säkerställa och intervjuerna genomfördes således på kliniken dit en av författarna hade koppling. Beslutet om att genomföra intervjuerna trots författarens koppling togs dels utifrån tidsbristen men även utifrån att patienterna hade haft begränsad eller ingen kontakt med författaren. Det går dock inte att säkerställa att eventuell tidigare kontakt inte har påverkat studiens resultat, vilket beskrivs och problematiseras ytterligare i avsnitten om urval samt tillförlitlighet. Ett annat etiskt dilemma var om intervjuerna kunde trigga informanterna till återfall. Utifrån det konstruerades en intervjuguiden noggrant och medvetet för att inte innehålla triggende eller utmanande frågor som uppenbart kunde skapa obehag samt att informanterna som deltog var långt gångna i sin missbruksbehandling.

Informationssökning

Studiens tidigare forskning består av 10 artiklar där 2 är nationella och resterande är internationella varav 1 litteraturstudie. Samtliga artiklar undersöker individers erfarenheter relaterade till att lämna missbruk med en variation på inriktning. Studien presenterar tre inriktade

spår från vår forskningsgenomgång som är relevanta för studien och dessa är: *Att lämna ett missbruk, avgörande faktorer* och *social identitet*.

Artiklarna har inhämtats från tre databaser vilka är Sociology Source Ultimate, Högskolan Västs bibliotekskatalog samt Google scholar. Sökord som har använts har främst varit *women* och *addiction*. Därefter har ytterligare sökord lagts till för att hitta forskning utifrån aktuellt fokus; *drug abuse, addiction treatment, turning points, identity, social identity, gender*. Sökorden gav en stor mängd tidigare forskning där mycket valdes bort på grund av att den undersökte kvinnor och missbruk i relation till graviditet. Utifrån ett begränsat utbud av studier gjorda på kvinnor och missbruk som inte relaterade till graviditet så har även studier använts som gjorts på både män och kvinnor och även på bara män. Forskning hittades också genom referenser, särskilt i Brookfields (et al. 2019) litteraturstudie.

Resultat och analys

Resultat och analys presenteras utifrån framkomna huvud-och underteman relaterade till studiens frågeställningar. Huvudtemat “Det var lättare att hantera sorgen” innefattar berättelser som tematiserades som att *bedöva/känna känslorna* och *missbruket*. “Nu är jag som människor ska va” innefattar berättelser relaterade till *drogfrihet*. “Det största hindret tyckte jag var att jag inte fick hjälp som jag ville ha” innefattar berättelser om *motgångar*. “Att leva eller inte leva” innefattar berättelser om att *nå botten* och *vändpunkter*. “Om jag inte hade mitt barn, vad är målet att sluta?” innehöll berättelser om *avgörande faktorer*. “Drogen, den sviker ganska snabbt” innehöll berättelser om *motivation*. Slutligen innehåller huvudtemat “Begäret tillhör hela din varelse” berättelser relaterade till “*missbrukaridentiteten*”.

Att bedöva/ känna känslorna: “Det var lättare att hantera sorgen”

Övergången från livet med missbruk till ett drogfritt liv har sett olika ut för de tre informanterna. Ett par av dem började sitt missbruk sent i livet vilket omfattade ett relativt kort men intensivt missbruk medan en av informanternas missbruk varade i större delen av hennes liv. Den största skillnaden hos informanterna var deras syn på drogfriheten. Informanten som varit i ett långvarigt missbruk beskrev drogfriheten som en kamp då hon menade att drogerna var en normalitet för henne och att det var det enda hon kände till. De andra informanterna upplevde drogfriheten som en frihet och såg den som en självklarhet. De menade att de kunde njuta av livet

som drogfri vilket de inte kunde när de var påverkade. Informanterna beskrev de händelser som gjorde att de började med droger, vilket var hälsoproblem och dödsfall. Därmed blev drogerna ett hjälpmedel att bedöva smärtsamma känslor:

“Mitt missbruk började 2008 när mitt syskon dog (...)

För mig var det lättare att hantera sorgen” - Sara

Bortsett från att bedöva känslor så var gruppträck en annan anledning till att missbruket började. En informant berättade att hennes missbruk började på grund av påtryckningar från hennes umgänge i tonåren och att allt började med alkohol. Det beskrevs inte som särskilt roligt eller givande men “det skulle ner”. Den destruktiva användningen av alkoholen kan tolkas som en inkörningsport till tyngre droger och en gemensam faktor som fanns hos ett par informanter var att de provade olika droger innan de hittade sin “huvuddrog” vilket var heroin för samtliga.

“Alltså mitt första minne av att... Det är alkohol, var 12-13 år. Vi drack och det var inte speciellt kul, egentligen. Men det skulle ner. Alla andra gjorde ju det och man kände, ganska okej. (...) Alltså jag nästan tvingade i mig drogerna för att dom andra gjorde det, fram tills jag hittade min huvuddrog så var det mest tvång (...) det var när jag kom i kontakt med heroin som jag kände att liksom nu, nu... Nu vet jag vad jag vill ha”. - Anna

Beskrivningen av det kända tvånget till drogerna kan kopplas till Trost och Levins (2018) beskrivning av “den generaliserade andra”. Med detta menas att samhället eller den sociala grupp som individen tillhör skapar individens identitet med normer, åsikter och förväntningar som den “generaliserade andra” har. Individens perspektiv på omgivningen formas efter den sociala gruppens syn på hur människor ska känna och bete sig (Trost & Levin, 2018). Detta kan också sammanhålla med Trost och Levins (2018) beskrivning av gruppmedlemskap och genom att tillhöra en grupp så lär sig individer vad andra människor förväntar sig av dem och på det sättet skapas identiteten.

Drogrifriheten: “Nu är jag som människor ska va”

Samtliga informanter beskrev att en av de största utmaningarna med att vara drogfri är det känslomässiga uppvaknandet. Med detta menas att de måste känna de känslor som de förut försökte fly från. Ett par av informanterna beskrev det känslomässiga uppvaknandet som en

utmaning genom att tvingas känna sina känslor, göra förändringar för välmåendet och bemöta sina osäkerheter istället för att fly ifrån dem. En av informanterna såg det känslomässiga uppvaknandet som en nackdel och upplevde att ångestillståndet hon hamnade i var svårt att hantera. Hon beskrev att känslorna svämmade över och att det var därför hon från början inte ville bli drogfri eftersom hon trodde att hon inte skulle klara av det. Något som alla tre informanterna var överens om var att tillståndet som drogfri förbättrades med tiden och att det handlar om att välja och bestämma sig för att bli drogfri. En av informanterna beskriver att hon visste att hon skulle må dåligt i ett par år och drabbas av depressioner och ångest men att hon förr eller senare skulle må bra, men om hon skulle fortsätta med droger så skulle hon aldrig må bra:

“Så det är att välja, jag vet att jag kommer må jättedåligt i flera år av att vara drogfri, men i slutändan (...) Det kommer bli bra. Men om jag fortsätter droga så kommer det aldrig bli bra. Så jag får veta att jag kommer få ge det två-tre år, och bygga upp sedan stabilitet i drogfriheten. Oavsett hur det är, med mycket depressioner (...) Det handlar om att gilla läget. Så här är det bara. Punkt slut.”

Det känslomässiga uppvaknandet orsakade mycket ångest. En bieffekt av heroin är depression och ångest och även om personen hade problem med psykisk ohälsa innan droganvändningen, som kan ha lett till missbruket, så ökar symptomen ytterligare i samband med heroinanvändning (Holloway, 2018).

Informanternas varierande uppfattning om drogfriheten kan relateras till deras olika definitioner av verkligheten. En individs uppfattning av verkligheten formas efter hennes upplevelser och erfarenheter (Trost och Levin, 2018). En anledning till att en av informanterna upplevde drogfriheten som en större kamp kunde tolkas vara för på grund av att hon har definierat sig själv och sin omgivning i relation till droger mestadels av sitt liv. När en stor förändring sker och hon måste ge upp en stor del av sitt liv sker någon slags störning i identiteten och hon kan inte längre definiera sig till den grupp som hon har identifierat sig med i hela sitt liv (Trost och Levin, 2018). Föregående teori kan kopplas till Skårner, Månsson och Svenssons (2017) artikel där de beskriver en långsam förändringsprocess som bygger spänningar mellan det förflutna, nutiden och framtiden. Det tar tid för en individ att anpassa sig till nya rutiner och sitt nya liv som drogfri.

När det kommer till själva drogfriheten fanns det olika synpunkter och känslor hos alla tre informanterna. De informanter som varit i ett kortvarigt missbruk trivdes bra med drogfriheten och upplevde att de i princip hade börjat leva på nytt igen. Erfarenheterna av missbruket sågs som en påminnelse om att de inte ville hamna där igen. Drogfriheten hos dessa informanter beskrevs som att ha lämnat ett emotionellt fängelse och efter en lång tid kommit ut i frihet. En annan sida som informanten som lämnat ett långvarigt missbruk lyfte var kampen mot ångest och eftersom hon varit i missbruk så länge så var det inte ett normaltillstånd för henne att vara drogfri, hon menade också att hon inte ser sig själv helt som drogfri då hon fortfarande hade underhållsbehandling.

“Asså jag känner att det är min frihet, asså nu är jag jag. Jag är inte beroende, jag är inte en missbrukare. Så det är skillnad. Nu är jag som människor ska va. (...) Jag står fast på mina ben, jag är inte beroende, beroende från missbruk, inte beroende från någon, asså det är mycket mycket skillnad.” - Sara.

Motgångar: “Det största hindret tyckte jag var att jag inte fick hjälp som jag ville ha”

Informanterna beskrev olika motgångar som gjorde övergången svårare för dem. En motgång som beskrevs var att samhället inte riktigt bemötte henne som önskat. Hon menade att det var lång väntetid till behandling vilket var fyra månader och att hon inte kunde stå ut så länge. Dessutom berättar hon att hon inte fick psykosocial behandling efter trauman som hon varit med om under sin tid i missbruk utan istället möttes av fördomar om att hon inte kunde ta emot psykosocial behandling då hon var missbrukare. När hon senare blivit drogfri och gick på underhållsbehandling så var den största motgången att behandlingen hindrade henne från att vara spontan. Om hon exempelvis ville resa måste hon först lämna prov till mottagningen samt att hon måste ha läkarintyg med sig. En annan informant beskrev ett inre hinder i form av en övertygande röst som talade om för henne att hon skulle ta droger. Hon menade att hon kunde vakna en dag då hon mådde bra och var trygg i sig själv och från ingenstans kom rösten. Under sitt missbruk lyssnade hon blint på rösten då den var så stark och det fanns inte någonting som kunde stoppa henne från att ta droger, inte ens hennes familj. Ju längre hon kommit med sin drogfrihet desto svagare hade rösten blivit och nu kunde hon ignorera den nästan helt även om vissa dagar var svårare än andra.

“Det har hänt hur många gånger som helst när jag vaknat på morgonen och allt har varit helt okej, men det har funnits en liten röst i huvudet som sa; idag kan vi nog ta (...) Det finns ingenting, jag har liksom bestämt möte med min dotter till och med, och bestämt att ja, nu är det över, men nej. Det finns ingenting man kan säga (...) När jag går förbi systemet så tänker jag från ingenstans; jag går in och köper en flaska whiskey. Men vad hände nu? Var kom det ifrån? Jag gör ingenting åt det, jag går inte in och handlar men jag tänker ju det, var kom det ifrån?” - Anna

Dingles (et al. 2015) beskriver hur den förändringsprocess som sker kring den sociala identiteten är tätt sammankopplad med vägen ut ur missbruket. Informanten identitet från livet med missbruk fanns fortfarande kvar och påverkade hennes förutsättningar att ta sig ur missbruket. I studien av Robertson och Nesvåg (2019) gör de liknelsen att nykterheten till en början kändes som att vara en fisk på land, att de inte tillhör det normativa samhället och att normaltillståndet ingav en känsla av utanförskap. Kroppen måste återhämta sig i en okänd miljö i form av nykterheten och tar tid på sig att anpassa sig, därför finns många beteenden och tankegångar kvar sedan missbruket även om individen är drogfri (Robertson & Nesvåg, 2019). Det blir samtidigt en stor kontrast att komma ifrån sitt tidigare liv och in i behandling som innefattar tydliga strukturer. Det är många informanter från andra studier som beskriver en inre konstant känsla av missanpassning och att inte tillhöra det “normala” samhället (Rotărescu & Sleath 2016; Dingle, Cruwys & Frings 2015; Von Greiff & Skogen 2011; Possic & Itzick 2018). Citatet ovan kan också hänga samman med vad Skårner (et al 2017) beskriver om att individen har lyckats förändra sin sociala identitet med att den psykiska delen kvarstår och det visar hur komplicerat det blir för individen under förändringsprocessen.

Att nå botten/ vändpunkten: “Att leva eller inte leva”

Informanterna beskrev hur de tidigare tagit flera beslut om att bli fria från sitt missbruk och sedan återfallit. Återfallsperioderna beskrevs som svåra och präglade av en känsla av misslyckande och besvikelse. En informant beskrev hur hon kämpade med att dölja sina återfall för omgivningen. Alla lögnen blev för svåra att hantera och hon upplevde att hon tvingades välja mellan att leva eller inte leva. Berättelserna visar att återfallen tycks ha fyllt en funktion genom att samtliga informanter beskrev hur de krävande återfallsprocesserna skapade känslor av att verkligen ha “fått nog” av missbruket och en förståelse för hur snabbt man hamnar i missbruk igen samt vad som krävs för att undvika det:

“(…) Måste man hela tiden vara medveten om att jag ska vara medveten om att... Göra de rätta sakerna, det handlar hela tiden om att förebygga att inte ta, det är liksom inte framtiden, det är att förebygga (...) Hittar man triggern så är det lättare att hantera det. Det tog mig 52 år, nä men kanske 40 år, att fatta det”. -Anna.

Negativa erfarenheter av återfall stärkte informanternas beslut om drogfrihet och fungerade motiverande men det slutgiltiga beslutet om drogfrihet togs i samband med händelser som kan ses som vändpunkter. De skeenden som ledde upp till vändpunkten varierade, men det som var gemensamt för informanterna var att vändpunkten ledde till insikter om att det var avgörande att sluta missbruka. Dödsfall, tragedier i omgivningen och trasiga sociala relationer beskrevs som avgörande faktorer för vändpunkten och efterföljande beslut om drogfrihet. Det blev tydligt att det slutgiltiga beslutet om drogfrihet inte togs som följd av behandling eller medicinering utan var beroende av informanternas egna insikter. En informant beskriver hur hon fick insikt i hur hennes återfall påverkade hennes barn:

“Min dotter frågade, mamma, knarkar du fortfarande? Nej, sa jag, jag knarkar inte. Hon sa ljug inte till mig. Det var svårt att förklara till henne att jag knarkar inte. Men då visste jag hur mycket hon var sårad och ledsen och krossad...” -Sara.

Berättelserna liknar Von Greiff och Skogen (2011) och Brookfields (et al. 2019) studiers resultat. De beskriver hur vägen ut ur missbruk ofta påbörjas efter någon form av trigger som motiverar individens förändringsprocess och att den ofta är relaterad till familj och en känsla av hjälplöshet. Nämnade studier visar också att det slutliga beslutet om drogfrihet är ett medvetet och tydligt beslut. Det tydliggörs i informanternas berättelser genom att erfarenheter av påfrestande situationer ledde till en omdefiniering av situationen där de förstod att situationen var kritisk. Utifrån ett interaktionistiskt perspektiv är detta ett tydligt exempel på hur individens definition av situationen formar hennes handlingar (Trost & Levin, 2018) och en förutsättning för att en individ ska omdefiniera en situation är just nya erfarenheter.

Informanternas negativa och svåra livserfarenheter i form av överdoser, insikter om anhörigas känslomässiga smärta och fysisk utmattning till följd av missbruket bidrog till att de förstod missbrukets konsekvenser. Därmed definierades situationen om till att vara i akut behov av förändring vilket ledde till hållbara beslut om drogfrihet:

“Ja, 8 veckor senare så dog han i en överdos. Så det var ju det... Och då... Då la jag liksom alla korten på bordet och bad socialen om hjälp och sa att jag börjat med heroin. Och sen blev hans död en varningsklocka, så att det var ju liksom, det var nog mycket det som satte punkt för det hela. Att jag ska inte fortsätta på den här vägen, det kan bara sluta på ett sätt, katastrof.”-Frida.

Avgörande faktorer: “Om jag inte hade mitt barn, vad är målet med att sluta?”

Samtliga informanter i studien var föräldrar och uppgav sina barn som den främsta anledningen att bli drogfria. Barnen beskrevs som mycket viktiga avgörande faktorer samtidigt som vetskapen om den smärta man åsamkat sina barn och andra närstående var svår att hantera och på så sätt också en faktor för återfall. Missbrukets negativa inverkan på relationen till barnen beskrevs på olika sätt men det som var gemensamt var en oro och en vilja att finnas där för sina barn. Några av de negativa konsekvenser på relationen till barnen var att vara fysiskt borta från sina barn, att ens barn inte ville ha någon kontakt, att ens barn tvingats vara med om händelser relaterade till missbruket samt att vara på känslomässigt avstånd genom drogernas effekt på känslorna. En informant beskrev hur hon upplevde att medicinering ofta ses som vägen ut ur tungt missbruk, men att för henne så hade medicin inte fungerat om hon inte hade haft sitt barn som motivation att ta medicinen för. En annan informant beskrev hur rädslan över att vara en dålig förebild för sitt barn stärkte hennes vilja att lämna missbruket:

“Jag börjar tänka, vilket exempel ska jag vara till min dotter, genom tiden kommer det visas att jag missbrukar, hon ska börja skämmas för mig, det är ingen som vill att mamma ska bli sliten, en sjuk jävla missbrukare, eller värre att jag blir tvungen att sälja knark och sitta i fängelse, vilket exempel ger jag till min dotter?”-Sara.

Tidigare forskning visar att sociala relationer är en viktig faktor på vägen in och ut ur missbruket och kan fungera både triggnande och skyddande (Dingles et al. 2015; Robertson & Nesvåg, 2019; Rotărescu & Sleath, 2016) och i studien beskrev informanterna hur relationen till barnen främst fungerade skyddande utifrån deras kärlek till barnen. Om man ser till samhällets stöd så visar studier att kvinnor med missbruk som har barn generellt har en längre väg till drogfrihet på grund av omgivningens stigmatisering (Possic & Itzick, 2018; Debeck et al. 2014;

Gonzalez et al. 2018) och att de upplever högre grad av skam, vilket även informanterna i studien beskrev genom sina berättelser om att dölja missbruket från omgivningen. En informant beskrev en enorm press på att vårda sitt hem och sitt yttre för att inte väcka misstankar vilket relaterar till samhällets könsroller. Kvinnor möter många motgångar på grund av hur samhället förväntar sig att en "mamma" ska bete sig vilket också får negativa effekter på samhällets stöd (Mattsson, 2015). Informanternas berättelser i relation till tidigare studier visar hur föräldraskapet tycks fungera både motiverande utifrån kvinnans kärlek till sina barn samtidigt som det är begränsande utifrån samhällets stigmatisering av kvinnor med missbruk. Det blir på så sätt en dubbelhet kring kvinnors behov av ökat stöd och stigmatiseringens begränsande av möjligheterna till stöd. En informants berättelse belyser detta:

“Det finns så mycket fördomar, jag har jobbat själv i vården i många många år. Finns väldigt mycket fördomar, och det gjorde ju att det tog lång tid innan jag sökte hjälp till exempel. Man vet precis hur man blir behandlad (...) Jag och mitt barn försökte ju återuppliva (sambon), det var ganska traumatiskt, ambulansen kom, som fick igång hjärtat men han var hjärndöd för han hade dött av syrebrist. Jag bad om nån och prata med och nån som mitt barn kunde prata med men vi fick faktiskt ingen hjälp och till mig sa dom att ja, det är inte lönt att du pratar med nån för du är ändå påverkad av droger, så du måste först bli drogfri.” -Frida.

Motivation: “Drogen, den sviker ganska snabbt”

En annan faktor för drogfrihet som beskrevs av informanter var minnen av det förflutna. Det var dels positiva minnen av livet innan missbruket där två av informanterna reflekterade kring hur de hade haft ett ordnat liv som innefattade familj, jobb och studier som fanns där att “falla tillbaka” på och på så sätt motiverade dem till drogfrihet. Samtliga informanter beskrev också hur negativa minnen av missbruk stärkte viljan att bli drogfri. Missbruket innebar en ständig stress över att få tillgång till droger eller att dölja beroendet för omgivningen. Vardagen beskrevs som tung och ångestfylld präglad av återfallsprocesser som avlöpte varandra med abstinens och falska kortvariga lyckokänslor. En informant beskriver hur hon tagit lärdom från minnena av tidigare återfall:

“Det är bara ett helvete, det är kanske några timmar som är skön känsla, det är en falsk lyckokänsla där du liksom sviker dom som älskar dig, du sviker dig själv också. Så det är väldigt

dålig eftersmak när du vaknar. Och det är det som gör att du måste droga dig igen (...) Så det hjälper liksom inte att slå i dig massa, för du mår liksom ändå inte bra, du kan liksom inte komma undan längre. Droger kan inte få dig att glömma det. Det är precis som att den har liksom inte ett evigt liv, drogen, den sviker ganska snabbt.”-Frida.

Minnena av livet i missbruk präglades av en rädsla över att hamna där igen och sakna styrka att återhämta sig och på så sätt vara fast i missbruket för resten av livet:

“Asså det är konsekvenserna. Och det är minnet av att ligga på soffan eller sängen med täcket över huvudet och inte vilja känna nånting. Det är väl det som motiverar mest.”- Anna.

Robertson och Nesvågs (2019) studier om livet efter missbruk visar att individen behöver göra en känslomässig åtskillnad mellan livet i missbruk och det drogfria livet. En förutsättning för framgångsrik drogfrihet beskrivs vara att drogfriheten upplevs som värd de psykiska och fysiska påfrestningar som vägen ut ur missbruket innebär. För informanterna var det avgörande att de svåra minnena från livet i missbruk motiverade till drogfrihet istället för att bli en faktor för återfall. Negativa minnen skapade ett avstånd mellan drogfriheten och tiden i missbruk och motiverade informanterna till att inte återfalla och genomlida flera negativa erfarenheter. Vidare beskriver Robertson och Nesvågs (2019) studie en process av *losing oneself* och sedan *becoming oneself* som innebär att omskapa sig själv. När individens “omskapande” är färdig så innebär det att missbruket inte längre har makten. Det har liknelser med Goffmans (2014) teori om social identitet. Utifrån den kan informanternas väg ut ur missbruk ses som en förändringsprocess där de skapat en ny social identitet. Individens handlande är nära sammankopplat med identiteten (Goffman, 2014) och därför behöver en person i missbruk ta avstånd till beteendet kopplat till beroendet för att skapa en ny identitet. På så sätt skapade informanterna avstånd mellan sig själva och missbruket genom en ny identitet som drogfri. Enligt Goffman (2014) förstärks den nya identiteten allt eftersom individen agerar och lever som andra i samma kategori. För informanterna bidrar det till att ju mer tid som går och ju mer distans de får till “missbrukaridentiteten” desto starkare blir de i sin nyktra identitet.

Missbrukaridentiteten: “Begäret tillhör hela din varelse”

Informanternas reflektioner och beskrivningar av vägen ut ur missbruket visade en dubbelhet gällande drogfrihetens påverkan på deras sociala identitet. I vissa situationer såg de fortfarande sig själva som missbrukare medan de i andra situationer tog avstånd från en identitet som missbrukare och från samhörighet med andra med missbruk. Drogfriheten tycktes ha påverkat deras sociala identitet i olika hög grad och med varierande konsekvenser. Samtliga informanternas berättelser tydliggjorde på olika sätt hur de fortfarande såg sig själva som missbrukare trots att de varit drogfria i flera år. Identifieringen som missbrukare framkom som starkare ju längre informantens tidigare missbruk hade pågått och den starkare identifieringen som missbrukare kunde kopplas till större utmaningar med drogfriheten. Ett exempel var hur en informant som hade lämnat ett långvarigt missbruk beskrev drogfriheten som ett onaturligt tillstånd. För henne hade beroendet blivit en så pass stor del av livet att hon fortfarande såg det som sitt normalstillstånd att vara påverkad. En annan informant reflekterade över hur hon alltid sett sig själv som en stark kvinna men att drogerna bevisligen var starkare. De tankegångarna tydliggjorde hur hon fortfarande såg sig själv som underordnad sitt missbruk trots att hon varit drogfri i flera år. Följande beskrivning av missbruket exemplifierar hur det blivit en bestående del av identiteten, trots drogfrihet:

“Jag skulle beskriva det som om man har en dödlig sjukdom som man kommer ha hela livet. Den är dödlig, den är obotlig och den är fortskridande. Och den enda medicinen du kan ta för att hålla den i schack, det är att du inte tar någon medicin alls. Tänk dig den värsta sjukdomen som är dödlig, och vissa människor vet inte ens om att dom har sjukdom, så... Och vakna med den varje dag, och veta att vissa dagar tar den över dig helt. Oavsett om du mår bra eller mår dåligt, om vädret är bra eller dåligt, om du har vunnit på lotto eller ja... Så kommer du alltid ha den med dig. Det är så det är fortfarande varje dag, komma ihåg vad man kommer från och allt detta ju. Man glömmer bort att man har sjukdomen, ja just det jag är narkoman, det kommer aldrig gå över.” - Anna.

I andra avseenden visade informanterna tydliga tendenser att ta avstånd från “missbrukslivet” och andra människor med missbruk. De delade liknande uppfattningar om hur en “missbrukare” är och lever och uttryckte en vilja att ta avstånd från människor som bedömdes tillhöra kategorin “missbrukare.” På olika sätt beskrevs hur “missbrukare” tillhörde en kategori som de själva stod utanför. Ett exempel på distanseringen från missbruksidentiteten var hur

samtliga informanter reflekterade kring att de hade haft relativt ordnade liv med jobb och familj vilket tolkades som att de inte upplevde sig själva som den typiska “missbrukaren”. Detta tydliggjordes genom en informants reflektioner kring att hennes missbruk inte var så illa då hon trots allt inte hade levt i rännstenen, behövt stjäla eller förlorat vårdnaden om sina barn. En annan informant beskrev hur hon hade fått höra att ingen hade kunnat tro att hon skulle “gå och bli missbrukare”. Det blev tydligt att det fanns en generell bild av hur en “missbrukare” är, att det var sammankopplat med misär och att den sociala identiteten som missbrukare enbart innefattade negativa aspekter:

“När begäret vaknar, det kan vara liksom på en mikrosekund, så tillhör den hela din varelse och den är så, den är så ihålig, så tom, och det finns ingenting du kan fylla den med förutom din drog. Och den kommer göra vad som helst för att få dig att gå det hållet (...) Att prata med en missbrukare är meningslöst, en påverkad. Man måste träffa de när de är helt drogfria, när de är klara i huvudet, det är helt meningslöst, att prata, att få förstånd, att ge råd eller uppmuntra någon som är drogad. Det kanske går in 2 %, och de två procenten försvinner bort, så det är meningslöst.”-Frida.

Den delvis fortsatta identifieringen med identiteten som missbrukare går att koppla till Skårners (2017) studie som beskriver hur förändringsprocessen kan innebära en social förändring, men att den psykiska förändringen tar längre tid. Utifrån interaktionismens perspektiv på social identitet så kan det kopplas till stämplingsteorin (Månsson, 2013). Samhällets syn på missbruk, och särskilt den stigmatiserande syn som finns på kvinnors missbruk (Mattsson, 2015) har internaliserats av informanterna. Deras identifiering med att vara avvikande och utelämnade till missbruket blev tydligt genom deras beskrivningar av sitt missbruk och process av att bli drogfri. Deras beteende kunde tolkas som format utifrån samhällets negativa bild av hur en missbrukare ska bete sig.

Goffman (2014) menar att den sociala identiteten är i ständig förändring och sker gradvis, vilket innebär att informanternas identifiering med missbruksidentiteten kan minska ju längre tid de är drogfria och desto mer övertar samhällets nya syn på dem som drogfria. Det kan också förklara varför ett långvarigt missbruk innebär en starkare identifiering som missbrukare och därför har en längre förändringsprocess. Det stärks av Brookfields (et al. 2017) studie som beskriver vikten av den sociala identitetens positiva utveckling och att det är en större utmaning att fullfölja för individer med långvariga missbruk och långvarig identifiering som missbrukare.

Samtidigt så tog informanterna i flera avseenden avstånd från att identifiera sig med andra med missbruk, vilket tidigare studier (Von Greiff & Skogen, 2011) beskriver som en avgörande faktor för drogfrihet. Där beskrivs hur den sociala identifieringen med en grupp är avgörande för individers beteende. Detta tydliggörs i hur informanternas vändpunkt innebar att de medvetet distanserade sig från "missbrukslivet" och påbörjade sina förändringsprocesser.

De informanter som hade lämnat kortare missbruk förmådde att ta ett större avstånd från identiteten som missbrukare och upplevde också färre nackdelar med drogfriheten. Det kan kopplas till tidigare studier (Skårner et al. 2017; Von Greiff et al. 2011) som visar att en ny social identitet som drogfri kan fungera som en barriär mot återfall genom att stärka informantens känsla av självkontroll. Resultatets dubbelhet kring drogfrihetens påverkan på den sociala identiteten, där informanterna till viss del utvecklade en ny identitet men till viss del fortfarande identifierade sig som missbrukare, stärker tidigare studiers (Brookfield et al. 2019; Dingles et al. 2015) resultat som visar att den sociala identiteten kan fungera både som en barriär och motivation på vägen ut ur missbruk och således är en viktig faktor för drogfriheten.

Diskussion

Syftet med studien var att undersöka kvinnors erfarenheter av övergången från ett liv med missbruk till ett drogfritt liv. Under studiens gång konstaterades att tidigare studier främst fokuserade på kvinnor och missbruk i relation till föräldraskap vilket begränsade tillgången på tidigare forskning. Den forskning som fanns att tillgå visade att missbruksvården generellt är anpassad efter män, vilket gör att kvinnors väg mot drogfrihet inte kan jämföras med mäns på ett rättvist sätt. Därmed kan de bli problematiskt att använda forskning som är gjord utifrån både manliga och kvinnliga informanter där könsroller inte problematiseras. Det kan också förklara varför studiens resultat uppvisade vissa skillnader från tidigare forskning gällande informanternas beskrivningar av avgörande faktorer och erfarenheter av missbruksbehandling. Om behandlingen inte är anpassad efter kvinnors förutsättningar kan det ses som en naturlig följd att den inte fungerar tillfredsställande och därmed inte heller fungerar som avgörande faktor för kvinnors drogfrihet.

Sammanfattningsvis visar studiens resultat att vägen mot drogfrihet påbörjades i samband med en vändpunkt vilket stödjer tidigare forskningsresultat om triggnande händelsers betydelse (Von Greiff & Skogen, 2011). Studiens resultat uppvisade vissa skillnader från tidigare

forskning (Brookfield, et al. 2019; Rotărescu & Sleath, 2016) som lyfte ekonomiska kostnader, påtvingade behandlingar eller någon form av positiv händelse som exempel på faktorer för vändpunkter. I studien innebar vändpunkten snarare ett känslomässigt uppvaknande. Händelseförloppen som ledde upp till informanternas känslomässiga uppvaknande varierade men det som framkom som gemensamt var att samtliga innefattade negativa händelser relaterade till familj och relationer. Informanterna fick på olika sätt insikt i missbrukets negativa konsekvenser för deras anhöriga och relationerna till dessa. Det känslomässiga uppvaknandet framstod som den främsta avgörande faktorn för långsiktig drogfrihet och överraskande få delar i informanternas berättelser lyfte överhuvudtaget medicinering och behandling i frågor gällande avgörande faktorer. Tidigare forskning beskrev missbruksbehandling som ett stöd för nya rutiner och nyktert socialt umgänge (Von Greiff & Skogen 2011; Brookfield et al. 2011). Informanterna i studien berörde till viss del ämnet behandling men beskrev det inte som en avgörande faktor för drogfriheten utan snarare som ett komplement till de personliga insikterna och den egna viljan att bli drogfri. Ett tydligt exempel var hur en informant beskrev hur hon inte kunde se någon anledning att fortsätta gå i behandling om det inte vore för att inte svika sitt barn. Medicinering och behandling framstod som ej långsiktigt fungerande om inte informanterna funnit egen motivation till följd av det känslomässiga uppvaknandet, vilket till viss del går i linje med tidigare studier om betydelsen av individens engagemang (Robertson & Nesvåg, 2019).

Informanternas berättelser stödjer tidigare forskningsresultat om att kvinnors väg ut ur missbruk präglas av stigmatisering (Possic & Itzick, 2018; Gonzalez et al. 2018; Debeck et al. 2014). Studieresultatet visade att stigmatiseringen fick konsekvenser på både missbruket, övergången till det drogfria livet och den sociala identiteten. Ett tema som inte framkom som dominerande i tidigare forskning men som präglade informanternas berättelser var skam som också kan relateras till stigmatiseringen. Possic & Itzicks (2018) studie beskrev till viss del skam kopplad till missbruk och sexhandel men informanternas berättelser visar att skammen fanns med i det vardagliga livet och under alla steg på vägen mot drogfriheten. Dessutom beskrev de hur skammen fortfarande finns med dem efter flera år i drogfrihet. Skammen ledde till att informanterna utvecklade strategier för att dölja sitt missbruk och på så sätt lyckades de upprätthålla vardagen i viss mån vilket fördröjde deras drogfrihet. En sammanfattande insikt av tidigare forskning och studiens resultat är hur ojämsställd missbruksvården är och vilka konsekvenser det får i form av stigmatisering mot kvinnor. Informanternas berättelser lyfter och exemplifierar det faktum att kvinnor känner mer skuld för sitt missbruk (Mattsson, 2015) och att missbruksvård och stöd generellt är anpassat utifrån män och deras förutsättningar (Possic &

Itzick, 2018; Trulsson, 2002). Sammantaget leder stigmatiseringen, skammen och bristande stöd till en spiral av dåliga förutsättningar för kvinnors möjligheter att lämna ett missbruk. Stigmatiseringen skapar och bidrar till skam som begränsar kvinnor från att söka stöd både på samhällelig nivå och i sitt eget sociala kontaktnät. När hon slutligen söker stöd till följd av egna insikter är hon ofta långt gången i sitt missbruk och utelämnad till vård som är anpassad efter en manlig målgrupp.

Utifrån tidigare forsknings fokus på kvinnor i relation till föräldraskap så ämnade studien att lyfta kvinnors erfarenheter av vägen mot drogfrihet utan fokus på familjerelationer. Därför formulerades intervjuguide och frågeställningar medvetet utan fokus på moderskap. Under analysens gång blev det dock tydligt att informanterna i hög grad identifierade sig med sitt moderskap och såg sina barn som viktiga faktorer för deras väg ut ur missbruket. En aspekt som framkom som central var smärtan som missbruket orsakade deras barn och oron över att inte finnas till hands för dem både på fysiskt och känslomässigt plan. Berättelserna visade en dubbelhet kring föräldraskapet där kvinnorna hade ett ökat behov av stöd för att fullgöra sitt föräldraskap samtidigt som samhällets stigmatisering begränsade deras möjligheter till stöd. Resultatet stärks av Possic och Itzicks (2018) studie som visar att kvinnors väg ut ur missbruk försvåras och förlängs på grund av normer och samhällets antaganden om kvinnans traditionella roll. Kvinnor med missbruk är på många sätt utelämnade till socialarbetares stöd och där krävs en medvetenhet om stigmatiseringen som kvinnor möter. Oavsett om de befinner sig långt från drogfriheten i pågående missbruk eller har nått sitt känslomässiga uppvaknande så förtjänar kvinnor att bemötas fördomsfritt och på ett rättvist sätt. Det innebär anpassningar utifrån deras förutsättningar, vilka skiljer sig från den standard som är anpassad efter män. I utvecklingen av det sociala arbetet är det viktigt att kvinnors erfarenheter och historier blir hörda och används för att undvika ytterligare stigmatisering. Studiens resultat kan bidra till detta genom att synliggöra och öka medvetenheten om hur vägen mot drogfrihet påverkas av flera faktorer utöver individens självständiga val, hur stigmatiseringen tar uttryck samt hur det påverkar kvinnors möjligheter att lämna missbruket och skapa ett drogfritt liv.

Ett förslag på framtida forskning är att undersöka kvinnors väg ut ur missbruk där informanterna inte är föräldrar, för att kunna jämföra och se skillnader på avgörande faktorer och vad som motiverade dem till att ta beslutet att bli drogfria.

Litteraturförteckning

- Ahmad, K., DeBeck, K., Feng, C., Sakakibara, T., Kerr, T., & Wood, E. (2014) Gender influences on initiating of injecting drug use. *American Journal of Drug and Alcohol Abuse*. Vol. 40, Issue 2, p151-156. DOI: 10.3109/00952990.2013.860983
- Ahrne, G., & Svensson, P. (2015) Handbok i kvalitativa metoder. 2., (utök. och aktualiserade) uppl. Stockholm: Liber
- Angelöw, B., & Jonsson, T. (2000). *Introduktion till socialpsykologi*. 2., [rev.] uppl. Lund: Studentlitteratur
- Birath Scheffel, C. (2013). *Rapport Beroendecentrum Stockholm: utveckling av barn- och föräldrastöd 2012-2013*. Stockholm: Beroendecentrum
- Brookfield, S., Fitzgerald, L., Selvery, L. & Maher, L. (2019) International journal of Drug Policy. *Turning points, identity, and social capital: A Meta-ethnography of methamphetamine recovery*. Vol. 67, p79-90. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.drugpo.2019.02.002>
- Bryman, A. (2018). *Samhällsvetenskapliga metoder*. Stockholm: Liber
- Dingle, G., Cruwys, T., & Frings, D. (2015) Social identities as pathways into and out of addiction. *Frontiers in psychology* 6: 1795. DOI: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.01795>
- Gifford, P. (2015). *Women with Addiction: Don't Let Shame Overpower You*. [Elektronisk]. Oakbrook: Alta mira - recovery programs. Tillgänglig: <https://www.altamirarecovery.com/blog/women-addiction-dont-let-shame-overpower/> [2020-04-17]
- Goffman, E. (2014). *Stigma: den avvikandes roll och identitet*. 4. uppl. Lund: Studentlitteratur
- Holloway, H. (2018) *The Mental Effects of Opioid Abuse*. KLAS [Blogg] 5 juli. <https://klasresearch.com/resources/blogs/2018/07/05/the-mental-effects-of-opioid-abuse> (2020-05-13)
- Järvinen, M. (2013) Ett maktperspektiv på mötet mellan klient och system. I Meeuwisse, A., & Swärd, H. (red.) (2013). *Perspektiv på sociala problem*. 2., omarb. utg. Stockholm: Natur & kultur
- Kvale, S. & Brinkmann, S. (2014). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. 3. [rev.] uppl. Lund: Studentlitteratur

- Larsson, S., Lilja, J., & Mannheimer, K. (red.) (2005). *Forskningsmetoder i socialt arbete*. Lund: Studentlitteratur
- Lindgren, S. (2014) Kvalitativ analys. I Hjerm, M, Lindgren, S. & Nilsson, M. (red). *Introduktion till samhällsvetenskaplig analys*. 2. uppl. Malmö: Gleerups utbildning
- Mattsson, T. (2015). *Intersektionalitet i socialt arbete: teori, reflektion och praxis*. 2. uppl. Malmö: Gleerups Utbildning
- Meeuwisse, A., & Swärd, H. (red.) (2013). *Perspektiv på sociala problem*. 2., omarb. utg. Stockholm: Natur & kultur
- Månsson, S. (2013). Interaktionistiska perspektiv på studiet av sociala problem- Processer, karriärer och vändpunkter. I Meeuwisse, Anna & Swärd, Hans (red.) (2013). *Perspektiv på sociala problem*. 2., omarb. utg. Stockholm: Natur & kultur
- Possic, C., & Itzick, M. (2018) Women's experience of Drug Abuse Treatment in a Mixed-Gender Therapeutic Community. *Journal of Women and Social Work*, Vol. 33, Issue 4, p.493-508 DOI: <https://doi.org/10.1177/0886109918766674>
- Gonzalez, J M., Walters, S T., Lerch, J., & Tax, F S. (2018) Gender differences in substance use treatment and substance use among adults on probation. *The american journal of drug and alcohol abuse*. Vol. 44, Issue 4, p480-487 . DOI: <https://doi.org/10.1080/00952990.2018.1427103>
- Robertson Eide, R., & Nesvåg, S M., (2018) Into the unknown: Treatment as a social arena for drug users transition into a non-using life. *Nordic studies on alcohol and drugs*. 2019, Vol.36 Issue 3, p248-266. DOI: <https://doi.org/10.1177/1455072518796898>
- Rotărescu, O. & Sleath, E. (2016). *The Lived Experience of Five Clients in Recovery from Drug Addiction*. [Elektronisk] *Social Work Review / Revista de Asistentă Socială*. 2016, Vol. 15 Issue 3, p19-36. Tillgänglig: Sociology Source Ultimate [2020-04-03]
- Socialstyrelsen. (2019). *Statistik om insatser till vuxna personer med missbruk och beroende 2018*. Stockholm: Socialstyrelsen. Tillgänglig: <https://www.socialstyrelsen.se/globalassets/sharepoint-dokument/artikelkatalog/statistik/2019-5-19.pdf> [2020-04-17].
- Socialstyrelsen. (2019). *Nationella riktlinjer för vård och stöd vid missbruk och beroendestöd för styrning och ledning*. Stockholm: Socialstyrelsen. Tillgänglig: <https://www.socialstyrelsen.se/globalassets/sharepoint-dokument/artikelkatalog/nationella-riktlinjer/2019-1-16.pdf> (2019-01-16).
- Skårner, A., Månsson, S. & Svensson, B. (2017) "Better to be safe than sorry" Women's stories of sex and intimate relationships on the path out of drug abuse.

- STAD. (2014). Ny rapport: En miljon svenskar har missbruks- eller beroendeproblem. [Elektronisk] Stockholm: Stockholm förebygger alkohol och drogproblem. Tillgänglig:<https://stad.org/sites/default/files/media/Pressmeddelande-STADfeb13.pdf> (2020-04-20).
- Trost, J., & Levin, I. (2018). *Att förstå vardagen: med utgångspunkt i symbolisk interaktionism*. Femte upplagan Lund: Studentlitteratur
- Trulsson, K. (2002). *Dilemman i behandlingen av missbrukande kvinnor: antologi från en forskningscirkel*. Lund: Kommunförb. Skåne
- Von Greiff, N. & Skogens, L. (2011). *Förändringsprocesser i samband med missbruksbehandling - vilka faktorer beskriver klienter som viktiga för att initiera och bibehålla positiva förändringar?* [Elektronisk]. *Nordic Studies on Alcohol & Drugs / Nordisk Alkohol- & Narkotikatidskrift*. 2012, Vol. 29 Issue 2, p195-200. Tillgänglig: Sociology Source Ultimate [2020-04-08]

Bilagor

Informationsbrev

Är du kvinna, genomgår missbruksbehandling och vill dela med dig av dina upplevelser av vägen ut ur missbruk? Vi är två studenter på socialpedagogiska programmet på Högskolan Väst. Vi är inne på vår sista termin och är i full fart med att skriva vårt examensarbete. Vi skriver om kvinnors upplevelser av att lämna missbruket bakom sig. Anledningen till att vi vill undersöka detta är att vi tycker att det är viktigt att lyfta kvinnors berättelser av hur det kan vara att lämna ett missbruk.

Du som medverkar kommer att få bli intervjuad under ca 1 h. På grund av Covid-19 så kommer intervjuerna ske digitalt, på ett sätt som passar dig men förslagsvis via telefon eller videochatt utifrån vad du känner bekväm med. Om du behöver låna telefon eller dator så kan vi lösa detta. Intervjun kommer bestå av frågor kring dina personliga erfarenheter av vägen ur missbruk. Om vi ställer frågor som du inte vill svara på så är det helt okej.

Ditt deltagande i studien är helt frivilligt och under studiens gång kan du när som helst avbryta din medverkan utan att detta kommer ifrågasättas. Ditt deltagande är anonymt och det som du berättar för oss kommer att behandlas och förvaras på ett sätt så att ingen obehörig har tillgång till det. Information som kan härledas till dig, specifika händelser eller personer kommer avidentifieras och när studien är färdig kommer informationen att raderas.

Det du berättar för oss kommer enbart att användas för den aktuella studiens syfte. Om du önskar att läsa studien när den är färdig så får du göra det.

Har du vidare frågor så får du gärna kontakta oss;

Ylva

Mail: ylio0002@student.hv.se

Tel: 076 2490199

Ellen

Mail: elni0019@student.hv.se

Tel: 0736793751

Vänliga hälsningar från Ylva och Ellen

Intervjuguide

Inledningsfrågor

- Vill du berätta lite om dig själv? (Ålder, intressen, familj)
- Vill du berätta om när och hur du började missbruka?

Hur såg övergången ut från ett liv med missbruk till ett drogfritt liv?

- Hur såg ditt liv ut innan du bestämde dig för att bli drogfri?
- Vad var det som fick dig att ifrågasätta missbruket?
- Hur påbörjade du din drogfrihet rent praktiskt? (ex skrev in dig i program, kastade verktyg)
- Vilka var de största hindren för dig och på vilket sätt?
- Hur ser du på ditt missbruk idag om du blickar tillbaka?
- Om du skulle beskriva din väg ut ur missbruk för någon som aldrig har varit i liknande situation, hur skulle du beskriva det?
- Hur har tiden varit som drogfri? Vilka fördelar respektive nackdelar ser du med att vara drogfri? (Hur har du hanterat nackdelarna?)

Hur beskriver kvinnorna vad som varit avgörande i beslutet att välja att genomgå behandling?

- Kan du berätta om när du beslutade dig för att bli drogfri?
- Vad anser du vara den viktigaste anledningen för dig att bli drogfri? Varför? (Vad motiverade dig)
- Finns det några situationer/händelser som du värderar som avgörande i beslutet att ta behandling? Berätta!
- Under de dagar som känns tunga, vad motiverar dig att fortsätta vara drogfri?

Hur har drogfriheten påverkat individens sociala identitet?

- På vilket sätt anser du att din drogfrihet har påverkat ditt liv?
- Hur har ditt sociala umgänge förändrats sedan din drogfrihet?
- Vilka relationer har varit betydelsefulla för dig under den här tiden?
- Hur skulle du beskriva dina största personliga förändringar efter att du slutade med missbruket? (positiva och negativa)
- Om du tänker på ditt liv idag och ditt liv i missbruk, hur skulle du beskriva de största skillnaderna i din vardag?
- Hur upplever du att du har förändrats som person?
- Om du hade kunnat prata med dig själv för ett år sedan (eller då du var i aktivt missbruk) vad hade du velat säga? (Råd, varningar, uppmaningar)

Sammanfattning

- Är det något du vill tillägga?