

Snowboard og rus

En studie av to subkulturer, fellestrekk og forskjeller. Refleksjoner om forebygging.

Ingrid Ramstad Alm



Masteroppgave i spesialpedagogikk
Institutt for spesialpedagogikk
Det utdanningsvitenskapelige fakultet

UNIVERSITETET I OSLO

Vår 2013

Snowboard og rus. En studie av to subkulturer, fellestrekk og forskjeller. Refleksjoner om forebygging.

Fellestrekkene er jo den følelsen av frihet. Jeg føler i hvert fall på snowboard, at det er mye av den samme følelsen som jeg kan få når jeg ruser meg, at der og da så er det kun meg selv og ingen andre og det at man lever seg så inn i det man gjør, at det er det eneste fokuset og man slipper å tenke på andre ting som skjer i hverdagen. Så er det jo spenningen og de kicka.

Sitat informant.

© Ingrid Ramstad Alm

2013

Snowboard og rus. En studie av to subkulturer, fellestrekk og forskjeller. Refleksjoner om forebygging.

Ingrid Ramstad Alm

<http://www.duo.uio.no/>

Trykk: Reprosentralen, Universitetet i Oslo

IV

Sammendrag

Rusavhengighet er en alvorlig og stigmatiserende lidelse som kan ha dødelige konsekvenser. Ruseksperimentering debutterer ofte i tenårene og tenåringshjernen er fra naturens side konstruert til å søke risiko. Snowboard er på den andre siden en risikosport som tiltrekker seg tenåringer. Tenåringer søker etter anerkjennelse og tilhørighet blant jevnaldrende. Både snowboardmiljøet og rusmiljøet kan karakteriseres som subkulturer. Denne kvalitative studien har som mål å utforske opplevelsen av to ulike fenomener, snowboard og rus, for å se om det finnes fellestrekk mellom opplevelsene. Problemstillingen i denne studien er todelt: 1) *Hvordan oppleves snowboard og rus, og finnes det noen fellestrekk?* 2) *I så fall, hvorvidt kan snowboard bidra til forebygging av rusavhengighet?* For å svare på dette har jeg intervjuet seks elever fra Tyrilistiftelsen som har erfaring med snowboard og rus. Intervjuene har vært semistrukturerte og har blitt transkribert og behandlet i dataprogrammet NVivo 10.

Gjennom en fenomenologisk tilnærming belyses elevenes unike opplevelser av fenomenene. I et samspill mellom del og helhet ledet intervjuene til syv analytiske kategorier: 1) Hvordan presenterer informantene seg? 2) Skole- og fritidserfaringer 3) Deres opplevelser med rus 4) Deres opplevelser med snowboard 5) Opplevelser med fellestrekk 6) Følelsesregulering 7) Forebygging i skolen og betydningen av fritid.

Funn fra datamateriale viser at det finnes fellestrekk mellom de to fenomenene. Begge fenomener, snowboard og rus, kan gi opplevelser av: spenning, frihet, glede og tilhørighet. Videre dokumenterer funnene at det er likhetstrekk mellom informantenes livsverden. Informantene opplever alle en form for uro, de er spenningssøkende og har erfart nederlag i skolen. Fire av informantene har også opplevd relasjonstraumer. Denne gruppen har søkt tilhørighet i rusmiljøet. Amfetamin har vært fem av informantenes rusmiddel, samtlige har vært avhengige av sentralstimulerende midler, og de har alle ekstreme fritidsinteresser.

Ut fra de «tykke beskrivelsene» i datamateriale tolker jeg det dithen at fritidsinteresser som gir en opplevelse av frihet, er spesielt viktig for risikoutsatte unge. Fritid kan gi en pause fra hverdagens stressende realiteter. Ser man funn i lys av aktiveringsteori, kan den frie tiden oppleves i «flytsonen», som er det optimale stimuleringsnivået ved enhver aktivitet. Det virker som informantene har funnet flytsonen på snowboard og kunstige flytopplevelser ved å ruse seg. Fra et spesialpedagogisk ståsted blir det viktig å tilrettelegge for at barn og unge kan oppleve seg selv i relasjon til verden. Dette kan gi de unge en bedre mulighet til å bli kjent

med hele seg selv, både som subjekt og objekt. Ut fra funn og teori viser denne undersøkelsen at det kan være lettere for risikoutsatte tenåringer å finne sin identitet i en subkultur, som snowboardmiljøet og rusmiljøet. Resultatene kan være relevante for ansatte og pasienter i rusbehandling, ansatte i skolen og de som arbeider med ungdom og fritid.

Forord

«Skal snowboard forebygge rus? Det er jo bare hasjhuer som kjører brett!» Utsagn som dette og tilsvarende er kommentarer jeg har fått når jeg har forsøkt å forklare hva jeg skal undersøke i mitt forskningsopplegg. Det er mange fordommer og stereotyper knyttet til snowboardmiljøet. Det er ikke uten grunn at aktiviteten har fått kallenavnet «hasjplanke». Snowboard med sine røtter fra surfing og skateboard har bakgrunn i en subkultur med liberale og rebelske holdninger. For noen kan snowboardmiljøet ha vært en dårlig påvirkning i tenårene, men aktiviteten i seg selv legger ingen føringer for at man må benytte seg av rusmidler. Det er en aktivitet som fremmer lek og utfoldelse, og som mestrer å holde på ungdommen. I en individualistisk og konkurransefremmende kultur som mange møter i dagens Norge tror jeg at snowboard kan være et middel mot press, jag og konkurranse. For meg er snowboard lek, et middel mot det rastløse. Med brettet i pudderet søker jeg frihet og utfoldelse. Min undersøkelse startet med en undring: Kan snowboardopplevelser og rusopplevelser ha fellestrekk? Gjennom snowboard har jeg søkt frihet, spenning og tilhørighet i en subkultur. Er ungdom som havner i et rusmiljø på jakt etter det samme som jeg var på jakt etter som tenåring?

Masteroppgaven har vært en reise, fra undring til undersøkelse, fra grubling til gjennombrudd. Denne reisen hadde ikke vært mulig uten alle mine fantastiske støttespillere. En stor takk rettes til dere, først og fremst mine informanter og alle de utrolige elevene ved Tyrili. Takk for at dere delte deres historier med meg. Dere fikk meg til å gråte og le. Ta vare på dere selv. Så vil jeg takke de ansatte ved Tyrili, spesielt Vegard Snartland og Heid Nøkleby. Jeg vil også rette en takk til Truls og Runar for vennlig mottakelse og all hjelp.

Takk til min veileder Finn Skårderud for at du holdt meg i øra og stilte gode spørsmål. Takk til Liv Duesund og Nils Breilid for motiverende innspill. Takk til Norges snowboardforbund for all god hjelp. Til slutt vil jeg takke familien og Ole Thomas som støtter meg i alt jeg gjør.

Oslo, mai 2013

Ingrid R. Alm

Innholdsfortegnelse

1	Innledning.....	1
1.1	Hvorfor vil jeg studere dette?	1
1.1.1	Samfunnsaktuelt	2
1.1.2	Skole og rus	3
1.1.3	Personlig erfaring	3
1.2	Bakgrunn og formål.....	4
1.3	Relevans for spesialpedagogikk	5
1.4	Problemstilling og forskerspørsmål.....	6
1.5	Begrepsavklaring, avgrensning og disposisjon	6
2	Teori	9
2.1	Uro i samfunnet	9
2.1.1	Kunnskapssamfunnet	9
2.1.2	Fritid	10
2.1.3	Selvrealisering	11
2.2	Uro og rus i tenåringskroppen	12
2.2.1	Tenåringshjernen	13
2.3	Individuelle faktorer og rusmidler	14
2.3.1	Personlighetspsykologi.....	14
2.3.2	ADHD	16
2.4	Midler mot det rastløse	17
2.5	Fenomenologi	18
2.5.1	Dualismen.....	18
2.5.2	Kroppsfenomenologi.....	19
2.5.3	Positive konsekvenser av fysisk aktivitet og rus	20
2.6	Tyrili	22
2.6.1	Fritidsaktiviteter	22
3	Metode.....	24
3.1	Bakgrunn for valg av metode	24
3.1.1	Vitenskapsteoretisk bakgrunn	24
3.1.2	Forskningsdesign.....	25
3.1.3	Kvalitativ tilnærming	26

3.2	Forskerrollen og forforståelse.....	27
3.3	Utvalg	29
3.4	Kvalitativt intervju.....	30
3.4.1	Intervjuguide	31
3.4.2	Prøveintervju	32
3.4.3	Gjennomføring av intervjuene	32
3.4.4	Transkribering av intervjuene	35
3.5	Analyse	35
3.6	Framstilling.....	36
3.7	Vurdering.....	37
3.7.1	Etiske betraktninger.....	37
3.7.2	Validitet og reliabilitet	37
4	Presentasjon av funn.....	42
4.1	Hvordan presenterer informantene seg?	42
4.1.1	Uro.....	42
4.1.2	Utprøving og nysgjerrighet	43
4.1.3	Opprørske og rebelske.....	44
4.1.4	Oppveksttraumer	45
4.2	Skole- og fritidserfaringer	46
4.2.1	Erfaring med skolen	46
4.2.2	Fritid.....	47
4.3	Deres opplevelser med rus.....	48
4.3.1	Positive opplevelser med rus.....	49
4.3.2	Negative opplevelser med rus	51
4.4	Deres opplevelser med snowboard	52
4.4.1	Positive opplevelser med snowboard	52
4.4.2	Negative opplevelser med snowboard.....	54
4.4.3	Erfaring med det fysiske	55
4.5	Opplevelser med fellestrekk	55
4.5.1	Positive fellestrekk	56
4.5.2	Negative fellestrekk.....	57
4.5.3	Forskjeller.....	58
4.5.4	Snowboard og rus samtidig	59

4.5.5	Utfordringer i snowboardmiljøet.....	60
4.6	Følelsesregulering.....	62
4.7	Forebygging i skolen og betydning av fritid	63
4.7.1	Skolen.....	63
4.7.2	Betydningen av fritid.....	66
5	Diskusjon.....	68
5.1	En subkultur i en subkultur.....	68
5.2	Opplevelser av fellestrekk	69
5.2.1	Frihet med hele kroppen.....	69
5.2.2	Belønning og konsekvens.....	70
5.2.3	Identitetsdanning i en subkultur	72
5.2.4	Rus og snowboard som følelsesregulering	73
5.3	Skole og fritid	74
5.3.1	ADHD og uro	74
5.3.2	Betydningen av fritid.....	75
5.3.3	Spesialpedagogiske konsekvenser.....	76
5.4	Avsluttende kommentar.....	78
5.4.1	Et kritisk blikk og behovet for videre forskning.	79
	Litteraturliste	82
	Vedlegg	88

1 Innledning

1.1 Hvorfor vil jeg studere dette?

Men fremfor alt, tab ikke lysten til at gå. Hver dag går jeg meg til mitt daglige velbefindende og fra enhver sykdom. Jeg har gått meg til mine beste tanker, og kjenner ingen tanke så tung at man ikke kan gå den av seg.

Søren Kierkegaard (1813-1847) referert i Helsedirektoratet (2004, s.2).

Det er velkjent at bevegelse gjennom fysisk aktivitet har en rekke positive helsegevinster, som glede, mestringsopplevelser og livsutfoldelse. Ifølge Helsedirektoratet (2004) er det dokumentert at fysisk aktivitet har en forebyggende og behandlende effekt for en rekke ulike livsstilssykdommer, dette gjelder også psykiske lidelser. Det er mange i Norges befolkning som vil oppleve å bli rammet av en psykisk lidelse i løpet av livet. De mest vanlige lidelsene er depresjon, angstlidelser og rusavhengighet. Det er dokumentert at mennesker som er fysisk inaktive har en større sjanse for å utvikle depresjon (Helsedirektoratet, 2004). I denne oppgaven ønsker jeg å diskutere om fysisk aktivitet kan virke forebyggende mot rusavhengighet.

Fysisk aktivitet, i hovedsak snowboard, har for meg vært en mestringsarena og et fristed. I et samfunn som setter høye krav til selvrealisering tror jeg det er viktig for barn og unge å ha flere arenaer å spille på. Hvis de unge har problemer på skolen og i hjemmet, har de flere risikofaktorer som kan slå uheldig ut. Her tror jeg fritidsaktiviteter er av betydning ved at den unge kan finne en arena hun mestrer. Ifølge Säfvenbom (2005) blir måten vi bruker fritiden vår i ungdomsalderen med oss resten av livet. Med andre ord kan en konstruktiv fritid i ungdomsårene virke forebyggende og en destruktiv fritid i tenårene kan ha følger for resten av livet. Ifølge Frønes og Brusdal (2000), referert i Snartland (2010), er ikke selvrealisering knyttet til enhver suksess, men ved å lykkes på områder som understreker ”det unike meg”. Fritid kan dermed fungere som den viktigste arenaen for identitetsbygging for dagens unge (Säfvenbom, 2005).

Säfvenbom (2005) viser til at fritidsaktiviteter er spesielt viktig for unge med atferdsvansker. Statistisk sett har barn og unge med atferdsvansker problemer på flere livsarenaer samtidig, familiesituasjonen, skolesituasjonen og fritidssituasjonen er ofte problematisk for denne

gruppen (Säfvenbom, 2005). De er i mindre grad knyttet til organisert idrett og søker med høyere sannsynlighet mot antisosiale subkulturer. Halvparten av unge menn som bruker alkohol og narkotika i ungdomsårene tar med seg denne atferden inn i voksenlivet. De fritidsmønstrene vi etablerer i ungdomsårene, blir med oss, og de overlever sosial og mental turbulens. Dette gjelder både positiv og negativ atferd. Sånn sett kan den beste sosialpolitikken være et godt kulturtilbud (Säfvenbom, 2005). Videre skriver Säfvenbom (2005) at det er vårt ansvar som voksne å vise de unge hva verden har å by på, uansett hvilke destruktive handlinger de påfører seg selv og samfunnet. Vi må vise dem at verden også er en arena for gode opplevelser ved å gi de unge gode fritidstilbud og en arena for å bygge gode relasjoner. Kan man ved å legge til rette for en meningsfull fritid bidra til forebygging av rusavhengighet? I denne oppgaven ønsker jeg at rusavhengige i behandling skal belyse dette spørsmålet. Først vil jeg redegjøre for det samfunnsaktuelle problemet rusavhengighet skaper.

1.1.1 Samfunnsaktuelt

Rusavhengighet er et nasjonalt og internasjonalt problem. I Norge vil omtrent hvert femte voksne menneske ha rusproblemer i løpet av livet (Martinsen, 2004). Lidelsen rammer flere menn enn kvinner (Martinsen, 2004). Nasjonalt viser rapporten fra Helse- og omsorgsdepartementet (2010) til en økning i bruk av illegale rusmidler fra slutten av 60-tallet og frem til i dag. Amundsen og Bretteville-Jensen (2009), referert i Helse- og omsorgsdepartementet (2010), anslår at det i Norge er tusenvis av mennesker som er avhengige av narkotika. Blant disse er det rundt 8000 som injiserer heroin. For hver person som er avhengig finnes det også pårørende som rammes. Det er vanlig å anslå at for hver person som har et rusproblem påvirkes livet til fire av hans eller hennes nærmeste negativt (Martinsen, 2004). Det er omkring 1400 i aldersgruppen 15-20 år som eksperimenterer eller bruker heroin sporadisk. 184 personer døde som følge av illegale rusmidler i 2005 (Lossius, 2010). De individuelle og familiære negative følgene av rusavhengighet er slående. Samfunnsøkonomisk har rusavhengighet også en stor kostandskonto i form av arbeidsledighet, behandling og kriminalitet. De fleste av de som er involvert i narkotikaforbrytelser, er selv avhengige. Narkotikabruk er også en årsak til mye av den vanlige vinningskriminaliteten (Frønes, 2011). Forebygging av narkotikaproblematikk faller utenfor helse- og omsorgsdepartementet (2010) sin rapport, men utvalget oppfordrer til styrking av barn og unges oppvekstmiljø blant annet med holdningskampanjer i skolen.

1.1.2 Skole og rus

En systematisk evaluering av ulike rusforebyggende tiltak i skolen har blitt utført av kunnskapssenteret (2012). Rusforebyggende programmer som styrker barn og unges ferdigheter synes å ha større positiv effekt mot bruk av alkohol og marihuana enn holdningskampanjer. Her inngår ferdigheter i sosialkompetanse og selvbestemmelse. Ifølge Statens institutt for rusmiddelforskning (SIRIUS) er cannabis det illegale stoffet som er mest utbredt blant ungdom (Vedøy & Skretting, 2009). Bruk av marihuana er et økende problem blant unge voksne, forbruket har steget fra 22 prosent i 1998 til 34 prosent i 2006 (Lossius, 2010). Videre dokumenterer forskningen til Bonino, Cattelino og Ciairano (2005) at lave akademiske resultater og få fritidsaktiviteter er karakteristiske trekk ved de som røyker mest marihuana som tenåringer. Forskningen til SIRIUS dokumenterer også en sammenheng mellom hyppig cannabisbruk og utprøving av sterkere narkotiske stoffer (Vedøy & Skretting, 2009). Newton, O’Leary-Barrett og Conrod (2011) understreker at jo tidligere man starter med rusmidler jo større er risikoen for å utvikle rusavhengighet, psykiske lidelser eller bli stigmatisert sosialt, som for eksempel ved følge av «dropouts» fra skolen, senere i livet. Problemer med rus debuterer ofte i ungdomsårene. En mulig årsak til dette er at ungdomshjernen, fra evolusjonenes side, er konstruert til å ta sjanser og oppsøke risiko (Skårderud, Sommerfeldt & Fonagy, 2012). Ut fra personlig erfaring tror jeg snowboard kan være en mer konstruktiv form for risikoatferd enn ruseksperimentering.

1.1.3 Personlig erfaring

Inspirasjon til denne masteroppgaven er hentet fra snowboardmagasinet Playboard. I magasinet er det et intervju med Torjus Thomassen. Torjus har et stort talent på brett, men til tider har en destruktiv livsstil med rus og kriminalitet stått i veien for hans snowboardkarriere. Intervjueren spør Torjus: «Hva slags liv tror du at du ville hatt om du aldri hadde begynt å kjøre snowboard?» Torjus svarer:

Jeg tror det hadde vært et dårlig liv ass. Snowboard har gjort mye for meg altså, jeg har vært hypp på å kjøre snowboard hele tida, det har gitt meg en frihetsfølelse. Det har vært en rus for meg liksom, en mye større rus enn annen rus har vært. Det har holdt meg oppe og holdt meg litt i skinnen (Larsen, 2012, s.35).

Det er vanlig for tenåringer å søke spenning og ta sjanser (Skårderud et al., 2012). Personlig var jeg som tenåring ei jente som valgte å søke spenning i et annet miljø enn rusmiljøet. Snowboard ble for meg et middel mot det rastløse, og med brettet oppsøkte jeg spenning og ro. I de minuttene jeg var i kontakt med snøen og brettet følte jeg meg fri. I ettertid har jeg lurt på hva som kunne ha skjedd om jeg ikke hadde hatt denne fritidsaktiviteten. Hvor hadde jeg da søkt spenning og utfoldelse? Jeg tror ikke det er utenkelig at det kunne ha vært innenfor et rusmiljø. Ut fra det jeg selv har opplevd og det Torjus beskriver, undres jeg over hvorvidt frihetsfølelsen og spenningen man kan oppnå ved å kjøre snowboard kan bidra til å forebygge rusavhengighet hos tenåringer som søker risiko.

1.2 Bakgrunn og formål

I mitt forskningsprosjekt ønsker jeg å få tak i hvilke opplevelser snowboard og rus gir, og om det finnes noen fellestrekk. Ved å beskrive mulige sammenhenger mellom opplevelsene ønsker jeg å undersøke hvorvidt snowboard kan virke forebyggende mot rusavhengighet for tenåringer som søker risiko. Bakgrunnen for at jeg har valgt akkurat denne aktiviteten har flere ulike forklaringer. En av dem er at flere ungdommer forlater organisasjoner og lag i stadig yngre alder. Säfvenbom (2005) undres over om dette kan skyldes en «mismatch» mellom organisasjonenes forventinger og de unges behov og interesser. En rapport fra institutt for samfunnsforskning dokumenter at denne tendensen også er gjeldene for organiserte idrettslag. 80 % av norsk ungdom har vært medlemmer av en klubb eller et idrettslag, men det er mange som slutter etter kort tid. De to mest brukte begrunnelsene for å slutte er «Det var ikke gøy lenger» og «Jeg fikk andre interesser på fritiden». Disse begrunnelsene gjelder spesielt for ungdom i alderen 13-18 år (Seipell, 2005).

Snowboardforbundet får på den andre siden en økende rekruttering når de unge kommer i tenårene. Medlemstallene er på det høyeste, for både kvinner og menn, i aldersgruppen 13-19 år (Norges idrettsforbund, 2011). Dette kan muligens begrunnes med at snowboard er en livstilspakke (Pedersen, 2006). Det er en sport som er lagt til rette for ungdommer, som fremmer lek og utfoldelse på ungdoms egne premisser. Snowboard er lite konkurranse- og resultatorientert. Grunnverdiene i snowboardmiljøet er frihetsfølelse, lek og individualisme (Bie- Larsen & Linnes, 2011). I tillegg kan snowboardmiljøet kategoriseres som en form for subkultur. En subkultur handler om å vise fram tydelige kollektive markører som symboliserer et slags «vi». Begrepene livsstil og subkultur brukes gjerne om hverandre, som

når snowboard og sæggebukser ses på som tegn for en bestemt livsstil og som på mulig tilhørighet til en gruppe (Frønes, 2011). Snowboardmiljøet har siden oppstarten på 70-tallet hatt et «underground»-preg og snowboard var forbudt i Norske alpinanlegg fram til midten av 1980-tallet (Bie- Larsen & Linnes, 2011). Kanskje kan ungdommer lettere skape seg en identitet, løsrevet fra foreldresamfunnet, gjennom en subkultur? Ifølge Säfvenbom (2005) har fritidsarenaer en symbolsk betydning, de fungerer som en arena for selvuttrykkelse og bidrar til en opplevelse av tilhørighet. Kanskje kan snowboard som en subkultur og alpinanlegget som arena skape tilhørighet for ungdom i risiko? Dette håper jeg undersøkelsen min kan belyse.

Videre er jeg inspirert av forskningsprosjektet "Use the body and forget the body" (Duesund & Skårderud, 2003). Studien dokumenterer at aktiviteter som reduserer negativt fokus mot egen kropp, som fokuserer på relasjoner med andre og som ikke er konkurransefokuserte eller forutsigbare kan fremme kroppslig selvforglemmelse. Denne studien kan ses i sammenheng med det Säfvenbom (2005) skriver om meningsfulle fritidsaktiviteter. Hans forskning dokumenter at for vanskeligstilte barn og unge er det avgjørende at fritidsaktiviteten gir en opplevelse av frihet. Slike frigjørende aktiviteter kan få den unge til å glemme hverdagens problemer og stress (Säfvenbom, 2005). Skårderud (2007) skriver: «Intense erfaringer er ett middel mot det rastløse. Én vei til avspenning kan simpelthen gå gjennom spenning.» (s. 11). Spørsmålet mitt blir om disse intense erfaringene man kan oppnå ved å kjøre snowboard kan sammenliknes med rusopplevelser, og om snowboard dermed kan bidra til forebygging av rusavhengighet? I så fall kan man som spesialpedagog veilede ungdommer til å oppsøke konstruktive fritidsaktiviteter.

1.3 Relevans for spesialpedagogikk

Spesialpedagoger kan ha mulighet til å oppdage og hjelpe ungdommer i faresonen for å utvikle rusavhengighet, noe som kan bidra til å forebygge frafall og uheldige livssløp. Forebygging av rusavhengighet blir dermed av spesialpedagogisk relevans fordi skoleprestasjoner og bruk av rusmidler påvirker hverandre gjensidig (Pedersen, 2006). Det er også gjennom obligatorisk skolegang at ungdom ofte utsettes for gruppepress og negativ påvirkning fra jevnaldrende (Newton et al., 2011). Skolen blir en arena hvor risikotrekk kan oppdages og forebygges. Ifølge Säfvenbom (2005) kan fritid både være en beskyttelsesfaktor og en risikofaktor for ungdom. Positive fritidsaktiviteter kan bidra til å holde tenåringer borte

fra risikoatferd og destruktive subkulturer (Säfvenbom, 2005). I denne sammenheng ønsker jeg å undersøke om fritidsaktiviteten, snowboard, kan styrke barn og unges oppvekstmiljø og virke forebyggende mot risikoatferd, som for eksempel rusavhengighet.

1.4 Problemstilling og forskerspørsmål

På bakgrunn av tidligere forskning og personlig erfaring har min problemstilling blitt formulert som et todelt spørsmål:

- 1) *Hvordan oppleves snowboard og rus, og finnes det noen fellestrekk?*
- 2) *I så fall, kan snowboard bidra til forebygging av rusavhengighet?*

Dette vil jeg belyse ved å intervju mennesker som har erfaring med rus og snowboard (se metode/utvalg). I min undersøkelse ønsker jeg også å svare på følgende fire forskerspørsmål:

1) Hvorvidt har fritid spilt en rolle for utviklingen av rusavhengighet? 2) Hva bidro til at informantene kom inn i et snowboardmiljø/rusmiljø? 3) Hva slags erfaringer har mine informanter fra skolen? 4) I hvilken grad kan rus/snowboard regulere følelser? I det neste avsnittet vil jeg vise til hvilke begreper og avgrensinger som er vektlagt for å kunne svare på disse spørsmålene. Jeg vil også kort presentere oppgavens disposisjon.

1.5 Begrepsavklaring, avgrensning og disposisjon

Forebygging er tiltak som iverksettes med forventning om å komme en uheldig utvikling i forkjøpet eller motvirke forverring (Befring, 2008). Forebygging kan skje på tre ulike nivåer: primær, tertiær og sekundær forebygging. Jeg ønsker å se på sekundær forebygging. Denne type forebygging retter seg inn mot en risikogruppe som er utsatt (Fekjær, 2008). Ifølge Newton et al. (2011) bør forebyggende intervensjoner sentrere seg mot risikotrekk, samt foregå før destruktive mønstre har fått tid til å etablere seg. Ifølge Ogden (2009) er risikoutsatte barn og unge de som utsettes for påvirkninger som øker sannsynligheten for en utviklingsbane med negativt utfall. Ogden (2009) legger fram flere risikofaktorer på individ-, familie-, skole- og samfunnsnivå. Denne oppgaven vil fokusere på tenåringer som klarer seg dårlig på skolen og er i fare for å utvikle rusavhengighet grunnet impulsiv atferd og/eller uheldige hjemmeforhold, for eksempel oppvekstraumer. Ifølge Karterud, Wilberg og Urnes

(2010) omfatter oppvekstraumer, ofte også kalt relasjonstraumer, fysisk og seksuelt misbruk, psykologisk mishandling og omsorgssvikt. Det er dokumentert at relasjonstraumer kan representere en kronisk stressfaktor som påvirker kroppens stressreguleringsystem (Karterud et al., 2010). Slike uheldige risikofaktorer kan bidra til en utvikling av psykiske lidelser, som for eksempel rusavhengighet.

Rusavhengighet vil i denne oppgaven omhandle de som blir avhengige av illegale rusmidler. Rusavhengighet er en tvangspregnet og kompleks aktivitet som involverer genetiske, nevrologiske, miljømessige og fysiske forhold (Lossius, 2010). Rusavhengighet er når man fortsetter med rus, til tross for de emosjonelle, sosiale og psykiske problemene rusen skaper (Wilson & Kolander, 2011). Fra et nevrobiologisk ståsted kan rusavhengighet forklares med et skadet belønningssystem som følge av stoffmisbruk. Evnen til kontroll, tenkning, impulsstyring blir svekket betraktelig og dermed også evnen til å undertrykke trangen etter stoff (Rise, 2010).

Informantene er tilknyttet Tyrilistiftelsen. Mennesker med rusavhengighet som er i behandling ved Tyrili blir konsekvent omtalt som elever, og de ansatte blir omtalt som medarbeidere eller ledere.

Avgrensning

Teoridelen av min oppgave vil vektlegge kontekstuelle og individuelle faktorer når det kommer til utvikling av rusavhengighet. Det er flere teorier som blir vektlagt, dette for å belyse det komplekse feltet: Forebygging av rusavhengighet. De individuelle faktorene omhandler medfødte personlighetstrekk og ADHD. Dette vektlegges framfor teori om «sensation seeking». Dette valget er tatt for å gi et mer nyansert bilde. I oppgaven vil tenårene bli vektlagt. Dette er fordi det er i tenårene eksperimentering med rus starter og fordi det er økende rekruttering til snowboardforbundet i aldersgruppen 13-19 år. Derfor vil det ikke bli lagt vekt på tidlig barndom og tilknytningsteorier. Teori om mestring er også nedprioritert, til fordel for prioritering av andre interessante temaer som kroppsfilosofi og «flow».

Disposisjon

Denne oppgaven er bygd opp på følgende vis: Først kommer det et teorigapittel. Dette kapitlet inneholder kontekstuelle og individuelle faktorer som kan bidra til å forklare

utviklingen av rusavhengighet. I teorikapittelet vil jeg også vise til kroppens betydning når det kommer til forebygging og behandling av rusavhengighet. Deretter følger undersøkelsen metodiske valg og avveininger. Dette kapittelet belyser hvilke valg jeg har tatt for å kunne undersøke fenomenene rus og snowboard. Etter metodekapittelet følger en presentasjon av funn. Funnene er delt opp i syv analytiske kategorier. Deretter vil funnene bli drøftet og belyst ut fra presentert teori i kapittelet «diskusjon». Avslutningsvis vil jeg presentere en konklusjon, et kritisk blikk på eget arbeid og behovet for videre forskning.

2 Teori

I dette kapittelet vil jeg først redegjøre for samfunnsstrukturen som omfatter dagens unge og hvilke utfordringer tenåringer står ovenfor i det moderne Norge. Deretter vil jeg problematisere det å være ung i dagens samfunn og hvilken rolle rusmidler spiller for tenåringer. Etter dette vil det bli vist til sårbarheter i tenåringshjernen fra et nevrobiologisk ståsted, og hvordan dette kan påvirke følelsesregulering og søken etter risiko. Risikoatferd og søken etter spenning vil også bli belyst fra et individuelt ståsted, med vekt på medfødte personlighetstrekk og ADHD. Dette vil deretter bli drøftet opp mot midler mot det rastløse, hva ungdom kan søke når de møter uklare forventinger fra samfunnet og følelsesmessig kaos. Dette vil omhandle kroppsfenomenologi, rus og fritidsaktiviteter. Fordi jeg skal intervju elever fra Tyrilistiftelsen vil et avsnitt omhandle Tyrili, med vekt på deres fokus på fritidsaktiviteter i behandling.

2.1 Uro i samfunnet

Samfunnsstrukturen som omgir dagens unge er preget av forandring og få faste holdepunkter, derfor har jeg valgt å kalle dette avsnittet for «uro i samfunnet».

2.1.1 Kunnskapssamfunnet

På 1960-tallet trodde man at barnet ble født inn i samfunnet for å bli formet av det, og at de samfunnsmessige kreftene dominerte over individet. I dag har vi et annet syn på de unge. Barnet ses på som et aktivt individ som fra fødselen av er i samspill med sine omgivelser. Det legges stor vekt på det individuelle selvet og samfunnet forutsetter at man skal skape seg selv og sitt liv. Sosialiseringen er ikke lenger en funksjon bestemt av normer og posisjoner, men en prosess som avhenger av at du har ressurser til å utvikle ditt unike jeg (Frønes, 2011). Det unike «jeget» skal i dagens kunnskapssamfunn ha en utdanning som er samfunnsnyttig. Kunnskap er landets salgsvare og som individ skal du sitte inne med personlig og sosial kompetanse som gagnar samfunnet økonomisk og sosialt. For å forstå fenomenet kunnskapssamfunnet bør man trekke en sammenlikning til industrisamfunnet. For samfunnets produktivitet sitter ikke lengre primært i dets maskiner, men i innbyggernes hoder. Med andre ord har dagens unge en hel verden av muligheter, så lenge de skaffer seg en utdanning. I dag innebærer denne utdanningen minimum 13 år på skolebenken. En mulig konsekvens av den

lange tiden på skolebenken er at kun to tredjedeler av norsk ungdom fullfører videregående utdanning innen fem år (Hernes, 2010). «Dropouts» fra videregående skole er et individproblem så vel som et samfunnsproblem. Frafall gir en økt sjanse for kriminalitet, selvdestruktive handlinger og helseskadelig livsførsel, som for eksempel rusavhengighet. Disse konsekvensene ved frafall gjør at samfunnet taper omtrent 5 milliarder kroner per årskull (Hernes, 2010). Ifølge Frønes (2011) er begrepet «dropout» knyttet til kunnskapssamfunnet, ikke til industrisamfunnets enkle adgang til jobbmarked for menn og til husmorsrollen blant kvinner. Frønes (2011) drøfter mulighetene for at overgangen fra industrisamfunn til kunnskapssamfunn har medført en ny situasjon for mange unge menn. De enkle rollene, for eksempelvis fisker og industriarbeider, som gjorde menn av de fleste, er utvasket. Uansett årsak er utviklingen tydelig, for det er en gruppe menn i kunnskapssamfunnet som ikke mestrer overgangen fra barn til voksen (Frønes, 2011). Dette viser tall fra kriminalstatistikk, der det er et større antall menn enn kvinner som er siktet for lovbrudd. I 2010 var 69767 av totalt 83635 siktede personer i Norge menn. Det er også flest siktede i aldersgruppen 18- 20 år (Statistisk sentralbyrå, 2012). Kan rusavhengighet være et svar på den økte stigmatiseringen av unge menn som ikke kommer seg gjennom utdanningskverna og ikke får realisert seg selv i kunnskapssamfunnet? Ifølge Frønes (2010) kan uro på skolen skape risiko for framtidig sosial eksklusjon og marginalisering. Dette fordi uro medfører problemer med skolen og utfordringer med skolen fører til mangel på mestring i kunnskapssamfunnet. Nå vil jeg kort redegjøre for fritidens betydning i dagens samfunn.

2.1.2 Fritid

Norge har i lengre tid vært en ung og nøktern fritidsnasjon. Vi er født med ski på beina og skal tradisjonen tro komme på ski fra en hytte uten strøm eller gjøre som gamlekongen og ta trikken til marka. Tradisjonene og verdiene vedvarer, men i løpet av de siste 25 årene har Norge blitt en moderne og materialistisk fritidsnasjon. Vi har fått mer fritid og mer penger. Konsekvensene av dette er at det har utviklet seg et eget fritidsmarked der vi kan kjøpe lykken som fritiden skal representere (Säfvenbom, 2005). Fritid har blitt en arena hvor vi viser verden hvem vi er og har blitt viktig for enkeltmenneskets selvidentifisering (Säfvenbom, 2005). Fra en fenomenologisk tradisjon er fritid en opplevelse av frihet hos den enkelte, en subjektiv opplevelse basert på innhold og kvalitet. Det handler om frihet til å involvere seg og oppleve seg selv på nye måter som kan utvide en persons livsverden (Säfvenbom, 2005).

2.1.3 Selvrealisering

I kunnskapssamfunnet skal du realisere deg selv. Du skal finne ditt unike jeg og du må ha sosiale og personlige ressurser for å klare å gjennomføre det (Frønes, 2011). Ifølge Bauman (2000), referert i Skårderud, Haugsgjerd & Stånicke (2010), lever vi i en form for flytende modernitet, i et samfunn med høy endringshastighet. Denne raske endringen gjør kulturen flytende, omskiftelig og ustabil. Trygghet, tradisjoner og forutsigbarhet blir mangelvare. Kulturen forutsetter at individene skal omstille seg raskt til ny jobb, nye studier, nye fritidstilbud og stadig nye forventninger. Sett i kombinasjon med økonomisk trygghet blir luksus for dagens unge ikke nødvendigvis materielle goder, men luksus kan være det å finne mening. Hva er meningen oppi alt dette kaoset og i alle disse mulighetene? Ser vi meningen med livet opp mot Maslow (1970), referert i Skårderud et al. (2010), sin behovspyramide har de unge i et økonomisk trygt og fredelig land alle de grunnleggende behovene dekket. De har forhåpentligvis fått dekket fysiske behov, behovet for trygghet, behovet for fellesskap og anerkjennelse. Det som da står igjen på toppen av pyramiden er behovet for å realisere seg selv, dette skal helst gjøres på en ekstraordinær og unik måte. Selvfølelsesproblematikk som kan komme til uttrykk, ved for eksempel bruk av rus, kan forstås som et uttrykk for at individet ikke i tilstrekkelig grad har handlingskompetanse til å møte kulturens flytende forventninger (Skårderud et al. 2010). Ifølge Pedersen (2006) har det vært en økning i bruk av rusmidler siden etterkrigstida og fram til i dag. Forklaringen Pedersen viser til er en kombinasjon av ulike faktorer. Han peker på at det er en økt rotløshet blant dagens unge som kan forklares med svekket familiestruktur og endret normgrunnlag. Han legger fram en hypotese om at de trygge økonomiske rammene i dagens Norge skaper et større behov for risiko. Ved at ungdommen får servert verden på et sølvfat, kan det også hende at samfunnet produserer tomhet og kjedsomhet. Dette kan ses opp mot det Skårderud et al. (2010) hevder, at det er vanskelig for de unge å finne mening.

Säfvenbom (2005) diskuterer betydningen av fritid for dagens unge i et flytende samfunn. Metaforen han bruker er et puslespill. Det er uendelige mange brikker som skal passe inn for dagens unge. De har så mange valg, så om fritid skal bli meningsfullt for den enkelte må brikken passe inn i puslespillet. Säfvenbom (2005) hevder på grunnlag av dette at vi heller bør snakke om fritidstilbud enn fritidstiltak. Tilbudet må gi mening for den enkelte om det skal ha noe betydning for den unges livsverdenen og identitetsdannelse. Pedersen (2006) spør om rusmidler kan være et svar på behovet for mening og spenning blant dagens unge? Er dagens

unge på leting etter mening gjennom spenning, i så fall hvilke brikke passer best inn? En fritid med fysisk aktivitet eller en fritid med rus? Dette spørsmålet vil i denne studien bli diskutert gjennomgående.

2.2 Uro og rus i tenåringskroppen

Rusmidler i tenårene blir ofte brukt som et symbol på at barndommen er over. Ved å skåle med venner eller ta en røyk i storefri frigjør ungdommen seg fra de voksnes regler (Pedersen, 2006). En skål blir en markør for jevnaldersgruppas fellesskap. Fra evolusjonens ståsted er denne utforskingen og løsrivingen en viktig prosess i det å føre arten framover. I ungdomsårene søker den unge etter sin egen identitet utenfor familien, innenfor områder som romantikk, arbeid, tro og verdier (Colder, Chassin, Lee & Villalta, 2010). Risikotaking og utforsking av grenser er en viktig prosess i det å finne seg selv, sitt miljø og sin egen identitet. Hasj røykes ofte for første gang med venner og atmosfæren er preget av nysgjerrighet og spenning, men disse driftene har ofte en stor kostnadskonto (Pedersen, 2006). Kostnadskontoen kan bli spesielt høy for de unge som er sårbare for å utvikle rusavhengighet. I denne sammenheng kan det nevnes at rusmidler dekker ulike behov fra person til person, avhengig av ytre omstendigheter og emosjonell tilstand. Ifølge Lossius (2010) er utviklingen av rusavhengighet ikke bare komplisert, den er også sosialt urettferdig. Det vil si at barn og unge som allerede er belastet med problematiske hjemmeforhold er i risiko for å utvikle rusavhengighet. Dette støtter også Pedersen (2006) sin forskning oppunder. Han viser til at det ofte er ungdom som er dårlig integrert i familie og fritidsaktiviteter som starter med hasj. Videre viser Pedersen (2006) til at en tidlig debut med hasj kan produsere sårbare ungdommer, ved at de svikter akademisk, dropper ut fra skolen og får et dårlig vennemiljø. Det er dokumentert at det finnes en sammenheng mellom hasj og kriminalitet. Dette kan forklares med at det dannes en subkultur i rusmiljøet som stigmatiserer de unge fra majoriteten. Hasj kan også være en inngangsport til sterke rusmidler, som heroin og amfetamin (Vedøy & Skretting, 2009).

Barn og unge med angst, depresjon, spiseforstyrrelser, ubehandlet ADHD, relasjonsskader, alvorlige traumer eller tilknytningsproblemer er mer sårbare enn andre for å utvikle ruslidelser. For mange er rusmidler en måte å dempe angst og uro på, rusmidler kan holde spiseforstyrrelser i sjakk og fungere som en pause fra hverdagens stressende realiteter (Lossius, 2010). Når disse ungdommene eksponeres for rus er de ofte i større risiko for å

utvikle et rusproblem enn ungdommer som har mer normale oppvekstsvilkår. De som starter med alkohol før fylte 14 år har en 40 % sjans for å utvikle et alkoholproblem som voksne. Rusmiddelbruk i tenårene er også assosiert med høyere risiko for problemer med mental helse, økt selvmordsrisiko, lave akademiske ferdigheter og «dropouts». Rusmiddelbruk i tenårene er ofte en konsekvens av tenåringsopprør og sosial påvirkning fra jevnaldrende (Newton, et al., 2011). Hva er årsaken til at tenåringer viser opprørsk atferd? Dette vil det neste avsnittet belyse.

2.2.1 Tenåringshjernen

Psykiske lidelser som spiseforstyrrelser, rusproblematikk, selvskading og depresjon debuterer ofte i ungdomsalder (Skårderud, 2008). I tenårene går man gjennom store forandringer både sosialt, fysisk og psykisk. En forandring som er verdt å merke seg er at risikoatferd øker i ungdomsårene (Colder et al., 2010). Debut med bruk av nikotin, alkohol og marihuana forekommer gjerne i 13- til 14-årsalderen. Bruken øker deretter fram til 18-årsalderen, og synker etter 25-årsalderen. Dette kan delvis forklares av nevrobiologiske forhold.

I løpet av tenårene utvikler hjernen seg i et drastisk tempo, hjernen går igjennom en oppgradering fra starten av tenårene til midten av 20 årene. Oppgraderingen starter bakerst, med de primitive delene av hjernen, med blant annet amygdala. Amygdala er følelsescenteret i hjernen, oppgraderingen i tenåringshjernen fører dermed til at ungdommer føler sterkere. Tenåringer føler både positive og negative følelser kraftigere sammenliknet med voksne (Skårderud et al., 2012). Ungdomshjernen reagerer også sterkere på stress, noe som kan forklare økning av angst og depresjon som forekommer i tenårene. Bremsmekanismene, frontalappen, som inneholder evnen til refleksjon, evnen til å planlegge og styring av impulser oppgraderes til slutt. Dette har fra evolusjonens side vært hensiktsmessig (Colder et al., 2010 ; Skårderud et al., 2012). Ungdomshjernen er laget for å komme seg ut i verden, for å oppsøke og utforske, for å ta sjanser og risiko, ikke for å sitte i ro. Hjernen vektlegger belønning framfor konsekvens i tenårene. Dette gjelder særlig i møte med nye venner, de jevngamle (Skårderud et al., 2012). Dette har fått arten til å søke utover. I vårt flytende samfunn kan det tenkes at denne søken etter utvikling og mening utsetter tenåringene våre for risikofaktorer i kulturen, blant annet rus. I en flytende kultur, med en tenåringshjerne, kan sterke følelser føre til at små belastninger blir store. Små belastninger kan oppfattes stressende og når ungdommer utsettes for stress kan det tyde på at stress hindrer utviklingen i hjernen. Dette

kan føre til at belønningssystemet i hjernen blir overaktivt. Forandringer i belønningssystemet kan igjen øke faren for rusavhengighet (Colder et al., 2010). Slike følelsesmessige belastninger kan bidra til å forklare noe av årsaken til at psykiske lidelser debuterer i tenårene. Tenåringer føler rett og slett sterkere og da kan et middel mot disse følelsene bli å skjære, sulte eller ruse de bort (Skårderud et al., 2012). De ungdommene som velger å ruse bort følelsene sine vil fra et nevrobiologisk ståsted være i fare for å havne i en ond sirkel. Nyere nevrobiologisk forskning dokumenterer at det å utsettes for alkohol og marihuana på et tidlig stadium kan hindre utviklingen av frontallappen, noe som kan øke faren for avhengighet og psykiske lidelser senere i livet (Newton et al., 2011).

For å oppsummere, vil umoden kognitiv kontroll og et sensitivt belønningssystem føre til dårlig regulering av følelser og atferd. Dette forekommer i en tid der ungdommer søker vekk fra hjemmet, selvstendigheten øker og ungdommer ønsker jevnaldrende sin anerkjennelse. Setter man disse faktorene i sammenheng kan det forklare økningen av risikoatferd, inkludert rusmiddelbruk, blant tenåringer (Colder et al., 2010). Dette kan bidra til å forklare hvorfor psykiske lidelser debuterer i tenårene. Hvis alle tenåringer er utsatt, hva er det som får noen ungdommer til å søke illegale rusmidler mens andre klarer seg uten? Tidligere ble det nevnt at rusavhengighet er sosialt urettferdig, men det finnes også mennesker fra «gode hjem» som blir avhengig av rusmidler. Rusavhengighet er med andre ord et komplekst felt. Det er et samspill mellom individ, kultur, kropp og sinn (Lossius, 2010). Dette avsnittet har vist at nevrobiologisk forskning kan bidra med forståelse, framfor en forklaring, rundt en sårbar livsfase. Jeg ønsker nå å diskutere rusavhengighet opp mot individuelle risikofaktorer for å gi en bredere forståelse av fenomenet. Finnes det noen ungdommer som lettere søker risiko og spenning enn andre? Dette spørsmålet vil det neste avsnittet belyse.

2.3 Individuelle faktorer og rusmidler

2.3.1 Personlighetspsykologi

Personlighetspsykologi kan betegnes som et fagområde som studerer menneskets personlighetstrekk og mekanismer som er relativt stabile over tid. Disse trekkene og mekanismene påvirker menneskets interaksjon med og tilpasning til psykiske, fysiske og sosiale miljøer (Larsen & Buss, 2010). Når vi forsøker å beskrive andre mennesker bruker vi ofte adjektiver. «Han er sjarmerende, hun er snill, han er sjenert» også videre. Å beskrive et

menneske ut fra en rekke ulike og enkeltstående karaktertrekk gir ikke mye mening. Heldigvis har det seg slik at grupper av personlighetstrekk vanligvis opptrer sammen. Grunnen til dette kan være at de beskriver ulike sider av den samme egenskapen (Torgersen, 1995). De mest brukte adjektivene i ulike kulturer har blitt samlet, videre har de blitt delt opp i fem ulike kategorier med sammenfallende adjektiver. Alle har vi grader av disse kategoriene i oss, der en kategori kan ses på som en linje der det er ulike ytterpunkter (Larsen & Buss, 2010). Man kan være kjempesosial og utadvendt, eller man kan være ekstremt tilbaketrukket og sjenert. De fleste av oss befinner oss et sted midt på denne linjen. De «fem store», også kalt «femfaktormodellen», utgjør: 1) Ekstroversjon. Scorer du høyt på ekstroverte personlighetstrekk er du utadvendt, snakkesalig, sosial og åpen. Motpolene til dette vil være tilbaketrukket og innadvendt, og betegnes som introvert. 2) Medmenneskelighet. Scorer du høyt innen denne kategorien er du, sympatisk, følsom og varm. Motpolene er slem og hard. 3) Planmessighet. Du scorer høyt i denne kategorien om du er samvittighetsfull, ryddig og punktlig, i motsetning til slurvete og uorganisert. 4) Emosjonelt stabil. Er du rolig og avslappet heller en engstelig og lunefull, scorer du høyt innenfor emosjonell stabilitet. I den andre enden av skalaen finner vi de som svinger sterkt innenfor sitt eget følelsesspekter, de kan ofte betegnes som nevrotiske eller emosjonelt ustabile. 5) Åpenhet for erfaringer. Kreative, fantasifulle, fordomsfrie og søkende mennesker scorer høyt innenfor åpenhet. Motpolen vil være ensopret og konservativ (Karterud et al., 2010; Larsen & Buss, 2010).

For å belyse hvilke tenåringer som kan være i fare for å søke risiko gjennom rus vil jeg fokusere på personlighetstrekk én og fem. Følelseslivet til den ekstremt ekstroverte er ganske intenst, med sterke uttrykk for både glede og sinne. De er ofte på jakt etter nye opplevelser og stimuli. Den ekstroverte personen får mest stimuli av å være sosial. Deres behov for nye opplevelser blir dekket ved å være sammen med mange mennesker. Sammen med andre mennesker kan de få uttrykt sitt vide følelsesspekter. Deres fritidsinteresser vil også være ekstreme, der de får dekket behovet for nye opplevelser (Torgersen, 1995).

Generelt har mennesker som scorer høyt innenfor åpenhetsspekteret manglende evne til å takle indre impulser og stå i mot ytre stimuli. Fantasi og virkelighet skli ofte inn i hverandre og de kan oppfattes som dagdrømmende og kreative. De har ofte et metaforisk og svevende språk og mange av våre kunstnere scorer nok høyt innenfor denne kategorien (Torgersen, 1995). De som skårer høyt på denne dimensjonen, har ofte vansker med å vite hvem de er, og de kan føle at de ikke har noen identitet.

Personlighetstrekk og rus

Videre kan man tenke seg at en person som scorer høyt innenfor ekstroversjon kan være mer tilbøyelig når det kommer til eksperimentering med rusmidler. De søker ofte stimuli og nye opplevelser. Hjerneforskning viser at mennesker med sterke ekstroverte personlighetstrekk blir lettere påvirket av positive forsterkere og har et sensitivt belønningssystem (Larsen & Buss, 2010). En som scorer høyt på åpenhetsspekteret har også vanskeligheter med å stå imot ytre belønning (Torgersen, 1995). Ved eksperimentering med for eksempel kokain, vil kunstig dopamin produseres og en positiv belønning aktiveres (Larsen & Buss, 2010). En slik belønning vil kanskje mennesker med ekstroverte og åpne personlighetstrekk være spesielt sensitive for og lettere oppsøke igjen. En annen individuell risikofaktor for utprøving av rusmidler er lidelsen ADHD.

2.3.2 ADHD

ADHD er den vanligste psykiske lidelsen i barne- og ungdomsårene. Prevalensen er rundt 5 % for barn i skolealder. Lidelsen karakteriseres som et vedvarende mønster bestående av hyperaktivitet, oppmerksomhetsproblemer og impulsivitet som fører til tilpasningsproblemer. Det dreier seg om utfordringer med å opprettholde oppmerksomhet, hemme impulser, regulere emosjoner og planlegge fremtidig kompleks atferd. Nyere forskning dokumenterer at evnen til å utsette belønning også er et sentralt problemområde (Karterud et al., 2010). Ut fra det vi vet om ADHD og tenåringshjernen kan det framstå som logisk at ungdommer med ADHD ofte har høy risikoatferd. De misbruker i større grad alkohol og andre rusmidler, røyker mer og havner oftere i ulykker enn tenåringer uten diagnosen (Karterud, et al., 2010). Flere vokser seg ut av diagnosen ADHD, slik at hyperaktiviteten forsvinner, men mange sitter ofte igjen med en subjektiv rastløshet i voksen alder.

Et kritisk blikk på ADHD- diagnosen

Det har blitt diskutert om ADHD- diagnosen favner for vidt, at for mange barn får diagnosen (Heider & Lunde, 2007; Markestad, 2012; Befring & Duesund, 2012). Ifølge Befring og Duesund (2012) er det i Norge nærmere femti tusen barn og unge som bærer ADHD- diagnosen og Ritalin blir ofte brukt som medisiner. Dette kan være et tegn på at vi står overfor en sykeliggjøring av barn og unge (Befring & Duesund, 2012). Ifølge Ogden (2009) fører medisiner av ADHD til en umiddelbar reduksjon av overaktivitet i klasserommet,

men medisinerer har vist mindre positive resultater med tanke på prososial atferd og bedring av skoleprestasjoner. Videre hevder Ogden (2009) at diagnostisering av barn og unge kan virke selvoppfyllende, selvforsterkende og identitetsskapende. Etiologien til ADHD diskuteres (Befring & Duesund, 2012). Det finnes ulike hypoteser der den mest populære hypotesen forklares med genetiske og nevrologiske årsaksforhold. Tvillingstudier dokumenterer et genetisk årsaksforhold, men det kan tyde på at et uheldig psykososialt miljø rundt individet kan forsterke symptomene (Austin & Sciarra, 2010). Videre dokumenterer forskning at det finnes en sammenheng mellom barndomstraumer og ADHD (Markestad, 2012). Hvordan kan man egentlig skille mellom genetiske betinget og psykososialt betinget uro? Forskningen til Markestad (2012) viser at 48 % av voksne i rusbehandling har ADHD diagnosen. Forholdene mellom disse faktorene er uklare, men det kan tyde på at ADHD øker risikoen for rusavhengighet. Videre kan det diskuteres om tidlig medisinerer i barndom kan føre til selvmedisinerer av uro i voksen alder og selvoppfyllende profetier. Dette vil bli diskutert mer utfyllende i oppgavens diskusjonsdel.

Kulturen er tidligere referert til som flytende, urolig og med få faste holdepunkter. I denne kulturen finnes det individer som kjenner på uro og søker midler mot det rastløse (Skårderud, 2007). Skolen er en sitte- og lytteplass, som i liten grad legger til rette for de unges rastløshet og aktivitets behov (Befring & Duesund, 2012). Hvor kan rastløse individer søke tilhørighet, spenning og nye opplevelser? Dette vil bli diskutert i det neste avsnittet.

2.4 Midler mot det rastløse

Rus, selvskading, spiseforstyrrelser og trening er beslektede fenomener (Skårderud, 2008). Alle fenomenene kan brukes til å regulere egne følelser, når omgivelsene setter for høye krav eller oppleves belastende, som i form av tidligere nevnte risikofaktorer.

Rus

En av de vanligste grunnene til å bruke rusmidler er å bli kvitt ubehagelige følelser, som uro, engstelse eller kjedsomhet. Det kan også tyde på at de tenåringene som har et lavt naturlig nivå av positive følelser ruser seg for å oppleve gode følelser (Colder et al., 2010). Forskning på forholdet mellom følelser og rusmidler er tvetydig. Det kan tyde på at regulering av følelser med rus har ulik funksjon avhengig av type rusmiddel og varigheten av misbruket. Én

hypotese er at eksperimentering med rusmidler ikke er motivert av regulering av følelser, men at det heller tjener en sosial funksjon. Hvis derimot bruk av rusmidler fortsetter og øker i intensitet, kan det være en form for mestring av følelsesmessig ubehag (Colder et al., 2010).

Fysisk aktivitet

Fysisk aktivitet kan ifølge Martinsen (2004) være en alternativ måte for å regulere ubehagelige følelser. Trening kan være en alternativ mestringsstrategi mot stress og uro. To undersøkelser fra Norge dokumenterer at de som deltar i organisert idrett starter senere med rusmidler og bruker rusmidler mindre i ungdomstiden sammenlignet med de som står utenfor organisert idrett (Martinsen, 2004). Wickstrøm og Wickstrøm, referert i Martinsen (2004), fant derimot at deltagelse i lagidrett kan være en risikofaktor med tanke på rusbruk. Deres undersøkelse dokumenterer at de som deltar i lagidrett drikker mer alkohol i ungdomsårene enn dem som ikke deltar. Så svaret på spørsmålet om fysisk aktivitet kan ha en primærforebyggende effekt er uklart. I størst grad har det blitt forsket på forebygging av alkoholbruk, fordi dette er det mest kjente problemet i Norge (Martinsen, 2004). Ifølge Martinsen (2004) er det mangelfull forskning på feltet illegale rusmidler og fysisk aktivitet, men han tilføyer at det finnes mange gode grunner som tilsier at fysisk aktivitet kan være nyttig ved rusproblemer. Martinsen (2004) understreker at det er viktig å finne fram til meningsfulle aktiviteter. Det skal være verdifulle aktiviteter for hele mennesket, både kropp og sinn, der mestring er målet, ikke prestasjonen.

2.5 Fenomenologi

Hvordan kan det fysiske spille en rolle for det psykiske, hva er det som gjør en person som er fysisk aktiv mindre utsatt for psykiske lidelser? For å kunne svare på dette vil jeg drøfte rusavhengighet sett i lys av kroppsfenomenologi. Jeg vil først redegjøre for det synet som har preget vestens forhold til kropp.

2.5.1 Dualismen

For å kunne vite hvilke rolle kroppen spiller for tenåringer i dagens samfunn, bør det vises til tanker om kroppen fra antikken. Den filosofien som ble grunnlagt der preger fortsatt mennesker i vestens syn på kropp. Ifølge Platon består mennesket av både sjel og legeme, der sjelen er viktigere enn kroppen. Dette er et dualistisk syn på kroppen, der kropp og sjel er delt.

Sjelen kan komme til himmelen hvis kroppens primitive behov blir tøylet. Konsekvensen blir at kroppen blir satt til side i menneskets relasjon til verden. Dette synet på mennesker preger i dag vitenskap, medisin, idrett og pedagogikk (Duesund, 1995; Martinsen, 2004). Gjennom idrett og fysisk aktivitet kan kroppen manipuleres. Den skal lære å hoppe høyere og løpe fortere. Kroppen er et tempel for sinnet, og vi skal holde det sunt og friskt. Gjennom en sunn kropp viser vi verden at vi har et viljesterkt sinn. Dette synet på kropp kan også legge et bakteppe for å forklare ulike sinnslidelser, som spiseforstyrrelser, selvskading og rusmisbruk. Kroppen blir et objekt man bruker for å holde indre lidelser i sjakk. Selvskaderen sier: «Jeg har det så vondt inne i meg at jeg skader kroppen for å få bort smerten i sinnet». Den rusavhengige kan oppleve uro og angst: «Jeg doper ned kroppen for å bli kvitt følelsene». Disse sitatene illustrerer mer enn et dualistisk syn, de illustrer også at det er en sammenheng mellom kropp og sinn. Man regulerer kroppen for å regulere sinnet. Kanskje kan man regulere sinnet ved bruk av snowboard i stedet for rus? Dette vil denne undersøkelsen belyse. Kropp og sinn samspiller med verden, de er i relasjon. I kroppsfenomenologi kalles dette for et dialektisk syn.

2.5.2 Kroppsfenomenologi

Ifølge filosofen Gadamer (ref. i Martinsen, 2004) kan ikke helse deles opp i kropp og sinn, somatisk og psykisk. Helse er en helhetstilstand som oppstår gjennom menneskets samspill med verden. Opphavsmannen til fenomenologien, Husserl (ref. i Martinsen, 2004), hevder at sann kunnskap oppstår gjennom menneskets erfaring med verden, gjennom hverdagserfaringer og aktiviteter i sosiale kontekster. Ny kunnskap innen psykologi støtter opp om denne filosofiske retningen og forkaster dualismen. Kroppen har følelser og mening. Vår livsverden blir formet av kroppen og kroppen blir formet av den verden vi lever i. Det er gjennom kroppen vi blir kjent med omgivelsene, oss selv og andre mennesker (Martinsen, 2004). Filosofen Merleau-Ponty (1908-1961), referert i Duesund (1995), hevdet at vi både er og har våre kropper. Kroppen er både et subjekt og et objekt, den føler og blir følt. Den ser og blir sett. Når et barn er ute og leker vil barnet ha en subjektiv opplevelse av kroppen. Barnet hopper og danser, og blir kjent med seg selv gjennom bevegelse. Tenk deg at det samme barnet går forbi et speil. Da vil barnet se kroppen utenfra som et objekt. Objektet blir sett og formet, subjektet opplever og vi i våre kropper er begge deler (Reindal, 2007). Det er kroppen med følelsesmessige reaksjoner som forteller oss at noe er galt (Skårderud, 2008). Det er gjennom kroppen man får en klump i magen, kroppen kommer forut for refleksjonen. Det er

også gjennom kroppslige subjektive erfaringer vi kan involvere oss i verden (Duesund, 1995). Innledningsvis ga jeg en beskrivelse av hvordan snowboardkjøring har gitt meg en slik involvering i øyeblikket, og jeg undres over om det er den samme frihetsfølelsen ungdom trakter etter når de ruser seg. Med et kroppsfenomenologisk bakteppe kan man lettere forstå at fysiske erfaringer, med snowboard eller rus, påvirker sinnet. Subjektet samspiller med objektet (Martinsen, 2004).

2.5.3 Positive konsekvenser av fysisk aktivitet og rus

Finnes det noen sammenheng mellom subjektive opplevelser av rus, og subjektive opplevelser av fritidsaktiviteter? I dette avsnittet vil jeg forsøke å finne fellestrekk mellom fysisk aktivitet og rus, med vekt på de positive virkningene.

Flow

Fra et psykologisk utgangspunkt innebærer fritidsaktiviteter mentale tilstander hvor man opplever frihet. Csikszentmihalyi (2008) lanserte flowbegrepet med opprinnelse i aktiveringsteori i 1975. Csikszentmihalyi (2008) hevder at i utføring av enhver aktivitet finnes det et optimalt stimuleringsnivå. Nivået finnes i balansepunktet mellom utfordring og kjedsomhet, utfordringen skal være innenfor forventet mestringsområde. For store utfordringer kan skape angst og for små utfordringer kan skape passivitet og kjedsomhet. Den optimale fritidsopplevelsen finnes i balansepunktet mellom kjedsomhet og angst. I flowsonen glemmer man omgivelsene og er i ett med aktiviteten, man flyter. I en slik sone frigjøres selvet, man trenger ikke et «meg» som observerer og kontrollerer atferden til «jeget». Man glemmer tid og sted fordi all oppmerksomhet vies til aktiviteten, man har ikke kapasitet til å tenke på problemer. I en slik flytsone opplever individet fritid. Etterhvert som ferdighetene innenfor en aktivitet øker kan man også øke utfordringene for å opprettholde flyt (Csikszentmihalyi, 2008). Denne flytsonen kan sammenliknes med subjektive kroppslige opplevelser, her handler det også om involvering i nået, men flowbegrepet understreker at man også kan oppnå en tilstedeværelse i øyeblikket uavhengig av moralske grenser. Det å stjele kan utløse en «flow» hos individet og det å bruke rusmidler kan gi en form for konstant «flow» uten forankring i virkeligheten (Säfvenbom, 2005). Dette kan begrunnes med at rusmidler, blant annet marihuana, gjør at individet fokusert på her-og-nå-øyeblikket. Narkotiske stoffer som stammer fra opiumplanten, som heroin og metadon, gir liknende

avslappende effekt. Heroin fjerner smerter og skaper en følelse av letthet og varme (Wilson & Kolander, 2011).

Eufori

En annen konsekvens av fysisk aktivitet er en observasjon som kommer fra løpere, der av navnet, «runners high» (Martinsen, 2004). Mennesker som løper rapporterer om en form for rus under trening. De beskriver at trettheten forsvinner, sanseinntrykk blir forsterket og det oppgis en følelse av å kunne sprengre grenser for tid og rom. Noen har forsøkt å forklare fenomenet med at blodets innhold av endorfiner øker under fysisk aktivitet (Martinsen, 2004). Kan det tenkes at det er en liknende form for eufori de som bruker rusmidler trakter etter? En studie har blitt foretatt for å undersøke den subjektive opplevelsen av å ta ecstasy. For å beskrive opplevelsen av rusmiddelet ble det brukt ord som kjærlighet, fred og lykke. Ecstasy fører vanligvis til økt energi, eufori og økt sexlyst hos individet (Cohen, 1995). Det samme er gjeldene ved inntak av kokain og amfetamin, hvor det rapporteres om en euforisk lykkefølelse ved inntak. Denne effekten forsvinner etter cirka 10 minutter og mange rusavhengige fortsetter å jakte etter denne følelsen (Wilson & Kolander, 2011).

Spenning og utprøving

Ut fra kroppsfenomenologi, det man vet om virkningen av fysisk aktivitet og det man vet om tenårings behov for spenning og følelsesregulering, kan man spørre seg: Hva skjer om man kombinerer fysisk aktivitet og spenning? Kan en slik tilnærming til rusproblematikk blant tenåringer være hensiktsmessig? Ifølge Gåsnes (2011) som forsket på ungdom som eksperimenterer med illegale rusmidler, søker disse ungdommene spenning og sterke opplevelser. Informantene omtaler seg selv som glade i ekstreme situasjoner og har oppsøkt psykedeliske stoffer motivert av spenningsøking. Gåsnes (2011) skriver videre at hobbyer og aktiviteter som kunne bidra til en form for erstatning av rusopplevelser var givende opplevelser som hjalp hennes informanter til å slutte med rus. I undersøkelsen til Gåsnes (2011) blir aktiviteter som klatring, rafting og snowboard nevnt. Disse aktivitetene hjalp informantene med å fylle tiden med noe meningsfullt og få fokuset over på noe annet enn rus. Pedersen (2006) spør om spenningsopplevelser rusen gir kan erstattes av en annen form for spenning. I rusbehandling for ungdom er dette et spørsmål som besvares i praksis. Der legges det vekt på å gi ungdommene alternative opplevelser til rus som omhandler å gi de spenning

og utfordringer. Det er lite dokumentert forskning rundt denne formen for erstatningsstrategier, men Pedersen (2006) tror det finnes potensiale her. Finnes det noen fellestrekk mellom snowboardopplevelser og rusopplevelser? Dette håper jeg at informanter fra Tyrili kan belyse.

2.6 Tyrili

Tyrili har vært i drift siden 1980 og er organisert med syv behandlingseenheter og har per 1.1.2013 150 elever i behandling (Wangensteen & Jansen, 2013). I tillegg til dette har Tyrili et senter under utvikling på Lillehammer og et behandlingsteam hos Stifinner'n Oslo og Bredtvet fengsel. Tyrili er en ideell, privat organisasjon underlagt lov om stiftelser. Stiftelsen tilbyr behandling og oppfølging av unge og voksne med alvorlig rusavhengighet og med eventuell psykisk, relasjonell eller fysisk tilleggsproblematikk. Tilleggsproblematikken i elevgruppen omhandler ofte depresjon, angst, ADHD, personlighetsforstyrrelser, selvskading og moderate spiseforstyrrelser. Tyrili har en pedagogisk plattform med fagbegreper som endringsoptimisme, tilhørighet og ansvarsutvikling. I behandling bruker Tyrili fellesskap som en grunnleggende metode, der det er fokus på deltagelse i en meningsfull hverdag. Hverdagen for elever på Tyrili innebærer arbeidslag, skole, samtaler og aktiviteter. Med dette tilbyr Tyrili sine elever trening på mange ulike livsområder. Behandlingen organiseres på en slik måte at medarbeidere og elever er i samhandling på flere ulike arenaer, der elevens beste skal stå i sentrum (Wangensteen & Jansen, 2013).

2.6.1 Fritidsaktiviteter

Fritidsaktiviteter er noe som gjennomsyrrer Tyrili sitt arbeid. I stiftelsen Tyrili har fritid blitt vektlagt av flere grunner. Blant annet kan det å finne sin egen fritidsaktivitet være et kortsiktig mål på veien mot en nykter identitet og en inngangsport til en meningsfull fritid etter endt behandling (Snarmland, 2010). Gjennom aktiviteten kan man bygge seg opp et nettverk som ikke omhandler rus. En fritidsaktivitet kan fremme mestring, for ved å lykkes i en aktivitet styrkes selvbildet. Fritidsaktiviteter er også en arena for rekreasjon, sosial trening og ansvarsutvikling (Snarmland, 2010). Sagt med andre ord skal fritidsaktiviteter, når de fungerer optimalt, bidra til en opplevelse av flyt og mestring. Dette skaper et fristed hvor elevene kan glemme alt annet. Avbrekket man kan oppleve gjennom fritidsaktiviteter er for mange elever på Tyrili en pause fra den formelle behandlingen. Denne pausen tillegger

elevene stor betydning, i en behandlingshverdag som inneholder reparering av relasjoner, økonomi og selvbylde (Snartland, 2010).

Samlet sett har dette kapitlet vist til samfunnsmessige og individuelle faktorer som kan bidra til å forklare veien inn i rusavhengighet. Det har blitt vist til en flytende kultur som vektlegger teoretisk kunnskap og til tenåringers behov for risiko og tilhørighet. Det har videre blitt pekt på individuelle risikofaktorer i form av medfødte personlighetstrekk og ADHD. Avslutningsvis i dette kapitlet har jeg forsøkt å forklare hvilke rolle kroppen spiller når det kommer til regulering av sinnet ved bruk av rusmidler, og hvordan denne regulering også kan foregå gjennom fysisk aktivitet. I det neste kapitlet vil jeg vise til mine metodiske valg.

3 Metode

I dette kapitlet vil jeg redegjøre for mine metodiske valg og refleksjoner. Metode betyr veien til målet (Kvale & Brinkmann, 2009). Fenomenet som skal belyses, bør derfor legges grunnlag for undersøkelsens utforming. Jeg vil prøve å være så åpen som mulig om mine valg, og begrunne disse, for at leseren selv kan tolke resultatene i sitt møte med teksten. Drøftingen i dette kapitlet vil være knyttet til valg av metode, min rolle som forsker, utvalg, datainnsamling, analyse og tolkning. Deretter følger etiske betraktninger og dilemmaer. Avslutningsvis i dette kapitlet vil jeg gi en kritisk kvalitetsvurdering av undersøkelsen, med fokus på validitet, reliabilitet og undersøkelsens overførbarhet. Disse kvalitetsbegrepene er hentet fra kvantitativ forskning og behøver en tilpasning for å kunne benyttes i min kvalitative undersøkelse.

3.1 Bakgrunn for valg av metode

Overordnet de konkrete metodene legger vitenskapsteori et bakteppe for min undersøkelse, i hovedsak skiller det mellom induktiv og deduktiv tilnærming. En deduktiv tilnærming omhandler å teste allerede kjent teori (Kvernbekk, 2002). Siden jeg har funnet lite tidligere forskning som omhandler min problemstilling har en deduktiv tilnærming vist seg å være lite hensiktsmessig. På den andre siden vil en induktiv virksomhet til forskning gå rett på problemet, uten å ta veien om teoridanning. En induktiv tilnærming undersøker essensen av et fenomen framfor testing av teori. En kombinasjon av induktiv og deduktiv tilnærming kalles abduksjon (Dalen, 2011). Ved en abduktiv tilnærming tar man utgangspunkt i empirisk tilfeller og supplerer med teori og begreper. Jeg vil undersøke essensen av to ulike fenomener, snowboard og rus. Deretter vil jeg drøfte disse fenomenene opp mot begreper og teorier som tenåringshjernen og kroppsfilosofi. Mitt forskningsprosjekt faller dermed innunder en abduktiv tilnærming.

3.1.1 Vitenskapsteoretisk bakgrunn

Temaet i denne oppgaven omhandler blant annet forebygging av rusavhengighet. Et slikt begrep legger føringer for at det er en sammenheng mellom tiltakene vi setter inn og virkningen av disse. Jeg håper at denne undersøkelsen kan gi innsikt rundt fritidsaktiviteten snowboard som forebygging av rusavhengighet. Positivismen er en vitenskapsfilosofisk

retning som stammer fra naturvitenskap, denne retningen vektlegger kausale sammenhenger og observerbare fenomener. Hvis en elev kjører snowboard (A), fører dette til en rusfri hverdag (B). Det vil si at virkning A skal føre til årsak B, og denne sammenhengen skal være observerbar. Man skal se at hvis A, så B. Innenfor pedagogikk kan dette sammenliknes med en målmiddeltenkning, en behavioristisk tankegang. Dale referert i Kvernbekk (1997) kritiserer denne tankegangen, han mener at vi da kan objektivisere eleven. Vi har med mennesker å gjøre, hvis A så B er derfor ikke absolutt. Individet kan være unntaket uansett hvor høy sannsynlighet vi opererer med. Ifølge Kvernbekk (1997) er pedagogikk en kausal disiplin, hvis ikke hadde vi satt i gang tiltak uten å forvente en virkning. Videre viser Kvernbekk (1997) til at det ikke finnes noen universellesammenhenger i pedagogikk. Vi kan ikke predikere hvordan tiltakene vil fungere på et individ nivå. I denne oppgaven ønsker jeg å undersøke subjektive opplevelser med ulike fenomener, menneskers subjektive opplevelser er ikke observerbare. Det finnes ingen garanti for at snowboard er en virkning som alltid vil føre til, årsak, rusfrihet. Dette tilsier at en positivistisk retning er lite fruktbar for min undersøkelse.

En fenomenologisk vitenskapsfilosofi vil gi undersøkelsen min et annet bakteppe.

Fenomenologien er en studie av verden slik den fremtrer for subjektive individer i den, når individene forsøker å bevisstgjøre seg i virkeligheten uten fordommer eller forutinntatthet (Gall, Gall & Borg 2007). Fenomenologien forutsetter at forskeren går inn i en undersøkelse og kobler seg på det fenomenet som blir studert og blir kjent med seg selv gjennom erfaringer med fenomenet. Grunnlegger av fenomenologien, Husserl, ga uttrykk for at kunnskap starter med erfaring. Denne tanken har blitt tatt med videre inn i moderne vitenskapsteori, der temaet som forskeren velger å undersøke bør være av personlig og sosial interesse, samt vekke følelsesmessig og intellektuelt engasjement (Gall et al., 2007). Innsamlingen av data vil da bli preget av dette engasjementet og forskeren har mulighet til å samle data basert på egne og andres erfaringer med et fenomen.

3.1.2 Forskningsdesign

Siden fenomenet jeg vil undersøke er opplevelser med to ulike fenomener velger jeg å benytte casestudie som forskningsdesign. Innenfor casestudier ønsker forskeren å samle intensiv data om et fenomen, for så å forsøke og forstå fenomenet i den konteksten det utspiller seg i (Gall et al., 2007). Tradisjonelt sett involverer casestudie en form for feltarbeid, der forskeren er i

interaksjon med informanter i deres omgivelser. Før intervjuene tilbrakte jeg tid med informantene i alpinanlegget, for å se hvordan opplevelsen med snowboard utspilte seg. Et av målene med casestudie er å utvikle forståelse for et komplekst fenomen slik det utspiller seg for deltakerne fra deres ståsted (emic- perspektiv). Forskeren skal samtidig holde fast ved en utenfra holdning, som kan bidra med en teoretisk forståelse (etic-perspektiv). Dette kan bli et dilemma, der man enten lar teori påvirke funn eller man lar fenomenet stå ubeskrevet uten teoretisk innsikt (Dalen, 2011). Det er tre grunnleggende meningsforståelser i et casestudie: beskrive et fenomen, forklare et fenomen eller vurdere et fenomen (Gall et al., 2007). Denne oppgaven vil i første omgang forsøke å beskrive to ulike fenomener, rus og snowboard, for å se om det finnes noen fellestrekk mellom disse. Ved å få tak i gode beskrivelser forsøker forskeren å skildre og fange opp temaer ved fenomenet. Dette gjøres best gjennom «tykke beskrivelser» (Gall et al., 2007). «Tykke beskrivelser» utgjør ofte grunnstammen i sitater som vil forekomme i et forskningsprosjekt, det er betegnelser som informanten bruker i sin omtale av konkrete forhold og informantenes forklaringer av disse forholdene (Dalen, 2011). Det er disse «tykke beskrivelsene» forskeren bruker i sin analyse. Sitatene går fra et beskrivende nivå, til å inkludere forskerens tolkning og relevant teori.

3.1.3 Kvalitativ tilnærming

Ifølge Kvale og Brinkmann (2009) er det formål og problemstilling som legger grunnlaget for valg av forskningstilnærming og metode. Da det for meg er viktig å få tak i informantenes egne opplevelser med rus og snowboard vil det være hensiktsmessig å velge en kvalitativ forskningsmetode. Kvalitativ metode har som hensikt å fange opp meninger og opplevelser som ikke lar seg måle eller tallfeste. Metoden går i dybden og er interessert i enkelte menneskers, eller grupper, opplevelser og erfaringer (Kvale & Brinkmann, 2009). En kvantitativ tilnærming ble også vurdert, men siden jeg har hatt problemer med å finne noe tidligere forskning på feltet valgte jeg å gå i dybden. Med problemstillingen som grunnlag for tilnærming ble en kvalitativ metode valgt fordi fenomenene som studeres befinner seg innenfor, hittil, upløyd mark. Det hadde vært interessant med en kvantitativ tilnærming i etterkant, ved å undersøke fenomenene mer i bredden ut fra mine informanters beskrivelser. Grunnet prosjektets omfang har jeg dessverre ikke kapasitet eller mulighet til dette. En kvalitativ forskningstilnærming kan gi innsyn i menneskets livsverden, dette er i tråd med en fenomenologisk tilnærming der man ønsker å undersøke et fenomen slik det trer frem for individet.

3.2 Forskerrollen og forforståelse

Jeg har kjørt snowboard siden jeg var ni. Jeg har jobbet i ruspsykiatrien siden høsten 2012 og jeg har en utdanning som preger mitt livssyn og mitt syn på mennesker. Uten denne bakgrunnen ville jeg nok ikke ha valgt en oppgave som omhandler snowboard- og rusopplevelser. Ifølge Kvale og Brinkmann (2009) kan forskerens forforståelse påvirke undersøkelsen i en subjektiv retning. Mine erfaringer med snowboard er på det jevne positive og min forforståelse bunner i at snowboardopplevelser kan ha noen fellestrekk med rusopplevelser. I teoridelen har jeg også vist til empiri og teori som kan belyse min forforståelse. Jeg vil forsøke å være åpen om min forforståelse for å imøtegå kritikk om subjektivitet (Dalen, 2011).

Med min bakgrunn kan jeg oppfattes som subjektiv, på den andre siden anbefaler Kalleberg (1998) forskeren å grave der hun står. Med dette mener han at man skal utforske temaer man selv har erfaringer med. Ved å holde kontakt med seg selv og samfunnet kan man oppnå virkelighetsnærhet og gode forskerspørsmål, dette er i tråd med en fenomenologisk tilnærming. Som en insider i snowboardmiljøet kan jeg lettere sette meg inn i informantenes beskrivelser av fenomenet, noe som kan føre til en lettere dialog. På den andre siden kan også min tidligere erfaring gjøre meg subjektiv i min analyse og innsamling av data. Ved å forsøke å bli kvitt sin forforståelse, kan man bli mer bevisst sine egne fordommer, antakelser og synspunkter rundt fenomenet (Dalen, 2011). Det er derfor viktig at forskeren er klar på sin forforståelse, slik at leseren kan skille mellom denne og de faktiske funnene i prosjektet.

Min forforståelse er preget av at snowboardmiljøet og rusmiljøet besitter følgende likehetstrekk: Begge er en subkultur og begge miljøene tiltrekker seg tenåringer som er ute etter risiko. Videre har jeg en forforståelse av at opplevelser med begge fenomenene har følgende likhetstrekk: Begge opplevelser gir en form for fri fra hverdagen, kan virke følelsesregulerende, kan gi en form for eufori og kan gi en subjektiv mestringsfølelse.

Denne forforståelsen vil jeg være åpen om for leseren, og i møte med informantene ønsker jeg å få avkrefte eller bekrefte min forutinntatthet. Jeg er nysgjerrig på hvordan snowboard oppleves av andre. Når det kommer til subjektive opplevelser med illegale rusmidler stiller jeg meg åpen og interessert da jeg personlig ikke har erfaring med dette fenomenet. Jeg ønsker å undersøke kompleksiteten av opplevelser med to ulike fenomener, hva er negativt og hva er positivt og finnes det noen fellestrekk? I intervjusituasjonen har jeg forsøkt å legge min

forutinntatthet til side og stilt meg åpen for ulike innspill. Jeg har undersøkt både de negative aspektene og positive aspektene med de ulike fenomenene, både rus og snowboard.

I møte med mine informanter vil jeg forsøke å være åpen og fordomsfri, men min egen erfaring og mitt livssyn vil likevel prege innsamlingen av data. Som menneske er det vanskelig å være helt objektiv. I mitt masterprosjekt ser jeg derfor på meg selv som den reisende, jeg er i relasjon med informantene (Kvale & Brinkmann, 2009). Historiene skapes i møte mellom mennesker. Min forforståelse og mine egne erfaringer vil få innvirkning på informantenes fortellinger. På min reise kan jeg påvirke andre og de andre kan påvirke meg og min innsikt (Kvale & Brinkmann, 2009). Slik kan meningen i min undersøkelse bli påvirket av andre og jeg kan påvirke deres mening om et fenomen.

Som den reisende vil jeg tillegge mine informanters historier mening og ut fra denne meningen vil jeg forsøke å produsere ny kunnskap om et fenomen. Brian Fay (1996) mener at det å fortolke mening er som å forstå et dikt, man trenger ikke bli mentalt unison med forfatteren av diktet for å gi versene mening. Så man trenger ikke nødvendigvis forstå personen bak atferden for å gi handlinger, dikt eller utsagn mening. Mening blir hva vi som mennesker tillegger uttrykk og handlinger. Hva tror jeg informanten mente med dette utsagnet, hva ville han formidle (Fay, 1996)? Videre uttrykker Fay (1996) at mening må forstås i en kontekst, det holder ikke å vite intensjonen bak et utsagn for å tillegge den mening, man må også forstå konteksten den utspiller seg i. Mening bør tolkes i en kontekst.

Hermeneutikk stammer fra Hellas og kan oversettes til ”å tolke” (Fay, 1996). Ifølge Gadamer (ref. i Fay, 1996) er ikke mening knyttet til en konkret handling, mening er noe som skapes mellom avsender og mottaker. Mottaker gir mening til avsenders beskjed. Mening er relativ og avhengig av personen som tolker. For øyeblikket er jeg både avsender og mottaker, jeg intervjuer mennesker og skriver ned min tolkning av deres utsagn. I det jeg skriver kan det hende det går opp et lys for meg, jeg skriver ned et utsagn som gir meg en ny tolkning av fenomenet rus. En del, et avsnitt, kan påvirke mitt syn på helheten, fenomenet. Dette kalles den hermeneutiske sirkel (Fay, 1996), del og helhet henger sammen og påvirker hverandre gjensidig. Del og helhet skaper endring og kan gi ny mening. Denne sirkelen kan i prinsippet fortsette i det uendelige, derfor blir den ofte kalt den hermeneutiske spiral (Fay, 1996). Jeg kan stadig få et nytt syn på en del, som gir meg et nytt syn på helheten. Mestrer man som forsker å se betydningen av en persons utsagn, og tolke den til sitt eget vil man kanskje ha mulighet til å se lenger? Ved å få innsyn i mine informanters livsverden kan jeg ta med meg

deres erfaringer inn i min livsverden, slik kan informantene gi ny mening til fenomenene rus og snowboard. Sett i en større kontekst kan dette forhåpentligvis bidra til å skape ny mening og innsikt i det komplekse feltet «forebygging av rusavhengighet».

3.3 Utvalg

I casestudier har forskeren frihet til å velge et meningsfullt utvalg (Gall et al., 2007). I denne undersøkelsen vil et meningsfullt utvalg være informanter som har erfaringer med både rus og snowboard. Denne type informanter blir ofte omtalt som nøkkelinformanter. Fordi de har kunnskap om fenomener ikke alle har tilgang til (Gall et al., 2007). En fenomenologisk tilnærming vektlegger informantenes erfaring med det fenomenet som undersøkes. Det er ønskelig å finne informanter som har samme ønske som forskeren til å forstå meningen og naturen ved fenomenet. Å innhente informanter som har erfaring med begge elementene gjorde et tilfeldig utvalg lite hensiktsmessig. Avveiningene mine gjorde en utvelgning som Dalen (2011) beskriver som et kriterieutvalg mer aktuelt. De kriteriene jeg har lagt til grunn er erfaring med snowboard og rus. Et annet kriterium var at informantene hadde minimum tre måneders erfaring med snowboard. Dette kriteriet ble valgt fordi flyt, mestring og frihetsfølelsen lettere oppnås når informanten er forbi nybegynnerstadiet. Erfaringen med fenomenet kan også bidra til å gi engasjementet til fenomenet som undersøkes (Gall et al., 2007). Ved undersøkelsens oppstart ønsket jeg å få tak i informanter i aldersgruppen 18-25 år, dette for at informantene lettere kunne reflektere over sin tid som tenåringer. Dette alderskriteriet ble utvidet da jeg anså det som mer relevant å få tak i informanter som hadde bred erfaring med rus og snowboard. Alderskriteriet ble derfor sekundært. I mitt utvalg er informantene mellom 19 og 33 år.

For å komme i kontakt med aktuelle informanter kontaktet jeg først Norges snowboardforbund. Jeg fikk tilbakemeldinger om at det var lite forskning innen snowboardfeltet, men de anbefalte meg å gjennomføre prosjektet. De tipset meg om stiftelsen Tyrili og satt meg i kontakt med lederen av deres snowboardklubb, Vegard Snartland. I dialog med Tyrili brettklubb ble prosjektet drøftet. De anbefalte meg å delta på en ukens snowboardsamling. Jeg deltok på snowboardsamlingen i Tyrilis regi for å komme i kontakt med mine informanter. Samlingen varte i fem dager, den første dagen presenterte jeg meg og mitt prosjekt for gruppen og sa at de som ønsket kunne kontakte meg for et intervju. Ved å være i samhandling med informantene på en arena som fremmer mestring og utfoldelse var

det lett å komme i dialog med aktuelle kandidater. I ettertid vil jeg tørre å påstå at det var en fordel å ha lang erfaring fra snowboardmiljøet. Jeg var en insider informantene kom i dialog med. I utgangspunktet hadde jeg tenkt å ha fire-fem intervjuer, men grunnet interesse fra flere aktuelle elever endte jeg opp med seks kvalitative intervjuer. Det var syv stykker som tilbød seg å intervjues. En av de syv informantene trakk seg like før det planlagte intervjuet. Alle de seks informantene var tilknyttet Tyrilistiftelsen. Noen av dem har vært rusfri i flere år, andre i et par måneder. Under snowboardsamlingen på Rauland kjørte de alle brett og fem av seks informanter er sertifiserte snowboardinstruktører fra Norges snowboardforbund. De fleste av mine informanter er menn. Utvalget kan tenkes å gjenspeile populasjonen da de er overrepresentert i snowboardmiljøet og i rusbehandling. Fem av informantene er unge menn, en informant er kvinne. Fire av informantene har diagnosen ADHD. Fem av informantene har rusavhengighet som har inkludert misbruk av stoffet amfetamin. En av informantene har i hovedsak vært avhengig av hasj og kokain. Ifølge Wilson og Kolander (2011) har amfetamin og kokain det samme virkningsstoffet, og de er begge sentralstimulerende stoffer.

3.4 Kvalitativt intervju

Kvalitativt intervju er godt egnet når man ønsker å få innsikt i informantenes egne tanker, følelser og erfaringer. Hvilken intervjuform man velger å benytte må ses i forhold til målgruppe og tema (Dalen, 2011). I starten av prosjektet ble det drøftet hvorvidt jeg kunne benytte meg av gruppeintervju eller observasjon. Gruppeintervju hadde vært interessant i den grad det kunne ha fått til en dialog og drøfting mellom de ulike informantene. På den andre siden fryktet jeg at et gruppeintervju ville frata meg muligheten til å komme i dybden i informantenes livsverden fordi noen av temaene er svært sensitive og muligens vanskelig å snakke om i plenum. Observasjon ble også vurdert, men fordi jeg er ute etter tanker og erfaringer rundt et fenomen ble dette ansett som lite hensiktsmessig. De kvalitative intervjuene er allikevel supplert med noen feltnotater, memos, fra snowboardsamlingen. I en fenomenologisk undersøkelse er det vanlig å gjennomføre lengre intervjuer for å få beskrivelser av fenomenet som undersøkes. Intervjuene er som regel ustrukturert, og forsøker å få med seg aspekter av fenomenet som studeres (Gall et al., 2007). I mitt forskningsprosjekt har jeg valgt å benytte semistrukturerte intervjuer. Dalen (2011) hevder at fastlåste spørsmål og kategorier ville hindre mulighetene for å få tak i informantenes subjektive opplevelser. Semistrukturert intervju ga meg som forsker mulighet til å stille oppfølgingsspørsmål og

komme i dybden for å få en beskrivelse av informantens livsverden og opplevelse av et gitt fenomen (Kvale & Brinkmann, 2009). Denne typen intervju gir intervjuer og informant mer fleksibilitet i situasjonen. Noe som kan gi ekstra informasjon og mulighet til å få svar på problemstillingen (Kleven, 2002). Svakheten ved denne metoden er at det stilles store krav til meg som intervjuer, jeg vil ha stor påvirkning på samtalens retning og hvilke temaer som blir undersøkt. Denne svakheten tas med videre inn i tolkning og analyse av data.

I intervjuer med fenomenologisk bakgrunn er det meningen at forskeren helst skal ha en temaliste i intervjuene og ikke fastsatte spørsmål (Postholm, 2010). Jeg valgte likevel å ha en del spørsmål klare. Jeg gikk først inn på et tema, men hadde fastsatte spørsmål i bakhånd. Dette vurderte jeg som hensiktsmessig da jeg er forholdsvis fersk i intervjusituasjonen. I ettertid er jeg takknemlig for at jeg hadde disse spørsmålene, siden noen av informantenes fortellinger påvirket meg emosjonelt. Da dette oppsto var det veldig trygt å ha noen klare spørsmål som jeg kunne hente meg inn igjen med. Jeg og min veileder kontrollerte at disse spørsmålene ikke var ledende og at de ikke falt innunder min egen forforståelse av rusopplevelser og snowboardopplevelser. Selv om mine opplevelser med snowboard er positive har jeg derfor valgt å undersøke også de negative opplevelsene med snowboard og snowboardmiljøet.

3.4.1 Intervjuguide

Intervjuguiden er delt inn i seks ulike temaer. Første tema omhandler snowboardopplevelser, deretter følger informantens beskrivelser av deres tid som tenåringer, det tredje temaet er rusopplevelser. Fjerde tema, som jeg har valgt å kalle «livet», tar for seg et mer personlig aspekt. Der kommer spørsmål som omhandler personens egne forklaringer på hvorfor akkurat han eller hun fikk et rusproblem. Så følger tema nummer fem som heter forebygging, der informanten kommer med sine opplevelser av hva som kan virke forebyggende mot rusavhengighet. Avslutningsvis er det et oppsummeringstema hvor informanten kan komme med eventuell tilleggsinformasjon eller utdype tidligere temaer (Se vedlegg 1). Jeg har forsøkt å bygge opp guiden i den tro at det enkleste og mest lystbetonte temaet kommer først, dette for å skape rom for dialog og trygghet hos informantene. De mer følsomme temaene kommer senere. Dette er i tråd med det Dalen (2011) referer til som traktprinsippet. Jeg anså det som hensiktsmessig at tema én og tre ikke kom rett etter hverandre, ved å skape avstand mellom disse temaene håpet jeg at det skulle bli vanskeligere for informantene å trekke direkte

slutninger mellom snowboardopplevelser og rusopplevelser. Jeg håper at denne avstanden gjorde at informantene ikke svarte det de trodde jeg ville høre.

3.4.2 Prøveintervju

Dalen (2011) anbefaler forskeren å gjennomføre et eller flere prøveintervjuer i kvalitative intervjustudier, for at forskeren skal bli trygg i intervjusituasjonen og for å teste kvaliteten på intervjuguiden. Mitt prøveintervju ble foretatt med en bekjent som oppfylte noen av studiens utvalgsriterier. Prøveintervjukandidaten hadde rikelig erfaring med snowboardopplevelser, men færre opplevelser med rus. Det ideelle ville ha vært å intervju noen som oppfylte alle kriteriene, men rusfeltet er belastet på den måten at det er vanskelig å få tak i mennesker som er åpne om sin avhengighet. Under prøveintervjuet valgte jeg å bruke båndopptaker for å kunne vurdere, i ettertid, hvor godt mine spørsmål fungerte og hvordan jeg selv fremsto i intervjusituasjonen. Fra prøveintervjukandidaten fikk jeg gode tilbakemeldinger på spørsmålene, guidens oppbygging og stemningen under intervjusituasjonen. Det kan tenkes at den gode stemningen som oppsto skyldtes at jeg kjente prøveintervjukandidaten fra før. Ved å høre på lydopptaket i ettertid, innså jeg hvor viktig det er å ta seg god tid i intervjusituasjonen og gi rom for betenkningstid. Ved å transkribere prøveintervjuet fikk jeg verdifull trening i å bruke dataprogrammet NVivo 10, samt at jeg fikk en nærhet til mine egne spørsmål. Intervjuet i transkribert format viste tydelig hvilke spørsmål som fikk prøveintervjukandidaten til å avlegge «tykke beskrivelser». I tillegg til å gjennomføre et prøveintervju har jeg fått tips fra erfarne forskere og profesjonelle som jobber i rusfeltet om hvordan samtale med mennesker som er i rusbehandling. Det kan tenkes at det også har vært et nyttig bidrag å besitte personlig erfaring fra arbeid i ruspsykiatrien.

3.4.3 Gjennomføring av intervjuene

Tid og sted

Som nevnt, i avsnittet utvalg, deltok jeg på en fem dagers snowboardsamling sammen med mine informanter. I ettertid ser jeg på dette oppholdet som meget verdifullt, med snowboardsamlingen som utgangspunkt fikk jeg en god relasjon med flere av mine informanter. Muligens kan dette ha gjort det lettere for mine informanter å åpne seg i intervjusituasjonen. De visste hvem jeg var, de visste at jeg var en «snowboarder», en av dem.

Det første intervjuet ble avholdt etter én dag i bakken, på et kontor i skianleggets lokaler. Intervjuet opplevdes som meget verdifullt, men etter intervjuet sa informanten at han var sliten og at han ville ha svart mer utfyllende om vi hadde delt opp intervjuet i to bolker. Denne informasjonen bidro til at jeg tok en avgjørelse om å gjennomføre resten av intervjuene uken etter. Fem av intervjuene ble derfor avholdt i Tyrili sine lokaler. Ved samtlige intervjuer var det kun informanten og jeg som var tilstede i rommet. Alle intervjuene ble tatt opp med diktafon. Jeg fulgte temaene i intervjuguiden på alle intervjuene, men rekkefølgen på spørsmålene varierte litt ut fra hvilke svar jeg fikk. Ordleggingen i spørsmålene varierte også en del, og ved transkribering ble det synlig for meg at jeg speilet informantene. Slik forsøkte jeg å opprettholde en flyt i samtalen. Jeg hadde også notert stikkord til eventuelle oppfølgings spørsmål. Disse ble nyttige for at informantene skulle svare mer utdypende eller for å hente informanten tilbake til det aktuelle temaet. Oppfølgings spørsmålene fikk ofte informantene til å utdype eller konkretisere innholdet. Jeg stilte mange oppfølgings spørsmål og underveis oppsummerte jeg også det informanten hadde sagt for å sjekke at jeg hadde forstått informanten riktig. Dette kan styrke validiteten, samt at det ofte fikk informanten til å utdype spørsmålene. Totalt sett sitter jeg igjen med seks verdifulle intervjuer. I tid varierte de fra 30 til 90 minutter, der gjennomsnittstiden var på en time.

Situasjon og stemning

Fem av intervjuene ble holdt i kort tid etter snowboardsamlingen. Det var gjensynsglede og en god relasjon til stede. Elevene på Tyrili er i en sårbar situasjon, ved at de er i rusbehandling. «De er narkomane». Mange av dem har blitt stigmatisert og det er mye skam knyttet til et rusproblem, men for meg er de også «snowboardere». Vi har noe til felles. Jeg tror dette var en avgjørende faktor som bidro til å skape tillitt i møtet med informantene. Ved siden av gjensynsglede var det også en, til tider, anspent stemning før intervjuene skulle igangsettes. Flere av informantene sa de var litt nervøse og de lurte på hva jeg skulle spørre dem om. Da en slik situasjon oppsto forsøkte jeg å roe informantene ved å fortelle om temaene i intervjuguiden, samt understreke prinsippene om frivillighet og konfidensialitet. Et av de planlagte intervjuene ble likevel avlyst fordi en av informantene syntes båndopptakeren minnet for mye om et avhør i fengsel. Dette viser tydelig at mine informanter er mennesker med en vanskelig fortid. Flere av dem har opplevd mye svik fra samfunnet, skole, familie og venner. De seks informantene fortalte sterke opplevelser som omhandlet omsorgssvikt, overgrep, overdoser og vold. Personlig ble jeg overrasket over hvor mye de valgte å dele med

meg. Dette kan tyde på at jeg har gjort noe riktig i intervjusituasjonen og skapt en god atmosfære (Dalen, 2011). Jeg fikk mange «tykke beskrivelser». På den andre siden var flere av informantene urolige. Dette preget også stemningen i intervjusituasjonen. Dette kan ha påvirket intervjuene på den måten at det ble litt stresspreget. Jeg forsøkte allikevel å gi informantene tid og oppfordret dem til å ta pauser hvis det var ønskelig. I ettertid kan det tenkes at dette, urolighet, var noe jeg la mer merke til enn mine informanter. Etter endt intervju, uttrykte flere av informantene at de var takknemlige for deltakelsen. En annen utfordring var, spesielt én intervjusituasjon, hvor informanten var sterkt preget av medisinerings. Det var vanskelig for meg å avgjøre om informanten tok seg tenkepauser eller var klar for neste spørsmål, fordi han virket sløv og hadde lang latenstid ved tale.

Mine følelser og tanker

Tre av mine seks intervjuer ble gjennomført på en dag. Etter dette var jeg overveldet. For meg opplevdes informantenes fortellinger som følelsesmessig belastende. Hvordan kan mennesker bli utsatt for så mye urettferdighet? Jeg synes det var forferdelig og fantastisk, på en og samme gang, at informantene åpnet seg opp på den måten de gjorde. De ga meg mye verdifull informasjon om veien inn i rusavhengighet. Informasjonen de ga meg vil jeg, og forhåpentligvis andre, få bruk for i rusforebyggende arbeid. Det var godt å vite at mine informanter var i en behandlingssituasjon, med et nettverk rundt seg, hvis jeg igangsatte vonde følelser og tanker i løpet av intervjuet.

Min rolle

Jeg definerte temaene, stilte spørsmålene, og styrte samtalen. Dette førte til at jeg satt med det meste av makten. På den annen siden var jeg åpen for å snakke om de temaene som informantene fant viktige, og forsøkte å la de snakke ferdig. Det var utfordrende å ivareta min profesjonelle rolle som intervjuer. Det var vanskelig å sitte nikkende og noterende når unge mennesker fortalte smertefulle historier. Alt jeg kunne gjøre var å komme med oppfølgingsspørsmål. Det var en intervjusituasjon, ingen terapi. Balansegangen mellom empati og profesjonalitet ble forsøkt ivaretatt ved å speile informantene med kommentarer som «Det høres veldig tøft ut, takk for at du deler dette med meg». I for- og etterkant av intervjuene beregnet jeg god tid for å kunne snakke med mine informanter om intervjuet. Dette anså jeg som viktig for å ivareta relasjonen.

3.4.4 Transkribering av intervjuene

Mange vitenskapsteoretikere har vært opptatt av forholdet mellom tekst og tale (Dalen, 2011). En intervjusituasjon er en samtale mellom to parter i et bestemt tidsrom. Mine seks samtaler ble tatt opp på diktafon for så å bli transkribert. Intervjusamtalene i tekstform er en fiksering av språklig handling og når de leses er de ikke nødvendigvis bundet opp til konteksten de ble skapt i. Teksten i transkribertform blir stående for seg selv og i motsetning til talen kan denne teksten rette seg til et bredere publikum (Dalen, 2011). Dalen (2011) anbefaler forskeren å skrive ned intervjuene umiddelbart etter de er gjennomført. Da jeg hadde fem intervjuer på en uke som involverte mye reising var ikke dette gjennomførbart. Det meste av transkriberingen ble gjennomført de to påfølgende ukene etter intervjuene. Transkribering er en tidkrevende prosess. Jeg tok meg flere gode pauser under transkriberingen, fordi mye av innholdet påvirket meg følelsesmessig. Ifølge Kvale og Brinkmann (2009) tolker man under transkriberingen. I NVivo 10 valgte jeg derfor å lage såkalte «noder» fortløpende under transkriberingen, når jeg kom over utsagn som igangsatte følelser hos meg. Etter at et intervju var ferdig transkribert delte jeg noen av «nodene» inn i kategorier. Ved å transkribere selv har jeg fått en nærhet til egen empiri (Dalen, 2011). I en prosess hvor du både skriver og hører blir du klar over meningen i et utsagn på en helt ny måte. I denne sammenheng blir den hermeneutiske spiral aktuell, ved at et ord ga en setning en ny mening og et intervju påvirket helheten, som igjen ga ny mening til dette ene ordet. Etter at alle intervjuene var ferdig transkribert skrev jeg ned de foreløpige temaene og fellestrekkene som jeg anså som aktuelle før selve analysen ble igangsatt.

3.5 Analyse

Sentralt for analytisk tilnærming i kvalitativ forskningsmetode er fortolkning av data (Dalen, 2011). Analysen startet allerede under intervjuet. Gall et al. (2007) anbefaler forskeren å skrive et oppsummeringsnotat rett etter hvert enkelt intervju. I notatet skrev jeg ned spesielle hendelser eller utsagn fra informantene som aktiviserer følelser eller tanker hos meg. En fenomenologisk analyse følger vanligvis de samme framgangsmåtene som i casestudieanalyse (Gall et al., 2007). Først ønsker forskeren å få en forståelse av helheten, deretter finne frem til meningsbærende temaer. Et tema i mitt prosjekt var for eksempel opplevelser med snowboard. Denne kategorien ble delt opp i tre underkategorier «positive opplevelser», «negative opplevelser» og «blandede opplevelser». Dette er en typisk induktiv kategori som

er hentet direkte ut fra empirien (Gall et al., 2007). En mer deduktiv kategori var «identitet», denne kategorien undersøkte personlighetstrekk hos informantene som kunne knyttes opp mot personlighetspsykologi. Disse kategoriene sammenliknes på tvers av case. Temaene ble deretter fortolket og beskrevet, og i kapittelet «diskusjon» blir det gjennomgått en teoretisk analytisk tolkning av mine funn (Dalen, 2011). I tråd med en abduktiv tilnærming blir essensen av et fenomen sett opp mot teori. I denne studien ble for eksempel essensen av snowboardopplevelser sett i lys av kroppsfenomenologi. Jeg har benyttet meg av dataprogrammet NVivo 10 til transkribering og analyse. Dataprogrammet ga en god og oversiktlig framstilling og var til store nytte ved inndeling av kategorier. Når det var utsagn fra informantene som var overlappende eller ikke passet inn i en kategori, ble utsagnet kodet til flere temaer (Gall et al., 2007). Noen ganger laget jeg helt nye kategorier for å få med en «tykk beskrivelse» som jeg anså som interessant. Til slutt, i en fenomenologisk analyse, skal funnene bli kontrollert av informantene, for å sjekke om forskeren har forstått deres beskrivelse av et fenomen riktig. Dette jeg har jeg valgt å løse ved å stille informantene oppsummerings spørsmål underveis i intervju situasjonen. Da jeg gjorde dette under intervjuene ble jeg bekreftet eller korrigert.

3.6 Framstilling

For at mine funn skal kunne tre frem for leseren vil de i tråd med en fenomenologisk tankegang bli framstilt «alene» før jeg drøfter de opp mot teori. Ved at funnene blir framstilt alene uten teori kan leseren lettere gjøre opp sin egen mening. Funnene mine vil bli framstilt i ulike analytiske kategorier, slik at de «tykke beskrivelsene» trer frem. Dette kan ses opp mot det Dalen (2011) beskriver som tilstandsbilder. Etter at de ulike funnene er presentert vil jeg drøfte disse i lys av aktuell teori i kapittelet «diskusjon». Det er først i diskusjonskapittelet funn fra min undersøkelse vil bli hevet til et teoretisk plan og det er her det vil bli presentert ulike forståelsesmodeller (Dalen, 2011). Informantene har fått fiktive guttenavn og enkelte personopplysninger, som bosted og navn på venner, er fjernet eller byttet ut. Det er fem menn og en kvinne som er informanter i min undersøkelse, av etiske hensyn vil alle bli framstilt som menn der sitater og funn blir presentert. Noen av sitatene er redigerte for å få en bedre flyt i teksten, det vil si at bindeord som «likksom, atte, på en måte» er fjernet. I de sitatene hvor informantene har snakket på siden av temaet har jeg redigert deler av teksten. Noen sitater er også delt opp for å passe innunder ulike temaer. Sitatene som framstilles har blitt valgt ut

fordi de enten sier noe som fanger opp det essensielle, står som eksempel for flere eller belyser noe som forekommer sjelden (Dalen, 2011).

3.7 Vurdering

3.7.1 Etske betraktninger

Rusproblematikk er et følsomt tema. Det å bruke illegale rusmidler er straffbart i Norge. Dette fordrer at jeg som forsker beskytter mine informanter og opprettholder kravene om konfidensialitet. Flere av mine informanter har en problematisk oppvekst med seg i bagasjen og temaene jeg ønsker å belyse omhandler blant annet familie, skole og tenårene. Dette gjorde at jeg som intervjuer var nødt til å trå varsomt og møte de med en anerkjennende og interessert holdning. Som forsker i samfunnsvitenskap skal man følge de etiske retningslinjene til den nasjonale forskningsetiske komité for samfunnsvitenskap og humaniora (NESH). Undersøkelsen følger retningslinjene for fritt og informert samtykke, og informantene fikk beskjed om at de til enhver tid kunne trekke seg fra prosjektet (Dalen, 2011). Informantene fikk et informasjonsskriv om prosjektet og ovennevnte forhold (Se vedlegg 2). NESH stiller også krav til konfidensialitet. Det skal ikke være mulig å spore utsagn tilbake til informanten, i denne forbindelse har det blitt nødvendig med omskrivninger. Med tanke på navn og annen data som kan tilbakeføres til informantene. Fordi jeg har brukt diktafon var det nødvendig å søke Norsk Samfunnsvitenskapelig datatjeneste (NSD) om tillatelse for innhenting av personopplysninger (Dalen, 2011). Lydfilene har blitt oppbevart på min personlige PC, som er passordbeskyttet. Etter å ha gjennomført intervjuene ble jeg oppmerksom på hva slags situasjon informantene mine var i med tanke på deres forhold til behandlere og medelever på Tyrili. Jeg presenterte mitt prosjekt for hele snowboardgruppa. Behandlere og medelever ble dermed fort klar over hvem som skulle intervjues og ikke. For å kunne ivareta mine informanter best mulig vil derfor informantenes utsagn i selve oppgaven være kjønns- og dialektsnøytrale. Informantenes beskrivelser vil bli omskrevet slik at det ikke skal være noen gjenkjennbare konkrete opplysninger som kan avsløre mine deltakere.

3.7.2 Validitet og reliabilitet

Validitet kan oversettes til gyldighet (Kalleberg, 1998). Undersøker man det man hevder at man skal undersøke eller har man gått utenfor de begrepene og retningslinjene som er

operasjonalisert? I likhet med reliabilitet og generalisering er validitetsbegrepet hentet fra kvantitativ forskning. I en kvalitativ undersøkelse får disse begrepene et litt annet innhold som i større grad enn å belyse absolutte sannheter, belyser aspekter som har med undersøkelsens kvalitet å gjøre (Gall et al., 2007). Validitetskravene som presenteres i denne oppgaven skal sikre at konklusjonen min er basert på en undersøkelse med kvalitet. Validiteten avgjør hvorvidt resultatene er gyldige for utvalget og de fenomenene som undersøkes (Kvale & Brinkmann, 2009). Validiteten må vurderes ut fra formålet med undersøkelsen, som i denne oppgaven omhandler en beskrivelse av rusopplevelser og snowboardopplevelser. Maxwell (1992) anvender fem kategorier i sin drøfting av validitet. Kvaliteten i min undersøkelse vil i hovedsak bli drøftet opp mot fire av Maxwell (1992) sine begreper. Maxwell sitt femte begrep, evalueringsvaliditet, er ikke med i denne oppgaven grunnet lav relevans. Videre vil jeg kort drøfte forskerrollens betydning med tanke på validitet, for deretter å drøfte undersøkelsens reliabilitet.

Teoretisk validitet

Teoretisk validitet omhandler i hvilken grad forskeren klarer å heve informantenes utsagn til et teoretisk nivå. Klarer forskeren å trekke linjer fra del til helhet, fra det konkrete til det abstrakte (Maxwell, 1992)? Som forsker skal man se etter forklaringer bak et fenomen, det holder ikke med rene beskrivelser av fenomenet. Gjennom en abduktiv tilnærming vil jeg forsøke å finne sammenhengen mellom snowboardopplevelser og rusopplevelser. I lys av teori vil jeg forsøke å forklare hvorfor disse fellestrekkene eksisterer og om fellestrekkene kan forebygge rusavhengighet. For å sikre den teoretiske validiteten har jeg gitt leseren innsikt i hvilke analytiske redskaper jeg har anvendt i min undersøkelse.

Deskriptiv validitet

Deskriptiv validitet omhandler kvaliteten på håndverket som utføres, i hvilken grad datamaterialet er korrekt framstilt (Maxwell, 1992). I min undersøkelse utgjør informantenes fortellinger hovedtyngden av det som skal legge grunnlaget for analyse og tolkning. Kvaliteten på deres fortellinger er avgjørende for å sikre den deskriptive validiteten. Har jeg stilt gode nok spørsmål, som har gitt informantene mulighet til å komme med utfyllende beskrivelser? For å sikre dette har jeg fått innspill fra flere på min intervjuguide og testet intervjuguiden i et prøveintervju. Mine intervjuer var semistrukturerte og det ga meg

muligheten til å stille oppfølgingsspørsmål for å få «tykke nok» beskrivelser. Intervjuene er tatt opp på diktafon for å fange det informantene beskriver på en nøyaktig måte. Til tider kan bakgrunnsstøy ha svekket den deskriptive validiteten, da jeg ved transkribering av noen intervjuer hadde vanskeligheter med å høre det informantene sa. Ved å bruke dataprogrammet NVivo 10 til transkribering, koding og analyse har den deskriptive validiteten blitt hevet (Dalen, 2011). Dataprogrammet gir meg som forsker mulighet til å kvalitetssikre håndverket ved å sjekke egen koding. Der det var bakgrunnsstøy gjorde dataprogrammet det lettere å få tak i det informantene sa, fordi jeg kunne skru ned hastigheten på taletempoet og justere volumet. Ved ferdig transkribering er det to ord, av i alt seks timers intervjuer, som har gått tapt. Mitt håndverk i selve intervjusituasjonen kan ha blitt svekket, da jeg hadde tre intervjuer på en dag. I ettertid ser jeg at dette kan ha svekket min evne til å stille de riktige oppfølgingsspørsmålene da jeg var sliten og mindre konsentrert ved det tredje intervjuet enn ved det første.

Tolkningsvaliditet

Utgangspunktet for tolkning i kvalitative intervjuer er informantenes egne opplevelser slik de kommer fram i intervjusamtalen. Ut fra intervjuene forsøker forskeren å finne indre sammenhenger i datamaterialet. En forutsetning er dermed at det foreligger fyldige og valide beskrivelser fra informantene (Maxwell, 1992). Videre må utsagn fra informantene tolkes i lys av tidligere utsagn og utsagn fra andre informanter. Helhetsforståelsen legger da grunnlag for tolkning av enkelte beskrivelser (Dalen, 2011). For å sikre tolkningsvaliditeten har jeg redegjort for hvilken vitenskapsteoretisk bakgrunn min undersøkelse har. Jeg ønsker å tolke informantenes utsagn i et samspill mellom del og helhet, også kalt den hermeneutiske spiral. Videre har jeg forsøkt å få tak i informantenes mening med et utsagn, og sikre tolkningsvaliditeten, ved å stille oppfølgingsspørsmål som «Forstår jeg deg rett når.. ?» eller «Så det du mener er ..?». Min veileder har lest et par av intervjuene. Dette kan også sikre tolkningsvaliditeten ved at han hadde mulighet til å korrigere meg hvis forforståelse har preget min tolkning. Dette var ikke nødvendig. Det kan tenkes at undersøkelsenes tolkningsvaliditet har blitt svekket fordi noen av informantene framsto som rastløse. Det kan hende at disse informantene hadde svart mer utfyllende om jeg hadde delt intervjuøkten i flere bolker. Til tider var det også noen av informantene som hadde problemer med å forstå spørsmålet. Jeg forsøkte da å forklare det så nøytralt som mulig, denne forklaringen kan likevel ha vært noe ledende. Videre var det også noen informanter som var usikre på om de

svarte godt nok, da de hadde problemer med å huske tilbake til sin ungdomstid. Fra et hermeneutisk ståsted er ikke tid en trussel, da man ønsker å få tak i informantens tolkning av sin historie.

Generaliseringsvaliditet

I kvalitative studier er det vanligvis små, hensiktsmessige, utvalg som blir plukket ut for å belyse et fenomen. Hvorvidt kan funn fra slike små utvalg overføres til å gjelde flere? I kvantitativ forskning blir dette omtalt som ytre validitet, og sier noe om hvilken grad utvalgets gjennomsnitt gjelder for populasjonens gjennomsnitt (Maxwell, 1992). I kvalitativ forskning er det ikke nødvendigvis gjennomsnittssvaret som er av interesse, det er heller individets opplevelser og erfaringer med et fenomen. De er interessante fordi de er spesielle, ikke fordi de er gjennomsnittlige (Maxwell, 1992). I kvalitativ forskning blir det en subjektiv vurdering, fra den som mottar forskningsresultatene, som avgjør i hvilken grad resultatene er gjeldende i ulike situasjoner (Dalen, 2011). For at resultatene skal anvendes hensiktsmessig må derfor forskeren være omhyggelig med å frambringe relevant og tilstrekkelig informasjon. Dette kan gjøres gjennom «tykke beskrivelser» (Dalen, 2011). Ved å framstille korrekte og tykke beskrivelser vil dette styrke generaliseringsvaliditeten og kan forhåpentligvis bidra med ny kunnskap om forebygging av rusavhengighet.

Forskerrollens betydning med tanke på validitet

I validitetsdrøftingen av forskerrollen er det viktig at forskeren eksplisitt gjør rede for sin egen tilknytning til temaet som studeres (Dalen, 2011). Dette har jeg gjort ved å fortelle om min bakgrunn fra og erfaring med snowboard. Førsteutkastet til intervjuguiden kan bidra som en illustrasjon på dette, da jeg hadde et sterkt fokus på positive snowboardopplevelser. Guiden ble korrigeret etter innspill fra veileder, og inneholder spørsmål som ønsker å belyse positive og negative sider ved fenomenet.

Reliabilitet

For mange oppfattes reliabilitetsbegrepet som lite egnet innenfor kvalitativ forskning (Dalen, 2011). Reliabilitet kan oversettes til pålitelighet (Kalleberg, 1998). Hvor pålitelige er mine funn, er de nøyaktige eller preget av mange tilfeldige målingsfeil? I kvantitativ forskning forutsetter reliabiliteten at undersøkelsens innsamling og analyse kan utføres like nøyaktig

uavhengig av forskeren. I en kvalitativ undersøkelse er forskerrollen en annen. Man går inn i et samspill med informanten og denne relasjonen preger innsamlingen av data. Hvis min undersøkelses reliabilitet skal etterprøves bør jeg vise til alle trinnene og valgene jeg har gjort, slik at de samme «forskerbrillene» kan anvendes i et tenkt liknende prosjekt (Dalen, 2011).

Dette kapitlet har hatt til hensikt å vise til alle mine metodiske valg. Jeg har presentert en abduktiv tilnærming med en fenomenologisk bakgrunn. Undersøkelsen er kvalitativ og data har blitt innsamlet gjennom seks semistrukturerte intervjuer. I tråd med fenomenologien har jeg vist til min egen forforståelse og jeg har forsøkt å sette min forforståelse i parentes under intervjuene. Data har blitt analysert i et samspill mellom del og helhet. Jeg har også drøftet etiske dilemmaer og diskutert studiens validitet og reliabilitet. Dette for å gjøre min undersøkelse mest mulig transparent for leseren (Kvale & Brinkmann, 2009). I det neste kapitlet vil mine analytiske kategorier bli presentert.

4 Presentasjon av funn

I dette kapittelet vil jeg presentere funn fra mitt datamateriale. Det er i alt syv analytiske kategorier som inneholder et variert antall underkategorier. Kategoriene som blir framstilt er sortert ut fra fellestrekk på tvers av case og ulike sitater som har utmerket seg. Noen av kategoriene kan fjerne nyansen ved et fenomen. Der dette er aktuelt viser jeg til kompleksiteten ved et fenomen før jeg framstiller de positive og negative sidene. Først vil jeg vise til fellestrekk mellom informantene.

4.1 Hvordan presenterer informantene seg?

Av de seks jeg har intervjuet er det flere trekk ved informantene som utmerker seg. Jeg fikk et samlet førsteinntrykk av denne gruppen, jeg opplevde dem som imøtekommende og snakkesalige. De fortalte også at de opplevde seg selv som sosiale. Funnene fra denne analytiske kategorien viser også at de alle er urolige og grensetestende. Et annet funn er at fire av informantene har opplevd traumer i barndommen. De følgende underkategoriene er hentet ut fra datamaterialet, den første underkategorien har jeg valgt å kalle «uro».

4.1.1 Uro

Funnene viser at informantene føler på en urolighet. Denne uroen blir beskrevet med ord som rastløs, hyper, distré og aktiv. Da informantene skulle beskrive seg selv som ungdomsskoleelever brukte de betegnelser som «klassens klovn», «han som satt og vippe på stolen» eller «han som var med i alle gymtimene». Informantene forteller at de lever i nuet og har problemer med konsentrasjonen. Fire av seks informanter har fått diagnosen ADHD og i intervjusituasjonen tok det ikke lang tid før diagnosen ble omtalt. Da Alexander skulle beskrive seg selv som ungdomsskoleelev var ADHD noe av det første som ble nevnt:

Ungdomsskoleelev, da var jeg en annen person, jeg vet ikke jeg, jeg var ung og dum. Det var jeg. Var ikke voksen akkurat. Jeg hadde veldig mye ADHD. Fulgte ikke med på timene, gjorde andre ting i stedet. Jeg var ikke med i dagen, for å si det sånn. Jeg var en helt annen plass i hodet. Så der var jeg.

Erik har også blitt diagnostisert med ADHD, han forteller om en uro i form av rastløshet. For å beskrive seg selv som tenåring forteller Erik følgende:

Rastløs, umoden og på etterskudd, der har vi den. Det var sånn jeg alltid følte det sånn.. "Ja, det var tentamen ja. Den kan vi glemme". Det var sånn, alt som hadde med skole og sånt og gjøre det bare "Thsj". Det var liksom, glem det.

Erik og Alexander hadde problemer med å følge med i timen. Henrik ble misbrukt da han var liten. Dette misbruket førte til at hodet til Henrik var fullt av hemmeligheter. En som har mye å tenke på kan kanskje framstå som litt distré. Dette blir skildret i følgende sitat: «..Også, på ungdomsskolen.. Distré! Jeg var ekstremt distré, jeg husker jeg kunne gå på skolen uten bukse, bare i stillongs for jeg glemte å ta på meg buksa.. Jeg var skinnsykt distré. Og hemmelighetsfull». Denne analytiske underkategorien har presentert informantenes opplevelse av uro. Den neste underkategorien viser til et annet fellestrekk mellom informantene, de er alle glade i å prøve nye ting.

4.1.2 Utprøving og nysgjerrighet

Det at informantene liker spenning er noe som kommer fram når de beskriver seg selv som tenåringer, forteller om snowboard og forteller om rus. Derfor har jeg valgt å kalle denne underkategorien «utprøving og nysgjerrighet» da dette er et fremtredende funn fra mitt datamateriale. Informantene forteller at spenning oppleves ved å teste grenser. Martin beskriver sin urolighet opp mot jakten på nye ting:

Å! Som ungdomsskoleelev? Da var jeg, hva skal jeg si a? Jeg var veldig urolig. Klarte vel ikke.. Samtidig som jeg hadde en tilhørighet så var jeg alltid på jakt etter nye ting. Og som regel ting som ikke var bra for meg i det hele tatt. Så jeg var litt sånn opprørsk på en måte. Mye kranling og urolighet. Veldig, hva skal jeg si a? Sta, på at jeg skulle gjøre de tingene jeg ville og ikke noe som andre fortalte meg at jeg skulle gjøre. Da gjorde jeg heller stikk motsatt bare for å bevise at jeg skulle gjøre som jeg ville.

I tråd med Martin sitt utsagn forteller Erik om en tiltrekningskraft til alt som var spennende og litt på kanten. Jeg spurte Erik «Hva tror du er grunnen til at akkurat du fikk et rusproblem? Hva skjedde?» . Han svarte:

Det var nok kanskje det at.. jeg hadde vel ingen sperrer sånn som vanlige folk og det blei vel sånn at jeg ville utforske det som var tilgjengelig, i de øyeblikkene hvor jeg faktisk ville tøyse grensa. Det var det alltid på en fest hvor det var noen som hadde noe sånt.. Jeg hadde nok sikkert valgt det selv de festene hvor jeg visste at det var litt sånne ting og tang.. Jeg lot det være tilfeldig på en måte. Så.. Nei, det var nok det at jeg ville utforske grenser på alle måter, både skateboard, snowboard, vanlig også.. og naturlig at jeg ville teste grenser innenfor rus også.. Det var veldig sånn, jeg hadde veldig sånn tiltrekningskraft til det som jeg synes var moro, selv om mye av det ikke var bra, alle jeg kjente røyka jo også var det mye festing og fleinsopp og ecstasy og alt

det der.. Så da bare.. Jeg følte at jo mer ekstremt det var, jo mer gøy var det.. selv om det var jo.. ikke sånn reint logisk bra.. Jeg tipper i slutten av tenåra, når det tok mest av, ingen sperrer i det hele tatt vet du.. Så.. Nei, jeg var nok en person som ble tiltrukket av feil type miljø, for det at.. Folk kalte oss gjerne klin sprø i huet og det var bra det at de kalte oss det..

Jakten på spenning og nye ting kan ha ulike begrunnelser, for Ole handlet det om å fylle et tomrom. Ole beskriver en typisk dag med rus på følgende måte:

..eller det kan være at jeg er så rastløs at jeg må ut å finne på no, men jeg har ikke noen tilbud i hverdagen min å finne på no, så det blir at jeg må gjøre dum kriminalitet da for å fylle et "fuckings" tomrom..

For flere av de andre informantene var utprøvingen drevet av nysgjerrighet, Alexander hevdet at dette var på grunn av ADHD diagnosen: «Jeg er veldig nysgjerrig, vet du. Det er jo ADHD'n det vet du». Martin forteller at nysgjerrighet er grunnen til at han startet å eksperimentere med rusmidler: «Nysgjerrighet. Ja. Det er egentlig det som har vært greia hele tida». Denne analytiske underkategorien har vist at informantene liker å teste grenser og oppleve spenning. Informantene begrunner dette med at de er nysgjerrige eller at de prøver å fylle et følt tomrom. Denne neste underkategorien viser til at flere av informantene har vært i en opprørske posisjon mot regler og autoriteter.

4.1.3 Opprørske og rebelske

Da informantene skulle beskrive seg selv som ungdomsskoleelever ble følgende ord brukt: Rampete, pøbel, rebell, bajas og bølle. Dette funnet viser til at samtlige av informantene viste en normbrytende atferd i sin ungdomstid. På deres jakt etter spenning og nye ting var det flere av informantene som fortalte om en ungdomstid som var på kant med loven. Den normbrytende atferden viste seg i form av stjeling, vold og rusmidler. Da Mats skulle beskrive seg selv som ungdomsskoleelev ble følgende skildret:

Ungdomsskoleelev ja, da var jeg en.. Kriminell, en "trouble maker" (latter). Sleiping. Mm.. En nybegynner innenfor rus.. Nei, det er egentlig ikke så mye positivt å si om meg fra ungdomsskolen.. Jeg gikk fra å være.. lærerens beste elev på barneskolen til lærerens verste mareritt på ungdomsskolen. Jeg bare switcha helt over fra sjuende til åttende.

Martin støtter oppunder det Mats beskriver ved å fortelle om en tøff fasade som ble skapt i hans søken etter en identitet i tenårene:

Når jeg skulle begynne i åttende så måtte jeg bytte skole og det å dra fra alle vennene mine og komme til noe som var helt nytt, hvor jeg ikke hadde noen tilhørighet, ingen visste hvem jeg var og alt det der. Det satte i gang en del følelser.. hvor jeg måtte bygge meg en helt ny identitet, eller vise hvem jeg var. Det var til tider ganske tøft. Det var alt, som var med spenning: tagging, rus.. begynte å vanke i feil miljøer. Ja. For det var vel litt av den der fasaden jeg satt opp da. At.. jeg egentlig ga faen i det meste, selv om jeg egentlig ikke gjorde det..

Funnene fra denne kategorien viser til at informantenes ungdomstid var preget av en normbrytende atferd. Informantene forteller at denne atferden ble drevet av en søken etter identitet og tilhørighet. Den neste underkategorien viser til at flere av informantene har opplevd traumer.

4.1.4 Oppveksttraumer

Et interessant funn fra mitt datamateriale er at fire, av seks, informanter beskriver traumatiske hendelser fra barndommen. To av informantene ble utsatt for vold i hjemmet, en for seksuelle overgrep og en fjerde for omsorgssvikt i form av lite oppfølging. I følgende sitat forteller Ole hva som utløste sterke følelser hos ham i tenårene:

Det å ikke være velkommen hjemme, det å miste kjæresten sin var jo sterke følelser.. Det å få juling var sterke følelser, det å bli trøkka ned psykisk var sterke følelser, om det var foran kamerater av meg eller aleine så var det jo sterke følelser.. (pause). Og av alle disse uromomentene som var hjemme, i huset mitt, i huset vårt, så har jeg fått en bror som sliter med huet sitt.

Ole ble utsatt for emosjonelt og fysisk misbruk i sin ungdomstid. Videre viser denne kategorien at flere av informantene vektlegger traumene som en av årsakene til deres rusavhengighet. Da jeg spurte Mats hvorfor akkurat han startet med rus svarte han med følgende sitat: «..så bodde jeg med en far som ikke passa så godt på.. Tenkte mere på seg selv og hva han drev med.. Så.. Muligheten for meg er litt større enn for de andre.. ». Mats sine erfaringer samsvarer med Alexander sine. Begge forteller at omsorgssvikt og traumer er en av grunnene til at de startet med rus. Alexander beskriver følgende:

Nei, tror det er oppveksten egentlig. Barndommen. Det tror jeg, mye vold i hjemmet og feil stefedre og sånne ting. Muttern prøvde jo sitt beste hu, men hun traff jo feil folk. Så det har vært mye vold og muttern og.. Sånne ting. Jeg har stått å kikka på. Tatt i mot vold litt selv og. Alt starta der.

Alexander forteller at det å bli fysisk og emosjonelt misbrukt ved å være vitne til og bli utsatt for vold i hjemmet, har vært en belastende livserfaring. Underkategorien «oppveksttraumer»

viser at informantene har hatt en risikobelastet barne- og ungdomstid. Samlet sett viser denne analytiske kategorien «Hvordan presenterer informantene seg?» at informantene har noen av de samme livserfaringene. De har alle beskrevet uro, nysgjerrighet og grensetesting. Videre beskriver informantene en ungdomstid preget av normbrytende atferd og fire av seks informanter forteller om traumer fra barndommen. Den neste analytiske kategorien viser til hvordan informantene opplevde skolen og organisert idrett.

4.2 Skole- og fritidserfaringer

Informantene kjører alle snowboard, og alle behandles de for rusavhengighet. Denne gruppen har en del til felles, de er urolige og nysgjerrige. Hvordan opplevde informantene skolen og organisert idrett? Denne analytiske kategorien viser at informantene har med seg mange like skole- og fritidserfaringer.

4.2.1 Erfaring med skolen

Funn fra datamaterialet viser at informantenes skoleerfaring var preget av urolighet. I skolen kom denne uroen til uttrykk gjennom normbrytende atferd som skulking, vold, hærverk og rus. Hva kan slik atferd være et tegn på? Henrik snakker kanskje alle sin sak når han sier at:

Jeg var nok ganske oppmerksomhetssjuk, jeg tror jeg var veldig klar for å bli fanga opp av systemet.. På skolen og.. For jeg skulka mye, men jeg dro ikke fra skolen, jeg var på skolen de gangene.. For at noen skulle finne meg, så jeg kunne bli fanga opp. Ja.. at jeg skulle få hjelp da, til det jeg sleit med.. Også visste jeg vel ikke åssen jeg skulle uttrykke det, eller jeg visste vel ikke åssen jeg skulle gå til folk å spørre om hjelp, så da.. var det lettere på en måte, gjøre noe annet da.. Drikke på skolen for å få oppmerksomheten..

Henrik forteller at normbrytende atferd var en måte å fortelle omgivelsene at det var noe som var galt. Flere av informantene forteller at slik normbrytende atferd ble feiltolket av skolen og at skolen ikke tok dem på alvor. Martin slet med konsentrasjonen og opplevde at skolen så på ham som et problem:

Jeg sleit mye med konsentrasjon og ADHD. Og jeg følte vel at jeg aldri ble tatt seriøst av skolen. Også kom jeg inn i timen og da sleit jeg med konsentrasjonen og da fant jeg på andre ting å holde på med. Jeg ble aldri tatt på alvor. Det var liksom, foreldrene mine sa i fra til skolen og ja, de sendte meg til PP- tjenesten og rundt omkring egentlig. Til slutt så ble jeg kasta ut av den ene skolen jeg gikk på. Også ble det spesialskole, men jeg ble jo kasta ut derfra og. Så tilbake til den andre skolen. Så det

var mye sånn.. Jeg følte at jeg ikke var helt ønska alltid. Fordi de så mer på meg som et problem.. Et uroelement kan man si.

Martin forteller at han ble sett på som et uromoment. En slik erfaring kan føre til mangel på skolefaglig mestring. Ole forteller om en liknende erfaring fra ungdomsskolen, i sitatet kan man se en mangel på tiltro til faglige evner:

Jeg som ungdomsskoleelev var den gutten som satt bakerst i klassen og vippe på stolen når vi hadde introduksjon første skoledagen. Og ga egentlig totalt faen. Sånn at jeg ble sittende å dingle med beina i lufta og fokuserte på alt annet. Sikkert veldig mye usikkerhet og nye folk, nye lærere, nytt sted. Første dagen på skolen min så var jeg i min første slåsskamp. Det er litt sånn, det har vært hver gang jeg har bytta skole så er det alltid noe tull. Om det er min skyld eller andres skyld det veit jeg ikke, men det har vært noen utfordringer det. Men jeg har jo masse ADHD og lese og skrivevansker og skole for meg det har ikke vært like kult. For å si det sånn, så sugde jeg skikkelig, skikkelig mye på ungdomsskolen og sikkert barneskolen og for den saksskyld og var vel opptatt av å leke. Så på ungdomsskolen så.. jeg skulka mye! Jeg skulka jævlig mye, jeg var den som skreiv navnet mitt på eksamen, eller tentamen, og gikk. Jeg var kanskje første man ut av klasserommet hele tida. Men, jeg besto jo ungdomsskolen, men om det var sympati for lærerne eller, ovenfor meg da, eller hvor enn det lå da. Jeg tror ikke prestasjonene mine på sånn faglignivå var så jævlig bra på den tida.

Ole var ikke den eneste informanten som manglet tiltro til egne skoleferdigheter. Mats forteller at han hadde lav tiltro til teoretiske evner og at han heller søkte aktiviteter enn undervisning:

Jeg skjønner egentlig ikke åssen jeg har fått karakterer på ungdomsskolen en gang jeg.. Det må egentlig ha vært, for jeg gikk på spesialskole. Hadde det ikke vært for det så hadde ikke jeg hatt noen mulighet til å gå på videregående, for jeg gjorde ikke noe annet enn å henge på kantina i åttende og niende klasse, å spille biljard (latter) og være med i gymtimene til alle andre. Ja, jeg var med i alle gymtimer (latter).

Informantenes fortellinger skildrer skolefaglige nederlag, de viste normbrytende atferd og da de først var fysisk tilstede i timen hadde de konsentrasjonsproblemer. Informantene forteller også om nederlag innenfor organisert idrett. Dette viser funn fra underkategorien «fritid».

4.2.2 Fritid

Informantene beskriver brudd med organisert idrett i tenårene. De søkte da frihet i egenorganiserte fritidsaktiviteter. Mats forteller om et behov for aktivitet på en arena som ikke stilte for mange krav:

Jeg holdt baskettiden ut lengst, for der hadde jeg noen av samme folka som jeg hang med, for jeg fikk de inn i basketlaget, men så ble det mere at vi likte å spille for oss

selv da og street, i stedet for og må møte opp på trening og må møte opp til kamp og vi.. Likte ikke å gjøre «må- ting» (latter). Så det ble slutt på det og, så begynte vi å spille i gatene bare.

Alexander deler Mats sin erfaring og forteller at han søkte idrett med spenning og individuelle krav:

Klatring og snowboard. Nei, det var ikke mye fotball. Jeg er litt sånn.. Jeg må ha den der spenninga jeg vet du! Sånn som klatring og sånn, det er litt mer spennende det. Det å løpe etter en fotball, det var ikke min ting, gjorde bare feil. Ja, ja. Det var ikke bra.

Alexander og Mats brøt med organisert idrett i tenårene. Da informantene forlot organisert idrett, var det flere som havnet i et rusmiljø. Ole brøt med idretten og fikk andre interesser:

Og at jeg kanskje ikke hadde no tilbud, jeg hadde jo fotball, håndball, men det var morsomt en viss periode av livet mitt også.. når du ikke har like stor fremgang i en idrett, hvor det bare spilles for å spille så dabber jo motivasjonen. Sånn at jeg trakk mye ut på kveldstid og fant andre interesser som var veldig feil for meg, som kriminalitet.

Funn fra denne analytiske kategorien viser at informantene hadde problemer med å følge normer og regler innenfor skolen og organisert idrett. Flere av informantene begrunner dette med at de var teoretisk svake og urolige. Nederlag innenfor skole og organiserte idrett bidro til at informantene søkte tilhørighet i et annet miljø, rusmiljøet. Dette viser funn fra den neste analytiske kategorien «deres opplevelser med rus».

4.3 Deres opplevelser med rus

Flere av informantene skildrer en kompleksitet rundt sine erfaringer med rusmidler. I forbindelse med rusopplevelser går som regel det positive og det negative over i hverandre. I framstillingen vil funnene likevel bli delt opp i to analytiske underkategorier: positive og negative erfaringer med rus. Dette for at det skal være lettere for leseren å følge tråden i oppgaven. Oppdelingen i to kategorier kan svekke nyansen i mine funn. For å ivareta noe av kompleksiteten av rusopplevelser vil jeg vise til hva Martin svarte da jeg spurte «Hva gir rus deg?»:

Det gir meg en kortvarig lykke. Det gir meg veldig mye frihet, for det å ruse seg er jo så sinnssykt egoistisk. Man blir så selvsentrert og det gir deg en sånn likegyldighet, at man har ingen forventninger rundt seg.. Så har det gitt meg, jeg har jo hatt masse bra rusopplevelser, eller så hadde jeg aldri drevet med det. Så det har gitt meg mye glede også. Men det er den derre friheten og de kickene som kommer igjen hele tida, det er

egentlig det, det er det som har fått meg til og, det er det som fikk meg inn i det og det er det som har holdt meg i det egentlig, hele tida. Så.. Det gir meg egentlig ikke så mye annet enn det, det gir meg bare dårlig samvittighet..

Sitatet viser til at rusopplevelser er behagelig, men at de går på bekostning av mye annet og gir individet dårlig samvittighet. Nå vil jeg presentere hvilke rusmidler informantene har benyttet seg av.

De fleste informantene oppgir at de startet med hasj eller alkohol tidlig i tenårene, noen allerede fra de var 11 år. Fra hasj gikk det videre til psykedeliske stoffer, kokain og amfetamin og til slutt, for noen, heroin. Flere av informantene oppgir amfetamin som sitt daglige rusmiddel. Dette er et interessant funn da Ritalin og amfetamin har noe av de samme virkemidlene og flere av informantene har ADHD diagnosen. Alexander forteller at han startet med amfetamin etter å ha misbrukt Ritalin:

Jeg gikk jo på ADHD medisin, det var jo amfetamin piller.. og da misbrakte jeg det og sånne ting, alt starta jo der. Og det og hasjen. Jeg følte at jeg fungerte med amfetamin. Jeg fikk kontroll på hverdagen, kontroll over seg selv.. Eh.. fikk til ting som andre folk fikk til, sånn normalt. Det gjorde jeg, det er på grunn av ADHD'n. Så alt ligger jo der og oppveksten, tror jeg.

I dette avsnittet har jeg vist noe av kompleksiteten ved rusopplevelser, samt hvilke rusmidler informantene har benyttet seg av. Den neste analytiske underkategorien vil vise informantenes positive ruserfaringer.

4.3.1 Positive opplevelser med rus

Funnene som blir framstilt nedenfor viser at informantene i hovedsak vektlegger tre positive aspekter ved rusopplevelser. Rus gir en opplevelse av 1) frihet og glede, 2) spenning og utprøving og 3) tilhørighet.

Frihet og glede

Begreper som har vært fremtredende da informantene har beskrevet positive rusopplevelser er: pause, frihet, ferie, meditasjon og virkelighetsflukt. I tillegg til denne «pausen» har informantene også skildret euforiske følelser som: forelskelse, glede, lykke og latter. Henrik beskriver sin første gode rusopplevelse som en morsom pause fra tanker og følelser:

Gode rusopplevelser? Tror det var når jeg røyka med gamle bestekameraten min, vi røyka hasj og vi fikk så latterkick, vi bare glemte alt og bare.. hadde skikkelig moro. Også kom det en kompis og banka på, for han skulle være med, så hadde vi allerede røyka, så skulle jeg gå å lukke opp døra og så gikk jeg inn på badet i stedet for ytterdøra for jeg har bare vært i det huset en gang, av det så begynte vi å bare gapskratte! Det var så moro! Så, vi bare lo i flere timer, fordi.. alt bare "hoo", forsvant. Det var deilig. Alle tanker og følelser forsvant og alt jeg hele tida gikk og grubla på, som jeg aldri hadde fortalt til noen og alt som var vondt og sånn.. Når jeg røyka så ble plutselig verden morsom igjen! Det tror jeg var første positive opplevelse med rus. Tror det kanskje var første gangen jeg rusa meg, jeg.

Erik forteller en liknende historie ved å beskrive hvordan heroin fremmer en form for falsk meditasjon og hvordan denne virkelighetsflukten fører individet inn i en ond sirkel:

..aller første gangen du bruker, spesielt, heroin det er nok det beste. For du får en slags likegyldighet, du slipper å tenke, det er bare sånn: Folk som gjerne mediterer, da er det fullt fokus, tankene bort, å sitte i yoga og alt mulig, men her går det bare i en sånn der "Thjoo"- meditasjonsfase, uten å gjøre noe stress for det, det bare "Thjoo". Du trenger ingen grunner til å ta det egentlig. Det er helt sprøtt å tenke på i ettertid, at det var sånn.. Det er nok den beste, bedre enn ecstasy og syre og alt sånn.. Det var veldig sånn ungdomsgreie, det var veldig intenst. Men.. Heroinen går mere i dybden.. Jeg tenker det er virkelighetsflukt som er stikkordet der. Vekk i fra virkeligheten.. og jo lenger du går i den verdenen jo større grunn har du, innbiller du deg, til å ha virkelighetsflukt, så da varer.. Det blir bare at det blir verre og verre og verre, det er derfor at jeg tenker folk har veldig problemer med å komme seg ut av en sånn.. rutine, når man har holdt på veldig lenge, for at det blir sånn at kroppen faktisk tenker at dette er mere normalt enn et liv uten rus.

Denne underkategorien har vist at rus fremmer en opplevelse av frihet og eufori. I tillegg kan rus gi individet en opplevelse av spenning. Dette viser funn i det neste avsnittet.

Spenning og utprøving

I sin rusavhengighet har flere av informantene vært ute etter spenning. Dette funnet beskrives ofte som et «kick» av informantene og oppleves når de tester grenser. Da Martin skulle beskrive en typisk dag med rus ble følgende skildret:

En typisk dag med rus? Ja det blir jo å våkne opp, hvis jeg har sovet i det hele tatt og.. starter dagen med å ta amfetamin. Injisere amfetamin. Også går egentlig resten av dagen ut på og enten sitte og selge stoff eller å gå rundt å spane på ting som jeg ser det enten er penger i eller spenning i. Rus for meg da, det handler veldig mye om kick. Samme som det egentlig nesten handler om i snowboard. Jeg tar amfetamin for det gir meg et kick og det kan være noe så helt fjernt som at jeg går ut og stjeler en bil for å få politijakt etter meg. For å se om jeg kommer meg unna, det synes jeg er spennende for da får jeg i gang adrenalinet også..

Funnene viser at ved å sette en sprøyte med amfetamin og søke spenning, i form av kriminalitet, opplevde flere av informantene et «kick». Dette vil bli belyst nærmere i avsnittet «opplevelser med fellestrekk». Fenomenet rusopplevelser har også gitt informantene en tilhørighet i et miljø, dette viser funn i det neste avsnittet.

Tilhørighet

For å forklare veien inn i rusavhengighet forteller informantene om en søken etter tilhørighet. Rusmiljøet beskrives som inkluderende og ivaretagende, til å begynne med. Informantene skildrer en subkultur med egen terminologi og normer. Henrik forteller hvordan rus som fellesnevner skapte et miljø:

Jeg tror det er det at jeg forelska meg i rusen og at miljøet er så ivaretagende. Du blir så godt tatt i mot "Ja, bare kom her og røyk". Alle har en fellesnevner og det er rus, det er også det som gjør deg til den drittsekken man blir, men det er også det som gjør at du verver folk og tror jeg. Det er et samfunn med et felles trekk, det er rus.

Alexander forteller noe liknende ved å forklare sin rusavhengighet med flere faktorer, han peker på en vanskelig barndom og en søken etter likesinnede:

Tror alt ligger i barndommen. For å komme seg vekk fra fortida og alt det der.. Da søkte jeg rus, eller det kom bare plutselig, helt naturlig. Du oppsøker det selv, som regel så har de andre også et problem med seg selv og fortida og sånn. Ja, det er der det ligger, du søker samme folket. Du søker A2 personer i stedet for A4, ikke sant. Jeg var den snille typen, så jeg ble fort utnyttet hele tida. Jeg passa ikke helt inn.. Det gjorde jeg aldri, det ville jeg ikke latt meg selv gjøre, heller.

Funnene i dette avsnittet viser at informantene har søkt til rusmiljøet fordi det framstår som inkluderende, men etter en tid opplevdes miljøet som kynisk. Den neste analytiske kategorien viser til de negative sidene ved rus.

4.3.2 Negative opplevelser med rus

Informantenes negative rusopplevelser er ofte forbundet med kroppslige smerter eller tap av kontroll. De forteller om overdoser, venner som har dødd, oppkast og kramper. Henrik beskriver sin første negative rusopplevelse på følgende måte:

Min første negative? Det tror jeg er når jeg tok så mye meta amfetamin.. at jeg begynte og spy blod og hadde ikke spist på fire dager og var helt ute, ikke sant og gikk på skolen og holdt foredrag for klassen og fikk minus, assa, dårlig karakter fordi jeg banna så mye, jeg kan ikke huske det og.. Alt bare smelta sammen og vi tok masse

meta amfetamin, gikk på skolen og så begynte vi å drikke og så holdt vi på et par dager og så røyka vi hasj. Jeg og kameraten min. Kompisen min gikk rett i psykose! Han skreik, han lå i fosterstilling på badet og skreik etter mora si.

Henrik beskriver tap av kontroll og kroppslige smerter, dette var det flere av informantene som beskrev. I den neste analytiske kategorien vil jeg vise informantenes erfaringer med snowboard.

4.4 Deres opplevelser med snowboard

Ifølge mine funn oppleves ikke snowboard som kjedelig og samtlige informanter beskriver en form for mestringsopplevelse på brett. Det er en fritidsaktivitet med utfordringer, uansett nivå. På den andre siden fører disse utfordringene til at det kan oppstå skader. Dette er en av de negative sidene ved snowboard. Snowboardopplevelsene informantene har beskrevet blir framstilt i to hovedkategorier, positive og negative erfaringer. I likhet med rusopplevelser viser også funnene fra informantenes snowboarderfaring en kompleksitet. Derfor vil jeg også vise til informantenes kroppslige erfaringer med snowboard, den kategorien viser at det positive og det negative ofte flyter over i hverandre.

4.4.1 Positive opplevelser med snowboard

Funnene viser at det i hovedsak er de samme positive trekkene som oppleves innenfor snowboard og rus. Informantene skildrer snowboardopplevelser som inneholder tre positive hovedelementer: 1) frihet og glede, 2) utprøving og spenning og 3) tilhørighet. Det neste avsnittet vil presentere eksplisitte funn som omhandler komponentene frihet og glede.

Frihet og glede

Friheten og gleden man opplever på snowboard blir beskrevet med følgende ord: latter, frihet, pause, glede og flyt. Dette blir illustrert i det neste sitatet der Erik forsøker å forklare hva han tenker når han har en god snowboardopplevelse:

Det er det at.. Hva skal jeg si? Det er en slags frihetsfølelse, som jeg tror aldri du kan få på ski.. Da må det være no løssnøski eller no sånt, men jeg føler at de som driver med alpint de tar det så seriøst, skikkelig sånn "dønn, dønn, dønn", men snowboard da kan du bare kjøre opp dit, å gå opp på den toppen og kikke ut og bare.. det er litt vanskelig å forklare, men når du ligger der og cruiser i løssnøen så, da skjønner du det der og da "å ja, okei, sant" også er det ned og så er det det vanlige sant, men du detter

liksom ut i hodet, dette her er.. du skjønner det først når du flyter nedover! Ja, jeg vil egentlig si at man tenker ikke så mye over det når man er nede og ikke i bakken.. Jeg blir mint på hvorfor jeg driver med det, veldig, i bakken da.

Erik forteller at snowboard gir frihet. I tillegg er snowboard lystbetont og lite seriøst. Alle informantene beskriver en følelse av glede når de er i bakken. Da jeg spurte Mats hva han tenkte da han hadde en positiv snowboardopplevelse beskrev han, i samsvar med Erik, en kombinasjon av glede og pause fra tanker:

Nei.. det er bare masse glede egentlig! Masse glede og latter og.. Når du har klart noe nytt så kommer en ekstra god følelse (latter). Så det går i mye følelser der. Jeg er ikke helt sikker på hva jeg tenker egentlig det er mere, det er litt forskjellig. Så jeg vet ikke helt om jeg klarer å svare på det spørsmålet jeg.. Tenker jo.. Når du kjører nedover, så tenker du jo selvfølgelig hvor du skal kjøre og hva du skal gjøre før du gjør det, men noen ganger skjer ting som du ikke har planlagt (latter) men sånn er livet også (latter). Det er det stedet for du slipper å tenke, egentlig. Det er vel en av de tingene som er veldig deilig.. Jeg er ikke så veldig glad i å tenke så mye på ting. (latter).

Begge disse sitatene viser at snowboard er en form for kroppslig kunnskap som det er vanskelig å ordlegge. Informantene beskriver en opplevelse de vier all sin oppmerksomhet til, slik at de slipper å tenke på andre ting. I det neste avsnittet presenteres funn som dokumenterer at informantenes positive snowboardopplevelser også er preget av spenning.

Utprøving og spenning

En dag i bakken er for informantene preget av adrenalin og testing av grenser. Alexander beskriver dette på følgende måte: «Typisk dag i bakken? Mye adrenalin! Må teste grenser, prøve ut alt og.. Hopp og, ja, se hvor jeg står hen da. Lære nye ting. Få ut energien min». Det å teste grenser oppleves som deilig for flere. Henrik beskriver det slik:

Nei, det er vel det at jeg kontrollerer, du kjører jævlig fort noen ganger, også står jeg jo egentlig bare på en planke av tre, og "jaja.. da setter vi utfor her da". Det er jo adrenalin, hvert fall når jeg skal hoppe og sånn og er så redd for å tryne, men jeg hopper allikevel, for jeg veit at jeg må komme i gang med det igjen og det er.. spenning, også en beherskelse og det er en deilig kombinasjon.

Begge sitatene inneholder ordet «adrenalin». Ut fra funnene kan det virke som det frigjøres adrenalin når informantene oppsøker fart og hopp på snowboard. Den følelsen de får når de opplever spenning karakteriserer som god. Videre viser funn at snowboardmiljøet oppleves som positivt og fremstår som inkluderende.

Tilhørighet

Funnene viser at snowboard som oftest foregår i en sosial setting. I ungdomsårene var det flere av informantene som fant tilhørighet i dette miljøet. Det er noe særegent over snowboardmiljøet, informantene skildrer en subkultur som har sin egen terminologi og klesstil. Erik forteller om en dag i bakken da han kjørte alene og hvordan snowboardmiljøet da framsto som inkluderende:

..Hemsedal en gang, da var jeg helt aleine og var oppi en gondol også bare "Ja, Ja" også dreiv de og snakka om de og de løypene og det og det fjellet også jeg bare "Kan jeg bli med?" og hadde aldri snakka med de før og "Jo, jo bare følg på du" De kule stedene, vet du! Så det er det derre, du må være en slags type person for å drive med snowboard, egentlig. Det er det som er grunnideen.

Sitatet viser at snowboardmiljøet inkluderer likesinnede og at snowboardere er én type mennesker. Etter at informantene tok instruktørkurs har de også fått erfaring med å viderefremde læring i en sosialsetting. Martin forteller det slik:

.. når jeg hadde den gruppa, det å lære bort det jeg har lært og se hvor fort andre tar det og samtidig se den gleden i øynene deres av å mestre noe som jeg har vist dem. Det var ubeskrivelig. Det var så godt fordi jeg så hvor glad de ble, det bare lyste opp av dem og da ble jo jeg bare drit happy sjæl og. For det er så godt å se at andre kan dra nytte av noe jeg har lært og kan bidra med. Gleden av å se andre ha det gøy. Det var viktig for meg det. Jeg fikk jo en mestringsfølelse jeg og, av at min kunnskap kunne gjøre andre glad, det var en mestringsfølelse. Sånn dobbelt opp, for de og for meg.

Martin sitt sitat viser hvilken glede som kommer til uttrykk mellom snowboardkjørere. Den neste analytiske underkategorien viser hvilke negative erfaringer informantene har opplevd på snowboard.

4.4.2 Negative opplevelser med snowboard

Da jeg spurte informantene om å beskrive sin første negative snowboardopplevelse, var det få som hadde noe å fortelle. De fortellingene som da kom var knyttet til skader. Jeg spurte Mats hva han tenkte da han hadde en negative snowboardopplevelse, han svarte: «.jeg tenker egentlig bare bli frisk så fort som mulig, hvis du er skada, så du kan komme tilbake igjen. Så.. Jeg har ikke så mye negativt å si om snowboard egentlig. Du må nesten bort til slalåmfolka! (latter)». Mats forteller at skader er det eneste negative ved snowboard, i sitatet kan man også se spor av en subkultur. Der Mats skiller mellom oss, snowboardere, og dem, alpinister. Henrik var den informanten som skildret en negativ snowboardopplevelse mest utfyllende:

Sånn skikkelig negativ? Det tror jeg var når jeg hang fast i heisen, så hang jeg jo fast etter heisen i beinet og det var så vondt! Det var veldig vondt også.. er jeg sånn at jeg legger meg ikke ned og begynner å grine, så jeg begynner å le "Nei, nei, det går bra". Det var jo så vondt veit du, så tok jeg heisen opp igjen, jeg må bare hive meg på hesten, og da hadde jeg nesten ikke kontroll på brettet.. for jeg hadde ødelagt muskulaturen, skrapa opp hele muskulaturen. Det er første ordentlige negative.. da blei jeg skikkelig irritert egentlig.

Det foregående sitatet viser hvilke smerter man kan oppleve på snowboard og hvilke følelser slike smerter igangsatte hos Henrik. Han ble lei seg, men kunne ikke gråte så han ble irritert. Det neste avsnittet vil vise at fysisk ubehag også kan igangsette positive følelser.

4.4.3 Erfaring med det fysiske

Som forsker finner jeg denne kategorien interessant, da den viser til at negative fysiske erfaring kan oppleves som noe positivt. Flere av informantene forteller at det er godt å slå seg og at det er deilig å bli sliten. Slike beskrivelser av et fenomen viser til at det negative, smerte, kan være noe positivt. En slik nyanse blir skildret av Henrik på følgende måte:

Første gode snowboardopplevelse? Det var når jeg greide heisen tror jeg. Det var jo, jeg gikk opp i bakken, kjørte ned også tok jeg t-kroken opp. Det gikk ganske kjapt, men det var deilig når jeg kom opp for jeg var så mørbanka i låra når jeg hadde tatt heisen opp. Da tenkte jeg "Skal jeg gidde dette flere ganger?" Også kom jeg ned også "Dette var så gøy" også tok vi den opp igjen. Det var gøy. Jeg følte meg først sliten, men så kjørte jeg jo ned igjen og da ble det bare enda morsommere for jeg lærte det så fort. Det var verdt det. Bare jeii, jubla!

Det er flere av informantene som ytrer at det kan være godt å slå seg på snowboard, at det er godt å kjenne at man har vært i aktivitet. Erik beskriver dette på følgende måte:

Det er veldig godt å komme hjem seinere og du kjenner at du er støl der og vondt der, det er på en bra måte og. I hvert fall når du vet det at du greide det nesten, det du prøvde på, ja så, det gjør ingenting.

Sitatene skildrer opplevelser med konkrete fysiske erfaringer, det å være støl i låra viser til at du har brukt kroppen og det å slå seg viser at du har forsøkt på noe nytt i bakken. Kroppen blir et konkret bevis på at man har utfordret seg selv.

4.5 Opplevelser med fellestrekk

Denne analytiske kategorien heter «opplevelser med fellestrekk» her vil jeg vise til funn som dokumenterer sammenhenger mellom snowboardopplevelser og rusopplevelser. Som vist i de

foregående avsnittene finnes det fellestrekk mellom snowboardopplevelser og rusopplevelser. Begge fenomener gir pause fra hverdagen, en form for frihet. Videre kan man oppsøke kick og spenning på begge arenaer. De negative fellestrekkene ser ut til å vise seg i form av skader og kroppslig ubehag. For å sikre at de fellestrekkene man kan lese mellom linjene, er gyldige, spurte jeg informantene eksplisitt på slutten av intervjuet hvilke fellestrekk og forskjeller det var mellom snowboardopplevelser og rusopplevelser. Nedenfor vil disse funnene bli presentert. Deretter vil det bli vist til utfordringer ved snowboardmiljøet. Videre vil det bli vist til et funn som skildrer hva som kan skje når man kombinerer rusmisbruk med snowboardkjøring.

4.5.1 Positive fellestrekk

Utprøving og spenning

Informantene beskriver fellestrekkene mellom de to fenomenene ved å bruke ordet «kick». Dette kicket oppleves når man tester grenser og føler adrenalinet pumpe i årene. Dette beskriver Henrik på følgende måte:

Så er det jo spenning, det er spennende å stå på brett synes jeg. Når du utfordrer deg på hopp eller kjører fort. Hvis jeg kjører, jeg presser grensa hele tida og det er et sånt "kick", synes jeg. Hvis jeg bremsar, når jeg synes det går alt for fort, også må jeg bremse sånn (knips), ikke sant! Blir nesten litt redd for å tryne, men du presser deg helt til den grensa, så får du adrenalin eller hvis du kjører i skogen, i løssnø, også må du svinge gjennom alle trærne og "Huhu"! Det er så spennende! Og det er det også med rus, det er spennende når du holder på. Hvis du gjør et brekk for eksempel, og det er jo i rus, så det blir spenning i begge deler. Så jeg veit jo det at mange rusmisbrukere tyr til ekstremsport, når de slutter å ruse seg, fordi de får utløp for all sånn rastløshet. Holde livet interessant! Det er hvert fall, det er felles. Det er spenning i begge deler.

Henrik forteller at man kan oppleve spenning på snowboard og i ruspåvirket tilstand. Han sier også at det er mange rusavhengige som fyller fritiden sin med ekstremsport når de er i behandling. Ifølge Henrik fungerer dette som en erstatningsstrategi, man bytter ut rus med ekstremsport. I det neste avsnittet vil det bli vist hvordan man kan oppleve frihet innenfor begge fenomener.

Frihet og glede

Denne underkategorien heter «frihet og glede», den er basert på utsagn som belyser dette eksplisitt. Sitatene nedenfor skildrer hvordan man kan oppsøke frihet og glede innenfor rus og

snowboard. Mats forteller at fenomenene rus og snowboard gir frihet fra tanker og en euforisk følelse:

(latter). Det blir vel det samme som snowboardopplevelsen.. Du kobler ut verden.. Tenker ikke noe på ting som har skjedd negativt.. bare.. bedøver følelser, eller negative følelser.. og får opp gode følelser i stedet for, så.. Nei assa, åssen skal jeg si det a? Nei, det er akkurat som å være nyforelska egentlig. Når du er nyforelska så er det bare kos hele tida, og det samme blir det jo med en god rusopplevelse.. En liten forelskelse. Ja, det er den koble av delen og å leve i det øyeblikket. Det er felles og den gleden du får, den forelskelsesfølelsen. Og glad, alt er positivt. Og det er noe du har lyst til å gjøre.

Mats forteller at både snowboard og rus er lystbetont og at begge fenomener fremmer gode følelser. Henrik beskriver noe liknende:

Det gjør jeg når jeg står på brett og. Jeg tenker jo ikke på kropp eller faren min eller eksamen jeg skal ta om tre dager for eksempel, det.. Jeg ville ikke ha tenkt på det når jeg er i bakken, det er veldig likt egentlig, du får den friheten, du får den ferien som du får i rusen og, bare at du får den på en helt annen måte. Det var sant den derre, du får en frihet av å stå på brett, du føler deg fri som fuglen når du bare kan kjøre ned et fjell, med dine egne bein på en planke, på et brett! Wohoo!

Ved å stå på snowboard får Henrik en pause fra hverdagens stressende realiteter, denne pausen får han også når han ruser seg. Denne analytiske kategorien har vist hvilke positive fellestrekk informantene har erfart ved å stå på snowboard og ved å ruse seg. De opplever frihet, glede og spenning ved begge fenomener. Den neste kategorien vil presentere funn som representerer de negative fellestrekkene.

4.5.2 Negative fellestrekk

Et negativt fellestrekk som er bekymringsfullt ved begge fenomener er at man hele tiden øker utfordringer og tøyser grenser. Som forsker anser jeg dette som et interessant funn da begge sitatene viser hvordan informantene vektlegger konsekvens og belønning. Erik forteller om jaget etter heftigere opplevelser innenfor snowboard og rus:

Jeg tenker på.. hvis man skal sammenlikne ruseffekt i snowboard, hvis du for eksempel opplever snowboard, får til en ting, gir et kick! Hvis det skal ha noe sammenheng med rusverden, så tenker jeg at man vil alltid ha mer og større. Det er alltid en slags sånn økende tenkning. At de minste hoppa blir veldig kjedelig etter hvert, at man hele tiden prøver på noe som er bedre. Og sånn blir det litt med rus og, at man liksom: "Nå ble det kjedelig og sant, så da prøver vi det". Så blir det et slags jag etter heftigere ting, uansett om det er snowboard eller rus. Så føler jeg at, vet ikke om det er samme del av hjernen som tenker sånn, men selve tankemåten er nok veldig lik,

i forhold til progresjon på snowboard og å øke forbruket av rus. Ja, det blir litt sånn "Åh! Nå skal jeg prøve det store hoppet" "Hmm, skal vi prøve å ta den, prøve å holde nåla, eller fleinsopp?" Bare for å prøve å sammenlikne. Så gir det nesten samme belønning.

Ifølge Erik er det et økende behov for utfordringer innenfor begge fenomener. Man vil kjenne adrenalinet pumpe og oppleve frihet. Dette kan man oppnå ved å sette utfor et hopp eller sette en sprøyte i armen. Man er klar over at dette kan medføre skader, men skadene er ikke garanterte. Man lever så i øyeblikket at man glemmer hva opplevelsen kan medføre.

Belønning veier høyere enn konsekvens innenfor rus og snowboard. Erik utdyper dette med følgende sitat:

.. før et rusinntak så tenker man svært lite på dagen derpå. Og det gjør man forså vidt med snowboard og. Sånn konsekvenstenking, dette hoppet er gigantisk, dette kan du bli skada på, men du prøver å ikke tenke så mye på det. Men på ruseffekt, da tenker du veldig lite på dagen derpå, du vet jo aldri åssen du blir dagen derpå etter ecstasy, eller fleinsopp. Men det tenker du ikke over fordi, det tar du når det kommer.

Videre beskriver flere informanter at man blir sliten av begge deler, men på ulike måter. Ut fra hvilke måte man er sliten på, kan det diskuteres om det å være sliten er et negativt trekk ved et fenomen. Henrik beskriver dette fellestrekket på følgende måte: «..og du blir positivt sliten, når jeg er sliten etter å ha stått på brett, det er så deilig å være sånn sliten. Og ikke sliten fordi jeg har vært våken så lenge og ikke spist og sånn». Dette sitatet kan sammenliknes med sitater under avsnittet «erfaringer med det fysiske». Sitatet viser at det er et likhetstrekk mellom snowboard- og rusopplevelser, man blir sliten av begge fenomener, men på snowboard blir man sliten på en god måte. Funnene viser også forskjeller mellom snowboard- og rusopplevelser, disse vil bli presentert nedenfor.

4.5.3 Forskjeller

Funnene viser at det i hovedsak er to hovedforskjeller mellom rus- og snowboardopplevelser. Snowboard oppleves som naturlig mens rus oppleves av informantene som unaturlig. Informantene forteller også at det er forskjell mellom snowboardmiljøet og rusmiljøet.

Naturlig versus unaturlig

I likhet med rus gir snowboard et «kick», men flere av informantene mener det er en vesentlig forskjell på disse kickene. Det ene kicket oppleves som naturlig og det andre oppleves unaturlig. Erik beskriver dette på følgende måte:

Det skilles veldig mye fra hverandre, fordi at snowboardopplevelser er jo naturlig, så jeg tror det er rusens verden som kopierer snowboardverden. Siden jeg har erfaring med rus, så er det ikke sånn at jeg tror at hjernen tenker sånn som den gjorde når det var rus på gang.. Jeg tror heller det at det er rusopplevelsen som etterlikner snowboard. Men det skulle bare mangle, for det er jo unaturlig å tilføre kroppen noen rusmidler.. Det er bedre å la kroppen styre og ordne selv.

Erik tror at rusopplevelser er en kopi av snowboardopplevelser. Ole var den eneste informantene som mente at det ikke var noen sammenheng mellom snowboard- og rusopplevelser, dette begrunner han med følgende: «Nei assa.. Rus er gift og snowboard er glede. Jeg greier ikke å finne noen fellestrekk med det». Det virker som informantene ser på rus som en kunstig snowboardopplevelse. Sitatene nedenfor viser forskjeller mellom snowboard- og rusmiljøet.

Miljøet

Funn viser at snowboardmiljøet oppleves som mer positivt enn rusmiljøet. Jeg anser dette som et interessant funn da informantene i tenårene søkte tilhørighet i rusmiljøet framfor snowboardmiljøet. Funnene viser at rusmiljøet kun oppleves som positivt i oppstarten av et rusmisbruk, men at det etter en periode utvikler det seg til noe negativt. Martin forklarer hva som er forskjellene mellom snowboard- og rusmiljøet på følgende måte:

Det er vel alt det som rusen fører med seg, den fører jo med seg en ganske destruktiv livsstil og man bryr seg egentlig ikke noe særlig, man har bare seg selv å passe på. Mens med snowboard så er det jo mer, det er jo sunt! (latter) man er jo ute i frisk luft og det er god trening. Man er en del av noe. Man er jo en del av noe i et rusmiljø også, men på en helt annen måte. I rusmiljøet så er det mye falskhet og kynisme, og det finner du ikke i et snowboardmiljø.

Martin forteller at etter en periode i rusmiljøet utvikles det som følge av rusavhengighet en kynisme som skaper et dårlig miljø. Mats forteller noe liknende: «Hva som er annerledes, det er vel at i snowboard så driver vi ikke og krangler med hverandre.. I rusmiljøet så er det mye krangling. (latter). Ja, det er det som er forskjellen». Informantene forteller at i snowboardmiljøet er man en del av noe som ikke skaper avhengighet og kynisme. Det neste avsnittet viser til hva som skjer hvis man kombinerer et rusmisbruk med snowboardkjøring.

4.5.4 Snowboard og rus samtidig

Alexander og Mats kjørte snowboard hyppig i tenårene og de beskriver begge et interessant fenomen. De forteller at snowboardopplevelser er en rus i seg selv. For Alexander har

snowboard fungert som en beskyttelsesfaktor i oppveksten. I ungdomstiden ruset Alexander seg mindre da han kjørte brett:

Ja, for meg var det det. Jeg holdt jo meg borte fra rus i hvert fall tre år, så og si, men det var litt opp og ned, men jeg kjørte aldri rusa. Det gjorde jeg faktisk ikke. Det var nok med adrenalin! Det var det. Det begynte å skli ut igjen. Det er sånn det er. Men jeg rusa meg på sia, for å si det sånn og, jeg gjorde det, røyka litt hasj og sånne ting. Tok litt piller og sånne ting og, men jeg var aldri rusa mens jeg kjørte. Som jeg husker i hvert fall. Må ha kontroll vet du, det må man.

Alexander forteller at han aldri har kjørt snowboard i ruspåvirket tilstand. Det samme gjelder Mats: «For jeg synes snowboard i seg selv er en rus som.. du får et lite kick som ikke du trenger nødvendigvis å ruse deg på, det holder». Mats og Alexander sier begge at snowboard er nok, men hva er det da som har ført til at de har utviklet rusavhengighet? Dette er ikke et spørsmål med et enkelt svar. Utvikling av rusavhengighet er kompleks, men ut fra mine funn kan det tyde på at det er lettere tilgang på rus enn snowboard.

4.5.5 utfordringer i snowboardmiljøet

Funnene viser at snowboard er dyrt, utilgjengelig og vanskelig å holde på med hvis du ikke har et miljø rundt deg. Flere av informantene forteller at de sluttet med snowboard grunnet lav inkludering i et miljø, samt at sporten er dyr og at ulike alpinanlegg ikke tilrettelegger for snowboardkjørere. Det skal også nevnes at fordommene rundt snowboardmiljøet har noe ved seg og at det er flere snowboardere som røyker hasj. En annen skyggeside ved snowboard er de fysiske skadene.

Utilgjengelig og dyrt

Ut fra funn i denne undersøkelsen kan det tyde på at det er lettere tilgang på illegale rusmidler enn ekstremспорт for risikoutsatte tenåringer. Mats hevder at det er lettere å få noen til å bli med å ruse seg, enn å få de med opp i bakken. Han sier at dette spesielt gjelder de som allerede bruker rusmidler:

Så er det vel lettere å få noen til å ruse seg. Eller de som allerede ruser seg fra før, blir med å ruse seg igjen, i stedet for å dra opp i bakken. Det er litt forskjellig. Det er lettere å få noen til å ruse seg. Det er noe annet hvis vi hadde levd her, for det er liksom bakker over alt. Mens der vi kommer fra der, må vi komme oss et stykke unna, før vi får stått. Tror det er tre timer, ja tre timer kjøring til bakken. Begynner å bli et lite stykke da. Lokalbakken er ikke så langt unna, men det er så dårlig. Det er en bakke som det som regel er is på.

Erik støtter oppunder det Mats forteller, han hevder at det er lettere å ruse seg enn å holde på med skateboard:

..det er så mye enklere å drikke øl, vet du, og røyke hasj. Det er mye mye enklere enn å kjøre skateboard, så.. Når du innser at det her blir for mye jobb å drive med på fulltid da blir det vanskelig å holde motivasjonen.. Og snowboard og sånt det følte jeg var lettere enn skateboard, i hvert fall i starten. Så det var mye enklere å holde på med.

Erik forteller at det er mer motiverende å kjøre snowboard enn skateboard. Det som er uheldig er at snowboard er en sesongidrett. På sommerhalvåret er snowboard mindre tilgjengelig.

Mats drøfter dette på følgende vis:

Også bor vi i Norge så vi kan kjøre snowboard året rundt, det er bare litt mer krevende på sommeren. Da er det skateboard kanskje, ja det pleier å hjelpe, men det er bare det å planlegge en tur oppi Folgefonna eller Stryn, det holder det mye bedre. Men vi prøver å få, helst en tur i måneden, i sommerhalvåret oppi Galdhøpiggen eller Stryn.. Men det blir som regel, en til to ganger i løpet av hele sommerhalvåret..

Sitatet skildrer et ønske om å kjøre brett hyppig, men siden det er en lang reisevei er snowboard lite tilgjengelig på sommeren. Erik kjørte snowboard aktivt i tenårene, men han sluttet. Jeg spurte hvorfor, da svarte han:

Ja, det var jo det at et nytt snowboard kosta en 6000 og jeg brukte jo fort to, tre brett i sesongen sant, det var dyrt å drive med også var det mye festing og vennene mine flytta og han ene begynte med musikk og, det var sånn "Ja, ja" det var ikke noe valg, følte jeg der og da. Men når jeg tenker etter så.. kunne jeg jo velge hva jeg ville egentlig.

Dette sitatet oppsummerer denne kategorien, «utilgjengelig og dyrt». Erik peker på mange ulike årsaksfaktorer til at han sluttet med snowboard. Det ble dyrt, det ble mer festing og han fikk manglende tilhørighet til snowboardmiljøet. Det neste avsnittet vil vise at det også finnes rusmidler i snowboardmiljøet.

“Hasjplanken”

Snowboard har fått kallenavnet «hasjplanken». Funn fra denne undersøkelsen viser at det er noe sant i dette kallenavnet. Informantene forteller at de har opplevd at snowboardere bruker rusmidler som hasj og alkohol. Mats mener at snowboardmiljøet er bra, til tross for at noen snowboardere røyker hasj:

Jeg synes det er veldig godt miljø.. Der kan du velge rusfri venner.. eller de fleste som kjører snowboard er ikke heroinister, for å si det sånn. Eller.. Det verste av rusen som

er innenfor snowboard og skateboard er egentlig alkohol og hasj. Så det er ikke så veldig sånn hardt miljø. Men der kan du, som sagt, der kan du velge da å være med de som er rusfri eller.. de som holder på med litt. Jeg synes det er veldig bra miljø, det skulle vært flere der.

Alexander støtter oppunder det Mats forteller. Han uttrykker at hasj røykes i snowboardmiljøet, men det er noe som er på siden. Snowboard er i fokus, hasj er sekundært: «Det er mange snowboardere som kjører og røyker hasj og drikker. Ja, sliter mens de kjører, men de er i hvert fall der og kjører. De gir ikke opp sporten. Det er noe man har på sia, liksom». For informantene anses ikke hasjrøyking som et problem ved snowboardmiljøet, da de kan velge rusfrie venner innad i miljøet. Noe som i større grad anses som en utfordring er de fysiske skadene man kan få av å kjøre snowboard.

Skader

Flere informanter forteller at skader er en utfordring i snowboardmiljøet, dette begrunnes med at de må holde seg borte fra aktiviteter i en periode hvis de blir skadet. I likhet med rusmiljøet kan det også forekomme dødsfall innenfor snowboardmiljøet. Mats beskriver dette på følgende måte:

Det kan også være trist noen ganger, kompiser som brekker noe eller kompiser som kan stryke med, det jo en sport som du kan stryke med og. Det er en sport med mye følelser selv om det ikke vises egentlig, det er det.

Ifølge Mats er snowboardrelaterte skader belastende for individet som blir skadet og for nærmeste omgangskrets. Det er en risikosport og dødsfall kan forekomme. Slike hendelser kan utløse sterke følelser. I denne sammenhengen vil jeg i neste analytiske kategori vise hvordan informantene regulerer egne følelser.

4.6 Følelserregulering

Som vist i de tidligere avsnittene har snowboard og rus en spesiell fellesnevner, de gir begge frihet fra tanker og følelser. Da jeg spurte informantene om hvordan de taklet følelser i tenårene var det få som hadde en god løsning på dette. Informantene fortalte at de enten bygget seg en fasade eller fortrenget følelser. Hvis det ikke gikk an å fortrenge følelser, så ruset de dem bort. Dette ser jeg på som et interessant funn da teorikapittelet viser til at fysisk aktivitet og rus kan brukes til å regulere følelser. Henrik forteller hvorfor han ruser seg:

..men jeg for min del har jo brukt rus for å glemme ting og for å ikke tenke eller føle.. og da må man gjøre det hele tida, ruse seg hele tida, for å døyve det. Da har jeg ingen følelser, det er derfor jeg ruser meg, for å bli kvitt det.

Henrik ruser seg fordi han vil slippe unna vonde følelser. Mats beskriver en likende strategi. Han fortalte at han taklet vonde følelser ved å utføre vold ovenfor de menneskene som var opphavet til hans ubehagelige følelser. Jeg spurte Mats hva han gjorde hvis det ikke fantes en person å straffe, da svarte han: «Nei.. da er det ikke så mye å gjøre med det, da er det vel å bedøve de følelsene da, med rus..». Mats regulerte følelser med vold eller rus. Henrik fortalte også at det var vanskelig å gjenkjenne følelser i tenårene, dette blir skildret i følgende sitat: «Hvis jeg hadde en følelse inni meg som jeg ikke visste åssen jeg skulle håndtere så bikka den enten over til å være glad eller sint. Så jeg var strengt tatt mye sint. (latter)». Da Henrik ikke klarte å plassere alle sine følelser, ble han sint. Det var den følelsen han anså som tryggest, den viste ingen svakheter. Flere av informantene hadde det utfordrende hjemme og følelsene som oppsto grunnet uro i hjemmet ble taklet på fritiden. Ole forteller om sin strategi for å regulere egne følelser:

Hva jeg gjorde for å takle mine følelser? Nei, veit du, jeg tror det var, når jeg hadde det tøft hjemme eller rundt meg så trakk jeg meg ut, ut av huset.. Og det at jeg kanskje ikke hadde noe tilbud.. Sånn at jeg trakk mye ut på kveldstid og fant andre interesser som var veldig feil for meg, som kriminalitet. Synes det var pirrenes.. Kick å sitte oppi en skråning og ikke vite om politiet kommer eller om noen har sett deg eller hørt deg. Også ble det bare en dårlig greie ut av det.

Denne analytiske kategorien viser hvordan informantene regulerer og gjenkjenner egne følelser. Funnene viser at informantene har hatt problemer med å takle egne følelser som tenåringer. Den neste analytiske kategorien vil vise funn som omhandler forebygging av rus.

4.7 Forebygging i skolen og betydning av fritid

Samtlige informanter forteller om skolens forebyggende rolle når det kommer til utvikling av rusavhengighet. Etter at disse funnene har blitt presentert, vil jeg vise funn som vektlegger betydningen av en meningsfull fritid.

4.7.1 Skolen

Funnene i denne analytiske kategorien har blitt delt opp i tre ulike underkategorier: 1) holdningskampanjer, 2) verdien av å bli sett og 3) praktisk læring.

Holdningskampanjer

På spørsmålet «Holdningskampanjer i skolen mot rus viser seg å ha liten effekt. Hvilke tanker har du om dette sitatet?» var informantene svært uenige om hva som kan virke forebyggende i skolen. Noen foreslo skremselspropaganda og andre informative kampanjer. Dette sier noen om kompleksiteten rundt forebygging av rus; selv de som er i rusbehandling har ingen fasit. Det kan på den andre siden virke som informantene er enige om en ting, uansett tiltak; forebygging må starte tidlig. Mats foreslår urinprøver allerede på ungdomsskolen:

Hva jeg tenker om det, er at det er sant (latter) og det er ikke så mye som beskytter mot rus på skole. Veldig mange som begynner å ruse seg på skolen. Enten at de blir lurt til det eller at de går inn for deg selv. Burde være noe mere innenfor skole. Det er ikke før oppi videregående at du må begynne på urinprøver hvis det er mistanke, på ungdomsskole så er det ikke det. Da har ikke de no sånt. Da spør de deg bare, og sier du nei så er det greit.

Ole mener at man bør undervise om rus allerede på barneskolen:

.. Man kan forelese om krigen på barneskolen og kristendom og islamister og jøder på barneskolen, men man kan ikke forebygge mot rus på barneskolen, det blir skeivt for meg.. Det var mer nærliggende å begynne med rus enn det å skulle i krig.

Erik og Henrik er uenige. Henrik synes man bør vise skoleelevene en sliten «narkoman», mens Erik mener at skremselspropaganda har lite for seg:

Ja, også.. ikke så mye fokus på hvor du kan ende hen, sånne overdrevne bilder av en som ligger og er steindød midt på en skitten utedass og alt mulig sånt, heller bare sånn bilde heller på en fest hvor noen har satt fram en vannpipe og sånn, det er der de kobler best tror jeg.

Funnene som omhandler holdningskampanjer er motstridene, i form av at de vektlegger ulike tilnærminger, men informantene er alle enige om at forebygging må starte tidlig. Videre viser funnene hvor viktig det er å bli sett og tatt på alvor som elev i skolen.

Verdien av å bli sett

Når spørsmålet lød «Har du noen tanker om hva som kunne ha bidratt til at livet ditt hadde tatt en annen retning, uten rus?» var det flere av informantene som sa at skolen kunne ha sett dem. Informantene fremmer et ønske om at problemer må bli tatt tak i tidligere, og her spiller skolen en viktig rolle. Henrik fremmer et ønske om tidligere og hyppigere bekymringsmeldinger:

Det er at jeg hadde fått hjelp, at jeg hadde blitt fanga opp. Det hadde hjulpet. Det går på både foreldre og skolen og barnevernstjenesten. Hvis folk bare får ut fingeren og tar litt ansvar for folk i samfunnet. Jeg mener at man kan fange opp ting ganske tidlig, allerede i barnehage, tror jeg du kunne ha sett det på meg. Sånn som ungdomsskolen jeg gikk på, jeg drakk på ungdomsskolen i 8klasse og ble tatt for det, men jeg slapp unna barnevernet og politiet fordi jeg var så "ærlig". Jeg løy så det rant av meg! Jeg var ikke litt ærlig en gang. Hvis de bare der kunne ha sendt inn en bekymringsmelding til barnevernstjenesten, sagt i fra til politiet så kanskje jeg hadde kommet inn på tvang to år før jeg gjorde.. Da hadde de spart meg for to år med rusmisbruk og helvete! Men i stedet for sendte de bekymringsmelding til barnevernstjenesten to måneder før jeg slutta på ungdomsskolen, i tiende klasse. Det er bare for å gi fra seg ansvaret.

Flere av informantene fremmer et ønske om å bli sett, at lærerne skal se eleven bak uroen.

Hvis ikke kan man som elev, ifølge Martin, oppleve å ikke bli tatt på alvor:

Det å bli sett! Er veldig viktig, bli sett for den man er, og at folk bryr seg. Hvis jeg tenker tilbake på ungdomsskolen så tenker jeg det at «Okei. Folk bryr seg ikke allikevel. Så hvorfor skal jeg gidde å bry meg?». Det er med lærere og alt som er egentlig rundt om i nabomiljøet der du bor. Bare det å bli sett er viktig. Tror jeg. Veldig viktig i den alderen for da skal man liksom prøve å finne seg selv og bli trygg på seg selv. Og det å bli sett betyr egentlig alt. Å se at folk bryr seg og få hjelp hvis du har et problem.. Det tror jeg er spesielt viktig i skolen, for det er ikke alt foreldrene kan få med seg og når man kommer hjem så skal alt være så fint og greit allikevel. Man lærer seg tidlig å jule for foreldra sine og pynte på sannheten for å si det sann.. Og de som faktisk kan se ting om hvordan oppførselen din er og alt sånt, det er jo faktisk lærerne og hvis man allerede har en ganske utagerende oppførsel så.. er det som regel et problem bak, som kanskje ikke foreldrene kan ta tak i, men skolen.

Det samme gjelder for Erik, han oppfordrer ansatte i skolen til å se hva som ligger bak uroen:

Hvis jeg hadde blitt utreda mye før og den biten hadde vært tatt tak i sånn at jeg hadde, lærerne og alt mulig på skolen hadde skjønt det at jeg hadde hatt et konsentrasjonsproblem, sånn at det hadde vært tatt tak i mye, mye før.. at jeg i alle fall kunne sitte stille på en stol.. jeg hadde jo aldri fokuset lenge på et sted, vet du, når jeg var liten..Så, mer samtaler med lærerne, "Hva trenger du av ting nå? Hva kan vi hjelpe deg med?" Mer oppfølging er det vel det heter..

Funnene viser hvor viktig det er å ta eleven på alvor og se eleven med problemet, framfor problemelever. I tillegg viser funn at elevene som opplever mye indre uro har behov for praktisk læring.

Praktisk læring

Flere av informantene kunne ha tenkt seg en mer praktisk skolehverdag. Konsentrasjonen strekker ikke alltid til, konkurransenivået er høyt og flere skildrer mangel på mestringsopplevelser i skolen. Ole beskriver følgende:

Jeg var absolutt ikke moden for å sitte på skolebenken. Sånn at hadde jeg blitt huka tak i mye før og fått et ordentlig tilbud og lært no praktisk no, ikke bare teoretisk. Sikkert mange som opplever det å sitte på skolebenken er en jævla svær utfordring i og med at en lærer helt nye ting og det blir det konkurransenivået og noen får med seg alt og gjør det plettfritt og andre, andre møter jo på utfordringer hver jævla dag man kommer inn i klasserommet. Kanskje det å lære noe fra grunne er en veldig allright ting? Ute i det praktiske, tror jeg kan være fint, flott.

Ole forteller at det å sitte stille i klasserommet er vanskelig for en urolig elev. Han og flere av de andre informantene ser verdien av en mer praktisk skolehverdag hvor man kan lære noe ved bruk av hele kroppen. Informantenes skoleerfaring viser til at deres ønske om mer praksis ikke har blitt imøtekommet. Noen av informantene fikk utløp for sin energi på fritiden.

4.7.2 Betydningen av fritid

Funn og sitater viser hvilke betydning fritidsinteresser har. Flere av sitatene viser hvor raskt det går fra en positiv til en destruktiv fritid. Da informantene var tenåringer sluttet flere av dem med organiserte fritidsaktiviteter og startet med rus av ulike årsaker. Noen manglet tilbud og tilrettelegging, andre synes det ble for dyrt. For Martin var det en skade:

Jeg hadde jo sport. Jeg drev mye med sport, fotball, basket, alt mulig. Så knakk jeg armen og det gjorde at jeg ikke kunne delta i noen aktiviteter og da begynte jeg vel egentlig mer og mer å komme inn i feil miljø. Og når armen var bra igjen var fokuset mitt et helt annet enn det den var før den brakk.

Martin brakk armen og etter armbruddet oppsøkte han i større grad rus og kriminalitet. Erik fortalte hva som skjedde da han sluttet å kjøre snowboard:

Jeg vet ikke åssen det var med snowboard, om jeg mista interessen, men jeg tror det var litt sånn at når man vokser opp, så ble det andre ting, så ble det damer og så ble det fester også.. Snowboard er jo dyrt og vet du.. Og det gikk egentlig rett i fra snowboard, til å skulke skolen og alt det der. Så hvis jeg kanskje hadde tatt noen andre valg den gang så tror jeg kanskje hadde fortsatt..

De to foregående sitatene viser hvilke forebyggende rolle positive fritidsinteresser har for risikoutsatt ungdom. Alexander opplevde snowboard som en redning fra rus. Han er den informanten som har holdt lengst på sin fritidsinteresse og som utviklet rusavhengighet på et senere alderstrinn enn de andre informantene:

Jeg hadde jo sesongkort, så jeg dro jo så og si nesten hver dag og kjørte. Vi brukte veldig mye av tida våres oppi bakken, i stede for.. rus da, for å si det sånn, holdt seg borte fra rusen. Så det var en redning i seg sjøl.

Fritid kan både være en beskyttelsesfaktor og en risikofaktor for ungdom, avhengig av hvilke aktivitet individet oppsøker, men dette feltet er komplekst. Ole fortalte om sine tanker rundt snowboard som forebygging mot rus, han viser en evne til å se kompleksiteten rundt dette feltet. Han peker på et samspill mellom arv og miljø:

Sånn i voksen alder så tror jeg de turene jeg hadde i slalåmbakken eller sånt var veldig allright fordi du får en sånn en god feeling. Man kan parkere hverdagen litt nede ved parkeringsplassen ved bilene også går man i bakken og har en fin dag. Jeg tror det at riktig veiledning og riktig gjeng og lærere som har kunnskap med livet kan videreføre sin kunnskap, og kanskje ta elevene sine videre som kanskje har det problematisk hjemme eller med rus eller med det stadiet dem er i livet, kan få, som jeg ser det nå, et fint grunnlag for å videreutvikle noe. Det er en kjempefin hobby som jeg er sikker på kan være med å få folk videre i livet. Gi dem noe, men når du gir dem noe så må du også lære dem. Det nytter ikke bare å gi dem et snowboard å si "opp i bakken". Man må bygge noen grunnmurer, tror jeg er jævla viktig. Om det kan erstatte følelsen med rus og livet og sånt, da snakker vi om miljøet og noen har en predisponert arv som kanskje, det er ikke alle det kanskje går med, men hvis man har et riktig miljø, ja.. et godt miljø rundt seg. For det med rus, det er ikke bare rusen det er snakk om, rus er 20 prosent og hvis vi sier da at brett er 20 prosent så er miljøet 80 prosent. Så hvis man får gode venner, gode lærere, folk å se opp til.. Så tror jeg jo det at det kan være en jævla fin ting. Sånn lære, kanskje instruktørkurs, lære å stå på brett, kanskje mye av redningen kunne vært og lært dem no nytt og dytte folk i riktig retning. Jeg skulle jo ønske det at jeg hadde hatt noe å drive med på fritida og lært no som er interessant.

Ifølge Ole kan snowboard virke forebyggende mot rus, men dette fordrer at aktiviteten foregår i et inkluderende miljø. I det neste kapittelet vil mine funn bli diskutert.

5 Diskusjon

Gjennom en kvalitativ studie har jeg fått innblikk i informantenes livsverden. I diskusjonsdelen vil jeg tillegge min mening til funnene. Jeg vil tolke det informantene har erfart i lys av presentert teori og empiri. Informantene beskriver alle en uro og samtlige informanter har opplevd nederlag innenfor klasserommets fire vegger. Undersøkelsen har i første omgang forsøkt å belyse opplevelsen med to ulike fenomener, snowboard og rus. I tillegg til dette viser funnene fellestrekk ikke bare mellom fenomener, men også fra informantenes livsverden. Derfor vil skole og fritid bli trukket fram i dette diskusjonskapittelet for å vise til deres forebyggende funksjoner mot risikoatferd.

5.1 En subkultur i en subkultur

Et interessant funn fra datamaterialet er at de seks informantene framstiller seg ganske likt, de har flere tilsvarende livserfaringer og egenskaper. Dette kan tyde på at jeg har intervjuet en subkultur i en subkultur. Både rusmiljøet og snowboardmiljøet kan kategoriseres som subkulturer (Frønes, 2011). I skjæringspunktet mellom disse to subkulturene har vi utvalget i denne undersøkelsen, mennesker i rusbehandling som kjører snowboard. Snowboard er deres aktivitet og amfetamin/kokain er deres rusmiddel. Samtlige informanter forteller at rus er en måte å takle egen uro på, de selvmedisinerer bort urolige tanker og følelser. Dette viser til et annet funn, at informantene har tilsvarende lik måte å takle egne følelser på. I stedet for å bli kjent med sine egne følelser ble disse følelsene ruset bort og det var som oftest med rusmiddelet amfetamin. Amfetamin og kokain er begge sentralstimulerende midler som gir individet en følelse av eufori (Wilson & Kolander, 2011). I tillegg til dette kan informantenes fritidsinteresser kategoriseres som ekstreme, de beskriver interesser som snowboard, klatring og strikkhopp. Dette kan tyde på at denne gruppen har sterke ekstroverte personlighetstrekk, da den ekstremt ekstroverte får dekket sine behov for nye opplevelser gjennom ekstreme fritidsinteresser (Torgersen, 1995). Flere av informantene har også vært på leting etter en identitet og denne leting har ført til at de har vært åpne for å prøve nye ting og nye miljøer. Det kan derfor tyde på at de scorer høyt innenfor personlighetstrekket åpenhet for nye erfaringer (Torgersen, 1995). Samlet kan det tyde på at jeg har funnet en subkultur i en subkultur som besitter følgende trekk: de er urolige, ekstroverte, viser åpenhet og har manglende strategier for følelsesregulering. Denne gruppen liker ekstreme fritidsinteresser,

som snowboard, og de bruker i hovedsak sentralstimulerende rusmidler. Et slikt funn viser til hvilke nyanser som finnes innenfor gruppen rusavhengige. Dette funnet kan legge føringer for en mer differensiert rusbehandling. Fra et forebyggende perspektiv kan det også legge føringer for hvordan man møter risikosøkende elever i skolen. Er eleven urolig, ekstrovert, viser åpenhet for nye erfaringer og har manglende strategier for følelsesregulering, kan dette igangsette én type forebyggende pedagogiske tiltak. Slike tiltak vil bli diskutert i avsnitt 5.3.3. Jeg vil nå diskutere fellestrekkene mellom snowboard- og rusopplevelser.

5.2 Opplevelser av fellestrekk

Gjennom denne undersøkelsen har jeg funnet data som kan tyde på at snowboard- og rusopplevelser besitter flere fellestrekk. Fellestrekkene vil nå bli drøftet i lys av begreper og teorier som: kroppsfenomenologi, hjernens belønningssystem, «flow», identitet og følelsesregulering.

5.2.1 Frihet med hele kroppen

Funnene viser at man kan bruke kroppen for å regulere sinnet. Sammenhengen mellom kropp og sinn er sirkulær, kropp og sinn påvirker hverandre gjensidig (Martinsen, 2004). I de fleste sitatene som omhandler rus kan man lese følgende: «Jeg opplevde uro. Jeg dopet ned kroppen for å bli kvitt følelser og tanker». Det kan tyde på at traumer og uro har satt seg i informantenes kropp. Dette kan ha påvirket informantenes sinn negativt. Ved å være i aktivitet fikk informantene en annen type kroppslig erfaring. To informanter fortalte at det var godt å slå seg på snowboard. Hvordan kan slike utsagn forstås i lys av kroppsfenomenologi? Det kan tenkes at de fikk erfare en annen type smerte, som det var lettere å sette ord på. Da denne smerten var lokal i stedet for subjektiv. Her kan man trekke en tråd til selvskaderen, som skjærer bort smerte. Fra subjektiv og uforklarlig smerte til objektiv og konkret smerte (Duesund & Skårderud, 2003). Gjennom smerte får man konkretisert sinnet.

Videre er det flere av informantene som uttrykker at det er vanskelig å finne ordene når de skal beskrive snowboardopplevelser. I tråd med kroppsfenomenologi kan man si at snowboard er noe som setter seg i kroppen, det er kroppslig kunnskap (Hansen & Hansen, 2002). Ifølge Merleau-Ponty (1994), referert i Hansen og Hansen (2002), er det kroppen som får grep om- og forstår bevegelser, ikke intellektet. For informantene virker denne kroppslige

kunnskapen å være verdifull, fordi den omtales som en naturlig pause fra hverdagens stress. Denne friheten, fra tanker og uro, framstår som hovedårsaken til at informantene har benyttet seg av rusmidler og hovedårsaken til at snowboard oppleves meningsfullt. Snowboard gir frihet, og frigjørende aktiviteter kan få den unge til å glemme hverdagens problemer (Säfvenbom, 2005). Ut fra funn i denne undersøkelsen kan jakten etter denne pausen føre til at man til stadighet higer etter sterkere opplevelser, dette gjelder både snowboard og rus. I denne sammenheng er det interessant å diskutere hvordan informantene vektlegger belønning og konsekvens.

5.2.2 Belønning og konsekvens

Et interessant funn fra datamaterialet er at informantene beskriver en form for «kick» man kan oppnå gjennom snowboard og rus. Dette kicket oppleves som så intenst av informantene at det er verdt mulige negative konsekvenser. De veier belønning høyere enn konsekvens innenfor begge fenomener, snowboard og rus. Hvorfor gjør de det og hva er egentlig et kick? Ut fra empiri og teori vil jeg diskutere to mulige forklaringer: 1) kick aktiverer belønningssystemet og informantene er sensitive for belønning. 2) Kick er det samme som intense flowopplevelser og i flow tenker man ikke over konsekvenser.

Belønningssystemet

Rusavhengighet er et komplekst fenomen, der ulike faktorer samspiller (Lossius, 2010). For å prøve å forstå informantenes behov for kick vil jeg se etter mulige forklaringer i form av nevrobiologisk forskning. Den euforiske lykkfølelsen som blir beskrevet i sitater som omhandler rus og snowboard er interessant. Det kan tyde på at snowboard som fysisk aktivitet øker endorfinnivået og kan sammenliknes med «runners high» (Martinsen, 2004). Denne euforiske følelsen skildres i mine funn og den fremstår som like intens på snowboard som i ruset tilstand. Det kan være denne følelsen informantene karakteriserer som et kick. Flere av informantene forteller at de ikke føler et behov for å ruse seg når de kjører brett. Snowboard er rus nok i seg selv. Ut fra dette kan det virke som kicket man får av snowboard- og rusopplevelser begge aktiverer belønningssystemet i hjernen. I tenårene er vi alle sensitive for belønning, spesielt i møte med de jevnaldrende (Skårderud et al., 2012). Funnene gir grunnlag for å antyde at informantene, i tillegg til å være tenåringer da de startet å eksperimentere med rus, har hatt individuelle risikofaktorer som ekstroverte personlighetstrekk og ADHD. Hvis

dette er tilfellet kan informantene ha vært sensitive for ytre- og indre stimuli (Karterud et al., 2010; Larsen & Buss, 2010). Dette kan ha ført informantene inn i en ond sirkel, der dårlig impulsregulering kan ha bidratt til eksperimentering med rus. Ekstroverte personlighetstrekk kan ha gjort informantene sensitive for belønning i form av rus og dette rusmisbruket har igjen forsterket informantenes impulsivitet (Larsen & Buss, 2010). Belønningssystemet har mest sannsynlig blitt ytterligere påvirket av stoffmisbruk og kan ha ført til rusavhengighet, da rusavhengighet kan forklares med et skadet belønningssystem (Rise, 2010; Colder et al., 2010). Et skadet belønningssystem kan forklare informantenes manglende konsekvenstenkning når det kommer til snowboard- og rusopplevelser. Nå vil jeg diskutere belønning og konsekvens sett i lys av aktiveringsteori.

Flow

Kicket informantene beskriver kan muligens forklares i lys av aktiveringsteori der man opplever «flow» (Csikszentmihalyi, 2008). «Flow» oppleves i balansepunktet mellom angst og kjedsomhet. Det kan virke som informantene får en sterk opplevelse ved å nærme seg angstsonen for å øke stimuleringsnivået. Informantene oppnår flow ved å stjele en bil, ved å kjøre fort på snowboard og ved å sette en sprøyte med amfetamin. Når informantene er i denne flytsonen tenker de ikke på morgendagen og de slipper unna vonde følelser. I flow er man i relasjon til verden, man glemmer tid og sted. Ifølge Csikszentmihalyi (2008) gir flytsonen mennesker en så intens opplevelse at konsekvensene av aktiviteten spiller en minimal rolle. Det kan være denne intense opplevelsen som karakteriseres som et kick av informantene. Hvis man forklarer kick med bakgrunn i flowbegrepet kan det tyde på at kicket opprettholdes ved å øke utfordringer. Snowboard er en aktivitet der man til stadighet kan øke utfordringer, man slipper å kjede seg fordi man kan finne et større hopp eller en brattere bakke. Slik kan flytsonen opprettholdes over tid og informantene kan fortsette å utvikle seg i balansepunktet mellom kjedsomhet og angst (Csikszentmihalyi, 2008). Hvis man forsøker å forstå kick ut fra aktiveringsteori kan det tyde på at det samme er gjeldende ved rusopplevelser: Skal flow opprettholdes må rusinntaket øke. Kanskje er det sånn at nye utfordringer vedlikeholder flow innenfor rus og snowboard? Utfordringer i form av et større hopp eller et nytt rusmiddel. Aktiveringsteori kan også bidra til å forklare hvorfor informantene omtaler rus som unaturlig og snowboard som naturlig. Ifølge Säfvenbom (2005) kan rusmidler gi en tilstedeværelse i øyeblikket, uten forankring i virkeligheten. Denne

virkelighetsfjerne tilstedeværelsen kan forklare informantenes bruk av ordet unaturlig. Nå vil jeg diskutere snowboard- og rusmiljøets innvirkning på identitetsdanning.

5.2.3 Identitetsdanning i en subkultur

Ifølge Kissow og Pallesen (2004) skapes identitet gjennom hverdagens aktiviteter og relasjoner, i en kombinasjon av hva vi gjør og hvem vi er. Informantene har vært «narkomane» og i dag er de «snowboardere». Hvordan har hverdagsaktiviteter og relasjoner formet informantenes identitet? Samtlige informanter har opplevd nederlag på skolen og de fleste har problematiske hjemmeforhold. Ifølge Hauge (2001) har de som gjør det godt på skolen, og trives der, lavere tilknytning til kriminelle miljøer enn de som ikke lykkes på skolen. I rusmiljøet fant informantene tilhørighet fordi de automatisk fikk noe til felles med de andre, nemlig rus. Rus som felles aktivitet skapte en relasjon. Felles aktivitet skaper også relasjoner i snowboardmiljøet. Man kan ta en heistur opp bakken med noen fremmede, de fremmede har man allikevel noe til felles med, man har alle snowboard på beina. Det kan dermed tyde på at alpinanlegget som fritidsarena bidrar til en opplevelse av tilhørighet (Säfvenbom, 2005). Snowboardmiljøet har et «underground»-preg og i likhet med rusmiljøet gjenspeiles dette i miljøenes terminologi, med ord som «shredde», «trip», «frossan» og «indy». Det virker som det er lettere for tenåringer i risiko å utvikle en identitet i slike subkulturer, sammenliknet med identitetsdanning i storsamfunnet. Ifølge Frønes (2011) skal individet besitte et mangfold av kompetanse for å kunne lykkes i kunnskapssamfunnet. Det kan tyde på at informantenes kompetanse ikke strakk til. Ifølge Hauge (2001) er det tilknytning til samfunnet som hindrer mennesker fra å være kriminelle. Ved å mislykkes i skolen, og dermed i kunnskapssamfunnet, kan informantenes tilhørighet ha blitt svekket. Dette kan ha ført dem over i kriminelle subkulturer. I rusmiljøet er det få krav som stilles til individet. Det samme er gjeldene i snowboardmiljøet med grunnverdier som: frihetsfølelse, lek og individualisme (Bie-Larsen & Linnes, 2011). For å kunne oppleve tilhørighet til disse miljøene kan det virke som det holder å vise fram en kollektiv markør; eksempelvis et snowboard eller en joint (Frønes, 2011). I en subkultur kan individet finne en ny verden, med en ny målestokk som de har mulighet til å leve opp til (Hauge, 2001). Det å sette et nytt triks på snowboard eller foreta lovbrudd i ruset tilstand er målretta aktiviteter som kan gi individet status. Slik kan informantene oppnå en status som storsamfunnet ellers nekter dem (Hauge, 2001). Å benytte seg av illegale rusmidler er kriminelt i Norge, informantene kan ha blitt avvikere i relasjon til kulturelle definisjoner (Hauge, 2001). Ved å bli avvikende i

storsamfunnet kan tilknytning til subkulturen ha blitt sterkere. Det kan tyde på at aktivitet, rus eller snowboard, skaper relasjon til en subkultur. Ifølge Kissow og Pallesen (2004) er det aktiviteter og relasjoner som former vår identitet. Kan tilhørighet i snowboardmiljøet, eller andre subkulturer, bidra til at sårbare tenåringer ikke oppsøker et rusmiljø? Hvis dette er tilfellet kan det legges føringer for rusforebyggende tiltak. Slike tiltak vil bli diskutert i avsnitt 5.3.3. Jeg vil nå diskutere i hvilke grad snowboard og rus regulerer følelser.

5.2.4 Rus og snowboard som følelsesregulering

Mine funn viser at informantenes evne til å regulere følelser i tenårene var mangelfull. Dette kan være uheldig da tenåringer føler negative og positive følelser sterkere enn andre aldersgrupper (Skårderud et al., 2012). Strategiene informantene brukte for å regulere følelser var vold, sinne, spenning eller rusmidler. Problemet til informantene ble at rus kun gir en pause fra følelsene, de forsvinner ikke. Sitatene beskriver rus som en virkelighetsflukt. Når man våkner opp fra denne virkelighetsflukten er følelsene der igjen, sterkere enn noen gang. Rus ble en destruktiv måte å regulere følelser på, som kan ha skapt et behov for sterkere rusmidler (Colder et al., 2010). Trening og rus er beslektede fenomener (Skårderud, 2008). Fordelen med pausen man kan oppleve på snowboard er at den ikke har de samme negative psykiske konsekvensene som rus. Samtidig så kan man spørre seg: Er snowboard kun en annen måte å flykte fra egne følelser på? Hvor hensiktsmessig er det å bytte ut et «kick» med et annet? Man kan ikke kjøre snowboard hele døgnet, derfor blir det nødvendig å takle sine følelser på en annen måte. En måte å takle de på kan være ved å bli kjent med- og sette ord på følelser (Webster-Stratton, 2005).

På den andre siden hevder Glasser (1976), referert i Martinsen (2004), at alle mennesker har behov for å være avhengig av noe. Målet er ikke å være uavhengig gjennom livet, men å finne en positiv avhengighet. Ifølge Martinsen (2004) kan man erstatte en form for følelsesregulering med en annen. Fra rus til fysisk aktivitet. På samme måte som barnet i sin lek kan oppleve kroppen som subjekt, kan tenåringer gjennom frigjørende aktiviteter få den samme opplevelsen. Gjennom kroppslig involvering kan vi bli kjent med kroppen og dermed også følelsene (Reindal, 2007). Blir vi kjent med følelsene våre kan det bli lettere å forholde seg til dem (Webster-Stratton, 2005). Dette kan legges føringer for spesialpedagogiske tiltak, som vil bli diskutert i avsnitt 5.3.3. I det neste avsnittet vil funn som omhandler skolens rolle diskuteres.

5.3 Skole og fritid

Med utgangspunkt i funn fra denne undersøkelsen kan det tyde på at holdningskampanjer har hatt liten innvirkning på informantenes bruk av illegale rusmidler. Informantene er også uenige i hvordan holdningskampanjer bør fremstilles for å virke forebyggende mot rus. Derfor vil ikke holdningskampanjer bli diskutert mer utdypende. Informantene vektlegger derimot tidlig innsats som et betydningsfullt bidrag til forebygging av rusavhengighet. Forebyggingen bør starte før destruktive mønstre har fått tid til å etablere seg (Newton et al., 2011). Et forebyggende tiltak kan være at pedagoger tar urolig atferd på alvor og spør seg selv hva som kan ligge bak.

5.3.1 ADHD og uro

Ogden (2009) hevder at diagnostisering av barn og unge kan virke identitetsskapende. Det kan virke som ADHD-diagnosen har vært identitetsskapende for flere av informantene fordi den blir omtalt hyppig og bidrar til å forklare årsaken til informantenes rusavhengighet og skolefaglige nederlag.

Alexander fortalte at han «hadde ADHD» og at han startet å misbruke Ritalin for å bli «normal». Mange vokser seg ut av ADHD-diagnosen, og i voksen alder sitter man igjen med en subjektiv indre uro (Karterud et al., 2010). Dette kan forklare hvorfor Alexander benytter ordet «hadde». Som et motargument bør det nevnes at etologien til ADHD diskuteres og at det enda ikke er påvist en enkeltstående årsaksforklaring til ADHD (Austin & Sciarra, 2010). Det har blitt dokumentert en sammenheng mellom oppveksttraumer og ADHD (Markestad, 2012). Denne sammenhengen kan videre tolkes på ulike måter. Fordi det er et komplekst samspill mellom miljø og arv (Austin & Sciarra, 2010). Uansett årsaksforhold kan man undre seg over om medisiner av uro er den mest hensiktsmessige framgangsmåten. Dette er et spørsmål jeg stiller meg etter å ha fått et innblikk i informantenes livsverden. Flere av informantene har diagnosen ADHD og flere oppgir å ha misbrukt amfetamin. Dette er bekymringsfullt da ADHD- medisiner, blant annet Ritalin, og amfetamin har det samme virkningsstoffet (Wilson & Kolander, 2011). Det kan tenkes at medisiner av uro i barndommen fører til selvmedisiner av uro i tenårene. Dette kan i så fall være svært uheldig når vi vet hvilke negative konsekvenser rusavhengighet har, både for individet og samfunnet.

På den andre siden er det flere informanter som omtaler ADHD- diagnosen i positive termer, flere informanter ønsket seg en tidligere utredning. Hadde de fått diagnosen og medisiner på et tidligere tidspunkt, ville det ifølge informantene ha vært lettere å lære teori og sitte stille i klasserommet. Det at medisinerer får informantene til å føle seg normale, sier noe om hvilke krav vi har til stillesitting og teoretisk innlæring i dagens samfunn. Uansett begrep, om man kaller det uro eller ADHD, skildres det fra informantenes ståsted en «mismatch» mellom skolens krav og individets behov. Befring og Duesund (2012) skriver at: «Skolen er i utpreget grad en sitte- og lytteplass, dårlig tilpasset barns store aktivitetsbehov.» (s. 462). Samtlige av informantene har opplevd at deres egen uro har vært et problem i skolen, og de blir i dag behandlet for rusavhengighet. Med andre ord kan problemer i skolen ha bidratt til at informantene har blitt marginaliserte i kunnskapssamfunnet (Frønes, 2010). Hvordan kan man som spesialpedagog forebygge marginalisering av urolige elever? Pedagogiske tilnærminger til uro vil bli diskutert under avsnitt 5.3.3. Først vil jeg diskutere betydningen av fritid for urolige og identitetssøkende unge.

5.3.2 Betydningen av fritid

Fritid blir særlig viktig for barn og unge som ikke opplever mestring i skolehverdagen (Säfvenbom, 2005). Dette underbygger mine funn da fritid oppleves som et fristed og en mestringsarena for informantene. Videre viser funn fra denne undersøkelsen at organisert idrett stilte for mange krav i forhold til informantenes behov for selvrealisering og selvstendighet. Informantene søkte mot uorganisert fritid i tenårene. Som tenåringer flest var dette en del av det å finne sitt unike jeg, de organiserte idrettene passet ikke lenger inn i informantenes livsverden (Säfvenbom, 2005). Informantene valgte den puslespillbrikken som passet best inn, ut fra hvilke fritidstilbud som fantes i nrområdet. For noen ble puslespillbrikken rus, for andre ble det ekstremспорт.

Hva gjorde at to av informantene valgte ekstremспорт framfor rus i starten av tenårene? Og hva var det som førte til at samtlige informanter til slutt havnet i et rusmiljø? Tenåringer søker tilhørighet blant jevnaldrende (Skårderud et al., 2012). Det kan tenkes at denne tilhørigheten har vært en sterk faktor for informantenes tilknytning til de ulike miljøene. I tenårene var rusmiljøet mer tilgjengelig enn snowboardmiljøet for informantene, snowboard er dyrt og det er en sesongidrett. Rus er der hele året, og det virker som amfetamin er mer tilgjengelig enn en dag i alpinanlegget for risikoutsatte ungdommer. For de to informantene som kjørte

snowboard frem til begynnelsen av tjueårene ble rusmisbruket holdt i sjakk i den samme perioden. Dette viser tydelig at fritid kan være en beskyttelsesfaktor og en risikofaktor for noen ungdommer. Ut fra funnene kan det virke som noen tenåringer bør få hjelp til å finne meningsfulle fritidsinteresser som legger til rette for flowopplevelser og tilhørighet i et sosialt miljø. I kunnskapssamfunnet er selvrealiseringen krevende, da kan fritid bli en spesielt viktig arena. Ved å finne vår egen fritidsinteresse kan vi skape det unike «jeget» (Säfvenbom, 2005). Dette kan legge føringer for spesialpedagogisk arbeid. I det neste avsnittet vil jeg diskutere ulike pedagogiske tiltak for de urolige elevene.

5.3.3 Spesialpedagogiske konsekvenser

Ut fra funn i denne undersøkelsen vil jeg diskutere tre spesialpedagogiske tiltak for risikoutsatte unge. Disse har jeg valgt å kalle: tilrettelegging av fritid, årvåkenhet for traumer og kroppen i spesialpedagogikken. Rusavhengighet er et komplekst fenomen (Lossius, 2010). Disse tiltakene har med andre ord ingen garanti for å gi individet en rusfri hverdag, men ut fra funn i denne undersøkelsen vil jeg belyse tiltak som kan være relevante i møte med de urolige elevene.

Tilrettelegging av fritid

Denne undersøkelsen sentrerer seg mot sekundær forebygging, mot elever som viser risikotrekk i skolen (Fekjær, 2008). Spørsmålet i denne sammenheng blir: Kan man ved å føre den unge over fra én risikoatferd til én annen, forebygge sekundært? Tenåringer vil søke risiko (Colder et al., 2010). Ut fra funn i denne undersøkelsen virker dette å være spesielt gjeldene for de urolige elevene. Grunnet nysgjerrighet, impulsivitet og behov for spenning har informantene søkt risikoatferd. En mulig konsekvens av dette blir at spesialpedagoger bør vise årvåkenhet overfor denne gruppen elever. De urolige elevene behøver kanskje i større grad enn andre elever å få utløp for sin energi. Kanskje de også i større grad trenger å oppleve spenning for å få hankses med indre uro? Spenning kan være et middel mot det rastløse (Skårderud, 2007).

I dialog med eleven kan spesialpedagoger oppfordre ungdom til å søke et miljø på fritiden som appellerer til den unges identitetsutvikling og livsverden. Ved å finne sin identitet i en subkultur, som snowboardmiljøet, kan tenåringer i risiko få testet sine grenser gjennom fysisk aktivitet istedenfor ved bruk av rusmidler. På den andre siden er det anerkjennelse fra

jevnaaldrende tenåringer søker (Skårderud et al., 2012). Det kan derfor diskuteres hvor hensiktsmessig det er at en voksen oppfordrer de unge til å søke en fritidsinteresse. I så fall bør man oppsøke de unge på deres arena. For eksempel kan man spre informasjon om lokalsamfunnets fritidstilbud på sosiale medier. På den andre siden kan det være at informasjon ikke er nok, da flere fritidstilbud har vært dyre og utilgjengelige for informantene i denne undersøkelsen. Säfvenbom (2005) hevder at den beste sosialpolitikken er et godt kulturtilbud, og Seipell (2005) dokumenterer at tenåringer forlater organisert idrett. Ut fra dette kan man spørre seg om et statlig tiltak mot risikoatferd er å donere flere midler til uorganisert idrett? Det å tilrettelegge for en meningsfull fritid kan være et mulig pedagogisk- og statlig tiltak for de urolige elevene. Et annet tiltak i skolen kan være å vise årvåkenhet overfor traumer.

Årvåkenhet for traumer

Hvert år utsettes ca. 10 % av barn i høyinntektsland for relasjonstraumer i form av omsorgssvikt eller psykologisk mishandling (Karterud et al., 2010). Funnene fra denne undersøkelsen viser til at den urolige atferden skolen opplever kan være knyttet til denne type traumer. Informantene i denne undersøkelsen etterspør en tidlig intervensjon der man tar risikotrekk på alvor. Dette forbeholder at man ser på risikotrekk som et tegn på at noe er galt og at det ikke blir oppfattet som motvilje fra eleven. Risikotrekk kan være normbrytende atferd, lave akademiske resultater og få fritidsinteresser (Pedersen, 2006). Ifølge Ogden (2009) har skolen en tradisjon med å vise en mer offensiv holdning med tanke på fagvansker enn atferdsvansker. Ut fra funn i denne undersøkelsen, kan det hende at denne holdningen bør endres for å kunne oppdage relasjonstraumer. Dette kan gjøres ved å forsøke å finne ut hva som ligger bak elevens urolige atferd. Et slikt tiltak fordrer at det er god kommunikasjon mellom pedagog og elev. God kommunikasjon kan kun forekomme hvis det er en relasjon til stede (Ogden, 2009). For at eleven skal kunne snakke om vanskelige følelser, krever dette at pedagogen går fram med et godt eksempel og setter ord på følelser og oppfordrer eleven til å snakke om følelser (Webster-Stratton, 2005). Hvis dette gjøres med utgangspunkt i en god relasjon kan man muligens oppdage relasjonstraumer, og deretter henvise den unge til de riktige instansene. Et annet spesialpedagogisk tiltak for de urolige elevene er å ta hensyn til kroppen som subjekt og objekt.

Kroppen i spesialpedagogikken

Nå vil jeg diskutere kroppens rolle i spesialpedagogikken. Funn fra denne undersøkelsen viser til at urolige elever har behov for kroppslig tilrettelegging i skolen. I spesialpedagogikk er kunnskap om kroppen like gjeldene overfor elever med emosjonelle problemer som overfor elever med funksjonshemninger (Duesund, 1995). Hvordan kan spesialpedagoger legge til rette for at urolige elever får erfare seg selv som subjekt og objekt? Ifølge Duesund (1995) kan pedagoger forsøke å inkludere kroppen i flere undervisningsfag i stedet for å henvise kroppen til gymtimen. La den urolige eleven få hoppe gangetabellen eller vise alfabetet med hele kroppen. Wiestad (2006) skriver at: «..i fremtiden vil vi kanskje huske hvordan vi tidligere tvang barn til å sitte mye stille, i stedet for å ta i bruk kroppens intelligens, dens hukommelse og sanse- og bevegelsesevner» (s. 146). Ved å tilrettelegge for kroppen som lærende subjekt i skolen kan elever få utløp for uro (Befring & Duesund, 2012). Befring og Duesund (2012) foreslår uteskole en dag i uken og gym hver dag. Gjennom kroppslige erfaringer kan elevene også bli bedre kjent med seg selv (Wiestad, 2006). Det kan tenkes at de unge kan få hjelp til å reflektere over kroppslige erfaringer og dermed bli bedre skikket til å takle kroppslige inntrykk. Forståelse av kroppen som subjekt innebærer å anerkjenne følelsenes betydning for innlæring og kognisjon (Reindal, 2007). Pedagoger kan hjelpe eleven med å sette ord på følelser før og etter en aktivitet. Spør eleven: «Hva skjedde med kroppen og hva skjedde med følelsene?». Det å sette ord på følelser kan fremme barnets følelsesregulering (Webster-Stratton, 2005). Dette kan være et forebyggende tiltak i skolen. Ved at den unge blir bedre kjent med seg selv, som subjekt og objekt, kan de unge tilegne seg kroppslige verktøy som regulerer følelser og gir pause fra vonde tanker. Det kan dermed tenkes at de slipper å flykte fra vonde tanker gjennom rus. Videre kan et spesialpedagogisk tiltak være å anerkjenne at fenomenet rus er komplekst. Rus dekker ulike behov fra person til person (Lossius, 2010). For de urolige og spenningssøkende elevene kan rus være et middel mot det rastløse, et spesialpedagogisk tiltak kan være å møte disse ungdommene gjennom aktivitet.

5.4 Avsluttende kommentar

Svaret på problemstilling i denne undersøkelsen er at snowboard og rus kan oppleves relativt likt. Begge fenomenene har gitt informantene en opplevelse av tilhørighet, spenning, glede og frihet. Neste delspørsmål i problemstillingen er om snowboard kan bidra til forebygging av

rusavhengighet. Veien ut i rusavhengighet er kompleks, som vist i mine funn er dette mennesker som har opplevd nederlag på skolen og i hjemmet. Fritid kan være av sekundær betydning, med tanke på utvikling av rusavhengighet, men den kan også være avgjørende. De urolige og spenningssøkende tenåringene vil søke risiko. Denne risikoatferden vil mest sannsynlig øke hvis tenåringene ikke opplever mestring på skolen, fritidsarenaen blir da desto viktigere som identitetsbygger. De trenger et sted hvor man mestrer og føler at man tilhører. Det blir opp til leserens av denne studien å avgjøre i hvilken grad resultatene fra undersøkelsen er gjeldende i flere situasjoner. Basert på teori og empiri har jeg foreslått at pedagoger kan gi ungdommer frihet fra uro og stress gjennom tilrettelagt undervisning. Dette fordrer at undervisningen tar hensyn til eleven som subjekt og objekt. Undersøkelsen fremmer også et ønske om årvåkenhet for traumer i skolen. Videre gir mine funn indikasjoner på at illegale rusmidler er mer tilgjengelig enn uorganisert idrett for risikoutsatte unge. Denne tilgjengelighet kan forhåpentligvis bli endret i framtiden. Spesialpedagogisk kompetanse blir å se rus som et komplekst fenomen; hvilke behov dekker rusmiddelet for den unge? Er behovet spenning, kan et tiltak være å tilrettelegge for spennende fritidsaktiviteter.

5.4.1 Et kritisk blikk og behovet for videre forskning.

Tilknytning og tidlig barndom er en viktig del av barns utvikling, også med tanke på utvikling av rusavhengighet. Jeg har valgt å fokusere på informantenes ungdomstid, fordi det ofte er da man blir rekruttert til rus- og snowboardmiljøer. Dette kan ha svekket min undersøkelse da jeg ikke har fått innhentet alle relevante data. Videre kan man diskutere hvor typiske mine informanter er, hvis de skal representere et utvalg av den rusavhengige populasjonen. Det kan virke som de menneskene som oppsøker amfetamin og snowboard har noen fellestrekk. I lys av dette kan det diskuteres hvorvidt denne undersøkelsen er overførbar. Jeg håper at undersøkelsen har vist til hvilke verdi fritidsaktiviteter kan ha for ungdom i risiko. Videre håper jeg undersøkelsen kan bidra med innsikt med tanke på hvilken innvirkning ekstrem sport kan ha for mennesker som misbruker sentralstimulerende stoffer. Fra et kritisk ståsted kan det diskuteres hvor hensiktsmessig det er å bytte ut et «kick» med et annet, fra amfetamin til ekstrem sport. Et «kick» er ingen behandling, men det kan gi en verdifull pause fra hverdagens stress. Denne pausen kan være lærerik, ved at man finner en fritidsinteresse og dermed sitt unike jeg. Det kan også tenkes at frigjørende aktiviteter gjør at individet blir bedre kjent med seg selv, som subjekt og objekt.

Min kvalitative undersøkelse har gått inn for å belyse hvilke opplevelser og erfaringer individer i rusbehandling har med to fenomener, rus og snowboard. Det ville ha vært interessant med en kvantitativ undersøkelse som måler i hvilke grad disse opplevelsene er gjeldende for flere. Feltet er forholdsvis upløyd og jeg undres over om funnene i min undersøkelse hadde blitt tilnærmet like hvis jeg hadde forsket på fenomener som har likhetstrekk med snowboard. For eksempel: elvepadling, klatring og liknende. En pilotstudie kunne også vært av interesse, for å undersøke om hypotesen stemmer; Kan man føre den unge over fra én risikoatferd til én annen, og dermed forebygge rusavhengighet? Dette spørsmålet vil forhåpentligvis få et svar i framtiden.

Litteraturliste

- Austin, V. L., & Sciarra, D. T. (2010). *Children and adolescents with emotional and behavioral disorders*. USA: Merrill.
- Befring, E. (2008). Forebygging i en psykososial kontekst. I E. Befring, & R. Tangen (Red.), *Spesialpedagogikk*. (s. 170-192). Oslo: Cappelen Damm.
- Befring, E., & Duesund, L. (2012). Relasjonsvansker. Psykososial problematferd. I E. Befring, & R. Tangen (Red.), *Spesialpedagogikk* (s. 448- 468). Oslo: Cappelen Damm.
- Bie- Larsen, B., & Linnes, S. (2011). *Snowboardforbundet presenterer instruktørkurs*. Oslo: Norges snowboardforbund.
- Bonino, S., Cattellion, E., & Ciairano, S. (2005). *Adolescents and risk. Behavior, Functions and Protective Factors*. Italia: Springer-Vergal.
- Cohen, R. S. (1995). Subjective reports on the effects of the MDMA ('ecstasy') experience in humans. *Progress in Neuro-Psychopharmacology and Biological Psychiatry*, 19(7), 1137-1145.
- Colder, C., Chassin, L., Lee, M., & Villalta, I.K. (2010). Developmental perspectives: affect and adolescent substance use. I J.D. Kassel (Red.), *Substance abuse and emotion*. (s.109-135). USA: American Psychological Association.
- Csikszentmihalyi, M. (2008). *Flow. The Psychology of Optimal Experience*. USA: Harper Perennial.
- Dalen, M. (2011). *Intervju som forskningsmetode: en kvalitativ tilnærming*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Duesund, L. (1995). Kroppen i spesialpedagogikken. *Appollon*, 4, 1-3. Hentet fra

- SPED4300 *Kropp og læring*. Kompendium (s. 1-6). Oslo: Unipub.
- Duesund, L., & Skårderud, F. (2003). Use the Body and Forget the Body. Treating Anorxia Nervosa with Adapted Physical Activity. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 8, 53-72. Hentet fra SPED4300 *Kropp og læring*. Kompendium. (s.221-242) Oslo: Unipub.
- Fay, B. (1996). *Contemporary Philosophy of Sosial Science*. USA: Blackwell Publishing.
- Fekjær, H.O. (2008). *Rus: Bruk, motiver, skader, behandling, forebygging, historikk*. Oslo: Gyldendal akademisk.
- Frønes, I. (2010). Kunnskapssamfunn, sosialisering og sårbarhet. I E. Befring, I. Frønes, & M.A. Sørli (Red.), *Sårbare unge. Nye perspektiver og tilnærminger*.(s. 31-43). Oslo: Gyldendal akademisk.
- Frønes, I.(2011). *Moderne barndom*. Latvia: Cappelen Damm AS.
- Gall, M.D., Gall, J.P., & Borg, W.R. (2007). *Educational Research an introduction*. USA: Longman.
- Gåsnes, G. E. (2011). *Ungdom som eksperimenterer med illegale rusmidler*. Akademisk avhandling. Universitetet i Oslo, Oslo.
- Hansen, L., & Hansen, A.J. (2002). Tilægnelse av praktisk færdigheter i et kroppsperspektiv. I K.K., Roessler, et al. (Red.) *Krop & læring. Sport & Psyke. Tidsskrift for Dansk Idrætspsykologisk Forum*, 77-93. Hentet fra SPED4300 *Kropp og læring*. Kompendium. (s.39-58). Oslo: Unipub.
- Hauge, R.(2001). *Kriminalitetens årsaker*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Heider, E., & Lunde, C. (2007). *Forskriving av søvnregulerende og beroligende midler til barn med ADHD*. Akademisk avhandling. Universitetet i Oslo, Oslo.

Helsedirektoratet (2004). *Tilrettelegging av fysisk aktivitet for mennesker med psykiske lidelser*. Oslo: Sosial- og helsedirektoratet.

Helse- og omsorgsdepartementet (2010). *Rapport om narkotika*. Oslo: Departementets servicesenter.

Hernes, G. (2010). Gull av gråstein. Tiltak for å redusere frafall i videregående opplæring.

Fafo- rapport 2010 (03). Hentet 20. mai 2012, fra www.fafo.no/pub/rapp/20147/20147.pdf

Kalleberg, R. (1998). Forskningsopplegget og samfunnsforskningens dobbeltdialog. I R.

Kalleberg, & H. Holter (Red.), *Kvalitative metoder i samfunnsforskning* (s. 26-72). Hentet fra SPED410 Vitenskapsteori og forskningsmetode. Blandingskompendium. (s. 83-132). Oslo: Unipub.

Karterud, S., Wilberg, T., & Urnes, Ø. (2010). *Personlighetspsykiatri*. Oslo: Gyldendal Norsk Forlag AS.

Kissow, A.M., & Pallesen, H. (2004) At have et handicap. I *Mennesket i bevegelse*, 175-192. Hentet fra SPED4300 *Kropp og læring*. Kompendium. (s.167-186). Oslo: Unipub.

Kleven, T. A., (2002). *Innføring i pedagogisk forskningsmetode. En hjelp til kritisk tolking og vurdering*. Oslo: Unipub.

Kunnskapssenteret (2012). *Effekten av primær forebyggende tiltak mot bruk av tobakk, alkohol og andre rusmidler hos barn og unge*. Oslo: Nasjonalt kunnskapssenter for helsetjenesten.

Kvale, S., & Brinkmann, S. (2009). *Det kvalitative forskningsintervju*. Oslo: Gyldendal.

Kvernbekk, T. (1997). Kausalitet i pedagogikken. I *Nordisk pedagogikk*, 4 (17), 226-238.

- Hentet fra SPED4010 Vitenskapsteori og forskningsmetode. Blandingskompendium. (s. 157-172). Oslo: Unipub.
- Kvernbekk, T. (2002). Vitenskapsteoretiske perspektiver. I T. Lund (Red.), *Innføring i forskningsmetodologi* (s. 19-78). Oslo: Unipub AS.
- Larsen, P. S. (2012). Løslatt talent. *Playboard*, 2012(56), 32-42.
- Larsen, R. J., & Buss, D.M. (2010). *Personality Psychology*. USA: McGraw-Hill.
- Lossius, K. (2010). Rusmidler. I F. Skårderud, S. Haugsgjerd, & E. Stänicke (Red.), *Psykiatriboken. Sinn- kropp- samfunn*. (s. 433-445). Oslo: Gyldendal akademisk.
- Markestad, M. R., (2012). *Belastende oppvekstfaktorer og ADHD. Forekomst og sammenhenger hos voksne pasienter i rusbehandling*. Akademisk avhandling. Universitetet i Oslo, Oslo.
- Martinsen, E. W. (2004). *Kropp og sinn: fysisk aktivitet og psykisk helse*. Bergen: Fagbokforlaget.
- Maxwell, J.A. (1992). Understanding and Validity in Qualitative Research. *Harvard Educational Review* 32 (3), 279-300. Hentet fra SPED4010 Vitenskapsteori og forskningsmetode. Blandingskompendium. (s. 181- 204). Oslo:Unipub.
- Newton, N. C., O'Leary-Barrett, M., & Conrod, P. J. (2011). Adolescent Substance Misuse: Neurobiology and Evidence-Based Interventions. In *Behavioral Neurobiology of Alcohol Addiction* (s. 685-708). Berlin Heidelberg: Springer.
- Norges idrettsforbund (2011). *Medlemskapsstall og aktive medlemmer per 31.12.2011*. Hentet 31.januar 2013, fra NIF http://www.idrett.no/nyheter/Documents/Medlemskapsstall_og_aktive_medlemmer_pr_31_12_11.pdf

Ogden, T. (2009). *Sosial kompetanse og problemferd i skolen*. Oslo: Gyldendal akademisk.

Pedersen, W. (2006). *Bittersøtt: Ungdom sosialisering og rusmidler*. Oslo:

Universitetsforlaget.

Postholm, M. B. (2010). *Kvalitativ metode. En innføring med fokus på fenomenologi,*

etnografi og kasesstudier. Oslo: Universitetsforlaget.

Reindal, S. (2007). Utdrag av Funksjonshemming, kroppen og subjektet. I

funksjonshemming, kroppen og subjektet. Noen grunnlagsproblemer innenfor spesialpedagogikk, 86-91. Hentet fra SPED4300 *Kropp og læring*. Kompendium. (s.31-38). Oslo: Unipub.

Rise, J. (2010). Hva er avhengighet? I E.J. Amundsen (Red.), *Hva er misbruk og*

avhengighet? (s. 34-43). Oslo: Statens institutt for rusmiddelforskning.

Seipell, Ø. (2005). Orker ikke, gidder ikke, passer ikke? Om frafallet i norsk idrett. Rapport

2005:3 Oslo: Institutt for samfunnsforskning.

Skårderud, F. (2007). *Uro*. Oslo: Aschehoug & co.

Skårderud, F. (2008). Caterina av Siena. *Tidsskrift for norsk psykologforening*, 45, 408-420.

Skårderud, F., Haugsgjerd, S., & Stänicke, E. (2010). *Psykiatriboken. Sinn- kropp- samfunn*.

Oslo: Gyldendal akademisk.

Skårderud, F., Sommerfeldt, B., & Fonagy, P. (2012). Den reflekterende kroppen.

Mellanrummet, 26, 6-21.

Snartland, V. (2010). Fritid og aktiviteter i rusbehandling. En evaluering av

fritidsvirksomheten i Tyrili. *Tyrliskriftserie*, 4, 1-57.

Statistisk sentralbyrå (28.03/2012). Etterforskede lovbrudd, 2010. Hentet 4. april 2012, fra

Säfvenbom, R. (2005). *Fritid og aktiviteter i moderne oppvekst. Grunnbok i aktivitetsfag.*

Oslo: Universitetsforlaget.

Torgersen, S. (1995). *Personlighet og personlighetsforstyrrelser.* Oslo: Universitetsforlaget

AS.

Vedøy, T. F., & Skretting, A. (2009). *Ungdom og rusmidler. Resultater fra*

spørreskjemaundersøkelser 1968-2008. Oslo: Statens institutt for rusmiddelforskning.

Wangensteen, T., & Jansen, U. (2013). *Tyrili - fra tanke til handling.* Upublisert manuskript.

Webster-Stratton, C. (2005). *Hvordan fremme sosial og emosjonell kompetanse hos barn.*

Oslo: Gyldendal akademisk.

Wiestad, E. (2006). Kroppens pedagogikk. Om læring gjennom kroppen. I I. Bogstad, & T.

Pettersen (Red.). *Dialog og danning. Det filosofiske grunnlaget for læring.* (s. 119-

142). Hentet fra SPED4300 *Kropp og læring.* Kompendium. (s.123-148) Oslo:

Unipub.

Wilson, R.W., & Kolander, C.A. (2011). *Drug Abuse Prevention: A school and community*

partnership. USA: Jones and Bartlett publishers.

Vedlegg

Vedlegg 1: Intervjuguide

Intervjuguide Tyrilielever

Gjennomføring

Intervjuet gjennomføres på et sted som passer informanten, gjerne i et av Tyrili sine lokaler for å oppnå like vilkår.

Beregnet tid

60-90 minutter.

Diktafon

Intervjuet vil bli tatt opp elektronisk, om informanten motsetter seg opptak er det ikke grunnlag for å gjøre et intervju.

Overføring fra lyddata til tekstdata

Lydopptaket transkriberes så raskt som mulig etter intervjuet. Det transkriberte intervjuet skrives direkte inn i dataprogrammet NVivo 10. Både spørsmål og svar skal skrives inn som en del av en løpende dialog. Nonverbale ytringer skal markeres, som lange pauser eller ytringer for affekt (gråt, latter). Dette markeres med parenteser. Kortere pauser markeres med punktum (...). Intervjuer skriver ned kontekstuelle forhold rundt gjennomføring av intervjuet som kan ha innvirkning på tolkning og analyse av data.

Gjennomlesning

Hvis informantene ønsker kan de lese igjennom intervjuet etter at det er transkribert, det avtales tid og sted for dette.

Guidens tekniske utforming

Tekst i *kursiv* er stikkord eller notater til intervjuer om hva som skal være i fokus.

Tekst i **bold** er forslag til direkte spørsmål/kommentarer

Introduksjon til intervju

Presentasjon: Intervjueren presenterer seg og prosjektet kort og prøver å skape en avslappet, god stemning.

Takk

Du er viktig: Takk for at du stiller opp og bidrar! Du er ekspert på de temaene jeg ønsker å få kunnskap om. Dette bidraget er viktig for økt kunnskap rundt temaer som snowboard og rus.

Målsettingen med prosjektet

Først og fremst å øke kunnskap rundt snowboardopplevelser og rusopplevelser, for dermed å få kunnskap om forebygging og behandling.

Temaer for intervjuet

I dette intervjuet kommer vi til å snakke om følgende temaer:

- **Snowboardopplevelser, dine egne tanker om din historie og dine erfaringer med fenomenet.**
- **Din historie fra det å være tenåring.**
- **Rusopplevelser, dine egne tanker, din historie og dine erfaringer med fenomenet.**
- **Dine tanker rundt rusproblemer blant tenåring.**

Understrek anonymiteten

Det du sier blir tatt opp på bånd, skrevet ut og anonymisert. Båndet blir deretter slettet.

Informert samtykke

Presentere skjema, og sørge for at dette blir underskrevet.

Har du noen spørsmål? Er det noe du har lurt på i forkant av intervjuet?

TEMA 1) Snowboard

- Kan du beskrive en typisk dag i bakken for meg?

- *Fra du står opp til du kommer hjem fra bakken, hva innebærer den?*

- Hvordan var din første gode opplevelse på snowboard?

- *Følelser knyttet til opplevelsen*
- *Kroppslige opplevelser*
- *Sosiale erfaringer*

- Hvordan var din første negative opplevelse på snowboard?

- *Følelser knyttet til opplevelsen*
- *Kroppslige opplevelser*
- *Sosiale erfaringer*

- Hvor lenge har du kjørt snowboard?

- Hva bidro til at du havnet i et snowboardmiljø?

- *sosialt/spenning/mestring*

- Hvordan oppleves snowboardmiljøet for deg?

- *Kultur, identitet, sosialt? Positive sider og negative sider? Gir snowboardmiljøet deg noen utfordringer, i så fall hvilke?*

- Kan du beskrive hva du tenker når du har en god snowboardopplevelse?

- *følelser/tanker/erfaring*

- Kan du beskrive hva du tenker når du har en negativ snowboardopplevelse?

- *følelser/tanker/erfaring*

- Hva gir snowboardopplevelser deg?

TEMA 2) Identitet og det å være tenåring

- Kan du beskrive deg selv som ungdomsskoleelev?

- *Hvordan opplevde du skolen med tanke på mestring/sosialt.*

- Kan du beskrive deg selv med tre ord i dag og tre ord som ungdomsskoleelev?

- Har noe forandret seg?

- Hvilke interesser hadde du som tenåring?

- Hva ga disse interessene deg?

- *Sosialt/mestring/kropp/spenning*

- Hvordan var ditt forhold til egen kropp og utseende på ungdomsskolen?

- Hva er ditt forhold til kropp og utseende i dag?

- Kan du fortelle meg litt om ditt sosiale liv på ungdomsskolen?

- Kan du fortelle meg om noen opplevelser i tenårene som utløste sterke følelser hos deg?

- *positive*

- *negative*

- Hva gjorde du for å takle de sterke følelsene?

TEMA 3) Rus

- Kan du beskrive en typisk dag fra ditt liv med rus for meg?

- Hvordan var din første gode rusopplevelse?

- *Følelser knyttet til opplevelsen*

- *Kroppslige opplevelser/følelser/spenning*

- Hvordan var din første negative rusopplevelse?

- *Følelser knyttet til opplevelsen*
- *Kroppslige opplevelser/følelser/spenning*
- **Hvor lenge har du har brukt rusmidler?**
 - *Illegale/legale rusmidler*
- **Hva tror du gjorde at du havnet i et rusmiljø?**
 - *Sosialt, spenning, mestring*
- **Kan du beskrive hva du tenker når du har en god rusopplevelse?**
 - *Følelser*
 - *Kroppslige opplevelser*
- **Kan du beskrive hva du tenker når du har en negativ rusopplevelse?**
 - *Følelser*
 - *Kroppslige opplevelser*
- **Hva gir rusopplevelser deg?**
 - *med tanke på det sosiale/mestring/spenning/følelser/kropp*

TEMA 4) Livet

Nå har vi snakket litt om ulike temaer, jeg ønsker nå å vite litt mer om livet ditt i sin helhet.

- **Kan du fortelle meg, hva tror du er grunnen til at du startet med rus? Hvorfor deg? Hva skjedde?**
 - *Familie? Venner? Fritid? Skole?*
- **Hva kunne vært gjort annerledes for at du ikke skulle ha fått et rusproblem?**

TEMA 5) Forebygging

Nå skal jeg lese et lite sitat: «Holdningskampanjer i skolen mot rus viser seg å ha liten effekt».

- Hva tenker du når du hører dette utsagnet?

- Om du ser tilbake, hva kunne ha blitt gjort av skolen, og andre i det offentlige, for å hjelpe deg som tenåring?

- Har du noen tanker om hva som kunne ha bidratt til at livet ditt hadde tatt en annen retning, uten rus?

- Hva kunne ha blitt gjort annerledes? På hvilken måte og av hvem?

- Kan du si om det er noen fellestrekk mellom snowboard- og rusopplevelser?

- Hva er felles?

- Hva er annerledes?

TEMA 6) Andre temaer

- Er det andre ting du har lyst til å ta opp, eller si noe om?

- Hvis du kommer på noe senere som du ikke fikk sagt, kan du bare ringe meg.

- Gi telefonnummer

-Tusen takk for at du tok deg tid til å hjelpe meg! Jeg setter utrolig stor pris på det!

Vedlegg 2: Informasjonsskriv og samtykkeerklæring

Forespørsel om å delta i intervju i forbindelse med masteroppgave

Mitt navn er Ingrid Alm, jeg er masterstudent ved institutt for spesialpedagogikk ved universitetet i Oslo. Jeg holder nå på med den avsluttende masteroppgaven. Temaet for oppgaven er snowboard og rus. Jeg ønsker å finne ut om det er noen fellestrekk mellom snowboardopplevelser og rusopplevelser.

For å finne ut av dette ønsker jeg å intervju mennesker som har erfaring med både rus og snowboard. Jeg ønsker å intervju 4-5 informanter i alderen 18-30 år. Spørsmålene vil dreie seg om opplevelser med snowboard, opplevelser med rus, ungdomsskolen og forebygging av rus. Jeg vil bruke båndopptaker og ta notater mens vi snakker sammen. Intervjuet vil ta cirka en time, vi blir sammen enige om tid og sted for intervjuet.

Det er frivillig å være med og du har mulighet til å trekke deg når som helst, uten at du trenger å begrunne dette. Dersom du trekker deg vil all innsamlet data om deg bli anonymisert. Opplysningene vil bli behandlet konfidensielt, og ingen enkelt personer vil kunne bli gjenkjent i den ferdige oppgaven. Opplysningene vil bli anonymisert og opptakene vil bli slettet når oppgaven er ferdig, senest innen 2014.

Dersom du har lyst til å være med er det fint om du skriver under på den vedlagte samtykkeerklæringen og sender den til meg.

Hvis det er noe du lurer på kan du ringe meg på følgende nummer: 9800xxxx eller sende meg en mail: ingridramstadalm@hotmail.com. Du kan også kontakte min veileder Finn Skårderud ved instituttet for spesialpedagogikk på følgende epostadresse: finn.skarderud@isp.uio.no

Prosjektet er meldt til personvernombudet for forskning, Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste (NSD).

Med vennlig hilsen

Ingrid Ramstad Alm

Knud Graahs gate 7

0481 Oslo

Samtykkeerklæring

Jeg har mottatt skriftlig informasjon og er villig til å delta i studien «Snowboard og rus».

Signatur:..... Telefonnummer:.....

Vedlegg 3: Godkjenning fra NSD

Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste AS
NORWEGIAN SOCIAL SCIENCE DATA SERVICES



Harald Hårfagres gate 29
N-5007 Bergen
Norway
Tel: +47-55 58 21 17
Fax: +47-55 58 96 50
nsd@nsd.uib.no
www.nsd.uib.no
Org.nr: 985 321 884

Finn Skårderud
Institutt for spesialpedagogikk
Universitetet i Oslo
Postboks 1140 Blindern
0318 OSLO

Vår dato: 03.12.2012

Vår ref: 32264 / 3 / KH

Deres dato:

Deres ref:

TILBAKEMELDING PÅ MELDING OM BEHANDLING AV PERSONOPPLYSNINGER

Vi viser til melding om behandling av personopplysninger, mottatt 29.11.2012. Meldingen gjelder prosjektet:

32264	<i>Snowboard som forebygging mot rus</i>
Behandlingsansvarlig	<i>Universitetet i Oslo, ved institusjonens øverste leder</i>
Daglig ansvarlig	<i>Finn Skårderud</i>
Student	<i>Ingrid Ramstad Alm</i>

Personvernombudet har vurdert prosjektet, og finner at behandlingen av personopplysninger vil være regulert av § 7-27 i personopplysningsforskriften. Personvernombudet tilrår at prosjektet gjennomføres.

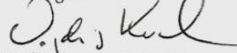
Personvernombudets tilråding forutsetter at prosjektet gjennomføres i tråd med opplysningene gitt i meldeskjemaet, korrespondanse med ombudet, eventuelle kommentarer samt personopplysningsloven og helseregisterloven med forskrifter. Behandlingen av personopplysninger kan settes i gang.

Det gjøres oppmerksom på at det skal gis ny melding dersom behandlingen endres i forhold til de opplysninger som ligger til grunn for personvernombudets vurdering. Endringsmeldinger gis via et eget skjema, http://www.nsd.uib.no/personvern/forsk_stud/skjema.html. Det skal også gis melding etter tre år dersom prosjektet fortsatt pågår. Meldinger skal skje skriftlig til ombudet.

Personvernombudet har lagt ut opplysninger om prosjektet i en offentlig database, <http://pvo.nsd.no/prosjekt>.

Personvernombudet vil ved prosjektets avslutning, 31.12.2014, rette en henvendelse angående status for behandlingen av personopplysninger.

Vennlig hilsen


Vigdis Namtvedt Kvalheim


Kjersti Håvardstun

Kontaktperson: Kjersti Håvardstun tlf: 55 58 29 53

Vedlegg: Prosjektvurdering

Kopi: Ingrid Ramstad Alm, Knud Graahs gate 7, 0481 OSLO

Avdelingskontorer / District Offices

OSLO: NSD, Universitetet i Oslo, Postboks 1055 Blindern, 0316 Oslo. Tel: +47-22 85 52 11. nsd@iao.no
TRONDHEIM: NSD, Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet, 7491 Trondheim. Tel: +47-73 59 19 07. kj@sv.uinlthet.rno.no
TROMSØ: NSD SVF, Universitetet i Tromsø, 9037 Tromsø. Tel: +47-77 64 43 35. nsd@iuhk.uinlthet.no

