



**VUXNA BARN TILL MISSBRUKARE:
Tankar och upplevelser kring begreppet livskvalitet**

Författare: Niclas Pettersson

Examensarbete Psykologi 10 poäng, fördjupningsnivå 1

10 p Uppsats

Institutionen för individ och samhälle

Januari 2006

ADULT CHILDREN OF ADDICTS:

Thoughts and experiences regarding Quality-of-life.

Niclas Pettersson

Addiction has been a problem for centuries. However, it wasn't until the 1930s that research in this field was conducted systematically. At that time, the main focus was the wife of the alcoholic. Thirty years later the first stress-theories evolved. The theories showed that the husband's drinking triggered the wife's stress. During the next decade, the effect of alcohol-/ drug abuse on family and relatives, was studied, as well as the different ways in which they coped with these stressful situations. The current study sheds light upon the thought and experiences of the adult children of addicts, with a focus on conceptions of quality-of-life. The thesis is based on a qualitative study conducted by interviewing individuals who had grown up in families where adults had addiction problems. The results show that the respondents are progressing to a higher quality-of-life. Still, there is more quality-of-life to achieve. It is also important to highlight the situation of children, and adult child perspectives in society – not just those of individuals who have an addiction.

Missbruk är ett problem sedan urminnes tider. Det var dock inte förrän på 1930-talet som forskningen inom området tog fart på allvar. Oftast fokuserades forskningen till en början på alkoholisthustrun. Närmare 30 år senare utvecklades de första stressteorierna inom ämnet. Teorierna påvisade att mannens drickande utlöste stress hos hustrun. Under nästa decennium undersöktes effekten av alkohol och drogmissbruk på familj och anhöriga, samt de olika sätt som dessa använt för att handskas (cope) med denna typ av stressande situationer. Denna undersökning belyser vuxna barn till missbrukares tankar och erfarenheter kring begreppet livskvalitet. Undersökningen är kvalitativ och genomförs på vuxna barn till missbrukare med hjälp av djupintervjuer. Resultaten påvisar att informanterna kommit en bit på väg i sin höjda livskvalitet men att det finns mer livskvalitet att få och att det är viktigt att se barnet och det vuxna barnet i samhället, inte bara missbrukaren.

I samhället har det under alla tider funnits missbruk i olika former. Allt ifrån alkohol till de nya inledrogerna exempelvis Rohypnol. Traditionellt har forskningen fokuserats nästan bara på missbrukaren och ofta har de anhöriga i omgivningen glömts mer eller mindre bort. I den alkoholmissbrukandes omedelbara omgivning finns i genomsnitt 4-5 personer som påverkas av missbrukaren (Häregård, 1994).

Enligt Runkvist (1998) fokuserades forskningen mellan 1930 och 1960-talet på anhöriga till alkoholister, huvudsakligen på alkoholisthustrur. De ansågs ha en grundläggande emotionell störning med beroendekonflikter och komplexa behov som gjorde att de valde män som var alkoholister. Det ansågs att hustrun funnit utlopp för sina aggressiva impulser tillsammans med en man som var djupt beroende av henne. Enligt detta synsätt ansågs kvinnan ha gift sig med en alkoholist för att tillgodose sina egna personliga behov. Mellan 1954-62 dök de första stressteorierna upp och dessa hade en helt annan utgångspunkt. Stressteorierna formulerades bland annat av stressforskaren Joan Jackson (Runkvist, 1998). Hon menade att reaktionsmönstret hos alkoholisthustrun hade samband med att kvinnan levde tillsammans med en aktiv alkoholist. Hennes reaktioner var med andra ord stressutlöst på grund av mannens drickande. Jackson gjorde en empirisk studie och fann där att hustrun och familjen i övrigt genomgick sju stadier som en reaktion på alkoholismen inom familjen (Runkvist, 1998). Dessa visas nedan:

Stadium 1: Hustrun och familjen förnekar problemet.

Stadium 2: Hustrun försöker eliminera problemet genom social isolering, främlingskap och otillräcklighet.

Stadium 3: Familjen hanterar problem på ett föga konstruktivt sätt och hustrun accepterar att mannens dryckesproblem är permanenta.

Stadium 4: Hustrun tar över kontrollen av familjen: Maken ses som ett bångstyrigt barn. Mycket av hustruns förbittring kring mannens beteende byts till självömkan. Hustrun tar över många av de ansvarsområden som vanligen förknippas som mannens.

Stadium 5: Hustrun separerar från sin make om hon har förmåga att lösa de problem och konflikter som hennes beslut kan orsaka.

Stadium 6: Hustrun och barnen omorganiseras som familj utan inblandning från makens sida.

Stadium 7: Mannen tillfrisknar och blir nykter. Familjen omorganiserar igen, mannen återtar sitt ansvar i familjen.

Forskningen om alkoholistustrun avser kvinnor med normala personligheter, snarare än att det i alkoholistustrun inryms en viss given personlighetstyp (Runkvist, 1998).

Jim Orford har sedan 1970- talet undersökt effekten av alkohol och drogmissbruk på familjeanhöriga och andra närstående samt de olika sätt som dessa har använt sig av för att hantera denna typ av stressande situationer (Runkvist, 1998). Stresshantering kan definieras som ett sätt att hantera inre och yttre krav som kan uppfattas som belastande eller överstigande personens resurser. Orford har genom intervjuer och familjemöten gjort en sammanställning av hur nära anhöriga har hanterat sin livssituation. Till varje handling finns kopplat känsla och attityd som kan sägas vara typiska för repektive stresshanteringsstil (se Tabell 1). Den anhörige kan komma att använda olika copingstilar beroende på vilken typ av situation det handlar om. Orfords forskning har inneburit att vi har fått reda på mycket om vad anhöriga säger sig göra i relation till den aktive alkoholisten, men han betonar samtidigt att detta ska ses som ett arbetsredskap och copingstilarna kanske inte är tillförlitliga i 100 % av fallen (Orford citerad i Runkvist 1998).

TABELL 1 : Innebörd över olika copingstilar

Handling	Känsla	Attityd
Känslomässig	Ilsken, sårad, förvirrad	”Det här är inte rätt mot mig, han/hon utnyttjar mig. Jag förebrår honom/henne”.
Tolerans	Orolig, maktlös, skyldfylld	”Andra människor förstår inte honom/henne. Han/hon far illa om jag inte hjälper till. Det kan vara mitt fel att han/hon är som han/hon är. Det är bättre att

		ha kvar honom/henne trots missbruket än inte alls”.
Inaktivitet eller inkonsekvens	Förvirring, rädsla, hopplöshet, likgiltighet	”Jag vet inte vad jag ska göra. Jag vill inte tänka på det. Det är hans/hennes kropp. Det är inte viktigt”.
Undvikande	Sårad, bitter, ledsen	”Vi skulle ha det bättre var för sig. Ju mindre tid vi har tillsammans desto bättre”.

Få undersökningar har studerat hur livskvaliteten påverkats av att ha vuxit upp med missbrukande föräldrar. Tidigare forskning har bland annat studerat sambandet mellan föräldrars alkoholism, fogade roller och familjedysfunktionalitet (Scharff, Broida, Conway & Yue, 2003). Häri finns begrepp som hjälten - som drar till sig positiv uppmärksamhet genom prestationer, maskoten - som försöker dra uppmärksamheten bort från familjeproblemen med hjälp av clownliknande beteenden, det förlorade barnet - som är tillbakadraget och tyst och syndabocken - som får uppmärksamhet genom negativt beteende. Dessa är exempel på olika roller (copingstilar) som barnen tar på sig för att överleva i missbruket. Vuxna barn till alkoholister har mer av dessa copingstilar generellt än vuxna barn som inte vuxit upp med missbrukande föräldrar (Scharf, Broida, Conway & Yue, 2003)

Chansen att du ska börja missbruka själv eller gifta dig med en missbrukare är större om du har en förälder som missbrukar. På detta vis förs sjukdomen vidare mellan generationerna. Vidare visar forskningen att det är vanligare med svåra barndomserfarenheter hos barn uppväxta hos missbrukare än de som inte växt upp med missbrukare (Dube, Anda, Fellitti, Edwards & Croft, 2002).

En stor grupp som påverkas av missbruket är barnen till de missbrukande och det är vad denna uppsats avser att studera.

Barn som har växt upp med föräldrar som fysiskt misshandlar varandra är enligt Henning, Leitenberg, Coffey, Todd & Jankowski (1997) fyra gånger vanligare hos

familjer där en förälder har gravt alkoholproblem. Harter och Taylor (2000) menar i sin artikel att misshandelsmönstret inte skiljde sig mellan missbrukande och icke-missbrukande föräldrar. Det ska också nämnas att det inte funnits så mycket tidigare forskning på detta område. De undersökningar som tidigare gjorts tenderade att visa ett annat resultat. De tidigare studierna tenderade att visa mer fysisk misshandel och även mer sexuella övergrepp på barnet till den missbrukande än hos barn som inte växt upp i missbruk. Författarna gör antagandet att skillnaden i resultatet bland annat beror på att tidigare undersökningar skilt sig från denna undersökning. Exempelvis kan nämnas att andra undersökningar ofta använt sig av supportgrupper som kan antas ha ett mer upplevt missbruk än collegestudenter som denna undersökning använder sig av.

Enligt MacPherson, Stewart och McWilliams (2001) har graden av ångest och oro samband med huruvida barnet vuxit upp i en miljö med alkoholproblem eller inte. Ofta förekommande utsatthet av okontrollerade och fientliga beteenden under föräldrars fylleslag kan bidra med en rädsla av att inte ha kontroll hos det vuxna barnet till alkoholisten/alkoholisterna. De fann vidare att upprepad fientlighet under fylleslag kan bidra med en rädsla att reta upp personer i den vuxna avkomman. Författarna menade också att det utmärkande är att det är barndomens utsatthet för stresskapande problemdrickande beteenden hos föräldrar som kan associeras med utvecklandet av en oros känslighet hos avkomman snarare än att det är en känslighet för oro som genetiskt bidrar till alkoholism.

Som visas ovan har det i dag forskats en del om barnen till missbrukarna men omfattningen är ingalunda lika omfattande som forskningen kring missbrukarna. Därför är fortsatt forskning inom detta område nödvändig.

Tanken med undersökningen är att belysa vuxna barn till missbrukares tankar och upplevelser kring begreppet livskvalitet. Men hur definieras då livskvalitet? (Nordenfelt citerad i Svensson, 1998) skriver att den grekiske filosofen Aristoteles menade att läran om det goda livet benämndes eudoimonia. Översatt betyder det lycka. Men Aristoteles menade att det inte var fråga om ett tillstånd utan en värdefull aktivitet. Det viktiga var att välja en aktivitet som kunde utföras väl därför varierade eudoimonia från person till person. För Aristoteles var tänkandet den mest värdefulla aktiviteten. Enligt (Naess citerad i Svensson, 1998) består livskvalitet av fyra komponenter nämligen att vara aktiv, ha gemenskap, självkänsla och en grundstämning av glädje. Att vara aktiv innebär

att ha aptit på livet, känna engagemang, en frihet att välja och att känna kontroll över sina handlingar. Gemenskap innefattar ett nära och ömsesidigt förhållande till en annan människa, samt vänskap och samhörighet med en grupp. Självkänslan avser att ha självförtroende och känna sig tillfreds som människa. En grundstämning av glädje bör innehålla trygghet, harmoni, frånvaro av oro, bekymmer och ångest. Alla fyra komponenterna är lika viktiga för att uppnå livskvalitet. Naess använder ordet livskvalitet i betydelsen att ha det bra och lägger tyngden på de emotionella aspekterna.

Syftet med denna undersökning att undersöka vuxna barn till misbrukares tankar och upplevelser kring begreppet livskvalitet.

Metod

Urval

Det finns en uppsjö av olika urvalsmetoder som lämpar sig olika bra för olika typer av undersökningar. Vid en kvalitativ undersökning (som denna undersökning är) används ofta ett så kallat icke-sannolikhetsurval. Det innebär att urvalet baseras på att få tag på respondenter med specifik kunskap i ämnet, snarare än att alla har samma sannolikhet att komma med i urvalet (Christensen, Andersson, Carlsson, Haglund, 1998).

I denna undersökning intervjuades 5 personer. 4 personer är kvinnor i åldrarna 30 - 39 år. Två av de kvinnliga informanterna går på självhjälpsprogram för anhöriga till missbrukare. En manlig informant på 49 år är medlem i Anonyma Alkoholister (AA).

För att hitta bra informanter använde jag mig av den s.k. Snöbollsmetoden. Metoden innebär att forskaren väljer några personer som i sin tur tipsar om andra preliminära informanter som kan inbjudas att delta i undersökningen (Hartman, 1998).

Mätinstrument

Deskriptiv kvalitativ analys användes för att bearbeta materialet. Formen innebär att forskaren i undersökningen försöker beskriva en observationsenhet (i detta fall en individ) och finna genomgående mönster i underlaget. Det centrala är att beskriva, snarare än att förstå och tolka det som undersöks (Andersen, 1998). Det går att genomföra deskriptivt kvalitativa analyser på flera sätt, även om intervjuer är den vanligaste formen.

I denna undersökning används en kvalitativ halvstrukturerad intervju, där temaområden användes. Inom dessa temaområden fanns utrymme att kunna gå mer på djupet med frågor om vuxna barn till missbrukares tankar och upplevelser kring begreppet livskvalitet. De olika temaområdena var:

- Bakgrund. Här beskrivs informanternas uppväxt, hur de lever idag och i vilken form de kommit i kontakt med missbruk. Kort sagt, bakgrunden till varför de ingår i denna undersökning. Frågorna var 8 stycken.
- Informantens definition på ordet livskvalitet. Beskriver Informantens egna tankar och åsikter kring begreppet livskvalitet, i vilken grad de känner livskvalitet och varför de känner/ inte känner livskvalitet. Frågorna var 3 stycken
- Livskvalitet enligt Aristoteles och Naess. Denna del går djupare in i området, där uppsatsens teori kring missbruk och livskvalitet ligger till grund för diskussionen med informanterna. Frågorna var 11 stycken.
- Övriga aspekter. Här hamnar delar av intervjun som inte riktigt platsar under ovanstående teman men som ändå är förknippat med livskvalitet.

Tillvägagångssätt

Genom snöbollsmetoden identifierades personer i målgruppen.

Kontakt togs med informanterna per telefon. På begäran e-postades frågeformulären ut i förväg för begrundande och förberedelse till de informanter som så önskade.

Intervjuerna skedde på olika ställen såsom på arbetsplatsen alternativt hemmet eller någon annanstans och bandspelare användes för inspelning. Kravet var att där intervjuerna skedde skulle det vara tyst och utan störande element då svaren kan bli lidande och ljudkvaliteten på det inspelade intervjumaterialet sämre.

Intervjun inleddes med bakgrundsfrågorna och fortsatte med livskvalitetfrågorna. Vid avslutningen talade intervjuaren om sitt mobilnummer och bad om tillstånd att få kontakta informanterna igen om oklarheter uppstod.

Bearbetning och analys

Det insamlade materialet lyssnades igenom och skrevs ut i sin helhet. Materialet lästes igenom för att skapa en helhetsbild av hela insamlade materialet.

Meningskoncentrering gjordes där informantens svar kortades ned till små

meningsenheter och intervjuarens kommentarer utelämnades. Därefter sammanställdes materialet utefter valda temaområden där gemensamma mönster och skillnader i informanternas svar togs fram och diskuterades.

Resultatdiskussion

Bakgrund

Arbetsituation, meningsfull?

Informant 1 är sjukpensionär p.g.a. ryggskada och panikångest. Informant 2 jobbar som friskvårspanerare och hjälper personer med liknande problem som hon gått igenom och hon lär sig mycket på sitt jobb. Informant 3 trivs bra med sitt jobb som bibliotekarie. Informant 4 är ungdomsbehandlare inom socialtjänsten och upplever verkligen sitt arbete som meningsfullt. Informant 5 är arbetslös men gillar sin situation som ger tid att jobba med meningsfulla saker. Ekonomin är det som begränsar då personen är arbetslös.

Sammanfattningsvis visar ovanstående resultat att 4 av de intervjuade känner meningsfullhet med sin arbetssituation. 3 av de 4 arbetande personerna jobbar med människor och en fjärde uttrycker i övriga aspekter att hon skulle vilja föreläsa om det hon gått igenom. Att vuxna barn till missbrukare i vuxen ålder själva uttrycker vilja att hjälpa människor med liknande problem är relativt vanligt förekommande (Baker & Stephenson, 1995).

Utbildning.

Informant 1 har läst ämnen på komvux men har ingen gymnasieutbildning. Informant 2 har en fysioterapeututbildning och har även läst om kropp och själ, lärt sig massera och om muskulatur. Informant 2 har även utbildning i familjeterapi och lösningsfokusering. Den tredje informanten har en kandidatexamen i ekonomi och konstvetenskap. Den fjärde är utbildad socialpedagog. Och den femte gick humanistlinjen följt av en 3-årig förberedande skulptörsutbildning, samt 3-årig hantverksutbildning på högskola. Sammanfattningsvis har 2 av informanterna estetisk utbildning och 2 är utbildade för att hjälpa människor med personliga problem.

Flera syskon/ensambarn.

Informant 1 har 3 bröder 28, 32 och 41 år gamla. De har 3 olika fäder. Informant 2 har en 58 årig syster och en 41 årig syster. Informant 3 har 2 systrar 42 och 45 år gamla.. Informant 4 är äldst av 7 syskon och informant 5 har en 34 årig bror och en 44 årig syster.

En/två missbrukande föräldrar/vårdnadshavare.

Hos informant 1 missbrukade båda föräldrarna. Personen har växt upp med mamman. Hos informant 2 missbrukade pappan med början i 30 årsåldern. De 10-15 sista åren i livet för fadern var ganska tunga när missbruket ökade. Informant 2:s mor var inte missbrukare. Hos informant 3 var troligtvis båda föräldrarna missbrukare och hos informant 4 var båda missbrukare, även om mamman hade mer problem än styvpappan. Då informant 4 ej växt upp hos sin biologiska far är personen inte säker men tror att han ej var missbrukare. Informant 5 har en pappa som var missbrukare. Det finns forskning av Macpherson m fl.(2001) som visar på att barn till missbrukare påverkas negativt såsom känner skuld och rädsla för den missbrukande föräldern/föräldrarna, rädslan följer med barnet upp i vuxen ålder.

Föräldrarnas missbruk.

Informant 1 föräldrar missbrukade amfetamin och alkohol i perioder. Informant 2 pappa var alkoholist. Informant 3 mamma var tablettmissbrukare men lever nu ett hälsosammare liv. Med pappan är det svårare att veta p.g.a. stort förnekande men hon vet att han led av depressioner. Informant 4 föräldrar missbrukade alkohol. Mamman missbrukade narkotika i tonåren men det sista missbrukades mest tabletter och alkohol. Informant 5 pappa var alkoholist och kanske även tablettmissbrukare. Det visar sig här att det är olika vem som missbrukar. Det vanligaste missbruket i undersökningen är alkohol och tabletter.

Eget missbruk.

Informant 1 har varit beroende av lugnande tabletter och smärtstillande i ca 2-3 år men är det ej längre. Personen har en sparsmakad inställning till alkohol. Den andra informanten är idag nykter alkoholist. Den 3:e informanten har haft destruktiva relationer med främst män. Att personer som växt upp i hem med missbruk löper större

risk att gifta sig med en missbrukare konstateras i (Dube, Anda, Felitti, Edwards & Croft, 2002). Informant 3 har även en tendens till arbetsnarkomani. Informant 4 upplever inte eget missbruk. Personen dricker ej starkare drycker än lättöl och är försiktig med tabletter. Informant 5 upplever inte eget missbruk. 3 av 5 informanter har ett eget missbruk i bagaget.

Att barn till missbrukare i högre grad än vanligt tenderar att ha destruktiva relationer i vuxen ålder visar bl.a. (Dube, Anda, Felitti, Edwards & Croft, 2002), något som en av informanterna själv upplevt. Det finns även forskning som undersökt om barnen till missbrukande föräldrar själv ligger i farozonen att utveckla ett missbruk (Orford & Velleman, 1999). Artikelförfattarna skriver att barn till missbrukare testar droger tidigare än barn som inte har föräldrar som missbrukar och ju yngre du är desto större risk är det att man själv ska utveckla ett missbruk.

Informanternas definition av livskvalitet

Vad ordet livskvalitet betyder för informanten.

En gemensam nämnare för informanterna är att de genomgående talar om psykisk hälsa som definition av livskvaliteten. Statustitlar och stor ekonomisk rikedom nämns inte alls. Detta visar exempelvis följande citat från en av informanterna:

”Om man bara har inre harmoni så tror jag man kan göra vadsomhelst i livet bara man har det”

Erfar informanten livskvalitet?

Fyra av informanterna upplever att deras livskvalitet har förbättrats i jämförelse med hur deras situation såg ut när de levde med sina föräldrar dock är inte den uppnådda nivån av livskvalitet tillfredställande. Det finns landvinningar att göra innan de kan uppleva att de uppnått livskvaliteten.

”För mig är det någonting man får jobba med.”

En informant uppgav att hon inte kände livskvalitet.

”Men det är väl mitt mål någon gång.”

Anledning

Förr kände informanterna alla de saker som kännetecknar barn: till missbrukare: stress, otrygghet, ångest rädsla etc (Cuipers, Langendoen & Bijl, 1999). Det kan nämnas att 3 av personerna går i 12-stepsprogram och 2 har en nära kontakt med kyrkan:

”Fokus har legat på missbrukaren det har varit stressigt och stökigt.”

Livskvalitet enligt Aristoteles och Naess

Syn på livet idag/förr.

Trots att en av informanterna anser sitt liv vara kaotiskt för tillfället uttrycker gruppen i stort att det är bättre idag, något som nedanstående citat beskriver:

”Jag tycker att mitt liv blivit mycket lugnare och jag känner att jag fått en mer, det har blivit mer hanterbart idag.”

När är livet meningsfullt?

Informanterna talar om att livet känns meningsfullt när de får hjälpa andra människor:

”Om det är någon som har ett bekymmer eller någonting och man kan hjälpa till så då känns det meningsfullt.”

Det finns forskning som styrker att vuxna barn till missbrukare ofta själv skaffar som yrke att hjälpa andra (Baker mfl, 1995). Andra saker som gör att livet känns meningsfullt är lyssna på musik, dansa, vara utsövd dessa är saker som för andra kan vara självklara.

Beskriv din självkänsla.

De flesta av informanterna uttrycker att den blivit bättre.

”Den är någonting jag fått jobba med tror jag, för mycket så förut så har min självkänsla varit väldigt förknippad med vad jag har lyckats med.”

Informant 1 uppger att hon inte har någon och informant 5 säger att den är olika på olika områden.

Fritidssysselsättningar, meningsfullt.

Informanterna sysslar till stor del med det de angav som meningsfullt i livet i tidigare fråga : Att hjälpa andra människor och göra saker som för andra kan verka självklara.

”Men det blir ju samma grejen då, lyssnar på musik och dansar, lagar mat, påta i trädgården umgås med människor.”

Mående idag/förr?

Informanterna anger generellt en höjning av välmåendet gentemot förr då humöret ofta påverkades mer negativt av att ha växt upp i missbruk, något som beskrivs i följande citat

”Jag mår väldigt mycket bättre idag mitt humör är mycket jämnare nu.”

Sömn

De flesta av informanterna sover bra, även om någon sover oroligt:

”För det mesta är den bra tycker jag.”

En informant sover oroligt och lätt:

”Om jag inte är trygg när jag är vaken så kan jag ju inte vara trygg när jag sover heller.”

Matvanor/dryckvanor.

Informanterna uttrycker att de har skaffat sig kunskap om vad som är nyttigt och lämpligt antal kostintag/dag och försöker leva efter det ofta, fast ibland äter de onyttigt.

”Försöker undvika sötade grejer sådär utan det blir mest på helgen någon gång så”

Kondition.

Här är resultatet utspritt mellan god och mindre god kondition. 2 av informanterna anger en god kondition.

”Hyfsad faktiskt med tanke på att jag väger för mycket och är rökare så är den rätt hyfsad faktiskt och definitivt nu sen jag började gå 30 minuter varje dag.”

De 3 andra tycker den kunde vara bättre:

”Inget vidare just nu.”

Beskriv bekantskapskretsen

Informanterna talar om att de har kompisar men också några vänner som står dem närmare:

”Jag har väl många kompisar och få vänner.”

Behovet av sällskap verkar också variera inom gruppen, då vissa trivs i sällskap med andra människor, medan andra i ökad grad vill vara ensamma, åtminstone i perioder:

”Jag har ju mycket folk som jag träffar dagligen jag tycker om att vara själv när jag är ledig.”

Samhörighet/utanförskap med andra.

Alla inom gruppen känner utanförskap i olika sammanhang, även om det skiljer en hel del mellan informanterna. Utanförskapet tenderar att vara situationsanpassat.

”Jag känner mig nog mer utanför än samhörighet.”

De övriga kände både och:

”Det beror nog på vad för sammanhang det är.”

Stöd från omgivning.

Informanterna anger att de har stöd från olika personer i sin omgivning. Vilka personer informanterna ansåg bidra med det största stödet varierar från person till person, Det viktigaste stödet kom från vänner och familj, trots att någon snarare angav stöd från personer med likande bakgrund ”12-stegsvänner”, som huvudstöd:

”Jag har både familj som är väldigt engagerad speciellt mamma och pappa då men även syskon och vänner runt omkring.”

En informant uttryckte att stöd inte alltid fanns inom familjen.

”Jag känner faktiskt att jag har mest stöd bland mina 12-stegs-vänner då där känner jag liksom att jag har ett stöd men tyvärr inte alltid i familjen.”

Övriga aspekter

Informant 1 nämner att hon inte känner någon med missbrukande förälder som har harmoni. Men hon har lärt sig av uppväxten. Hon dömmar inte andra och uttrycker också glädje över att kunna hjälpa andra:

”Hade jag inte haft panikångest och socialfobi hade jag gärna föreläst”.

Hennes mamma var suicidbenägen. Hon uttrycker också att hon aldrig trodde hon skulle nå dit hon är idag p.g.a. den brist på tilltro folk i förorten ofta har och mamman som söp och tog piller. Att bli vuxen med egen familj trodde hon aldrig skulle ske.

Informant 2 säger att för att få en meningsfull tillvaro behövs tid, lust, engagemang och tålamod om man gör det man är menad att göra är livet meningsfullt. Informant 3 hoppas de anhöriga ska få mer hjälp inte bara missbrukarna.

Att informanterna för fram vikten av stöd till anhöriga och inte bara till missbrukarna själva är inte överaskande, då samtliga har beskrivit en barndom full av stressande faktorer. Vikten av stöd till anhöriga kan inte nog understrykas (Dube m.fl, 2002).

Slutdiskussion

I denna undersökning verkar informanterna komma en bit på väg i sin utveckling rörande livskvalitet. Det speglar svar som uttrycker en högre livskvalitet än tidigare. Det verkar dock som alla är överens om att det finns mer livskvalitet att tillgå.

Informanterna talar om att de har en meningsfull fritid/arbete, de har nära vänner som de känner stöd ifrån men de kan också ha stunder där gamla tankar som oro och stress gör sig påminda, vilket styrker ovanstående påståendet att det finns mer att arbeta med. Mycket handlar om psykiskt välmående såsom trygghet, harmoni och njuta med andra människor samt hjälpa andra människor ansågs meningingsfullt. Det kan nämnas att tre informanter idag jobbar med människor och de övriga har uttryckt en önskan att göra det i framtiden.

Ett gemensamt mönster för de intervjuade är att de alla nämner utanförskap inom olika områden dock inte inom alla områden (någon känner till exempel samhörighet när hon umgås med 12-stegsvänner vars program hon deltar i) vilket kan bero på vad som nämnts tidigare om att de kommer en bit på väg i sin förhöjda livskvalitet.

Vad denna undersökning visar är att det inte bara är missbrukaren som behöver hjälp utan även barnen till de missbrukande. De vuxnas missbruk har effekter på barnens livskvalitet långt efter att de lämnat barndomen och blivit vuxna (MacPherson, Stewart & McWilliams, 2001). Än idag fokuseras det mest på hjälp till missbrukaren mycket beroende på att det är hans/hennes missbruk som är det man kan ta på de övrigas mående syns inte alltid utanpå speciellt som att inte visa känslor (som ju en informant nämner) döljer hur det verkligen står till med barnen till missbrukarna. Det kan också vara viktigt att som vuxen i skola och andra områden där dessa barn vistas vara lyhörd för hur barnen har det i sitt liv och även våga hjälpa fast det kan få effekter på denne vuxnes relation till föräldrarna. Men även idag bör en ökad förståelse för de vuxna barnen till missbrukaren skaffas i samhället då det fortfarande generellt tycks vara lättare för en missbrukare att få hjälp till ett bättre liv detta beror troligtvis på att han/hon har ett missbruk som syns.

I denna undersökning har endast 5 informanter intervjuats vilket kan ligga till undersökningens nackdel.. Andra aspekter som kan påverka kvaliteten är att få tag i villiga intervjupersoner och en aspekt kan vara att man då oftast får tag i personer som

inte mår som allra sämst för dessa är kanske inte ens medvetna eller förnekar sin situation.

Då tidsutrymmet som sagt varit begränsat var det tvunget att utelämna intressanta forskningsområden. Det hade t. ex. varit intressant att studera om det spelar någon roll vilken av föräldrarna (eller om båda missbrukar) som påverkar barnen mest med sitt missbruk, om olika missbruk påverkar barnen på olika sätt, om var i syskonskaran eller om man är ensam barn påverkar missbrukarbarnets mående. Samt om pojkar och flickor påverkas på olika sätt av missbruket i hemmet.

Referenser

- Andersen, L. (1998). Den uppenbara verkligheten. Lund: Studentlitteratur.
- Baker, D.E., Stephenson, L. A. (1995) Personality characteristics of adult children of Alcoholics. Journal of clinical psychology, vol 51, sid 694-702.
- Christensen, L., Andersson, N., Carlsson, C. & Haglund, L. (1998).
Marknadsundersökning – en handbok, Studentlitteratur, Lund: Studentlitteratur.
- Cuijpers, P., Langendoen, Y., Bijl, R. (1999) Psychiatric disorders in adult children of problem drinkers: prevalence, first onset and comparison with other risk factors. Addiction, vol 10, sid 1489-1498.
- Dube, S., Anda, R, Felitti, V., Edwards, V., Croft, J. (2002). Adverse childhood experiences and personal abuse as an adult. Addictive Behaviors, vol 27, sid 713-725.
- Harter, S.L., Taylor, T. L. (2000). Parental alcoholism, child abuse, and adult Adjustment. Journal of substance abuse, vol 11, no 1, sid 31-34.
- Hartman, J. (1998). Vetenskapligt tänkande: från kunskapsteori till metodteori. Lund: Studentlitteratur.
- Henning, K., Leitenberg, H., Coffey, P., Bennett, T., Jankowski M.K. (1997) Long-term psychological adjustment to witnessing interparental physical conflict during childhood. Child Abuse & Neglect vol 21, no 6, sid 501-515.
- Häregård, A. (1994). Hjältar, clownar och tapetblommor. Stockholm. Folkhälsoinstitutet.
- MacPherson, P., Stewart, S., McWilliams, L. (2001). Parental problem drinking and

anxiety disorder symptoms in adult offspring Examining the mediating role of anxiety sensitivity components. Addictive Behaviors, vol 26, sid 917-934.

Orford, J., Velleman, R. (1990) Offspring of parents with drinking problems: drinking and drug taking as young adults. British Journal of addiction, vol 85, sid 779-794.

Runquist, W. (1998). Små och Vuxna barn till alkoholister. Stockholm: Alfgruppen.

Scharff, J., Broida, J., Conway, K., Yue, A. (2004) The interaction of parental alcoholism, adaption role, and familial dysfunction. Addictive Behaviours, vol 29, sid 575-581.

Svensson, C. (1998, Februari 27). Livskvalitet. Retrieved September 23, 2005, from <http://www.omv.lu.se/monaapple/uppsats/Bakgrund/02.htm>.

Bilaga

Intervjufrågor

Informantens bakgrund

Berätta om dig själv uppväxt/bakgrund

Ålder

Arbetsituation, meningsfullt?

Utbildning

Flera syskon eller ensam barn

En eller två missbrukande föräldrar/vårdnadshavare

Vilken typ av missbruk?

Eget missbruk?

Informantens definition på begreppet livskvalitet

Vad betyder ordet livskvalitet för dig?

Dessa saker du berättar känner du att du har det så idag/förr

Vad tror du det beror på?

Livskvalitet

Berätta för mig om din syn på livet idag/förr

Beskriv när ditt liv känns meningsfullt? Ofta?

Berätta om din självkänsla.

Berätta vad du gillar att göra på fritiden (meningsfullt?)

Beskriv ditt mående idag/förr

Hur ser din sömn ut?

Beskriv dina matvanor/ dryckvanor

Din kondition?

Berätta hur din bekantskapskrets ser ut

Känner du samhörighet med andra/ utanförskap

Anser du dig ha stöd från din omgivning (familj, vänner , bekanta)?

Övriga aspekter

Har du något du skulle vilja tillägga?

Om behov att nå mig (mobilnr)

Kan jag ta kontakt med dig för ev. Kompletterande frågor eller följdfrågor?

Högskolan Väst

Institutionen för individ och samhälle

461 89 Trollhättan

Tel 0520-22 30 00 Fax 0520-22 30 99

www.hv.se