

## Vedlegg 3

Eksempel på koding: Anne sitt intervju:

### **Koder fra Intervju Anne**

Kode 1: Innledning, presentasjon og kontakt. 19 år gammel jente. Droppet ut av videregående og kom tilbake.

Kode 2: Har ikke noe imot å fortelle sin historie, så lenge hun er anonym (= motivasjon)

Kode 3: Begynnelsen: det startet med noen dager i uken, og ble det helt slutt etter hvert.

Kode 4: Hadde ikke så lyst til psykolog, klarte ikke å åpne meg

Kode 5: Klarte ikke å sove – det foregikk så mye inni meg.

Kode 6: Hadde angst, kanskje fra barneskolen, begynte å slite ca 12 – 13 år

**EAR: Alderen, det begynner så tidlig. Slår ut som fravær start ungdomsskole, men begynner før det. Kunne man være bevisst om det på mellomtrinnet?**

Kode 7: Hadde en hund, som jeg koste med – så ble jeg i hvert fall litt glad.

Kode 8: Nummenhet: Hadde så mye uro og angst, at følelsene stoppet opp.

Kode 9: Fikk ikke sove, gikk ut, bare for å gå, bare for å ha noe å gjøre

Kode 10: Lei meg først, men da jeg sluttet å snakke, ble jeg ganske kald

Kode 11: Snakket med en venninne, sa ikke alt, men fikk lov å sove hos henne

Kode 12: Tror ikke jeg klarte helt å se det selv, hvordan jeg hadde det.

Kode 13: Ville gjerne folk skulle ‘oppdage’ det, men veldig redd at folk ikke hadde lyst til å snakke med meg lenger, hvis de fant ut av det.

Kode 14: Både kontaktlærer og en annen lærer forsøkte å snakke eller bare ta en kjøretur. Det var egentlig veldig fint.

Kode 15: Jeg vet ikke om, at det var noen trigger... (tar noe avstand i intervjusituasjon)

Kode 16: Jeg kom inn på helse og oppvekst og gikk der 3 måneder, før jeg droppet ut. Prøvde hardt og fikk gode karakterer først – tror jeg.

Kode 17: Mistet motivasjonen, så da droppet jeg ut, og det tror jeg var ganske bra, egentlig.

Kode 18: Fikk kontakt til oppfølgingstjenesten, som sendte meg på tokt. Jeg var i Spania og det var veldig gøy. Da jeg kom derfra, tror jeg at jeg var ganske forandret.

Kode 19: Modig? Nei, jeg tror bare at jeg ville vekk.

Kode 20: Det var veldig spennende. Og så fikk jeg veldig gode venner der også. En av bestevenninnene mine er fra den turen.

Kode 21: Jeg tror bare, at jeg var lei av å ha det så kjipt hjemme.

Kode 22: Jeg hadde jo begynt med rus, ikke sånt tung rus, men jeg hadde røyket en del hasj.

Kode 23: Jeg kom i et litt dårlig miljø, etter ungdomsskolen. Eller egentlig i rundt 10. klasse. Det fortsatte på vel på videregående.

Kode 24: Mamma og pappa var veldig bekymret. De var stressa og ble fort sinte.

Kode 25: Vi kranglet mye hjemme og jeg ble så sliten av det.

Kode 26: Toktet ble en måte å slippe vekk hjemmefra og fra det litt dårlige miljøet.

Kode 27: Rundt 12-13 år ble jeg veldig på å sammenligne meg med andre rundt meg.

Kode 28: Jeg sammenlignet meg også med mange på sosiale medier, og jeg ble veldig opptatt av å bli likt. Jeg var litt ekstrem på det.

Kode 29: Så fikk jeg problemer med mat og spise..

Kode 30: Det gjorde angsten og depresjonen og alt mye verre. Det gjorde jo alt helt surrete i hodet. Det var vel egentlig sånn alt begynte ... ordentlig.

Kode 31: Da jeg sluttet å spise, så ble alt bare mye verre. (Stillhet)

Kode 32: Jeg sammenlignet meg overalt, bare alt jeg så overalt, sammenlignet meg med alt, tror jeg

Kode 33: Jeg tror jeg var mest opptatt av å være best. Jeg var redd, det skulle være noe som helst som var feil. Jeg ville sånn, at ingen skulle kunne synes noe feil på meg.

Kode 34: Så jeg ville at alt skulle være perfekt.

Kode 35: Hun som jeg er venninne med fra toktet, hun har hatt det helt annerledes. Hun falt ut av skolen, fordi det ble for vanskelig.

Kode 36: På toktet så var jeg ikke like opptatt av å sammenligne hvordan jeg så ut, men mere hvordan jeg var.

EAR: Kan det være slik at fortsatt i et fellesskap som opplever hun seg veldig individuelt – inntil de skal jobbe sammen / ta ansvar sammen. Så handler det om at man gjør sin del.

Kode 37: I starten så turte jeg ikke snakke med noen. Var veldig stille. Redd for å si noe feil.

Kode 38: Vanskelig å bli kjent med folk i starten.

Kode 39: De fleste på turen hadde jo... hva skal jeg kalle det... et mental breakdown.

Kode 40: Jeg tror de fleste hadde et slags vendepunkt fra hvordan de hadde det.

Kode 41: det er jo noe du går igjennom i deg selv.

Kode 42: Jeg tror de fleste der, når man står sammen i det om dagen, og man er med andre, liksom stukk med andre rundt seg hele tiden, mens det skjer... så blir man veldig godt kjent.

Kode 43: Litt stolt over meg selv: Litt tøft og litt smart – når man tør sove i hengekøye på båten.

Kode 44: ikke redd for høyder, men litt redd for å drukne.

Kode 45: Kjemperedd (under en storm), trodde jeg skulle dø!

Kode 46: Jeg tror jeg var litt mer redd enn de andre, for det var en gang, jeg fikk lov å slippe vekten – vi hadde jo vaktlag. En gang i døgnet i otte timer. Men en av de gangene trengte jeg ikke. **Omsorg**

Kode 47. Jeg kom jo over det til slutt og det var veldig mestringsfølelse.

Kode 48: Jeg var den eneste som ikke ble sjøsyk. Intervjuer: Jeg hadde blitt det. Kult at noen blir, mens andre ikke blir. Olivia: Ja, det er det. **Stolthet?**

mv.

# Gruppering av koder

## Innledning + restgruppe

Kode 1: Innledning, presentasjon og kontakt. 19 år gammel jente. Droppet ut av videregående og kom tilbake.

Kode 2: Har ikke noe imot å fortelle sin historie, så lenge hun er anonym (= motivasjon)

Kode 39: De fleste på turen hadde jo... hva skal jeg kalle det... et mental breakdown.

Kode 7: Hadde en hund, som jeg koste med – så ble jeg i hvert fall litt glad.

## **1. Sliter psykisk: Angst og depresjon, bråk i hodet, ser meg selv stygg, mindset er helt vridd om, blir ute hele natten, vil ikke hjem, får ikke sove, men er ikke åpen for hjelp**

...

Kode 4: Hadde ikke så lyst til psykolog, klarte ikke å åpne meg

Kode 5: Klarte ikke å sove – det foregikk så mye inni meg.

Kode 6: Hadde angst, kanskje fra barneskolen, begynte å slite ca 12 – 13 år

Kode 9: Fikk ikke sove, gikk ut, bare for å gå, bare for å ha noe å gjøre

Kode 15: Jeg vet ikke om, at det var noen trigger... (tar noe avstand i intervjusituasjon)

Kode 29: Så fikk jeg problemer med mat og spise..

Kode 30: Det gjorde angsten og depresjonen og alt mye verre. Det gjorde jo alt helt surrete i hodet. Det var vel egentlig sånn alt begynte ... ordentlig.

Kode 31: Da jeg sluttet å spise, så ble alt bare mye verre. (Stillhet)

Kode 66: Det bråket i hodet mitt. Vonde tanker

Kode 67: Jeg klarte ikke å se meg selv på en ordentlig måte. Jeg syntes jeg var stygg.

Kode 70: Mitt mindset var liksom helt vridd om.

Kode 75: Det var trygghet i å la være og spise og høre depressiv musikk – fordi alt annet var uvant og skummelt.

Kode 79: Kurs på BUP hver mandag i et halvt år. Jeg tror det handlet om, hvordan man kan takle impulsive tanker og handlinger. Det hjalp meg ikke så mye. Det var ikke rett timing.

Kode 94: Den gangen var jeg redd for å se dumt ut, redd for å se teit ut (stress)

Kode 95: Den gangen var jeg redd for situasjoner hvor jeg ikke hadde folk rundt meg (stress)

Kode 96: Jeg ble stresset rundt mat og spising – glad hvis folk brydde seg, men også stress det.

Kode 97: Selvmordstanker og innlagt flere ganger på Ungdomspsykiatrisk avdeling

### **Sosiale medier:**

Kode 74: Mye på mobilen, hørte depressiv musikk som forsterke de tunge tanker.

Kode 28: Jeg sammenlignet meg også med mange på sosiale medier, og jeg ble veldig opptatt av å bli likt. Jeg var litt ekstrem på det.

Kode 98: De tok mobilen på sykehuset. Og TV ble ikke slått på før kl 17. Hva skulle man så gjøre? De hadde noen puslespill. Det var egentlig ganske fint.

### **Kontroll:**

Kode 69: Hvis det var noe jeg ikke fikk til, så klarte jeg i det minste å gå så og så lenge uten mat. Det ga en slags mestringsfølelse det og.

Kode 80: Før gjorde jeg mye brått uten å tenke, når skriver jeg alt i en kalender og planlegger.

### **2. Begynte tidlig med fravær og så ble det bare mer og mer i ungdomsskolen til jeg ikke kom på skolen i 10. klasse i det hele tatt**

Kode 3: Begynnelsen: det startet med noen dager i uken, og ble det helt slutt etter hvert.

Kode 16: Jeg kom inn på helse og oppvekst og gikk der 3 måneder, før jeg droppet ut. Prøvde hardt og fikk gode karakterer først – tror jeg.

Kode 17: Mistet motivasjonen, så da droppet jeg ut, og det tror jeg var ganske bra, egentlig.

Kode 73: Pleide å låse meg inne på hvilerommet (på skolen) i flere timer og sov – var bare så sliten.

U: altså, så nå... hvor gammel var du da du begynte å slite med å komme på skolen?

O: Kanskje 12 år. Tror jeg. I hvert fall i 8. klasse på ungdomsskolen.

U: Ja.

O: 12-13 år.

U: Ja. Akkurat ja. Så det er ganske tidlig. Det er jo helt i starten av ungdomsskolen.

O: Ja, eller ... jeg er født ganske sent på året så jeg avr litt yngre enn de andre, holdt på å si, men det var vel i 9. klasse jeg holdt på å skulke mest og så i 10. klasse, så var jeg der ikke i det hele tatt.

### **3. Det som hjalp meg med å bli bedre eller i hvert fall får en pause fra alt det vanskelige: Hjelpere, trøst og anerkjennelse**

Kode 11: Snakket noe med en enkelt venninne, sa ikke alt, men fikk lov å sove hos henne

Kode 14: Både kontaktlærer og en annen lærer forsøkte å snakke eller bare ta en kjøretur. Det var egentlig veldig fint.

Kode 18: Fikk kontakt til oppfølgingstjenesten, som sendte meg på tokt. Jeg var i Spania og det var veldig gøy.

Kode 26: Toktet ble en måte å slippe vekk hjemmefra og fra det litt dårlige miljøet.

Kode 35: Hun som jeg er venninne med fra toktet, hun har hatt det helt annerledes. Hun falt ut av skolen, fordi det ble for vanskelig.

Kode 36: På toktet så var jeg ikke like opptatt av å sammenligne hvordan jeg så ut, men mere hvordan jeg var.

Kode 42: Jeg tror de fleste der, når man står sammen i det om dagen, og man er med andre, liksom stuck med andre rundt seg hele tiden, mens det skjer ... så blir man veldig godt kjent.

Kode 49: Det var mange som satt langs... vi hadde sånn en slags renne, det man kaster opp i, hvis man må kaste opp.

Kode 50: Folks satt langs den, haha. Intervjuer: og bare kastet opp, haha **relasjonell kontakt**

Kode 76: Fått hjelp fra psykolog, både snakk og handling, for eksempel rideterapi.

Kode 77: Oppfølgingstjenesten, alltid nær på. Hjelp til ikke å være alene.

#### **4. Jeg ble ganske kald inni. Jeg ville være perfekt. Uten feil. (Coping-mekanismer)**

Kode 8: Nummenhet: Hadde så mye uro og angst, at følelsene stoppet opp.

Kode 10: Lei meg først, men da jeg sluttet å snakke med noen, ble jeg ganske kald inni

Kode 27: Rundt 12-13 år ble jeg veldig på å sammenligne meg med andre rundt meg.

Kode 32: Jeg sammenlignet meg overalt, bare alt jeg så overalt, sammenlignet meg med alt, tror jeg

Kode 33: Jeg tror jeg var mest opptatt av å være best. Jeg var redd, det skulle være noe som helst som var feil. Jeg ville sånn, at ingen skulle kunne synes noe feil på meg.

Kode 34: Så jeg ville at alt skulle være perfekt.

Kode 65: Forventinger til meg selv: 'sånn skal du være, sånn burde du være.'

Kode 72: Den gangen hadde jeg stress, var utrygg og hadde det vondt.

#### **5. Jeg ville gjerne at skulle oppdage det / se meg, men var redd for folk ikke ville like meg hvis de så meg (Kontekstualisering)**

##### **Sosial tilhørighet og tilpasning?**

Kode 12: Tror ikke jeg klarte helt å se det selv, hvordan jeg hadde det.

Kode 13: Ville gjerne folk skulle 'oppdage' det, men veldig redd at folk ikke hadde lyst til å snakke med meg lenger, hvis de fant ut av det.

Kode 19: Modig? Nei, jeg tror bare at jeg ville vekk.

Kode 21: Jeg tror bare, at jeg var lei av å ha det så kjipt hjemme.

Kode 24: Mamma og pappa var veldig bekymret. De var stressa og ble fort sinte.

Kode 25: Vi kranglet mye hjemme og jeg ble så sliten av det.

Kode 37: I starten så turte jeg ikke snakke med noen på toktet. Var veldig stille. Redd for å si noe feil.

Kode 38: Vanskelig å bli kjent med folk i starten.

Kode 44: ikke redd for høyder, men litt redd for å drukne.

Kode 45: Kjemperedd (under en storm), trodde jeg skulle dø!

Kode 46: Jeg tror jeg var litt mer redd enn de andre, for det var en gang, jeg fikk lov å slippe vekten – vi hadde jo vaktlag. En gang i døgnet i otte timer. Men en av de gangene trengte jeg ikke. **Omsorg**

Kode 59: Det var en trygghet at man kunne snakke med de voksne, hvis man ville

Kode 78: Jeg har hatt mange venner, men ikke holdt på dem så lenge.

Kode 83: Han fra oppfølgingstjenesten kom med første dagen. Så sa han, du kan bare ringe hvis det er noe. Men det var ikke noe.

## **6: Rus og alternativt miljø**

Kode 22: Jeg hadde jo begynt med rus, ikke sånt tung rus, men jeg hadde røyket en del hasj.

Kode 23: Jeg kom i et litt dårlig miljø, etter ungdomsskolen. Eller egentlig i rundt 10. klasse. Det fortsatte på vel på videregående.

Kode 52: Før det gjorde jeg så mye jeg ikke skulle

Kode 53: Jeg drakk og festet og ville ikke hjem. Ville ikke snakke med mamma og pappa.

Kode 54: Barnevernet prøvde å se begge sider – mer frihet. Men jeg brøt alle avtaler.

Kode 55: Ikke nå, men tidligere kunne jeg kjenne et savn av den følelsen av å gå imot alle regler – men nå vet jeg det får konsekvenser

Kode 58: Brøt en regel én gang – ANGRET. Fikk konsekvens, men også en sjanse mer. Brøt ingen regler etter det.



Kode 60: I det 'dårlige' miljøet er alle like og bryr seg. Du er velkommen uansett.

Kode 61: Mere plass til å være som du er i det 'dårlige' miljøet – fordi det ikke er noen forventninger.

## **7. Justering av historien til læring / positiv prosess (Er det heller kontekstalisering?)**

Kode 17: Mistet motivasjonen, så da droppet jeg ut, og det tror jeg var ganske bra, egentlig (2).

Kode 18 (b): Da jeg kom fra toktet, tror jeg at jeg var ganske forandret.

Kode 20: Det var veldig spennende. Og så fikk jeg veldig gode venner der også. En av bestevenninnene mine er fra den turen.

Kode 40: Jeg tror de fleste hadde et slags vendepunkt fra hvordan de hadde det.

Kode 41: Det er jo noe du går igjennom i deg selv.

Kode 57: På toktet: Jeg som er så sjenert klarte å åpne meg og håndtere frihet.

Kode 62: Men i det 'dårlige' miljøet er folk ikke riktige venner heller, du er ikke nær noen – fordi de ikke riktig bryr seg.

Kode 68: At jeg så meg selv sånn er rart å tenke på nå

Kode 71: I dag er jeg fornøyd, glad og rolig.

Kode 87: Vi er forskjellige mennesker på forskjellige tidspunkter i våre liv.

Kode 88: Man får og tar et ansvar fordi man får en oppgave, mens noen andre får en annen.

Kode 92: Russ helt alene i klassen. Sluttet å ha kontakt med venner fra ungdomsskolen.

Kode 93: Jeg ble invitert med på veldig mye, det var jeg glad for.

## **8. Jeg var mye alene med det**

Nei, ikke sånn (om ungdomspsyk hjelp). Men jeg var jo mye alene. På rommet mitt og sånn. Jeg husker at de tok mobilen. Jeg kunne ikke ha mobilen.

## **8. Jeg ble litt **stolt av meg selv**, når jeg turte noe nytt, og klarte det bra - Empowerment.**

Kode 43: Litt stolt over meg selv: Litt tøft og litt smart – når man tør sove i hengekøye på båten.

Kode 47: Jeg kom jo over det til slutt og det var veldig mestringsfølelse.

Kode 48: Jeg var den eneste som ikke ble sjøsyk. Intervjuer: Jeg hadde blitt det. Kult at noen blir, mens andre ikke blir. Olivia: Ja, det er det. **Stolthet?**

Kode 51: Jeg lærte **å kjenne på følelser** på den turen. I hvert fall mestring.

Kode 56: På toktet (6 uker): Det skjedde veldig mye på veldig kort tid.

Kode 63: Jeg hadde mer lyst til påbygg etter frisørinja. Vil studere marinebiologi. 'Det er så mye vi ikke vet om havet.'

Kode 64: Tidligere følte jeg ingen tilhørighet noe sted. Utenom sånn i meg selv.

Kode 81: Jeg forandret meg på båten og da jeg begynte på skolen igjen.

Kode 82: Jeg tok en sjans – jeg kjente ingen.

Kode 84: Valgte å være alene og fokusere på skole = mestringsfølelse (Bevisst styring i eget liv?)

Kode 85: Vant mesterskap – og så var jeg plutselig glad.

Kode 86: Uvirkelig – et helt annet menneske, på en måte.

Kode 89: Jeg klarte også kjedelige oppgaver. Når jeg var ferdig, så var jeg letta. Det var også en mestringsfølelse.

Kode 90: Jeg fikk det til og da var jeg veldig stolt av meg selv (!!)

Kode 91: Kjente på følelser, på stolthet over meg selv. Tror de gamle venner bare syntes det var bra for meg.

## Empirisk analyse referanser:

EAR: Alderen, det begynner så tidlig. Slår ut som fravær start ungdomsskole, men begynner før det. Kunne man være bevisst om det på mellomtrinnet?

EAR: Kan det være slik at fortsatt i et fellesskap så opplever hun seg veldig individuelt – inntil de skal jobbe sammen / ta ansvar sammen. Så handler det om at man gjør sin del av helheten.

EAR: Er listen så høy at selv når vi er blant venner, så skal vi leve opp til en nesten uoppnåelig versjon av oss selv?

EAR: Tilhørighet – hvordan oppnår man den. Gjennom arbeidet på båten (alle på samme båt, så å si)?

EAR: Må det bare være så mange hjelpere som mulig fordi plutselig bryter en av dem igjennom eller plutselig er kombinasjonen riktig?

EAR: Endring er skummelt, også i karriereveiledning (jf. Hennes uttalelse om at det var trygt å sulte seg. Endring var skummelt)

EAR: Er det en måte å flytte kontrollbehovet fra spisning / perfektjon til planlegging?

EAR: Subjekt i eget liv? Frigjort fra hva..? Karrierevalg?