

Ungt utenforskap

Hva sier de unge?

Fredrik Ringdal Oftedal & Sondre Siira

Bacheloroppgave i psykologi

Veileder: Esther Ogundipe Eradajaye

Stavanger, 29.04.2024

Det samfunnsvitenskapelige fakultet

Institutt for sosialfag



Universitetet
i Stavanger

Word count: 8998

Forord

Denne oppgaven er et resultat av vår dedikasjon og engasjement for å utforske og forstå ungdoms utenforskap, et tema som vi begge har personlig og profesjonell erfaring med. Gjennom vårt arbeid med unge, har vi vært vitne til de utfordringene og kompleksitetene som utenforskap medfører. Dette har drevet vår søken etter dypere kunnskap og forståelse av de underliggende mekanismene som bidrar til denne samfunnsutfordringen.

Vår motivasjon til å skrive om dette tema har også vært inspirert fra våre erfaringer som ansatte i Blå Kors steg for steg Stavanger. Gjennom Blå Kors har vi fått muligheten til å jobbe med inkludering av unge som opplever utenforskap knyttet til rus og psykisk helseutfordringer. I dette arbeidet får vi være med på å bringe unges stemmer frem i lyset, og utvikle løsninger som aktivt involverer ungdommene selv i å skape inkluderende fellesskap og støttende tjenester. Vi tror sterkt på at for å gjøre en reell forskjell, må vi lytte til og inkludere de vi ønsker å hjelpe.

Nettopp denne tilnærmingen har vært kjernen i vår bacheloroppgave. Vi har benyttet oss av den verdifulle fagkunnskapen opparbeidet gjennom de siste tre årene på psykologistudiet, sammen med våre egenerfaringer og jobberfaring knyttet til ungdoms utenforskap. Dette samspillet mellom teori og praksis har ikke bare styrket vår forståelse av de komplekse mekanismene bak utenforskap, men også forbedret vår evne til å identifisere de faktorene som fremmer inkludering. Vi håper derfor at denne oppgaven vil bidra til økt kunnskap om, og skape et større fokus på hvordan samfunnet kan arbeide proaktivt for å redusere utenforskap.

Vi ønsker å rette en stor takk til alle som har støttet oss gjennom denne reisen. Spesielt ønsker vi å takke våre medstudenter og kolleger, som har delt sine innsikter og erfaringer, og som har beriket både vårt arbeid og vår akademiske vekst. En takk går til hverandre for et inspirerende samarbeid, der vi sammen har utforsket og utfordret våre egne forståelser.

Ikke minst, en hjertelig takk til vår veileder, Esther Ogundipe Eradajaye, som ikke bare hadde troen på oss, men også veiledet oss med visdom og tålmodighet gjennom hele prosessen.

Stavanger, 28.04.2024

Innhold

Forord	2
Abstrakt	4
1.0 Innledning.....	5
1.1 Bakgrunn	5
1.2 Avgrensninger	6
2.0 Teoretisk rammeverk.....	7
2.1 Sosial Identitetsteori	8
2.1.1 Inn- og utgruppe	8
2.2.2 Sammenligning.....	8
2.1.2 Søken etter tilhørighet	9
2.2.4 Endring av gruppetilhørighet.....	9
3.0 Metode.....	10
3.1 Design.....	10
3.3 Søkestrategi	12
3.4 Søkeresultat	15
3.5 Tematisk analyse og tolkning	17
3.6 Studiens troverdighet.....	19
3.6.1 Selvrefleksjon og selvbevissthet.....	19
3.6.2 Teoretisk ramme om bias.....	20
4.0 Presentasjon av resultater	20
4.1 Unges opplevelse av stigmatisering	20
4.2 Unges opplevelse med manglende sosiale nettverk	22
4.3 Unges opplevelser med manglende kunnskap.....	23
5. Drøfting av resultater	24
5.1 Stigmaets mange ansikter: Fra personlig opplevelse til sosial utfordring	24
5.2 På Egen Hånd: Unge Menneskers Fortellinger om Isolasjon og Savn.....	25
5.3 Uten Kart og Kompass: Unges Reise Gjennom Psykisk Helse og Rusutfordringer	26
6. Konklusjon.....	27
Referanseliste:	28

Abstrakt

Denne bacheloroppgaven undersøker fenomenet ungt utenforskap, med fokus på hvordan rus- og psykiske helseproblemer påvirker ungdommers sosiale integrasjon. Oppgaven er en systematisk litteraturstudie, hvor både akademiske artikler og delte erfaringer fra ungdommer mellom 12 og 29 år har blitt analysert for å utforske de psykososiale barrierene som bidrar til sosial eksklusjon.

Hovedmålet med studien er å se hva tidligere forskning viser om ungdommers opplevelse av utenforskap knyttet til rus og psykisk helse utfordringer. Nøkkelfunnene fra litteraturen indikerer at stigma, mangel på tilgjengelige støttetjenester og utilstrekkelig sosial støtte er blant de mest signifikante barrierene som ungdommene møter. Disse faktorene forverrer ungdommenes sosiale isolasjon og begrenser deres tilgang til utdannings- og arbeidsmuligheter.

Implikasjonene av forskningen peker mot et kritisk behov for mer omfattende støtteprogrammer og utdanningsinitiativer som kan dempe stigmaet og fremme sosial inkludering. Oppgaven anbefaler at fremtidige studier fokuserer på å involvere unge i å utvikle og evaluere intervensjoner som spesifikt adresserer de identifiserte barrierene, og på lengre sikt bidrar til en mer inkluderende og støttende samfunnsstruktur for ungdom med rus- og psykiske helseutfordringer.

Nøkkelord: Utenforskap, Ungdom, Stigma, Rus, psykisk helse

1.0 Innledning

Hovedmålet med denne studien er å utforske, analysere og diskutere eksisterende forskning for å utdype vår forståelse av utenforskap blant unge, spesielt knyttet til rus- og psykiske helseutfordringer. Vi fokuserer på å identifisere de faktorene som både bidrar til sosial ekskludering og de som kan fremme inkludering. Studien vil søke å belyse erfaringer fra unge mellom 12 og 29 år, en aldersgruppe som står overfor sosiale, psykologiske og utviklingsmessige utfordringer, som intens navigering i identitetsdannelse og overganger fra utdanning til arbeidsliv (Holt et al., 2019, s. 576-780). Faktorer som kan forsterke deres opplevelse av utenforskap og føre til økte risikoer for marginalisering (Sanderson, 2022).

Utenforskap kan manifestere seg som en følelse av å være ekskludert fra det sosiale livet som er avgjørende for medlemskap i samfunnet (Tajfel et al., 1979). Dette kan igjen føre til begrenset tilgang til viktige samfunnsressurser som utdanning, arbeidsmarkedet, sosiale nettverk og helsetjenester (Sanderson, 2022). Studien vil også undersøke hvordan stigma, mangel på sosiale nettverk, og utilstrekkelig kunnskap bidrar til å forme unges sosiale virkelighet og deres erfaringer med utenforskap (Blyth et al., 2023).

Gjennom å integrere ungdommens egne perspektiver, søker denne oppgaven å frembringe en bedre forståelse og økt kunnskap om effektive strategier for å fremme sosial inkludering og redusere stigma knyttet til rus- og psykiske helseutfordringer.

1.1 Bakgrunn

Ungdomsårene representerer en formbar periode preget av sosial, psykologisk og fysiologisk utvikling, der veien til voksenlivet formes gjennom komplekse interaksjoner mellom individet og samfunnet (Holt et al., 2019, s. 652-654). Dette tidsvinduet er avgjørende for sosial integrasjon og personlig utvikling, hvor unge etablerer sin identitet og sosiale roller (Arnett, 2000). Imidlertid kan unge som møter psykiske helseutfordringer eller rusproblemer, oppleve en forverret overgangspågang preget av stigma, diskriminering og sosial isolasjon. Disse faktorene kan intensivere følelsen av utenforskap (Holt et al., 2019, s. 677).

Flere studier har belyst hvordan psykiske helseutfordringer og rusmiddelbruk kan stigmatisere unge, noe som ytterligere forsterker deres utenforskap og isolasjon fra samfunnet (Corrigan, 2004). Stigma knyttet til rus- og psykiske helseutfordringer (ROP-utfordringer) kan føre til

selvstigmatisering og økt psykologisk distress, samtidig som det etablerer sosiale barrierer som hindrer unges muligheter for støtte og integrering i samfunnet (Major & O'brien, 2005).

I tillegg er manglende kunnskap om, og tilgang til psykiske helsetjenester kritiske faktorer som begrenser unges evne til effektivt å håndtere ROP-utfordringer. Dette kunnskapsgapet, i kombinasjon med stigma og et svakt sosialt nettverk, bidrar til en ond sirkel av utenforskap og psykiske helseproblemer, en vedvarende utfordring i mange samfunn (Law et al., 2020).

Gjennom en grundig analyse av eksisterende forskning og direkte innsikt fra unge selv, søker vår studie å utforske hvordan unge med ROP-utfordringer opplever og håndterer utenforskap.

“Hva viser tidligere forskning om unges opplevelse av utenforskap knyttet til rus og psykisk helse utfordringer?”

1.2 Avgrensninger

Oppgaven er avgrenset til å fokusere på unge mellom 12 og 29 år. Valget av denne aldersgruppen er basert på innsikt fra tidligere forskning, som indikerer at det er nettopp i denne fasen av livet at individene navigerer gjennom kritiske overganger fra barndom til voksenliv (Holt et al., 2019, pp. 576 - 580). Denne avgrensningen er valgt for å kunne gi en dypere innsikt i spesifikke utfordringer knyttet til ROP utfordringer som er relevant for denne aldersgruppen. Selv om utenforskap kan påvirke individer i alle aldre, viser innsikt fra «ungt utenforskaps rapport» Mæstad (2021) at det er ungdom og unge voksne som oftest står i fare for å falle utenfor samfunnets støttestrukturer, og medføre langtids utenforskap (Mæstad, 2021, p. 38).

For å legge grunnlaget for vår analyse, er det nødvendig å avklare noen sentrale begreper som vil bli brukt gjennom studien: «rusproblematikk», «psykisk helse», «ung», og «utenforskap». Disse begrepene er essensielle for vår forståelse av hvordan utenforskap påvirker og manifesterer seg innen denne spesifikke aldersgruppen.

Rusproblematikk: Rusproblematikk omfatter et bredt spekter av forhold knyttet til bruk, misbruk, og avhengighet av ulike rusmidler, inkludert alkohol og narkotika. I denne konteksten fokuseres det på hvordan rusproblematikk bidrar til eller forsterker opplevelsen av utenforskap blant unge, og utfordringene det medfører for deres sosiale integrasjon og mentale helse (Bru et al., 2016, s. 197).

Psykisk helse: Psykisk helse refererer her til individers emosjonelle, psykologiske, og sosiale velvære (Bru et al., 2016, s. 17). Studien vår ser nærmere på hvordan psykisk helseutfordringer, som angst, depresjon, og andre lidelser, påvirker unges opplevelse av utenforskap.

Ung: Begrepet "ung" refererer i denne sammenhengen til individer i aldersgruppen 12 til 29 år. Denne definisjonen omfatter både ungdomsårene og overgangen til voksenlivet, en periode som er kritisk for personlig og sosial utvikling. Dette er en tid for utforskning av identitet, etablering av uavhengighet, og begynnelsen på voksen roller og ansvar (Holt et al., 2019, pp. 576 - 580). Samtidig står unge mennesker i denne aldersgruppen overfor utfordringer som kan påvirke deres psykiske helse og velferd, inkludert eksperimentering med rusmidler og navigering i sosiale miljøer (Holt et al., 2019, p. 701).

Utenforskap: I moderne samfunn er begrepet "utenforskap" stadig mer fremtredende, men det mangler likevel en fast og entydig definisjon. Utenforskap beskriver en tilstand hvor individer eller grupper føler seg sosialt isolerte eller marginaliserte fra de sentrale strømmene i samfunnet (Tjora, 2020). Overgangen til det teoretiske rammeverket "Sosial identitetsteori" er derfor særlig relevant her. Teorien som utviklet av Henri Tajfel og hans kolleger (Tajfel et al., 1979), kan tilby en dypere forståelse av hvordan unges selvoppfatning og sosiale tilhørighet er formet av deres medlemskap i ulike sosiale grupper.

2.0 Teoretisk rammeverk

I utforskningen av unge og deres sosiale interaksjoner er valget av teoretisk rammeverk viktig for å forstå de komplekse forholdene mellom individ og samfunn. Dette rammeverket må fange opp både de interne prosessene som foregår i unge og de eksterne sosiale påvirkningene som former deres hverdagslige erfaringer og sosiale plasseringer (Tjora, 2022).

Rammeverket som blir introdusert i dette arbeidet fokuserer derfor på de dynamiske interaksjonene mellom individets selvoppfatning og de bredere sosiale gruppene de interagerer med. Vi undersøker hvordan disse interaksjonene kan lede til sosial inkludering eller ekskludering, og hvordan unge navigerer i et landskap av sosiale kategorier og gruppetilhørigheter.

2.1 Sosial Identitetsteori

Sosial identitetsteori gir en grunnleggende forståelse av hvordan individets selvoppfatning er formet av deres tilhørighet til ulike sosiale grupper (Tajfel, 2010). Denne teorien fremhever at menneskers selvkonsept og selvverd i stor grad er påvirket av de gruppene de anser seg som en del av, og at dette kan ha effekter på deres interaksjoner, holdninger, og oppførsel overfor både in-group (egen gruppe) og out-group (andre grupper) (Tajfel, 1979). Sosial identitet oppstår fra individets tanker og handlinger til å bli en del av en sosial gruppe knyttet opp imot den emosjonelle betydningen og verdien til dette fellesskapet. Dette fellesskapet bidrar til en del av deres selvkonsept, og skiller mellom "oss" og "dem", hvor sammenligninger med out-group kan føre til favorisering av in-group for å forbedre selvverd og sosial status.

2.1.1 Inn- og utgruppe

Ofte undersøkt innenfor rammen av sosial identitetsteori, fokuserer inn- og utgruppe på hvordan individene klassifiserer seg selv og andre innenfor distinkte grupper. Denne teorien foreslår at individer har en tendens til å se medlemmer av sin egen gruppe (in-group) i et mer positivt lys, mens de tenker at medlemmer av de andre gruppene (out-groups) har mindre gunstige egenskaper (Tajfel et al., 1979). Dette kan føre til gruppefavorisering, hvor personer favoriserer sin egen gruppe i beslutningsprosesser, vurderinger, og tildeling av ressurser, selv når det ikke er noen objektive grunner til å gjøre det (Tajfel & Turner, 1979).

Gruppefavorisering er en grunnleggende menneskelig prosess og bidrar til å forme individets sosiale identitet og oppfatninger av tilhørighet (Myers et al., 2021). Konsekvensene av denne grupperingsprosessen strekker seg videre til å påvirke sosiale relasjoner, konflikter mellom grupper, og individets opplevelse av sosial eksklusjon eller inklusjon (Myers et al., 2021).

2.2.2 Sammenligning

Sammenligning mellom grupper er også et sentralt komponent i sosial identitetsteori, som antyder at individers selvbylde delvis er avledet fra deres medlemskap i sosiale grupper, sammen med verdien og den emosjonelle betydningen knyttet til disse gruppene (Turner & Oakes, 1986). Individer streber etter et positivt selvbylde, som de oppnår gjennom å sammenligne grupper på en måte som favoriserer egen gruppe (Hogg & Turner, 1987). Dette fenomenet, kjent som in-group bias, kan føre til økt gruppesamhold og styrket gruppeidentitet, men også til fordommer og diskriminering mot de som er utenfor ens egen gruppe (Hogg & Turner, 1987).

Unge kan oppleve seg selv som en del av en ut-gruppe sammenlignet med jevnaldrende som ikke deler deres utfordringer, noe som kan forsterke følelser av isolasjon og eksklusjon (Myers et al., 2021). Forståelse av disse dynamikken kan være viktige for å utvikle strategier som fremmer sosial inklusjon og reduserer stigma.

Tiltak som fokuserer på å bygge broer mellom grupper og fremme intergruppeforståelse kan være spesielt effektive i å motvirke negative effekter av gruppesammenligning (Myers et al., 2021). Dette understreker viktigheten av å adressere de sosiale aspektene av utenforskap i ungdomsårene og viktigheten av å skape miljøer som oppmuntrer til inkludering, tilhørighet og forståelse på tvers av gruppelinjer (Holt et al., 2024).

2.1.2 Søken etter tilhørighet

Søken etter tilhørighet er en menneskelig motivasjon som understreker viktigheten av å føle seg akseptert, verdsatt og en del av et samfunn eller gruppe (Baumeister & Leary, 2017).

Trangen til tilhørighet påvirker en rekke psykologiske prosesser og kan ha betydelige konsekvenser for individets velvære, atferd og sosiale relasjoner. Baumeister and Leary (2017) beskriver behovet for tilhørighet så grunnleggende, at det kan sammenlignes med andre primære behov som mat og sikkerhet. Dette kan påvirke menneskelig atferd og beslutningstaking, som kan føre til endring av gruppetilhørighet, og få både positive og negative psykologiske konsekvenser (Tajfel et al., 1979).

2.2.4 Endring av gruppetilhørighet

Endring av gruppetilhørighet kan være en dynamisk prosess som påvirker individets selvbilde, verdier og atferd (Tajfel et al., 1979). Dette fenomenet undersøkes gjennom sosial identitetsteori og teorien om selv-kategorisering. Teoriene fremhever hvordan individer klassifiserer seg selv og andre innenfor ulike sosiale kategorier, og hvordan disse kategoriseringene påvirker deres sosiale identitet (Tajfel & Turner, 1986; Turner, Hogg, Oakes, Reicher, & Wetherell, 1987). Når individer endrer gruppetilhørighet, kan det føre til en omstrukturering av deres sosiale identitet og tilhørighet, noe som kan ha både positive og negative psykologiske konsekvenser. Endringen er avhengig av de nye gruppene de identifiserer seg med og deres opplevelser innenfor disse gruppene.

For unge som står overfor utenforskap knyttet til ROP, kan endring av gruppetilhørighet spille en kritisk rolle i deres rehabiliteringsprosess og sosiale reintegrering. Å finne tilhørighet i positive og støttende miljøer kan fremme helbredelse og personlig vekst, mens tilknytning til negative eller destruktive grupper kan forsterke rusproblematikk og forverre psykisk helse

(Sanderson, 2022). Dette understreker viktigheten av tilrettelegging for sunne sosiale nettverk og samfunn som kan støtte unge i overgangen til mer positive sosiale identiteter og gruppetilhørigheter.

3.0 Metode

Vi har valgt litteraturstudie som metode, basert på en systematisk gjennomgang av relevant forskning, i henhold til Thidemann (2019) sin anbefalte struktur for systematisk litteratursøk. Vår tilnærming er tilpasset for å inkludere design, datainnsamling, søkestrategi, og analyse av søkeresultatene. Denne metodikken muliggjør en omfattende syntese av eksisterende litteratur, som understøtter en dypere forståelse av ungdommers erfaringer med utenforskap knyttet til rus- og psykiske helseutfordringer, samtidig som den ivaretar vitenskapelig troverdighet Morling (2021, p. 14) og etisk forsvarlighet (Morling, 2021, p. 98).

3.1 Design

I den innledende fasen av studiet vårt vurderte vi muligheten for å gjennomføre egne kvalitative intervjuer for å utforske unges erfaringer med utenforskap knyttet til ROP. Denne metoden ville potensielt tillate en dypere forståelse av de personlige perspektivene og erfaringene til de unge. Imidlertid støtte vi på vesentlige utfordringer knyttet til metodens etiske implikasjoner, spesielt gitt målgruppens sårbarhet og de strenge kravene til etisk godkjenning som kreves for direkte engasjement med unge deltakere i sårbare livssituasjoner (Morling, 2021, p. 95). I tillegg ville tidsrammen for bacheloroppgaven ikke tillat en omfattende gjennomføring av denne tilnærmingen.

Gitt disse begrensningene, bestemte vi oss for å iterere og revidere vår metodiske tilnærming. Det ble besluttet at en litteraturstudie ville være den mest hensiktsmessige metoden for vårt forskningsprosjekt. Denne metoden tillater oss å engasjere oss med emnet uten de etiske og praktiske hindringene som følger med direkte datainnsamling fra sårbare ungdomsgrupper. Gjennom en systematisk gjennomgang av eksisterende litteratur, inkludert publiserte studier som allerede hadde gjennomført dybdeintervjuer med denne målgruppen, kunne vi unngå direkte interaksjon, samtidig som vi oppnådde en forståelse av unges erfaringer (Aveyard, 2018, s. 2).

Vårt valg av systematisk søk som design ble drevet av målet om å utforske og hente innsikt fra forskjellige akademiske disipliner relatert til problemstillingen vår. Dette designet understøtter en analyse av eksisterende data, og gjør det mulig å sammenligne og analysere tidligere studier for å identifisere mønstre, temaer og gap i forskningen (Rethlefsen et al., 2021). Prosessen med å systematisk vurdere tidligere publisert materiale har ikke bare beriket vår forståelse av feltet, men har også bidratt til å formulere nye perspektiver og tilnærminger i analysen av utenforskap blant unge.

3.2 Datainnsamling

Litteraturstudiet ble utført i tråd med Thidemanns (2019) metodiske veiledning for planlegging og gjennomføring av systematiske oversikter, som beskriver seks trinn for hvordan et systematisk litteratursøk skal utføres (Thidemann, 2019, s. 84).

- | | |
|----------------|---|
| Trinn 1 | Vi formulerte vår problemstilling om unges opplevelser av utenforskap knyttet til rus og psykisk helse til et presist og søkbart spørsmål ved bruk av PICO-rammeverket (Thidemann, 2019, s. 84). Dette bidro til å definere relevante inklusjons- og eksklusjonskriterier for å avgrense og tydeliggjøre omfanget av litteraturen vi skulle gjennomgå. Detaljene i PICO-skjemaet, samt inklusjons- og eksklusjonskriteriene, er dokumentert i Tabell 1 og Tabell 2. |
| Trinn 2 | Vi valgte databasene PsycINFO og Scopus for hovedsøket, ettersom disse plattformene tilbyr dekning av litteraturen relevante for vår problemstilling. |
| Trinn 3 | Søkeordene ble utvalgt basert på problemstillingen og emneordssystemene som er standardisert i de valgte databasene (Thidemann, 2019, s. 86). |
| Trinn 4 | Søket ble gjennomført ved å anvende avanserte søketeknikker og implementere de utviklede søkestrategiene i de valgte databasene. |
| Trinn 5 | Vi evaluerte effektiviteten av vårt søk ved å vurdere treffene som ble generert med de valgte søkeordene, og vurderte om det var nødvendig å reformulere problemstillingen basert på svarene fra databasene. |
| Trinn 6 | Dokumentasjon av søkestrategien og søkehistorikken ble oppnådd gjennom implementering av en PRISMA-figur, vist i Figur 6. |

Ved å følge disse trinnene sikret vi at vår litteraturgjennomgang ble utført med vitenskapelig troverdighet, og at alle prosesser var godt dokumenterte og transparente.

3.3 Søkestrategi

I utviklingen av vår litteraturgjennomgang initierte vi et innledende søk for å bli kjent med temaene ungdom, utenforskap, rus- og psykiske helseutfordringer. Vi benyttet databaser som PsycINFO (ovid), Scopus, ORIA og Idunn for å identifisere relevant forskning til problemstillingen vår. Databasene ble valgt både for deres dekning av relevante fagfelt, og brukervennlige funksjoner for eksport av data til Endnote for videre screening. Denne initiale fasen involverte skumlesing av artikler og abstrakter, noe som muliggjorde en gradvis forfining av søkeordene basert på innsikt og erfaringer høstet underveis. Thidemann and Thidemann (2019, p. 82) understreker viktigheten av en iterativ prosess i litteraturstudier, hvor tidlig eksplorasjon bidrar til å forme og redefinere søkestrategien gjennom kontinuerlig tilpasning og forbedring.

Med en dypere forståelse av feltet, overgikk vi til å formalisere søkestrategien ved å implementere en systematisk tilnærming, veiledet av Thidemann (2019) tredje trinn. Ved å benytte en tilpasset PIO-struktur (Population, Intervention, Outcome) strukturerte vi vårt hovedsøk for å sikre en grundig og pålitelig syntese av forskningen. PIO skjema var et hjelpemiddel vi tok i bruk for å veilede valg av søkeord til problemstillingen vår. Denne tilnærmingen har som mål å kartlegge eksisterende forskningslandskap og identifisere kunnskapshull innen unges psykiske helse og rusproblematikk Thidemann and Thidemann (2019, p. 84), som kan informere fremtidige intervensjoner og praksiser.

Nedenfor presenteres vårt PIO-skjema, som tjente som grunnlag for det systematiske søket:

Tabell 1: PIO Skjema

(P) Populasjon Hvem/hvilke	(I) Intervention Hva	(O) Outcomes Resultater
Ungdommer som opplever utenforskap med tilknytning til rus og eller psykisk uhelse	Se hva tidligere forskning viser om ungdommer som opplever utenforskap tilknyttet rus eller psykisk uhelse	Forebygging av utenforskap
Ungdom Rus «Psykisk helse»	Rus Utenforskap «Substance abuse»	Inkludering Forebygging Samfunnsdeltakelse

	«Psykisk uhelse»	Erfaringskompetanse
	«Mental health»	«Tidlig intervensjon»
	Kvalitativ	Tilhørighet
	Samfunn	Recovery
	Stigma	Purpose
	Avhengighet	
	Addiction	

(Thidemann, 2019)

Etter å ha definert rammeverket for søket, påbegynte vi hovedsøket den 12. april 2024, i databasene PsycINFO (OVID) og Scopus. Her implementerte vi trinn 4 av Thidemanns (2019) veiledning, som innebærer å ta i bruk søketeknikker og iverksette søkestrategier for å få relevante søk. Scopus og OVID ble valgt på grunn av deres dekning av relevante fagfelt, noe som var viktig for å sikre en omfattende innsamling av relevant litteratur. Vi brukte booleske operatører som AND, for å sikre at alle artiklene inkluderte nøkkelbegrepene «Substance use», «Youth*» og «experience» og «qualitative», og brukte trunkering (*) for å fange opp variasjoner av søkeordene, slik som entall og flertall (Thidemann, 2019, s. 87).

Tidlige forsøk på å søke etter relevante artikler ved å bruke norsk som søkespråk resulterte i et begrenset antall relevante funn. Thidemanns (2019) 5. trinn handler om å evaluere søket med henhold til relevans og antall resultat. Dette nødvendiggjorde en strategiendring til engelske søkeord, for å bedre tilgangen til internasjonal forskning og utvide det faglige perspektivet. Ved å skifte språket til engelsk, føre inn de utvalgte søkeordene ovenfor, styrket vi vårt fokus og økte relevansen av de innsamlede artiklene. Vi definerte også klare inklusjonskriterier, hvor artiklene måtte inneholde søkeordene i titlene og følge IMRaD-strukturen (introduksjon, metode, resultat og diskusjon), noe som hjalp oss å filtrere ut de mest relevante kildene (Thidemann, 2019, s. 30).

Inklusjons- og eksklusjonskriterier spiller en viktig rolle i vitenskapelige studier ved å definere grensene for litteratursøket og sikre relevansen og kvaliteten på de dataene som undersøkes (Aveyard, 2018, s. 77). For denne oppgaven har vi nøye valgt inklusjons- og eksklusjonskriteriene i tråd med universitetets retningslinjer og med særlig vekt på problemstillingens relevans. Først og fremst har vi avgrenset aldersgruppen for å treffe ønsket innsikt fra unge voksnes egne opplevelser. I tillegg har vi satt målgruppen til å handle om

unge som opplever utenforskap relatert til ROP som et av inklusjonskriteriene for å avgrense søkeområdet.

Videre har vi bestemt at inklusjonen skal begrenses til kvalitative studier. Dette valget ble gjort for å utdype forståelsen av unges personlige erfaringer gjennom intervjuer og narrative beskrivelser, som er sentrale for vår studie. Språkmessig ble det bestemt at studiene måtte være skrevet på norsk, svensk, dansk, eller engelsk, for å lette forståelsen og analysen av innholdet. I tillegg har Universitetet i Stavanger (UiS) anbefalt at inkluderte artikler bør være fagfellevurderte og publisert innen de siste fem årene for å garantere aktualitet og vitenskapelig integritet. Vi krevde også at studiene fulgte den etablerte IMRaD-strukturen (Introduksjon, Metode, Resultat, og Diskusjon), for å sikre en systematisk og vitenskapelig tilnærming til dataene.

Eksklusjonskriteriene ble definert for å utelukke artikler som ikke oppfylte disse standardene, sikre fokus og effektivitet i datainnsamlingen (Thidemann & Thidemann, 2019, p. 82). Denne systematiske tilnærmingen sikrer at den inkluderte litteraturen er av høy relevans og kvalitet.

Inklusjons- og eksklusjonskriteriene er presentert i Tabell 2 nedenfor.

Tabell 2: Inklusjons- og eksklusjonskriterier

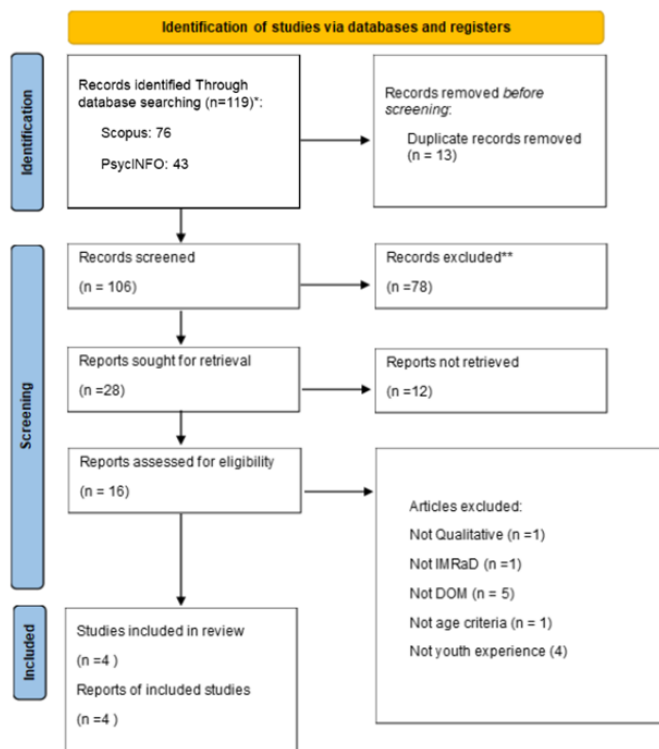
Inklusjonskriterier	Eksklusjonskriterier
Aldersgruppe: 12 – 29 år	Aldersgruppe: Under 12 eller over 29
Målgruppe: Studier som spesifikt ser på unges opplevelser av utenforskap relatert til rus og psykisk helse.	Målgruppe: Studier som ser på utenforskap kun relatert til andre faktorer som økonomi, utdanning, eller etnisitet uten å inkludere rus eller psykisk helse.
Kvalitative studie – unge m/ROP som opplever utenforskap	Kvantitative studier
Språk: Norsk, dansk, svensk og engelsk	Annet språk
Publiserings år: 2019 - 2024	Før 2019
Publikasjon: Vitenskapelige artikler som følger IMRaD	Publikasjon: vitenskapelige artikler som ikke følger IMRaD
Fagfellevurdering og vitenskapelig godkjent	Ikke fagfellevurdert og vitenskapelig godkjent

3.4 Søkeresultat

For trinn 6 av Thidemann (2019) sin veiledning, har innsamling og analyse av relevante artikler, har PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses) blitt brukt som rammeverk (Rethlefsen et al., 2021). PRISMA støtter en systematisk og transparent prosess for å skanne og vurdere artikler basert på deres relevans og kvalitet i forhold til problemstillingen (Rethlefsen et al., 2021). Gjennom dette rammeverket sikret vi en grundig gjennomgang av artiklene for å identifisere nøkkelinformasjon, relevante nøkkelord, og detaljer som direkte adresserte vår forskningstematikk.

Søkeprosessen resulterte i en innledende samling på 119 artikler, der 76 ble identifisert via Scopus og 43 via PsycINFO. Etter å ha eliminert duplikater, gjenstod 106 artikler for videre screening. Vi gjennomførte en detaljert gjennomgang, og leste 28 abstrakter. Denne initielle skanningen tillot oss å vurdere artiklenes relevans mot våre definerte inklusjons- og eksklusjonskriterier. Til slutt valgte vi fire artikler som tilfredsstilte alle kriteriene. Artiklene tilbyr innsikt i tematikken, og understøtter en forståelse av hvordan utenforskap oppleves av målgruppen. Dette utvalget av litteratur danner grunnlaget for vår videre analyse og diskusjon. Se PRISMA skjema i figur 1.

Figur 1: PRISMA skjema



For å formidle innholdet i de utvalgte artiklene, presenteres det gjennom en oversiktstabell (3). I hvert sammendrag i tabellen trekkes de mest relevante aspektene ved studiene frem.

Tabell 3: Oversiktstabell

Forfatter	Tittel	Formål	Metode	Utvalg	Alder	Sentrale tema	Resultat
Blyth et al., 2023	A qualitative examination of social identity and stigma among adolescents recovering from alcohol or drug use	Utforsker hvordan stigma påvirker unge med ROP utfordringer	Kvalitative intervjuer Iterativ analyse ved å gå gjennom transkripsjonene etter intervjuene ble gjennomført	10 gutter og 2 jenter	12-19	Stigma og selvstigma Sosial identitet Sosial støtte og nettverk Diskriminering og sosial ekskludering	Internalisert stigma som følge av unges terminologi til egen alkohol eller rusmisbruk. uttrykte en sterk følelse av å bli stigmatisert, både internt og eksternt, og hvordan dette kan hindre deres bedringsprosess og sosiale relasjoner.
Lewis et al., 2021	When a house is never a home: Housing instability among youth affected by parental drug abuse	Utforsker konsekvensene av boliginstabilitet blant yngre som påvirkes av foreldrenes stoffmisbruk	Kvalitative intervju Digital transkripsjons side brukt. Disse ble redigert av studiets medlemmer for å verifisere nøyaktigheten av transkripsjonen. Herifra brukte forskerne Atlas.ti (versjon 8.0) til å analysere dataen fra et kvalitativt perspektiv	14 unge voksne	18-24	Ustabilt hjem Psykologisk og sosial påvirkning Stigma og sosial ekskludering Tilgang til og bruk av støttetjenester	økt eksponering for stress og begrensede muligheter for emosjonell støtte fra voksne omsorgspersoner. Negative konsekvenser - sosial isolasjon, viktigmisering, rusmisbruk og redusert skoleprestasjon.
Sheikhan et al., 2023	Stigma as a barrier to early intervention among youth seeking mental health services in Ontario, Canada: a qualitative study	Utforsker hvordan stigma påvirker unges søk etter psykisk helsehjelp i Ontario, Canada	Kvalitativt intervju Refleksiv tematisk analyse ble gjennomført med Braun og Clarke (2021) sin metode som utgangspunkt	22 unge	14-25	Stigma som hindring Tilgang til og bruk av helsetjenester Sosiale og kulturelle faktorer Innovative intervensjoner og løsninger	Stigma forsinker første kontakt med helsetjenester Skaper barrierer som hindrer unge i å søke tilbakevendende hjelp Understreker at kategorier som "syk nok" og "ikke syk nok" er med på å over å simplifisere unges faktiske erfaringer og behov
Stunden et al., 2020	Help-Seeking Behaviors of Transition-Aged Youth for Mental Health Concerns: Qualitative Study	Utforsker påvirkninger og mønstre i hjelpesøkende atferd blant unge som er i overgangsalderen ved høyere utdanningsinstitusjoner i Canada	Kvalitative intervju 6 faser av koding i forhold til tematisk analyse av Braun og Clarke (2006). Fasene handler om flere gjennomganger av transkripsjonene i forhold til de ulike temaene forskerne har satt som rammeverk.	73 unge	17-29	Barrierer mot hjelpesøking Påvirkning fra sosiale kilder Betydning av digital støtte Fremmede faktorer for hjelpesøking	Stigma og manglende tilgjengelighet er barrierer til å søke om hjelp støtte og positive erfaringer fra omgivelser er faktorer som fremmer unges aksjon til hjelpesøking. Digitale helseverktøy er også med på å fremme hjelpesøkende atferd.

3.5 Tematisk analyse og tolkning

For å sammenligne de utvalgte artiklene, implementerte vi en metodisk tilnærming basert på Thidemann and Thidemann (2019, p. 92) anbefalte rammeverk for tematisk analyse. I den innledende fasen anvendte vi fargemarkører for å skille mellom, og identifisere forskjellige temaer og nøkkelbegreper i hver av artiklene. Det første trinnet involverte en detaljert gjennomgang hvor hvert relevant tema ble markert med en unik farge for enklere identifikasjon.

I det etterfølgende trinnet, overførte vi disse nøkkelbegrepene til et separat dokument for å systematisere funnene og fremme en klarere forståelse av likhetene mellom studiene. Ved å anvende Aveyards (2018) metodologiske fremgangsmåte, organiserte vi begrepene i en oversiktstabell. Dette skrittet var avgjørende for å skape en omfattende oversikt over både de konvergerende og divergerende aspektene ved artiklene, som er detaljert beskrevet i Aveyard (2018, s. 91).

Til slutt utarbeidet vi en ny tabell der vi sammenlignet og analyserte de identifiserte temaene. Dette resulterte i formuleringen av nye overskrifter for de mest sentrale temaene, som nå er presentert i Tabell 4 og 5.

Tabell 4: Sammenligning av tema

Artikkel 1: A qualitative examination of social identity and stigma	Artikkel 2: When a house is never a home	Artikkel 3: Stigma as a barrier to early intervention among youth seeking mental health services	Artikkel 4: Help-Seeking Behaviors of Transition-Aged Youth
1.Utforsker hvordan stigma og sosial identitet påvirker ungdom i rusrehabilitering.	1.Ungdommers opplevelse av stigma knyttet til pårørendes rusmisbruk	1.Ungdommer opplever negative holdninger mot psykiske lidelser	1.Ungdommer føler skam ved å søke hjelp
2.Ungdommer opplever stigma som barriere til hjelpesøking	2.Ungdommers opplevelse av skam og stigma knyttet til foreldrenes rusmisbruk	2.Ungdommer uttrykker mangel av kunnskap om psykiske helseproblemer	2.Ungdommer er ikke klar over hvilke tjenester som er tilgjengelige
3.Ungdommers opplevelse av kunnskapsmangel knyttet til ROP-utfordringer	3.Unge mangler kunnskap om tjenester som hjelper dem og deres familie	3.Mangel på kunnskap bidrar til forsinkelse av hjelpesøking blant ungdom.	3.Ungdom foreslår implementering av utdanningsprogrammer om mental helse
4.Ungdommers behov for støttende fellesskap	4.Hyppige flyttinger medfører til tap av stabilt og støttende fellesskap	4.Ungdom understreker støtte fra jevnaldrende som en kritisk rolle	4.Ungdommer uttrykker behov for støttende og trygge fellesskap hvor de kan uttrykke seg fritt

(Fritt etter Aveyard (2018, s 92-94).

Tabell 5: Oversikt over hovedtemaene som ble identifisert

Identifiserte tema fra artiklene	Overordnet tema
<ol style="list-style-type: none"> 1. Utforsker hvordan stigma og sosial identitet påvirker ungdom i rusrehabilitering. 2. Unges opplevelse av skam og stigma knyttet til foreldrenes rusmisbruk 3. Unges opplever negative holdninger mot psykiske lidelser 	Unges opplevelse av stigma knyttet til utenforskap
<ol style="list-style-type: none"> 1. Unges har manglende nettverk rundt tjenester som er tilgjengelige 2. Hyppige flyttinger medfører til tap av stabilt og støttende fellesskap 3. Unge foreslår implementering av utdanningsprogrammer om mental helse 4. Unge uttrykker behov for støttende og trygge fellesskap hvor de kan utrykke seg fritt uten å føle stigma eller skam 5. Unge understreker økt støtte fra andre unge som en kritisk faktor 	Unges opplevelser med manglende sosiale nettverk
<ol style="list-style-type: none"> 1. Unges opplevelse av kunnskapsmangel knyttet til ROP-utfordringer 2. Unge uttrykker mangel av kunnskap om psykiske helseproblemer 3. Unge mangler kunnskap om tjenester som hjelper dem og deres familie 4. Mangel på kunnskap bidrar til forsinkelse av hjelpesøking blant ungdom. 5. Unge føler skam ved å søke hjelp 	Unges opplevelse av manglende kunnskap

(Fritt fra Aveyard (2018, s. 92-94)

3.6 Studiens troverdighet

Graden av troverdighet i oppgaven vår avhenger av valgene som blir gjort underveis, og hvordan det leder til resultatet vårt (Morling, 2021, p. 125). Gjennom å adressere tydelig hvilke søkestrategier og grunnlag gjennom Thidemann (2019) sitt rammeverk, er pålitelighet og reliabilitet faktorer som er ivaretatt i metodeprosessen. Gjennom å belyse problemstillingen gjennom litteratursøk, samt redegjør for litteraturen i PRISMA figur, oversiktstabell og sammenligningsskjema har vi forsøkt å fremme pålitelighet og reliabiliteten for oppgaven. Spesielt vil vi påpeke grundigheten av prosessen i å utføre hovedsøket gjennom PRISMA, og inklusjons- og eksklusjonskriteriene som en av hovedkomponentene til at artiklene er troverdige og oppbevarer oppgavens validitet (Rethlefsen et al., 2021).

3.6.1 Selvrefleksjon og selvbevissthet

I tråd med akademisk forskningsetikk (Patton, 2002, p. 549) er det viktig å anerkjenne og reflektere over hvordan våre personlige bakgrunner og yrkeserfaringer kan påvirke vår tolkning av data. Patton (2002) understreker viktigheten av å være åpen om mulige bias og interesser som kan påvirke forskningsprosessen og tolkningen av resultater. Våre personlige erfaringer som tidligere rusavhengig, nåværende arbeid med ungdom med rus- og psykiske helseproblemer, samt erfaringer som pårørende, bidrar til både dypere innsikt og potensielle skjevheter i hvordan vi forstår og tolker forskningsresultater.

Forskningslitteraturen understreker viktigheten av forskerens selvbevissthet i kvalitative studier. Patton (2002) beskriver hvordan forskere må balansere mellom empati og objektivitet, og hvordan personlig erfaring kan berike forståelsen av data. Samtidig som det krever en kritisk vurdering av hvordan disse erfaringene former forskningsprosessen (Patton, 2002, pp. 4-5).

Ved å adressere og diskutere våre personlige forutsetninger, styrker vi forskningens integritet og transparens. Vi engasjerer også i en prosess kjent som «refleksiv praksis», hvor vi kontinuerlig vurderer og reviderer våre forståelser og tolkninger for å sikre at de er så objektive som mulig (Schön, 2017, p. 10).

3.6.2 Teoretisk ramme om bias

Ved å anvende sosial identitetsteori som en teoretisk ramme, undersøker vi også hvordan våre egne sosiale identiteter og gruppetilhørigheter kan påvirke vår studie.

I vår tematiske analyse vil vi fokusere på hvordan våre erfaringer innen rus- og psykiatriomsorg kan influere på våre tolkninger og valg av temaer. For eksempel vil vi være oppmerksomme på tendenser til å overidentifisere med, eller underrepresentere visse aspekter av unges opplevelser basert på vår egen bakgrunn (Tajfel et al., 1979, p. 69). Dette vil adresseres gjennom å utforske og diskutere hvordan vår egen bakgrunn kan lede til en forutinntatt fortolkning av forskningsdataene.

For å håndtere disse potensielle skjevhetene har vi etablert klare retningslinjer for vår tematiske analyseprosess. Dette inkluderer en systematisk og transparent dokumentasjon av hvordan temaer og kategorier er utviklet og anvendt (Aveyard, 2019, p. 142). Dette vil styrke troverdigheten og tilliten til vår studie og sikre at vår analyse gir et balansert og rettferdig bilde av unges opplevelser relatert til ROP- utfordringer.

4.0 Presentasjon av resultater

Målet med analysen var å se på hva tidligere forskning sier i forhold til hvordan unges opplevelse av utenforskap knyttet til rus og psykisk helseutfordringer. Analysen av den eksisterende litteraturen resulterte i identifiseringen av tre hovedtemaer. Unges opplevelse av stigma knyttet til utenforskap, unges opplevelser med manglende sosiale nettverk og unges opplevelse av manglende kunnskap.

4.1 Unges opplevelse av stigmatisering

Stigmatisering er et sentralt tema som går igjen i de fire analyserte artiklene (Blyth et al., 2023; Lewis et al., 2021; Sheikhan et al., 2023; Stunden et al., 2020). Artiklene viser til et bredt spekter på hvordan stigma påvirker unges liv, spesielt knyttet til ROP.

I Blyth et al. (2023) kommer det frem hvordan unges opplevelser rundt stigma knyttet til deres sosiale identitet styrker følelsen av utenforskap. Unge forklarte blant annet at mennesker som ikke har negative erfaringer med psykisk helseproblematikk ble ansett som “friske” eller “normale” i motsetning til seg selv (Blyth et al., 2023). Hvor flere unge refererte til en følelse av skam og selvforakt (internt stigma) knyttet til opplevelsen av samfunnets negative fordommer mot dem (eksternt stigma).

Slike følelser og opplevelser gjorde at de unge foretrakk å omgås mennesker tilhørende samme sosiale identitet «rusavhengige», heller enn de «normale» og «friske». Eksempelvis delte en ung:

“That’s why I think I connect to [drug addict friends] more, because there’s just no judgment. And like, when I go into like a normal... like church, for instance, I walk in, I can’t just be like, ‘yeah, man, I want to shoot up today.’” (Blyth et al., 2023 s. 5)

Det kommer frem at deres medlemskap i tilhørende gruppe styrker verdien og den emosjonelle tilknytningen til mennesker i samme «kategori».

Lewis et al. (2021) belyser et annet perspektiv av stigma. Denne studien ser på hvordan unges opplevelse av skam og stigma kan knyttes opp imot foreldrenes rusmisbruk, og hvordan dette påvirker følelsen av utenforskap. De unges opplevelse av å bli påvirket av deres foreldre, kunne gi en følelse av skam og en følelse av å være annerledes. Dette kunne for flere av de unge skape negative sosiale forskjeller som påvirket deres interaksjoner, selvoppfatning og isolasjon (Lewis et al., 2021).

Sheikhan et al. (2023) og Stunden et al. (2020) får frem hvordan unge opplever negative holdninger med å ha ROP- utfordringer, eller kjenne noen med slike utfordringer. Sheikhan et al. (2023) har unge deltakere som setter ord på deres indre følelse av å ikke være “verdige” eller “viktig” nok til å motta hjelp. Dette er et resultat av eksternt stigma. Stunden et al. (2020) har også de unge poengtert hvordan andres negative holdning har innvirkning på deres hinder for å håndtere sin psykiske lidelse. Dette da gjennom at unge selv føler at deres ROP relaterte problematikk ikke er alvorlig nok, eller at de sosiale konsekvensene ved å ta kontakt er for store.

Funnene kan vise til at flere unge opplever stigmatisering som en av faktorene til opplevelsen av utenforskap. Blant annet gjennom intern og eksternt stigmatisering, følelse av skam og egen og andres negative holdninger (Blyth et al., 2023; Lewis et al., 2021; Sheikhan et al., 2023; Stunden et al., 2020).

4.2 Unges opplevelse med manglende sosiale nettverk

Manglende sosiale nettverk påvirker unges på ulike måter, fra uvitenhet om tilgjengelige støtteressurser (Stunden et al., 2020), til utfordringer knyttet til å etablere, og opprettholde meningsfulle sosiale forbindelser (Lewis et al., 2021; Blyth et al., 2023; Sheikhan et al., 2023).

Fra Stunden et al. (2020) fremkommer det at uvitenhet om tilgjengelige tjenester og ressurser forsterker unges følelse av isolasjon. Flere unge er usikre på hvor og hvordan de kan søke hjelp, noe som fører til selv-isolasjon og forsterker følelsen av utenforskap. Dette er ifølge Stunden et al. (2020) et resultat av manglende støttende nettverk som kan bryte ned terskelen for å søke hjelp. Dette belyses gjennom en av de unges refleksjoner:

"I think sometimes seeking help can also be like a sign of weakness and that kind of stops you from going to seek help. Like, you feel like you should be able to deal with these things by yourself." (Stunden et al., 2020, s. 7)

Lewis et al. (2021) utforsker spesifikke utfordringer som unge i et hjem preget av rusmisbruk opplever. Et funn viser hvordan hyppige flyttinger og ustabilitet bryter ned mulighetene for stabile sosiale nettverk, og forsterker unges opplevelse av å være en «outsider». Dette bidrar til kontinuerlige vanskeligheter med å etablere og opprettholde meningsfulle sosiale forbindelser, noe som er kritisk i ungdomsårene for å bygge en stabil og sikker identitet.

Blyth et al. (2023) viser til hvordan unge som søker hjelp for rusproblemer ofte står overfor barrierer som mangel på støttende nettverk fra jevnaldrende og voksne. Denne mangelen på sosial støtte kan være en hindring for sosial reintegrasjon. Det innebærer at de mangler muligheter hvor de kan knytte meningsfulle forbindelser og føle seg verdsatt og anerkjent av samfunnet rundt seg. Blyth et al. (2023) fremhever viktigheten av å ha et integrert støttesystem som kan tilby sosial støtte tilpasset individets behov.

Sheikhan et al. (2023) diskuterer hvordan unge uttrykker behov for støttende og trygge fellesskap hvor de kan utrykke seg fritt uten å føle stigma eller skam. Det kommer frem at de unge savner åpenhet rundt psykisk helse, som kan bidra til et mer støttende fellesskap. Ett direkte sitat fra studien belyser hvordan unge opplever usikkerhet med å søke hjelp:

"I felt getting judged by, like, friends or something, because like when you first get help they might be cheering you on, but if you're, like, in services for a long period of time, they might start thinking, like, you're crazy [...]" (Sheikhan et al., 2023, s. 6)

Disse funnene kan ha sammenheng med hvordan unge opplever utenforskap i forhold til deres opplevelse til manglende sosiale nettverk. For eksempel gjennom uvitenheter om tilgjengelige ressurser, utfordringer til å etablere og opprettholde sosiale relasjoner (Blyth et al., 2023; Lewis et al., 2021; Sheikhan et al., 2023; Stunden et al., 2020).

4.3 Unges opplevelser med manglende kunnskap

Et siste tema som vi fant relevant for alle artiklene er de unges opplevelse med manglende kunnskap, og hvordan det forsterker opplevd utenforskap (Blyth et al., 2023; Lewis et al., 2021; Sheikhan et al., 2023; Stunden et al., 2020).

Blyth et al. (2023) har fokus på hvordan kunnskapsmangel kan utspille seg blant de unges allerede eksisterende ROP-utfordringer. Det gjelder unge som ikke kjenner til hvilke tjenester, mestringsstrategier og støtteapparat som er tilgjengelige for dem. En del av de yngre beskriver at en sen tilrettelegging for deres eksisterende ROP problematikk, kunne vært unngått dersom de visste om tilbudene på videregående skole.

Vi fant lignende funn i Lewis et al. (2021), der manglende kunnskap om tjenester for familiens ROP utfordringer forsterket følelsen av utenforskap. Dette kan gjelde mangel på kunnskap når det gjelder ferdigheter for å håndtere stress og utfordringer forårsaket av å leve i et hjem preget av rusmisbruk. Unge kan mangle strategier for å håndtere følelsesmessige og psykiske belastninger, og hvordan navigere i sosiale situasjoner preget av deres hjemmeliv.

Sheikhan et al. (2023) beskriver unges opplevelser av hvordan mangel på kunnskap bidrar til en forsinkelse av hjelpesøking blant ungdom. Ungdommene mangler ofte nødvendige ferdigheter til å søke og motta hjelp. Dette kan omfatte alt fra å vite hvordan man starter en samtale om mental helse med en profesjonell, til å forstå hvordan man kan utnytte ressursene som finnes i deres lokalsamfunn eller skole. Denne mangelen på grunnleggende kunnskap kan hindre ungdom i å gjenkjenne psykiske problemer hos seg selv eller andre. En ungdom fremhevet hvordan psykiske lidelser kan knyttes opp imot mangel av kunnskap som en faktor for at hjelpesøkingen ble forsinket:

“I didn’t realize that those symptoms were related to mental health and actually just carried a lot of shame with what I was going through or had a lot of self-blame for different things, and didn’t even think of needing to access support [...]” (Sheikhan et al., 2023, s. 5)

Stunden et al. (2020) påpeker hvordan unge opplever en form for skam ved å oppsøke hjelp. Skam er en av de primære følelsene som hindrer ungdom fra å søke hjelp. Frykten for å bli dømt av andre kan være overveldende, særlig når ungdom føler seg usikker og uvitende om hvilke tjenester som eksisterer og hvordan disse kan hjelpe (Stunden et al., 2020). Dette kan lede til en ond sirkel hvor skam hindrer søking av hjelp, som i sin tur opprettholder uvitenhet og isolasjon. Dette kommer fra en følelse av å være annerledes eller underlegen sammenlignet med andre som tilsynelatende ikke har lignende problemer.

Mangel av kunnskap kan spille seg ut på flere aspekter med unges opplevelse av utenforskap. Gjennom uvitenhet av hvilke eksisterende tilbud som finnes, manglende mestringsstrategier og skam.

5. Drøfting av resultater

I denne delen av oppgaven vil vi drøfte hovedfunnene «unges opplevelse av stigma knyttet til utenforskap», «unges opplevelser med manglende sosiale nettverk» og «unges opplevelse av manglende kunnskap» opp mot tidligere forskning og sosial identitetsteori (Tajfel et al., 1979)

5.1 Stigmaets mange ansikter: Fra personlig opplevelse til sosial utfordring

Et hovedfunn i denne oppgaven var at unge opplever stigmatisering som en barriere for å søke hjelp for sine psykiske helseproblemer (Sheikhan et al., 2023). Dette er i samsvar med tidligere forskning som viser at stigma knyttet til psykiske lidelser hindrer enkeltpersoner i å søke nødvendig behandling og støtte (Kongsrud & Vattø, 2008). Ifølge sosial identitetsteori kan denne stigmatiseringen forsterke følelsen av utenforskap og svekke individets sosiale identitet (Major & O'brien, 2005).

Det kom også frem at unge som opplever stigmatisering på grunn av deres psykiske helseproblemer, knyttet til rusproblematikk beskriver en følelse av sosial isolasjon og skam (Stunden et al., 2020). Dette understreker hvordan stigmatisering kan føre til at unge blir ekskludert fra sosiale grupper, og dermed redusere deres tilgang til viktig sosial støtte og fellesskap (Major & O'brien, 2005).

Disse funnene er konsistente med tidligere forskning i (Major & O'brien, 2005). Når en ungdom opplever stigmatisering på grunn av deres psykiske helseproblemer, kan dette føre til en svekket tilhørighet til sosiale grupper og dermed redusere deres følelse av selvverd og sosial integrasjon. Noe som truer den stigmatisertes stilling blant jevnaldrende og i samfunnet

(Major & O'brien, 2005). Dette kan forsterke deres syn på inn- og utgrupper, og forsterke tilknytning til en negativ sosial gruppe (Tajfel, 2010).

En mulig innvending mot forskningsfunnene om unges opplevelse av sosial isolasjon og mangel på støtte kan være at individuelle faktorer som sosiale ferdigheter, spiller en betydelig rolle. Dette perspektivet, foreslått av Abramenko (2007), argumenterer for at personlige egenskaper og livsmestring kanskje påvirker sosial dynamikk mer enn faktorer som stigmatisering. Imidlertid peker Mæstad (2021) på at strukturelle og sosiale faktorer, inkludert stigma, fortsatt er avgjørende for å forstå hvordan unge opplever og håndterer stigmatisering og dens psykososiale konsekvenser. Denne diskusjonen underbygger nødvendigheten av å anerkjenne både personlige og strukturelle elementer når man utforsker barrierer for sosial støtte blant unge.

5.2 På Egen Hånd: Unge Menneskers Fortellinger om Isolasjon og Savn

Et annet viktig funn i denne oppgaven var at unge som opplever å ha manglende nettverk erfarer en forsterket følelse av utenforskap (Blyth et al., 2023). Det samsvarer med komponenten i sosial identitetsteori «sammenligning mellom grupper», som antyder at individers selvbilde delvis er styrt av deres rolle i sosiale grupper (Tajfel et al., 1979). Turner & Oakes (1986) forklarer hvordan individers tilhørighet til stigmatiserte grupper kan lede til marginalisering og reduserte sosiale nettverk. Tidligere forskning har vist at stigmatisering av psykiske lidelser og rusmisbruk fører til sosial eksklusjon og reduserte muligheter for sosial støtte, noe som ytterligere forverrer individets psykiske helse og generelle livskvalitet (Blyth et al., 2023).

Et annet funn var at unge som vokser opp i ustabile hjem, erfarer vanskeligheter med å etablere og opprettholde stabile og støttende sosiale nettverk (Lewis et al., 2021). I sosial identitetsteori kunne dette vært diskutert som at negative hjemmeforhold kan føre til lavere sosial kapital, og dårligere tilgang til støttende nettverk, som er kritisk for unges sosiale utvikling og identitetsdannelse (Hogg & Turner, 1987).

Disse funnene understreker den sentrale rollen sosiale nettverk spiller i utviklingen av unges sosiale identitet og velvære. Sosial identitetsteori hjelper oss å forstå at unges selvbilde og sosiale interaksjoner er sterkt påvirket av de gruppene de tilhører (Tajfel, 2010). Når disse gruppene er destruktive eller preget av negative stereotypier og stigma, er konsekvensene ofte negative både på individ- og gruppenivå. Videre forskning viser at sterke og støttende sosiale

nettverk er avgjørende for å fremme inkludering, og sosial integrasjon, spesielt blant unge som står overfor sosial og psykologisk sårbarhet (Prilleltensky et al., 2023).

En potensiell innvending mot disse funnene kunne være at noen unge favoriserer allerede eksisterende gruppetilhørighet. «Gruppefavorisering» kan være en så sterk sosial kraft at unge trekkes mot grupper som fremmer en opplevelse av sosial eksklusjon. I motsetning til å oppsøke grupper som fremmer sosial inklusjon (Myers et al., 2021).

Diskusjonen om "Gruppefavorisering" avdekker hvordan slike sosiale dynamikker kan forsterke følelsen av utenforskap blant unge som ikke identifiserer seg med eller ikke har tilgang til støttende grupper. Denne tendensen til å favorisere eksisterende gruppetilhørigheter kan føre til at ungdommer opplever økte barrierer mot sosial inklusjon. Avslutningsvis viser funnene klart hvordan gruppedynamikker kan spille en kritisk rolle i unges sosiale integrasjon eller eksklusjon. Med dette fundamentet vil diskusjonen nå gå over til å utforske hvordan mangel på kunnskap ytterligere påvirker ungdommers sosiale nettverk og helseoppfatninger.

5.3 Uten Kart og Kompass: Unges Reise Gjennom Psykisk Helse og Rusutfordringer

Et annet funn vi fant var at unges opplevelse med manglende kunnskap kunne spille seg utover flere aspekter som resulterte til utenforskap. Dette innebærer uvitenhet av hvilke eksisterende tilbud som finnes, manglende mestringsstrategier og skam. Blyth et al. (2023) og Lewis et al. (2021) fremhever at unge med ROP-utfordringer opplever barrierer når det gjelder å tilegne seg kunnskap og informasjon. Disse barrierene kan inkludere begrenset tilgang til relevante helse- og støttetjenester, stigmatisering som hindrer dem i å søke informasjon, og mangel på ressurser tilpasset deres behov. Noe som gjør det vanskelig å navigere i hjelpesystemet og få tilgang til nødvendig støtte.

Manglende tilgang til informasjon og ressurser kan forsterke opplevelsen av utenforskap fordi det understreker og forsterker de negative sosiale identitetene knyttet til å være en del av en marginalisert gruppe (Major & O'brien, 2005). Denne prosessen kan føre til at individet internaliserer stigma og føler seg mindre verdt eller «annerledes» enn andre (Major & O'brien, 2005). Dette kan hindre sosial integrasjon og gjøre det vanskeligere å identifisere seg med eller føle seg del av mer støttende eller inkluderende grupper.

I tillegg til å hindre sosial integrasjon, kan denne følelsen av utenforskap også påvirke individets mentale helse og velvære negativt. Studier viser at opplevelsen av å være ekskludert eller utenfor kan øke risikoen for angst, depresjon og andre psykiske

helseproblemer (Twenge & Campbell, 2001). Dermed kan manglende tilgang til kunnskap og støtte ikke bare begrense mulighetene for behandling og mestring av ROP-utfordringer, men det kan også forverre de psykososiale konsekvensene av disse utfordringene.

I en tid hvor tilgjengelighet og kvalitet på helsetjenester er avgjørende for inkludering av unge med ROP utfordringer (Mæstad, 2021), er det behov for tiltak som adresserer barrierene, og fremmer inkludering. Dette kan inkludere tiltak rettet mot å forbedre tilgangen til relevant informasjon og støttetjenester, samt å redusere stigma og sosial eksklusjon knyttet til ROP-utfordringer. Dette vil ikke bare bidra til å bedre ivareta de mentale helsebehovene til unge, men det vil også fremme deres generelle trivsel og sosiale integrasjon.

6. Konklusjon

Konklusjonen av denne studien viser tydelig at unge med rus- og psykiske helseutfordringer ofte opplever betydelig sosial isolasjon og utenforskap, drevet frem av både intern og ekstern stigmatisering. Disse erfaringene skader deres selvbilde og forsterker følelsen av å ikke høre til, noe som igjen kan hindre dem i å søke nødvendig hjelp og støtte. For å adressere disse utfordringene effektivt, må innsatsen fokusere på å redusere stigma, forbedre tilgjengeligheten til støttetjenester, og fremme et mer inkluderende samfunn. Videre forskning bør utforske hvordan vi kan utvikle og implementere intervensjoner som aktivt involverer unge i å forme tjenester som møter deres behov og fremmer sosial inkludering og deltagelse.

En styrke ved oppgaven er dens dyptgående gjennomgang av relevant litteratur som belyser kompleksiteten i utenforskap blant unge med ROP-utfordringer. Dette tilbyr et flerdimensjonalt bilde av problemstillingene og understreker viktigheten av tverrfaglig tilnærming i forskning og praksis. En svakhet er imidlertid begrensningen i bruk av databaser og ordgrense, som kan ha hindret en fullstendig dekning av tilgjengelig forskning. Fremtidig forskning bør inkludere flere databaser og muligens en bredere systematisk gjennomgang for å fange opp et større spekter av studier og perspektiver. Det anbefales også at fremtidige tiltak og studier prioriterer ungdommenes egne stemmer og perspektiver for å sikre at de utviklede løsningene er relevant og effektive.

Referanseliste:

- Abramenko, A. (2007). *Selvoppfatning og mestring av sosiale ferdigheter*
- Aveyard, H. (2019). Doing a literature review in health and social care. *A practical guide, 4*.
- Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (2017). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Interpersonal development, 57-89*.
- Blyth, S. H., Cowie, K., Jurinsky, J., & Hennessy, E. A. (2023). A qualitative examination of social identity and stigma among adolescents recovering from alcohol or drug use [Article]. *Addictive Behaviors Reports, 18*, Article 100505.
<https://doi.org/10.1016/j.abrep.2023.100505>
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology, 3(2)*, 77-101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Bru, E., Idsøe, E. C., & Øverland, K. (2016). *Psykisk helse i skolen*. Universitetsforl.
- Corrigan, P. (2004). How stigma interferes with mental health care. *American psychologist, 59(7)*, 614.
- Hogg, M. A., & Turner, J. C. (1987). Intergroup behaviour, self-stereotyping and the salience of social categories. *British Journal of Social Psychology, 26(4)*, 325-340.
- Holt, N., Bremner, A., Sutherland, E., Vliek, M. L. W., Passer, M. W., Smith, R. E., & Holt, N. (2019). *Psychology : the science of mind and behaviour* (Fourth edition. ed.). McGraw-Hill Education.
- Holt, N., Holt, N., Bremner, A., Vliek, M. L. W., Sutherland, E., Passer, M., & Smith, R. (2024). *Psychology : the science of mind and behaviour* (5. utgave. ed.). McGraw Hill Education.
- Kongsrud, T. H., & Vattø, I. E. (2008). *Psykiske lidelser og opplevd stigma*
- Law, H., Gee, B., Dehmahdi, N., Carney, R., Jackson, C., Wheeler, R., Carroll, B., Tully, S., & Clarke, T. (2020). What does recovery mean to young people with mental health

- difficulties? – “It’s not this magical unspoken thing, it’s just recovery”. *Journal of Mental Health*, 29(4), 464-472. <https://doi.org/10.1080/09638237.2020.1739248>
- Major, B., & O'brien, L. T. (2005). The social psychology of stigma. *Annu. Rev. Psychol.*, 56, 393-421.
- Morling, B. (2021). *Research methods in psychology : evaluating a world of information* (Fourth edition. ed.). W.W. Norton and Company.
- Myers, D. G., Twenge, J. M., & Myers, D. G. (2021). *Exploring Social Psychology* (Ninth edition. ed.). McGraw-Hill.
- Mæstad, I. T. (2021). *UNGE I STAVANGER UNDER PANDEMIEN*. https://www.stavanger.kommune.no/siteassets/politikk/stavanger-kommune-2131-ung-utenforskap_web-rapport_a4.pdf
- Patton, M. Q. (2002). *Qualitative research & evaluation methods*. sage.
- Prilleltensky, I., Scarpa, M. P., Ness, O., & Di Martino, S. (2023). Mattering, wellness, and fairness: Psychosocial goods for the common good. *American journal of orthopsychiatry*, 93(3), 198.
- Rethlefsen, M. L., Kirtley, S., Waffenschmidt, S., Ayala, A. P., Moher, D., Page, M. J., & Koffel, J. B. (2021). PRISMA-S: an extension to the PRISMA statement for reporting literature searches in systematic reviews. *Systematic Reviews*, 10, 1-19.
- Sanderson, J. S. (2022). *Ungt utenforskap-Forebygging gjennom sosialt arbeid i NAV NTNUJ*.
- Schön, D. A. (2017). *The reflective practitioner: How professionals think in action*. Routledge.
- Stunden, C., Zasada, J., VanHeerwaarden, N., Hollenberg, E., Abi-Jaoudé, A., Chaim, G., Cleverley, K., Henderson, J., Johnson, A., Levinson, A., Lo, B., Robb, J., Shi, J., Voineskos, A., & Wiljer, D. (2020). Help-seeking behaviors of transition-aged youth

- for mental health concerns: Qualitative study [Article]. *Journal of Medical Internet Research*, 22(10), Article e18514. <https://doi.org/10.2196/18514>
- Tajfel, H. (2010). *Social identity and intergroup relations* (Vol. 7). Cambridge University Press.
- Tajfel, H., Turner, J. C., Austin, W. G., & Worchel, S. (1979). An integrative theory of intergroup conflict. *Organizational identity: A reader*, 56(65), 9780203505984-9780203505916.
- Thidemann, I.-J., & Thidemann, M. U. (2019). *Bacheloroppgaven for sykepleierstudenter : den lille motivasjonsboken i akademisk oppgaveskriving* (2. utgave. ed.). Universitetsforlaget.
- Tjora, A. (2022). Fellesskapets etikk og estetikk. In: Tilgjengelig fra: <https://www.kulturradet.no/documents/10157/828e94cc-9689>
- Turner, J. C., & Oakes, P. J. (1986). The significance of the social identity concept for social psychology with reference to individualism, interactionism and social influence. *British Journal of Social Psychology*, 25(3), 237-252.
- Twenge, J. M., & Campbell, W. K. (2001). Age and birth cohort differences in self-esteem: A cross-temporal meta-analysis. *Personality and social psychology review*, 5(4), 321-344.