

Flykten

- **En socialpsykologisk studie om att kombinera sociala behov med individuella behov**

**C- uppsats 15 hp
i Socialpsykologi**

Högskolan i Halmstad

Sektionen för Hälsa och Samhälle

Socialpsykologiska programmet, 61-90 hp HT 2011

Författare: Erica Matton

Handledare: Niklas Westberg

Examinator: Henrik Stenberg

ABSTRACT

There is a contradiction between not wanting to be alone, craving for fellowship, but still not wanting to socialize with just anybody. The purpose with this paper is to inquire into individuals experiences of loneliness and of fellowship, as well as the tension between individual/ and social needs. The empirical material consists of five semistructured interviews with a mix of individuals with one common factor; they were all frequently visited the meeting/place Nyfiket in Helsingborg during the summer 2011. The result were interpreted on the basis of E.Goffmans theory concerning the inevitable role-playing in everyday life, E.Fromms discussion about individuals ongoing espace towards- or away from things in life. But also on the basis of Robert S. Weiss theory about provisions of different social relationships, and T. J.Scheff argumentation concerning the balance between closeness and distance when it comes to social bonds. This study showed that each one had or did experience loneliness. Although it also shows that the experience of loneliness as well as fellowship is divided. Loneliness is divided into voluntarily and satisfying or involuntarily and awful. It also came to my understanding that intercourse provides with goodness but also comes with strenuous requirements as roleexpectations. The individuals though shared a wish for possibilities to socialize without requirements.

SAMMANFATTNING

Det förekommer en motsägelse beträffande att inte vilja vara ensam, med en längtan efter gemenskap, men samtidigt inte vilja umgås med vem som helst. Syftet med denna studie är att kvalitativt undersöka individers upplevelse av ensamhet och gemenskap samt spänningen mellan individuella- och social behov. Materialet består av fem genomförda semistrukturerade intervjuer med ett blandat urval individer med en gemensam faktor; de var alla återkommande besökare på mötesplatsen Nyfiket i Helsingborg under sommaren 2011. Intervjueresultatet tolkades utifrån E.Goffmans rollbegrepp, E.Fromms tankar om individens flykt till- eller flykt från något. Samt utifrån Robert S. Weiss teori om sex förnödenheter av social tillförsel och T.J.Scheffs resonemang kring balansen mellan närhet och distans vilka fordras för individens fulla

välbefinnande. Studien visar att var och en har upplevt- eller upplever en känsla ensamhet. Dock visar det sig att ensamhetens- såväl som gemenskapens påverkan är tvåsidig. Ensamhet som delas upp i två kategorier av informanterna kan vara ofrivillig och avskyvärd alternativt tillfredställande då den är självvald. Gemenskap har likaså antingen en positiv inverkan eller en negativ, om det senare alternativet innebär påfrestande rollförväntningar. En önskan om utökad gemenskap samt möjligheter till kravlöst umgänge uttrycks hos samtliga.

Nyckelord: Ensamhet, individuella och sociala behov, gemenskap, flykt, roller.

Förord

Innan vi börjar vill jag säga tack. Jag vill först och främst ödmjukast tacka Er informanter som ställt upp med att dela med Er av egna privata och ibland tämligen känsliga upplevelser, känslor, tankar och åsikter. Tack för er ärlighet. Utan Er hade inte arbetet varit genomförbart.

Tack Niklas Westberg. Tack för god handledning, engagemang, goda råd, varmt bemötande och förståelse när villospår och synrubbningar motarbetat mig.

Och för att inte tala om Helsingborgs Kommun vilka hjälpte mig att hjälpa. Genom att ge mig tillstånd att skapa en mötesplats för allmänheten gav de mig också tillträde till ett fält som resulterade i ett fantastiskt urval och material inför denna studie. Samt tack diverse medier, TV4, Lokaltidningen, Helsingborgs Dagblad och City, som på eget initiativ ville hjälpa till med att sprida budskapet om mötesplatsen så desto fler fick nyttja tillfället att kravlöst socialisera.

Varmt tack alla nära kära som under uppsatsarbetet trott på mig när jag inte gjort det och envist peppat med 'Äsch, kom igen nu! You can do it!'.

Och, tack till Dig som väljer att ta del av- och läsa denna studie.

Ett sammanfattat tack,

Erica Matton

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

INNEHÅLLSFÖRTECKNING.....	5
1. INTRODUKTION.....	7
<i>1.1 Så började det</i>	7
<i>1.2 Syfte</i>	8
<i>1.3 Frågeställningar</i>	8
<i>1.4 Bakgrund</i>	8
<i>1.4.1 Nyfiket</i>	8
<i>1.4.2 Ensamhet & kort om individualismens historia</i>	9
<i>1.4.3 Positiv ensamhet</i>	10
<i>1.4.4 Frihet & gemenskap</i>	10
<i>1.5 Disposition</i>	11
2. METOD	12
<i>2.1 Val av metod</i>	12
<i>2.1.1 Vetenskapsteoretisk ansats</i>	12
<i>2.1.2 Metod</i>	13
<i>2.1.3 Tillvägagångssätt</i>	13
<i>2.1.4 Urval</i>	15
<i>2.1.5 Validitet, reliabilitet och etiska aspekter</i>	16
<i>2.1.6 Förförståelse</i>	17
3. TEORI.....	19
<i>3.1 Social tillförsel</i>	19
<i>3.2 Roller</i>	21
<i>3.3 Flykten och friheten</i>	22
<i>3.4 Balans mellan närhet och distans</i>	22
<i>3.4.1 Underdifferentiering</i>	23

3.4.2	Överdifferentiering.....	23
3.4.3	Optimal differentiering.....	23
4.	RESULTAT.....	24
4.1	Sociala behov.....	24
4.1.1	Den upplevda ensamheten.....	24
4.1.2	Hur den ofrivilliga ensamheten hanteras.....	26
4.1.3	Vad gemenskap tillför.....	28
4.1.4	Vilken gemenskap som tillför vad.....	29
4.2	Individuella behov.....	31
4.2.1	Självvald ensamhet.....	31
4.2.2	Flykt från roller.....	33
5.	SOCIALPSYKOLOGISK ANALYS & DISKUSSION.....	35
5.1	Socialpsykologisk analys.....	35
5.1.1	Vad får individerna ut av gemenskap kontra ensamhet och i vilka avseenden kan gemenskap respektive ensamhet vara påfrestande?.....	35
5.1.3	Flykten från roller.....	39
5.2	Socialpsykologisk diskussion.....	41
6.	SLUTSATS.....	43
7.	REFLEKTIONER.....	44
	REFERENSER.....	45
	BILAGOR.....	46
	Intervjuguider.....	46

1. INTRODUKTION

Så här vid start vill jag inleda dig som läsare genom att först presentera hur det hela började, syftet med utförd studie och vilka frågeställningar som under uppsatsarbetet vuxit fram. Sedan för att upplysa om områdets bakgrund och tidigare, nyligen utförd, forskning inom ämnet.

1.1 Så började det

Just nu sitter det en ung heltidsarbetande kvinna i Stockholm förtvivlad över svårigheterna att finna ny gemenskap i nya staden. På måndagar pratar kollegor om helgnöjen och hon börjar nu känna sig tvungen att ljuga. Hon vill inte berätta att hon liksom var helg tar en joggingtur, lagar mat, bläddrar igenom tevekanalerna, gråter och beslutar sig för att lika gärna lägga sig tidigt. Som vanligt. Samtidigt sitter det två unga män i Helsingborg, den ena nyinflyttad medan den andra är på hemmaplan. På den nyinflyttades nya arbetsplats är kollegorna omöjliga att socialisera med, djuptförsjunkna i arbete utan avbrott. Den andre unga mannen trivs inte i gamla gemenskap men lyckas inte finna ny. Den gemenskap han finner är genom att spendera all fri tid vid tv-spel online, vilka aldrig träffa på grund av geografiskt avstånd. En arbetslös medelålders man medicinerar antidepressivt och arbetar ideellt tre timmar om dagen för att känna sig behövd mindre ensam. En ung tjej i Örebro upplever sig så ensam att hon efter sitt heltidsarbete går till nästa arbetsplats, där hon arbetar gratis, bara med förhoppningarna om att potentiellt träffa nya vänner. Jag hade hört nog. Överallt upplevs uttalad, frätande ensamhet. Men när det kommer till kritan finns samtidigt en rad krav på önskat umgänge. Jag ville undersöka hur ensamheten upplevs, och vad det är för relationer som i så fall efterfrågas. Jag ville socialpsykologisk undersöka ensamhet i relation till gemenskap och spänningen mellan individuella behov och sociala behov. Jag började med att anordna en mötesplats i som skulle komma att ligga till grund för denna uppsats.

På mötesplatsen fann jag individer vilka under sommaren 2011 upprepat besökte platsen för kravlöst umgänge, som kom att utgöra urvalet av informanter. För studien tillämpas modellen av individens dagliga rollspel utformad av E.Goffman, T.J.Scheffs resonemang om jämvikt mellan gemenskap och distans, R.S.Weiss teori om sex stycken sociala

behov vilka behövs tillgodoses, samt innebörden av Fromms tes om individens ständiga flykt till eller från något.

1.2 Syfte

Syftet med denna studie är att socialpsykologiskt undersöka hur ett antal individer upplever och förhåller sig till relationen mellan ensamhet och gemenskap i sina egna liv. Särskilt intresserar jag för det spänningsfyllda förhållandet mellan individuella och sociala behov samt viljan att fly givna rollförväntningar.

1.3 Frågeställningar

Respektive frågeställningar ämnar besvara och ta hjälp utav i redovisning och tematisering av materialet för att ringa in syftet;

1. Vad får individerna ut av gemenskap kontra ensamhet?
2. I vilka avseenden kan gemenskap respektive ensamhet vara påfrestande?

1.4 Bakgrund

Härnäst beskriver jag dels den anordnade mötesplats varifrån intervjupersoner plockades, samt kort om forskningsområdets bakgrund och tidigare forskning.

1.4.1 Nyfiket

Jag anordnade alltså, ett par kvällar i veckan under månaderna juni till augusti 2011, en oas av gemenskap på en lämplig och välbesökt plats i Helsingborg stad för att vara så tillgänglig och synlig som möjlig. Där arrangerades workshops, grillkvällar, fotbolls- och kubbtureringar, musikunderhållning och utlåning av filter, spel med mera. Mötesplatsen marknadsfördes som "Nyfiket", dit man lika väl kunde komma ensam eller i sällskap, om man ville läsa sin bok med sällskap i periferin - 'vara ensam' fast i sällskap. Eller om man var nyfiken på att träffa nytt folk genom att delta i- eller låta sig underhållas av pågående aktiviteter. Budskapet nådde ut via diverse medier; TV-repotage, tidningsartiklar, hemsidblogg, djungeltelegrafen och spreds dessutom som pågående event på Facebook. Inom ett par veckor efter start hade ordet om platsen spridits explosionsartat och över 3500 personer var deltagande i eventet på Facebook.

Det fanns en efterfrågan och uppslutningen på träffpunkten överträffade förväntan. Det var både de besökare som kom för enstaka tillfällen som sådana som återkom både en och flera gånger. Det var besökarna som återkom, oavsett arrangemang på Nyfiket, som jag kom att intressera mig för att studera närmre.

1.4.2 Ensamhet & kort om individualismens historia

En forskningsstudie, *Ensamheten i Sverige 1985-2008*, nyligen utförd vid Sociologiska Institutionen på Uppsala Universitet (Tornstam, Rydell, Vik & Öberg, 2010), visar en rad olika faktorer till varför känslan av ensamhet uppstår. Sådant som exempelvis *otillräckliga vänskapsband*, en folktom bostad att komma hem till, brist på *närrelationer*, känslan av att inte passa in- samt att ha svårt för att få kontakt är faktorer som visat störst utslag på varför känslan av ensamhet uppstår (ibid., s. 49-52), framförallt i åldern 20-49.

Det var från och med det *moderna samhällets* inträde, omkring sekelskiftet 1800-1900 talet, då individualismen och industrialismen inträdde, som människan separerades från den tidigare mer självklara 'gruppen' man ofta hörde till i det lilla samhället. Man blev en mer utpräglad *individualiserad* individ - en enskild individ. Gemenskap togs numer inte på samma sätt för givet (Stenberg 2011, s. 23). Efter uppbrottet från det gamla feodalsystemet kom människan att röra sig in mot staden från landsorten och skulle nu stå på egna fötter. Man var härmed självständig! Städerna har genom åren växt till storlekar med näst intill obegripligt antal invånare och ett, två, tre så bestod omgivningen av ett tumult och vimmel av okända ansikten, abstrakta personligheter, nya yrken eller studier som kunde innebära runtflyttande, ideligen resande, temporära boenden och för att inte tala om splittrade, nya familjekonstellationer med nya sociala förutsättningar. Samtidigt ökade alltså geografiska avstånd till nära och kära. Trots upprätthållandet av relationer och sociala nätverk via medier via internet och telefoner så förloras många av de fysiska umgängesformer. Flertalets sociala liv stannar vid mer formella, kanske inte självvalda, relationer – relationer via arbetsplatser, skolklasser eller andra institutioner. Men bara för att man rör sig bland människor innebär inte det att man inte kan känna sig ensam.

1.4.3 Positiv ensamhet

Studien *Ensamheten i Sverige 1985-2008* visar dessutom hur de finns ett behov av ensamhet. För att man mår bra utav ensamhet (Tornstam, Rydell, Vik & Öberg 2010, s. 10) och för att kunna *skapa det egna jaget och livet* (ibid., s. 7). Behovet av *självvald ensamhet* hänger enligt studien inte ihop med hur stort *socialt nätverk* individen har eller hur frekvent man umgås (ibid., s. 31). Å andra sidan upptäcktes två alternativ till varför man skulle söka ensamheten. Antingen som 'flyktbeteende' vid *upplevda påfrestningar*, eller att man istället just vid påfrestningar faktiskt får ett större behov av mänsklig kontakt (ibid., s. 33). Knoll och Witt hävdar att individen strävar efter självförverkligande och *frigörelse* (2005, s.133), att ta kontroll över sitt eget liv och fly från yttre påtryckningar och krav.

1.4.4 Frihet & gemenskap

Individen hyser en oerhörd rädsla för *otrygghet* och ensamhet och strävar därför efter trygghet. Och "*trygghet förutsätter gemenskap*" (Knoll & Weiss 2005, s. 133). Det förekommer emellertid ett dilemma, en spänning, mellan *frihetslängtan* och *behov av gemenskap* (ibid., s. 140). Även om behovet av gemenskap är mer eller mindre utpräglat hos olika individer så är begäret fundamentalt eftersom människan är en social varelse (Stenberg 2011, s. 7). Gemenskap är att bli accepterad, få vara en del av ett socialt sammanhang och bli bekräftad. Henrik Stenberg skriver att vi behöver få prata om- och utbyta idéer, tankar, känslor och upplevelser. Positiva som negativa. Vissa individer tillfredsställs som bäst genom stadig gemenskap medan andra tillika kan finna tillfredsställelse även i nya sociala miljöer, med flyktiga gemenskaper (ibid., s. 8). Om man tidigare haft svårt att finna sin plats inom grupper eller blivit illa bemött kan detta resultera i varsamhet eller skepsis i mötandet med andra vilket kan leda till att man söker flyktigare bekantskaper istället för nära sådana. Att man 'trivs bättre' med, eller åtminstone nöjer sig med, att umgås för stunden utan förväntningar eller krav på att behöva träffas kontinuerligt (ibid., s. 8). Däremot är det inte heller tillfredställande att röra sig i en *icke-stimulerande miljö* (ibid., s. 10) eftersom detta hör ihop med ett för stort glapp mellan individualiteten och gemenskapen. Alltså om ens egna behov och vad umgänget tillför inte korrelerar. Allt för bristande överensstämmelse kan ge upphov till känslan av

rotlöshet, bädda för bristande kommunikation eller för ifrågasättande vad det finns för mening med umgänget (ibid., s. 9f).

1.5 Disposition

Kapitel 1 – Introduktion: I inledningskapitlet introduceras läsaren i ämnesområdet med bakgrundsfakta om tidigare forskning, anledningar till vald studie samt vilka frågeställningar som kommer vara till utgångspunkt för att besvara studiens syfte, vilket också redogörs för.

Kapitel 2 – Metod: Här redovisas hur material metodologiskt och praktiskt samlats in. Validitet, reliabilitet och etiska aspekter diskuteras och förförståelsen preciseras.

Kapitel 3 – Teori: I tredje kapitlet förklaras de teorier som kommit att vara till hjälp vid resultatanalysen. Samt en motivering till varför dessa har varit lämpliga.

Kapitel 4 – Resultat: Följande presenteras det resultat som studien genererade. Det redogörs enligt de teman som intervjuerna ringats in i.

Kapitel 5 – Socialpsykologisk Analys & Diskussion: Kapitlet består av två delar, en socialpsykologisk analys utifrån teorier och en friare socialpsykologisk diskussion rörande förgående för att bana väg för kommande slutsats.

Kapitel 6 – Slutsatser: I Slutsatsen knyts summa summaro ihop och kopplas till det studien inleddes med och slutgiltig reflektion kungörs.

Kapitel 7 – Reflektioner: Här görs avslutande reflektioner över arbetsprocessen.

2. METOD

För att tydliggöra hur jag gått tillväga följer en motivering för tillämpad vetenskapsteori, metod, urval av informanter och praktiskt tillvägagångssätt vid insamling av material. För att avsluta med studiens validitet, reliabilitet och etiska aspekter.

2.1 Val av metod

2.1.1 Vetenskapsteoretisk ansats

Eftersom insamlingen av material består av individers subjektiva upplevelser och föreställningar används den *idealistiskt ontologiska* (Sohlberg 2009 s.52) tolkningsvetenskapen *hermeneutik* (ibid., s. 58f) som ansats. Varför ontologin (hur vi 'ser på världen') tillämpas i idealistisk form är framförallt för att den mer *moderna idealismen* gärna används när man har för avsikt att undersöka det *subjektiva*. Vilket denna studie syftar till. Alternativet *positivism* är uteslutet i denna undersökning då denna tradition bygger på *materialism* och att verkligheten är lagbunden. Kunskap söks genom matematik, mätbarhet, realism och logik (ibid., s. 242). Idealismen grundas, till skillnad från positivismen, i *idéläran* vilket går ut på att världen är inte konstant utan föränderlig. I kombination med en sådan ansats är det rimligt att använda sig av *kvalitativ metod* för insamling av empiri snarare än en *kvantitativ metod* (ibid., s. 242). Det är genom exempelvis den kvalitativa metoden intervjuer och samtal som man kan få detaljerad subjektiv information från informanter när deras upplevelser och tolkningar eftersöks. I kvantitativa studier söker man mätbarhet, och generalisering utifrån ett större antal individer för att mätningarna skall vara tillförlitliga, enkätundersökningar och så vidare – alltså att mer systematiskt visa och finna fakta, *orsaker* och effekter (ibid.). Därför skulle ett kvalitativt arbetssätt vara mer lämpligt i en, lät säga, positivistisk studie. Man kan inte mäta individers känslor, idéer och uppfattningar. En individs sanning är för en annan felaktig då sanningen existerar i *idévärlden* (ibid., s. 49) - en föreställning av verkligheten. Så, med hermeneutikens uppgift - att tolka texter och berättelser, är denna kombination som *metodologi* (procedur för att söka kunskap) (ibid., s. 22) den mest adekvata eftersom de subjektiva berättelserna behöver tolkas för att kunna förstås.

Metoden passar bra vid kvalitativa socialpsykologiska studier (ibid., s. 58) eftersom intresset ligger i människors beskrivningar, definitioner, tolkningar och förställningar. Användbar teori för stöd vid resultatanalys söka alltså i efterhand eftersom tolkningarna växer fram beroende på vart resultatet av empirin pekar (ibid., s. 247), och tillkommer med andra ord *induktivt* (ibid., s. 136) för att nå slutledande resonemang.

2.1.2 Val av metod

För just denna studie lämpar sig därför ett *kvalitativ* arbetssätt eftersom jag socialpsykologiskt söker *förståelse* för informanters subjektiva upplevelser (Sohlberg 2009, s. 242). Av samma anledning har jag valt att använda mig av *intervjumetod* (May 2001, s. 150f). I en intervju får informanten utrymme att med egna ord beskriva sina upplevelser. Ett kvantitativt arbetssätt hade varit för tidskrävande för mig vid genomförande och framförallt bearbetning av material, så som från en kvantitet av en timmes långa intervjuer. Att få mer och tämligen personlig information, då från ett fåtal individer på grund av tidsbegränsning, är för den här undersökningen mer givande. *Förklaringar* genom jämförelsebar data utifrån mätresultat och liknande används flitigare inom naturvetenskapen (Sohlberg 2009, s. 242). Medan man inom det humaniora och samhällsvetenskapen istället söker förståelse för beteenden och sociala skeenden (ibid., s. 156). Trots att jag enbart får ta del av ett fåtal berättelser, och därmed samlar begränsad empiri, är detta material mer intressant än vad kvantiteter av svar skulle vara, från exempelvis en enkätstudie. Den svarande skulle i en sådan studie begränsas i sina svar antingen på grund av för snäva och smalt formulerade frågor eller begränsat antal rader att skriva på med mera. Frågeställningarna som skall besvaras är; 1. Vad får individerna ut av gemenskap kontra ensamhet? 2. I vilka avseenden kan gemenskap respektive ensamhet vara påfrestande?

2.1.3 Tillvägagångssätt

Så, genom fem *semistrukturerade intervjuer* (May 2001, s. 150f) à cirka 55-60 minuter samlades empirin in vilka spelades in för att sedan ordagrant överföras till text för att kunna göra materialet överskådligt - transkriberas. Inspelningen underlättade eftersom jag som intervjuare kunde koncentrera mig på samtalet och på den intervjuade (ibid., s. 168) istället för på pennan. Under intervjuerna hade jag två förberedda intervjuguider till

hjälp. En på svenska och en på engelska då en informante ej talade svenska. Med semistrukturerad intervju menas att en *tematiskt uppbyggd* intervjuguide var till hjälp där förutbestämda teman ringades in med *specificierade*, öppna frågor för att ge informanterna möjligheten att fritt *utveckla* sina svar (ibid., s. 150). Intervjun var alltså delvis strukturerad, så att även jag som intervjuare fick handlingsutrymme och möjlighet att göra förtydlinganden, *fördjupningar* i dialogen och utveckling av svar med hjälp av *följdfrågor* (ibid., s. 150f). Metoden gav även möjlighet att återuppsöka respondenter om det hade behövts.

Hur jag fick tillgång till fältet var genom att ha arrangerat Nyfiket, som nämdes i bakgrundskapitlet. Där skapades förutsättningar för att komma i kontakt med individer som senare skulle komma att utgöra ett bra urval för studien. På så vis fick jag tillgång till ett användbart fält. Mötesplatsens klientel visade sig vara utmärkt för en studie inom ämnet ensamhet kontra gemenskap. Jag kom alltså här i kontakt med en blandad skara av människor som jag gjorde mitt urval utifrån, vilket jag går mer in på i nästa avsnitt.

Att reflektera över är hur min roll som forskare och samtidigt som arrangör av Nyfiket påverkar informanterna. Helsingborg är en förhållandevis liten stad vilket medförde att ett par av informanterna var sedan tidigare bekanta, dock utan att tillhöra den privata umgängeskretsen. Övriga informanter var till en början okända men efter att ha spenderat flertalet kvällar i samkväm på mötesplatsen under sommaren så hade en yttlig relation byggts upp. Denna relation kan ha gynnat studien då informanternas relation till mig kan ha genererat en känsla av tillit och resulterat i ärligare svar, eftersom vi kommer åt känsliga beröringspunkter. Lika väl som relationen kan ha framkallat social önskvärdhet hos informanterna. Med andra ord att det händelsevis kan skapas en felvridning i intervjusvaren ifall de av en eller annan anledning skulle vilja vinkla sitt svar till det de vill att jag ska- eller inte ska uppfatta. För att minimera risken ombeds de bortse från min privata roll som arrangör av Nyfiket och upplyses om hur uppriktiga svar, under anonymitet, är mest givande för studien. Jag gick in intervjurollen med *totalt engagemang* och närvaro i dialogen för att få informanterna att känna sig lyssnade på, samtidigt som situationen kräver en viss *"distans"* från mig (ibid., s. 155). Jag informerar informanterna om hur jag inför intervjun intar rollen som både *opartisk* "vetenskapsman" och samtidigt som tillförlitlig *vän* (ibid., s. 155). Det hade kunnat varit

lämpligt om någon annan än själva forskaren varit arrangör för Nyfiket som inte hade haft en relation till respondenterna. Dock, var detta samtidigt en förutsättning och grundtanken med arrangemanget och för studien – En välkommande oas av vänlighet och gemenskap. Att få en förtroelig relation till besökarna inför kommande studie. På så vis är min roll som både arrangör av mötesplatsen och sedan som forskare inte skadlig utan givande, med tanke på den tillit som byggts upp.

2.1.4 Urval

För att genomföra min studie av förhållandet mellan ensamhet och gemenskap samt sociala och individuella behov, så valde jag att kontakta några av de som återupprepade gånger sökt sig till mötesplatsen. Eftersom det på platsen anordnades evenemang som från gång till gång lockade olika slags personer vid enstaka tillfällen, så är de återkommande besökarna som dök upp oavsett evenemang och som dessutom var kanske mest ensamma som var mest aktuella för studien. Av de återkommande besökarna gjordes ett blandat urval inför intervjuerna utefter differentierade åldrar, kön och etnisk bakgrund för att få en spridning i uppfattningar och upplevelser från olika målgrupper. Informanterna består alltså av blandade etniciteter i åldrar mellan 20 och 46, med olika sysselsättningar som studier, resande, arbetslösa och heltidsarbetande och de kommer att få fiktiva namn i form av en bokstav från A till E.

Informant A är norrifrån, 23 år gammal, och inflyttad till i Helsingborg sedan sommaren 2010 på grund av arbete. Ungefär samtidigt flyttade 25-åriga C till Helsingborg, och är av en annan etnicitet, för att studera vid Campus Helsingborg. B är drygt 45 år, ensamstående förälder till två tonårsbarn, bor ett par mil norr om Helsingborg och har en koppling till staden då B arbetar där. D, som vid sin tid på Nyfiket var arbetslös, är dock född och uppvuxen i Helsingborg och har under sina 20 år sällan rört sig utanför staden under några längre perioder. Till skillnad från 25-åriga E som också är född och uppvuxen i Helsingborg som valt att på senare år göra längre resor till allt från Indien till Sydamerika. Under sommaren 2011 återvände E hem till Sverige, närmare bestämt Malmö, för att börja studera. Det finns ingen önskan om att generalisera eller jämföra målgrupperna, som om dessa skulle representera den grupp

vederbörande tillhör. Spridningen är av intresse enbart för att ge en potentiellt nyancerad bild och variation av presenterade beskrivningar och upplevelser.

2.1.5 Validitet, reliabilitet och etiska aspekter

I enlighet med Vetenskapsrådets hänvisningar har jag följt följande riktlinjer. Intervjuerna spelades in efter *samtycke* från informanterna. Materialet behandlas *konfidentiellt* och ingen kommer att känna sig blottad eller kunna härledas till de redovisade svaren då jag även framställer resultatet dels könsneutralt och inte heller avslöjar deras härkomst, vilket annars direkt skulle kunna kopplas till respektive informant i egenskap av besökare på Nyfiket. Informanterna presenteras i resultatredovisningen och analysen i bokstavsordning A till E då det inte är aktuellt att lägga någon värdering i detta eller se på likheter och skillnader mellan kön eller åldrar. Informanterna var informerade om att rapporten skulle kunna komma att publiceras på internet men eftersom de var medvetna om att de medverkade under *anonymitet* med fiktiva namn (bokstäver) eliminerades etiska dilemman tack vare informanternas medgivande. Informanterna har också fått erbjudande att ta del av den slutförda studien (Vetenskapsrådets Webbplats 2012).

Resultatet är gällande för de specifikt återberättade fallen eftersom studien fokuserar på förståelse för subjektiva upplevelser som är omöjliga att *generalisera* (May 2001, s. 208), vilket inte är vad som eftersträvas. För att behålla fokus under intervjun har just en tematisk semistrukturerad intervju som metod tillämpats. Jag satte ord på min förförståelse, funderade och kritiskt reflekterade över mina svagheter (ibid., s. 176) - anledningen till mitt brinnande intresse för studien och mina subjektiva upplevelser. Med den vetskapen kunde jag lägga detta åt sidan för att sen förhålla mig neutralt till studien och informanternas berättelser. Allt för att inte låta egna uppfattningar 'färga' av sig på resultatet. Jag hade därför stort fokus på *intervjupraktiken* istället för att lägga värderingar i informationen jag fick ta del av, för att informationen inte skulle komma att *förvrängas* (ibid., s. 176). I en strävan efter god reliabilitet har jag sett till att vara transparent beträffande mitt arbetssätt genom att tydligt redovisa hur jag gått till väga under arbetets gång. Dessutom har jag noggrant avgränsat och formulerat öppna intervjufrågor för att ringa in ämnet och minimera risken för styrning. Jag är medveten

om att en intervjun som förs på engelska kan resultera i fler missförstånd än om båda talar modersmål. Därför var jag extra tydlig med formuleringar och att ställa följdfrågor för att förtydliga om jag märkte att kommunikationen brast. Jag har förhållit mig neutral och professionell utan att förlora kontakten med ämnet eller intervjupersonerna, för att inte påverka informanter. I resultatanalysen framkommer vad som är mina tolkningar och vad som är tolkat utifrån teori för att vara tydlig med vilka idéer som kommer från vem.

Något att reflektera över är vilken påverkan miljön vid intervjuerna får då fyra av fem intervjuer, efter ett antal givna förslag, av informanterna har valts att hållas hemma hos mig. Mitt hem kan såväl upplevas som tryggt och ombonat samtidigt som det skulle kunna upplevas främmande. Men då det varit på informanternas initiativ förmodas detta kännas bra för dem. Den femte intervjun hölls i ett avskilt studierum avsett att nyttjas för allmänheten på Malmö Högskola.

En svårighet som inte går att undvika är att informanterna vid dessa tillfällen ombeds dra sig till minnes angående tidigare upplevelser och alltså tala om det förflutna. Men informanternas reflektioner är såhär i efterhand fortfarande lika användbara eftersom studien inte bygger på att specifika händelser behövs minnas i detalj, utan grundas på informanternas 'upplevelser av upplevelser' – hur dessa vid tillfällen kändes även om de idag fått distans till en del utav dem.

2.1.6 Förförståelse

Det är egenupplevd- och andra människors uttryck för ofrivillig ensamhet runt omkring som ligger till grund för ett brinnande intresset i ämnet. Jag fokuserade på- och hyllade gemenskapen till, vad jag under arbetet såg, en överdriven grad för att jag till en början tänkte att jag var tvungen att avgränsa mig och inriktade mig på det ena eller det andra. Min ingångstanke var att gemenskap var 'allt' och ensamhet var 'botten'. Dessa föreställningar var jag trots allt noggrann med att notera för att sätta åt sidan för att inte riskera att vinkla och påverka studiens resultat med styrda frågor eller ett sätt att föra och uttrycka mig. Jag höll mig öppen för nya perspektiv och mycket riktigt – min föreställning kom att förändras, eller snarare utvecklas, parallellt med studiens framväxt. Jag hade en idé om att det fanns en efterfrågan efter lättillgängliga förutsättningar för

möjlighet till gemenskap och ny, eller ytterligare, vänskap men undvek att 'smitta' av dessa åsikter vid mötet med informanterna. Men som sagt så höll jag avsiktligt en distans till ämnet utan att förlora kontakten med det.

Jag anser att vi simmar i ett hav av individer som hellre skulle gå i graven än be om en hjälpande hand tack vare en tid och i ett samhälle som till överdrift förespråkar individualism och att 'klara sig på egen hand'. Jag gissar att människor hämmas i sitt kontakt sökande på grund av skam och stolthet. Jag tror på föreställningar om att man förväntas ha sitt sociala liv på det torra. Om inte, är det synnerligen rimligt att du avviker från ett socialt accepterat beteende, vilket har lämnat en ensam. Och en avvikare vill eller törs man inte ta till sig eller till sin 'flock'. Detta, menar jag, står inte i proportion till samhällsutvecklingen – vilket snarare kommit att slita sönder sociala band och umgängen på grund av en rad olika anledningar så som de nya yrken och sociala förhållanden som redogjorts för i bakgrundkapitlet. Men, trots detta förmodas den kontaktsökande vara udda. Hur som helst, sist men inte minst, så hade jag inga förutfattade meningar om huruvida informanterna skulle upplevt sig ensamma eller inte. Jag var innerligt nyfiken på vad ensamhet innebar för vederbörande och höll mina egna subjektiva förutfattade meningar utanför, vilka jag var högst medveten om kanske bara existerade i min idévärld.

3. TEORI

Här presenteras följande teorier; Erving Goffmans dramaturgiska modell av det dagliga rollspelet (*Jaget och Maskerna* 2009) vilken tydlig hjälper oss förstå de rollförväntningar informanterna berättar om. Dessutom tillämpas Erich Fromms teori om frihet genom flykten från eller till (*Flykten från Friheten* 1993) något vilket återkommer under intervjuerna. Robert S. Weiss teori om sex förnödenheter av social tillförsel (*The Provisions of Social Relationships* 1974) exemplifierar det informanterna själva berör – behövligheten av varierade umgängen och relationer. Materialet tolkas även med hjälp av Thomas J. Scheffs beskrivningar av över-, under- och optimal differentiering (*Microsociologi* 1990), med innebörden att det för vårt välmående krävs och finne en gyllene balans mellan distans och närhet inom gemenskapen - Något som tydligt framgår i materialet att informanterna aktivt eftersträvar.

3.1 Social tillförsel

I *The Provisions of Social Relationships*, publicerad i Rubins antologi *Doing Unto Others: Joining, Molding, Conforming, Helping, Loving* (1974, s.17-26), beskriver Robert S. Weiss sex sorters förnödenheter där var och en är lika väsentliga och hur avsaknad av den ena eller andra ger upphov till känsla av ensamhet hos individen, oavsett om övriga fem förnödenheter är tillfredsställda. För att lättast beskriva Weiss begrepp om *social tillförsel* (ibid.) kan det förstås som en *social dietlära*. Precis som en individ behöver tillförsel av varje vitamin för att inte drabbas av vitaminbrist så behövs delar beträffande en så att säga social 'kostcirkel' förses. Relationer av olika karaktär, kan motverka ensamhet om man lyckas med förse sig med diverse behövliga förnödenheter.

Det var efter en studie med experiment utförd i samarbete med ensamstående föräldrar, vilka upplevde sig ensamma, som man kom att uppmärksamma att trots nära vänskaper som knöts mellan de deltagande föräldrarna så eliminerades inte ensamhetskänslan. Föräldrarna fann däremot stöd och ensamheten blev lättare för dem att hantera (Weiss 1974, s. 19). Även inom äktenskap fann man misströstan och ett uttalat behov av ytterligare social stimulans och varierat umgänge (ibid., s. 21). Följande förnödenheter uppmärksammades;

1 *Anknytning (attachment)* – Nära, intima relationer som bidrar med trygghet, en känsla av trivsel och 'hemma', vilka finnes inom familjen, mellan kärlepartners och ibland i

nära vänrelationer. Relationen fordrar stadig tillgänglighet och ensamheten upplevd på grund av frånvaro av denna kontakt resulterar i *emotionell isolering* (ibid., s. 23).

2 *Social integration (social integration)* – med innebörden att relationerna bygger på delade intressen, delade tolkningar av upplevelser och en känsla av samförstånd. Inom denna kan man uttrycka sig, utbyta av tankar, idéer och nöjen. Ensamhetskänsla grundad på brist på social integration leder till *social isolering* (ibid., s. 23).

3 *Möjlighet att omvårda (Opportunity for nurturance)* – Ger människan möjligheten att känna sig behövd och få visa omsorg vilket Weiss menar skapar mening. Att inte känna sig behövd kan leda till en känsla av *meningslöshet* (ibid., s. 23).

4 *Försäkran om värde (Reassurance of worth)* – Där man försäkras om sin kompetens inom specifika *sociala roller*. Exempelvis yrkesroll eller en viss familjroll om det förekommer självhävdelse eller 'tävling' familjemedlemmar emellan, vilket betyder att man vädersätts och bekräftas genom färdigheter, kompetens eller vad man uppnått (achievements). Dålig självkänsla eller låg självrespekt (low self-regard) kan uppkomma i brist på den sortens bekräftelse (ibid., s. 24).

5 *Känsla av pålitliga förbindelser (A sense of reliable alliance)* – Denna relation förekommer vanligtvis inom släktskap, familj, och kan enligt Weiss ibland vara som starkast syskon emellan. Inom relationen upplevs en mycket hög nivå av pålitlighet och känsla av allians och möjligtvis villkorslös kärlek. Utan denna relation, vid till exempel brist på eller avbruten kontakt med familjemedlemmar, ligger känslan av begränsade hjälpresurser, sårbarhet och övergivenhet nära till hands (ibid., s. 24).

6 *Tillgång till råd och stöd (The obtaining of guidance)* – En sakkunnig, organiserad kontakt att vända sig till för vägledning, råd eller stöd när det krävs. Att då och då behöva rådgivning och tillgång till en stabil, myndig och auktoriativ person är betydelsefull i stressiga och påfrestande situationer. I brist på en sådan relation kan ångest, känslan av stress och ovisshet uppstå menar Weiss (ibid., s. 24).

3.2 Roller

Oavsett var vi är eller med vem vi är, menar Erving Goffman att vi i våra egna liv *agerar* (2009, s. 23) och beteer vi oss utifrån en rad olika situationsanpassade *roller* (ibid.). Vad Erving Goffman, professor i antropologi och sociologi, menar är att vi genom olika uttrycksmedel omedvetet eller avsiktligt framställer oss själva inför den vi möter eftersom vi vill framhäva eller förminska våra olika karaktärsdrag och 'sidor' beroende på vem vi möter. Hur vi agerar inför vår mamma torde inte se sig likadant som när vi agerar inför vår chef eller framför, låt säga kungen (eftersom det då finns särskilda förhållningsregler). *Sociala roller* är det agerande som i princip förväntas av oss i sociala situationer, som är bestämda baserat utifrån status, rättigheter och skyldigheter (ibid., s. 23). Våra roller tar vi oss an *cyniskt* eller *uppriktigt*. Om man inte tror på sin roll och går in i den 'helhjärtat' (ibid., s. 25ff), om man inte kan identifiera sig eller förlika sig med sin egen framtoning, så upplevs framträdandet som falskt - cyniskt. Uppträder man däremot med gott mod utan att kanske ens reflektera över att man agerar efter en situationsbestämd roll så medför det att aktionen kommer upplevas som uppriktig, sann och ärlig (ibid.).

Många roller blir vi givna, utan att vi egentligen har mycket att sätta emot, så som inom vissa yrkesroller där hela ditt framförande i form av klädsel, attityd och till och med röstläge är förbestämt. Ett par exempel är konduktörer, flygvärdinnor, psykologer eller läkare. Man skall förhålla sig på ett särskilt sätt gentemot kunder, gäster eller patienter av särskilda anledningar. Inom viss rang, klass eller kategorier av individer förekommer en så kallad *social fasad* vilken upprätthålls av individer inom vardera kategori. Det kallas även *stereotypiserade förväntningar* i samband med specifika sammanhang, vilket medför en slags ordning bland människor. Så man ser vilka som hör till vilka. Fasaden framstår som en *kollektiv representation* (ibid., s. 33) och det förutsätts att man med sitt *sociala jag* skall uppvisa ett homogent framträdande. Vi får, eller rättare sagt ska, oftast inte låta våra impulser ta kommando i våra *expressiva sammanhang*. Impulserna ska kontrolleras, även om dessa har högre överensstämmelse med ens *mänskliga jag* (ibid., s. 55).

3.3 Flykten och friheten

Psykologen, filosofen och samhällsteoretikern Erich Fromm menar att känslan av ensamhet och isolering skrämmer individen och att ensamheten undviks, flys ifrån, genom daglig arbetsrutin. Med förströelses som 'fest' och att se till att hålla sig distraherad med det ena än det andra, trots att känslan består. Antingen förekommer det en *flykt till* någonting eller *från* någonting, alternativt en flykt från någonting samtidigt som till något annat (ibid., s. 33). ”Men det blir inte ljusare för att man visslar i mörkret” (1993, s. 99). Han beskriver i *Flykten från friheten* (1993) att den frihet som avverkandet av feodalsamhället öppnade upp för även bjöd på ovisshet och effekten var dubbel. Att en ångest blev till genom friheten, det egna valet och att numer stå mer eller mindre allena. Samtidigt som an eftersträvade *frigörelse* (ibid., s.29 f) så började individen känna sig ensam och Fromm skriver att så som svält leder till döden leder känslan av att vara fullkomligt ensam till själslig upplösning (ibid., s. 20) Men! Detta behöver inte nödvändigtvis innebära att individen kräver direktkontakt med andra utan att det är en känsla av att vara ”*förbunden med idéer, värden eller åtminstone sociala strukturer som skänker honom en känsla av gemenskap och samhörighet*” (ibid.). Fromm talar fortsättningavis om hur individen i ett rum av människor kan uppleva en *intensiv känsla av isolering* och ensamhet (ibid.).

Liksom Goffman menar Fromm att *jaget* som växer fram är ett *socialt* sådant vilket består av *roller* som förväntas spelas, och detta ”*till beskostnad av andra delar av personligheten*” (ibid., s. 87), eftersom jaget försvagas i upprätthållande av det sociala. Man visar upp sitt jag i form av symboler, beteenden, egendom, hus, utseende och andra tingest och skapar sig en *personlighet*. Och beroende på vilken responsen som ges på personligheten sänks eller förhöjs individens *självkänsla*. Så så länge man omger sig av människor som responderar positivt på ens jag och på personligheten så växer självkänslan, och vice versa (ibid.).

3.4 Balans mellan närhet och distans

Enligt Thomas Sheff är *sociala band* samhällets lim, det som får allt att hålla ihop. Men en jämnvikt mellan behovet av individualism och behovet av gemenskap är det som förespråkas. Såväl för lite som för mycket av det ena än det andra kan leda till psykisk

ohälsa. Scheff presenterar Bowens begrepp *differentiering* (Scheff 1990, s. 4) vilken delas upp i tre; *Över-, under- och optimal differentiering* (ibid., s.4 f).

3.4.1 Underdifferentiering

När Thomas Scheff talar om *underdifferentiering* syftar han på umgänget inom vilken överensstämmelsen mellan mänsklikor är mycket hög men som erbjuder för lite variation och begränsat utbud av stimuli och social utmaning. Man håller sig vid det trygga, traditionella och pålitliga utan att ta några sociala risker. Att *uppslukas* av en gemenskap på detta vis, och inte exponera sig för 'nytt', nya perspektiv, värderingar, och sociala sammanhang är inte att föredra enligt Thomas Scheff (ibid., s. 4).

3.4.2 Överdifferentiering

Överdifferentiering (ibid., s. 4) är då motpolen till det ovan nämnda – att ha för lite utav det trygga och stabila umgänget, och för mycket av de 'flyktigare' relationerna. Distansen till stabiliteten som varar över tid är för stor och gynnar inte individen i längden.

3.4.3 Optimal differentiering

En mix inom umgänget av tradition och av 'nytt' är optimalt för individen. För lite differentiering överdoserar överensstämmelsen (*overconformity*) precis som allt för mycket ger ett underskott av överensstämmelse (*underconformity*). Nyckeln är en balans däremellan (ibid., s. 5). Med nära och trygga relationer som bygger på tillit, vilket kräver stort emotionellt engagemang i kombination av nya och kanske utmanande relationer och bekantskaper som bjuder på nya perspektiv och infallsvinklar. För att uppnå en *optimal differentiering* behövs nära relationer där man kan se saker utifrån den andres synvinkel, värna om dennes nödvändigheter och respektera dennes behov av självständighet. Man skall kunna vara överens om att man inte är överens och bibehålla ett intakt socialt band av närhet ändå (ibid., s. 4). Dessutom måste man tillåtas röra sig utanför umgängets gränser, vara 'för sig själv' med möjlighet till att uppleva även det nya. Då finns det bra underlag för att uppnå en hälsosam 'gemenskapsbalans'.

4. RESULTAT

Vad som följer är resultatet indelat i nya teman vilka alla informanter på ett eller annat sätt berört. Citat varvas med sammanfattningar av informanternas berättelser, och de fem informanterna namnges som informant A, B, C, D och E men redogörs dock inte för i nämnd bokstavsordning utan resultatet vävs ihop under temarubriker. De nya teman som som vuxit fram är Tema 1; **Sociala behov** med underkategorier; 'Den upplevda ensamheten', 'Hur den ofrivilliga ensamheten hanteras', 'Vad gemenskap tillför och 'Vilken gemenskap som tillför något'. Tema 2; **Individuella behov** med kategorierna 'Självvald ensamhet' och 'Flykt från roller'.

4.1 Sociala behov

4.1.1 Den upplevda ensamheten

När det kommer till informanternas associationer av- och tankar om ensamhet är det enhälligt att de först och främst kommer att tänka på den, som de alla kallar den, ofrivilliga ensamheten. När vi talar vidare om vad ensamhet är använder exempelvis A enkom ordet 'olycka' för att beskriva sin association till ämnet. Informant D säger att; "Jag tänker att ensamhet är när man är ofrivilligt ensam. Men vill man bara vara själv då är man inte ensam utan bara...med sig själv" (A, 11-11-17, Helsingborg). Och när E reflekterar över vad ensamhet egentligen är låter det såhär;

"Är man någonsin ensam? Om jag nu sitter ensam på mitt rum, egentligen, är jag då ensam? Är inte ensamhet bara en känsla? Man kan ju känna sig ensam i ett rum fyllt av människor. Så vad är ensamhet egentligen? Jag kan ju sitta ensam ute i naturen för mig själv och må bra." (E, 11-11-21, Malmö).

Om ensamhet säger informant A "Jag hatar ofrivillig!" (A, 11-11-17, Helsingborg). A kommer inte från Helsingborg, men har bott i staden på grund av anställning sedan sommaren 2010, och menar att det på sätt och vis varit svårt att finna stadig gemenskap i den nya staden och vid tillfällena upplevt sig ofrivilligt ensam.

"Jag brukar känna mig ganska ensam när jag inte är med någon, så jag brukar försöka vara ned någon; Jag pratar med alla. Men sen när det väl kommer till kritan då... känner jag mig...ganska...vet inte...man är ju ensam" (A, 2011-11-17, Helsingborg).

Precis som A är också informant C, en 25-årig student av annan etnicitet, inflyttad till Helsingborg sedan ett och ett halv år tillbaka på grund av studier. Om ensamhet säger C *"Totally negative. Actually Im afraid of it. I dont want to be lonely."* I hemstaden kände C sig ensam då de, som ändå räknats som nära vänner, hade andra prioriteringar och sällan hann umgås. *"We didn't get together so often. So that's why I wanted to travel and come to Sweden. To find more friends and not be alone"* (C, 11-11-18, Helsingborg). A tycker också sig ha funnit vänner i den nya staden. Men trots detta känns umgänget tillika otillräckligt. A har därför bestämt sig för att flytta tillbaka till hemtrakterna. Utbudet av umgänge är större där vilket leder till att gemenskapen blir mer lättillgänglig, menar A, och fler hör av sig. *"Jag har skaffat många vänner. Men de har ju andra och det är inte alltid man kommer först"* (A, 11-11-17, Helsingborg). Jag förstår på A att det finns en viss besvikelse gällande vännernas prioriteringar och att dessa inte 'tar sig tiden' att umgås vilket till och från leder till känslan av att vara utanför och ensam. A menar att de har såväl arbete som andra vänner och familjer vilka prioriteras och att det kan kännas som om man tjar till sig umgänge. Så trots antalet bekantskaper som byggts upp i Helsingborg så kämpar A alltså mot tiden – andras fullspäckade tidsschema. För E kunde upplevelsen av den mer ofrivilliga ensamheten också skava i början av sommaren, efter det att E kommit hem efter ett par längre utlandsvistelser. Och om sin upplevelse av ensamhet säger E att;

"När man har varit med om någonting... alltså jag kan berätta men ingen kan riktigt förstå, och det gjorde att jag kände mig sjukt ensam. Jag ville bara åka igen, det var så himla jobbigt att ha en så stark känsla men ingen kan relatera till den." (E, 11-11-21, Malmö)

En som upplever längtan till tillhörighet och annan gemenskap än den som ges från de vuxna barnen som kommer och går i hemmet är B. Vem börjar ifrågasätta sig själv då saknaden är som starkast; *"Ja den där känslan av att vara misslyckad på något sätt ligger ju snubblande nära."* Och tankarna går mot det potentiella att det är något fel på B själv, eller varför finns det annars inte någon att ringa för att prata både 'strunt' med, flamsa med eller för att prata om djupare och 'viktigare' saker med? *'Varför har inte jag någon där? Jag kanske inte är så intressant'* - så menar B att tankarna lyder då ensamheten gnager (B, 11-11-17, Helsingborg). Liksom B säger också A att ensamhet naggar på självkänslan. Sen vill inte B påstå att ensamheten känns bottenlös, men 'gnager' än

dock några gånger i veckan och triggas igång tankeverksamheten som tenderar alltså att bli destruktiv, *"Bara liten sån där obehaglig, gnagande känsla av brist på tillhörighet"* (B, 11-11-17, Helsingborg). Och för C som kände sig frekvent ensam och uttråkad i början av sommaren tedde sig tankarna snarlikt B's, då C började ifrågasätta sina val och sin livssituation; *"It's like 'what am I doing here?', and 'why is it so?'"* (C, 11-11-18, Helsingborg). Vad D däremot har saknat är inte umgänge och vänskap utan en kärleksrelation. Bristen på romantisk kärlek har trots utsträckningen av det sociala livet legat till grund för en ganska stark upplevelse av ensamhet i den bemärkelsen, och kom att få D att också kritiskt ifrågasätta sig själv. Intima, nära relationer och kärlek menar D att man visst kan få genom vänskap men ändå är det någon slags intimitet, och då syftar inte D på den fysiska eller sexuella, som just en kärleksrelation kan bidra med som inte en vänskaplig relation kan tillfredställa. D vill inte påstå att det är bekräftelse, men en dimension av närhet och tillförlitlighet som blir till i relationer med en kärlekspartner, vilken D eftersträvar. Jag undrade om det var så att det försegick mycket parverksamhet runtomkring som gav upphov till en känsla av utanförskap eller en önskan om att ha detsamma, men så var inte fallet. Majoriteten av vännerna var singlar och detta var ett eget behov, eller snarare en gåta att lösa påstår D. Frånvaron av den typen av relation grämer; *"och då kände jag att det är någonting som...det är nånting som är fel och nånting som gör att jag är ensam"* (D, 11-11-19, Helsingborg).

4.1.2 Hur den ofrivilliga ensamheten hanteras

Ensamheten undviker A så gott som det går; *"Då måste man utmana sig själv och gå ut själv istället. Gå på krogen själv. Och det är ett tufft steg men det måste man göra"* (A, 11-11-17, Helsingborg). När jag frågar hur A hanterar ensamheten och om A försöker att se till att aldrig vara ensam får jag till svar;

"Nej inte direkt så. Man har alltid nån så man slipper känna sig ensam. Om man hälsar på någon jättegod vän då kan man ju vara där hela veckan tills det blir helg igen, och då hälsar man på någon annan. Då är man aldrig ensam. Så jag brukar oftast försöka ligga på en viss nivå. Det är bra om man inte är ensam." (A, 11-11-17, Helsingborg)

Och för C fungerar också känslan av ensamhet som drivkraft att dra i alla trådar som finns för att undvika ensamheten, precis som för A. Vid ett par tillfällen under sommaren

2010 följde C till exempel med några flyktigt bekanta på ett par kortare resor eftersom det inte fanns några direkta argument för att låta bli. *'Cause I didn't want to be alone. Why not go somewhere?'*. (C, 11-11-18, Helsingborg). Att skaffa nya bekantskaper menar C är svårare i hemlandet där man förväntas ha det sociala nätverket på det torra, till skillnad från utomlands, som här i Sverige. Att man som turist eller temporärt bosatt i ett land söker kontakt räknas inte som avvikande utan är mer eller mindre förväntat. C berättar att det lockade att upprepade gånger under sommaren besöka en mötesplats som Nyfiket var för att bästa vännen hade lämnat Helsingborg och de nya bekantskaperna som fanns som sagt inte var helt tillfredställande när det kom till omfattningen. Ensamheten fungerade även drivande för E som menar att anledningen till besöket på Nyfiket var att; *"Det var uttalat - 'Kom ensam om du vill'. Och det var verkligen [pust], för det finns inga ställen som är så"* (E, 11-11-21, Malmö). När ensamheten börjar pocka på så försöker E, liksom A och C, hålla sig sysselsatt och distraherad;

"Det är jobbigt att känna sig ensam, om man känner att man vill hitta på nåt. Då tänker man 'nej men ska jag baka, eller kolla på film..eller...', alltså vad som helst för att distrahera; Men jag får sällan en känsla av ensamhet som håller i sig och blir jättejobbig, för det jämnar ut sig. Det går i perioder då det händer jättemycket, sen kanske det är lite lägre ibland" (E, 11-11-21, Malmö).

Känslan av ensamhet drabbar däremot inte informant D särskilt ofta. Men när den gör det så leder det till skillnad från A, C och E till självisolering. Det blir svårt att ta sig ut igen men efter ett tag när isoleringen måste få en ända så ser D till att ta sig ut och komma igång med det sociala livet. Detta är inte för D alltför svårt eftersom det sociala nätverket är stort. Det handlar mer i D's fall om självdisciplin, att ta ansvar för sig själv och att inte låta negativa tankar ta överhand (D, 11-11-19, Helsingborg). B kommer vid ett tillfälle att tänka på något, som någon sagt, vilket triggat igång starka känslor rörande hur andra i extrema fall kan, eller inte kan, hantera ensamhet och vad den skulle kunna leda till;

"Att det här kan också leda till döden. Och det blev så himla starkt för mig för att det...jag vet inte men det är precis som om jag inte har riktigt tänkt den tanken eller uttalat det så tydligt nån gång. Men det är klart att de som har på ett eller annat vis sjunkit till botten, kanske bara kände sig allmänt himla ensamma från början. Och så blev det bara värre och värre. Att inte ha nån att prata med kan ofta göra saker mycket värre." (B, 11-11-17, Helsingborg)

4.1.3 Vad gemenskap tillför

D har alltid upplevt sig själv som mycket socialt utåtriktad med lätt för att få kontakt och sitter på ett stort socialt liv. D vill först vara tydlig med distinktionen mellan vänner och kompisar eftersom de olika relationerna täcker och tillfredställer D's olika sociala behov. Vännerna är de relationer i vilka graden av tillit är hög och man 'vet att och var man har varandra'. De tillför glädje och energi, trygghet och kärlek i samma grad som familj kan göra. Medan kompisskapet också kryddar D's liv med trevligt sällskap, glädje och energi så saknas dock grunderna för förtroeliga samtal. Kompisar är för D bekantskaper med vilka man periodvis kanske umgås mer eller mindre med, måhända av en slump eller tillfällighet. Om gemenskap säger D att; *"Det är det jag tror att livet går ut på . Gotta sig med sina vänner"* (11-11-19, Helsingborg). Och värdet av gemenskapen delar D med A som menar att *"Det blir mer värt att leva. Med större gemenskap"*, men för A behövs gemenskap och umgänge också för att *"förhöja självkänslan, få mera självförtroende"* (11-11-17, Helsingborg). Det handlar om glädje men även självkänsla även för C. Med ett mer socialt liv utvecklas C's självkänsla till det starkare och genom möten lär C känna sig själv; *"Now i feel more confident, and i feel myself better if I am making new friends"* (C, 11-11-18, Helsingborg). C haft mycket blyga tendenser. De senaste åren har C därför valt att aktivt arbeta sig mot ett mer socialt 'jag' med ett större socialt liv. C anser sig ha en tillvaro med umgänge och socialt utbyte men fortfarande inte tillräckligt nog för att till fullo tillgodose sina sociala behov; *"For me it's very good to have different companies, different friends, different to hang out with. It is always better than one person cause then you always depend on this friend"*. Nu anser sig C ha ett lagom utbud av vänskaper i Sverige men menar också att relationerna ännu inte satts på prov. C vet inte om vännerna står kvar i blåsväder, men menar att magkänslan säger att dessa vänner är här för att stanna; *"...I dont know, I haven't tested them yet [skratt]. You don't really know until something happens. But we become pretty close, I believe"* (C, 11-11-18, Helsingborg) Och C vill tro att dessa relationer inte bara tillför glädje för nöje utan att de sinsemellan även kommit att bygga upp en ömsesidig tillit.

Appropå självkänsla berättar även E att det var under möten E infann sig i under sina resor som en inre utveckling tog fart. Både en personlig utveckling på det vis att alternativa tankesätt och värderingar presenterades av nya gemenskaper vilka E tog till

sig, samtidigt som E's känsla av självständighet etablerade sig. De människor och möten E ställdes inför gav en nyanserad bild av den verklighet E tidigare levte i. Men, A beskriver även sociala arrangemang och sökandet efter ny vänskap som 'kostsamt' på så vis att det kan ta för mycket kraft och energi i anspråk. Färdiga sociala arrangemang för kravlös gemenskap menar både A och B däremot tillför energi.

”Om man får beskriva det lite flummigt så känns det nästan som om man får energi in genom porerna av att bara...av att sätta sig där bland folk. Även när jag kom dit ensam, och bara satt där. Det var kravlösheten; Jag kände att jag var välkommen jag också helt enkelt, och det är inte alltid jag gör.” (B, 11-11-17, Helsingborg)

Men det är inte alltid gemenskap har en positiv inverkan. Precis som vi ser i citatet är det inte alltid B känner sig välkommen. B har i alla tider känt en osäkerhet i sociala sammanhang och gemenskaper har haft en negativ inverkan. Sociala sammanhang har tillfört oro och tveksamhet. B, som inte vill tränga sig på, har i gemenskapssammanhang drabbats av näst intill ursäktande tankar gentemot andra i sällskapet eftersom andra tillhört samma grupp som B, vem har svårt för att känna sig önskad i sällskap; *”Jag har personligen ganska ofta haft en förmåga att känna mig utanför fast jag kanske egentligen inte är det”* (B, 11-11-17, Helsingborg). I kombination med känslan av icke önkvärdhet har B svårt att lita till andras avsikter i möten. Oron för att någon skall kräva något av B i utbyte mot umgänget är överhängande och B håller sig därför på avstånd tills avsikterna med interaktionen har analyserats.

4.1.4 Vilken gemenskap som tillför vad

Trots sitt stora behov av gemenskap vill A inte umgås med vem som helst. A berättar om ett tillfälle när längtan efter umgänge var ganska omfattande men vännen som fanns till hands var inte den roligaste av de vänner menar A, *”så tänkte jag 'nej jag vill faktiskt inte det'. Så då måste man ju säga nej.”* Och under intervjun slår följande tanke A; *”Det är alltid olika från personer. Man har olika intressen. Med vissa klickar man, men andra ska man vara försiktig med så man inte blir ovänner. Så man inte sliter ut. Jag kom på det nu”* (A, 11-11-17, Helsingborg). Och A fortsätter med hur det egentligen är viktigt att ha mer eller mindre gemensamma intressen för att relationen ska 'ge' någonting. Samtidigt uppskattade A just kompotten av alla sorters människor på Nyfiket i skiftande

åldrar, klädstilar, klasstillhörigheter, etniciteter med mer. Att samla olika slags människor att interagera med tycker A ger ett givande utbyte. Det gjorde även C och B. Här i Sverige är det som sagt av så stort värde för C att man inte alltid kan vara kräsen. Men då de närmre bekanta varit upptagna tog C till exempel tillfället i akt att åka på dagsutflykter med vagt bekanta istället för att sitta ensam. B talar om tjusningen med blandningen av besökare och berättar om sin benägenhet att trivas bättre med ganska mycket yngre människor samt hur det i andra fall kan kännas svårt och som lite tabu att söka sig till yngre människor. B uppskattar inte 'medelålderssnacket' som upplevs som 'gnälligt' eftersom det ofta pratas krämpor och dåliga arbetsförhållanden. E reflekterar återigen över vad ensamhet egentligen är,

"Ensamhet är väl när man känner att man inte har något gemensamt med folk, att man inte har någon relation eller koppling till folk liksom? Man kanske har jättetight relation med familjen och vänner men saknar en partner. Eller har en partner men saknar vänner. Det finns nog olika fält att vara ensam i." (E, 11-11-21, Malmö)

För E uppskattar också det kravlösa socialiserandet med ett blandat klientel men säger sen att man samtidigt helst umgås med folk man har något gemensamt med;

"...Med folk som man känner att man har något gemensamt med och delar något gemensamt med, och har roligt med. Folk jag umgick med från jobbet eller så innan jag stack tillförde ingenting positivt i mitt liv" (E, 11-11-21, Malmö).

Precis som A och E vill inte heller B umgås med vem som helst fast behovet av gemenskap är påtagligt. Ett behov av nära vänskap finns men dessa krockar med kraven på vem det isåfall skulle vara och har överlag svårt att finna tillfredställande närmre relationer. B påstår sig vara en relativt pratglad person i vissa situationer, men ser sig ändå inte som en mest sociala. Även E uppskattar att interagera med folk för stunden opretentiöst och kravlost utan måstet att träffas igen. Det är vad som charmar E med resor, att man utomlands får börjar spontankonversera med människor runt omkring utan att någon tänker "*Känner jag henne? Vem är hon? Varför pratar hon med mig? Konstig*" (E, 11-11-21, Malmö), vilket E menar att så är fallet i Sverige.

"Det händer ju faktiskt att jag pratar med folk jag inte har någon anledning att prata med; Men jag blir jätteklugen för jag har svårt att hitta nya 'vänner'. Men jag är lite petig sådär. Det ska vara goa människor, jag orkar inte sitta och kallprata sådär" (B, 11-11-17, Helsingborg).

I samma mening pratar B om tjusningen i att småprata till exempel på jobbet, och hur det kan räcka för att känna sig sedd och hörd;

”Bara det här, att även om det inte blir något djupare prat på jobbet när man springer omkring med saker, men bara det lilla att någon säger 'Hej, hur är det? Hur mår du? Hur har helgen varit?', och man får stjälpas ur sig att man slog sig på tummen eller att ungen fick för sig att han skulle flytta...bara att man får sätta ord på det.” (B, 11-11-17, Helsingborg).

Något som A lägger stort värde i är antalet kontakter och berättar om en bekant med stor mängd Facebookvänner vilka han dessutom till A's förvåning, och beundran, verkar känna väl och alltså inte flyktigt bara vid namnet. Detta är något som A önskar sig själv och menar att *”det är som en resursbank med vänner...men man vill ju att det ska bli större flöde”* (A, 11-11-17, Helsingborg). Och vad som till en början ibland motiverar D att söka kontakt kan vara rent vinstintresse. På ett ställe som Nyfiket uppskattar D blandningen av människor och att det inte finns några kriterier för vem som interagerar med vem, utan krav eller tankar om att behöver upprätthålla en relation utan dela opretentiöst nöje för stunden. Men i övrigt kan det locka att som i egenskap av musiker gå fram för att söka kontakt med andra musiker, om det verkar som om dessa två skulle kunna vinna något av varandra. Om relationen så att säga skulle vara kunskapsmässigt eller arbetsrelaterat fruktsam. Sedan kan det vara precis så en nära vänskap tar sin början utan att det var det man avsiktligt sökte. De talar båda härmed ibland om vänskaper i ekonomiska termer som 'resurs' och 'vinst'.

4.2 Individuella behov

4.2.1 Självvald ensamhet

Ensamtid - Den frivilliga tiden för sig själv och att vara ifred är något det finns delade meningar om bland informanterna. Det är inget som A ser någon större vits med som till och att skaffa inneboende för att just slippa ensamtid, för att alltid ha någon att prata lite med om allt eller inget. A säger; *”Det funkar ju inte. Man är ju ensam när man städar. 'Ta mig ensamtid..'. Ta ett bad? Nej det var därför jag skaffade inneboende, för att slippa vara ensam”* (A, 11-11-17, Helsingborg). Vid närmre eftertanke kommer A fram till att det isåfall skulle kunna vara vettigt men isåfall räcka med att lägga lite mer tid på att 'ta hand om sig' rent kroppsligen. Kanske i form av en andaktsfull rakstund, vårda de

hårt arbetande händerna med omsorgsfullt eller ta sig en stund och 'försvinna' eller 'fly' in i en bok som A kallar det, för att slippa undan tumultet, ifall det skulle upplevas som ett för energikrävande virrvarr av socialitet.

Kvalitetstid på egen hand är något även B, enligt sig själv, är dålig på att värdera och ta tillvara på. Tiden går på så sätt till spillo på mindre värdefulla saker som otaliga stunder på Facebook, slöandes i soffan eller stirrandes på brödsmlor som borde torkas bort säger B. Istället skulle B vilja ha förmågan att validera både sig själv och tiden till att 'pyssla om' sig själv, aktivt värdesätta och njuta av den (B, 11-11-17, Helsingborg). Men C, D och E värderar ensamtid högt. *"Om man väljer det själv, då är det bra. Jag tycker att ensamhet kan bara jävligt nyttigt och skönt. Man hinner inte ikapp och hinner inte bearbeta någonting eller lära känna sig själv om man aldrig är själv"* (E, 11-11-21, Malmö). Man har alltid människor runtomkring sig på ett eller annat sätt menar C och D, även om man inte interagerar med dem, så tiden behövs för att komma bort från vimlet och vara för sig själv, rensa tankarna och vara ifred menar de båda. *"I should have always my space without anyone"*, säger C (11-11-18, Helsingborg). Dock uppleves det sociala livet som en större prioritet för C i Helsingborg än i den större hemstaden. Om så behövs kan C stänga in sig på sitt rum, men behovet upplevs inte som lika behövligt som vanligt, *"for me, here, its more important to be with someone. Not alone"* (C, 11-11-18, Helsingborg).

För D kan ensamtiden ta form på olika sätt, som till exempel ett lite extra långt toalettbesök eller att ringa sig sjuk från jobb eller skola för att ta en dag för sig själv. D använder tiden till att sortera tankarna vilket D inte kan inte varandes 'mitt uppe i allt' då det händer mycket runtomkring, kanske i form av pågående samtal och andra distractioner. D behöver, precis som E, stanna upp för att kunna reflektera över vad som känns, tänks, händer och för att komma i kontakt med sig själv. E som har rest mycket ensam de senaste åren, i Indien, Sydamerika, Europa och mer därtill och det på eget initiativ menar att det är genom ensamheten som en uppskattad självständighet rotats. Vilken E tror förmodligen inte hade utvecklats i samma takt om resan hade gjorts i stadigt följeslag av en kamrat.

4.2.2 Flykt från roller

De som tydligt vidrör temat 'flykt från roller' är B, C och E. Att få bli till där och då, och presentera sig som den man vill presentera sig som istället för den man känns vid som är också något E tar upp flera gånger under intervjun. Och en parallell kan dras till B upplevelser på Nyfiket som var; *"Trygg och...lite nybadad! Väldigt knoppande! Nyfött kanske man ska säga?!"* (B, 11-11-17, Helsingborg), som alltså indivikerar en känsla av nytt liv, av att också bli till där och då. B återupptäckte omtyckta sidor hos sig själv som annars blir överskuggade av roller som B beskriver förväntas spelas i olika sammanhang; *"men det här var för mig en motvikt mot allt det här på jobbet; Det ska vara rätt och det ska vara riktigt och man ska följa regler"* (B, 11-11-17, Helsingborg). B menar att man ändå vanligtvis håller sig till sina givna roller och sällskap inom vilka man bör vara på ett viss sätt för att accepteras;

"Vilket är okej i och för sig alltså, men det här gav väl mig, om jag ska försöka uttrycka det här nu, så gav det väl mig upplevelsen att 'det här finns ju också'. Och som gjorde att jag inte glömde bort mig själv i det här att 'så här gör alla andra'. Som ibland hamnar i skymundan för man blir mycket tvungen att göra som alla andra gör; Så för mig är det iallfall så att det kan vara svårt att hitta en balans mellan det som är rätlinjigt som alla andra gör, och då kan det klampa över på privatlivet" (B, 11-11-17, Helsingborg)

Kravlös gemenskap fungerar som ett 'andningshål' för B, vem också menar att livssituationen, som ibland bäddar för ensamhetskänsla och bristande tillhörighet, på sätt och vis självvald. B lägger stor tankeverksamhet vid vad andra vill 'ha' och förväntar sig. Nu i efterhand förstår B att besöken på Nyfiket var en stor del i sin personliga utveckling.

"Inget att man skulle ha samma intresse, vara anställd vid samma företag eller ha samma religiösa...samma ålder eller samma...inkomst eller nej. Det fanns liksom inget! Att komma ihåg mig själv och den sidan av mig, vid sidan av det där att man måste jobba och vara ordentlig. För att det mycket krav annars, i alla möjliga sammanhang. Att man ska bete sig på ett visst sätt, man ska klä sig på ett visst sätt. Uppföra sig, vara smart eller rolig, eller så man ska prestera nånting; Jag kände att jag var välkommen jag också helt enkelt, och det är inte alltid jag gör." (B, 11-11-17, Helsingborg)

E anser klart och tydligt att valet att lämna Helsingborg för att ge sig ut på längre resor var grundat på önskan om att fly. Vad E ville undkomma var det 'tidigare jaget' och andras föreställningar om E.

"Flykt från, och komma bort från, allt det gamla. Lite såhär...folk vet vem man är, eller de bestämmer en massa grejer innan,'det var hon som gjorde det och det för typ fem år sen' ...men det inte är jag längre. Jag gjorde kanske det för fem år sen men det är inte jag längre! När man åker någonannanstans så kan man börja om från början och, 'detta är vem jag är', så tar folk en för det!" (E, 11-11-21, Malmö)

Likaså har C flytt hemtrakterna tack vare en känsla av att vara avvikande. Hemma förväntas man vid det här laget rå om ett hushåll, ha barn och möjligtvis ett fulltidsarbete. Inte 'sprätta runt' för att upptäcka världen enligt C. Man förväntas alltså agera på ett visst sätt, vilja ha det andra vill ha, och gå in i rollen som maka eller make med allt vad det innebär. "*My situation is very... very strange. When you're twentyfive you should be married and soon have kids and so*" (C, 11-11-18, Helsingborg). Att lämna hemlandet var en flykt från normer, regler och värderingar som C inte delade. Och innebar ett sökande efter alternativa tankesätt, umgängen och leverne. Perioden innan E gav sig iväg förklaras såhär; "*Det var precis som om man åkte med strömmen när man egentligen ville simma mot strömmen, man gjorde vad alla andra gjorde. Och vad alla andra gjorde var inte egentligen vad jag ville göra*" (E, 11-11-21, Malmö). Och med sitt resande ville E söka något mer 'äkta' till skillnad från det som varit tidigare på hemmaplan. Hemma i Helsingborg fanns en bestämd mening om E's person vilken E drastiskt ville förändra och kallar för 'helomvändning'. Flykten gick mot en nystart och att hitta sig själv, "*bli en ny, där och då*" (E, 11-11-21, Malmö). Viljan att fly från roller och förväntningar är något B, C och E har gemensamt. Precis som ovanstående så D tror att det finns underförstådda bestämmelser och normer för hur man ska vara, för att bete sig socialt regelrätt. I D's fall handlar det om att vara tilldragande för en partner. Men till skillnad från B, C och E, vilka vill fly roller och sociala regler, så vill D lista ut vilka dessa 'regler' är. Vad det är som verkar ha gått D förbi, för att kunna använda sig av dem och råda bot på sitt ensamhetsproblem.

5. SOCIALPSYKOLOGISK ANALYS & DISKUSSION

I analyskapitlet tolkar jag informanternas berättelser temavis utifrån teori som hjälper till att skapa förståelse för empirin. Efter en socialpsykologisk analys avslutar jag kapitlet med en mer fri socialpsykologisk diskussion där jag tydligare besvarar syftet med hjälp av mina två frågeställningar och knyter ihop säcken genom att även återkoppla till sådant som tagits upp i inledning och bakgrund.

Syftet med denna studie har varit att socialpsykologiskt undersöka hur ett antal individer upplever och förhåller sig till relationen mellan ensamhet och gemenskap i sina egna liv. Särskilt har jag intresserat mig för det spänningsfyllda förhållandet mellan individuella och sociala behov samt viljan att fly givna rollförväntningar.

Frågeställningarna som ringat in syftet är; 'Vad får individerna ut av gemenskap kontra ensamhet' och 'I vilka avseenden kan gemenskap respektive ensamhet vara påfrestande?'

5.1 Socialpsykologisk analys

5.1.1 Vad får individerna ut av gemenskap kontra ensamhet och i vilka avseenden kan gemenskap respektive ensamhet vara påfrestande?

Vi börjar med att ta en titt på vad individerna får ut av gemenskap. A, B och E tar upp det faktum att man gärna har något gemensamt med de man socialiserar med. Det råder inga tvivel om att informanterna bekräftar Robert S. Weiss teori om olika slags sociala förnödenheter (1974, s. 17-26). Både E och D tar nämligen själva upp särhållningen av olika slags relationer och vad de tillför. A liksom C anser sig ha en stadig gemenskap men önskar sig fortfarande fler och av mer variation. Enligt C har sällskapet tidigare bestått av en enda kamrat vilket C menar skapade ett beroende av den andre – ett uppenbart *underdifferentierat* förhållande. Och när kamraten gav sig av insåg C värdet av ett mer *differentierat* sällskap (ibid.). Anledningen till ett varierat sällskap skulle vara att inte stå beroende av en individ och för att tillfredställa olika slags behov.

E syftade på att man kan vara nöjd över familjerelationen men sakna vänner, eller kanske en partner. Som ett tidigare citat av E visar så konfirmerar det Weiss teori om att det finns 'olika fält att vara ensam inom' precis som det då måste finnas olika 'sociala fält' att tillgodose. Med det sagt leds vi in på D, som tillsynes är tillfredställd vad gäller samtliga *förnödenheter* (Weiss 1974, s. 23) utom en – känslan av samhörighet och partnerskap – den av tvåsamhet. Detta behov, menar D, kan bara tillgodoses genom

romantisk kärlek. Jag förmodar att det är *tillförlitlighet och allians* som saknas D (ibid., s. 25) eftersom familj och vänner tillför D tillit, kärlek och trygghet (ibid., s. 24) – tillförsel av *anknytning* hade Weiss sagt. Och D anser även att vännerna är till hjälp i de perioder så man behöver råd och stöd. På så vis verkar ett par av dessa förnödenheter kunna slås ihop och tillföras genom en och samma relation? Anknytning verkar i D's fall även kunna tillgodose behovet av *vägledning och stöd* (ibid.). Utöver förgående utviner D genom såkallade kompisrelationer vad Weiss kallar för *social integration*. Troligtvis tillför vännerna detsamma men med kompisarna delar D endast glädje, nöjen och *intressen* (ibid.). Underskott av den slags relation leder till *social isolering* påstår D, och mycket riktigt är det så Weiss beskriver att *brist* på social integration inverkar (ibid., s. 23). Kanske behövs kompisarna då vännerna inte finns tillgängliga för att undvika underskottet av social integration? Det trygga umgänget kvarstår trots att D rör sig i fler sociala sammanhang och får luft under vingarna. Vännerna accepterar med andra ord D's individuella och sociala behov, och ger D utrymme för att röra sig utanför umgängeskretsen. Precis detta är vad som krävs enligt Scheff för att *optimal differentiering* ska upprätthållas (Scheff 1990, s. 5). De 'har' varandra, och vet 'var' de har varandra, med en rörelsefrihet. Med D's varierade gemenskap är det mycket möjligt att D däremot uppnått en optimal differentiering, eller så gott som.

E beskriver så väl när ensamhet ibland kan upplevas som påfrestande. Att även i ett rum av människor kan man känna sig ensam om *överensstämmelsen* (ibid.) och känslan av gemenskap är för låg. Man upplever en *distans* till individerna runt omkring trots att de är många och fysiskt nära. Medan man kan sitta i skogen ensam utan att känna sig ensam. Detta vill jag koppla till det Fromm säger om att vara 'förbunden' och besitta en känsla av samhörighet utan att den är fysiskt närvarande (Fromm 1993, s. 20). Otrevlig känsla ensamhet fast i samvaro med andra, av detta slag, tror jag kan förekomma i både *över-* och *underdifferentierade* sällskap (Scheff 1990, s. 4f). Man känner sig inte nödvändigtvis förbunden i ett underdifferentierat sällskap. Lika väl som att man i ett överdifferentierat kanske inte känner någon direkt koppling och starkare överensstämmelse till sällskapet. Eller tvärtom – att man känner koppling och förses med social integration men inte med trygghet. Både dessa extremer bäddar för en känsla av ofrivillig ensamhet. Men vad som går att förstå är att E anser att perioder av mer eller mindre socialt liv, innehållandes mer eller mindre överensstämmelse, väger upp för

varandra. Som E ser det tar dessa två lägen i längden 'ut varandra'. Det förekommer dessvärre ingen jämn balans mellan de två utan exemplifierar nog vad Scheff skulle beskriva som en växelverkan mellan *över- och underdifferentiering* (ibid.). I ena stunden befinner sig E i relationer med intensivt umgänge och samhörighet för att sedan stå utan särskilt mycket umgänge alls. Som kontrast till Scheffs påstående att detta skulle vara olämpligt verkar E än dock förhållandevis nöjd med sin situation och lider inte utav den. Huruvida E enbart accepterar situationen och förlikar sig med den eller faktiskt tycker att den är tillfredställande framgår inte.

Men även C, E och B verkar vara försedda vad gäller tillförsel av anknytning. E uttrycker nämligen en tacksamhet för att familjen finns till hands nu när det sociala livet tryter efter hemkomsten. Och B, som har familjen nära inpå, ges även *möjlighet att omvårda* (Weiss 1974, s. 23), känna sig behövd som förälder och rå om sin familj när barnen bor hemma. Å andra sidan anser B sig trots allt vara i behov av tillhörighet fast B menar sig tillhöra sin familj. Det finns en längtan efter en bekantskap att kunna ha förtroeliga samtal med lika väl som en vän att ha lättsamma, glädjande samtal med. Kravlösa relationer utan förväntningar eller baktankar är också något B önskar sig eftersom dessa tillför B energi, trots att man skulle kunna tro att B sporadiska kravlösa samtal som förs på arbetsplatsen och andra offentliga sammanhang skulle räcka för detta. Men jag förstår, utifrån Weiss, att B's tillförseln av social integration är allt för knapp, men även den av guidning, känsla av *tillförlitlighet och allians* (ibid.).

Gemenskap tillför energi och livskvalitet. Det gör livet mer värt att leva berättar D och A, plus att A's självkänsla förstärks. Men, nu lämnar A till och med Helsingborg, tack vare allt för sparsam gemenskap. Tolkningsvis har A upplevt vad Fromm beskriver som för tunn respons på sin *personlighet*, och därmed har *självkänslan* tagit stryk (1993, s. 88f). Dit A återvänder finns som tur är familj och en stadig gemenskap att gå tillbaka till. Precis som A påstår sig C vara nöjd med sitt sociala nätverk i Helsingborg för att sedan säga att fler vänner faktiskt skulle uppskattas. C litar på sina nya vänner även om de inte 'testats' ännu, för att således se om de finns kvar i 'vått och torrt', men ännu menar C att inget har indikerat motsatsen. Jag skulle mena att C är försedd när det kommer till *social integration* men att *anknytning* eller försäkan om *tillförlitlighet och allians* (Weiss 1974, s. 23) kanske inte finns så nära till hands, åtminstone inte här i

Sverige. C berättar ju också att vändningen från en blygsam personlighet till en mer social sådan har haft positiv effekt på självkänslan. Detta antyder att C's 'nya personlighet' medfört *positiv respons*, vilket Fromm menar eggas *självkänslan* (Fromm 1993, s. 87f), vilket konstigt nog inte fungerat som bränsle för C att vilja fortsätta vara utåtriktad.

För att tala om vad de anser att de får ut av ensamhet så uppenbarar sig ett mönster i hur ensamhet delas upp i två av informanterna; den ofrivilliga och den självvalda. Samtliga börjar med att förknippa ensamhet med negativitet, för att i samma mening reflektera över sina just valda ord när de plötsligt kommer att tänka på förekomsten av en såväl positiv ensamhet. Denna, dock, vill de inte kalla ensamhet utan för 'att vara för sig själv'. Dessa två vill man bland informanterna alltså särhålla då en utav dem är avskyrvärd medan den andra kan innebära tillfredsställelse. Är man 'för sig själv' är man enligt informanterna inte ensam utan månar om det individuella behovet. Samtliga informanter söker då och då tiden för sig själv för att fly undan när runtomkringvarandet av andra människor blivit för mycket. Även om tiden för sig själv sker i mycket olikartad form och väldigt varierad utsträckning. Men det framgår att tid för sig själv på eget initiativ tillför lugn, tid för reflektion, vård av sig själv fysiskt eller psykiskt och andrum. Vid intensiva faser av socialitet då den upplevs som påfrestande tar de sig stundom tid för sig själva, samtidigt som man i tider med låg frekvens gemenskap uppsöker den eftersom det då är ensamheten som påfrestar. De verkar jobba på en jämvikt, en balans mellan avskildhet och socialt stimuli, för att den ena eller andra aldrig ska få överslag. På det viset försöker de väva samman individuella med sociala behov. Vilken utsträckning av gemenskap eller ensamhet som krävs för välmåendet är dock individuell och vitt skild informanterna emellan.

De som i lägst utsträckning tar tid för själva är A, B. Händelsevis för att deras situationer skulle kunna ses som *överdifferentierade* (Scheff 1990, s. 4f) eftersom samtligas gemenskap för tillfället består av flera men mestadels flyktiga och otillräckliga relationer? De för samtal i förbifarten på arbetet eller i det offentliga med främlingar. För trots sina relationer upplevs ibland ensamhet. Inga direkt band knyts utan relationerna förblir lösa. Å andra sidan förekommer det i hemmet ett *underdifferentierat* (ibid.) umgänge främst för B, då umgänget bara består av de två vuxna barnen. A är däremot

svårtolkad. Frågan är huruvida man kan tolka A som omgiven av en *under-* eller *överdifferentierad* (ibid.) gemenskap. Ytringarna pekar på en viss ambivalens vad gäller huruvida A har ett tillfredställande socialt nätverk eller ej. Ena stunden är vännerna många, för att i nästa stund mena att de för få, att fler önskas för att få ett 'större flöde'. A undviker, flyr aktivt från, ensamheten och håller sig distraherad, precis som Fromm antyder. Vilket leder till att ensamheten sällan hinner infinna sig eftersom A håller sig sysselsatt, påstår A. Men som Fromm sagt "...*det blir inte ljusare för att man visslar i mörkret*" (1993, s. 99), och detta kan direkt kopplas till A's beslut att, trots upprätthållandet av konstant social stimulans, flytta. Fly tillbaka till gemenskapen från ensamhet.

5.1.3 Flykten från roller

Informanterna ger uttryck för att gemenskap inte endast tillför positiva egenskaper. Gemenskap kan även vara påfrestande. Oberoende av varandra framhäver majoriteten informanter - B, C och E, påtryckningar på *sociala roller* (Goffman 2009, s. 23), vilka kommer med viss gemenskap, som de alla vill slippa. Både B och E nämner tjueningen att i sociala sammanhang få bli till där och då utan att andra i sammanhanget har en förutfattad bild av en. Att få möjlighet att ta sig an den *roll* (ibid., s. 23) de själva vill ha, utan påtryckningar och krav, är vad de önskar sig. Så de får *framställa sig* (ibid.) så som de själva vill framstå. I de flesta möten menar framförallt B att man förväntas vara på ett visst sätt, och dessa *stereotypiserade förväntningar* är vad Fromm menar skapar ordning bland människor, för att se vilka som 'tillhör' vilka när det kommer till rang, klass eller andra katagorier av människor. En *personlig fasad* (ibid., s. 30) måste upprätthållas. Regler, roller som andra har skapat för B att följa för att upprätthålla en *social fasad* (ibid., s. 33) - ett oönskat måste. Det framgår att B tappar bort sig själv i virrvarret av forcerade roller när en *socialt skapad personlighet* växer fram och det är *till beskostad av andra delar av personligheten* (Fromm 1943, s. 87). Liknande upplevelse ger E uttryck för. E menar att den person som E tidigare tagits för har förändrats, och nu vill E träda fram med sitt nyfunna jag - något som känns oförställt och *uppriktigt* (ibid., s. 25-27). Men inom gemenskaper där det finns en sedan tidigare färgad bild av E upplevs det som omöjligt att korrigeras den färdiga bilden som finns av E. E kände sig tidigare bunden vid vad Goffman kallar *kollektiv representation* (ibid., s. 33) - det homogena beteende som

tillämpas genom *sociala roller* (ibid., s. 23). E talar också om hur tiden innan flykten kändes som om man bara flöt med strömmen fast E egentligen ville följa *expressiva* instinkter, vilka stämde mer in på E's *mänskliga jag* (ibid., s. 55). E ville få agera fritt och simma mot strömmen, stod inte ut hemma utan flydde mot *frihet* (Fromm 1993, s. 90ff), självförverkligande, ny gemenskap, nya värderingar och nya roller. Bort från bristande tillhörighet och förväntningarna. A har snarare flytt Helsingborg, tillbaka hem. På samma vis som E flydde C en värld av förväntningar och rollspel. C satsade likaså på *frigörelse* (ibid., s. 28ff) genom att också simma mot strömmen snarare än att fastna i det homogena beteendet, genom att ge sig av för att upptäcka alternativa kulturer och sysselsättningar. C trotsade det som förväntades - bygga familj och hushåll. De tycks alla tre innerligt vilja *fly* såväl *ifrån* något som *till* något nytt (ibid., s. 33) Mot friheten där de får ingå i gemenskap dock som enskilda starka individer med kontroll över sina egna rollframträdanden. Att få *agera* (ibid., s. 23) utifrån riktlinjer de i högre grad identifierar sig med, och samtidigt måna om egna värderingar. De roller B behöver förhålla sig till i arbetslivet och andra sociala sammanhang kan förmodas utföras, utifrån Goffman, *cyniskt* (2009, s. 25-27) eftersom är detta roller B inte helt och fullt verkar förlika sig med. B strävar efter något annat, något 'äkta' och något som B känner starkare igenkännighet med, något informanten själv kallar för 'andningshål'. För att vända på det menar alltså B att det kan upplevas som svårt att få andningsutrymme, bildligt talat, i andra sociala sammanhang. B talar om krav och regler i största mån negativ bemärkelse men anser också att 'det i och för sig är ok' med det såkallade rollspelet. Så länge det finns stunder med möjlighet till fria luftvägar.

Ett socialt behov som jag inte lyckas föra in i någon av Weiss presenterade sociala förnödenheter, och oavsett under-, över- eller optimalt differentierat umgänge, är det uttryckta behov av ett till fullo kravlöst umgänge så som det på Nyfiket. Utan krav på delat intresse, klädval, åldersindelning, att behöva ses igen eller någon som helst tillhörighet av något slag. Man vill 'bara vara' i fysisk samvaro med andra. I och för sig så är det delade intresset att just i samförstånd kravlöst 'bara vara'. Men detta är något jag finner gemensamt och önskat av A, B, C, D och E. Även om det i många fall föredras ett tillförlitligt umgänge med större överensstämmelse och delade intressen, så önskar de sig ändå fler möjligheter att umgås under sådana förhållanden.

5.2 Socialpsykologisk diskussion

Ensamhetens liksom gemenskapens påverkan är alltså tvåsidig. Den ofrivilliga ensamheten har en inverkan av dålig självkänsla, isolering, ett ifrågasättande av den egna personen och olycka. Medan en självvald ensamhet den har en inverkan av lugn och tillfredställelse eftersom man får tid att 'hitta tillbaka till sig själv' antingen i tanken vila eller arbeta. För att inte bli för uppslukad av andra och andras idévärldar krävs tid på egen hand för icke påskyndad eller avbruten och, så gott det går, opåverkad självreflektion. Man behöver återuppta kontrollen – och få 'koll på läget'. Men detta individuella behov verkar informanterna bara uppskatta värdesätta när de anser sig ha ett socialt liv att återvända till. När de har kontroll. Jag hänvisar till A, B och C vilka allihop inte i någon större utsträckning uppskattar tiden för sig själv, tolkningsvis eftersom det övriga sociala livet inte i Scheffs mening är optimalt utformat. Många och relativt nya vänskapsrelationer där de inte till fullo vet var de har varandra än. Alternativt, i B's fall, inga alls. Medan D och E stundom överväldigas av umgänge i större utsträckning kan de i perioder njuta av mindre socialitet. Över- och underdifferentiering verkar kunna kollidera. Eller samverka. Det är som om situationen i en individs hemvist, i form av såväl land, stad eller boning, kan skilja sig från den utanför så de båda kan förekomma på en och samma gång. Att umgås med en och samma person eller personer på hemmaplan kan tillföra trygghet och avvärja en sorts ensamhetskänsla men resulterar då ett underdifferentierat sällskap. Samtidigt som man utanför hemmet kanske har flertalet relationer än dock inte tillräckligt solida för att fylla behovet av de sociala förnödenheter som skall till för att uppnå välbefinnande, utan att råka resultera i ett överdifferentierat socialt liv. En individs sociala liv bör innehålla olika slags relationer vilka tillfredställer det vi behöver i den sociala kostcirkeln, inom vilka relationer vi får framhäva sidor (roller) hos oss själva som vi själva önskar framhäva, utan yttre påtryckningar! Allt detta för att uppnå optimal differentiering.

För att tala gemenskap så tillför den, i viss form, positiva saker. Men ibland medför den sådant som påfrestande rollförväntningar. Problemet är att det är så många bitar i den sociala dietläran som ska till för att ensamhet ska motverkas och att hitta personer vilka kan tillfredställa dessa förnödenheter är inte det lättaste. Man vill ingå i gemenskaper där man får agera på ett sätt man trivs med. I många sociala sammanhang

och kretsar finns det färdiga sociala roller att finna sig i och detta tycks besvära informanterna. Att få ihop den här kostcirkeln tycka vara svårt och det är troligtvis få förunnat. Den som verkar mest privilegiad är D, en av fem. Resten har på ett eller annat sätt ganska starkt upplevt att de måste röra på sig för att finna vad de söker. Något måste till. Jag generalisera inte men om det skulle vara som så att bara en av fem upplever sig tillgodosedda vad gäller det sociala livets vitaminer så behövs något göras. De uttrycker alla att fler människor att kravlöst umgås med skulle uppskattas och tillföra något gott. Att det är intressant att möta människor utanför ens egna intresseområde. Att rör sig utanför de vanliga kretsarna man tenderar att hålla sig till. Men att det fria socialiserandet finns det inte tillgång till utan att framstå som knäppgöken som småprata fritt med okända människor.

Det är ett starkt ord, att vilja fly. Flera informanter berättar att de flyr både över landsgränser eller inrikes för att finna ny gemenskap, få 'vara sig själv' och slippa måsten och krav som gemenskap kan tillföra. De vill finna 'rätt sorts' gemenskaper och är villiga att resa långt. Ett par menar att de antingen inte fått, eller inte för tillfället får, utrymme att vara sitt egna jag eller att framstå med en roll de identifierar sig med. Det råder inga tvivel om att majoriteten uttrycker en vilja att ha mer av gemenskap. Vid tillfällen säger de emot sig själva, när de menar att de är nöjda med sin sociala situation, fast å andra sidan är nätverket inte tillräckligt tillgängligt. Så mer gemenskap skulle faktiskt behövas om man ska försäkra sig om att känslan av ensamhet inte infinner sig. För om en trygg, stabil men differentierad umgängeskrets finns till hands, vilka uppfyller de förnödenheter och sociala behov som krävs så utvinns energi, glädje, trygghet och en förbättrad självkänsla. Men inte bara det. De kan då i godan ro anvjuta en stund för sig själv utan att känna sig ensamma. För då är den självvald. Det är ett aktivt val att vara för sig själv och man har sitt sociala liv under kontroll.

Problemet är att det är så många bitar i sen sociala dietläran som ska till för att ensamhet ska motverkas och för att balansen ska infinna sig. Att hitta individer vilka kan tillfredställa dessa många förnödenheter är inte det lättaste. Inte nog med det. I de flesta sociala sammanhang förväntas det färdiga sociala roller att finna sig i och detta besvärar informanterna. Att lyckas ihop till den sociala kostcirkel tycka vara svårt och det är troligtvis få förunnat.

6. SLUTSATS

Så i en strävan efter balans mellan gemenskap och ensamhet försöker individerna kombinera individuella behov med sociala. På något vis har jag funnit att spänningen inte förekommer gemenskap och ensamheten emellan, utan inom vardera för sig. Hur de två kontrasterna däremot hänger ihop är genom följande; Huruvida individerna får den frivilliga ensamheten, som de bevisligen behöver, är avhängande av gemenskapens tillförsel. På så vis att fruktbar ensamhetstid bara kan altras om man så gott som i övrigt får den sociala näring man behöver, och att kostcirkeln är fullbordad. Självvald ensamhet har en inverkan av lugn och tillfredsställelse eftersom man får tid att 'hitta tillbaka till sig själv'. Denna uppskattas dock bara om man anser sig ha ett socialt liv att återvända till. Ensam vill man bara vara om man vet att man inte är det.

Jag har lagt märke till en bristfällig möjlighet att fylla ett behov av 'gemenskap under frihet'. Inom vilket man inte är bunden till specifikt intresse, ålder, klass eller dylikt. Ett forum ska till för individer med eller utan befintliga vänner att få utbyte, andrum och och möte med nya människor där gemenskapen stannar vid kravlös, spontan interaktion för den som stundtals behöver rörelsefrihet utanför en sluten umgängeskrets. Eller så utvecklas relationer till vidare umgänge. En möjligt till fri gemenskap, dit man kan fly antingen till något eller från något. För att uppnå balansen måste det finnas fler möjligheter att länka samma de tårtbitar som ska till i kostcirkeln för att nå välmående. Det finns intresseklubbar, föreningar med specifika inriktningar, otaligt antal dejtingsidor och mer därtill. Men för det kravlösa samkvämet för gemene man har jag inte än funnit. Eller är en sådan social tillförsel endast funktionell som kompensation för att de förnödenheterna som är svåra att tillgodose speciellt i en tid av mycket geografisk flexibilitet? Eller, kan det vara så att det med samhällsutvecklingen har tillkommit en sjunde förnödenhet av social tillförsel sedan 1974?

7. REFLEKTIONER

Eftersom jag började med att samla in mitt material för att sedan söka teorier som kunde hjälpa till vid förståelsen för resultatet, så var jag inte inläst på till exempel Robert S. Weiss teorier om olika slags sociala försödenheter. Syftet och frågeställningarna kom att förändras aningen under studiens utveckling eftersom det insamlade materialet visade på nya teman och mönster som inte avsiktligt undersökts. Den stora betydelse som till exempel påtryckningen av roller visade sig ha för informanterna var inte förutspådd. Inte heller hur olika slags gemenskaper tillfredställer olika behov. Dessa två gav studien en ny vändning som jag inte varit beredd på. Därför förekommer det inga frågor i intervjuguiden som har med detta att göra. Trots det, och som tur var, fick jag en hel del information om området med hjälp av följdfrågor under intervjuerna. Med facit i hand hade jag, vid rekonstruktion av studien, ställt fler frågor rörande just upplevda roller och hur de själva skulle anse att deras sociala nätverk är kategoriserat eller vilket slags socialt behov informanterna kunde tänkas ha idag. Istället låg störst fokus vid gemenskapen inverkan i stora delar av hela, *vad* gemenskap gör för informanten istället för *vad för* gemenskap som gör vad. Även fanns ett fokus vid upplevd ensamhet. Det är justeringar som vid eftertanke hade kunnat generera en djupare förståelse för informanternas berättelser. Samtidigt var det kanske bra att stå ofärgad av teorier innan jag in i studien. Jag tycker mig trots allt ha funnit en tillkommen social försödenhet, eller åtminstone något att undersöka vidare, och frågan är om jag uppmärksammat detta ifall jag hade varit bekant med teorin sedan tidigare eller ifall den hade påverkat mig i sättet att ställa frågor och så vidare. Utöver detta blev jag i ett par frågor bekräftad men även så motbevisad i ett par avseenden. Det finns alltså ett behov av ett forum för att möta nya människor och att det kan upplevas som svårt att finna gemenskap. Men att gemenskap, även om den inte leder till stadigare vänskap, kontaktknytande eller till chanser att ses igen, kan vara energigivande och fullt tillräckligt var inte något jag förväntat mig. Kravlöshet och spontanitet var återkommande slagord i studien från majoriteten informanter. Utöver detta och min tidsoptimism som åstadkom ett mycket pressat schema är det inte mycket annat jag hade önskat annorlunda med studien.

REFERENSER

Fromm, E. (1993). *Flykten från friheten*. (4e uppl.). Natur och Kultur, Stockholm. (Espace from Freedom 1943).

Goffman, E. (2009). *Jaget och Maskerna*. (5e uppl.). Norstedts, Smedjebacken. (The Presentation of Self in Everyday Life 1959).

Knoll, T., & Witt, A. (2005). *Ensam tillsammans - Senmodernitet, gemenskap, individualisering*. Studentlitteratur, Lund. (red).

May, T. (2001). *Samhällsvetenskaplig forskning*. Studentlitteratur, Lund. (Social Research – Issues, methods and process 1997).

Scheff, T. J. (1990). *Microsociology; Discourse, Emotion, and Social Structure*. The University of Chicago Press, Chicago

Stenberg, H. (2011). *Gemenskapens socialpsykologi*. Liber AB, Malmö.

Sohlberg, P., & B. (2009). *Kunskapens former – Vetenskapsteori och forskningsmetod*. Liber AB, Malmö.

Tornstam, L., Rydell, M., Vik, I., & Öberg, E. (2010). *Ensamheten i Sverige 1985-2008*. Uppsala: Uppsala Universitet, Sociologiska Institutionen.

Weiss, Robert S. (1974): "The Provisions of Social Relationships" s.17-26 I *Doing unto others: Joining, molding, conforming, helping, loving*. Rubin Zick (red.). Prentice-Hall, Englewood Cliffs. NJ.

Vetenskapsrådets Webbplats, www.vr.se, hämtat 2012-01-02

BILAGOR

Intervjuguider

Intervjuguide – Svenska

Semistrukturerad intervju med teman; *Nyfiket, Gemenskap, Ensamhet.*

- Presentation av studiens syfte och min roll. Uppllysning om konfidentialitet och anonymitet. Samtycke av inspelning och publicering av uppsatsen.

Bakgrundsfrågor

1. Kön
2. Ålder
3. Etnicitet
4. Yrke/sysselsättning
5. Är du Helsingborgare?
6. Hur länge har du bott i Helsingborg?

Huvudfrågor

Nyfiket

7. Hur fick du nys om 'Nyfiket'?
8. Hade du några förväntningar när du tog dig dit?
9. Hur många gånger gick du dit?
10. Vad fick dig att komma till 'Nyfiket'?
11. Hur upplevde du mötesplatsen? (Stämningen, andra besökare, arrangemanget.)
12. Gjorde 'Nyfiket' gjort någon skillnad för dig? Vad gav Nyfiket dig?
 - Isåfall hur och vad betydde det för dig?
 - Upplevde du en känsla av gemenskap på Nyfiket? På vilket sätt/eller inte?
13. Hur levde, eller levde inte, 'Nyfiket' upp till dina förväntningar?

Gemenskap

14. Är du i regel en social, kontaktsökande person eller lite mer av en ensamvarg?
15. Hur ser din sociala situation ut idag såväl inom heltidssysselsättning som på fritiden?
 - Hur känner du för det?
16. Skulle du säga att du har ett stort kontaktnät som bidrar till umgänge?
17. Hur skulle du mena att det är (att du har) lätt eller svårt för att knyta nya kontakter?
18. Hur hade din kväll sett ut om du inte gått dit tror du?
19. Pratade du med någon du aldrig träffat eller pratat med förr?
 - Hur fick ni kontakt? Hur kändes det?
20. Har du sprungit på eller planerat träffat någon av de du mötte där?
 - Hur ser interaktionen mellan er ut då?
 - Hur känns det?
21. Genererade mötesplatsen några nya bekansksaper, i så fall hur har dessa utvecklats?
 - Vad känner du inför det?

Ensamhet (förslag på hur ensamhet kan definieras är brist på sällskap, önskan om förändring och som negativt)

22. Men, hur definierar du ensamhet?
23. Tar du dig någonsin såkallad 'ensamtid'?
 - Varför och vad betyder det för dig?
24. Hur ofta skulle uppskatta att du känner dig ensam?
25. Hur ofta kände du dig ensam innan sommaren/under sommaren 2011?
 - På vilket sätt känner/kände du dig då ensam? Jobbigt/skönt?
26. På vilket sätt påverkar ensamhet dig? Skulle du önska att du hade fler nära vänner?
 - Varför?
27. Skulle du önska att du hade ett större socialt nätverk (där du befinner dig nu)
 - Varför?

Avslutande

28. Tror du ett ställe som 'Nyfiket' behövs?
29. Skulle du önska att något i stil med 'Nyfiket' arrangerades igen?
30. På vilket sätt då?
31. Vad skulle med fördel kunna utvecklas/förändras

Intervjuguide - Engelska (översatt)

Semistrukturerad intervju med teman; *Nyfiket, Gemenskap, Ensamhet*.

- Presentation av studiens syfte och min roll. Upplysning om konfidentialitet och anonymitet. Samtycke av inspelning och publicering av uppsatsen.

Bakgrundsfrågor

1. Gender
2. Age
3. Ethnicity
4. What do you do? Work, study?
5. Are you from Helsingborg?
6. How long have you lived in Helsingborg?

Huvudfrågor

Nyfiket

7. How did you find out about Nyfiket?
8. What kind of expectations did you have when you went?
9. How many times did you visit?
10. What made you come?
11. How did you experience Nyfiket,? People, energy etc.
12. What did Nyfiket do for you?
 - How, and what did it mean to you?
13. Did you experience the feeling of fellowship?
 - In which way or why not?
14. How did or did not Nyfiket live up to you expectations?

Gemenskap, interaktion, sociala band

15. Are you in general a loner or a social person making contact?
16. How's your social situation today? Work, spare time...
 - How do you feel about that?
17. Would you say you have a lot of social contacts in Hbg?
18. Would you say you have easy or hard to make contact with others?
19. How would your night have turned out if you didn't visit Nyfiket you think?
20. Did you talk to someone you never talked to before?
 - How did you make contact?
 - How did it feel?
21. Have you met anyone from Nyfiket afterwards?
 - How do you interact when you meet?
 - How does it make you feel?
22. Did you make any new acquaintances and how did these in such case develop?
 - How did you feel about that?

Ensamhet (förslag på hur ensamhet kan definieras är brist på sällskap, önskan om förändring och som negativt)

23. What does loneliness mean to you?
24. Do you ever take yourself some 'alontime'?
- Why ans what does it mean to you?
25. How often do you feel lonely?
26. How often did you feel lonely before and during summer 2011
27. In wich way do you then feel lonely, is it difficult or likeable?
28. How does that feeling affect you?
29. Would you say you wished for more friends?
- Why?
30. Would you like a bigger social contactnet where you live right now?
- Why?

Avslutande

31. Do you think theres a need of a place like Nyfiket?
32. Would you like if something like Nyfiket was arranges again?
- How? Why? In what way?
33. Any ideas how to develop the arrangement? What could be different?