

# *”Sammen underveis” – et søkelys på samlivskurset ”Hva med oss?”*

- En kvalitativ studie om hvordan par opplever å delta på samlivskurset ”Hva med oss?”



**SISSEL ROLAND**

Veileder: Ottar Ness

Masteroppgave i familieterapi og systemisk praksis MGFAM H-C-FA3

Diakonhjemmets høyskole – 12. oktober 2012

Institutt for sosialt arbeid og familieterapi

Antall ord: 24503

## **Forord**

Siden jeg startet å arbeide i familievernnet i 1993, har temaet *samliv* naturlig opptatt meg, både som terapeut og som kursleder for ulike samlivskurskonsepter. Det er viktig å være klar over at som terapeut, kursleder og forsker reflekterer vi ikke *om*, men *ut i fra*, egne liv. Det betyr at noe nytt oppstår i møtet mellom kursledere og kursdeltakere, mellom likeverdige mennesker som bringer med seg sine liv og livserfaringer inn i dette møtet. Kunnskap utformes i relasjonen mellom mennesker, i fortellingene og erfaringsdelingen. Å forske på samliv er dermed å forske på seg selv.

Det er flere å takke for at jeg har kommet i mål med dette arbeidet. Først og fremst min veileder Ottar Ness, mannen med en unik evne til å være til stede til enhver tid, med sine ekspeditte svar, refleksjoner og innspill da jeg trengte det mest. Du har gitt meg uvurderlige bidrag til klargjøring av tekst og form, og samtidig vært en inspirator når motet sviktet under skriveprosessen.

Jeg vil også takke mine foreldre på Røros, som flere helger stilte mitt barndomshjem til disposisjon for skrivning, foring og turgåing. Det ga mulighet til konsentrert skrivearbeid. Min nærmeste familie, Trond, Ane Oline og hunden Tyra fortjener også en stor takk for guddommelig tålmodighet under opp- og nedturer, og ikke minst for at jeg har vært tålt under hele skriveperioden. Takk til min beste venn og medvandrer Trond for at du har trodd på meg hele veien.

Jeg vil også takke for velvillighet fra arbeidsgiver og kolleger ved Familievernkontoret i Harstad, og ved Familievernkontoret i Sør-Trøndelag.

Men den største takken vil jeg rette til foreldrene som stilte opp og brukte av sin dyrebare tid. De har gitt meg en privilegert tilgang til deres historier og erfaringsrikdom, som handler om å leve sammen som par med sjeldne og usedvanlige barn.

Trondheim, oktober 2012

Sissel Roland

## **Sammendrag**

Denne studien handler om tre par sine opplevelser og erfaringer med å ha deltatt på ”Hva med oss?”-kurs. Spesielt handler det om hvordan dette kurset har vært til hjelp for å utvikle og å bevare parforholdet deres. Følgende problemstilling blir belyst i denne oppgaven:

*Hvordan beskriver par som har barn med nedsatt funksjonsevne sine erfaringer med å delta på ”Hva med oss?”- kurs?*

Teorigrunnlaget har i all hovedsak vært hentet fra forskning omkring ulike samlivskurs og hvilke premisser og diskurser som ligger til grunn for disse. Det blir også gjort rede for både nasjonal og internasjonal forskning på parforhold og samliv.

Det vitenskapsteoretiske ståstedet for denne studien er hermeneutisk-fenomenologisk. Data ble samlet inn gjennom kvalitative forskningsintervjuer med tre par, totalt seks informanter. Hermeneutisk-fenomenologisk analysemetode ble benyttet for denne studien. Hovedfunnene fra studien handlet om:

*(1) Å gripe den beleilige tid, (2) Hvordan verne om kjærlighetslivet? - sammen underveis, (3) Nøkkelen til god kommunikasjon og (4) Kraften i gjenkjennelsen.*

Funnene ble drøftet i forhold til anvendt teori og annen relevant teori, samt opp mot implikasjoner for praksis. Funnene i studien aktualiserer og underbygger betydningen av ”Hva med oss?”-kurset, hvilke temaer som er viktige, og ikke minst hva som må til for å få til et tilfredsstillende parforhold.

Kom ikkje med heile sanningi,  
Kom ikkje med havet for min torste,  
Kom ikkje med himmelen når eg bed om ljós,  
Men kom med ein glimt, ei dogg, eit fjom,  
Slik fuglane ber med seg vassdropar frå lauget  
Og vinden eit korn av salt

(Olav H. Hauge, 1961)

## **Innholdsfortegnelse**

<b>Kapittel 1 Innledning</b>	<b>08</b>
1.1 Bakgrunn for valg av tema	08
1.2 Hensikt og problemstilling for denne studien	10
1.3 Temaets relevans for samlivskurspraksis	11
1.4 Oppgavens oppbygning	12
<b>Kapittel 2 Teori og litteraturgjennomgang</b>	<b>13</b>
2.1 ”Hva med oss?” kursinnhold	13
2.2 Samlivskurs som ideologi, intervensjon og diskurs	14
2.2.1 Norske samlivskurs	14
2.2.2 Ideene til samlivskurs - en implisitt diskurs	15
2.3 Historisk bakteppe rundt omsorgen for funksjonshemmede	16
2.4 Familier som har barn med nedsatt funksjonsevne og skilsmissemfrekvens	17
2.5 Psykoedukativ tilnærming som kursmetode	18
2.6 ”Ikke-vitende posisjon”	19
2.7 Tidligere forskning på samlivskurs	19
2.7.1 Forskning gjort om samlivskurs	20
2.7.2 Forskning på samlivskurset PREP	20
2.7.3 Forskning på samlivskurset Godt samliv	22
2.7.4 Forskning gjort av NTNU Samfunnsforskning AS	23
2.8 Forskning på parforhold og samliv	24
2.9 Oppsummering	27
<b>Kapittel 3 Metodologi</b>	<b>28</b>
3.1 Vitenskapsteoretisk ståsted	28
3.2 Kvalitativ metode	28
3.3 Utvalg og rekruttering	29
3.4 Kvalitativt forskningsintervju	30
3.5 Transkribering	31
3.6 Analysemetode - fenomenologisk tilnærming	31
3.6.1 Steg 1: Helhetsinntrykk av teksten	32
3.6.2 Steg 2: sammenfatning av meningsenhetene slik de uttrykkes av deltakerne	32

3.6.3	Steg 3: Tema som dominerer meningsenhetene	33
3.6.4	Steg 4: Meningsenhetene i lys av studiens spesifikke formål	33
3.6.5	Steg 5: Sammenfatning til deskriptiv tekst	34
3.7	Studiens kvalitet	34
3.7.1	Validitet og reliabilitet i kvalitativ forskning?	34
3.7.2	Validitet	35
3.7.3	Reliabilitet	35
3.8	Om å forske i egen bakgård – egen forforståelse	36
3.9	Forskningsetikk	38
3.9.1	Innmelding av forskningsprosjektet til NSD	38
3.9.2	Informert samtykke	39
3.9.3	Anonymitet og konfidensialitet	39
3.10	Oppsummering	39
	<b>Kapittel 4 Presentasjon av studiens funn</b>	<b>40</b>
4.1	Å gripe den beleilige tid	41
4.1.1	Tid sammen som par	41
4.1.2	Avlastning og avveksling	42
4.1.3	Hvordan gi plass til alle i familien?	43
4.2	Hvordan verne om kjærlighetslivet? - sammen underveis	45
4.2.1	Å oppdage hverandre på nytt, og på nytt	46
4.2.2	Hjelp til ikke å miste blikket for at det nytter – om håp	48
4.3	Nøkkelen til god kommunikasjon	49
4.3.1	Hva rommer den gode dialogen?	50
4.3.2	Ulike kjærlighetsspråk	51
4.3.3	Betydningen av språk for å skape mening	52
4.4	Kraften i gjenkjennelsen	54
4.4.1	Erfaringsdeling - som innskudd på en bankkonto	54
4.4.2	Erfaringsensomhet	56
4.5	Oppsummering	57
	<b>Kapittel 5 Diskusjon og implikasjoner</b>	<b>58</b>
5.1	Oppsummering av studiens funn	58
5.1.1	Å gripe den beleilige tid	59

5.1.2 Hvordan verne om kjærlighetslivet? - sammen underveis	59
5.1.3 Nøkkelen til god kommunikasjon	59
5.1.4 Kraften i gjenkjennelsen	60
5.2 Drøfting av studiens funn	60
5.2.1 Mitt språk er lastet med	60
5.2.2 Samlivskurs som romantisk diskurs	62
5.2.3 Å skape rom for felles erfaringer	64
5.3 Implikasjoner for praksis	66
5.4 Fremtidig forskning	67
5.5 Mulige styrker og svakheter ved studien	68
5.5.1 Selvrefleksivitet	70
<b>Kapittel 6 Avsluttende kommentarer</b>	<b>71</b>
<b>Litteraturliste</b>	<b>73</b>
<b>Vedlegg</b>	
Vedlegg 1: Tale-/ lytteteknikken	
Vedlegg 2: Rekrutteringsbrev med informasjonsskriv til informantene	
Vedlegg 3: Intervjuguiden	
Vedlegg 4: Koding av data	
Vedlegg 5: Taushetserklæring for transkribering	
Vedlegg 6: Godkjenning fra Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste AS	

## Kapittel 1 Innledning

### 1.1 Bakgrunn for valg av tema

Denne studien handler om hvordan noen par opplever og erfarer det å delta på samlivskurset ”Hva Med Oss?” (heretter HMO). Jeg er nysgjerrig på om deres deltakelse på kurset har gjort en forskjell for samlivet deres i et forebyggende perspektiv. I tillegg er jeg interessert i å få kunnskap om det å delta på kurset har vært til hjelp for å utvikle og bevare parforholdet deres. Helt innledningsvis vil jeg si noe generelt om det å leve i parforhold, siden samliv som fenomen er så nært knyttet til hovedfokuset i undersøkelsen. Dernest vil min oppmerksomhet være på samlivskurset HMO, jeg vil beskrive innholdet i HMO i kapittel 2.1.

Kjærlighet kan sammenlignes med en reise, en oppdagelsesferd i det ukjente, og de fleste par er fulle av fremtidshåp og høye forventninger til denne reisen (Gran 2007). Parforhold er på mange måter også et identitetsprosjekt, fordi det sier noe om tilhørighet og hvem vi er som mennesker. Det å leve i et parforhold skal representere et trygt ankerfeste i tilværelsen. Hvis man lever lenge nok i et utilfredsstillende parforhold, er resignasjon nærmest uunngåelig, og det kan lett bli den eneste måten å holde ut på (Thuen 2003).

Jeg har siden juni 2002 vært ansatt i prosjektet HMO, som handler om samliv i familier med funksjonshemmede barn. Med funksjonshemming tenkes her fra de mer begrensede (for eksempel ADHD/ADD) til de mer omfattende funksjonshemminger (for eksempel multifunksjonshemming eller psykisk utviklingshemming) (Hareide og Rogne Tytingvåg 2003). Med utviklingshemming forstås en hemming som også omfatter de intellektuelle funksjoner (for eksempel autisme) (NOU1985:34).

For å være i takt med de offentlige utredningene vil jeg i problemstillingen bruke betegnelsen nedsatt funksjonsevne. Jeg vil ellers i oppgaven variere ordbruken med: *barn med spesielle behov*, *barn med funksjonshemming*, *sjeldne barn eller usedvanlige barn*, og bruke begrepene litt om hverandre. Dette fordi jeg ikke ønsker å være for stereotyp i begrepsbruken, slik ulike ord vil romme forskjellig mening og gi ulike assosiasjoner.

Barn med *funksjonshemming* omfatter alle kategorier av funksjonsnedsettelse, barn i alle aldre, om barnet bor i foreldrehjemmet eller har flyttet på institusjon, eller er over 18 år. Jeg bruker betegnelsen *samlivsbrudd*, uavhengig av om bruddet skyldes formell separasjon, skilsmisse eller oppløst samboerforhold.



HMO startet i 2002 etter oppdrag fra Barne- og familiedepartementet (BFD), og ble driftet nasjonalt av Samlivssenteret på Modum Bad. Det ble bevilget prosjektmidler i en treårsperiode (2002-<sup>1</sup>2004), fordelt på de fem helseregionene (Halleland 2002).

Den historiske foranledningen til HMO var en kursrekke, som ble holdt for foreldre av Berger Hareide i 1996, om samarbeid foreldre-hjelpeapparat (Hareide og Rogne Tytingvåg 2003). Dette ble startskuddet til en konkret forespørsel fra foreldreforeningen ”Assistanse” i 1997 til Samlivssenteret på Modum Bad, om å holde samlivskurs for medlemmer av foreningen. Dette ble også startpunktet til undersøkelsen, ”Tiden sammen må tilranes!”, om hverdagsliv og samliv i familier med funksjonshemmede barn (ibid). De regionsansatte i HMO, to i hver helseregion, ble rekruttert fra familievernet. Jeg var på den tiden ansatt ved Familievernkontoret i Harstad, som er ressurskontoret for HMO-programmet i region nord. Jeg fikk da det lokale faglige ansvaret for HMO i denne regionen.

Selve navnet på prosjektet HMO, sprang ut av den erfaring som mange av disse foreldrene hadde, nemlig at parforholdet ble en ”saldningspost”, og dermed ble prioritert nederst på lista i en travel hverdag med mye fokus på barnet. Oppdraget i prosjektperioden var tredelt (Halleland 2002): (1) Man skulle utvikle og holde tilrettelagte samlivskurs for denne foreldregruppen. (2) Man skulle arbeide med kompetansebygging ved utdanning av regionale kursledere, samt kompetansestyrking av ansatte i instanser som arbeider med disse foreldrene. (3) Og man skulle arbeide med nettverksbygging i forhold til instanser og brukerorganisasjoner.

HMO opphørte som *prosjekt* ved utgangen av desember 2004, og gikk da over til å bli et permanent *program* med tilbud om samlivskurs til målgruppen. Programmet er nå et nasjonalt tilbud finansiert over Statsbudsjettet, forankret i familievernet i de fem helseregionene. Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet (Bufdir) er faglig ansvarlig for programmet (Aicher og Hareide 2005). Det vil si at det fortsatt holdes samlivskurs for disse foreldrene i hele Norge, og undertegnede var faglig ansvarlig for HMO-programmet i helseregion Nord inntil desember 2011.

---

<sup>1</sup> Det var fem helseregioner under prosjektperioden, i dag er det fire. Men HMO-programmet er fortsatt organisert med fem regionsansvarlige, etter gammel inndeling.

Bakgrunnen for valget av tema for denne studien har vært at jeg siden prosjektets start har vært opptatt av betydningen av å lage tilrettelagte samlivskurs for bestemte målgrupper av foreldre. Det eksisterer flere samlivskurs-konsepter i feltet for alle typer foreldre, og jeg har underveis reflektert over hvorfor det er så viktig med en slik målrettet satsing på foreldre som har syke barn. Gjennom litteratursøk og samtaler med fagpersoner, ble det klart for meg at det ennå ikke var etablert så mye kunnskap om *samliv* i forhold til foreldre som har barn med spesielle behov. Dette var litt overraskende tatt i betraktning at foreldrenes parforhold vil være avgjørende i forhold til hvordan familien fungerer, som Virginia Satir (1967) påpekte: “The marital relationship is the axis around which all other family relationships are formed. The mates are the *architects* of the family” (sitert Hareide og Tytingvåg Rogne 1993, s.7).

NOVA (2005) lagde en brukerundersøkelse, med utgangspunkt i deltakerevalueringer fra HMO-kurs over en tidsperiode, skjemautfylling ved kursslutt. Brukerundersøkelsen har ikke vært tilstrekkelig for å vite hvordan par har opplevd og erfart HMO-kurset. Det ble derfor interessant å undersøke dette nærmere ved å intervjuer par som har deltatt. Jeg var også interessert i om HMO-kurset har hatt betydning for parforholdet til deltakerne i et lengre tidsperspektiv. Dette for å undersøke om parene tror at deltakelse på kurset hadde påvirket deres opplevelse av tilfredshet med sitt samliv.

### ***1.2 Hensikt og problemstilling for denne studien***

Hensikten med denne studien er å undersøke og forstå hvordan HMO samlivskurs har vært til hjelp for parene i et forebyggende perspektiv. Jeg er opptatt av om disse kursene har bidratt til å styrke par-relasjonen gjennom et bevisst fokus på samliv, og i tilfelle hva som har vært virksomt for parene ved å delta på HMO-kurs. Jeg ønsker derfor å se nærmere på hvordan par opplever og erfarer HMO-kurset.

Det blir fra noen forskere hevdet at uansett program eller metode, så avtar effekten av samlivskurs med tiden (Markman, Stanley og Blumberg 2003). Berger Hareide (Hareide 2003, sitert Markman, et al. 2003) forteller også at effekten avtar noe rett etter kurs. Det finnes ikke entydige og enkle svar på disse spørsmålene, men jeg ønsker å kunne få ny og større innsikt og mer kunnskap om dette gjennom intervjuene med mine informanter.

Samlivssatsingen oppstår ikke i et vakuum, men har sin begrunnelse i den høye skilsmisseprosenten (Mortensen og Thuen 2007). Det har til nå ikke eksistert noen forskning på programmet HMO annet enn evalueringene fra hvert enkelt samlivskurs<sup>2</sup>. Disse evalueringene er bare en umiddelbar stemningsrapport fra kursdeltakerne etter kurset. Det vil være av interesse å få kartlagt om de opprinnelige målsettingene hos oppdragsgiverne Barne- og likestillingsdepartementet (BLD), og de faglig ansvarlige, Bufdir, har svart til forventningene hos målgruppen. Jeg ønsker derfor å undersøke noen par sine opplevelser og erfaringer med å delta på kurset HMO, og om det har vært nyttig i forhold til å utvikle og bevare parforholdet. Problemstillingen for studien var:

*Hvordan beskriver par som har barn med nedsatt funksjonsevne sine erfaringer med å delta på "Hva med oss?"-kurs?*

Denne problemstillingen blir belyst ved hjelp av forskningsspørsmålet:

- *Hvordan har deltakelse på "Hva med oss?"-kurs vært til hjelp for å utvikle og bevare parforholdet?*

### ***1.3 Temaets relevans for samlivskurspraksis***

Jeg er opptatt av hva undersøkelsen kan gi tilbake til samlivskursfeltet ved å sette fokus på de positive faktorene som kan være styrkende og utviklende for et parforhold. Studien vil bidra til at kunnskapen på dette feltet øker, og spesielt at alle kursledere som arbeider med denne foreldregruppen vil stå bedre rustet til å holde bedre HMO-kurs. I beste fall vil forskningen kunne gi noen nye perspektiver til innholdet i kurset og fungere som et korrektiv for kursledere. Parene som deltar på HMO-kurs kan få større refleksjon rundt sitt eget parforhold, som i beste fall kan gi ny innsikt i egen livssituasjon.

---

<sup>2</sup> NTNU Samfunnsforskning evaluerer nå i disse dager HMO-kurset på oppdrag av Bufdir, med forskningsleder Anna Kittelsaa.

#### ***1.4 Oppgavens oppbygning***

Denne masteroppgaven er bygd opp på følgende struktur: I kapittel 1 presenterer jeg tema og problemstilling i studien, samt bakgrunn for valg av temaet. Jeg har gitt en kort historikk om prosjektets tilblivelse og oppdrag, samt overgangen fra prosjekt til program, og satt det inn i en kontekst med rådende diskurser rundt samliv.

I kapittel 2 presenterer jeg relevant teori som forskningen omkring HMO og samlivskurs generelt er basert på, og som jeg vil diskutere mine funn ut fra i kapitlet om diskusjon og implikasjoner. I kapittel 3 gjør jeg rede for metodologien for denne studien. I kapittel 4 har jeg presentert funnene fra analysen. I kapittel 5, som er oppgavens avslutningskapittel, har jeg drøftet funnene og reflektert over undersøkelsens betydning for praksisfeltet. Oppgavens avslutning munner ut i noen refleksjoner og konklusjoner som skal søke å svare på problemstillingen i studien. Neste kapittel vil handle om denne studiens teoretiske tilfang.

## **Kapittel 2 Teori og litteraturgjennomgang**

I dette kapittelet vil jeg innlede med å beskrive HMO-kurs, deretter fortsetter jeg med å gi et historisk bakteppe rundt samlivskurs som ideologi, intervensjon og diskurs, der jeg berører noen diskurser knyttet til samliv i vår tid. Jeg vil kort behandle utviklingen av omsorgen for funksjonshemmede, og hvilken plass denne omsorgen har i vårt samfunn i dag. Jeg vil videre gjøre rede for spenningsfeltet mellom en pedagogisk tilnærming til samlivskurs, i forhold til en ”ikke-vitende posisjon” som jeg vil berøre nærmere i kapittel 2.6. I siste del vil jeg redegjøre for relevant forskning om samlivskurs og parforhold.

### ***2.1 ”Hva med oss?” kursinnhold***

HMO er et statlig program med tilbud om samlivskurs til par som har barn med nedsatt funksjonsevne. Programmet har også en kursvariant som er et oppfølgingskurs, HMO 2, beregnet på par som har deltatt på HMO grunnkurs. Kurset er et weekend- kurs som varer fra fredag til søndag, og som holdes på hotell. Innholdet i kurset er lagt opp med en blanding av innlegg fra kursledelsen, egen aktivitet og plenumsdiskusjon. Kurset skal stimulere til samliv preget av god kommunikasjon og konflikthåndtering, samarbeid og gjensidig respekt. Viktige bidrag til kursprogrammet er hentet fra programmet PREP, som jeg vil gjøre rede for i kapittel 2.2.1. Parene betaler en egenandel på kr 1000 pr. par, som inkluderer kursopplegg samt overnatting på hotell med helpensjon.

Alle kursene tar opp følgende tema:

- Innledning om familieliv og parforhold
- Kommunikasjon som nøkkel eller lås?
- De sammensatte følelsene
- Menn og kvinner-to verdener?
- Når vi trækker på hverandre
- Å skape livsrom for alle i familien
- Vennskap, nærhet og intimitet

## **2.2 Samlivskurs som ideologi, intervensjon og diskurs**

Samlivskurs som fenomen er av nyere dato, og har en familiepolitisk historie (Mortensen og Thuen 2007). Samlivskurs er en form for forebyggende samlivsstyrkende tiltak, og har som mål å formidle informasjon og ferdighetstrening til par, i den hensikt å gi par verktøy for å opprettholde og forbedre parforholdet (ibid).

Bergersen Moen (2012) refererer til SSB (Statistisk sentralbyrå) når hun opplyser at hvert år opplever om lag 20.000 barn at foreldrene flytter fra hverandre, og tallet er stigende. Tallene viser at 81 % barn bodde sammen med gifte eller samboende foreldre i 1989. I 2010 var tallet 74 % (ibid). Samtidig har skilsmissetallene holdt seg uendret de siste fem årene. På bakgrunn av disse tallene er det nå en nasjonal satsing på samlivskurs for å fremme effektive forebyggende tiltak som kan styrke parforhold og redusere forekomsten av samlivsbrudd.

NOVA (2005) konkluderte med at HMO-tilbudet fikk gode tilbakemeldinger og høye skårer, med noe variasjon på de enkelte temaene. Det var temaet om kommunikasjon som klart fikk best evaluering.

Samlivskurs ble sett på som et offentlig ansvar, og ble fra 1994 finansiert over statsbudsjettet som samlivstiltak. Fra 2005 ble HMO-kurset finansiert over statsbudsjettet som et offentlig subsidiert samlivskurs til målgruppen. I så måte er det nå et legitimt samfunnsanliggende å satse på samlivskurs som et forebyggende tiltak.

### **2.2.1 Norske samlivskurs**

Vanligvis bygger samlivskurs på en blanding av fire komponenter: *Bevissthet, tilbakemelding, kognitiv endring og ferdighetstrening* (Markman, et al. 2003).

I Norge har det vært flere aktører på området som har utviklet samlivskurs. Blant disse er: Samlivssenteret på Modum Bad, Nasjonalforeningen for folkehelsen, Bufdir, en tverrkirkelig misjonsbevegelse og en internasjonal tverrkirkelig nettverksbevegelse (Mortensen og Thuen 2007). Imago samlivskurs er et annet kurs som finnes på samlivskursfeltet. Både internasjonale og norske samlivskurs varierer i noen grad i forhold til teoretisk og ideologisk utgangspunkt. Følgende samlivskurs brukes i Norge:

1. "The Prevention Relationship Enhancement Program" (PREP) som opprinnelig er amerikansk, ble oversatt, videreutviklet og tilpasset norske forhold første gang i 1998 av Samlivssenteret på Modum Bad. Alt av kursledermateriell ble senere revidert i

2004, basert på brukererfaringer og ny forskning, etter det opprinnelige programmet ble utviklet (Lærum og Hansen Helskog 2005).

2. ”Du og jeg og vi to” ble utviklet av ”Nasjonalforeningen for folkehelsen, og ble initiert av familieterapeut Kåre Nygård, som er ansatt i familievernet.
3. ”Nyfamiliens muligheter” henvender seg til familier hvor en av partene eller begge har barn fra tidligere forhold, og er utviklet gjennom Nasjonalforeningen for folkehelsen.
4. ”Godt samliv” som er forbeholdt foreldre som får sitt første barn, er i dag driftet nasjonalt av Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet, og er hovedsakelig forankret på Helsestasjoner i flere av landets kommuner (Gran 2009).
5. ”Bufferkus for par” ble utviklet ved Familievernkontoret i Follo i 2007 av psykologspesialist Anne Marie Fosse Teigen (Fosse Teigen 2012).
6. ”Familiefokus” er Ungdom i Oppdrag sin familievirksomhet, og består av ulike typer samlivsstyrkende tiltak.
7. ”Navigatørens kurs” i familierelasjoner orienterer seg mot kjærestepar, ektefeller og samboere, og arrangeres av ulike lokale aktører.
8. ”Imago samlivskurs” er utviklet av psykologekteparet Harville Hendrix og Helen Hunt i USA. Metoden er forankret i psykodynamisk psykologi, tilknytningsteori og systemisk og kognitiv tenkning (Hendrix 2006).

Av disse samlivstiltakene er det bare PREP som er forskningsbasert og er gjort til gjenstand for vitenskapelige evalueringer (Mortensen og Thuen 2007). Denne nasjonale satsningen på samlivsstyrkende tiltak indikerer en politisk interesse for, og et fokus på samliv, og er i den offentlige og politiske debatt begrunnet som forebyggende tiltak mot samlivsbrudd.

### **2.2.2 Ideene til samlivskurs - en implisitt diskurs**

Samlivskurs kan bli sett på som en diskurs fordi den offentlige ideen til samlivskurs kan være bærer av en implisitt ide om at parforhold skal vare livet ut. Dette viser seg via den offentlige støtte til samlivskurs, og derfor gjennomføres det samlivskurs.

Jørgensen og Phillips (1999) definerer diskurs på denne måten: ”Diskurs er en bestemt måte å snakke om og forstå verden på” (sitert Øfsti 2010, s. 18). Forskeren og terapeuten Anne Kyong Sook Øfsti (2010) er opptatt av hvordan vi som terapeuter formidler tanker om kjærlighet og lengsel. Hun har et kritisk blikk på om terapeuter er premissleverandører av en

dominerende feministisk og romantisk diskurs, slik at grupper med andre idealer og erfaringer av kjærlighet utelukkes.

Hun sier at vi må være varsomme med hvor mye vi kan love på vegne av livet (ibid). Våre typiske familieidealer blir lite utfordret i en slik tenkning. Dette er en motvekt til senmoderniteten som ikke representerer noen entydige tradisjoner og svar, men der spørsmålene og kritikken står høyt i kurs (ibid). På denne måten blir de verdimessige ideene til samlivskurs utfordret, og representerer i seg selv en egen diskurs.

### ***2.3 Historisk bakteppe rundt omsorgen for funksjonshemmede***

Fram til tidlig på 1900-tallet var det familiene som hadde ansvaret for de funksjonshemmede (Osborg og Osborg 1992). De som var lettere utviklingshemmet kunne ha en funksjon i familien eller lokalsamfunnet, mens de som hadde tyngre funksjonshemninger ofte ble holdt skjult (ibid). Barbro Sætersdal (2005), som var en markant skikkelse i forhold til å gi de utviklingshemmede et ansikt, har gitt noen betraktninger rundt deres usynlighet og foreldres avmakt. Utover på 1900-tallet kom det offentlige mer ”på banen”, i forhold til utbygging av store sentralinstitusjoner. Tanken og intensjonen var at disse institusjonene kunne gi et bedre pleie- og omsorgstilbud enn familiene selv.

Fra 1960-tallet begynte det å skje endringer i synet på funksjonshemmede. Man ble opptatt av normalitetsbegrepet, og tanker om at det ikke skulle være et skille mellom funksjonshemmede og ikke-funksjonshemmede, fikk stort fotfeste. Nye begrep som normalisering, integrering og desentralisering fant etter hvert uttrykk i offentlige dokumenter som for eksempel NOU 1973:25 ”Omsorg for psykisk utviklingshemmede”.

De store sentralinstitusjonene ble etter hvert gradvis nedlagt og erstattet av mindre og desentraliserte institusjoner (Hareide og Rogne Tytingvåg 2003). Men derfra var heller ikke veien lang til HVPU-reformen i 1991, som hadde sitt grunnlag i St.meld. nr. 67, 1986-87 som het: ”Ansvar for tiltak og tjenester for psykisk utviklingshemmede”. Institusjonene fikk dermed ”dødsstøtet” og HVPU skulle avvikles. Tanken var nå at institusjonene skulle erstattes av tiltak i lokalmiljøet, slik at tilbakeføring av de utviklingshemmede til opprinnelig hjemkommune kunne finne sted. De få store sentralinstitusjonene ble erstattet av mange mini-institusjoner som skulle gi individuelle tilpasninger og små omsorgsboliger. Fra usynlighet gikk man over til åpenhet, som representerte et kvantesprang for de utviklingshemmede fra å



være” bytting” til å bli likeverdige borgere (ibid). Denne utviklingen tydeliggjør disse familienes usynlighet i samfunnet tidligere, til at det nå er stor politisk satsing på samlivsfremmende tiltak i forhold til målgruppen.

Dette medførte å gi familien og foreldrene et stort ansvar for omsorg, normalisering, inkludering og integrering, og foreldrenes parforhold ble avgjørende.

Å prioritere parforholdet er å prioritere barna! (Hareide 2003). Dette reflekterer en tenkning om at samlivskurs også kommer barna og familien generelt til gode. Dette kan forstås som en diskurs formidlet gjennom den offentlige satsing på samlivskurs.

#### ***2.4 Familier som har barn med nedsatt funksjonsevne og skilsmissefrekvens***

Et spørsmål som har vært tilbakevendende i forhold til familier som har barn med nedsatt funksjonsevner, er om de er utsatt for høyere skilsmissefrekvens enn familier som har friske barn (Tøssebro og Lundebj 2002). Tidligere undersøkelser viser at når det gjelder familiemønster så er familier med funksjonshemmede barn svært lik andre barnefamilier (ibid). Det er en tendens til at det er noe større andel gifte enn samboende foreldre, sammenlignet med gjennomsnittet. Det kan se ut som at disse familiene har en noe annerledes skilsmissekurve enn foreldre flest. Barnets alder kan være av avgjørende betydning, og stor omsorgsbyrde over tid kan gi utslag i skilsmissestatistikken når barnet blir eldre.

I normalbefolkningen er det større skilsmissehyppighet når barna er små (ibid). I en del undersøkelser som har berørt spørsmålet er det til dels sprikende resultater, som kan ha sammenheng med at de fleste studier gjelder avgrensede diagnosegrupper og dermed ikke er representative (Ingstad og Sommerschild 1984). Det gjelder undersøkelser som ikke har kartlagt barns alder, grad av funksjonshemning og dens varighet, og i hvilke land studien er gjort (ibid). Det sikreste en kan besvare dette spørsmålet med er at det ikke finnes et allment og entydig svar. Det kan se ut som det kan være en økende tendens til brudd der barnet har en progressiv sykdom som fører til barns død (ibid). Videre antas det en høyere bruddfrekvens når barnet har tyngre funksjonshemninger som multihandikap og utviklingshemning (ibid). Det er også en tendens til at skilsmisseprosenten slår senere ut i livet, enn i normalbefolkningen.

De fleste kan være enig i at samlivet berøres av å få et funksjonshemmet barn. Noen hovedtendenser synes å gjøre seg gjeldende: For det første kan det se ut som at det å få et barn med spesielle behov kan slå ut begge veier når det gjelder foreldrenes samspill, det finnes en samvariasjon av faktorer. Det er flest som enten får det verre eller bedre, mens relativt færre har det middels (ibid).

En annen tendens er at tidligere mønstre synes å vedvare, hvordan samspillet og kommunikasjonen mellom partnerne var før barnet kom til kan være avgjørende for hvordan foreldrene håndterer situasjonen etterpå (ibid). Hvis for eksempel ”begeret var fullt” fra før, så kan det å få et sykt barn være dråpen som får ”begeret til å flyte over”.

De foreldrene som maktet å snakke godt sammen tidligere, syntes å takle det nye livet bedre, og motsatt (ibid).

### ***2.5 Psykoedukativ tilnærming som kursmetode***

Det å delta på kurs handler om at par får mer kunnskap om hva som hjelper dem å håndtere sine samliv. I faglitteraturen kalles dette en psykoedukativ tilnærming (Jordahl og Repål 2009). Ved hjelp av pedagogiske prinsipper gjennom teoretiske presentasjoner og øvelser, kan parenes kompetansefølelse og mestringsopplevelse øke. Dette skjer da gjennom læring og adferdsendring (ibid). Psykoedukativ tilnærming er en løsningsfokuseret metode som er forankret både i adferdsteori og kognitiv tenkning (ibid). Selv om vi har noe forskning på betydningen av samlivskurs, mangler vi faktaforskning som kan bygge opp under viktigheten av kurs.

HMO-tilbudet er et kurs, og kurs fordrer at noe skal læres. Innen modernismen opererer man med begreper som hierarki og ekspertise, og i en læringskontekst handler det om at noen underviser og noen blir undervist, noen hjelper og noen blir hjulpet. Produktet og resultatet er viktig i modernismen, og bærer i seg noen premisser om at noe skal oppnås. Læring er ikke en avgrenset aktivitet som gir noen varig endring av adferd, men er derimot en prosessuell aktivitet. Ingen av oss er sannhetsbærere, men kursledere kan berede grunnen for dialogen og samtidig gi parene noen verktøy og ritualer som fremmer god kommunikasjon.

## **2.6 "Ikke-vitende posisjon"**

"Ikke-vitende posisjon" ble i en artikkel introdusert av Harlene Anderson og Harold Goolishian (1992), som en motvekt til å være normativ i terapirommet. Denne "ikke-vitende posisjonen" er ikke en metode, men handler om en livsholdning med fokus på samarbeid, likestilling og likeverdighet mellom klient og profesjonell. Dette handler i praksis om at ingen terapeuter fullt ut kan vite hva en klients erfaringer og opplevelse er. Men terapeuten kan gjennom sin grunnleggende holdning vise en genuin nysgjerrighet for det som fortelles (Bagge 2007). Terapeuten skal derfor alltid stille seg i en posisjon der han eller hun er den som blir informert av klienten, uten å være forutinntatt.

I forhold til å være kursleder så vil samtalen bli en utveksling av ideer, der både kursdeltaker og kursleder er eksperter, mer enn en formidling av oppskrift på sannheten. Flere innen fagfeltet som arbeider med samlivskurs mener at vi er ført inn i språkvaner der vi avholder oss fra å spørre, ut fra erkjennelsen av at vi mennesker ikke kan vite noe om andre.

En "ikke-vitende" holdning handler i kurssammenheng om å møte kursdeltakere med en lydhør oppmerksomhet som åpner et rom for den gode dialogen. Denne posisjonen rommer flere dimensjoner som handler om ikke å forstå et menneske for fort, vokte seg for å definere den andre og ikke assosiere for mye til eget stoff, som kan bidra til å lukke samtalen (ibid). Kursdeltakerne er eksperter på eget liv, og kurslederne er eksperter på metodikk og kursinnhold. Dette fordrer at man som kursleder må slippe kunnskapsovertaket, og være genuint nysgjerrig på foreldreerfaringene. Det å bli utforsket som menneske gir det verdi, og kan åpne nye rom og erkjennelser om eget liv (ibid).

## **2.7 Tidligere forskning på samlivskurs**

Meningsmålinger viser at de fleste som danner parforhold har et ønske om at det skal vare livet ut (Gran 2008). 80 % av de som inngår parforhold tror på livslang kjærlighet (ibid). Det kan derfor se ut som at "evig din" er en slitesterk drøm, og at parforholdet og monogamiet står høyt i kurs. Oppmerksomheten er derfor stor både på hva som gjør at par flytter fra hverandre og hva som virker samlivsfremmende. Samlivsspalter og spørsmål med mer eller mindre godt begrunnede svar finnes i mange aviser og blader. Spaltene er en indikasjon på hvor opptatt vi er av det gode samliv og hva som skaper varige og gode parforhold (Tengesdal 2011).

På grunn av manglende forskning på feltet, ønsker jeg å fylle dette gapet og plassere min forskning her, i forhold til foreldre som har barn med nedsatt funksjonsevne. Jeg vil i det følgende gjøre kort rede for relevant forskning på samlivskursfeltet.

### **2.7.1 Forskning gjort om samlivskurs**

Psykolog Frode Thuen (2003) har uttalt at vi generelt kan begynne å ane gevinstene av samlivskurs, med utgangspunkt i at skilsmisseprosenten har gått noe ned. De aller fleste studier av parforhold viser at det å leve i et lykkelig samliv gir store foredelere både hva angår helse og livskvalitet (Halford & Markman 1997). Mortensen og Thuen (2007) har i en rapport sett på internasjonale studier og sammenliknet disse med norske forhold. Disse studiene viser at det stort sett er unge europeiske og amerikanske par fra middelklassen som deltar på samlivskurs (ibid).

Det gjør at det er vanskelig å måle overførbarheten og generalisere kunnskap fra studiene til å gjelde alle par i andre populasjoner (ibid). Det er flere forhold som spiller inn, det Mortensen og Thuen (2007) kaller karakteristika ved par, og i hvilken livsfase parene deltar på kurs. Det er heller ikke konsensus blant forskerne omkring styrken og varigheten av disse endringene. Det kunne se ut som at dess mer strukturerte kursene var, og dess mer fokuserte på ferdighetstrening og praktisering, dess større var sjansen for at programmet hadde en varig positiv effekt på parforholdet. I forhold til en rekke utenlandske studier er det en etablert enighet om at kvaliteten på pars kommunikasjon, spesielt i forbindelse med konflikter, predikerer stabiliteten i parforhold (ibid).

Mortensen og Thuens forskning konkluderer med at samlivskurs kan virke forebyggende på samlivsbrudd, spesielt i tidlig fase av et parforhold og i forbindelse med overgangen fra å være par til å bli foreldre. De konkluderer også med at samlivskurs i noen grad kan bedre parene sin tilpasning og samhandlingsmønstre (ibid).

### **2.7.2 Forskning på samlivskurset PREP**

Det som ellers finnes av forskning på samlivskursfeltet i dag er basert på det ovennevnte amerikanske PREP- programmet. PREP er utviklet av forskere ved Universitetet i Denver, Colorado, USA, og basert på vel 25 års forskning på området samliv og partnersamspill (Markman, et al. 2003). Programmet ble utviklet på 80-tallet og er primært basert på prinsipper og teknikker med utgangspunkt i kognitiv og atferdsorientert parterapi (Mortensen

og Thuen 2007). HMO-kurset er utviklet og tuftet på deler av PREP- programmet. PREP legger stor vekt på utvikling av kommunikasjonsmestring som middel til å forebygge og redusere konfliktnivået i familien.

PREP vektlegger å gi par et verktøy som skal fremme trygg og god kommunikasjon gjennom en tale-/lytteteknikk (ibid). Denne kommunikasjonsteknikken bygger på enkle prinsipper for konstruktiv kommunikasjon, og gir klare regler for den som lytter og den som taler. Øvelsen er stringent, og skal lære par å kommunisere slik at de kan lytte bedre til hverandre og få til god dialog omkring et viktig tema eller problemområde. I korthet går strukturen ut på at det er tid for å tale og tid for å tie (se vedlegg 1 for detaljert beskrivelse av Tale-/lytteteknikken).

I Norge ble PREP-programmet introdusert i februar 1999 av Modum Bads Samlivssenter. Det arrangeres i dag PREP- samlivskurs over hele landet. Arbeidet med PREP ved University of Denver har resultert i overkant av 50 vitenskapelige publikasjoner der en rekke forskere har deltatt (for eksempel Kurt Hahlweg ved Technische Universität Braunschweig og Kim Halford ved Griffith University i Queensland, Australia).

Fokus på kommunikasjon steg til store høyder midt på 1970-tallet i samlivsforskningen, og man avdekket gjennom videoopptak hvordan negative samhandlingsmønstre skyldtes uhensiktsmessig kommunikasjon (Markman, et al. 2003). PREP-forskningen gjaldt først og fremst par i etableringsfasen, men man mener funnene har overføringsverdi for par som har vært sammen i mange år (ibid). Et av deres funn var at samlivsbrudd lar seg forutsi i stor grad, fordi disse forskerne er blitt flinke til å identifisere hva som utløser samlivsbrudd.

Flere av studiene ga også indikasjoner på at det går an å lære seg kommunikasjonsferdigheter for å fremme konfliktløsning. Et annet funn innen PREP- forskningen viste positive virkninger minst fem år etter samlivsforberedende kurs (ibid). Parene som hadde deltatt på PREP-kurs hadde lavere samlivsbruddfrekvens, både før og etter inngåelse av ekteskap, enn kontrollgruppene (ibid). I følge en større langtidsstudie viser ”PREP-par” etter fem år større grad av tilfredshet i parforholdet (ibid). Parene viser også større grad av tilfredshet enn par som har gjennomgått andre samlivsprogrammer. Man vet ikke nok om langtidseffektene av PREP-kurs, og heller ikke hvilke deler av programmet som gir størst utbytte. Mortensen og Thuen (2007) konkluderer for øvrig, etter en kvalitativ vurdering av 13 ulike programmer gjort av Berger og Hannah (1999), at PREP er det programmet som kommer best ut på tvers av ulike variabler som vurderes.

### **2.7.3 Forskning på samlivskurset Godt samliv**

Godt samliv-kurset (2009) er et statlig tilbud om samlivskurs til førstegangsførelde, og Bufdir er faglig ansvarlig for kurset. Dette parkurset har som mål å styrke parforholdet, og gi par informasjon og tips til noen gode verktøy som skaper trygg og god kommunikasjon. Samtidig er kurset ment som en bevisstgjøring for par på hvordan de skal samarbeide om det nye livet med å få barn. Det faglige tilfanget er hentet fra ulike hold, blant annet fra PREP og fra John Gottman (2001). Godt samliv er et gratis tilbud til parene, og intensjonen var at alle i målgruppen skulle få et tilbud om samlivskurs. Første utgave av parheftet ble skrevet i 2005.

Det er velkjent både fra forskning og alminnelig erfaring at det representerer en overgang for vanlige familier å få sitt første barn (Brudal 2000). Overgangen fra to til tre, fra par til familie, er en ny livssituasjon som skal håndteres for de to som individer og for samlivet.

Danielsen og Mühleisen (2009) har analysert og delvis kritisert innholdet i kurset Godt samliv. De mener det er problematisk at staten og det offentlige i dag går inn og former idealer for parforhold i en offentlig romantisk kontekst.

De mener at kurset er normativt, og i sine virkemidler legger premisser og føringer for hvordan par skal kommunisere og forholde seg til blant annet intimitet. De mener at diskurser knyttet til forståelsen av intimitet er fraværende. Innholdet i kurset fokuserer på det vanlige og typiske, og åpner dermed ikke opp for andre idealer og erfaringer av kjærlighet. I så måte befinner samlivstiltaket seg innenfor et tradisjonelt familieparadigme. Dermed beskriver kurskonseptet idealer og praksiser som blir moralske koder for hva som er tillatt og ikke tillatt (ibid). De er særlig opptatt av virkemiddelet i kurset som de kaller en performativ modell for kommunikasjon. Det betyr at par blir oppfordret til autensitet og ekthet på den ene siden, og det regelstyrte på den andre siden gjennom tale-/ lytteteknikken fra PREP-programmet. Dette er verdier som står i et spenningsforhold, mener forskerne (ibid). Hovedbudskapet i samlivskurset er at kjærligheten trenger regi og at samliv kan formes og læres.

Knatten (2007) viser til en evalueringsrapport av Godt samliv gjort av TNS gallup (2006), at ni av ti deltakere anbefaler samlivskurset, mens færre enn en av hundre ikke anbefaler det. Blant deltakere som generelt sett er utilfredse, vil likevel om lag halvparten av deltakerne anbefale kurset (ibid). Evalueringen er basert på rapportering fra 1100 kursdeltakere fordelt på 104 kommuner i Norge. Deltakerne består av like mange menn som kvinner og representerer alle aldersgrupper med hovedvekt på alderen 26-35 år.

De fleste kursdeltakerne mener at alle kursdelene har stor nytteverdi, med unntak av introduksjonsdelen som melder om noe lavere nytteverdi (ibid).

#### **2.7.4 Forskning gjort av NTNU Samfunnsforskning AS**

Buudir ga høsten 2011 NTNU Samfunnsforskning AS i oppdrag å evaluere ”Hva med oss?”<sup>3</sup>, parkurs for foreldre til barn med funksjonsnedsettelse. Evalueringen gjennomføres av en forskergruppe tilknyttet Avdeling for Mangfold og Inkludering, og evalueringsrapporten skal leveres i november 2012. Evalueringen legges opp likt et forskningsprosjekt hvor forskergruppen innhenter opplysninger gjennom følgende metoder:

(1) Kvalitative intervju med rundt 25 tidligere kursdeltakere. Disse velges ut slik at man får en god geografisk spredning, og også deltakere som har vært på kurs til ulike tider.

(2) Kvalitative intervju med alle kursansvarlige i de ulike regionene som har ansvar for kursene, samt kvalitative intervju med kursledere.

(3) Observasjon av to kurs.

(4) En kvantitativ undersøkelse hvor et spørreskjema distribueres til alle som har vært på kurs siden 2006 da Buudir overtok ansvaret for tilbudet.

Datainnamlingsperioden avsluttes i 2012, så foreløpig foreligger det ikke noen resultater. Målet med evalueringen er å dokumentere hva slags betydning kursene har. Metodene som benyttes er utformet slik at man ikke bare får et tallmateriale, men også mer detaljerte og nyanserte erfaringer som deltakerne og arrangørene har gjort seg (NTNU Samfunnsforskning 2012).

---

<sup>3</sup> NTNU Samfunnsforskning AS evaluerer i disse dager HMO-parkurset på oppdrag av Buudir (forskningsleder er Anna Kittelsaa).

## 2.8 Forskning på parforhold og samliv

Det finnes ikke mye forskning på par, hva som er nøkkelen til gode parforhold eller hva som skaper varige parforhold, til tross for at par er blant de vanligste og viktigste fenomener i de fleste kulturer (Tengesdal 2011). Jeg har valgt de mest sentrale studiene, også på bakgrunn av at HMO-programmet har hentet sitt faglige tilfang fra disse.

En av dem som har forsket mest på par er psykologen John Gottman (2001). Han fokuserer på kommunikasjon og konflikthåndtering i sin forskning. Han har over 30 år studert par i sitt laboratorium i Seattle i USA, som han kaller "kjærlighetslaboratoriet". Laboratoriet er en leilighet hvor Gottman har latt par bo i et døgn, der parene ble kameraovervåket på dagtid og det ble tatt fysiologiske prøver og målinger av deltakerne. Nesten 700 par har oppholdt seg i leiligheten (ibid). Gottman har fire kamera som tar opp alt som skjer i samlivet, bortsett fra når parene befinner seg på toalettet og på soverommet. Noen år i etterkant ble parene kontaktet igjen, og det ble samlet informasjon om hvordan det gikk i parforholdet.

Gottman (ibid) selv sier at hans hovedmotivasjon til å starte arbeidet var at han ble motivert av at mange har sterke meninger om hva som kjennetegner gode parforhold.

Han hevder at det finnes lite kunnskap om hva som karakteriserer tilfredse og varige parforhold, og hva som forutsier brudd.

Gottman (ibid) mener nå å kunne forutsi med over 90 % sikkerhet hvilke forhold som utvikler seg mot brudd og hvilke forhold som varer.

(1) Et av hovedfunnene i hans forskning er at vennskapet er basen i gode parrelasjoner.

Han hevder at i forhold til *kjennskap* så vektlegger han betydningen av at par har berøringspunkter, både fysisk og psykisk (ibid). Det betyr at par må kjenne til hverandres historie, hva partneren er opptatt av og hva som bekymrer han og henne. Han er opptatt av partneres mentale bevissthet om hvor den andre er i livet sitt. Det er av betydning å ta vare på de små treffpunktene i hverandres hverdag og på den måten holde forbindelsen med hverandre.

(2) Gottmans andre kjennetegn på vennskapet til tilfredse par er at de *verdsetter* hverandre.

Når man oppfatter vanskeligheter i parforhold som man tenker utelukkende handler om den andres personlige problemer, er det ofte tegn på at et par strever. Det å anerkjenne den andre er viktig i dette perspektivet, og gi egne bidrag til å forsøke å forstå partneren.



(3) Gottmans tredje kjennetegn på vennskap er måten vi forsøker å skape *kontakt* på, og måten vi svarer på partnerens kontaktinitiativ. Han kaller det for invitasjoner og responser. I alle typer henvendelser ligger det en invitasjon til en spesiell type respons. Invitasjonene og responsene er avgjørende for at gode relasjoner skal bygges, påpeker Gottman. Imøtekommende svar fra partneren vil si at man legger merke til, og besvarer utspillet på en respektfull måte, det Gottmann kaller ”innskudd i kjærlighetsbanken”.

Gottmanns forskning har vist at par som får gode varige forhold oppnår dette som et resultat av at de stadig arbeider med forholdet sitt. Det vil si at de tar medansvar for problemer, tolker partnerens handlinger og utspill i beste mening og forebygger destruktive krangler ved å ta medansvar og uttrykke seg respektfullt. Gottmann vektlegger to forhold til som styrker forholdet. Det gjelder par som klarer å takle vedvarende konflikter som er knyttet til forskjeller mellom to i et par, og at de opplevde at det er en mening med parforholdet. Mening er knyttet til likheter i interesser, verdier eller mål i livet.

En annen kjent forsker og psykolog er Sue Johnson (2008) som har utviklet Emotionally Focused Therapy (EFT), og er mest kjent for boka ”Hold me tight”. Hun er opptatt av menneskets grunnfølelser (sorg, glede, frykt og forakt), og bringer inn følelser og tilknytningsbegrepet for å forstå de vanskelighetene som par opplever. Sue Johnson mener at et parforhold først og fremst er et emosjonelt bånd. Hun mener at tilknytningsteorien kan forklare mange av de utfordringene som er i et parforhold, og at hvis man kjenner til partnerens tilknytningshistorie, så blir deres ”irrasjonelle” adferd forståelig (ibid). Hun er opptatt av at alle mennesker er født med et behov for nærhet og tilknytning, og sammenligner det med barnets behov for at den voksne omsorgspersonen er følelsesmessig tilgjengelig.

En annen studie som er gjort (Tytingvåg Rogne og Berger Hareide 2003) omhandler hverdagsliv og samliv i familier med funksjonshemmede barn. Denne undersøkelsen omfatter samtaler med 17 foreldre til funksjonshemmede barn. En av hovedkonklusjonene deres viste at foreldre som hadde stått i tunge omsorgsoppgaver gjennom mange år, var preget av en langtidsslitasje som også berørte samlivet. Slitenhet førte ikke til større nærhet partnerne i mellom. Samtidig var det langt fra entydige svar fra informantene på hvordan det hadde påvirket samlivet å få barn med spesielle behov. Noen fortalte at påkjennningene forente dem som par, mens andre i undersøkelsen sa at de brakte dem lengre fra hverandre. Andre fortalte at de kom mer under huden på hverandre, og kunne stå sterkere sammen i nødens stund. Det

kunne se ut som at dette gjaldt par som hadde tradisjon for å snakke sammen, og som var vant til å dele av sine opplevelser (ibid).

Flere av parene sa at det var en enestående opplevelse at noen spurte hvordan hendelsen hadde vært for de to som par, ikke bare som barnets foreldre. Noen fortalte at individuelle forskjeller i personlighet, meninger, holdninger og erfaringshistorie, var et hinder for å stå sammen i den nye livssituasjonen. Et parforhold som var dårlig i utgangspunktet, ga større utfordringer enn par som hadde et godt forhold. Det viste seg at flere av parene fortalte om større slitasje på parforholdet med barn som hadde tyngre funksjonsnedsettelse og multihandikap.

De fortalte at tunge omsorgsoppgaver over tid førte til en samlivsslitasje. Paridentiteten ble truet når foreldrentiteten og involveringen i barnet ble for stor. Det var en tendens til at mødrene var overinvolvert i barnet, og at fedrene ble rasjonelle og løsningsorienterte, men dette kunne også utvikle et godt teamsamarbeid. Noen av parene i undersøkelsen hadde tatt en beslutning om å prioritere hverandre høyt, slik at de så hverandre i en travel hverdag.

Arnstein Finset (2009) konkluderer i en undersøkelse med at kvaliteten i samlivet påvirker helse på flere måter. Han knytter dette til at det er sterkest effekt på psykisk helse, søvn, hjerte og karsykdom, og viser til ulike potensielle mekanismer: som at gode partnere passer på hverandres helse, sosiale relasjoner reduserer stress og god kommunikasjon fremmer hjernens regulering av emosjoner og påkjenninger. ”Det synes nå å være godt dokumentert at både voksne og barn får økt risiko for utvikling av psykososiale problemer etter samlivsbrudd” (Mortensen og Thuen 2007, s. 4).

Dommerud (2012) viste til en nylig undersøkelse fra Den norske mor og barn-undersøkelsen (MoBa 2012) gjort av Folkehelseinstituttet, at de som lever i gode parforhold er bedre rustet mot sykdom og annen motgang. Undersøkelsen viser at par som ikke er tilfredse i samlivet, er mer utsatt for depresjon og angst. Dette gjelder både kvinner og menn.

Undersøkelsen tyder også på at et godt parforhold virker som en buffer mot ulike belastninger som kroppslig sykdom, arbeidsledighet og dårlig økonomi. Resultatet viste også at selv om du er misfornøyd med ditt eget parforhold, vil du stå bedre rustet til å takle andre belastninger dersom partneren din er tilfreds med forholdet (ibid).

## ***2.9 Oppsummering***

Jeg har nå gjort rede for samlivskurs i en historisk kontekst, og sammenholdt dette med hva som finnes av relevant forskning på samlivskurs og parforhold i dag. Neste kapittel vil handle om denne studiens metodologi.

## **Kapittel 3 Metodologi**

Dette kapitlet handler om denne studiens metodologi, mitt forskningsmessige ståsted, det vil si hvilken forståelse og vitenskapsteoretiske forankring som ligger til grunn for studien. Jeg vil vise prosessen fra rekruttering av informanter til transkribering av intervjuene, og beskrive hvordan analysen er gjennomført, steg for steg. Jeg vil gjøre rede for en fenomenologisk-hermeneutisk tilnærming, og hvorfor en slik tilnærming er valgt. Underveis i kapitlet vil jeg problematisere egen nærhet til stoffet samt reflektere over etiske dilemmaer i undersøkelsen.

### ***3.1 Vitenskapsteoretisk ståsted***

Det vitenskapsteoretiske ståstedet for denne studien er fenomenologisk-hermeneutisk (Thagaard 2009). I studiens problemstilling etterspør jeg subjektive erfaringer, og er derfor opptatt av det som kjennetegner det personlige og særegne i informantenes egne erfaringer med å delta på HMO-kurs. Jeg har endret noe på problemstillingen i den endelige utgaven, da jeg ønsket å legge vekt på informantenes erfaringer, og hvordan de beskrev disse.

Fenomenologien tar utgangspunkt i den subjektive opplevelsen og søker en forståelse av en dypere mening i enkeltpersoners erfaringer (Thornquist 2003). I den fenomenologiske tradisjonen handler det først og fremst om å ”gå til saken selv”, og om hvordan fenomenene fremtrer for personen (ibid). Hermeneutikken handler om fortolkninger og legger vekt på at fenomener kan tolkes på flere nivåer. Hermeneutikken bygger på prinsippet om at mening bare kan forstås i lys av den kontekst det vi studerer er en del av (Thagaard 2009). En fenomenologisk-hermeneutisk tilnærming innebærer derfor både beskrivelser og tolkninger. I mitt valg av vitenskapsteoretisk ståsted ligger derfor en anerkjennelse av informantenes egne subjektive opplevelser og erfaringer om å delta på HMO-kurs, og at beskrivelse og tolkning derfor går hånd i hånd.

### ***3.2 Kvalitativ metode***

Med utgangspunkt i problemstillingen og det vitenskapsteoretiske ståstedet for denne studien ble kvalitativ metode mest hensiktsmessig. Kvalitative metoder går i dybden, og vektlegger betydning, mens kvantitative metoder vektlegger utbredelse og antall. ”Kvalitative metoder handler om å karakterisere. Selve ordet kvalitativ viser til kvalitetene, det vil si egenskapene eller karaktertrekkene ved fenomener” (Repstad 2004, s. 16). Ved å undersøke noen par sin opplevelse av å delta på HMO- kurs var det naturlig å benytte den kvalitative metoden

fenomenologi, dvs. at foreldrenes fortellinger om egne erfaringer ble det bærende, men med visse temaområder som skulle dekkes.

Karakteristisk for kvalitativ forskning er å søke en forståelse av virkeligheten som er basert på hvordan de som studeres forstår sin livssituasjon. Ryen sier om dette at tilgjengelighet til den enkelte respondent og slik han eller hun ser verden omkring seg, er det sentrale, ikke å telle hvor mange som ser det likt eller ulikt (Ryen 2002). Jeg har valgt en kvalitativ studie, som kunne få fram mer kunnskap om hvordan samlivet til foreldre ble berørt av å ha et barn med nedsatt funksjonsevne.

### ***3.3 Utvalg og rekruttering***

Utvalget for denne studien er tre foreldrepår som har deltatt på HMO-kurs innenfor en to-årsperiode. Undersøkelsen tar utgangspunkt i dybdesamtaler med disse parene om hvordan de erfarte HMO-kurset, og om deltakelse har vært til hjelp for å utvikle og bevare parforholdet.

Jeg planla først å ta kontakt med Bufdir for å høre om de kunne være behjelpelig med å sende ut invitasjon til par som har deltatt på samlivskurset HMO. Etter hvert kom jeg til at det var mer hensiktsmessig å rekruttere par fra egen landsdel, fordi jeg hadde tilgang på navn på par som hadde deltatt på HMO-kurs, og når de hadde deltatt. Jeg valgte vilkårlig mellom par som hadde deltatt på kurs innenfor en to års periode. Det ble ikke tatt hensyn til barnets diagnose, alder, om barnet bodde hjemme på heltid, samlivets varighet eller om foreldrene var gift eller samboende. Jeg hadde et kriterium for utvelgelsen, og det var at jeg ikke var kursleder da de deltok på kurset. Jeg ønsket at informantene skulle fristilles i forhold til sine uttalelser om kurset, og at min kursledelse ikke skulle komme i veien for dette, eller at de skulle oppleve at jeg var i noen spesiell relasjon til dem.

Jeg sendte ut 15 rekrutteringsbrev med informasjonsskriv (se vedlegg 2), og seks av parene responderte positivt. Blant disse seks parene valgte jeg vilkårlig ut tre par, ut fra geografi og når det tidsmessig passet alle å gjennomføre intervjuene. Disse tre parene ble informantene for denne studien. I utgangspunktet ønsket jeg å intervju 4 par, men jeg mener at jeg har hatt nok informanter til å sikre meg et godt datamateriale. Jeg vurderte å intervju informantene individuelt i deler av intervjuet, men fant ut at det hadde blitt et for stort datamateriale å analysere. Jeg valgte å intervju informantene som par, i stedet for individuelle intervjuer.

Jeg ønsket å gjennomføre en dyptpløyende analyse, og etter tre intervjuer opplevde jeg at jeg hadde nok mettede data (Thagaard 2009). Jeg betrakter mitt utvalg som tilstrekkelig stort, da min studie handler om tre par sin erfaring med samlivskurset HMO, og der jeg ikke skal sammenligne mange par som representerer ulike erfaringer.

Parene er i alderen 39-52 år, og to av parene har deltatt på oppfølgingskurs, som er et påbygningskurs etter grunnkurs innenfor HMO-programmet. Det ene paret har et barn på 7 år med Downs syndrom som er hans særkullsbarn, og samlivsvarighet på fem år. Begge har vært i parforhold tidligere, hun har tre særkullsbarn fra et tidligere forhold, og de har et felles barn. Det andre paret har et barn på 13 år med diagnosen ADD, og samlivsvarighet på nitten år. Begge har vært i parforhold tidligere, og hun har et særkullsbarn fra et tidligere forhold. Par nummer tre har vært sammen i åtte år, og er fosterforeldre til et barn på 20 år med multifunksjonshemming. Han har et samlivsbrudd bak seg, og begge har et særkullsbarn hver fra før.

### ***3.4 Kvalitativt forskningsintervju***

For å samle inn data valgte jeg kvalitativt forskningsintervju. Jeg benyttet det kvalitative forskningsintervju, semistrukturerte intervju, i min datainnsamling, som karakteriseres av en delvis strukturert tilnærming (Kvale og Brinkmann 2009). Det er verken en åpen samtale eller en lukket spørreskjemasamtale. Denne metoden for datainnsamling fordrer en nær relasjon til deltakerne og en sensitivitet hos intervjueren. I semistrukturerte intervjuer er temaene i hovedsak fastlagt på forhånd, men rekkefølgen av temaene bestemmes underveis. Flexibiliteten er viktig for å knytte spørsmålene til den enkelte deltakers forutsetninger, slik at det ikke blir en statisk veksling mellom spørsmål og svar (Thagaard 2009). Han mener at et kriterium for kvalitative utvalg og gode data er at antall informanter ikke bør være større enn at det er mulig å gå i dybden på de fenomenene undersøkelsen fokuserer på (ibid).

Jeg har gjennomført i alt tre dybdeintervjuer, på henholdsvis en og en halv til to timer.

Jeg ønsket å legge til rette for en samtale der alle stemmene kom fram, og historiene ble tette og nyanserte. Alle intervjuene ble avviklet over en periode på to og en halv måned.

Intervjuguiden ble utarbeidet med fire hovedtemaer med tilhørende underspørsmål under hvert tema (se vedlegg 3). Jeg startet med et prøveintervju av en venn, dette for å teste intervjuguiden og for å teste meg selv i intervjusituasjonen. Dette var en nyttig erfaring, og hjalp meg til å veksle mellom underspørsmålene slik at intervjuet fikk karakter av en samtale. Prøveintervjuet var nyttig for å kartlegge hvordan spørsmålene åpnet eller lukket for refleksjon.

### ***3.5 Transkribering***

Intervjuene ble tatt opp på en lydopptaker for deretter å bli lagt inn på min pc. Jeg tok enkelte notater underveis i intervjuene, med egne refleksjoner om samtalen og uttrykk som jeg forsøkte å registrere, men ønsket først og fremst å være til stede med stor lydhørhet. Jeg har transkribert et intervju selv, og har i tillegg brukt innleid hjelp til transkribering av samtlige tre intervju. Vedkommende forpliktet seg til å overholde taushetsplikten under og etter avsluttet arbeid (se vedlegg 5). Jeg ønsket at hun skulle holde seg så nært opp til teksten som mulig, og at transkriberingen skulle romme så mange uttrykk som var tilgjengelig; som pauser, gråt, latter, kremt og stemmestyrke. Prosessen fra lydbåndopptak til transkripsjon innebærer i seg selv en reduksjon av materialet der nonverbale uttrykk går tapt (Kvale og Brinkmann 2009). Samtidig er dette et viktig tolkningsmateriale når intervjuer transkriberes fra muntlig til skriftlig form, struktureres og skal egnes for analyse.

Jeg opplevde det utfordrende og tidkrevende å transkribere selv, da jeg måtte konsentrere meg om å skrive fort for å klare å gjengi det nøyaktige innholdet. Det ble krevende å fange opp nyanser i teksten og reflektere underveis, da min oppmerksomhet hele tiden var på gjengivelsen. For å kompensere for dette har jeg hørt på opptakene gjentatte ganger, og jeg opplevde da at jeg kom tettere på teksten og klarte å rekonstruere intervjuene bedre. Det handlet om min egen rolle, hvilke spørsmål som berørte den enkelte og hvordan jeg selv ble påvirket av informantenes erfaringer og historier.

### ***3.6 Analysemetode - fenomenologisk tilnærming***

For å skape mening av mine rådata valgte jeg en fenomenologisk analysemetode utviklet av Giorgi (1975), gjengitt hos Kvale og Brinkmann (2009).

Jeg synes denne analysemetoden var til god hjelp for å analysere lange og komplekse intervjuetekster, fordi den hjalp meg til å sortere og kategorisere hovedtema og undertema. De bruker begrepet meningsfortetting om denne formen for analyse, som munner ut i en deskriptiv tekst. Analysemetoden går ut på at man deler opp teksten i biter, for systematisk å søke å avdekke et budskap eller mening, i form av mønstre, sammenhenger, likheter og forskjeller.

Etter å ha lest teksten gjentatte ganger kodet jeg teksten manuelt for å finne meningsenhetene. Denne metoden retter oppmerksomheten mot innholdet i teksten som i denne forskningen vil være de transkriberte intervjuene. I følge Kvale og Brinkmann (2009) vil analysen gjennomsyre hele intervjuprosessen, både underveis i intervjuet, under transkriberingen og under den strukturerte analysen. Malterud (2003) definerer analysen som en bro mellom et råmateriale og de resultatene som til slutt blir presentert. Jeg vil nå beskrive hvordan jeg gjennomførte analysen.

### **3.6.1 Steg 1: Helhetsinntrykk av teksten**

For å få et helhetsinntrykk leste jeg råteksten gjentatte ganger. Jeg forsøkte å dukke ned i teksten så åpent som mulig og legge fra meg egen forforståelse og referanseramme, for å se hvilke temaer som dukket opp. Jeg var opptatt av helheten, og ikke detaljene i denne fasen av analysen, for å danne meg et bilde av innhold og hovedtemaer. Jeg tok for meg alle de transkriberte intervjuene, til sammen 170 sider med tekst, og leste fortløpende.

### **3.6.2 Steg 2: Sammenfatning av meningsenhetene slik de uttrykkes av deltakerne**

Deretter identifiserte jeg tekstens meningsbærende enheter ved å kode teksten manuelt. Jeg noterte alle kodene, 95 totalt, kronologisk etter som de kom til uttrykk i transkripsjonene (se vedlegg 4). Jeg leste på nytt igjennom de transkriberte intervjuene og noterte temaer knyttet til de ulike sitatene. Kodene ble deretter satt inn i et diagram hvor kodene ble plassert i kronologisk rekkefølge med utgangspunkt i de tre intervjuene. Disse ble så sammenholdt med deltakernes uttalelser som var merket i teksten. Dette gjorde sammenligningen oversiktlig.



### **3.6.3 Steg 3: Tema som dominerer meningsenhetene**

Jeg tok så utgangspunkt i meningsenhetene og fargekodet dem manuelt, slik at mer presise temaer ble definert. Disse temaene ble gruppert etter felles meningsinnhold. Temaene ble så gruppert inn i større enheter og slått sammen, og der utkrystalliserte det seg fire hovedtemaer. Disse temaene var: (1) ”Å gripe den beleilige tid”, (2) ”Hvordan verne om kjærlighetslivet?- sammen underveis”, (3) ”Nøkkelen til god kommunikasjon” og (4) ”Kraften i gjenkjennelsen”. Under hvert av hovedtemaene kom det fram undertemaer som korresponderte med hovedtemaene. Deretter ble alle temaene med underpunkter lagt i konvolutter, hvor sitatene til den enkelte deltaker knyttet til de ulike temaene, ble sortert. Utvalgte sitater fra de transkriberte intervjuene ble markert for at jeg kunne gå tilbake til teksten og se hva jeg eventuelt hadde utelatt. De utelatte sitatene og temaene ble deretter gjennomgått for å se om disse kunne tilføre analysen noe nytt.

Med min egen tilknytning til stoffet som skulle studeres, ble det viktig å lese intervjupersonens svar på en så fordomsfri måte som mulig, for å ta vare på informantens perspektiv og beskytte deres integritet (Thagaard 2009). Det innebar at jeg ikke lot meg blende av hva par tidligere har fortalt, men lyttet konsentrert til hver foreldrestemme som genuin og enestående informasjon. Jeg måtte være bevisst på ikke å punktuere på informasjon som korresponderte med min egen forforståelse, men lytte ekstra oppmerksomt til erfaringer som overrasket eller som hadde et kritisk blikk på HMO-kurset.

### **3.6.4 Steg 4: Meningsenhetene i lys av studiens spesifikke formål**

Jeg har under hele prosessen vært opptatt av hva intervjuene fortalte meg om det jeg ønsket å få vite mer om, og hvordan jeg kunne utvide min forståelse og kunnskap om det jeg undersøkte. Som forsker er en ikke en objektiv observatør av en ytre virkelighet, men en subjektiv medskaper av den kunnskap som produseres, intervjuuttalelsene er dermed forfattet i fellesskap med intervjupersonen. Det innebærer at en som forsker ikke opptrer instrumentelt og statisk i forhold til informanten, slik at informasjon går tapt, men opptrer åpent uten å bli for opptatt av å få bekreftet egne ideer. I min studie er jeg opptatt av deltakernes opplevelse av å delta på HMO-kurs, så jeg forsøkte gjennom meningskoding å få fram hovedtemaene som allerede lå i teksten. Når dataene ble analysert, skulle jeg søke å svare på problemstillingen i studien.

### **3.6.5 Steg 5: Sammenfatning til deskriptiv tekst**

Denne fasen innebar å sammenfatte materialet til abstrakt mening, og gi nye beskrivelser av teksten. I denne fasen begynte mine tolkninger av materialet å komme til uttrykk, i det jeg begynte å sette sammen teksten etter temaene i undergruppene. Jeg hadde foran meg temaer, undertemaer og sitater som jeg fortløpende flettet sammen til en tekst. Jeg forsøkte å sammenfatte betydningen og bringe deskriptive utsagn samt sitater fra informantene, med utgangspunkt i temaene som ble funnet i analysen. På denne måten organiserte jeg temaene og sammenholdt funnene i en fortløpende tekst.

Arbeidet med hele analyseprosessen var både tidkrevende og spennende. Den største utfordringen var å sortere undertemaene da de ikke var så entydige på innhold, men kunne kategoriseres under flere hovedtema. Ut fra en fenomenologisk forståelse er dette naturlig da virkeligheten ikke rommer bare et livstema, men flere. Den endelige framstillingen av studiens funn, slik den presenteres i kapittel 4, med overskrifter, fortløpende tekst og sitater, er et resultat av gjentagende analyse og gjennomgang av datamaterialet. Jeg forsøkte å finne indre sammenhenger i datamaterialet, som kunne gi meg en dypere forståelse av det som ble undersøkt. Denne tolkningen av intervjuene går ut over informantenes beskrivelser og gir en større helhetsforståelse. Noen få steder er det gjort små endringer på muntlige uttalelser, på bakgrunn av forskjell mellom muntlig og skriftlig språk. Selve meningsinnholdet i uttalelsene er ikke endret (Kvale og Brinkmann 2009).

## **3.7 Studiens kvalitet**

### **3.7.1 Validitet og reliabilitet i kvalitativ forskning?**

Validitet og reliabilitet er begreper som opprinnelig var knyttet opp mot spørsmål som gjelder gyldighet og pålitelighet i kvantitative studier. Begge disse fenomenene er kontroversielle innen kvalitativ forskning, og representerer tradisjonelle positivistiske kvalitetskriterier (Ryen 2002). Enkelte forskere har antydnet at disse begrepene ikke egner seg for denne typen kvalitative data (Eng 2003).

Jeg har i min studie ikke hatt til hensikt å beskrive en ytre virkelighet for å oppnå en direkte kunnskap om den. Snarere har jeg ønsket å få fram beskrivelser og forskjellige fortellinger om hvordan de parene jeg intervjuet har opplevd det å delta på HMO-kurs. Dette med utgangspunkt i at det finnes mange konstruksjoner av virkeligheten (Hårtveit og Jensen 2004).

Innen kvalitativ forskning er det ikke så interessant å generalisere og sammenlikne med annen forskning, men finne ut hvorvidt funnene har en overførbarhet. I min studie var jeg kun ute etter å undersøke mine informanternes erfaringer, men det er allikevel interessant om materialet har overføringsverdi og kan brukes av andre. Validiteten ligger i om informantene jeg intervjuet kjenner seg igjen i mine funn, og om jeg har opptrådt autentisk og vært tro mot min moralske integritet (Thagaard 2009). Kriteriet på validitet og reliabilitet har vært et nyttig bidrag i forhold til min metodologiske bevissthet. Jeg vil nå beskrive hvordan jeg har håndtert studiens kvalitet.

### **3.7.2 Validitet**

Validitet handler om studiens gyldighet gjennom forskningsprosessen. Ringdal (2001) sier at det i kvalitativ forskning er mer hensiktsmessig å bruke begreper som troverdighet og bekreftbarhet framfor validitet.

Troverdigheten knyttes til om forskningen er utført på en tillitvekkende måte, og bekreftbarhet knyttes til kvaliteten på de tolkningene som er gjort. Ringdal (2001) mener dog at det er hensiktsmessig å bruke begrepet validitet, fordi det er innarbeidet som verktøy til å vurdere kvalitet ved funn. Jeg har valgt å bruke begrepet validitet i min undersøkelse slik Ringdal bruker det i sine beskrivelser og definisjoner. Kvale og Brinkmann (2009) hevder at forskningens validitet er knyttet til mangfoldet i forskningsprosessen og gjennomsyrrer alle faser i prosessen. Jeg har derfor valgt å beskrive detaljert alle steg i forhold til metodologi og analysedel, og begrunnet mine valg, slik at analyseprosessen ble ”gjennomsiktig”. Under hele intervjuprosessen var jeg opptatt av å sjekke ut at jeg hadde forstått rett det som ble sagt, for å kontrollere informasjonen og sikre intervjuingens kvalitet.

### **3.7.3 Reliabilitet**

Reliabilitet handler om vurdering av forskningens pålitelighet og nøyaktighet, det vil si om forskningen er gjort på en troverdig og tillitvekkende måte (Thagaard 2009). Begrepet knyttes an til om en annen forsker som bruker de samme metodene, ville ha oppnådd samme resultat. Reliabiliteten kan også styrkes dersom flere forskere deltar i samme prosjekt, og kan diskutere og kvalitetssikre avgjørende beslutninger i forskningsprosessen. For min del har det vært nyttig å bruke en erfaren forsker som veileder på undersøkelsen. Jeg har også benyttet en

leser med forskningsmessig kompetanse til å gi innspill underveis. Forskningens reliabilitet knyttes til om forskeren gjør rede for innsamlingen av data på en overbevisende måte, konteksten for datainnsamlingen og hvordan dataene er blitt utviklet gjennom forskningsprosessen (ibid). Argumentasjonen skal overbevise om verdien av resultatene. Thagaard (2009) sier at i følge postmodernismen er kunnskapen intersubjektiv, det vil si at kunnskapen utformes i relasjonene mellom mennesker. Både forsker og informant utformer kunnskapen i fellesskap (ibid). I denne tenkningen er ikke nøytralitet og objektivitet framhevet som et relevant forskningsideal. Dette indikerte en refleksjon omkring hvordan min relasjon til informantene kunne påvirke den informasjonen jeg fikk. Jeg innledet alle intervjuene med å si at jeg var interessert i all informasjon, også den som eventuelt representerte et kritisk blikk på HMO-kurset. Min intensjon var å fristille informantene til å gi så grundige beskrivelser som mulig av sine erfaringer.

### ***3.8 Om å forske i egen bakgård – egen forforståelse***

Thagaard (2009) sier at det i kvalitativ forskning er viktig å skaffe seg adgang til feltet som det skal forskes i. I min forskning har dette hatt klare fordeler ved at jeg har administrert HMO-programmet i region nord, og dermed kjenner kurskonseptet fra innsiden både som faglig ansvarlig og kursleder. Det vil si at jeg kjenner temaene i kurset godt, og at jeg under intervjuene hadde en bevissthet på hva jeg var nysgjerrig på. En del av det parene fortalte meg skapte gjenkjennelse fra det andre par har fortalt under erfaringsdeling på kurs. Denne forforståelsen har gitt meg adgang til utfyllende beskrivelser av parenes erfaringer med HMO-kurs.

Informasjonen oppstår ikke i et vakuum, men representerer en fortolkning fra informantens side, og fortolkes så videre av meg som forsker ved at den settes inn i en teoretisk kontekst. Studien vil være en studie av min opplevelse av funnene, og derfor ikke en beskrivelse av parenes opplevelse. Det vil si at jeg fortolker informantenes fortolkning av sine erfaringer, og min forkunnskap om kurset kan bidra til at min fortolkning treffer bedre enn om jeg ikke kjente til kurset.

Samtidig vil denne nærheten til stoffet utfordre meg til ikke å bli for nærsynt, slik at nyanser i fortellingene går tapt, og dermed kan representere en svakhet med studien.

En fare ved å være så kjent i egen bakgård kan være at noe av det som deles kan være forskjellig fra egen erfaring med kurs, og at en dermed ikke lytter med samme oppmerksomhet. Dette kan medføre en mindre åpenhet for nyanser i de situasjonene som studeres, og dermed gi store muligheter for feiltolkninger fra forskerens side.

Et annet perspektiv i kvalitative nærstudier er at det kan være utfordrende å få fullstendig informasjon ved bare å registrere folks subjektive mening eller opplevelse i en situasjon. Egne livserfaringer, manglende bevissthet eller sårbarhet hos informanten, vil påvirke de svarene og fortellingene vi som forskere får, og kan gi et ufullstendig bilde (Repstad 2004). Som forsker mener Repstad (ibid) at en bør være *trofast* og *troløs*, samt kunne veksle mellom posisjonene *nærhet* og *distanse* i forhold til feltet og materialet som foreligger.

Det handler om å vise respekt for informantens erfaringer, selv om forskeren ønsker å skape bevegelse i feltet det skal forskes på. Samtidig kan en distanse til informantene føre til en innsnevring av informantens handlingsrom, og nyanser i materialet kan gå tapt.

Jeg merket at jeg under intervjuene ”samtalte” med meg selv, og at eget stoff blandet seg inn i historiene. Tom Andersen kaller dette den indre dialogen (Andersen 1994). Han sier at vi må gå så langsomt fram at klientene har tid til å vise oss sine reaksjoner, og at vi har tid til å legge merke til dem (ibid). Dette har også overføringsverdi til forskning, slik at vi lytter til hva informantene virkelig sier, ikke hva de mener. Dette ble en erkjennelse av at teksten også handlet om meg, min forforståelse, mine betraktninger om livet og en utvidet historie som rommet mer enn det som allerede var sagt.

Som forsker har jeg forsket på eget fagfelt, så min forforståelse kan ha påvirket dataene både indirekte og direkte. Det er derfor viktig å være klar over min forforståelse og tydeliggjøre den. Forskningskunnskap ses på som konstruert av forsker og deltaker, og begge parter har innflytelse på den prosessen som gir grunnlag for kunnskapsutvikling. Det vil med andre ord si at vi som forskere er med på å skape det som sies (Thagaard 2009). Det fordret en holdning hos meg til at alle stemmene i datamaterialet var like viktig da jeg skulle bearbeide materialet.

Samtidig kan min kjennskap til HMO-kurset være en fordel fordi jeg har kunnet stille mer spesifikke spørsmål, og fanget opp nyansene i deltakernes erfaringer, som kan tilføre feltet noe nytt.

### **3.9 Forskningsetikk**

Jeg er generelt opptatt av at forskning ikke er verdifritt eller nøytralt (Gergen og Gergen 2005). Jeg var opptatt av at jeg besitter en makt i rollen som forsker, og at jeg dermed måtte opptre etter god forskningsetikk i forhold til parene i studien. Det fordret en bevissthet på at intervjuet innebærer en asymmetrisk maktrelasjon, og at et forskningsintervju ikke er en dagligdags samtale mellom likeverdige parter (Kvale og Brinkmann 2009). Jeg ville som forsker legge premisser for hva det skulle spørres om, hvilke svar jeg ville følge opp og når samtalen skulle avsluttes, som i seg selv representerte en retning i samtalen. Denne maktubalansen kunne i særdeleshet komme til uttrykk i bearbeidningen og generaliseringen av datamaterialet.

Et intervju er også en intervensjon, i likhet med terapi (Thagaard 2009). Ut i fra tematikken i studien, så kunne det bli en etisk utfordring for meg å unngå å gå inn i terapirollen. I det et menneske møter en oppmerksom lytter åpnes det et rom, som implisitt kan fordre en forventning som informantene må leve opp til. Slik vi betrakter et menneske, slik behandler vi det også (Falk 2006).

Jeg hadde et ønske om å komme tett på de parene jeg skulle intervjuer. Det kunne gjøre meg mer egoistisk og styrende, slik at fortellingene ble drevet i en retning. I tillegg representerte jeg programmet HMO og kunne dermed legge føringer for hva jeg ønsket å høre. Dette fordret stor bevissthet på hvordan jeg selv opptrådte i intervjuet, og at jeg var åpen for at informantenes erfaring var det vesentligste (Andersen 1994).

Skjervheim (2001) skriver om utfordringen i å slippe forutinntatte ideer om hvem den andre måtte være, og det han skal formidle. Han sier at i fordringen ligger oppgaven å gi avkall på egne forestillinger om en selv. Det å betrakte en annen som en likeverdig, likevitende person, i stedet for en som skal observeres og objektiviseres, er den eneste måten å være i genuin dialog på (ibid).

#### **3.9.1 Innmelding av forskningsprosjektet til NSD**

Samtlige deltakere fikk utlevert informasjonsskriv om prosjektet og signerte samtykkeerklæring før deltakelse. Av informasjonsskrivet framgikk at deltakelse var frivillig og at man når som helst og uten begrunnelse kunne trekke seg fra prosjektet. For å ivareta anonymisering, ble deltakernes navn gjort om til en bokstav ved transkriberingen.

Studien er godkjent av personvernombudet for forskning, Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste AS (NSD) (se vedlegg 6).

### **3.9.2 Informert samtykke**

Det var viktig at samarbeidet var basert på frivillighet, og at jeg informerte grundig om prosjektet, slik at jeg fristilte deltakerne til å kunne avstå fra å delta. Dette var en måte å berede grunnen på, slik at de kunne kjenne seg ivaretatt. De måtte også orienteres om at de kunne trekke seg fra undersøkelsen. Jeg lagde et informasjonsbrev med samtykkeerklæring som rommet disse punktene før jeg skulle rekruttere par. Jeg sendte et informasjonsbrev til informantene med samtykkeerklæring, som jeg ba dem sende i retur med begges underskrift. Alle parene samtykket til å delta.

### **3.9.3 Anonymitet og konfidensialitet**

Et annet viktig forhold var å ivareta deltakernes anonymitet. Det innebar at jeg unngikk å gi ut opplysninger under og etter skriving som avslørte hvem jeg hadde snakket med. Det var viktig å forsikre deltakerne om anonymitet, konfidensialitet og personvern. Jeg har vært ryddig på oppbevaring av navn, telefonnummer og e:mail i forhold til deltakernes anonymitet.

Deltakerne måtte forsikres om at båndopptakere og datamaterialet ble oppbevart i nedlåst arkivskap som bare forsker hadde tilgang til. Materialet ville bli makulert etter ferdigstillelse av undersøkelsen.

### **3.10 Oppsummering**

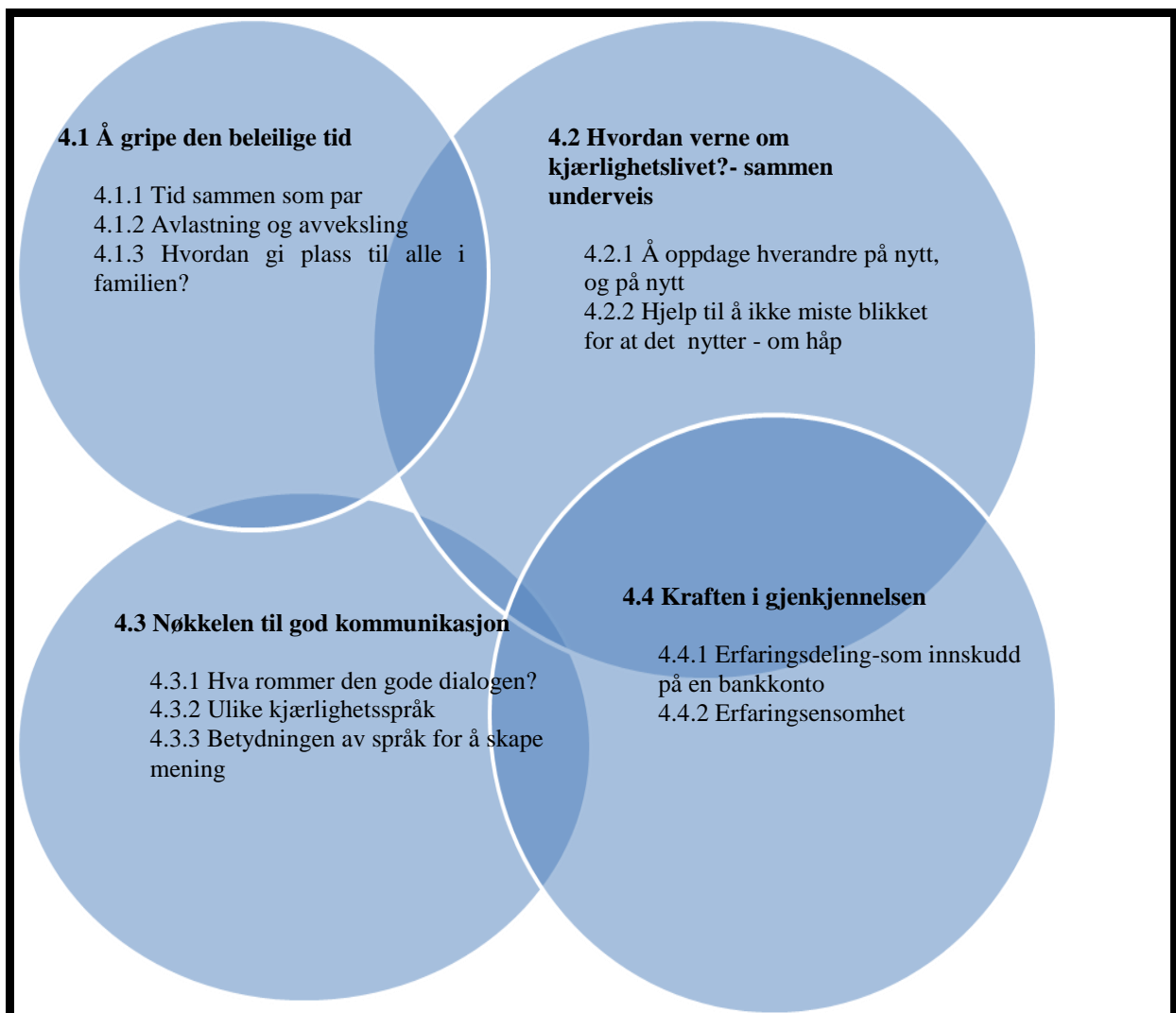
I metodologikapittelet har jeg forsøkt å gjøre rede for mitt utgangspunkt som er dybdesamtaler med tre foreldrepar som har deltatt på HMO-kurs. Jeg har forsøkt å vise ”veien til målet” gjennom å framstille hvordan studien forskningsmessig er forankret, og hvordan jeg har gjennomført analysen. Jeg vil i det neste kapittelet presentere studiens funn.

## Kapittel 4 Presentasjon av studiens funn

I dette kapittelet vil jeg presentere funnene fra denne studien. Studien handlet om hvordan tre par opplevde det å delta på samlivskurset HMO. Jeg var interessert i om deltakelse på kurset har gjort en forskjell for samlivet deres i et forebyggende perspektiv, og om det har vært til hjelp for å utvikle og bevare parforholdet. Analysen av tekstmaterialet gjennom systematisk meningsfortetting identifiserte følgende hovedfunn:

(1) *Å gripe den beleilige tid*, (2) *Hvordan verne om kjærlighetslivet? - sammen underveis*, (3) *Nøkkelen til god kommunikasjon* og (4) *Kraften i gjenkjennelsen*.

Jeg identifiserte i tillegg undertemaer knyttet til disse hovedfunnene. Studiens hovedtemaer med undertemaer er fremstilt under (se figur 1), og vil videre bli presentert i dette kapittelet. Jeg har valgt en figurativ fremstilling for å gi en oversikt over hovedfunn med respektive undertemaer. Sirklene er overlappende fordi de tematisk henger sammen, og representerer ulike sider ved et samliv slik mine informanter uttrykte det i studien.



Figur 1. Oversikt over studiens funn.



#### **4.1 Å gripe den beleilige tid**

Det første funnet som pekte seg ut i undersøkelsen var at samtlige deltakere gjennom HMO-kurset hadde blitt mer bevisst på betydningen av *tid til parforholdet*, og hvordan de på ulike måter skulle klare å prioritere tid sammen. Dette funnet kalte jeg ”Å gripe den beleilige tid”, og det handler om betydningen av å prioritere tid for hverandre, hva som må til for å klare dette når tiden må fordeles på ulike arenaer. Jeg har delt dette funnet inn i følgende undertemaer: ”Tid sammen som par”, ”Avlastning og avveksling” og ”Hvordan gi plass til alle i familien?”.

##### **4.1.1 Tid sammen som par**

Samtlige av parene var opptatt av at tid sammen var nøkkelen til å ha et godt samliv, og en betingelse for å kunne ha en framtid sammen som par. Paret i intervju 3 var opptatt av at planlegging og spontanitet var to elementer som måtte til for å rydde tid for parforholdet, og det ene utelukket ikke det andre, som kvinnen i intervjuet sa:

*For meg blir det en slik bevissthet det her med at, gjør vi kjæreste ting, er vi kjærester, tar vi vare på hverandre, uten at jeg kanskje tenker mer over hva det er vi gjør og hva det er vi ikke gjør. Selvfølgelig reise bort ei og annen helg, men det er ikke det som er mesteparten av året, at vi må bli flinkere til å (...) Små ting i lag. Gjøre..., gå på kino, gå en tur eller(...) (Kvinne intervju 3)*

Mens partneren fortsatte med:

*Forholdet leves jo fra mandag til fredag og ikke bare i helgen. (Mann intervju 3)*

Disse uttalelsene fra dette paret viser at de etter HMO-kurset har fått en høyere bevissthet på at tid er et gode som må prioriteres i sitt parforhold. De sier at knapphet på tid handler om et verdivalg i forhold til tiden som skal fordeles på ulike arenaer, som for eksempel arbeid, skole, henting og bringing av barn. En av informantene sa at det å prioritere tid sammen som par handlet om å være spontan, og gripe den beleilige tid sammen, for tiden kom ikke tilbake. Det handler om en innstilling til livet slik det har blitt, og samtidig å gripe dagen. Funnet handler om at deltakerne sa at de fikk større bevissthet om noe de allerede visste når det gjaldt bruk av tid, siden dette var et tema som eksplisitt ble tatt opp på HMO-kurset. Studien viser at

noen av deltakerne svarte at for å pleie kjæresteforholdet, så fordret det tid sammen, ”kjernetid”, selv om dette var spesielt utfordrende under krevende livsomstendigheter.

#### 4.1.2 Avlastning og avveksling

Et annet element for å gripe den beleilige tiden og få tid til parforholdet var at alle parene i undersøkelsen var opptatt av viktigheten av avlastning og avveksling. To av parene i studien mottok avlastning for barnet. Samtidig var dette et tveegget sverd, fordi det for en informant var utfordrende å la andre slippe til med sin omsorg, for sitt barn. Avlastning er også et tema som berøres på HMO-kurs, og dette kunne godt få enda større plass på kurset i flg. en informant. Hun ønsket at vi i større grad berørte den ambivalensen som foreldre kan kjenne på når de må overlate omsorgen til andre, og blikkene fra omgivelsene som ikke alltid er like nådige. En uttalelse i undersøkelsen illustrerer hvordan man kan komme i en posisjon hvor man må forsvare sine valg, og bli møtt med forakt eller nedvurdering fra familienettverket, fordi man mottar avlastning.

For paret i intervju 2 var det et uttalt ønske om avlastning, og kvinnen i paret knyttet det til tilfredshet i samlivet. Dette paret hadde fått avslag på avlastning i sin kommune. Kvaliteten på avlastning knyttes til at det må være trygt og godt for gutten å være der. I forhold til HMO-kurset ønsket hun seg større informasjon om ulike tilbud for foreldre til sjeldne barn, en liten ”smørbrødlister” om hvordan gå fram i jungelen av tilbud. En annen mannlig deltaker var helt eksplisitt på at han ikke ønsket informasjon om ulike tilbud, men mente at det temaet hørte hjemme på et familiekurs eller i en brukerforening. Et dilemma i forhold til å benytte familienettverket som avlaster, kommer til uttrykk i utsagnet under:

*Men, jeg vet ikke om det er litt utenfor kartet men jeg har en sånn her, andre folk som ikke vet hvordan det er å ha en unge som er funksjonshemmet og hva det vil si, de forstår ikke, altså omverden rundt skjønner du, ja men det er jo ikke noe problem liksom - hiv dere med, eller det er jo bare å søke om avlastning eller (...) Akkurat som han er en pakke (... )Altså, vi har jo, det er jo snakk om korte stunder da i familien, sånn som mi mamma, hun nekter å passe han, for ho er så redd, ho tør ikke. (Kvinne intervju 3)*

Denne uttalelsen viser hvor sammensatt spørsmålet om avlastning er. De berører hvordan tidspunkt for avlastning kan komme i veien for spontanitet og ønskede gjøremål. De forteller også om en slitenhet, som gjør at det er vanskelig å mobilisere krefter til å gjøre noe utenfor hjemmet. Det handler om hverdagslivets tomme ”krybber”. Et par nevnte spesielt at de lett

endte i krangler om hvem som var mest sliten. Uttalelsene viser også hvordan omgivelsene kan misforstå i hvilken grad det er mulig å skaffe avlastning, og hvor var foreldre kan være på omtale av eget barn som er der med sitt konstante nærvær. Et annet perspektiv ved avlastning som omtales, er at omgivelsene ikke våger å ta ansvar for et barn som krever de voksnes nærvær og omsorg så intenst, og kom til uttrykk slik:

*Men jeg vet at du mener det er feil ord å sette på det, (henvendt mot kona), men i den her sammenhengen så må jeg kunne si det. Det er feil å sette han vekk, jeg skulle helst ikke ønske å gjøre det, men når det er sagt, så ser jeg veldig behov for det. Jeg ser også behovet for det faktisk når jeg er hjemme, både fordi at vi får da bedre fokus på han minste, og kanskje 14- åringen også til tider. Og vi, og det at vi avlaster dem. Og deretter er det lettere også å si at, vi bruker å kalle det han (sønnen) drar på, for avveksling. (Mann intervju 1)*

Det ene paret i intervjuet var opptatt av hvilke følelsesmessige dilemmaer som ligger i, på den ene siden behovet for avlastning, og på den andre siden vegringen mot å overlate sitt barn i andres hender. De beskrev også hvor utfordrende det kan være å være par på forskjellig sted i en prosess rundt avlastning, og at det kan være kime til konflikt i et parforhold. Barnet er mannens biologiske barn, og kvinnen er stemor i dette paret. Samtidig illustrerer dialogen en evne hos paret til å reformulere avlastning til avveksling, slik at meningen og betydningen får en annen ladning, og dermed rommer positive dimensjoner både for barnet og de voksne. Det var unisont mellom samtlige par at det var viktig å berøre tema avlastning på HMO-kurs, og en deltaker mente at kursledelsen burde anmode par sterkt om å søke avlastning, som et ”must” for å bevare forholdet. For en informant ble det en oppdagelse at de sårt trengte avlastning for sitt barn, på grunn av støtten fra de andre parene på kurset. Det ble startskuddet til større frimodighet til å søke på avlastning, på tross av tidligere avslag. To av parene sa at de savnet regelmessig kontakt med venner, men måtte erkjenne at de ofte ikke orket. En forventning hos et par ved å melde seg på HMO-kurs var å møte andre par i lignende situasjoner, som i beste fall kunne avstedkomme nye vennskap.

#### **4.1.3 Hvordan gi plass til alle i familien?**

To av parene uttrykte eksplisitt at de hadde utviklet et godt team-samarbeid i en travel hverdag med mye logistikk.

Samtidig var blikket ofte på søsknene, som også skulle ha omsorg og konsentrert oppmerksomhet. Avlastning ble sett på som en mulighet til å yte god omsorg for søsken til barnet med spesielle behov.

To av parene ønsket at det i større grad ble fokusert på omsorgen for søsken på HMO-kurset. Et par nevnte eksplisitt at forholdet til resten av familien kunne bli anstrengt, på grunn av at de ikke forsto hvordan det var å mestre den nye livssituasjonen. Dermed oppsto det en endring i familiekontakten. Følgende uttalelse uttrykker noe av dette:

*Jo men vi har jo et veldig godt forhold og vi vet jo hvor, at det har knaket i sammenføyningene hos oss også. Og kanskje spesielt etter at vi fikk (sønn, felles barn)som igjen førte til(...) det å få en unge til som er liten og plutselig ha to bleie unger og igjen, du dobler ikke. Vi må ikke glemme å se de andre ungene. (Mann intervju 1)*

Paret fortalte om hvor utfordrende det kunne være å romme alle i familien, spesielt søsken i dette tilfelle. De fortalte videre hvor mye lengre tid alt tok, når man har barn som krever mye, og hvor utfordrende det kunne være å se alle. Kvinnen i paret skulle ønske at det var større fokus på søsken på HMO-kurset. Dette forteller noe om at det å få et sjeldent barn kan være som å få livet snudd på hodet for flere i familien. Fokus endres slik at et barn som har vært vant til mye oppmerksomhet, plutselig må spille ”2.fiolin”. Samtidig får vi også vite at det er mye god mestring i å lære og å gi omsorg til søsken. Dette uttrykkes på denne måten av en av informantene:

*Men det er ikke alltid vi klarer å gjøre noe med det. Vi snakker om det, spesielt med han som er 14 år nå, hvor blir han av som har fått enormt (... )Altså livet hans er jo blitt snudd opp ned siden jeg traff (navnet på mannen). Han var minste barnet mitt, alltid fått masse oppmerksomhet og alltid vært i sentrum. Nei og samtidig så, så er det også slik at han vokser med de utfordringene han får, og han har da fortalt alle lærerne på skolen om den morgenen der han måtte få (navn på broren)på skolen og (navnet på broren med Down)med taxi og han (minstebror) i barnehagen og seg selv til kjeveortopeden pluss at han skulle være på skolen til klokken litt over halv 9. Han klarte alt og han var så kry. (Kvinne intervju 1)*

Kvinnen i intervju 1 fortalte at fordelingen av tid ble anskueliggjort på kurset gjennom en tidskake, som rommet tid med familien, egentid, partid og tid med venner. Hun sa at dette var en bevisstgjøring for henne på hvordan livssituasjonen faktisk var, og hvordan hun skulle ønske at den var. Noen av utsagnene i intervju 2 fortalte noe om denne familiens utfordring i å fordele seg på aktiviteter slik at tidsklemma skulle gå opp, kanskje på bekostning av både

partid og tid i familien. Det kunne dermed oppstå en konflikt mellom plikt og/lystklemma som utfordret valgfriheten hos informanten. Disse betraktningene korresponderer med det paret i intervju 1 fortalte. Det kan bety at hver gang noe vinnes går noe annet tapt, og at man må inngå noen kompromisser og prioritere, for å få dagene til å henge sammen. Mannen i paret beskrev HMO-kurs som noe alle foreldre skulle ha gått på, og relaterte det til å få hjelp til å fylle foreldrerollen på en god måte. Kvinnen var opptatt av å sementere det de hadde lært på kurset, slik at de i fortsettelsen prioriterte tiden sammen. Kvinnen i intervju 3 sa at ”du skulle fått los med på kjøpet”, i forhold til å ivareta foreldrerollen og finne ut av jungelen av tilbud. En annen informant uttrykte noe av det samme:

*(...) og dette er noe egentlig alle skulle ha vært på. Når du kjøper oppvaskmaskin i dag så får du bruksanvisning med, men det får du ikke når du får barn. (Mann intervju 2)*

Paret i intervju 3 er opptatt av at det å være foreldre er en heltidsbeskjeftigelse, som krever dem hele døgnet og hele livet, nesten som en livsvarig omsorg eller en utvidet småbarnsfase. De vil alltid være barnets foreldre. I det perspektivet var de opptatt av at HMO-kurset også skulle gitt tid til pusterom, slik det profileres. Mange foreldre er slitne, og kurset er krevende i den forstand at det fordrer aktivitet fra kursdeltakernes side, både sosialt og med egeninnsats i forhold til å gi av seg selv og lytte til andre. De skulle også ønske at kurset kunne legge opp til felles aktiviteter, som et ledd i å skape felles opplevelser, som en motvekt til bare å fordype seg i tungt stoff.

Det sier noe om betydningen av å skape livsrom for paret, både på kurset og i hverdagslivet. Kurskonseptet fordrer en balanse mellom aktivitet og hvile som flere av informantene uttrykte.

#### ***4.2 Hvordan verne om kjærlighetslivet? - sammen underveis***

Dette funnet handler om betydningen av å pleie parforholdet, og at det er en kontinuerlig forebyggende prosess som fordrer noen klare valg, og gir håp i et lengre perspektiv. Jeg har delt dette funnet i følgende undertemaer: ”Å oppdage hverandre på nytt, og på nytt” og ”Hjelp til ikke å miste blikket for at det nytter - om håp”.

#### 4.2.1 Å oppdage hverandre på nytt, og på nytt

Et av spørsmålene i intervjuguiden var: ”Hvordan har deltakelse på kurset vært til hjelp for å utvikle og bevare parforholdet?” Samtlige deltakere i undersøkelsen påpekte viktigheten av å være kjærester, og at kurset hadde bevisstgjort dem på hvordan verne om kjærligheten i en travel hverdag. Samtidig sa to par at de har fått større bevissthet om noe de allerede visste. Dette undertemaet handler om at deltakerne i studien var opptatt av at det å pleie forholdet var en kontinuerlig prosess, som en informant sa:

*Vi tenker forebygging, så vi har bestemt at, på Tromsø-kurset så bestemte vi at vi skal en gang i året dra på samlivskurs, ferdig med det. Om det heter Hva med oss? eller om det heter PREP, eller om det heter helg i Toscana (ler), altså vi skal ha service på oss, sette av tid til å ha fokus på hvor står vi, hva er det vi ikke har hatt tid til å snakke om? Er det noe vi trenger å snakke om?(Kvinne intervju 1)*

Samme informant forklarte videre om det å delta på HMO-kurset:

*Og som jeg sa, det å få lov å sitte bare voksne og spise middag, og få lov til å drikke hvitvin mens den enda er kald, og spise maten mens den enda er varm, det var liksom lykken bare det.(Kvinne intervju 1)*

For dette paret har bevisstheten vært høyt oppe i forhold til viktigheten av å verne om parforholdet. De er kontinuerlig oppmerksomme på farene ved å miste gløden for hverandre, og at de nesten vokter samlivet sitt for alt som kan true eller sette det på prøve. De beskrev betydningen av å delta på HMO-kurs som et avbrekk fra hverdagslivet, noe som mannen beskriver som ”medisin”. Intervjuet illustrerer at paret vet at mye står på spill hvis forholdet skulle ryke, og at de derfor griper til muligheter som gjør at de kan oppdage hverandre på nytt og på nytt. De var opptatt av å melde seg på nye HMO-kurs, for å bevare gløden i samlivet.

Paret i intervju nummer 2 hadde vært i en annen kurs-sammenheng, som var knyttet til barn og læring, der svært mange av foreldrene hadde gjennomgått samlivsbrudd. Dette hadde gjort sterkt inntrykk på begge, og ga støtet til å melde seg på samlivskurset HMO. I tillegg var de opptatt av at kurset skulle være et avbrekk fra hverdagen, i likhet med de to andre parene i studien. Mannen i intervju 1 som har arbeid borte fra hjemmet var opptatt av at kona skulle få komme seg bort hjemmefra. Kona var opptatt av at samliv er hardt arbeid, og kurset minnte henne om ikke å ta hverandre som en selvfølge.

Mannen i par nummer 2 hadde et alvorlig sykdomstilfelle i 2007. En dialog mellom han og kona illustrerer hva paret klarte å være for hverandre i nødens stund, hvordan han oppdaget henne på nytt og hva hun var for ham da livet sto på spill. Livet fikk en annen retning etter det de hadde vært gjennom, og de sto sterkere sammen. Hun ble et trygt ankerfeste i tilværelsen hans, og de så på nytt betydningen av å ta vare på hverandre. Deltakelse på HMO-kurs bare understreket betydningen for dem av ikke å slippe hverandre av syne når livet satte dem på prøve. Som for eksempel hun sa:

*Så den erfaringen har jo vært med på å påvirke oss i den retningen vi er. (Kvinne intervju 2)*

Paret i intervju nummer 3 er fosterforeldre. De var opptatt av det offentlige ansvar for å berede grunnen for god omsorg for barnet, og sier at i det øyeblikk de tok på seg oppgaven å være fosterforeldre så ble de glemt. Mannen i paret hadde også etterlyst et kurs for foreldre, med fokus på parforholdet, siden det er mange tilbud knyttet til omsorgen for barnet. Mannen i intervju 1 uttrykte et hjertesukk i forhold til helperne når han sa: ”du sloss med de som egentlig skal hjelpe oss”. Kvinnen i intervju 1 sa at hverdagen består av ”kamper hver dag”. Paret i intervju 3 mente at HMO-kurset minnet dem om betydningen av å være kjærester midt i en hverdag som krevde mer enn den ga. Mannen i paret uttrykte det på denne måten:

*Veldig. Sånn at når det kom det her kurset Hva med oss? da tenkte jeg; OK, endelig er det kanskje noen som har forstått at vi må tenke foreldrene og(...) Eller deres situasjon, Ikke bare barnas. For vi hadde et enormt tilbud gjennom (sønnen). Og oppfølging av ham og i forhold til hans handikap og kursing og kunne reise land og strand. Ingen problem. Men vi var jo helt mett ut av det. Så når det kom det her så tenkte jeg; ja det her er noe vi skal gå på. Det her treng vi. Trenger å få med oss litt mer ballast for å hindre at samlivsbrudd skjer på nytt. (Mann intervju 3)*

Alle tre parene har sagt at HMO-kurset hjalp dem til å oppdage hverandre på nytt, og at de kom mer under huden på hverandre. Felles for to par var at denne oppdagelsen av hverandre var en kontinuerlig prosess, man kunne ikke hvile på sine laurbær og slå seg til ro. Hver dag var et prosjekt som krevde full innsats fra begge, og da kunne man lett bli utydelig for hverandre. Samtidig hadde kurset en oppdragende effekt slik paret i intervju 3 uttrykte det. Et av parene var opptatt av at dette må læres og læres på nytt, fordi det var lett å ”falle tilbake i gamle synder”. De sa videre noe om lang tids slitenhet som var en utfordring for samlivet. Mannen i paret i intervju 3 sa at han ikke våget å kjenne på denne slitenheten, i frykt for å bli overveldet og handlingslammet av sine egne sterke følelser. Det hadde blitt en måte å beskytte

seg på. Kvinnen sa at det på kurset var mye fokus på ikke å glemme å være kjærester, og for henne ble det en oppvåkning og en erkjennelse av at kjærestetiet og det å ta vare på hverandre til tider var et ”forsømt barn” i parforholdet. Hun fryktet at parforholdet skulle bli kontinuerlig nedprioritert.

#### 4.2.2 Hjelp til ikke å miste blikket for at det nytter - om håp

Alle parene snakket om håp som en dimensjon som hjalp dem til å bære skjebnen. Håpet er det stoffet som mennesker er laget av sies det. Et av parene knyttet mestringsfølelse til begrepet håp, og utvidet dermed meningen og forståelsen. En følelse av håp manifesterte seg gjennom en oppgave på kurset for et av parene, som sementerte den gode følelsen av å mestre livsomstendighetene. Det ble som et symbol på at de ønsket at forholdet skulle vare, og ble en hjelp i vanskelige tider og en påminnelse om alt de klarte. En informant uttrykte det slik:

*Jeg synes jo kanskje at Tromsø kurset var et ekstremt positivt kurs, der det var veldig fokus på hva får vi til.*

*Det husker jeg som, det var det som satt igjen hos meg, det var det her at jeg dro hjem fra det kurset med sånn utrolig mestringsfølelse, at vi får søren meg til masse. Det er mye vi fikser. Nei jeg vet at, det synes jeg var veldig artig og så synes jeg også at(...) eh... vi har jo hengende over sengen våres det kortet vi skrev til hverandre, det der bevissthets- kortet. Det synes jeg var kjempeokey. Altså hva får vi til, og så ramset vi opp; vi får til det og det og det og det, ikke sant. Og det kortet, sendte vi jo hjem. Skrev det i lag og sendte det hjem og så kom det jo i posten et par dager etterpå, også har vi satt det i glass og ramme så det står over sengen for å minne oss på at vi er, det er masse vi får til. Så positivt fokus på oss som par. (Kvinne i intervju 1)*

For paret i intervju 2 så det ut som at både mestring, reparasjon og åpenhet var knyttet til begrepet håp for dem. Det å kunne reparere en krangel, eller det faktum at de hadde såret hverandre, og så hadde funnet måter å gjøre opp på. De sa også noe om hvor lett det kan være å bruke hverandre som ”søppelbøtte” når krybben tømmes, og man bare er overlatt til hverandre. De snakket om at strukturen på kurset hjalp til større åpenhet, i forhold til hverandre og de andre kursdeltakerne. Mannen i intervju 1 fortalte også at paret fikk ”reparert” mye gjennom den gode samtalen. Følgende uttalelse illustrerer dette:

*Ja, å gi hverandre rom og tid og akseptere at man har en dårlig dag og, kanskje det er jeg som har flest dårlige dager(...)(smiler) Blitt litt mer bevisst på det å sende ei melding og si: sorry for at jeg var sur i morges, og ja litt sånn prøve å dra hverandre opp når ting butter i mot.. Det er vi mot verden, det er ikke vi mot hverandre!*



*Han forstår meg i hvert fall, han vet jo hvordan det er, men samtidig er det jo veldig leit, fordi man sliter på hverandre, fordi det er ingen andre å slite på(... )*(Kvinne intervju 2)

Paret i intervju 3 uttrykker i likhet med paret i intervju 2 at håp i stor grad er knyttet til følelse av mestring. De var også opptatt av det enkle i ulike kjærlighetsuttrykk, det som handler om småting i hverdagen som blir små prøvesteiner på om kjærligheten holder.

Samtidig snakket de om, i likhet med de andre parene, at kjærlighet er hardt arbeid. Det kan virke som at anerkjennelsen både fra de andre kursdeltakerne og kursledelsen var betydningsfull for opplevelsen av mestring, og at de fikk til mye tross alt, som ga håp for samlivet. En informant opplevde det positivt å bli utfordret på om paret hadde samme drømmer for framtiden, og om de gikk i samme retning, og sa at kurset var en døråpner i forhold til å reflektere over disse spørsmålene.

#### **4.3 Nøkkelen til god kommunikasjon**

Dette funnet handler om betydningen av god kommunikasjon, hvordan menn og kvinner kan kommunisere ulikt og viktigheten av respekt og villighet til å sette seg inn i den andres situasjon. Samtlige av parene betonte verdien av tema kommunikasjon på kurset, og samtlige sa at de hadde lært viktige ting knyttet til denne delen av kurset. Noen informanter sa at det var det viktigste tema på hele kurset. De vektla litt ulike sider ved kommunikasjon som det å lytte til hverandre, gjensidig respekt og hvordan den gode dialogen handler om hvordan budskap formidles og mottas. To av parene var opptatt av ulike kjærlighetspråk, som en del av kommunikasjonstema, og hadde fått noen vekkere. En informant uttrykte at det var viktig å snakke konkret om kommunikasjon, slik at de fikk anvendelige verktøy.

Samtlige av parene syntes at tale-/lytteteknikken var et godt verktøy, som tydeliggjorde en holdning til den andre, og en villighet til å ta opp viktige samtaler. Teknikken ble sett på som en følelsesregulator ved eventuelt opphetede diskusjoner, og en hjelp til å få til konstruktiv kommunikasjon. Men det var ingen av parene som hadde brukt tale-/lytteteknikken aktivt etter de kom hjem. Men et par brukte time-out regelen, når kommunikasjonen gikk ”i stå”. To av parene opplevde det meningsfullt å være i egne manns- og kvinnegrupper, også i forhold til å dele skjebne med andre av samme kjønn. Et par kunne tenke seg mer av det på kurset. Her kan det se ut som at paret tenkte at egne manns og - kvinne grupper kunne ha vært en katalysator til å fortsette viktige samtaler hjemme, når temaene hadde fått modnes.

Jeg har delt dette funnet i følgende undertemaer: ”Hva rommer den gode dialogen?”, ”Ulike kjærlighetsspråk” og ”Betydningen av språk for å skape mening”. Dette handler om ”Hva rommer den gode dialogen?”

#### 4.3.1 Hva rommer den gode dialogen?

Deltakeren under viste her at paret bruker time-out regelen, for å berede grunnen for god kommunikasjon på et senere tidspunkt. De betonte betydningen av å sette av tid for å få til god kommunikasjon. Paret mente at temaet kommunikasjon lett kunne bli for abstrakt, og etterlyste en større konkretisering av hva god kommunikasjon er. De hadde glede av en annen modell, problemløsningsmodellen, som ble behandlet under tema kommunikasjon på kurset. Modellen går i korthet ut på å komme fram til kompromisser, etter en felles idedugnad, i den hensikt å løse et konkret problem. Hun uttrykte det slik:

*For oss holdt jeg på å si som ellers snakker godt i lag. Så det er faktisk lov å si at veit du hva, jeg er alt for sliten til å diskutere akkurat det her, akkurat nå. Kan vi ta det igjen om et par dager, vi lar det ligge litt til. Og det er lov å si, det gjør vi. (Kvinne intervju 1)*

En annen informant var opptatt av tale-/lytte teknikken som et bidrag til god kommunikasjon. Mannen i paret arbeider utenfor hjemmet, og er mye på reise. De brukte telefonen som metafor på å måtte disiplinere en samtale, tid for å lytte og tid for å tale, og at de da lyttet til hverandre på en ny måte, siden de brukte telefonen mye. De fortalte at det ble åpnet et rom når de ble møtt med en lydhør oppmerksomhet.

Hun forklarte det slik:

*Vi er blitt flinkere til å lytte til hverandre etter(...)Da føler jeg meg mer avslappet, fordi at jeg vet at det jeg sier når inn og det får en respons. Ja, at jeg føler meg tryggere på en måte. Ja, når jeg har sagt noe så har han fått det med seg, for det er, han pleier jo å si at han er som en åpen bok og du legger veldig fort merke til hvis han ikke følger med (ler) Det er jo da man skal prøve seg på at, du den tusenlappen får jeg den nå? (ler) For da kan det hende han svarer ja og bordet fanger(...) (ler)(Kvinne intervju 2)*

En av deltakerne snakket om hva som var god kommunikasjon for dem, og hva som var utfordrende. Det handlet om å velge den beleilige tid for å ta opp problemfylte tema. Denne påminnelsen hadde også overføringsverdi til kommunikasjon mellom partene på hjemmebane, men illustrerer hvilke utfordringer som ligger i å holde dette ved like.

Utsagnet illustrerer hvor vanskelig det kan være å holde på de gode vanene når det gjelder kommunikasjon, fordi det kan være ytre ”støy” som hindrer parene i å ta opp viktige temaer. En deltaker var også opptatt av betydningen av å ”lukke” temaer på kurset som involverte kursdeltakerne følelsesmessig, som for eksempel skjulte og underliggende tema som kunne vekke ”sovende bjørner” i et parforhold.. Det fordrer en sensitivitet hos kursledelsen, i flg. deltakeren. Han forklarte det på denne måten:

*Det var vel det (navnet på kona) som vi oppdaga at vi falt veldig fort tilbake til gamle synder. Sånn at vi evna på en måte ikke å videreføre det her. Å generalisere det her. Å ta det med oss inn i forholdet i tilstrekkelig grad. Derfor ønsket vi å komme tilbake å melde oss på de kursene på nytt igjen. For det her er noe som må terpes på(... ) Men kan jeg, mulig jeg legger litt for mye i det altså, men i fra sånn terapeutisk hold så vet jeg det at hvis jeg hjelper noen til å åpne ei dør, så må jeg også hjelpe dem å lukke den. Jeg kan ikke åpne og så stikke i fra, og det tenker jeg at kanskje er ei melding til de som styrer det her at vi åpner noen dører hos et par og du trigger noe som de har brukt krefter på å fortrenge, for å stå ut i den omsorgs - jobben vi har, så må vi ha hjelp til å lukke dører.. Kan jeg være så frimodig å si at kanskje blir situasjonen verre etter et slikt kurs om foreldrene ikke får hjelp til å jobbe videre med det her tror jeg(... )(Mann intervju 3)*

Denne informanten var opptatt av at HMO-kurset med sine tema kunne sette i gang prosesser hos deltakerne som det er viktig å være varsom på. Han sa også noe om at man som kursledere ikke må åpne for mye opp, slik at det gjør vondt verre.

#### **4.3.2 Ulike kjærlighetsspråk**

To av parene fortalte eksplisitt at det hadde vært betydningsfullt å fokusere på kjærlighetens ulike språk. Tema er hentet fra Gary Chapman (2001), som handler om hvordan vi kan uttrykke kjærlighet og hengivenhet gjennom ulike ”språk”, som for eksempel tid og anerkjennende ord. Paret i intervju 1 sa at å prioritere tid for hverandre er det viktigste kjærlighetsuttrykket, og det er det som også er mest utfordrende.

En informant sa følgende om dette tema:

*Jeg synes det var veldig artig det her å fokusere på kjærlighetens ulike språk, det har jeg aldri tenkt over, det syntes jeg var nydelig, da gikk det opp for meg, først da gikk det opp for meg at (mannen) han er en sånn gjøre mann, altså gjør masse gode ting for meg, mens jeg er mer en sånn som verbaliserer, Så det synes jeg var veldig artig. Som handler om tjenester, gaver, intimitet, tid(... ) (Kvinne intervju 1)*

En mannlig deltaker snakket om samlivets kompromiss. Dette utsagnet viser at paret vil slå ring rundt det de kjemper for, på tross av krevende livsomstendigheter og ulik arbeidssituasjon. Det handlet om en overgivelse, en kamp for trosprosjektet ”oss”, og en hyllest til deres parforhold. Kvinnen sa også noe om betydningen av tilhørighet, i forlengelse av mannens utsagn. Informanten beskrev det på denne måten:

*Men tilbake til det første du spurte om så kom jeg vel på det at jeg syntes det var godt at noen ho (kona), at ho skulle få tid, liksom fritid bare ho, så jeg skjønner det godt. Hun er jo den som står oppi den situasjonen vi er i aller mest i det daglige. At hun skulle få seg en liten tur bort hjemmefra (...) Ja, det er, skremmer jo litt (...) Det er jo som jeg sier at hvis ikke vi tar litt signaler og pleier oss selv så skjønner jeg jo at ho som sitter her kjeder seg, og jeg må vel gi noen kompromisser av og til når jeg har vært lenge på reising, at jeg kanskje må tilfredsstillе henne på det hun også har lyst til. Innerst inne så er det jo det vi kan finne på henne og jeg. (Mann intervju 2)*

For paret i intervju 3 ble det en oppdagelse at de gjorde tjenester for hverandre, uten at de før kurset hadde ord for, eller bevissthet om hva dette betydde. Gamle sannheter fikk et nytt innhold og et nytt språk. En informant ble på kurset minnet om at det ikke koster penger å gi. Om kjærlighetsspråk sa en informant følgende:

*Det her kjærlighetsspråket du snakker om, å vise at man bryr seg om hverandre, og tenker på, når han kommer hjem med en pose potetgull til meg som jeg vet bare jeg liker og ikke han, så kjøper han den til meg, uten at han sier det. Jeg vet at han har gjort det for meg. Også sånne ting. (Kvinne intervju 3)*

Denne informanten oppdaget at kjærlighet også kan være noe praktisk og gi seg utslag i å gjøre hverandre tjenester. Tema om kjærlighetsspråk på HMO-kurset understreket denne erfaringen hos informanten, og ga erfaringen ny mening.

### **4.3.3 Betydningen av språk for å skape mening**

De neste utsagnene sier noe om betydningen av hvilke ord som brukes av kursledelsen på kurs, og hva slags mening og verdiformidling som ligger i språket som brukes. Et par i intervjuet var opptatt av at kursledere kan bli for varsomme, og kanskje utydelige, og tro at de har med et *katastrofeområde* å gjøre, når parene trenger noe annet. De forteller også noe om hva mestring er, selvironi og viktigheten av humor som en lynavleder når livsomstendighetene er krevende. Det kan forstås som at det er viktig for kursledelsen å

snakke sant om livet, og samtidig slippe noen forestillinger om hvordan man tror disse parene har det. En informant betoner også viktigheten av humor som en overlevelsesstrategi.

Utsagnene under illustrerer hvilken pedagogisk utfordring det kan være å møte par på forskjellig sted i livet. Noen par vil trenge hjelp for sorgen, mens andre igjen trenger en motvekt til det slitet som det tidvis er med et spesielt barn. En informant sa det slik om tydelighet i språk:

*Kall en spade for en spade, pakker du det inn er det ikke sikkert(...) da kan det hende man går glipp av noe. (Kvinne intervju 2)*

Dette underbygges av informantene under:

*Jeg tror man skal, som du sier, man skal være litt forsiktig med å tro at man er så i krise eller sårbar at man ikke tåler å, så (...) Det ble veldig sånn vi skal ikke krenke noen, vi skal ikke såre noen, og det skal man ikke gjøre, men man må tørre likevel og (...) ja. Nei, altså det vi (...) Flinke folk, hyggelige folk, men altså vi, altså vi som står i slitet, trenger å komme til en sånn motivator, kom igjen folkens, og som er litt (...) Ja, litt(...) Ja, litt let (...), ja, det ble litt snilt (...) Det må være kursledere som løfter oss! (Mann intervju 3)*

*(...), ja litt sånn at vi får flirt litt liksom og gjerne skøye litt med at man faktisk har en funksjonshemmet unge. Men det er liksom å ufarliggjøre, vært litt, vært litt om så litt grov i kjeften (...) (Kvinne intervju 3)*

Et annet poeng som illustreres er viktigheten av å ta kursdeltakerne på pulsen, slik at man som kursleder sjekker ut hva de trenger. Denne balansekunsten mellom passe mye og passe lite av alt uttrykkes av deltakeren under:

*Ho vi hadde på oppfølgingskurset da var det de diktene og fortellingen om han gutten eller ho jenta, jeg husker ikke helt (...) Fantastisk flott, men gud fader så kjedelig! Og når vi gikk inn på den der lyrikk delen, så ble det veldig mye bekreftelser på hvor trasig vi har det, ja for livet.. Men det er en balansegang det der med å holde oss i virkeligheten, men også gi oss et rom for å være langt unna virkeligheten, den der kombinasjonen der gjennom ei helg. (Mann intervju 3)*

Denne informanten reflekterer over viktigheten av å tilpasse kursinnholdet til kursdeltakerne, og at man som kursleder må være varsom med språkbruken, og ikke formidle verdier og sannheter som er for forskjellige fra kursdeltakernes virkelighet. Det fordrer en sensitivitet hos kurslederne om å velge sine ord med omhu.

#### **4.4 Kraften i gjenkjennelsen**

Dette funnet handler om kursdeltakernes beskrivelse av verdien av å møte andre par på HMO-kurs, som har barn med spesielle behov. De knytter det til betydningen av å kunne dele av levd liv, og ta del i andres erfaringer, og å ha en arena å fortelle de gode historiene som handler om mestring. Jeg har delt dette funnet i følgende undertemaer: ”Erfaringsdeling-som innskudd på en bankkonto” og ”Erfaringsensomhet”.

Samtlige av parene la vekt på betydningen av å møte andre par i ”samme situasjon”. Verdien var knyttet til muligheten til å dele av egne erfaringer, høre om andres erfaringer og bli møtt med forståelse og respekt.

Noen satte pris på gode råd fra de andre deltakerne, og betraktet det som en ”bankkonto” med trøst. To par fortalte at de hadde sporadisk kontakt med et annet par. Dette til tross for at det ble utvekslet mailadresser, og ønsket om kontakt var der i utgangspunktet. Et par fortalte at de savnet noen å dele de gode historiene med, som handlet om barnets mestring. Det var konsensus blant alle parene om at det var uvesentlig at barna hadde ulike funksjonsnedsettelse, to av parene beskrev det som positivt og interessant. En mannlig deltaker beskrev at han tror det hadde blitt ensformig om alle parene hadde barn med samme diagnose. Alle parene nevnte eksplisitt kursledelsens betydning for utbytte av kurset, og at det var viktig å bli møtt med genuin åpenhet og nysgjerrighet. HMO-kurset fungerte som et sted der man kunne ”tømme sekken”, og så fylle den igjen med gode erfaringsutvekslinger, betydningsfulle møter og gode opplevelser.

##### **4.4.1 Erfaringsdeling – som innskudd på en bankkonto**

Et av mine spørsmål var hvordan det hadde vært å være sammen med så mange forskjellige par som hadde barn med ulike diagnoser? En informant svarte slik:

*Overveldende positivt! Men på den andre siden sett så (...) jeg vet ikke om det er noen av de andre parene som jeg strengt talt ville ha involvert i livene våre senere. For det var også noe med at det var en arena der og da, med bestemte former, der vi var trommet sammen nettopp fordi at vi har unger med ulike behov. Og sånn i utgangspunktet tenker jeg at det var ingen som traff meg sånn at jeg gjerne ville hatt dem på en middag eller et helgebeseøk eller, eller (...) Du kan jo snakke for deg selv. Jeg synes at det paret som vi traff også på oppfølgingskurset (... )De fra (stedsnavn), de kunne jeg godt tenkt meg å ta kontakt med, for de har livserfaring og hadde masse og by på og var et utrolig skjønt par, men de måtte i så fall være de eneste som jeg følte gav noen gjenklang i meg.(Kvinne intervju 1)*

Mens partneren uttrykte det på denne måten:

*Og igjen se her at helsikke hvor godt vi egentlig takler dette her, i forhold til noen andre igjen og kan klare å heve seg litt opp ikke sant, og se at det her var veldig bra. Eller, men de gjorde det kjempe flott, det der må vi lære av. Og vi kan selvsagt ha stor empati med de som har det verre enn oss, men det betyr ikke at vi skal forringe betydningen av de utfordringene vi faktisk har. Ja det er jo livsfarlig å undertrykke dem, det er jo utsletting av dine egne problemer på en slik måte, psst, det er jo ikke noe, slapp av, du er ikke sliten. De var jo mye mer sliten de andre der(...)(Mann intervju 1)*

Deltakerne fortalte noe om egenverdien av å delta sammen med andre på kurset, men at det nødvendigvis ikke førte til at de knyttet vennskapsbånd i et lengre tidsperspektiv.

Dette forteller noe om konteksten, og at meningen oppstår i forhold til den rammen kurset settes inn i. Et par uttrykte eksplisitt at de ønsket kontakt med andre par, fordi det ble en god erfaring på kurset å bli hørt og trodd på. Et par fortalte at de hadde blitt asosiale etter at de fikk et barn med spesielle behov, og at HMO-kurset bidro til å tørre å åpne opp om hvordan de hadde det. Det var ingen av deltakerne i studien som problematiserte at de deltok med par som hadde barn med forskjellige diagnoser, tvert i mot var det flere av dem som betonte det som positivt. To deltakere sa noe om når andres uttrykk gjør inntrykk, samtidig som de sorterte hva som var eget stoff og hva som var andres. En deltaker sa at de ble ”rådgivere” for hverandre.

Flere av deltakerne var opptatt av å få råd og tips fra de andre om hvordan de håndterte situasjonen med et spesielt barn. Samtidig var gjenkjennelsen verdifull for flere av informantene. Mannen i intervju 3 var spesielt opptatt av verdien av erfaringsutveksling med de andre mennene, i likhet med kvinnen i intervju 1. Også kvinnen i intervju 2 sa eksplisitt at hun likte inndeling i manns og - kvinnegrupper. Partneren mente at kurset la til rette for utveksling av gode råd, som man kunne sette i banken når det virkelig ”røyner på”.

Noen deltakere fortalte om gjenkjennelsens kraft, og hvordan det å dele en smerte betyr at den taper sin kraft. Mannen i paret snakket også om betydningen av den uformelle praten rundt måltidet, og at den også bidro til å bygge broer mellom deltakerne. En annen mann sa at det å ha deltatt på HMO-kuset har bidratt til større åpenhet omkring situasjonen i forhold til omgivelsene, og mindre stigmatisering. Mannen i intervju 3 delte dette synspunktet, og sa at deltakelse på kurset hadde bidratt til å ufarliggjøre slitenhet. Det handler også om å gå en vei for andre. Et par i undersøkelsen var opptatt av at det burde være automatikk i at alle foreldre

fikk et slikt tilbud, og nevnte i den forbindelse viktigheten av markedsføring, aktiv rekruttering og nettløker til HMO-tilbudet.

Paret i intervju 3 var opptatt av å delta på HMO-kurs med deltakere de ikke kjente fra før, det nevnte også mannen i intervju 2 som noe positivt. De hadde et ønske om å være anonyme, og begge i paret sa at det hadde å gjøre med noen forestillinger om kurset i forkant, som de bl.a. koblet til skam. Mannen uttrykte det slik:

*Jo for man får jo prate om ting som kan være vanskelig å prate om, hvis man skal gi av seg selv på et sånt kurs her. Derfor følte vi at det kunne være greit å være med folk vi ikke kjente. (...), når jeg ser mine pasienter da sier vi krise, da er det, da er alt gått over styr og dit vil ikke jeg, så den dagen jeg går dit så har jeg på en måte fått det stemplet der,(...) Så HMO-kurset er med på å ufarliggjøre og alminneliggjøre mye av det her, det er, jeg ser rommet er fullt med 30 andre par og alle sliter jo med det samme som meg, og de ser jo lykkelig ut alle(...) Alle var der vi var, vi slit litt og trenger litt påfyll. Så du trenger ikke være på bunnen for å komme til oss. Så jeg tror vel det at de kursene har gjort det lettere å søke kontakt, og gå videre på oppfølgingskurset også. (Mann intervju 3)*

Denne informanten problematiserte det å oppsøke hjelp som noe stigmatiserende i vår kultur, samtidig som han erfarte at HMO-kurset bidro til å alminneliggjøre slitenhet, at vi er avhengig av hverandre og at vi trenger påfyll. Det er en motvekt til ”stemmen” som sier at vi skal klare oss selv uansett livsomstendigheter.

#### **4.4.2 Erfaringsensomhet**

Flere foreldre i denne målgruppen er opptatt av å ha noen å dele de gode historiene med, de som handler om mestring og de små stegene, og som er uttrykk for en glede som gir både retning, mening og håp. Dette kan gi en erfaringsensomhet, fordi det ikke finnes noen å dele historiene med. En informant uttrykte det slik i min undersøkelse:

*Det er den største gleden, det er ingen som skjønner det om de ikke har vært der. Og så det der med å si at: «Nei mamma, ikke være med, bare pappa være med på tur». Den lengste setningen han noen ganger har sagt i sitt liv. Du kan ikke sitte å si det til folk at tenk (navnet på sønnen) sa det, folk skjønner jo ikke det, at det er så stort (...) Ja det er jo like mye å dele de gode tingene. (Kvinne intervju 1)*



Utsagnet under illustrerer at det også på HMO-kurs kan oppstå en erfaringsensomhet, fordi deltakerne er på forskjellig sted i prosessen rundt sjeldne barn, og i forhold til hva parene har behov for. Et annet par i undersøkelsen betonte viktigheten av å kunne trekke veksler på hverandres erfaringer, selv om de var forskjellige.

En av informantene uttrykte det på denne måten:

*(...) kan godt knytte nye kontakter. Vi kjenner ikke noen andre foreldrepar som har(...) Er i vår situasjon. Vi blei kjent med et par som vi har litt kontakt med. Men så har du noen par som bare prater om diagnoser, sykdom og rettigheter, vi er liksom ikke der. Skjønner du? Jeg skjønner at vi er forskjellige. Jeg forstår jo at man har vært der og, du var jo alene de første årene, men, man har vel faser man går gjennom og da har man behov for å snakke om det, og så er man liksom ferdig med det og så går man videre. Man finner jo alltid noen (...)* (Kvinne intervju 3)

Informanten under illustrerer noe av den forsakelsen som et liv med barn med spesielle behov kan innebære, og hvor ensom tilværelsen kan bli. Man mister også fellesopplevelser. Hun sa det på følgende måte:

*Mm. Sånn som vi har jo, det er jo nesten ingen som kan passe han (navnet på barnet). Nei, vi har alarmer på han, så vi hører når alarmen går. Men så det her med at vi skal jo få vårt liv til å gå rundt på samme måte som andre, og at en av oss må sitte hjemme når kanskje alle vennene våre drar på noe med ungene sine, skjønner du? Vi må bytte på å være hjemme, jeg vet ikke om det kunne vært et tema, det med at, eller om det er noen vits i å skulle få andre til og forstå.* (Kvinne intervju 3)

Denne kvinnen fortalte om en nokså ensom kamp fordi omgivelsene ikke kan sette seg inn i hvordan livet med et sjeldent barn kan være. Når omgivelsene viker unna, er man i enda større grad henvist til den andre i parforholdet, til å finne en bærekraftig balanse mellom egen tid og felles tid. Dette fordrer en arbeidsdeling som kan gi sosial isolasjon og tynne nettverk, eller kan bli kime til konflikter.

#### **4.5 Oppsummering**

Jeg har i dette kapittelet gjort rede for studiens funn, som vil bli oppsummert i neste kapittel, som handler om diskusjon og implikasjoner.

## **Kapittel 5 Diskusjon og implikasjoner**

Hensikten med denne studien var å undersøke hvordan parene har erfart det å delta på HMO-kurs, og om det har vært til hjelp for dem i et forebyggende perspektiv. Jeg var opptatt av om disse kursene har bidratt til å styrke par-relasjonen gjennom et bevisst fokus på samliv, og om det har vært til hjelp for å utvikle og bevare parforholdet. Problemstillingen for studien var:

*Hvordan beskriver par som har barn med nedsatt funksjonsevne sine erfaringer med å delta på "Hva med oss?"-kurs?*

Forskningsspørsmålet som belyste denne problemstillingen var:

*Hvordan har deltakelse på "Hva med oss?"-kurs vært til hjelp for å utvikle og bevare parforholdet?*

Studien baserer seg på intervju med tre par i alderen 39-52 år. Hovedfunnene fra studien handlet om:

(1) *Å gripe den beleilige tid*, (2) *Hvordan verne om kjærlighetslivet? - sammen underveis*, (3) *Nøkkelen til god kommunikasjon* og (4) *Kraften i gjenkjennelsen*.

I dette kapittelet vil jeg oppsummere og drøfte studiens funn. Deretter vil jeg diskutere disse funnene opp mot teori og tidligere forskning. Jeg vil dernest diskutere implikasjoner av studiens funn for praksisfeltet, samt spørsmål til fremtidig forskning, før jeg beskriver studiens mulige styrker og svakheter. Jeg vil avslutte oppgaven med noen avsluttende betraktninger og kommentarer.

### **5.1 Oppsummering av studiens funn**

Jeg vil her kort oppsummere studiens funn ut fra de tidligere presenterte hovedtemaene. Studiens hovedfokus har vært hvordan deltakerne har opplevd det å delta på HMO-kurs, samt hvordan deltakelse eventuelt har hatt følger for samlivet. Tittelen på denne masteroppgaven er:

*Sammen underveis – et søkelys på samlivskurset "Hva med oss?"*

Tittelen rommer ulike sider ved alle studiens hovedfunn, samtidig som den henleder til oppgavens problemstilling som har et fokus på samliv og hva som beveger et parforhold. Livet i sitt vesen byr på utfordringer som man kastes inn i uten å ha lært på forhånd, og sier noe om å være underveis i livet.

### **5.1.1 Å gripe den beleilige tid**

Dette funnet handlet om at tid var et gode som måtte prioriteres, og at samtlige opplevde knapphet på dette godet. Hverdagen hadde ofte overtaket, som gjorde at de som par ble prioritert nederst. De oppsummerte samtidig at de hadde fått en større bevissthet gjennom HMO-kurset på viktigheten av å prioritere hverandre, noe som fordret både planlegging og evne til spontanitet. Spørsmålet om avlastning rommet følelsesmessige og etiske dilemmaer for noen. De færreste av informantene brukte familienettverket som avlaster. Parene var opptatt av å skape livsrom for alle i familien, og hadde et fokus på søsken som de fryktet skulle komme i skyggen av barnet som krevde mye.

### **5.1.2 Hvordan verne om kjærlighetslivet?- sammen underveis**

Dette funnet handlet om viktigheten av å finne rom til å være kjærester, og hva det praktisk innebar for den enkelte. De var alle opptatt av HMO-kurset som et forebyggende tilbud, som demmet opp for problemer i parforholdet. Noen av informantene fokuserte på kurset som ren forebygging mot samlivsbrudd. Det var konsensus blant parene om at det de lærte på kurset, måtte læres på nytt og på nytt som en kontinuerlig prosess. De var opptatt av at skjebnen med et spesielt barn gjorde at de var totalt utlevert til hverandre, pga at de ikke hadde andre å trekke veksler på når ”begeret var fullt”.

### **5.1.3 Nøkkelen til god kommunikasjon**

Dette funnet handlet om viktigheten av tema kommunikasjon på kurset. Flere var opptatt av kommunikasjon som noe konkret og anvendelig, og hadde sans for tale-/lytteteknikken som et verktøy. Men ingen av parene hadde brukt teknikken hjemme. Den ble mer en påminnelse om en holdning og en villighet til å starte og fortsette viktige samtaler. De beskrev denne erfaringen som en ”oppdagelse” der de hørte på en ny måte, og fikk vite ting om hverandre som de ellers ikke hadde visst. To av parene ble opptatt av ulike kjærlighetsspråk, og hvordan

kjærligheten kom til uttrykk på forskjellige måter. De la vekt på tydelig formidling fra kursledelsens side, og at språket som var brukt ble meningsbærende.

#### **5.1.4 Kraften i gjenkjennelsen**

Dette funnet handlet om betydningen av å møte andre par i lignende situasjoner, på tross av at de hadde barn i forskjellige aldre og med ulike diagnoser. Dette ble av samtlige framholdt som positivt, fordi det fantes en del felles kjennetegn på belastning og utfordring på tvers av diagnoser. Større åpenhet på kurset bidro til mindre stigmatisering, ved at flere av deltakerne kunne kjenne seg igjen i hverandre. Flere fortalte at det å høre andres historier, bidro til nye perspektiver i forhold til egen livssituasjon.

Det var et unisont ønske fra alle om å kunne knytte nye kontakter, men bare to par hadde hatt sporadisk kontakt med et annet par på kurset. Ingen av parene ønsket å delta på HMO-kurs med noen de kjente fra før.

### **5.2 Drøfting av studiens funn**

Jeg vil ta utgangspunkt i tre funn i det følgende, og drøfte disse ut fra teori, forskning, politiske føringer og egne meninger. Jeg har valgt følgende drøftingsoverskrifter: (1) *Mitt språk er lastet med* (2) *Samlivskurs som romantisk diskurs* og (3) *Å skape rom for felles erfaringer*. Det ble sagt svært mye viktig fra mine informanter, og når jeg har valgt disse funnene å drøfte, så er det fordi de kanskje var de mest overraskende og fanget min interesse mest. Hva noen av mine informanter sa i min studie, avspeiler også noen erfaringer jeg har fra andre kurs, og disse funnene har jeg valgt ikke å drøfte. Det betyr ikke at de er mindre betydningsfulle, men jeg har måttet gjøre et utvalg. Dette valget er gjort i håp om å tilføre feltet noe nytt.

#### **5.2.1 Mitt språk er lastet med**

Denne drøftingen handler om betydningen av språk for å skape mening (se funn 4.3.3). Flere av informantene var opptatt av at kurslederne på HMO måtte være tydelige i sin formidling. Det innebar at det ble avgjørende å måle temperaturen på kursdeltakerne slik at ordene som ble brukt måtte tilpasses deltakernes språkområde.

Et hovedtema i Øfstis (2010) forskning er at terapi og kunnskapsformidling ikke er verdinøytral, men snarere dypt involvert i kulturelle temaer om etikk og moral, makt og ideologier og om rett og galt. Dette vil si at språket vi bruker som kursledere er lastet med mening, og kan treffe feil fordi vi ikke sjekker ut hva som passer. Samtidig vil det være kursdeltakere som identifiserer seg med bruk av poesi og musikk som uttrykk. Det er kanskje like avgjørende hva slags musikk og poesi som velges, og i hvor stor grad det benyttes. Det faktum at vi er meningsbærende som kursledere fordrer stor bevissthet på at vårt liv er implisitt til stede i hver setning vi formidler. Det er i seg selv en interessant diskusjon hvordan aksepterte og etablerte sannheter blir til, og hvordan vi ukritisk tar dem for gitt. For å sitere Maturana: ”Alt som sees, sees av en observatør” (sitert i Schjødt og Egeland 1999, s. 73).

Jeg har i teorikapittelet mitt skrevet at en ”ikke-vitende posisjon” ikke er en metode, men handler om en livsholdning med fokus på samarbeid og likestilling. Dette handler i praksis om at ingen kursledere fullt ut kan vite hva en kursdeltakers erfaringer og opplevelse er. Dette fordrer stor varsomhet i språkbruken, slik at kursledere ikke tillegger deltakerne erfaringer som de ikke vil kjenne seg igjen i slik en informant i min studie uttrykte det:

*Jeg tror man skal, som du sier, man skal være litt forsiktig med å tro at man er så i krise eller sårbar at man ikke tåler å, så (...)* (Mann intervju 3)

En annen mor med et annerledes barn som ikke har deltatt i min studie har vært opptatt av at hjelperne må tørke av seg medlidenheten sin, og gi foreldre hjelp til slitasjen. Hun mener at tiden kan være inne for å skille mellom sorg og slitasje, og på den måten gi de spesielle barna full frifinnelse. Hun har gitt levende fortellinger og bilder av et hverdagsliv med et annerledes barn, og utfordrer våre faglige perspektiver på hvordan og hva vi formidler til foreldre med sjeldne barn (Sydnes 2003). Det finnes alt for mange historier om sorgen over hjelpeapparatet. En av informantene uttrykte seg slik:

*Det må være kursledere som løfter oss!* (Mann intervju 3)

Mestringsteorien (Clausen og Eck 1996, Sommerschild 1998) har de senere år representert en motvekt til sykdomsorientering og elendighetsanalyser på dette feltet. Forståelsen av viktigheten av å mestre sin livssituasjon er også en motvekt til medisinsk diagnosenetking.

Å mestre handler om de strategier som enkeltpersoner eller familier tar i bruk for å forholde seg til nye og utfordrende situasjoner og krav de møter (Sommerschild, 1998). Denne opplevelsen består av tre elementer:

(1) Å kunne forstå situasjonen, (2) Ha tro på at det finnes løsninger, og (3) Finne god mening i å forsøke på det (ibid).

Fokus skifter fra avmakt til mulighet, og det ligger sterke positive krefter i en slik fokusendring. Det kan se ut som at noen av mine informanter var opptatt av disse perspektivene, og det kom også til uttrykk i kapittelet 4.4 om *Kraften i gjenkjennelsen*.

Humor brukt som uttrykk på HMO-kurs kobles også til dette. Samtidig må en være varsom med en idyllisering som kan legge stein til byrden for allerede trette og kjempende foreldre. Utfordringene må ikke tilsløres, slik at vi forledes til å tro at alt er bra og at ikke samlivet påvirkes av å ha et barn som krever mye. En skal ikke alltid bare tenke positivt og prøve å tilpasse seg. Det må være tillatt å gi rom for de negative følelsene som handler om sårhet, sinne, sorg og slitasje.

### **5.2.2 Samlivskurs som romantisk diskurs**

Denne drøftingen henleder til en generell betraktning om hva som formidles på samlivskurs, koblet til mine informanters tanker om dette. Punktet er en forlengelse og utvidelse av foregående drøftingspunkt, som jeg har valgt å behandle særskilt.

Diskurser handler om den måten vi snakker om og forstår verden på (Øfsti 2010). Dette ansporer til hvordan vi som kursledere på samlivskurs formidler til kursdeltakerne hva kjærighet og gode samliv er. Jeg har underveis i arbeidet blitt opptatt av hvordan diskursbegrepet kan brukes i forhold til samlivskurs. Det at det offentlige støtter samlivskurs, i tillegg til det som formidles av verdier og holdninger i kurset representerer ulike diskurser.

Jeg har tenkt på mulige vendepunkt i min forskningsprosess, og her har pendelen svinget. Jeg er på den ene siden opptatt av par sin opplevelse av HMO- kurs, samtidig er jeg opptatt av selve *ideene* om betydningen av samlivskurs, ideenes opphav og hvorfor de virker så opplagte. De bærer i seg noen virkelighetsbeskrivelser som vi som kursledere forholder oss til som taus og normativ kunnskap, og derfor fordrer en diskusjon. Vi omfavner våre ideer og

gjør dem til sannhetsbærere når vi formidler implisitte ideer om hvordan et godt parforhold skal være.

Kan vi komme til å overse nye ord og uttrykk om kjærlighet fordi vi som kursledere er så godt plassert i vårt anerkjente reportoar? Og hva lar vi komme til orde på kursene, gir vi rom for deltakerne til å føle annerledes og forskjellig i sitt kjærlighetsliv? Denne kunnskapen og disse ideene er formet av kulturens ulike diskurser om hva par kan og skal være (Øfsti 2010).

Flere av informantene i min studie har deltatt på mer enn et HMO-kurs, og et par sa eksplisitt at de ønsket å delta på flere kurs. Dette er et uttrykk for at det er vanskelig å fastslå at det å delta på et kurs skulle forhindre samlivsbrudd i et lengre tidsperspektiv. Man blir aldri uteksaminert i å være par. Eller for å si det med Øfsti så er ikke det å finne den rette et utdatert prosjekt (Øfsti 2010).

Noen av informantene i studien var opptatt av at et godt parforhold må pleies kontinuerlig. Dette underbygges også av Gran (2008) når hun sier at kjærligheten skifter karakter i hastighetens tid. Vi holder høyt ideen om selvstendighet og uavhengighet i vår kultur, og stemmer som forfekter verdien av ansvar og forpliktelse kan lett forstumme. Utsagn som handler om avhengighet og utleverthet fra kursdeltakere, fordrer kanskje at vi må tørre å være normative som kursledere? Det kan komme på kollisjon med den sosialkonstruksjonistiske ideen om at mening skapes mellom mennesker og i språket, som er sosialt. Eller går det an å tenke et både-og, slik at kursledere må være nennsomme, men samtidig ikke skygge unna ved ikke å mene noe. Det kan lett føre til en verdirelativisering som gjør oss utydelige og unnfalne. Vi må behandle folk som det de har kommet for, nemlig samlivskurs som er et tiltak for å bygge et parforhold. Denne byggekunsten fordrer enkelte ganger noen klare råd fra kursledelsen om å bygge *klokt*.

Man kan tenke seg at et HMO-kurs kan ha vært en type ”oppvåkning” for deltakerne i forhold til å ha blitt bevisst på farene ved samlivsbrudd, dette underbygges av flere av informantene. Samtlige av dem sa eksplisitt at det var en verdi å arbeide for et varig parforhold, og de knyttet det til samliv som reparasjon, samliv som teoretisk læring og samliv som praktisk arbeid. Det var også konsensus blant informantene om at HMO-kurset forebygget samlivsbrudd. Men det utelukker vel ikke at det allikevel er legitimt å tenke på at et samlivskurs kan ha en egenverdi som en umiddelbar stemningsopplevelse, uten å måtte tenke gevinst for samlivet i et lengre tidsperspektiv? Eller kommer vi da på kollisjon med selve ideen om at samlivskurs skal virke forebyggende på samlivsbrudd?

Samlivstiltaket HMO kan vi si befinner seg innenfor et tradisjonelt familieparadigme, og i liten grad utfordrer våre typiske familieidealer (Øfsti 2010). Det romantiske parforholdet som kulturelt ideal, er det få par som forholder seg til i sitt daglige travle liv (ibid). Men den romantiske drømmen står høyt i kurs, og kom også til uttrykk i min studie ved at informantene var opptatt av å være kjærester, og at det skulle noen veldig klare valg til for å få til det. Ingen av mine informanter stilte spørsmålsteget ved verdier som ligger til grunn for ønsket om et varig parforhold, men det virket tvert imot som dette var et mål for samtlige. De så ikke ut til å være preget av tidsåndens skiftende diskurser om at samlivet får vare så lenge man holder ut med hverandre. Mellom de ulike diskursene finnes erfaringer av levd liv. Uansett hvilke ideer man bekjenner seg til, er det en plikt å anerkjenne disse erfaringene som gyldige, og ikke begrense dem. Vi må som kursledere ikke holde opp med å utforske kjærlighetens kompleksitet og paradokser, gjennom de fortellingene og erfaringene som kursdeltakere deler.

### **5.2.3 Å skape rom for felles erfaringer**

Denne drøftingen handler om kraften i gjenkjennelsen (se funn 4.4). Samtlige av informantene i denne studien la vekt på betydningen av å møte andre par i *samme situasjon*. De la vekt på lindringen av å dele egen erfaring av kjærlighet, og å høre andre fortelle om sin livssituasjon, og hvordan dette beveget og ga nye perspektiver til eget liv. Ingen av parene hadde innvendinger mot at de deltok med par som hadde barn med ulike diagnoser. Det kan tyde på at det finnes en del felles kjennetegn på smerte, sorg, mening og håp, på tvers av ulike diagnoser og livsomstendigheter.

Samtalene og språket vårt er ikke bare hjelpemidler til å forstå, men samtaler og språk har også det ved seg at det skaper noe nytt. Ny mening og nye relasjoner mellom mennesker oppstår (Andersen 2000, sitert Seikkula 2000). Kraften i gjenkjennelsen oppstår nettopp når man kan kjenne seg igjen i noe av det man selv har sagt, i den andres budskap, og ens egen uttalelse blir gjort mer omfattende. En dialog består både av å hente ut en informasjon, samtidig som man inviteres til en undring. Da blir det viktig å stille spørsmålene på en slik måte at de som hører dem, kan svare spontant eller undrende og kanskje nølende.

Parene på HMO-kurs stiller opp med sin egen livserfaring, og det blir viktig å fange opp denne livserfaringen. Slik blir erfaringene en kilde til dypere innsikt og forståelse. Dialogisk



refleksjon knytter an til det særegne i situasjoner som er likeartede, men ikke identiske, og å se likheter i det som tilsynelatende er ulikt. Det er en utfordring for kursledere å fange opp denne flerspråkligheten, slik at vi oppfordrer til detaljerte beskrivelser om hva kjærlighet og gode parforhold kan være. Målet på et HMO-kurs er ikke å oppnå en enstemmighet, men tvert imot en flerstemmighet, slik at man får et stort tilfang av erfaringer. Det kunne se ut som dette var noe av det som fikk betydning for mine informanter slik en uttrykte det:

*Og igjen se her at helsikke hvor godt vi egentlig takler dette her, i forhold til noen andre igjen og kan klare å heve seg litt opp ikke sant, og se at det her var veldig bra. Eller, men de gjorde det kjempe flott, det der må vi lære av (... ) Og vi kan selvsagt ha stor empati med de som har det verre enn oss, men (... ) (Mann intervju 1)*

”Når man prøver å få til en dialog, får sakene sin betydning i øyeblikkets samhandling”. (Seikkula 2000, s. 136). Utsagnet under uttrykker noe av det samme som handler om øyeblikkets kraft, og at å dele erfaringer hadde en egenverdi der og da. Meningen ble til i dialogen mellom kursdeltakerne. Man ble bevisst på seg selv og hva en tenkte, først i dialog med den andre.

*Overveldende positivt! Men på den andre siden sett så (... ) jeg vet ikke om det er noen av de andre parene som jeg strengt talt ville ha involvert i livene våre senere. For det var også noe med at det var en arena der og da, med bestemte former, der vi var trommet sammen nettopp fordi at vi har unger med ulike behov. (Kvinne intervju 1)*

Filosofen Emmanuel Levinas (1906-1995) er opptatt av det han kaller *Den andres ansikt*, som omhandler personlige og nære møter med andre mennesker. Han sier at vi blir berørt av den andre fordi moralen krever det. Det er lettere ikke å la seg berøre når vi har avstand til den andre og kan objektivere (Blichfeldt 2008).

Jeg har blitt opptatt av kurslederens ansvar for å skape felles rom for erfaringsdeling, og undret meg over om vi gir for lite plass til dette i mengden av stoff som skal gjennomgås? Har kursledere en hang til å tette igjen alle pauser med ord og musikk, slik at muligheten til å dele mer, går tapt? Eller er kursene så stemningsmettet at det ikke er plass til alle stemmer? Samtlige i min studie snakket om viktigheten av å kunne dele, og noen fortalte at de ikke hadde noen å dele de lyse og mørke historiene med. Kanskje finnes det noen uferdige fortellinger på HMO-kurs fordi vi ikke er lavmelte nok og slipper til stillheten?

Anne Øfsti snakker om å slippe til en stillhet som kan gi språk til det uventede, uten å lage lyd for å justere og korrigere (Øfsti 2010). Kanskje kan stillheten åpne noen rom som vi ellers ikke visste om? Kan en psykoedukativ tilnærming til HMO-kurs legge for stor vekt på læringsaspektet, slik at meningsutvekslingen går tapt?

Kurslederne kan forsøke å skape et refleksjonsrom, og utfordre par til å fortelle om erfaringer som ligger dem på hjertet. Men i et langtidsperspektiv kan det være utfordrende å fastslå hva parene har lært på HMO-kurs. Det forebyggende aspektet innen samlivskurstenkning er en motvekt til reparasjonskulturen, selv om det er vanskelig å måle suksessfaktor ut fra deltakelse på et enkelt samlivskurs (Mortensen og Thuen 2007).

Et etisk dilemma er at en som kursleder kan bli ”bedreviter” og kan komme til å diskvalifisere parenes egne meninger og erfaringer. En ”ikke-vitende” posisjon i kurssammenheng fordrer en oppmerksomhet på foreldreerfaringene som genuint betydningsfulle. Dette handler i bunn og grunn om hvilke fortellinger vi som kursledere fortrekker, og hvilke vi lar komme til orde og hvilke vi ikke slipper til.

### ***5.3 Implikasjoner for praksis***

Med utgangspunkt i min studie, vil jeg i det følgende vise til tre implikasjoner for praksis.

(1) Den første implikasjonen handler om det å holde HMO-kurs. Spesielt håper jeg at alle kursledere som holder samlivskurs for foreldregruppen vil legge til rette for HMO-kurs som ivaretar både læringsaspektet, og det å gi kursdeltakere både tid og rom til å dele av egne erfaringer. Innen formatet av HMO-kurset så har jeg fått fyldige beskrivelser om fenomenet kjærighet fra mine informanter, en praktisk kunnskap som har bidratt til en utvidelse av mine perspektiver. Jeg har fått del i erfaringer av levd liv som handler om kjærighetens sårhet og lengsel, og om en utrettelig kamp for å klare å holde sammen i en tid hvor kjærigheten brister for mange. Dialogen er i så måte hovedkilden til økt praktisk innsikt og kunnskap (Lundstøl 2005), og underbygges av mine informanter. Jeg håper at dette er perspektiver som kursledere kan ta med seg inn i sin praksis som kursledere.

(2) Den andre implikasjonen handler om innholdet i HMO-kurset.

Det ville være ønskelig at studien ble et bidrag til forskningsfeltet, i den hensikt å få en fornyet kunnskap om denne målgruppen, i forhold til erfaringer med HMO-kurset og deres samliv generelt. Det kan synes som at ingen av mine informanter tenkte at innholdet i kurset var irrelevant, snarere tvert imot. De betonte viktigheten av tema kommunikasjon, og mente at det måtte ha stor plass på kurset, og at tydelighet i formidlingen var viktig. Flere av informantene fikk en større bevissthet om betydningen av å pleie parforholdet sitt, som igjen hadde gitt større tilfredshet i samlivet. En utfordring kunne i flg. noen informanter være vektingen mellom aktivitet og pauser på kurset, og flere ga uttrykk for at det var krevende å delta på kurs fordi de var slitne. Oppdragsgiverne annonserer med at kurset skal være et avbrekk fra en travel hverdag, og det kan dermed gi signaler om at kurset kan inkludere mer hvile enn det som er tilfelle. Jeg håper at ny innsikt vil kunne få konsekvenser for innholdet i kurset, slik at kvaliteten på tilbudet øker.

(3) Den siste implikasjonen handler om at brukerorganisasjoner, utdanningsinstitusjoner, politikere og fagfolk som arbeider i forhold til foreldrene, trenger denne kunnskapen for å fokusere mer på samliv målgruppen. Foreldrerollen har god ”trening”, som en informant sa, så var det endelig et fokus på dem som par. Fagfolk og andre trenger ikke denne kunnskapen fordi foreldrene trenger vår medlidenhet, men fordi erfaringene så langt tilsier at de trenger at fagpersoner og andre kan noe om samliv. Det handler om hvordan man blir møtt som foreldre, og hva som er viktig i dette møtet. To av mine informanter hadde erfart en hjelper som var opptatt av at de måtte ta vare på sitt parforhold, på grunn av store omsorgbyrder, og dette hadde gitt støtet til å melde seg på HMO-kurs.

I 2011 ble det et dramatisk kutt i de statlige overføringene til programmet HMO. Jeg håper at studien kan gi nytt lys til viktigheten av en familiepolitisk satsning på denne målgruppen, slik at tiltaket opprettholdes og flere par får delta på HMO-kurs.

#### ***5.4 Fremtidig forskning***

Som en konsekvens av denne studien har jeg blitt opptatt av flere andre mulige spørsmål for fremtidig forskning på dette temaet. Det hadde i fortsettelsen vært interessant å gjennomføre en kvantitativ undersøkelse med et større utvalg av par som har gjennomført HMO-kurs. Dette for å få et større tallmateriale ved siden av detaljerte erfaringer fra få informanter.

En slik tilnærming ville hatt et annet forskningsformål, og dermed søke en annen type kunnskap. Et mulig forskningsprosjekt kunne da ha vært å undersøke om en del av mine funn og sammenhenger gjelder flere foreldre som har barn med nedsatt funksjonsevne. Man kunne ha sammenlignet om det finnes noen felles kjennetegn på hvordan de opplever sitt parforhold og sin livssituasjon, og om det er mulig å identifisere noen suksessfaktorer.

Det kunne også ha vært interessant med forløpsstudier, hvor par følges opp over lengre tid, for å få fram mer kunnskap om hva som skjer med parene i et lengre tidsperspektiv, med hensyn til samlivets kvalitet, tilfredshet og varighet. I min studie har deltakerne deltatt på HMO-kurs for under to år siden, og jeg vet lite om hvordan det går med parene i et lengre tidsperspektiv.

Det kunne vært relevant å gjennomføre en diskursanalyse i forhold til diskurser som råder innenfor samlivskursfeltet, samt oppdragsgivernes ideer om samlivskurs. Det har vært to hovedfokus i samlivsforskningen inntil nylig, ekteskapeleg tilfredshet og betydningen av god kommunikasjon. Det som i nyere tid har vært gjenstand for forskning er studier av den dypere mening med parforhold (Markman, et al. 2003). Det kunne ha vært interessant å forske videre på i hvilken grad felles verdigrunnlag kan ha en betydning for tilfredshet i parforholdet.

### ***5.5 Mulige styrker og svakheter ved studien***

Jeg et lite utvalg av informanter som ikke vil gi et representativt bilde av par sin opplevelse av samlivskurset HMO. På den andre siden var ikke mitt anliggende å lage en evidensbasert studie der jeg skulle måle effekt av et gitt samlivskurs, som skulle kunne ut i en eksakt kunnskap om kurset HMO. Det å intervju få informanter ga en mulighet til tykke og nyanserte historier, der vi i intervjuet kunne dvele ved temaene som engasjerte informantene. Samtidig kan det være en svakhet ved studien at jeg ikke har fått stor nok spredning på informantene med bare tre par.

En annen svakhet ved studien kan være at jeg har forsket i egen "bakgård", og dermed blitt for nærsynt med hensyn til hva jeg har sett etter og hvilke historier jeg har fått. Det har fordret stor grad av bevissthet på hvordan jeg har hørt, forstått og fortolket parenes historier, slik at jeg skulle yte dem størst mulig rettferdighet. Det kunne vært interessant å drøfte funnene fra studien med informantene, men tiden har ikke tillatt det i forhold til oppgavens omfang.

Mitt anliggende har under hele studien vært å jakte på de gode nyansene, slik at min forforståelse og gode kjennskap til kurset HMO ikke skulle komme i veien for det. Samtidig vil min fortolkning av materialet skape ny mening, som kan utvide forståelsen av fenomenet samlivskurs, nærmere bestemt HMO.

Jeg har hatt et ønske om at denne forskningen skulle inkludere et kritisk lys på arbeidet, og fungere som et korrektiv til, eventuelt en utvidelse av forståelsen for verdimeslige ideer til arbeidet med HMO. Samtlige av de intervjuede i min studie har høyskoleutdanning, og gir det et representativt bilde av målgruppen, i forhold til erfaringer og refleksjonsnivå? Eller er det nettopp de med høyere utdanning som velger å benytte seg av kurstilbudet HMO? Jeg valgte et vilkårlig utvalg foreldre til min studie. I forhold til hvem som responderte, så kan en spørre seg om det er foreldre som har positive erfaringer med HMO som har stilt seg åpne til å delta. Det kan bety at jeg har gått glipp av nyanser, ved at jeg i mitt utvalg ikke har fanget opp par som måtte ha negative erfaringer med kurset, eller deler av kurset.

Kan det være en skjevfordeling i mitt utvalg av informanter i forhold til at de som takket ja til å delta på HMO-kurset i utgangspunktet hadde et stabilt parforhold? Dette utfordrer ideen om at HMO-kurs kanskje ikke når de foreldrene som trenger det mest. På den andre siden kan funnet bety at par som deltar på samlivskurset ikke er forskjellig fra par i normalpopulasjonen. Kanskje er det ikke slik at deltakere på samlivskurs bare består av par som er svært motiverte, og har liten risiko for problemer i parforholdet. På grunn av den høye skilsmissestatistikken i landet vårt, kan ethvert par ha stor risiko for problemer i samlivet.

Egeninnsats fra kursdeltakerne kan være avgjørende for utbyttet av kurs. Dette er også en implisitt ide når det gjelder HMO-kurset, der læring av en kommunikasjonsteknikk har en sentral plass. Alle mine informanter vektla betydningen av tale-/lytteteknikken på kurset, og en kan spørre seg om de er representative i forhold til å legge så positiv vekt på læringsaspektet i kurset.

### 5.5.1 Selvrefleksivitet

Det å arbeide med disse temaene økte min bevissthet på meg selv som kursleder. Når jeg holder kurs betrakter jeg ikke utenfra, jeg er ikke tilskuer men deltaker. Det betyr at min historie, mine erfaringer av mening, ekthet, evne til å møte utfordringer og livssmerte, mitt selvbilde og min livstretthet vil spille med og blande seg inn i samspillet med kursdeltakerne. Disse samtalen om de store eksistensielle spørsmålene i livet berører de fleste mennesker, om hvordan vi kan nå inn til hverandre, og selv bli nådd inn til vår innerste hjertegrind. Hvordan uttrykker vi vår kjærlighet i de små hverdagshendelsene der livet leves eller står på spill? Hvordan kan vi leve med krenkelser, og hvordan gå videre og eventuelt reparere? Disse samtalen på HMO-kurs sammen som par, eller med andre kursdeltakere tror jeg har en klar klinisk lindring. Det finnes nemlig ikke bagateller i et parforhold (Gran 2008). Det betyr at stort og smått er viktig å dele med hverandre som par, for å holde forbindelsen med hverandre.

Jeg merket i møte med parene i undersøkelsen at jeg ble berørt av deres historier, ikke bare i forhold til problemstillingen, men i forhold til meg selv som menneske og terapeut. Mine spørsmål i intervjuet ble farget av min identitet som terapeut, og det fikk konsekvenser for hvordan jeg fulgte opp svarene. Min bakgrunn som familieterapeut var dermed med på å forme intervjusituasjonen (Kvale og Brinkmann 2009).

Jeg var bevisst på at jeg bare klarte å fange opp noen aspekter av et hele i en samtale, og at jeg i mine oppfølgingsspørsmål punktuerte på det jeg umiddelbart ble interessert i. Svakheten ved det er at annen vesentlig informasjon kan gå tapt, og at noen stemmer aldri kommer til orde.

## **Kapittel 6 Avsluttende kommentarer**

Jeg ønsket med denne studien å utvikle kunnskap om hvordan tre par opplevde det å delta på HMO-kurs, med vekt på deres erfaringer og livsverden slik de opplevde den. Den overordnede problemstillingen var:

*Hvordan beskriver par som har barn med nedsatt funksjonsevne sine erfaringer med å delta på "Hva med oss?"-kurs?*

Jeg ønsker i denne avsluttende delen å oppsummere min diskusjon, og drøfte hvilke implikasjoner studien kan ha for videre samlivskurspraksis.

Jeg har valgt en fenomenologisk analysemetode for studien, som endte med følgende hovedfunn:

*(1) Å gripe den beleilige tid, (2) Hvordan verne om kjærlighetslivet? - sammen underveis, (3) Nøkkelen til god kommunikasjon og (4) Kraften i gjenkjennelsen.*

I følge mine informanter kan det kan se ut som at det å ha deltatt på HMO-kurs i beste fall har gitt en økt bevissthet på hva som må til for å øke tilfredsheten i samlivet. Om ikke annet at parets blikk for en tid er på hvordan de to har det med å være hverandres viktigste nærperson, kjærest, venn og fortrolige. De oppsummerte samtidig at de hadde fått en større bevissthet gjennom HMO-kurset på betydningen av å prioritere hverandre, og de var opptatt av kurset som et forebyggende tilbud. Noen av informantene fokuserte på kurset som ren forebygging mot samlivsbrudd. Det var konsensus blant parene om at det de lærte på kurset, måtte læres på nytt og på nytt som en kontinuerlig prosess.

Flere var opptatt av kommunikasjon som noe konkret og anvendelig, og hadde sans for tale-/lytteteknikken som et verktøy. Flere fortalte at det å høre andres historier, bidro til nye perspektiver i forhold til egen livssituasjon.

Den kliniske verdien av et samlivskurs er vanskelig å måle. Vi kan slå fast at et samlivskurs ikke er terapi i tradisjonell forstand. Samtidig vil det å fortelle, dele og lytte til andre, kunne åpne et rom som kan ha terapeutisk effekt, lindring, oppvåkning og fornyelse. Dette bekreftes blant flere av mine informanter. Flere fortalte at de kom på sporet av noe nytt som ga en ny bevissthet og retning i livet. Parets fortellinger vender utover, men også innover mot de som forteller, og det kan bidra til å sementere de gode erfaringene og opplevelsene, slik flere informanter uttrykte det.

Kvale og Brinkmann (2009) er opptatt av det han kaller pragmatisk validitet, som er en vurdering av hvordan forskningsresultatene kan få praktiske konsekvenser. Jeg håper at min studie kan gi et bidrag til noen nye perspektiver til det å være kursleder, og til innholdet i HMO-kurset.

Samlivskurs som fenomen kan være et uttrykk for samfunnets hang til å ville reparere det som har gått i stykker, sett i forhold til høy skilsmissestatistikk. Vi ønsker å hjelpe de som sliter, og dette har blitt et alibi både for terapi og samlivskurs. Det haster når noe gjør vondt i hastighetens tid (Øfsti 2010). Kjærlighet, håp og tro lar seg vanskelig definere eksakt fordi disse ikke-materielle fenomenene ikke kan kontrolleres med vitenskapelige metoder. Denne tenkningen er en motvekt til tanken om å oppnå en definitiv kunnskap, som ville bety at ”intet er nytt under solen”, slik det står i Bibelen (Forkynneren, 1;9). Og kanskje er det noe utilstrekkelig i denne vitenskapen, alt kan ikke verifiseres i en evidensbasert kunnskap. Det vil alltid finnes nye erfaringer, og det eneste som er sikkert er at livet aldri vil bli helt som før. Samtidig har samlivskurs generelt blitt etterspurt, og har i seg selv vært gjenstand for min nysgjerrighet, i en tid hvor selvrealisering er på toppen av behovspyramiden i vår kultur. Og en kan spørre seg om selvrealisering og gode samliv er forenlige størrelser i en nådeløs verden hvor kjærligheten har trange kår og mange skiller seg. Men noe står kanskje fast slik Sigrid Undset sier det: ”Men menneskenes hjerter forandres aldeles intet i alle dager” (Undset 1915).



## Litteraturliste

Aicher, G. og Hareide, B. (2005). *Retningslinjer for ressurskontorene som skal drifte "Hva med oss?"-programmet i regionene*. Oslo: Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet.

Andersen, T. (1994). *Reflekterende prosesser*. København Ø: Dansk psykologisk Forlag.

Anderson, H. og Goolishian, H. (1992). The client is the expert: A not knowing approach to therapy. In: S. Mcnamee & K.J. Gergen (Eds.): *Therapy as social construction*, (pp 25-39). London: Sage.

Bagge, R.F. (2007). Refleksjoner omkring en "ikke-vitende posisjon". *Fokus på Familien*, 35 (2), s. 113-126.

Berger, R. & DeMaria, R. (1999). Epilogue: The future of preventive interventions with couples. In: R. Berger & M. Hannah (Eds.): *Preventive Approaches in Couples Therapy* (pp 391-429). London: Brunner/Mazel.

Bergersen Moen, S. (14. januar 2012). Barn kan ta skade av delt bosted. *Adresseavisen*, s. 10-11.

Blichfeldt, S. (2008). Fremad marsj i alle retninger? Om å overføre familierapeuters grunnlagsverdier til forskningsarenaen. *Fokus på Familien*, 36 (4), 267-278.

Brudal, L. (2000). *Psykiske reaksjoner ved svangerskap, fødsel og barseltid*. Bergen: Fagbokforlaget.

*Brukerundersøkelse av "Hva med oss?"-prosjektet*. (26. april 2005). NOVA.

Chapman, G. (2001). *Kjærlighetens fem språk: hvordan uttrykke hjertevarme overfor den du er glad i*. Oslo: Lunde.

Clausen, H. og Eck, O.R. (1996). *Spesialpedagogisk arbeid i familier med funksjonshemmede barn*. Oslo: Tano.

- Danielsen, H. og Mühleisen, W. (2009). Statens parkurs Godt samliv. *Tidsskrift for samfunnsforskning*. (1), s. 3-27.
- Dommerud, T. (25. april 2012). Parforholdet viktigst for psykisk helse. *Aftenposten*, s. 14.
- Eng, H. (2003). *Doing sex and sexuality in a Norwegian sport context*. Avhandling (dr.scient.). Oslo: Norges Idrettshøgskole.
- Falk, B. (2006). *At være der, hvor du er. Om samtale med kriseramte*. København: Nyt Nordisk Forlag.
- Finset, A. (2009). *Samliv og helse: Et godt samliv kan fremme helsa*. Trondheim: Rica Nidelven. Powerpoint presentasjon.
- Forkynneren, K. 1;9. *Intet er nytt under solen*. Bibelen. Oslo: Bibelselskapets oversettelse 2011.
- Fosse Teigen, A.M. (2012). *Varig kjærleik : ei handbok*. Oslo: Samlaget.
- Gergen, K.J. og Gergen, M. (2005). *Sosial konstruksjon ind i samtalen*. Dansk psykologisk forlag.
- Giorgi, A. (1975). An application of phenomenological method in psychology. In: A. Giorgi, C. Fischer and E. Murray (Eds.): *Duquesne studies in phenomenological psychology*, 11 (pp 82-103). Pittsburgh, PA: Duquesne University Press.
- Gottman, J.M. & DeClaire, J. (2001). *The relationship cure: A 5-step guide to strengthening your marriage, family and friendships*. NewYork: Three Rivers Press.
- Gran, S. (2007). *Kjærlighetens tre porter*. Vendepunkter i nye og gamle forhold. Oslo: Aschehoug & Co.
- Gran, S. (2008). *En våpenfri kjærlighetsrelasjon - om tilgivelse, forsoning og akseptering*. Hurtigruten. Foredrag.

Gran, S. (2009). *Godt samliv. Parkurs for førstegangsførelde*. Oslo: Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet.

Halford, K. & Markman, H. (1997). *Clinical handbook of marriage and marital interaction*. London: Wiley.

Halleland, E. (2002). *Prosjektbeskrivelse "Hva med oss?"*. Vikersund: Modum Bads Samlivssenter.

Hareide, B. og Rogne Tytingvåg, K. (2003). *Tiden sammen må tilranes!*. Hverdagsliv og samliv i familier med funksjonshemmede barn. En skriftserie fra Modum Bads Samlivssenter. Vikersund: Caspersens Trykkeri AS.

Hauge, O.H. (2008). (8. utgave). *Dikt i samling*. Oslo: Samlaget.

Hendrix, H. (2006). *Å velge den rette, utvikling av det bevisste parforhold*. Oslo: Arneberg Forlag.

Hårtveit, H. og Jensen, P. (2004). *Familien - pluss en*. (2. utgave). Oslo: Universitetsforlaget.

Ingstad, B. og Sommerschild, H. (1984). *Familien med det funksjonshemmede barnet. Forløp - reaksjoner - mestring*. Oslo: Tanum-Norli.

Johnson, S. (2008). *Hold me tight: seven conversations for a lifetime of love*. New York: Little, Brown and Company.

Jordahl, H. og Repål, A. (2009). *Mestring av psykoser. Psykososiale tiltak for pasient, pårørende og nærmiljø*. (2. utgave). Bergen: Fagbokforlaget.

Jørgensen, M. og Phillips, L. (1999). *Diskursanalyse som teori og metode*. Frederiksberg: Roskilde Universitetsforlag/Samfundslitteratur.

Knatten, A.L. (2007). Forebyggende familiearbeid i småbarnsfamilien: utviklingen av et landsdekkende, politisk initiert forebyggingstiltak. *Tidsskrift for Norsk Psykologforening*, 44 (12), s. 1485-1491.

Kvale, S. og Brinkmann, S. (2009). *Det kvalitative forskningsintervju*. (2. utgave). Oslo: Gyldendal Norsk Forlag AS.

Lundstøl, J. (2005). *Kunnskapens hemmeligheter*. Vitenskapsfilosofiske essay for praktiske fag og profesjoner. Oslo: Cappelen Akademisk Forlag.

Lærum, K.T. og Helskog Hansen, G. (2005). *Fra teknikk til holdning. Erfaringer med samlivsprogrammet PREP i Norge*. Modum Bads Samlivssenter (2005). Drammen: Zoom Grafisk AS.

Malterud, K. (2003). *Kvalitative metoder i medisinsk forskning*. (2. utgave). Oslo: Universitetsforlaget.

Markman, H., Stanley, S. og Blumberg, S.L. (2003). *Samlivsboken*. Oslo: Damm.

Mortensen, Ø. og Thuen, F. (2007). *Kunnskapsstatus om forskning på modeller for samlivskurs*. Bergen: Hemil-senteret, Universitetet i Bergen.

NOU 1973:25. *Omsorg for psykisk utviklingshemmede*. Oslo: Arbeidsdepartementet.

NOU 1985:34. *Levekår for psykisk utviklingshemmede*. Oslo: Arbeidsdepartementet.

NTNU Samfunnsforskning AS. (in progress). *Programevaluering av "Hva med oss?"*. Trondheim: NTNU Samfunnsforskning.

Osborg, T.R. og Osborg, P. (1992). *Psykisk utviklingshemmedes søsken*. Oslo: Tano.

Repstad, P. (2004). *Mellom nærhet og distanse. Kvalitative metoder i samfunnsfag*. (4. utgave). Oslo: Universitetsforlaget AS.

- Ringdal, K. (2001). *Enhet og mangfold*. Bergen: Fagbokforlaget.
- Ryen, A. (2002). *Det kvalitative intervjuet. Fra vitenskapsteori til feltarbeid*. Bergen: Fagbokforlaget.
- Satir, V. (1967). *Conjoint Family Therapy*. Palo Alto: Science and Behavioral Books Inc.
- Schjødt, B. og Egeland, T. Aa. (1999). *Frå systemteori til familieterapi*. Oslo: Tano A.S.
- Seikkula, J. (2000). *Åpne samtaler*. Oslo: Tano Aschehoug.
- Skjervheim, H. (2001). *Deltakar og tilskodar og andre essays*. Oslo: Aschehoug.
- Sommerschild, H. (1998). Mestring som styrende begrep. I: Gjørum, B., Grønholt, B. og Sommerschild, H. (red): *Mestring som mulighet i møte med barn, ungdom og foreldre* (s. 21-63). Oslo: TANO.
- Stortingsmelding nr 67, (1986-1987). *Ansvar for tiltak og tjenester for psykisk utviklingshemma*. Oslo: Arbeidsdepartementet.
- Sydnes, S.M. (2003). *Øyeblikk med kasus*. Bønes: Skauge Forlag.
- Sætersdal, B. (2005). *Foreldrepoesi*. Modum Bads Samlivssenter. Drammen: Zoom Grafisk AS.
- Tengesdal, E. (14. november 2011). Parforhold som varer. *Vårt Land*, s. 22.
- Thagaard, T. (2009). *Systematikk og innlevelse. En innføring i kvalitativ metode*. Oslo: Fagbokforlaget.
- Thornquist, E. (2003). *Vitenskapsfilosofi og vitenskap for helsefag*. Bergen: Fagbokforlaget.
- Thuen, F. (2003). Samlivsbrudd og psykisk helse: Forebyggende tiltak. *Tidsskrift for norsk psykolog forening*, 40 (1), 12-22.

Tøssebro, J. og Lundeby, H. (2002). *Å vokse opp med funksjonshemming - de første årene*. Oslo: Gyldendal.

Undset, S. (1915). *Fortællinger om Kong Artur og ridderne av det runde bord*. Oslo: Aschehoug Forlag.

Øfsti Kyong Sook, A. (2010). *Parterapi*. Oslo: Universitetsforlaget AS.

## Tale- /lytteteknikken

### REGLER FOR BEGGE TO:

1. Den som snakker, har "mikrofonen".
2. Den som har ordet, beholder "mikrofonen", mens lytteren gjentar med egne ord.
3. Bytt på å ha "mikrofonen".

### REGLER NÅR DU TALER:

1. Snakk for deg selv!
2. Hold deg til korte utsagn.
3. Stopp med jevne mellomrom, slik at partneren din kan gjenta med egne ord det du har sagt.

### REGLER FOR DEN SOM LYTTER:

1. Gjenta med egne ord det du hører.
2. Fokuser på talerens budskap.
3. Ikke kom med motinnlegg.

## Vedlegg 2

### Lyst til å bidra i et forskningsprosjekt om ”Hva med oss?”

Jeg heter Sissel Roland og arbeider til daglig som regionsansvarlig for programmet ”Hva med oss?” i region nord. Jeg er utdannet sosionom og familieterapeut, og er for tiden student ved Diakonhjemmets Høgskole på mastergradsstudiet i Familieterapi og systemisk praksis. Jeg skal gjennomføre et forskningsprosjekt for min mastergrad i familieterapi med temaet:

#### **Hvordan opplever par som har barn med nedsatt funksjonsevne og/eller kronisk sykdom å delta på ”Hva med oss?”- kurs?**

Jeg er opptatt av din opplevelse av å ha deltatt på ”Hva med oss?” kurs, hva som ble betydningsfullt da du deltok på kurset, og dine erfaringer knyttet til samliv etter avsluttet kurs. Dine fortellinger og erfaringer blir det bærende i undersøkelsen, med visse temaområder som skal dekkes.

Jeg søker etter par som har deltatt på ”Hva med oss?” kurs, og som kan være interessert i å bli intervjuet om sine erfaringer fra kurset.

Hennes navn:.....

Hans navn:.....

Telefon:.....

E-post:.....

Til informanter



## **Forespørsel om deltakelse i forskningsprosjekt**

### **DEL A**

#### **Bakgrunn og hensikt**

Jeg ønsker å se nærmere på fenomenet samlivskurs, nærmere bestemt ”Hva med oss?”.

Norge er enestående i verdenssammenheng når det gjelder bred offentlig satsning på samlivskurs, og det eksisterer til nå ingen forskning på programmet ”Hva med oss?”.

Jeg vil gjennom dette forskningsprosjektet undersøke noen par sin opplevelse av å delta på kurset, og om det har vært nyttig i forhold til å utvikle og bevare parforholdet. Det vil være av betydning å få kartlagt om det kurskonseptet vi har utviklet har vært til hjelp for par og gjort en forskjell for samlivet i et forebyggende perspektiv.

#### **Hva innebærer studien?**

Deltakelse i prosjektet innebærer at dere deltar på ett intervju, som kan finne sted der det passer best for dere. Intervjuet vil vare 1-2 timer. Intervjuet vil ta utgangspunkt i opplevelsene dere hadde med å delta på kurset. Det ene intervjuet vil innebære en kombinasjon av fellessamtale og en samtale med hver og en av dere. Det blir ikke en avkryssingsundersøkelse med mange spørsmål, men vil mer ta form av en samtale. Intervjuene gjennomføres i perioden juni-september 2011.

#### **Hva skjer med informasjonen om deg?**

Under arbeidet med undersøkelsen vil jeg følge alle regler for konfidensialitet og godkjenning som følger av retningslinjene til Norsk Samfunnsvitenskapelig datatjeneste (NSD). Samtalen vil bli tatt opp på diktafon dersom dere godkjenner det, og etterpå skrevet ut (transkribert), i tillegg til at jeg kommer til å ta noen notater underveis. Informasjonen dere gir i intervjuet, vil ikke bli gitt videre til andre. Jeg har taushetsplikt om de opplysningene som fremkommer i intervjuet. I den transkriberte teksten vil alle deltakerne bli anonymisert slik at det ikke vil være mulig å gjenkjenne historiene som fortelles. Jeg vil også be om ditt samtykke til at uttalelser fra samtalene eventuelt kan bli referert eller sitert i min masteroppgave, da i anonymisert form. Diktafon og datamaterialet fra samtalene blir nedlastet i arkivskap som bare undertegnede har tilgang til. I henhold til Datatilsynets regler vil all informasjon som er samlet, bli slettet etter ferdigstilling av undersøkelsen, 21.06 2012.

Min ansvarlige veileder er familieterapeut og høgskolelektor Ottar Ness som til daglig arbeider ved Familievernkontoret i Sør-Trøndelag, Høgskolen i Buskerud og Diakonhjemmets høgskole.

#### **Frivillig deltakelse**

Det er helt frivillig å delta i undersøkelsen. Dere kan når som helst og uten begrunnelse trekke deres samtykke til å delta i studien. Det vil ikke få noen konsekvenser i forhold til eventuell senere deltakelse på ”Hva med oss?” kurs. Dersom dere ønsker å delta, ber jeg om at dere undertegner den vedlagte samtykkeerklæringen på siste side. Dersom dere senere ønsker å trekke dere eller har spørsmål knyttet til undersøkelsen, kan dere når som helst ta kontakt med meg på mobil: 90209445 eller e-mail: [sissel.roland@bufetat.no](mailto:sissel.roland@bufetat.no)

## **DEL B**

### **Personvern**

Informasjonen som lagres om dere skal kun brukes slik som beskrevet i hensikten med studien. Alle opplysningene vil bli behandlet uten navn og fødselsnummer, eller andre direkte gjenkjennerende opplysninger.

### **Utlevering av materiale og opplysninger til andre**

Det er kun undertegnede som har adgang til navnelisten og som kan finne tilbake til dere. Det vil ikke være mulig å identifisere dere i funnene i studien når disse publiseres.

### **Rett til innsyn og sletting av opplysninger om deg**

Hvis dere sier ja til å delta i studien, har dere rett til å få innsyn i hvilke opplysninger som er registrert på dere. Dere har videre rett til å få korrigert eventuelle feil i de opplysningene vi har registrert. Dersom dere trekker dere fra studien, kan dere kreve å få slettet innsamlede opplysninger, med mindre opplysningene allerede er inngått i analyser eller i vitenskapelige publikasjoner.

### **Økonomi**

Studien er delvis finansiert av Bufetat region nord.

### **Forsikring**

**Deltagerne er forsikret gjennom Diakonhjemmets Høgskole i Oslo som selvassurandør.**

### **Informasjon om utfallet av studien**

Dere har som informanter rett til å få tilgang til utfall av studien.

Dersom dere ønsker å delta, ber jeg dere om å underskrive samtykkeerklæringen og postlegge den frankerte svarkonvolutt innen 23. juni 2011. Når jeg har mottatt denne fra dere, vil jeg ta kontakt for å gjøre nærmere avtale om tidspunkt og sted for samtalen. Dersom flere deltakere melder seg på undersøkelsen enn prosjektet skal omfatte, så vil det bli foretatt loddtrekning.

Harstad, den.....

Sissel Roland  
Familieterapeut

## Samtykke til deltakelse i studien

Jeg har lest informasjonsskrivet, og sier meg villig til å delta i intervjuundersøkelsen i forbindelse med mastergradsprosjektet ”*Hvordan opplever par som har barn med nedsatt funksjonsevne og/eller kronisk sykdom å delta på ”Hva med oss?”- kurs?*

Hennes underskrift:.....

Hans underskrift:.....

Telefon/mail:.....

(Signert av prosjektdeltaker, dato)

Jeg bekrefter å ha gitt informasjon om mastergradsprosjektet ”*Hvordan opplever par som har barn med nedsatt funksjonsevne og/eller kronisk sykdom å delta på ”Hva med oss?”- kurs?*

.....

(Signert av forsker i prosjektet, dato)

Sissel Roland

### Vedlegg 3

## ***INTERVJUGUIDE***

Problemstillingen for studien:

*Hvordan opplever par som har barn med nedsatt funksjonsevne å delta på "Hva med oss?"-kurs?*

Overskriftene og mellomtitlene er områder og tema for samtale. Innledningsvis presenteres intervjuets hensikt, hvordan de ulike temaene vil bli introdusert samt rettighetene i informert samtykke.

Intervjuspørsmål vil være:

### ***Om forventningene til kurset***

Hvem var det som hadde ideen til å melde seg på samlivskurs?

Hvem av dere ønsket mest å delta?

Hvilke forventninger hadde dere til kurset?

I hvilken grad ble forventningene innfridd?

### ***Om deltakelse på kurset***

Hvordan hadde dere det i parforholdet før dere meldte dere på kurs?

Hva opplevde dere som mest meningsfullt på kurset?

Hvis dere har lært noe nytt, hva synes dere at dere har lært mest om?

Hvordan var det å være deltakere sammen med andre par?

Hvilken betydning hadde kursledelsen for utbyttet av kurset?

Er det noe som har vært til hinder for utbyttet?

Hva kunne du ha ønsket var annerledes på kurset (vurder faglig innhold, organisering, rammer, program o.a.)?

### ***Om økning av kvalitet på samlivet***

Har deltakelse på kurset hatt følger for samlivet? Hvordan/hvorfor ikke?

Hvordan har deltakelse på kurset vært til hjelp for å utvikle og bevare parforholdet?

Kan du huske hva som ble mest betydningsfullt/mest givende/nyttig for deg da du deltok på kurset?

Er det noe av det som ble berørt på kurset som har hatt betydning i hverdagen?

Hvordan/på hvilken måte har det hatt betydning, og i hvilke situasjoner?

Var det noe på kurset som vi ikke tok opp, men som vi kunne tatt opp?

Er det noe ved kurset som dere som par ser forskjellig på?

***Refleksjoner knyttet til samtalen; innhold og deltakelse***

Hva har hver enkelt opplevd som viktig i dette intervjuet?

Hvordan har du opplevd din egen deltakelse?

Er det noe du ønsker å tilføye eller si før vi avslutter intervjuet?

## Vedlegg 4

### *Utvalg av informanter*

Jeg har gjennomført intervjuer med tre foreldrepar som har deltatt på kurset innenfor en toårsramme. Parene er i alderen 39-52 år.

Stikkordene i intervjuene står i samme kronologiske rekkefølge som i punkt 3.3 om *Utvalg og rekruttering* og punkt 4 om *Presentasjon av studiens funn*. Jeg har identifisert tekstens meningsbærende enheter ved å kode teksten manuelt. Jeg noterte alle kodene, 95 totalt, som fordeler seg på de tre intervjuene under.

### **Paret i intervju 1**

Stikkord til koder:

1. Ideen til og motivasjon for å melde seg på HMO-kurs
2. Erfaringsensomhet, ha noen å fortelle de gode historiene til
3. Om å mestre den nye livssituasjonen
4. Om forventninger til kurset og hvordan de ble innfridd
5. Hvordan takle hverdagslivet når den ene forelderen arbeider borte fra hjemstedet
6. Hva rommer den gode dialogen?
7. Kjærlighetens ulike språk
8. Hvordan verne om kjærlighetslivet
9. Om å knytte kontakt med andre par på kurs, nettverksbygging
10. Kursledelsens innflytelse på utbyttet av kurs
11. Hva et HMO-kurs ikke er
12. Når omgivelsene og hjelperne tar mer enn de gir
13. Tiden sammen må tilranes
14. Hva må til for å ha et godt parforhold?
15. Hvordan få plass til alle i familien?
16. HMO-kurs, form og innhold
17. Intervjuet som intervensjon
18. Foreldrestemmenes plass på HMO- kurset

### **Paret i intervju 2**

Stikkord til koder:

1. Alibi for å reise på HMO-kurs
2. Om forventninger og hvordan vi ble møtt
3. Motivasjon for å reise på HMO-kurs
4. Tid til tosomheten
5. Kurs som motivasjon for å forebygge samlivsbrudd
6. Større bevissthet om noe vi allerede visste
7. Tale-/ lytteteknikken som *mikrofon*, hjelp til å lytte
8. Det som ikke skader oss, det skal styrke oss
9. Tid-kjernetid

10. Menn-kvinner, to verdener? Om skjebnefellesskap
11. Erfaringsdeling som en bankkonto med trøst
12. Om å gripe den beleilige tid
13. Kursledelsens rolle for utbytte av kurset
14. Ikke holde liv i problemene, men holde liv i løsningene
15. Forskjellighet fordrer forskjellig tilnærming
16. Tiden sammen må vi sloss for
17. Alenetid-tosom tid, et verdivalg
18. Tiden som må deles på ulike arenaer
19. Avlastning og avveksling, møte med hjelperne
20. Manns og kvinnegrupper, en katalysator til å fortsette viktige samtaler hjemme
21. Kraften i å kjenne seg igjen i andre
22. Den uformelle samtalen rundt måltidet, som utgangspunkt for kontakt
23. Kurs som arbeid med rammer
24. Geografisk spredning på kurs-et gode
25. Åpenhet og alminneliggjøring, et bidrag til mindre stigmatisering
26. Å mangle bruksanvisning på å være foreldre
27. Det er vi mot verden, det er ikke vi mot hverandre. Hvordan gjøre opp, reparere og gå videre?
28. Om å våge å dele av levd liv, men ikke ha noen å dele med
29. Dagene skal henge sammen
30. Egen sykdom-hva vi er for hverandre når livet setter oss på prøve
31. Markedsføring av HMO-kurs
32. Intervju som intervensjon
33. *Kall en spade for en spade*, om språk

### **Paret i intervju 3**

Stikkord til koder:

1. Ide og motivasjon for HMO-kurs
2. Om forventninger og hvordan de ble infridd
3. Ballast for å klare samlivet
4. Kurs er også å gjøre noe praktisk sammen
5. Arbeidsrom-pusterom, en balansegang
6. Hvordan er vår livssituasjon, og hvordan er de andres
7. Forholdets betydning for å kunne yte god omsorg, et offentlig ansvar
8. Tiden sammen, et nødvendig gode
9. HMO-kurs som en arena for å knytte nye kontakter?
10. Betydningen av god kommunikasjon
11. Frykten for å "vekke sovende bjørner"
12. Om å oppdage hverandre på nytt
13. HMO-kurset hjalp oss til å prate om det vi ellers ikke prater om

14. Viktigheten av å lære på nytt, og på nytt
15. Praktiske øvelser og tid til refleksjon i paret
16. Avlastning
17. Samlivskurs-familievern
18. Parforholdet, før og nå
19. Dagene må henge sammen
20. Ulike kjærlighetspråk
21. Om håpsdimensjonen
22. Det viktigste vi lærte på kurset
23. Praktisk teamarbeid i en travel hverdag
24. HMO-kurset bidrar til å alminneliggjøre fokus på samliv
25. Når det åpnes opp, må det lukkes til
26. Hvem blir rekruttert på HMO-kurs?
27. Å møte de andre parene, om erfaringsdeling
28. HMO-kurs som forebygging. Om fordommer mot samlivskurs
29. Repetisjon, videreføring, oppfølging- en nødvendighet i forhold til læring
30. Kursledelsens betydning for utbytte av kurset
31. Om forskjellighet, en pedagogisk utfordring
32. Tid for å skille mellom sorg og slitasje
33. Humor som avleder, om språk
34. Menn og kvinner, hva menn deler og hva kvinner deler
35. Om livsrom og tidsklemma
36. Hva kan hindre foreldre i å delta på HMO-kurs?
37. Rammenes betydning og omgivelsenes tilrettelegging for utbytte av kurs
38. Dagskurs-helgekurs, en kvalitativ forskjell
39. Livsvarig omsorg?
40. Håp og drømmer, felles mål?
41. Foreldres rettigheter som tema på HMO-kurs
42. Omgivelsenes blikk på vår situasjon
43. Intervju som intervensjon
44. Retten til å trekke seg fra undersøkelsen



## Vedlegg 5

### TAUSHETSERKLÆRING

Jeg forplikter meg med dette til absolutt taushet med hensyn til hva jeg måtte få vite gjennom å transkribere disse intervjuene. Taushetsplikten gjelder for all den informasjon jeg måtte få om enkeltpersoner, deres familie, bekjente eller andre omtalte personer.

Taushetsplikten er **moralsk og etisk**. Brudd på taushetsplikten kan ikke gjøres til gjenstand for strafferettslig oppfølging.

Jeg forplikter meg også til å overholde taushetsplikten etter avsluttet arbeid.

Dato: 21.11.2011

Navn: (blokkbokstaver) SIRI THARALDSEN

Signatur: Siri Tharaldsen

## Vedlegg 6

Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste AS  
NORWEGIAN SOCIAL SCIENCE DATA SERVICES



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

Hans Christian Michaelsen  
Institutt for sosialt arbeid og familierapi  
Diakonhjemmet Høgskole AS  
Postboks 184 Vinderen  
0319 OSLO

Vår dato: 16.05.2011

Vår ref: 26937 / 3 / MSS

Deres dato:

Deres ref:

### KVITTERING PÅ MELDING OM BEHANDLING AV PERSONOPPLYSNINGER

Vi viser til melding om behandling av personopplysninger, mottatt 30.03.2011. Meldingen gjelder prosjektet:

26937	<i>Et søkelys på samlivskurset "Hva med oss?"</i>
Behandlingsansvarlig	<i>Diakonhjemmet Høgskole AS, ved institusjonens øverste leder</i>
Daglig ansvarlig	<i>Hans Christian Michaelsen</i>
Student	<i>Sissel Roland</i>

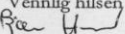
Personvernombudet har vurdert prosjektet og finner at behandlingen av personopplysninger er meldepliktig i henhold til personopplysningsloven § 31. Behandlingen tilfredsstiller kravene i personopplysningsloven.

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

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

Personvernombudet har lagt ut opplysninger om prosjektet i en offentlig database, <http://www.nsd.uib.no/personvern/prosjektoversikt.jsp>.

Personvernombudet vil ved prosjektets avslutning, 21.06.2012, rette en henvendelse angående status for behandlingen av personopplysninger.

Vennlig hilsen  
  
Bjørn Henriksen

  
Marie Strand Schildmann

Kontaktperson: Marie Strand Schildmann tlf: 55 58 31 52  
Vedlegg: Prosjektvurdering  
Kopi: Sissel Roland, St.Olavsgt. 17, 9405 HARSTAD

Avdelingskontorer / District Offices:

OSLO: NSD, Universitetet i Oslo, Postboks 1055 Blindern, 0316 Oslo. Tel: +47-22 85 52 11. nsd@uio.no  
TRONDHEIM: NSD, Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet, 7491 Trondheim. Tel: +47-73 59 19 07. kyrre.svarva@svl.ntnu.no  
TROMSØ: NSD, HSL, Universitetet i Tromsø, 9037 Tromsø. Tel: +47-77 64 43 36. martin-arne.andersen@uit.no

## Personvernombudet for forskning



### Prosjektvurdering - Kommentar

Prosjektnr: 26937

Formålet med prosjektet er å se nærmere på samlivskurs som fenomen, ved å undersøke noen par sin opplevelse av å delta på kurset "Hva med oss?" Fokus for det konkrete prosjektet er par som har barn med nedsatt funksjonsevne.

Utvalget består av 4 foreldrepar. Forespørsel formidles til utvalget av Bufetat's regionskontor. Studenten er regionsleder, men vil velge foreldre som hun ikke selv har vært kursleder for.

Personvernombudet finner informasjonsskrivet tilfredsstillende, forutsatt at dato for prosjektslutt påføres (21.06.2012).

Datamaterialet innhentes gjennom personlige intervju. Intervjuene gjennomføres når det er gått minst ett år etter avsluttet kurs.

Det innhentes direkte personidentifiserende opplysninger i form av navn og kontaktinformasjon. Videre innhentes opplysninger om informantens alder, når de deltok på kurs, hvor mange år samlivet har vart, barnas alder, samt deres opplevelse av hvordan kurset "Hva med oss?" har påvirket parrelasjonen deres.

Ombudet betrakter ikke barnet/barnas alder som en opplysning om tredjeperson. Undersøkelsen har fokus utelukkende på foreldrenes opplevelse av kurset og dets effekt på eget samliv.

Prosjektslutt er 21.06.2012. Datamaterialet anonymiseres ved at verken direkte eller indirekte personidentifiserende opplysninger fremgår. Koblingsnøkkel og lydopptak slettes. Indirekte personidentifiserende opplysninger fjernes, omskrives eller grovkategoriseres.

**Obligatorisk erklæring til eksamen** (i ett eksemplar som leveres sammen med besvarelsen)

Hver enkelt student plikter å gjøre seg kjent med regelverk vedr. fusk og klagesaker på [www.diakonhjemmet.no](http://www.diakonhjemmet.no) > Sentrale regelverk vedr. eksamen.

<b>Kandidatnummer</b> (Hvis besvarelsen skal leveres med navn skrives dette her istedenfor kandidatnummer)	506268
---	--------

<b>Navn på studiet</b>	Master i familieterapi og systemisk praksis
<b>Kull</b>	08
<b>Emnekode</b> Se under dine eksamener på Studentweb	MGFAM-C-FA3
<b>Innleveringsfrist</b>	12.10 2012

**Jeg erklærer herved at:**

1. jeg i eksamensarbeidet ikke gjengir tidligere arbeid, andres eller eget, uten å oppgi kilde
2. jeg i eksamensarbeidet har oppgitt alle referanser i litteraturlisten
3. eksamensarbeidet verken helt eller delvis er en kopi, et duplikat eller en avskrift av andres eksamensarbeid eller andre typer arbeid
4. eksamensarbeidet verken helt eller delvis har vært brukt til samme eller en annen eksamen ved Diakonhjemmet Høgskole eller et annet lærested i Norge eller utenlands

Jeg er kjent med at brudd på disse bestemmelsene er å betrakte som fusk.

Jfr. lov 1. april 2005 nr. 15 om universiteter og høyskoler § 4-7 og § 4-8, forskrift 16. september 2008 nr. 1023 om studier og eksamen ved Diakonhjemmet Høgskole § 32, samt retningslinjer for behandling av fusk eller forsøk på fusk ved eksamen m.v. fastsatt 29. mars 2006:

Ja:

Nei:

Ved gruppeeksamen skal hvert medlem i gruppa levere egen erklæring.

**Masteroppgaver med karakteren A-C og bacheloroppgaver med karakteren A-B:**

Jeg samtykker i at min master- eller bacheloroppgave publiseres i Diakonhjemmets åpne elektroniske arkiv:

Ja:

Nei: