



Hvordan erfares det å bli skilsmissebarn i voksen alder?
En kvalitativ IPA-studie om voksne «barns» opplevelse av
foreldrenes skilsmisse

Anne Søgne Jensen
VID vitenskapelige høgskole
Oslo

Masteroppgave
Master i familieterapi og systemisk praksis

Antall ord: 21230

Dato 12.11.2021

Sammendrag

Målet med denne kvalitative studien har vært å få mer kunnskap om voksne barns opplevelser av foreldrenes skilsmisse.

Problemstillingen er: Hvordan erfares det å bli skilsmissebarn i voksen alder? For å besvare problemstilling har jeg intervjuet fem personer som alle opplevde at foreldrene skilte seg i godt voksen alder. Ved hjelp av Interpretative Phenomenological Analysis ble tre hovedfunn identifisert:

- Skilsmissen opplevdes som følelsesmessig krevende
- Kommunikasjonen rundt skilsmissen opplevdes som vanskelig
- Skilsmissen skapte eksistensielle spørsmål

Funnene ble drøfte med utgangspunkt i problemstilling, relevant forskning og teori. Alle informantene opplevde skilsmissen som inngripende og vanskelig for de selv og familien. Den var emosjonelt krevende og informantene var påvirket av skilsmissen mange år etter bruddet, og er det fortsatt. Bruddet kom som et sjokk for alle, etterfulgt av følelser som sinne, tristhet, skam, svik, sorg og tap. Kommunikasjonen mellom skilsmissebarna og foreldrene viste seg å bli vanskelig.. Informantene ble opptatt av eksistensielle spørsmål etter bruddet. De var i tvil om de fortatt hadde en familie og undres som om foreldrene noen gang hadde vært lykkelige. Familisystemet endret seg og hjemme ville aldri bli det samme.

Emneord: voksne skilsmissebarn; skilsmisse, foreldre-barn-relasjon

Veileder: Anne Grasaasen

Abstract

The aim of this qualitative study has been to gain more knowledge about adult children's experiences of parental divorce.

The problem is: How is it experienced to become an adult child of divorced? To answer the question, I have interviewed five people who all experienced that their parents divorced as late age. Using Interpretative Phenomenological Analysis, three main findings were identified:

- Divorce is perceived as emotionally demanding
- Communication about the divorce was perceived as difficult
- The divorce created existential questions

The findings are discussed based on relevant research and theory. All the informants experienced the divorce as intrusive and difficult for themselves and their families. It was emotionally demanding, and the informants were affected by the divorce many years after the breakup, and still are. The breakup came as a shock to everyone, followed by emotions such as anger, sadness, shame, betrayal, grief and loss. The communication between the divorced children and the parents proved to be difficult. The informants became preoccupied with existential questions after the breakup. They doubted whether they still had a family and wondered if their parents had ever been happy. The family system changed, and home will never be the same.

Keywords:

Adult children of divorce, divorce, parent-child relationships

Forord

Så ble det en masteroppgave, takket være dere informantene mine! Dere var så engasjerte og delte så raust av opplevelsene deres. Gjennom hele prosessen har jeg vært inspirert av dere og fortellingene deres.

Takk til deg, Anne Grasaasen, for ditt store engasjement og interesse, din tålmodighet og din vennlige klokskap. Og mange klapp på skuldrene! Takk for dine raske og gode tilbakemeldinger.

Takk til Nattsvermeren på NRK Klassisk som kveld etter kveld har akkompagnert skrivingen med vakker musikk.

Så mine kjæreste:

Johanne, min gode jente, som har vært interessert når jeg har snakket engasjert om spennende funn, du er så reflektert.

Takk Jacob for gjennomlesing og kommentarer, det var til god hjelp. Jeg er stolt over din hjelpsomhet.

Av ulike grunner oppleves dette som en sliteseier, litt som en 5-mil. Takk Ludvig for at du støttet og inspirerte meg til å gjøre et taktomslag og ta en 100-meter supersprint i innspurten, det var nødvendig for målgang før målseglet var nede.

Tor, min gode, rause medvandrer i livet, du fortjener stor takk for samtaler og støtte.

DU OG JEG.

Nå skal vi bygge hytte.

Bærums Verk, november 2021

Anne Søgner Jensen

Innholdsfortegnelse

1	Innledning.....	1
1.1	Relevansen av denne studien	2
1.2	Problemstilling	2
1.3	Avgrensning av problemstilling og begrepsavklaring	3
1.4	Tilnærming til relevant forskning	3
1.5	Oppgavens oppbygging	4
2	Teori	6
2.1	Systemteori	6
2.2	Relasjoner	7
2.3	Kommunikasjon og språk	9
2.4	Sosialkonstruksjonismen	10
2.5	Diskurser og metaforer	11
2.6	Familie	12
2.7	Flergenerasjonsperspektivet	13
2.8	Ekteskap og skilsmisse	15
3	Metode.....	17
3.1	Kvalitativ tilnærming	17
3.1.1	Semistrukturerte intervju - utvikling av intervjuguide	17
3.1.2	Rekruttering og utvalg	18
3.1.3	Presentasjon av informantene	19
3.1.4	Gjennomføring av intervjuene	20
3.1.5	Transkribering av intervjuene	21
3.2	Analysemetode	22
3.2.1	Interpretative Phenomenological Analysis (IPA)	22
3.2.2	Hermeneutikk	22

3.2.3	Fenomenologi	23
3.2.4	Idiografi	25
3.3	Analysearbeidet	25
3.3.1	Stegene i analysen	25
3.4	Etiske vurderinger	28
3.5	Validitet, reliabilitet og overførbarhet	29
4	Presentasjon av funn	31
4.1	Skilsmissen opplevdes som følelsesmessig krevende	31
4.1.1	Følelser og følelsesmessige konsekvenser	31
4.1.2	Forandrede foreldre	34
4.1.3	Store barn, store bekymringer	36
4.2	Kommunikasjonen rundt skilsmissen opplevdes som vanskelig	37
4.2.1	De snakket ikke om annet	37
4.2.2	De delte intime detaljer	38
4.2.3	De snakket nedsettende om hverandre	39
4.3	Skilsmissen skapte eksistensielle spørsmål	40
4.3.1	Hvem er mor og far, og hvem er jeg nå?	40
4.3.2	Hører jeg til noe sted?	41
4.3.3	Hva kan jeg tillate meg å føle?	42
5	Diskusjon	44
5.1	Skilsmissen opplevdes som følelsesmessig krevende	44
5.1.1	Fra sjokk til sorg	44
5.1.2	Relasjonell usikkerhet	46
5.1.3	Forandrede foreldre og rollebytte	47
5.1.4	Store barn, store bekymringer	49
5.2	Kommunikasjon rundt skilsmissen opplevdes som vanskelig	50
5.2.1	De snakket ikke om annet – «fanget i midten»	50
5.3	Skilsmissen skapte eksistensielle spørsmål	53
5.3.1	Hvem er mor og far og hvem er jeg nå?	53

5.3.2	Kan jeg føle det jeg føler?	54
5.4	Oppsummering	56
6	Avslutning.....	57
6.1	Mulige svakheter ved studien	57
6.2	Mulige implikasjoner for forskning og praksis	57
6.3	Avsluttende kommentar	58
7	Litteraturliste.....	59

Vedlegg 1 - Intervjueguide

Vedlegg 2 - Informasjonsskriv og samtykkeerklæring

Vedlegg 3 - Eksempel på analyse

Vedlegg 4 - Godkjenning fra NSD- Norsk senter for forskningsdata

1 Innledning

Det var en gang en familie med mor, far og barn, en kjernefamilie var de. Hver jul reiste de til barnas mormor, det var blitt en tradisjon. I feriene reiste de til familiens hytter eller de dro sammen til nye, spennende steder.

Barna ble voksne og flyttet hjemmefra, bare foreldrene bodde igjen i barndomshjemmet. De voksne barna reiste hjem dit i helger og ferier. Foreldrene hadde nå vært gift i mange år. Sølvbryllupet hadde de feiret sammen med barna med en hyggelig fest. Siden levde de lykkelig alle sine dager. Eller? Nei, ikke i dette eventyret. En dag ringte far og fortalte at mor hadde forlatt ham, og at de skulle skille lag.

Skilsmisse, ekteskap og brudd omtales stadig i mediene både som fenomener og særlig relatert til fremstående personer. Tv-programmer, nettaviser og ukeblader omtaler kjendiser som har «funnet lykken», har giftet seg eller har blitt single. Artikler og reportasjer har de senere årene også blitt skrevet om temaet når godt voksne mennesker velger å oppløse ekteskapet. Da sangeren Rune Larsen på 70 år hadde ny kjæreste og søkte skilsmisse etter et 50 år langt ekteskap, ble historien «brettet ut» i medie verden (Dagbladet, 2021). Skilsmissen til skiløper Petter Northugs foreldre fikk også mye omtale. Skiløperen var 30 år på tidspunktet og både han og faren ble intervjuet om hvordan det opplevdes å være midt i en skilsmisse (Se og Hør, 2019). Også skjønnlitterære forfattere interesserer seg for temaet. Helga Flatlands (2017) roman med tittelen «En moderne familie» omhandler en familie hvor foreldrene på 70 år skiller lag. Skilsmissen sees gjennom de tre «barnas» ulike øyne. Det rokkes ved et familieliv som har vart hele barndommen til de voksne barna. Et relasjonelt drama utbroderes i boken. Det viser seg, i tråd med systemisk tenkning, at skilsmissen påvirker hele familien. Også barnas forhold seg imellom blir satt på prøve.

Både i mitt profesjonelle og private liv har jeg møtt voksne med den ovennevnte erfaringen. Noen har vært svært preget av hendelsen mens andre bærer den med seg mere som en livserfaring. Hvordan vil foreldrenes skilsmisse innvirke på de voksne barna når familien må prøve å posisjonere seg på nytt og lage nye måter å være familie på?

1.1 Relevansen av denne studien

Hvert år siden midten av 90-tallet har mer enn 5 000 voksne over 18 år opplevd at deres foreldre skilles. Dette utgjør omtrent 35% av alle som opplever foreldrenes skilsmisse ifølge Statistisk Sentralbyrå (2021). Skilsmisse regnes for å utløse stor grad av stress for de involverte, og noe av det mest stressende en familie kan oppleve (Abetz & Wang, 2017, s. 194; Stambaugh et al., 2011, s. 122). Psykolog Frode Thuen sier at han stadig møter voksne klienter i terapi, som trenger hjelp med utfordringer knyttet til deres foreldres skilsmisse og som fant sted etter at de selv var voksne (Nettavisen, 2009).

Jeg antar at denne studien vil kunne være relevant for gruppen av mennesker som har opplevd dette fenomenet. Kanskje den kan bidra til at de kan forstå egne reaksjoner. Forhåpentligvis kan funnene også bidra til at flere søker hjelp dersom fenomenet får en stor og krevende betydning i deres liv. Det er også en mulighet for at studien kan bidra til at familier i en skilsmissesituasjon med voksne barn vil agere mere reflektert enn eksemplene gitt av informantene intervjuet i forbindelse med denne oppgaven.

I dag får imidlertid ikke voksne skilsmissebarn uten videre innpass i Familievernet. Ved stor pågang på familievernkontorene blir ikke gruppen prioritert (Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet, u.å.). Dersom mennesker med denne erfaringen trenger hjelp, må de oppsøke private aktører i markedet, de omfattes ikke av det offentliges tilbud.

1.2 Problemstilling

Følgende problemstilling er valgt for masteroppgaven:

Hvordan erfares det å bli skilsmissebarn i voksen alder?

Det er altså erfaringen med å bli skilsmissebarn som voksen etter å ha levd i en kjernefamilie hele oppveksten, som skal utforskes. Målet er å avdekke hva endrede familiestrukturer kan medføre for de voksne barna, som ikke lenger bor sammen med foreldrene, men fortsatt er medlemmer av familien.

For å få svar på problemstillingen, vil følgende forskningsspørsmål benyttes:

- Hvordan påvirkes livet til voksne barn etter foreldres skilsmisse?
- Hvordan erfarer voksne barn kommunikasjonen med foreldre etter foreldres skilsmisse?

1.3 Avgrensning av problemstilling og begrepsavklaring

Fokuset i studien er voksne barns opplevelser av foreldrenes skilsmisse. Med voksne menes mennesker 18 år og eldre. Da jeg ikke lyktes i å få mannlige informanter undersøkes ikke kjønnsforskjeller selv om det kunne vært en interessant vinkling.

Det er ikke vesentlig for studien om informantenes foreldre var gift eller samboende, men at de «gikk fra hverandre». Heretter vil derfor begrepene ekteskap, skilt og skilsmisse anvendes om begge kategorier.

Med begrepet voksne skilsmissebarn menes mennesker som har opplevd fenomenet å bli skilsmissebarn i voksen alder.

1.4 Tilnærming til relevant forskning

I VID vitenskapelige høyskole sin bibliotekjeneste har jeg søkt i ulike databaser for å finne relevante publikasjoner og vitenskapelige artikler. Jeg har også søkt i søkemotorer som Google, Google Scholar og Researchgate. Typiske søkeord har vært «skilsmisse», «voksne skilsmissebarn», «divorce», «ACD» / «ACOD» (Adult Children Of Divorce), «grey divorce», «silver splitters», «diamond splitters».

Søkene viser at temaer relatert til det å oppleve foreldres skilsmisse som barn er beskrevet langt hyppigere i litteraturen enn om skilsmissen finner sted etter at barna har blitt voksne. I det følgende gir jeg eksempler på publikasjoner og en masteroppgave som er brukt som referanser i denne oppgaven.

Både Mikucki-Enyart et al. (2018), Abetz & Wang (2017), Greenwood (2014) og Grønvold (2014) beskriver i sine arbeider hvordan de voksne barna opplever foreldrenes skilsmisser. Mikucki-Enyart et al. (2018) gjennomførte en studie hvor 25 voksne barn ble intervjuet i forbindelse med at foreldrene skilte seg. Studien viser blant annet at mange av de voksne

barna følte seg «skviset» mellom foreldrene og opplevde en lojalitetskonflikt der de ikke ønsket å stille seg på en av foreldrenes side. Dette er relevante funn for min oppgave i forhold til hvordan voksne barn opplever å påvirkes av foreldrenes skilsmisse.

“Where they ever really happy the way that I remember?” er en artikkel av Abetz & Wang (2017) om hvordan voksne barn opplever foreldrenes skilsmisse som fant sted etter at de selv hadde flyttet hjemmefra. Artikkelen handler om relasjonelle endringer og kommunikasjonens påvirkning på situasjonen. Flere opplevde å måtte støtte foreldre som hadde det vanskelig etter bruddet. Mange informanter beskrev en god barndom uten konflikter og undret seg over hva som hadde gått galt for foreldrene. I artikkelen blir det også diskutert hvordan informantene så skilsmissen i lys av en lykkelig barndom, og barndommen i lys av skilsmissen (Alberts & Wang, 2017).

Greenwood (2014) har gjort en kvalitativ studie med intervjuer av 40 voksne skilsmissebarn. Studien viser at om lag halvparten av informantene hadde vanskeligheter etter skilsmissen, mens den andre halvparten meldte om at de ikke opplevde den som vanskelig (Greenwood, 2014, s. 554). Jeg finner studien relevant da den viser til hva som opplevdes som vanskelig og utfordrende.

Jeg har også latt meg inspirere av en masteroppgave med liknende problemstilling som denne studien. Grønvold (2014) har gjort en kvalitativ undersøkelse med intervju av informanter som ble skilsmissebarn i voksen alder. Studien har fokus på følelser forbundet med strukturelle endringer i familien. Grønvold fant at voksne «skilsmissebarn» påvirkes emosjonelt av skilsmissen og at alle informantene opplevde skilsmissen som vanskelig. De kjente også på forventninger til aksepterte reaksjoner etter bruddet (Grønvold, 2014).

1.5 Oppgavens oppbygging

Oppgaven er inndelt i seks kapitler. I kapittel en er det gjort rede for valg av tema og problemstilling samt studiens relevans. Tilnærming til relevant forskning er også kort beskrevet. Kapittel to består av teori og empiri relevant for problemstilling og forsknings-spørsmål. I kapittel tre gjøres det rede for metoden som er brukt i analyse-arbeidet, Interpretative Phenomenological Analysis (IPA) og begrunnelse for hvorfor den ble valgt som metode. Videre beskrives vitenskapsteori, stegene i analysearbeidet og etiske spørsmål.

Kapittel fire er viet analysearbeidet inkludert funn utledet fra problemstilling og forsknings-
spørsmål. I kapittel fem diskuteres funn med utgangspunkt i problemstilling, relevant
forskning og teori. Kapittel seks er en avslutning hvor det reflekteres over mulige svakheter
ved studien og implikasjoner for videre forskning og praksis.

2 Teori

I dette kapitlet redegjør jeg for sentrale begreper og teorier, samt temear relatert til oppgavens problemstilling; voksne skilsmissebarn og hvordan foreldrenes skilsmisse har innvirket på deres liv.

Epistemologi, ofte kalt erkjennelsesteori, handler om hvordan vi oppfatter verden, hvordan vi tilegner oss kunnskap og får innsikt om den, og hvordan vi nyttiggjør oss kunnskapen (Langdridge, 2006, s. 248; Kvale & Brinkmann, 2015, s. 70). I følge sosialantropolog og biolog Gregory Bateson (1904-1980) handler erkjennelsesteorien om hvordan alle levende organismer kommer til erkjennelser og tilegner seg kunnskap, og hvor tenkning er et sentralt aspekt (Ølgaard, 2004, s. 281). Hvilke epistemologiske valg jeg tar under arbeidet med oppgaven vil påvirke utvalg av teori, og hvilke spørsmål som bidrar til tolkningen av data (Ølgaard, 2004, s. 141).

Jeg har latt meg inspirere av tanken om at meningsskaping er sentralt for mennesker, og den sosialkonstruksjonistiske ideen at alt vi har tenkt tidligere kan revurderes og tenkes på nytt (Smith et al., 2009, s. 31-32). Samtidig har jeg i min grunnutdanning som pedagog også med meg systemisk utviklingsøkologi og psykologiske og normative tradisjoner. Nye erfaringer fra familierapien og det systemiske fokuset har gitt meg ny kunnskap og utvidet horisonten. Det systemiske perspektivet oppleves som særlig nyttig når strukturelle og relasjonelle endringer i familieliv skal utforskes, slik som i en skilsmisse. For å belyse fenomenet og søke å forstå informantenes opplevelser av foreldrenes skilsmisse, benytter jeg meg derfor av teori forenlig med postmoderne ideer. Utgangspunktet har vært å få større innsikt i opplevelsen av å bli skilsmissebarn i voksen alder. For å forstå informantenes erfaringer beskrives videre teori blant annet om relasjoner, kommunikasjon, diskurser, familie, ekteskap og skilsmisse.

2.1 Systemteori

På 1900-tallet vokste det frem en systemteori rundt erkjennelse og forståelse av verden. Biologen Ludwig von Bertalanffy (1901-1972) ble en viktig bidragsyter til teorien som ble et alternativ til den positivistiske ideen om å søke å finne absolutte sannheter (Ølgaard, 2004, s. 51). Det å ta avstand fra det lineære, med et årsak-virkning-forhold hvor en hendelse fører til en annen, ble en del av de systemiske tankene hva angikk menneskelige systemer (Johnsen

& Torsteinsson, 2012, s. 28). Det å finne årsaken til et fenomen, for eksempel en skilsmisse, er erstattet med søken etter meningen fenomenet får for de impliserte parter. Det innebærer hvordan skilsmissen vil innvirke på sosiale samspill i familien og hva den vil bety for den enkelte og familien som sådan.

Ludvig von Bertalanffy introduserte begrepet systemteori, hvor «alt» betraktes som systemer, helheter som er strukturerte og komplekse, og hvor helheten og delene fungerer i relasjon til hverandre (Ølgaard, 2004, s. 52, Dallos & Draper, 2007, s. 40). Dersom vi bare ser på deler i et system, kan vi miste helheten av syne. Familiesystemet er mere enn et antall familiemedlemmer, det inkluderer eksempelvis også forholdet mellom dem, og deres forhold til verden utenfor familien. For å forstå et system fullt ut må vi innta et meta-perspektiv, se systemet fra oven, og se de enkelte individene i interaksjon med hverandre (Vetere, 2019, s. 253).

Gregory Bateson hevdet at sosial interaksjon må forstås sirkulært. Vi influerer gjensidig på hverandre, alt foregår mellom meg og de andre eller meg og saken (Jensen & Ulleberg, 2011, s. 30). Det er mere hensiktsmessig å se på det interpersonelle enn på egenskaper hos det enkelte familiemedlem (Dallos & Draper, 2007, s. 44).

Den systemteoretiske forståelsen gir et viktig bidrag til å forstå de utfordringene en familie står overfor når foreldrene velger å skilles. Endringer skjer i alle familier, hverken mennesker eller familieliv står «på stedet hvil». Noen endringer er imidlertid mere smertefulle og inngripende på en familie enn andre. Skilsmisse er et brudd mellom to, men siden enhver påvirkning på et familiemedlem vil innvirke på de andre i familien, vil skilsmissen by på endringer for hele familien. Med dette utgangspunktet vil familier i krise eller reorganisering aldri vende tilbake til utgangspunktet (Jensen, 2016, s. 35). Etter reorganiseringen er familien endret, og vil kontinuerlig fortsette å utvikle seg.

2.2 Relasjoner

Det å forstå noe relasjonelt betyr å se det i lys av konteksten og i relasjon til noe annet (Ølgaard, 2004, s. 46). Begrepet betegner en forbindelse til, eller et forhold mellom noe eller noen, og hvordan vi måler fenomener opp mot hverandre (Jensen & Ulleberg, 2011, s. 46; Ølgaard, 2004, s. 87). Relasjonsbegrepet er sentralt innenfor systemisk tenkning. Mennesker er relasjonelle vesener helt fra starten. Allerede i mors liv inngår vi i minst en relasjon.

For å forstå menneskers kommunikasjon og handlinger er vi ifølge Bateson avhengig av å se dem i de relasjonene de inngår i. Isolert fra relasjoner og kontekst vil vi ikke få hele bildet av dem og informasjonen blir nødvendigvis ikke tilstrekkelig meningsfull for oss. Det er iakttagelse av hva som foregår mellom oss som blir interessant i sosialt samspill (Jensen, 2016, s. 26). Det er enklere å forstå en skilsmisse om den sees i kontekst av forskjellige relasjoners samspill. Når fenomener og hendelser sees i lys av en kontekst gir det mere mening for den som skal prøve å forstå. I menneskelige samhandlingsprosesser fins der svært store mengder med potensiell informasjon for deltakerne i prosessen. I sirkulære prosesser fremstår noe som informasjon fremfor noe annet, vi punktuere på noe fremfor noe annet (Jensen, 2016, s. 37). Ved å punktuere på noe annet vil samhandlingen kunne dreie i en annen retning.

John Bowlby, som lanserte tilknytningsteorien på 1960-tallet, fremhevet menneskets behov for å være nært knyttet til betydningsfulle andre (Bø, 1995, s. 14; Vedeler, 2011, s. 270). Behovet dekkes ikke nødvendigvis av biologiske foreldre, snarere de nære omsorgspersonene som er der for barnet og som barnet kan knytte seg til. Teorien sier noe om regulering av følelser mellom relasjonene i en familie, hvor trygghet og beskyttelse er sentrale aspekter (Dallos & Vetere 2009, s. 37). Ut ifra samspillserfaringene med de nære, utvikler barnet fra tidlig barndom indre arbeidsmodeller eller mentale forestillinger om seg selv, omsorgspersonene og forholdet mellom dem (Smith, 1995). Arbeidsmodellene bidrar til at kroppen, og hjernen som en del av den, agerer på bestemte måter. Dermed får vi også forventninger om hvordan andre vil og bør reagere i ulike situasjoner. Tilknytningspersonenes relasjonelle væremåte vil dermed bidra til hvordan mennesker ser på de betydningsfulle andre, men også være styrende for utviklingen av eget selvbylde. Vetere (2019, s. 251) beskriver hvordan hun sammen med Rudi Dallos har tilført tilknytningsteorien narrativ teori, traumeteori og systemisk teori. De er spesielt opptatt av hvordan narrativer kan bidra til at emosjonelle relasjoner oppleves som trygge. Når familiesystemet endres vil narrativene våre også endres (Vetere, 2019, s. 257).

Det å vite at noen «er der for meg», er sensitiv overfor mine behov og kan gi meg trøst, er essensielt for opplevelsen av trygghet (Vetere, 2019, s. 255). Ved relasjonelle endringer som en skilsmisse kan behovet for nærhet øke (Johnsen & Torsteinsson, 2012, s. 91). Behovet for

å være nært knyttet til betydningsfulle andre, opphører ikke når vi går fra barn til voksen, behovet er der hele livet (Gran, 2017, s. 1; Bø, 1995, s. 14; Vedeler, 2011, s. 269).

Blant mange systemiske terapeuter har det vært diskusjoner rundt tilknytningsteorien, blant annet begrunnet med at den kan fremstå deterministisk og ikke fleksibel. Det er også hevdet at den er dyadisk, og at mor alene gjerne blir ansvarliggjort dersom tilknytningen er dårlig. I tillegg oppfattes teorien som normativ ved at den har en klar formening om hva som er utviklings-støttende omsorg (Johnsen & Torsteinsson, 2012, s. 91-93). I dag er det imidlertid lite diskusjoner om at det tidlige samspillet med betydningsfulle omsorgspersoner innvirker på hele livet, men også at erfaring som medfører svak tilknytning kan styrkes (Johnsen & Torsteinsson, 2012, s. 93).

2.3 Kommunikasjon og språk

Kommunikasjon er et komplekst begrep som omhandler mye mer enn verbale utsagn (Ølgaard, 2004, s. 66). I samtaler kommuniserer vi både med ord og nonverbale tegn. Ikke bare ordene som blir sagt betyr noe. De nonverbale tegnene sier også noe om både vårt forhold til hverandre og til det vi samtaler om. Samtidig kommuniserer vi ofte uten en bevisst tanke om hvordan vi kommuniserer.

Vi kommuniserer gjensidig med verden rundt oss, og gjennom sansning og persepsjon kan vi si at verden henvender seg til oss. Til enhver tid utsettes vi for sansemessige uttrykk. Kun en liten del av den uendelige informasjonen som trer frem for oss via sanseapparatet blir oppfattet (Ølgaard, 2004, s. 71). Vi vil aldri kunne persipere hele bildet. Det som utpeker seg som noe uvanlig i forhold til det vanlige, vil tale til oss og gi oss informasjon. Det er et eksempel på hva Bateson mener når han snakker om «en forskjell som gjør en forskjell» (gjengitt fra Jensen & Ulleberg, 2011, s. 96; Ølgaard, 2004, s. 71-72).

Vi er sammen om å skape en konstruert mening via språket. Ingen står som observatør på utsiden av kommunikasjonen. I tillegg til innholdsplanet kommuniserer vi også alltid om forholdet oss imellom. Alt vi foretar oss kan dermed tolkes innenfor en kommunikasjons-sammenheng. Både bevisst og ubevisst påvirkes vi av hverandres sinnsstemninger og ytre tegn på følelsesmessige reaksjoner. Kommunikasjon og språklige vendinger kan bidra til skapte virkeligheter, avstand og posisjonering også innenfor en familie. Vi sosialiseres og

lærer oss hvordan det snakkes på innsiden, hva det snakkes om og hva det ikke snakkes om. Familieidentiteten blir formet blant annet ut ifra hvordan det kommuniseres innad i familien og hva som kommuniseres ut (Jensen, 2016, s. 59). Måten å kommunisere på vil kunne være av stor betydning for hvordan skilsmissen oppleves og kommunikasjonen rundt skilsmissen vil kunne si noe om hvordan informantene oppfatter forholdet til foreldrene.

2.4 Sosialkonstruksjonismen

Sosialkonstruksjonistiske ideer tilhører det postmoderne paradigme, og har hatt betydning for familieteori siden midten av 1980-tallet. Sosialkonstruksjonisme er en filosofisk retning innen psykologi og samfunnsvitenskap hvor mennesket konstruerer sin virkelighet gjennom språklig samhandling med andre. Tanken om at mennesker er sosiale vesener med en iboende trang til søken etter mening og forståelse i tilværelsen er grunnleggende (Lock & Strong, 2014, s. 31). I følge Gergen & Gergen (2015, s. 9) er alt hva vi tenker på som virkelighet sosialt konstruert innenfor en bestemt kultur eller kontekst. Viten er ikke statisk, alt vi har tenkt før kan tenkes på nytt, og sirkulære samhandlingsmønstre kan skape ny mening og kunnskap (Gergen & Gergen, 2015, s. 9).

Den subjektive forståelsen av verden foregår relasjonelt og mening konstrueres gjennom språket (Gergen & Gergen, 2015, s. 12). Det er interessant hva ordene vi bruker har for betydning for relasjonen de inngår i (Gergen & Gergen, 2015, s. 28). Ord brukes gjerne med en bestemt intensjon, og kan for eksempel plassere oss i kategorier som innenfor eller utenfor, og dermed påvirke hva vi oppfatter som akseptabel atferd (Øfsti, 2010, s. 22). Både når det gjelder sangeren og skiløperen omtalt i innledningen, bærer de nevnte omtalene preg av sensasjon og at hendelsene er usedvanlige og implisitt som negative kategoriseringer.

Tolkning foregår ustanselig mens vi oppfatter, erfarer og samhandler (Lock & Strong, 2014, s. 32). Vi er også avhengige av respons fra andre for å kunne følge opp slik at mening skapes. Ingen ord eller handlinger er imidlertid i seg selv meningsbærende. Det er hva vi sammen legger i ordene og handlingene som får en betydning (Gergen & Gergen, 2015, s. 13). Begreper som forklarer konkrete ting kan være enkelt å enes om. Vanskeligere er det når abstrakte begreper som svik følelser, tanker og liknende skal vurderes, forklares og gjenkjennes av andre i relasjonen.

Vi bedømmer og vurderer ubevisst og bevisst, blant annet ut ifra kunnskap, normative holdninger og kulturell innflytelse (Jensen & Ulleberg, 2015, s. 28). Ingen har en mer «riktig» opplevelse enn noen andre, idet alle agerer ut ifra sitt kulturelle ståsted og den tiden de lever i (Gergen & Gergen, 2015, s. 9). Dermed vil det være vanskelig å bedømme andres aktivitet, livsvalg eller produkter som gode eller mindre gode. Det vi oppfatter som virkelighet i dag kan være endret i morgen.

Et sosialkonstruksjonistisk perspektiv vil også kunne bidra til å fremme kritisk tenkning og alternativ kommunikasjon rundt temaer som familie, ekteskap og skilsmisse, og åpne for alternative måter å leve på som familier. I takt med skiftende omstendigheter, som ved en skilsmisse, gjør vi mennesker forsøk på å skape mening i den nye situasjonen vi befinner oss i.

2.5 Diskurser og metaforer

Diskursbegrepet har et betydelig fokus innenfor sosialkonstruksjonistisk filosofi. De er implisitte, men rådende regler, oppfatninger og tankesett om for eksempel hvordan livene våre bør leves. Diskursene bygger på verdier og holdninger i samfunnet, eller etterlevninger fra tidligere tiders påvirkning (Øfsti, 2010, s. 23). De er normative, og bidrar både til å begrense og å utvide handlingsrommet vårt (Øfsti, 2010 s. 19-23).

Familieliv leves ikke uavhengig av det samfunnet vi befinner oss innenfor. Hvordan vi kommuniserer rundt familieliv i forskning, i det offentlige rom og som privatpersoner, bidrar også til forventninger og krav til familieliv. Kravene og forventningene kan kjennes som «trykk» både utenfra og innad i familien. Diskursene er altså omskiftelige ut fra kontekst, i tid og kultur. I samfunnet kan det ligge normative forventninger om hvordan voksne bør reagere ved kriser i familien, eller hva det er greit å snakke med foreldre om (Dallos & Draper, 2007, s. 170-171). Følelser og reaksjoner er altså relasjonelt konstruert innenfor et samfunn, og kulturen er i stor grad bestemmende for adferden vår. Ordene er med på å definere våre tanker om og holdninger til foretrukket familieliv. Dermed får språket i bruk makt i det noen tanker og føringer blir foretrukket og opprettholdt foran andre. I vårt samfunn i dag har vi oppnådd både frihet til å velge og likestilling på mange områder. Likevel følger de fleste den rådende praksis for hvordan vi lever som familie.

En forutsetning for bruk av diskurser er en tro på at språket i bruk spiller en viktig rolle i hvordan vi oppfatter verden og oss selv (Øfsti, 2010, s. 18). Metaforer brukes i språklige vendinger, og er billedlige beskrivelser der vi henter uttrykk fra andre områder for å beskrive et fenomen (Ølgaard, 2004, s. 301). Følelser beskrives billedlig som at "jeg hadde hjertet i halsen" eller at "grunnen forsvandt under føttene". Familieliv kan billedlig forklares som «det lune rede». Denne metaforen er en konstruksjon som peker henimot en familie hvor nærhet og harmoni råder og hvor den sammensveide flokken passer på hverandre og beskytter hverandre mot farer utenfra. Andre metaforer som nærmest fremstår som diskurser om familiens betydning er "mitt hjem er min borg" og "den trygge havn". Ved bruk av denne form for metaforer er det nærliggende å tenke på borgen og havnen som beskyttende elementer. Tryggheten finnes på innsiden mens det ofte er «utrygt» og «omskiftelig» utenfor. Noen ganger «stormer» det. Ved farer er det alltid mulighet for å komme tilbake og «søke ly og beskyttelse», et bilde på hvordan vi mennesker både tilhører et fellesskap og samtidig er autonome individer. Familieliv beskrives også med krigsmetaforer som «krigssone» eller «kamparena» som derigjennom gir helt andre assosiasjoner.

Ekteskap og skilsmisser fremstilles tidvis som statisk lykkelige eller ulykkelige. «Ødelagte», «splittede» familier benyttes som begreper for å forklare skilsmisse. Når krigsmetaforen tas i bruk kan ekteskap omtales som «havarerte», «torpederte» eller «ødelagte». I statskanalen NRK har samlivsterapeuter produsert podcast med navnet «Havarikommissjonen», hvor et stort tema omhandler hvorfor kjærlighetsforhold tar slutt (NRK, u.å.).

2.6 Familie

Mennesker er relasjonelle, sosiale «flokkdyr» med behov for å føle tilhørighet, og å være del av et fellesskap. Vi trenger å ha noen nære personer vi kan ty til når livet er vanskelig (Johnsen & Torsteinsson, 2012, s. 91; Vedeler, 2011, s. 263). Innenfor rammen av en kultur organiseres familieliv i større eller mindre fellesskap, om enn på mange ulike måter. Livet i familier leves innenfor en kontekst hvor relasjonelle forhold er ordnet etter visse mønstre og familiekulturen skapes og blir til rutiner for livet på innsiden (Vedeler, 2011, s. 267). Vi sosialiseres i familien, betinget av foreldrene våre blir vi en del av fellesskapet, men forberedes også på livet ute i samfunnet. Innad i familien skapes mye av den enkeltes identitet

og familieidentitet, i interaksjon med de nære betydningsfulle (Dallos & Draper, 2007, s. 28).

Vi utvikles blant annet ved måten vi kommuniserer på. Språket er betydningsfullt ved danningen av selvet. «Vi er en familie som ikke snakker sammen» eller «jeg er en skikkelig pappajente» er eksempler som forklarer en familieidentitet og gir oss et handlingsrom.

Hverdager, ferier, fest og tradisjoner skapes og opprettholdes også som familiemønstre.

Relatert til emosjonsfokustert terapi foregår interaksjonen med de nærmeste i stor grad ved hjelp av følelsene (Berge & Karlsen, 2016, s. 217). Tanker om en vond opplevelse med andre nære preges gjerne av følelser som fremmer handling, tilknytning og beskyttelse mot farer.

Det betyr ikke at alle til enhver tid føler seg ivaretatt. Følelsesreaksjonene blir sterke i stressende situasjoner og når noe «står på spill» for oss, og som kan skje i forbindelse med endringer i nære relasjoner som ved skilsmisser (Berge & Karlsen, 2016, s. 217; Vedeler, 2011, s. 269).

Filosofen Hans Herlof Grelland (2020) beskriver følelser relatert til fenomenologiske og hermeneutiske ideer. Følelsene er nært knyttet til språk, de fungerer som kommunikasjon, er rettet mot virkeligheten og er med på å skape mening (Grelland, 2020, s. 27). Det betydningsfulle blir hvordan følelsen oppleves for den som har den i kroppen (Grelland, 2020, s. 193). Mening konstrueres ved hjelp av kroppslige uttrykk som mimikk og tårer (Grelland, 2020, s. 23). Ved hjelp av følelsene forholder vi oss til det vi oppfatter og tolker som virkeligheten. Dermed sier følelsene også noe om oss selv. Når følelsen inntreffer forholder vi oss først til innholdsplanet, hva som er opplevd eller har blitt fortalt. En reaksjon blir aktivert før følelsen kjennes i kroppen. Til slutt forstår jeg meg selv som for eksempel lei meg i situasjonen (Grelland, 2020, s 14-15). Er jeg lei meg, er jeg lei meg *for noe*. Sorg derimot rettes mot noe vi ikke har, et fravær av noe som har blitt borte for oss (Grelland, 2020, s. 20). Fravær tillegges en verdi når vi sørger over det.

2.7 Flergenerasjonsperspektivet

Flergenerasjonsperspektivet har hatt betydning innen familierapifeltet siden midten av 1960-tallet (Johnsen & Torsteinsson, 2012, s. 82). I forsøket på å forstå relasjonelle aktiviteter og reaksjoner i forbindelse med skilsmisse, kan det være nyttig å se på familiens historie. Det kan med andre ord være lettere å forstå nåtiden i lys av fortiden (Johnsen & Torsteinsson, 2012, s. 98). Relatert til denne teorien kan foreldregenerasjonen overføre

problemer til neste generasjon ved for eksempel egne ubearbeidede følelser eller taushet rundt emosjonelle temaer (Johnsen & Torsteinsson, 2012, s. 85). Det kan videre føre til vanskeligheter for den yngre generasjon med å løsrive seg fra foreldre, og at de ikke blir tilstrekkelig autonome for å leve et selvstendig, avgrenset voksenliv.

Begrepet individuering er vesentlig i flergenerasjonsperspektivet. Det henspeiler på utforskning av egne følelser i motsetning til å overta forrige generasjons følelser (Johnsen & Torsteinsson, 2012, s. 82). Det betyr muligheten til å skille ut egne følelser som noe gyldig for den enkelte og akseptere at andre kan føle annerledes om et fenomen.

Innenfor strukturell familierapi benyttes begreper som system relatert til å beskrive relasjonelle forbindelser innad i familien (Jensen, 2016, s. 52). Familiesystemet innehar subsystemer som foreldresystemet og søskensystemet og som interagerer med hverandre, og kan bidra til støttende samspill, men også til at vanskelige allianser skapes (Jensen, 2016, s 52-53). Dersom mor eller far involverer et av barna i skilsmissekonflikten, og en triangulering oppstår, kan datter eller sønn kjenne seg presset til å ta en av foreldrenes side (Hårtveit & Jensen, 2015, s. 133, Dallos & Draper, 2007, s. 51, Greenwood, 2012, s. 6).

Samfunnet innehar diskursive, normative forventninger til hvordan en god mor og far bør yte omsorg og å ta ansvaret for trygghet og beskyttelse i familien (Vedeler, 2011, s. 270). Brudd i rollenes moralske forventninger, kan skape ubehag og forvirring. Rollene, både som barn og foreldre, endrer seg imidlertid gjennom hele livet. Parallelt med at vi knytter oss sammen med omsorgspersonene, starter løsrivningsprosessen for barn ganske tidlig, og vi beveger oss mot mer og mer autonomi. Mennesket posisjonerer seg gjennom hele livet, vi preges av kampen for å bli akseptert versus frykten for å bli avvist av betydningsfulle andre (Bø, 1995, s. 13-14). Vi lever i «spennet» mellom autonomi og tilhørighet til fellesskap. De fleste flytter hjemmefra som selvstendige individer med egne og andres forventninger om hvordan et liv bør leves. Like fullt kommer de fleste av oss tilbake til foreldrene våre som voksne dersom vi har behov for trøst og beskyttelse (Dallos & Vetere, 2009, s. 49-50). Det kan være ved kriser og overganger i livet som samlivsbrudd, fødsler og sykdom eller ved kulturelle og religiøse ritualer og familiebegivenheter. Fordi familien har en posisjon av betydning i alle deler av livet, fungerer mange familier som en base også i voksen alder. Langt opp i årene kan mange vende hjem til mor og far og kjenne på omsorg og følelsen av å

bli tatt vare på eller på savn av nærhet og omsorg. Senere blir det gjerne naturlig å ta seg av våre foreldre ettersom de gradvis blir eldre. Rollene blir byttet om dersom både barn og foreldre får leve lenge nok. Dermed har familien en posisjon i de fleste liv gjennom hele livssyklusen.

2.8 Ekteskap og skilsmisse

Familieliv leves på ulike måter i Norge i dag, og vi har et mangfold av praksiser og bofelleskap. Til tross for at familieliv leves ulikt står ekteskap og tradisjonell kjernefamilie fortsatt sterkt som samlivsform (Noack & Lyngstad, 2012). I dagens Norge lever majoriteten i kjernefamilier, og de fleste gifter seg i løpet av livet (Noack & Lyngstad, 2012, s. 71).

Alliansen inngås som regel av kjærlighet, hvor de to har valgt hverandre ut fra følelser (Gran, 2017, s 11). Den romantiske diskursen har altså sterke føringer til tross for at vi som samfunn på mange områder har oppnådd likestilling og frihet til å velge (Øfsti, 2010, s 46). Diskursen sier også noe om at dersom du elsker din partner blir du værende i forholdet og gir trygghet og trøst ved behov (Øfsti, 2010, s.77). Det kan bety at idealet er et livslangt ekteskap der behovet for tilhørighet og beskyttelse dekkes, dette til tross for at mange ekteskap ender med skilsmisse. Når inngangen til ekteskap går via følelsene uten fornuftshensyn, kan det bety at det er legitimt å forlate det dersom de samme følelsene ikke lenger er til stede. Dette er i tråd med Giddens beskrivelse av «rene relasjoner» der individet står i sentrum og relasjonen forutsetter å tilføre den enkelte noe positivt og å dekke individuelle behov (gjengitt fra Ellingsæter, 2012 s. 20). Selv om ekteskapet er mellom foreldrene, fungerer det gjerne som selve rammen for familielivet også mellom generasjoner.

Skilsmisse oppleves som en stressende situasjon for mange barn og foreldre. Endringen kan avstedkomme følelser som sorg, sinne, tapsfølelse og bekymringer, men også lettelse og håp, i både foreldre-og barnegenerasjonen (Dallos & Vetere, 2009). Sivilstatus og identitet endres også for barna, uavhengig av deres alder, endres identiten fra «barn» til «skilsmissebarn». De inngår i en ny kategori, sannsynligvis med nye forventninger fra en selv og andre. Familiemedlemmene kan reagere følelsesmessig ulikt, og mye kan føles usikkert i situasjonen. Rollene endres og følelser aktiveres (Thuen, 2004). Mange voksne mennesker som opplever fenomenet av å bli skilsmissebarn opplever det som vanskelig. De strever med bekymringer og emosjonelle reaksjoner (Gran, 2017; Vetere, 2019). De voksne barna kan

oppleve at foreldrene «over natten» endrer seg fra å være stabile, fornøyde, ressurssterke foreldre til å bli nedbrutte og fortvilet. Foreldrene kan vise seg fra sider de aldri har vist seg for de voksne barna før. I forbindelse med skilsmisse kan både barn og foreldre samtidig komme til å føle på tap. Mor eller far har mistet en ektefelle, barna kan føle å ha tapt familien eller en forelder.

Greenwood (2014) beskriver i sin studie hvordan ungdommer over 18 år strever etter foreldrenes skilsmisse. Om lag halvparten rapporterte om negative konsekvenser etter skilsmissen. De som opplevde skilsmissen som vanskelig fortalte om sjokk, tapsfølelse og bekymringer for familiens økonomi. De beskrev også hvordan høytider og familielivet aldri ville bli det samme (Greenwood, 2014, s. 543-545). Det å bli «skviset» mellom foreldre ble beskrevet som en stor påkjenning og svært belastende i skilsmissekonflikter. Undersøkelsen til Greenwood (2014) viste også at mange ungdommer opplevde at egne og foreldrenes roller ble byttet om. Vetere (2019, s. 252) beskriver lojalitetskonflikt som en mulig og krevende konsekvens av skilsmisse. I slike situasjoner kan ønske om emosjonell og fysisk avstandtagen til en av eller begge foreldrene velges som en strategi (Vetere, 2019). Barn kan overta typiske foreldreoppgaver dersom foreldrene ikke er i stand til å utføre dem selv (Dallos & Draper, 2007, s. 219). Barna kan i noen tilfeller bli mere sensitive overfor foreldrenes behov enn foreldrenes sensitivitet overfor barnas behov. Det er ikke uvanlig at disse barna føler seg sveket dersom en av foreldrene etter en tid involverer seg i et nytt kjærlighetsforhold som tar noe oppmerksomhet bort fra barnet (Dallos & Draper, 2007, s. 221).

3 Metode

I dette kapitlet blir det redegjort for den kvalitative tilnærmingen til studien, og begrunnelse for valgene som er gjort. Utvalg, informanter og innsamling av data blir presentert, likeledes hvordan analysen førte til funn. Analysemetoden IPA blir beskrevet, samt sentrale filosofier som ligger til grunn for metoden, som hermeneutikk og fenomenologi. Det gjøres også rede for etiske vurderinger, reliabilitet og validitet.

3.1 Kvalitativ tilnærming

Kvalitativ tilnærming er valgt som forskningsdesign for studien. Studiens mål er å hente ut meningsinnhold om et bestemt fenomen; voksne barns opplevelse av foreldrenes skilsmisse. Generelt egner kvalitativ metode seg i studier hvor målet er å forstå mennesker og deres sosiale samspill, når en ønsker å gå i dybden på et fenomen, og i studier som kan betegnes som sensitive og personlige (Thagaard, 2013, s. 11-12, 17). I kvalitative studier vil forskeren og de det forskes på, ha et subjekt-subjekt-forhold, og det forutsettes at begge parter har påvirkning på prosessen og dermed også på arbeidet med å hente ut meningsinnhold (Thagaard, 2013, s. 19). Dette er vektlagt under utvikling av intervjuguiden og fulgt opp under gjennomføringen av intervjuene.

3.1.1 Semistrukturerte intervju - utvikling av intervjuguide

Intervju ble valgt som metode for innhenting av data. Gjennom intervju får informantene mulighet til å dele sine tanker, meninger og opplevelser om fenomenet som studeres (Thagaard, 2013, s. 95). En intervjuguide (Vedlegg 1) ble på forhånd utarbeidet som et semistrukturert livsverdensintervju (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 156; Langdrigde, 2006, s. 56). Intervjuguiden bestod av fire hovedtemaer; kommunikasjon, relasjoner, følelser og forventninger, og var konstruert med tanke på at den skulle åpne opp for informantenes refleksjoner rundt temaene.

Det ble foretatt et pilotintervju med en informant innen målgruppen (Johannessen et al., 2016 s.155). Basert på dette gjorde jeg små justeringer slik at det ble tydeligere hva jeg ønsket at informantene skulle reflektere over. Når det er sagt er det viktig å presisere at det er informantens historie som skal belyses, og hver enkelt historie som skal fortelles. Det var derfor vesentlig at de fikk anledning til å vektlegge det de ønsket å løfte frem innenfor

temaet, og utelate det de ikke ønsket å snakke om, selv om det ville avvike fra intervju-guiden (Smith et al., 2009, s. 64-65; Thagaard, 2013, s. 97). Ved å utelate temaer som er uvesentlige ga det anledning til å gå i dybden på de temaene informanten fant mest betydningsfulle. Dette ble gjort ut i fra en tanke om at informanten er ekspert på eget liv og er den som kjenner opplevelsen best.

3.1.2 Rekruttering og utvalg

Rekrutteringen til studier av sosiale fenomener gjøres ut ifra en strategisk tanke om hvem som kan ha noe å si om fenomenet eller temaet som skal undersøkes (Thagaard, 2013, s. 60). Anbefalingen for antall informanter i en kvalitativ studie er at det må være tilstrekkelig for at problemstillingen blir rikt belyst og samtidig ikke flere enn at informasjonen kan håndteres (Johannessen et al., 2016, s. 64). Fenomenet må bli grundig belyst, og det må derfor innhentes så mye informasjon at ytterligere mer ikke vil tilføre studien noe vesentlig (Thagaard, 2013 s. 65). Ved å ha valgt IPA som analysemetode følger det å ha relativt få informanter. Fra tre til seks informanter anses som tilstrekkelig mange for å finne det som er felles og det som skiller dem (Smith et al., 2009, s. 51). Jeg vurderte at fire til fem informanter var et passende stort utvalg for å gjennomføre prosjektet.

Inklusjonskriteriene for å være informant til utvalget var:

- Foreldrenes skilsmisse måtte ha funnet sted da informantene var 25 år eller eldre
- Det måtte ha gått minst tre år siden skilsmissen

Det var et ønske at informantene hadde fått skilsmissen litt «på avstand». Min vurdering var at det kunne ha gitt dem anledning og tid til å gjøre refleksjoner rundt temaet. Videre var det et ønske at informantene skulle ha flyttet hjemmefra, fordi det kan antas å være en annen opplevelse enn om de bodde i barndomshjemmet på tidspunktet skilsmissen skjedde.

Da nettverket mitt ble informert om at det var behov for informanter, fikk jeg umiddelbart henvendelser fra tre kvinner som ønsket å bidra. Videre ble det lagt ut en status på Facebook hvor jeg søkte etter informanter. Det resulterte i 11 henvendelser, og jeg måtte gjøre et strategisk utvalg. Jeg valgte to personer som hadde opplevd foreldrenes skilsmisse da de var i slutten av tjueårene, og to som hadde opplevd skilsmissen som godt voksne. Alle oppfylte inklusjonskriteriet om at det hadde gått minst tre år siden skilsmissen. I tillegg til disse fire

ble informanten fra pilotintervjuet tatt med. Vedkommende fylte inklusjonskriteriene samtidig som materialet både var adekvat og inneholdt interessante fortellinger.

Datamaterialet består dermed av fem livsverdensintervjuer. De resterende personene som hadde meldt interesse for å delta, ble tilskrevet og takket for interessen.

Det er sannsynligvis like mange menn og kvinner som har opplevd fenomenet. Det var kun kvinner som meldte seg som informanter, noe som kan være en interessant forskjell å utforske, men jeg velger å ikke legge et kjønnsperspektiv til grunn i denne undersøkelsen.

3.1.3 Presentasjon av informantene

I det følgende blir informantene kort presentert. For å ivareta deres anonymitet, har de fått fiktive navn i funn-presentasjonen.

Anita er en kvinne på 55 år. Da hun var 39 år, ble foreldrene skilt. Anita har selv gjennomgått en skilsmisse fra sin første mann. Hun har høyere utdanning, er i jobb og bor på et tettsted på Østlandet med mann og barn. Anita ble veldig overrasket, og er det enda, over foreldrenes skilsmisse.

Berit er 54 år. Foreldrene skilte seg da hun var 26 år. Hun har selv skilt seg fra sin første mann. Berit har tatt høyere utdanning og er i jobb. Hun bor i en bygd på Østlandet sammen med mann og voksne barn. Berit vurderer at foreldrene ikke hadde det bra i ekteskapet. Likevel ble hun veldig overrasket, også fordi nyheten kom på en merkedag i familien.

Hilde var 34 år da foreldrene gikk fra hverandre for ti år siden. Også Hilde er skilt fra sin første mann og har høyere utdanning. Hun bor i en by på Østlandet med mann og barn. Foreldrene til Hilde var et idealpar for mange, overraskelsen var stor da de gikk fra hverandre. Hilde fikk vite om skilsmissen i forbindelse med at storfamilien hadde opplevd noe hun vurderte som svært samlende og hyggelig.

Sissel var 29 år, hadde nylig blitt singel og var ferdig med høyere utdanning da foreldrene ble skilt. I dag er hun 34 år og bor med mann i en by på Østlandet. Sissel hadde tidlig tenkt at foreldrene kom til å skille seg. Da skilsmissen ble kjent ble hun likevel veldig overrasket, da hun trodde foreldrene hadde valgt å fortsette ekteskapet og at de nå hadde fått det fint sammen.

Åse er 31 år, hun var 28 år da skilsmissen fant sted. Åse har også høyere utdanning og er i jobb. Nå bor hun i en by på Østlandet med sin mann. Åse hadde vanskeligheter med å forstå at foreldrene skulle skilles etter det hun vurderer som et svært harmonisk familieliv. Hun opplevde også at skilsmissen kom på et ubeleilig tidspunkt i familiens liv da faren hadde gjennomgått alvorlig sykdom.

3.1.4 Gjennomføring av intervjuene

Intervjuene ble gjennomført i september og oktober 2019. Informasjonsskriv med samtykkeerklæring var sendt informantene på forhånd (Vedlegg 2). Alle hadde lest, og skrevet under erklæringen før samtalen startet.

Det var et kriterium at informanten og jeg skulle befinne oss i samme rom under intervjuet. Relatert til å ha et systemisk kommunikasjonsperspektiv er jeg opptatt av hvordan språk er mer enn ord, og hvordan ikke-verbale uttrykk er en del av samtalsinnhold og forståelse. I tillegg tror jeg det er enklere for informantene å åpne seg dersom de ser min respons på det de sier. Jeg vurderer det til at det blir mere samtale enn intervju på den måten. Det var også en faktor av betydning å legge til rette for at samtalerommet skulle oppleves som godt for informantene. Smith et al. (2009, s 63) påpeker at det er intervjuerens ansvar å skape den nødvendige tilliten slik at informantene føler seg trygge nok for å kunne åpne seg. Informantene fikk selv velge hvor intervjuene skulle finne sted. Tre av intervjuene ble gjort hjemme hos informantene, mens de to resterende ble gjort på arbeidsplasser. Det ble gjort lydopptak med diktafon av alle intervjuene.

Gitt den store responsen for å delta som informant i studien, hadde jeg en ide om at mange hadde fortellinger det var viktig for dem å bidra med. Min forforståelse innebærer også informasjon om at skilsmisse er stressende for familier. Muligens ville de fortelle om ting som hadde vært vanskelig for dem. Spørsmål jeg anså for å være lite sensitive ble planlagt å stilles først fordi jeg ønsket å skape en atmosfære der det var greit å snakke, også om det som eventuelt var vanskelig. Målet var at informantene skulle ha tillit til min behandling av narrativene de gav meg.

For å komme i gang med fortellingen, oppfordret jeg informantene til å si noe om hvordan det hele startet, og hvordan de ble informert om skilsmissen. Flere viste allerede der at temaet vekket følelser. Alle husket veldig godt både når det skjedde, hvor de var da de ble

informert og hvem som informerte dem. Vi kom raskt i gang, og jeg opplevde at informantene snakket fritt og utdypende om temaene. Flere kom inn på temaer jeg hadde planlagt i intervjuguiden, men som jeg enda ikke hadde introdusert. Rekkefølgen på spørsmålene var ikke av betydning, og vi beveget oss frem og tilbake i temaene i tråd med Smith et al. (2009, s. 64) sine anbefalinger.

Det er personlig og til dels sensitiv informasjonen fra informantene som skal fortolkes. Dermed var det viktig å gi informantene den tiden og roen de trengte til å reflektere. Informantene ble noen ganger spurt om å utdype svarene sine, dermed ble det åpnet for at de kunne si mer om temaet og beskrive det fra flere «vinkler». Det var også et ønske at informantene ikke skulle kjenner på å ha sagt for mye (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 107). Eksempelvis kunne temaene omhandle 3. person, i dette tilfellet søsken, foreldre og stefamilier (se også kapittel 3.5 om etiske vurdering hvor dette er utdypet).

Intervjuene varte mellom 53 og 82 minutter. Etter hvert intervju hadde vi en liten debriefing der jeg takket informantene for bidraget. De ble oppfordret til å ta kontakt i ettertid dersom de hadde kommentarer, spørsmål eller noe de ville utdype ytterligere. Begrunnelsen for dette var både ivaretagelse av informantene og å få med eventuell tilleggsinformasjon. I etterkant av hvert intervju skrev jeg logg der jeg noterte hva jeg ble spesielt oppmerksom på gjennom samtalen.

3.1.5 Transkribering av intervjuene

Transkribering er nedtegnning av muntlig materiale. Jeg valgte å transkribere selv for å bli godt «kjent» med materialet. Transkriberingsprogrammet *Transcribe by Wreally* ble valgt som programverktøy. Transkripsjonene ble gjort manuelt ved at jeg skrev ned hvert ord som ble sagt i lydopptaket. Totalt utgjorde transkriberingen 209 sider. Lyder, kremt og pauser ble også notert da det kunne bidra til tolkningen av materialet. I tråd med Smith et al. (2009, s. 54-55) opplevde jeg at transkriberingen var en tidkrevende, men viktig del av prosessen. Min vurdering er at det var hjelpsomt i det videre analysearbeidet med materialet at jeg hadde transkribert selv fordi intervjuene kom tydeligere frem i minnet.

3.2 Analysemetode

3.2.1 Interpretative Phenomenological Analysis (IPA)

I denne oppgaven har jeg latt meg inspirere av IPA som rammeverktøy for analysen av dataene. Metoden ble utviklet av Jonathan Smith, som en tilnærming til studier gjort i psykologifaget (Smith et al., 2009, s. 5). I dag blir metoden også mye brukt i andre fagdisipliner, og har vist seg særlig egnet i kvalitative studier der et fenomen skal studeres og fortolkes for å få frem meningsinnhold (Smith & Osborn, 2008, s. 63; Smith et al., 2009, s. 5). Dette gjelder også for denne studien hvor målet er å få større innsikt i hvordan voksne mennesker påvirkes av foreldrenes skilsmisse. Både hermeneutikk, fenomenologi og idiografi preger grunnlaget for metoden (Smith et al., 2009, s. 29).

3.2.2 Hermeneutikk

Hermeneutikk betyr forståelselære eller fortolkningslære, både av tekster, diskurser og adferd (Anderson, 2003, s. 67). Forståelse blir gjerne knyttet til handling og språk, hvor språket blir ansett som det viktigste (Krogh, 2014, s. 8). Så snart et barn kan frembringe en setning, stiller det spørsmålet «hvorfor det?», og søker forståelse og mening gjennom språket. Vår forståelse starter aldri på et nullpunkt. Informasjon og sanseintrykk persiperes ustanselig, og bygger på tidligere forståelse (Krogh, 2014, s. 49). Erfaringer og kunnskap er eksempler på hva som ligger i den forutgående forståelsen, ofte kalt forforståelse (Krogh, 2014, s. 50). Forståelse er dermed en fleksibel, dynamisk og sirkulær prosess som kan illustreres ved hjelp av den hermeneutiske sirkel (Krogh, 2014, s. 25). Den har ingen begynnelse og ingen slutt, vi er hele tiden underveis. Forforståelsen innvirker på tolkninger vi foretar oss i møte med fenomener, nye erfaringer og ny kunnskap. I følge filosofen Gadamer er den en ressurs som bidrar til at vi nettopp erverver ny forståelse (Krogh, 2014, s. 50; Thomassen, 2017, s. 86).

Tolkning av data fra intervjuer gjøres i dialog mellom teksten og forskeren. Forståelse blir til ved å se på delene av det vi søker å forstå, opp mot helheten, ikke delene løsrevet hver for seg (Thagaard, 2013, s. 91). Ved å gå frem og tilbake i teksten, mellom helheten og delene, kan teksten gi en ny og utvidet forståelse og mening. Innsikt vil også kunne gi meg erkjennelse av at det er uendelig mye jeg ikke har innsikt i. I hermeneutikk åpnes det også for å se på mer enn de uttalte ordene (Smith et al., 2009). Informantenes kroppsspråk, alle

kremt, pauser og så videre vil kunne påvirke min fortolkning av deres meningsskaping. Kvaliteten på en undersøkelse kan preges av hvorvidt forskeren har nok kunnskap om og forforståelse for temaet, slik at relevante oppfølgings spørsmål blir stilt som respons på informantens svar (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 84). I motsatt fall kan forforståelsen hindre nye tanker om temaet ved at forskeren har en forutinntatt holdning til temaet, og dermed stiller spørsmål ut i fra sin egen forforståelse. Viktig informasjon og alternative fortolkninger vil i så tilfelle kunne gå tapt (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 268).

Mening skapes alltid i relasjon til noe, og kulturen vi er en del av, har betydning for meningsskapingen (Thagaard, 2013, s. 38, Krogh, 2014, s. 50). Tiden vi lever i, og rådende diskurser, kan eksempelvis innvirke på meningsskapingen. Informantene har allerede tolket sin opplevelse når de forteller til meg. Jeg kan bare ha en forestilling om, eller tolkning av, hvordan den andre prøver å tolke sin livsverden for så å forsøke å gripe den. Med et sosialkonstruksjonistisk perspektiv er tolkningen gjort blant annet ut i fra hvordan vi i vårt samfunn snakker om skilsmisse og familieliv. Med et hermeneutisk perspektiv ansees at mennesker fortolker fenomener på ulike måter, subjektivt, og at ingen fortolkning er bedre enn en annen (Thagaard, 2013, s. 41). Hermeneutisk tenkning vil kunne være hjelpsomt i arbeidet med å forstå, forklare og fortolke på hvilke måter informantene skaper mening ut fra opplevelsen av foreldrenes skilsmisse.

Hermeneutisk filosofi er beslektet med systemteori, hvor det er fokus på hvordan konteksten vi befinner oss innenfor vil påvirke opplevelse og meningsskaping (Anderson, 2003). Informantene i denne studien befinner seg innenfor en familiekontekst som har gjennomgått en endring. Med en hermeneutisk forståelse forutsettes det at forskeren og informanten gjensidig påvirker og påvirkes underveis i samtalen. Når målet er større innsikt via fortolkning av opplevelser og erfaringer, er det ikke hverken ønskelig eller mulig å produsere allmenngyldige sannheter og konklusjoner (Anderson, 2003, s. 68). I møte med den andre og med teksten, vil jeg hele tiden få ny kunnskap, nye erfaringer og ny innsikt, og dermed er jeg selv og min erkjennelse også stadig i endring.

3.2.3 Fenomenologi

Fenomenologi er en samling av filosofiske tanker og ideer, og står sentralt innenfor kvalitativ tenkning og bidrar til forståelse av erfarte fenomener (Thomassen, 2017, s. 82). «Tingene slik

de kommer til syne *for oss*, er det filosofen Husserl kaller for *fenomener*» (Thomassen, 2017, s. 83). Mening konstrueres ut i fra levd liv i verden, i relasjon til andre (Smith et al., 2009, s. 17).

Menneskets oppmerksomhet er alltid rettet mot noe (Langdridge, 2006, s 271). Alt som sanses og oppleves sees i forhold til noe annet. Det er altså ikke virkeligheten slik andre beskriver den som gir oss erkjennelse, men personlige opplevelser av virkeligheten, og hvordan mening for den enkelte skapes, ut i fra livshistoriene våre som er det vesentlige (Thagaard, 2013, s. 40; Thomassen, 2017, s. 85).

Ved å undersøke et fenomen bør vi søke å sette til side den bevisste forforståelsen, teorier og kunnskap vi har fra før (Thomassen, 2017, s. 84, Kvale & Brinkmann, 2015, s. 268). Denne prosessen kalles *epoché* og handler om å frigjøre seg fra tidligere antakelser og forutinntatthet, og rette fokuset kun mot fenomenet selv (Smith et al., 2009, s. 51). Først da vil vi kunne gripe fenomenet mest mulig slik det fremtrer. Det diskuteres, også innenfor fenomenologien, om *epoché* i det hele tatt er mulig (Langdridge, 2006, s. 272). Jeg opplever det som anstrengende å sanse et fenomen fullt ut og uten å legge til antakelser ut fra tidligere erfaringer, men er meg samtidig bevisst å forsøke å legge *epoché* til grunn i analysene. Filosofen Maurice Merleau-Ponty interesserte seg særlig for kroppens betydning for vår væren (Lock & Strong, 2014, s. 76 ; Smith et al., 2009 s. 18). Han mente at vestlige filosofer har hatt et for stort fokus på hjernen, og han har tilført fenomenologien ideer om kroppens betydning (Smith et al., 2009, s. 198; Kvale & Brinkmann, 2015, s. 44). Ingen kroppsdel kan separeres fra de andre, derfor må mennesket sees på som et helt subjekt (Lock & Strong, 2014, s. 80-81). Kroppen har vi alltid med oss, vi er *i* den. Gjennom bevegelser, sansning og persepsjon forholder vi oss aktivt til verden. Kroppslige reaksjoner kan komme uten at vi er dem bevisst, og som en reaksjon på noe forutgående. I følge Merleau-Ponty er kroppen dermed en intensjonal erkjennelseskilde hvor kroppslig relasjon til verden og omgivelsene er grunnleggende for vår væren (Smith et al., 2009, s. 198). Dette vil påvirke relasjonen mellom forskeren og informanten i intervjusamtalen hvor vi kommuniserer både verbalt og kroppslig (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 125).

3.2.4 Idiografi

IPA har et idiografisk tilsnitt i det faktum at fenomenet som ønskes utforsket er en erfaring litt utenom det vanlige, en livshendelse (Smith et al., 2009, s. 29). Hvordan den konkrete hendelsen har innvirket på informanten blir et hovedtema, og detaljerte beskrivelser er en forutsetning for å få ut nok meningsinnhold. Dette i motsetning til studier som søker å generalisere, for eksempel i forhold til et stort utvalg. Med et idiografisk utgangspunkt er det nødvendig å komme nær opptil informantens livshendelse. Det er ikke mulig å fullt ut forstå en annens opplevelse fordi jeg har et annet ståsted. Fenomenet som utforskes i denne studien foregår innenfor konteksten av familieliv, og har relasjonelle aspekter, i tråd med det idiografiske tilsnittet (Smith et al., 2009, s.29). Det relasjonelle omhandler informantene og deres familier. Fenomenet blir belyst slik det oppleves for den enkelte og i forhold til hvilken mening det har fått for den som har opplevd det. Det fokuseres også på hva som forener eller skiller de ulike informantens subjektive opplevelser av tilnærmet sammenfallende livshendelser.

3.3 Analysearbeidet

Målet med analysen var å trekke mening ut av informantens fortolkninger av foreldrenes skilsmisse. Jeg har forsøkt å fortolke de enkelte informanters subjektive og detaljerte beskrivelser av det fenomenet de har til felles å ha opplevd, i samsvar med IPA sitt idiografiske fokus (Smith et al., 2009, s. 29). Hva betyr foreldrenes skilsmisse for dem og deres livsverden? Målet for mine samtaler med informantene var nysgjerrighet og åpen lytting relatert til hvordan de hadde opplevd skilsmissen. Hva hadde de til felles og hva var ulikt i deres beskrivelser? Etter intervjuene satt jeg igjen med et rikt materiale da alle informantene hadde delt raust av sin erfaring.

3.3.1 Stegene i analysen

Det å analysere data ved hjelp av IPA betyr ikke at en mal må følges til fulle (Smith et al., 2009, s. 80). Likevel er en lineær seks-trinns-trapp beskrevet som logisk ved analyse av materialet (Smith et al., 2009, s. 221-222). Videre følger en kort presentasjon av trinnene, og hvordan analysen ble utført.

Steg 1: Lesing og re-lesing

Jeg startet med både å lese transkripsjonene og å høre igjennom intervjuene. Målet var å lytte så «åpent» som mulig, slik at det var den enkelte informants «stemme» som kom fram. Jeg forsøkte å legge bort forforståelsen i form av antakelser og tanker om hva jeg kom til å høre, og lytte til det informantene faktisk fortalte. Her forsøkte jeg å være fullt tilstede, å bli værende i prosessen og ikke haste videre. Jeg opplevde å få stoffet mer «under huden» gjennom lese-og lytteprosessen.

Steg 2: Innledende kommentarer:

Transkripsjonene fikk linjenummer og brede marger. På høyre side av transkripsjonen ble det jeg vurderte som meningsbærende utsagn notert, samt noen direkte sitater og noen omskrivninger av utsagnene, gjerne med nøkkelord. Et eksempel på en kommentar kan være: «Hun følte seg sviktet». Jeg lette etter utsagn som kunne beskrive hva som var betydningsfullt for informantene å fortelle om, og videre hva det kunne bety. Meningsbærende utsagn ble markert med farge i transkripsjonen.

Steg 3: Temaer begynner å vise seg

Den venstre kolonnen ble brukt til refleksjoner, ideer og tanker om relevant teori som kunne bidra til å forstå utsagnene. Jeg erfarte at jeg allerede i steg to begynte å notere i venstre kolonne. Det ble mer håndterbart for meg å slå sammen disse to aktivitetene og notere både i høyre og venstre kolonne samtidig. Jeg beveget meg frem og tilbake i materialet. På dette stadiet blir informantene stadig «fjernere» mens forskeren «trer mere fram» i materialet (Smith et al., 2009, s. 221-222). For meg betød det at mine utforskende «dialoger» med materialet ble en stadig større del av analysen.

Steg 4: Søken etter sammenhenger og mønstre

Transkripsjonene ble skrevet ut på papir. Fortolkede, meningsskapende utsagn ble klippet ut og lagt utover. Utsagnene ble gruppert etter temaer som videre ble undersøkt for likheter og ulikheter. Mange av utsagnene ble flyttet rundt i et forsøk på å passe inn under det ene eller andre temaet. Her kom jeg stadig tilbake til transkripsjonsdokumentet for å se hvilken kontekst sitatet sto i. Jeg satt igjen med noen temaer jeg valgte å jobbe videre med.

Steg 5: Videre til neste transkripsjon

Steg en til fire ble utført på alle transkripsjonene før jeg begynte å sammenlikne de ulike informantenes utsagn, i samsvar med betydningen av å holde på en idiografisk forpliktelse overfor hvert case. I tråd med IPA`s idiografiske fokus, søkte jeg også å «nullstille» meg før analysen av hvert intervju (Smith et al., 2009, s.100). For å identifisere likheter og ulikheter i informantenes utsagn, så jeg de ulike tekstene hver for seg og fragmentert, men også i sammenheng med de andre, iht Smith et al. (2009, s. 91). Dette ga en ny forståelse.

Steg 6: Søken etter likheter mellom informantenes utsagn

Her var målet å se etter likheter og ulikheter mellom de ulike informantenes uttalelser. For å få en bedre oversikt over hvor mange informanter som hadde sagt noe om de ulike temaene, fikk hver av informantene sin egen farge på de meningsbærende utsagnene. Jeg endte opp med et stort datamateriale. De temaene som var mest fremtredende, relatert til problemstilling og forskningsspørsmål, blir videre fremstilt som undersøkelsens funn.

I Vedlegg 3 er det gitt eksempler fra analysen, og i Tabell 1 er det gitt et eksempel på kodeprosessen.

Tabell 1. Eksempel på kode-prosessen

Linjenr.	Meningsfortetting og «in vivo codes»	Eksempel på transkripsjon	Teoretisk og personlige refleksjoner til teksten
1412-13	Følte meg som barn, at noen gir omsorg og duller	I: Ee, ja, det var, det handler vel litt om den. Ee å føle at noen gir deg omsorg, da, og duller litt med deg og på en måte..	Mistet følelsen av at noen duller litt med meg
	Tilknytning		
1414		A: som du mistet litt?	
1415	Mistet det	I: Ja	
1417-23	Savnet det veldig. Jeg hadde set så vondt, da er jeg vandt til å få trøst hjemmefra, men jeg fikk ikke for det var jo de som gjorde at jeg haddet det vondt. De skulla ha trøstet	I: Ja. Savnet VELDIG. NETTOPP fordi det var, jeg hadde det så vondt. Og da er jeg vant til å få trøst hjemmefra og så kunne jeg ikke det for det var jo. DE som gjorde at jeg hadde vondt. Så det var ikke BARE det at DET var vondt men det var i tillegg. . de som da skulle trøste	Savnet veldig at noen dullet. Omsorg og trøst som jeg skulle fått når jeg hadde det vondt. Det påførte meg smerten. Hvem skulle trøste? Dobbelt smerte.
	Tap av omsorgspersoner		

3.4 Etiske vurderinger

Under presenteres noen av de etiske retningslinjene jeg har fulgt ved gjennomføring av masterprosjektet. Informantene i prosjektet fikk tilstrekkelig informasjon om hva det skulle forskes på og at det vektlegges anonymitet. Det ble opplyst om at de uten å gi en begrunnelse, kunne trekke seg fra studien inntil analysen var påbegynt. Alle informantene undertegnet et samtykke hvor disse forholdene var inkludert (Thagaard, 2013, s. 26). Jeg anser ikke mine informanter for å tilhøre en marginal gruppe, og mener rekrutteringsmetodene jeg har benyttet er hensiktsmessige. Utvalget er anonymisert med pseudonym, så det skal ikke være mulig å kjenne dem igjen. Stedsnavn og andre egennavn er endret. Av samme grunn ble også dialekter i transkripsjonene omskrevet til normert bokmål.

Opplysningene om informantene er oppbevart på egne lister som er nedlåst, og vil makuleres når prosjektet er ferdigstilt (Thagaard, 2013, s. 30).

Som forsker har jeg tatt mange valg underveis i prosessen som vil kunne gi ulike utslag på resultatene. Jeg valgte ut spørsmålene og stilte dem, mens informantene svarte. Likeledes er det jeg som har tolket utsagnene (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 52). Posisjonen kan forbli ganske anonym for meg som forsker, mens informanten eksponerer mye fra eget liv og erfaring av sensitiv og personlig informasjon. Informantene og jeg er i så måte altså ikke jevnbyrdige. Jeg er opptatt av å forvalte den makten jeg har i forbindelse med studien til det beste for informantene og deres utsagn for å skape god forskning. Dette gjelder blant annet hvordan jeg fremstår for informantene og hvordan jeg «tar imot» og «foredler» informasjonen jeg får.

Studien er godkjent av NSD- Norsk senter for forskningsdata (Vedlegg 4). De påpekte imidlertid at informantene kom til å snakke om 3. personer, sine foreldre og eventuelt søsken, og at personvernet måtte ivaretas også med tanke på dem. Jeg opplevde å få en større bevissthet rundt betydningen av ivaretagelse av 3. persons anonymitet, og mener å ha hatt det med gjennom hele prosessen. Behandling av data, herunder også lydopptak, er ivarettatt etter gjeldende retningslinjer og anbefalinger fra NSD.

3.5 Validitet, reliabilitet og overførbarhet

IPA-metoden beskrives av Smith et al. (2009) som en kreativ metode. Forskningens troverdighet vurderes ut ifra kriterier som er tilpasset den enkelte studie. Kvalitet må kunne vurderes ut ifra studiens troverdighet (Thagaard, 2013, s. 193), det vil si i hvilken grad resultater fra en studie er gyldig (validitet) og i hvilken grad studien kan etterprøves (reliabilitet).

I følge Thagaard (2013, s. 205) handler validitet om at forskeren redegjør for alle steg i forskningsprosessen og er transparent i forhold til valg, metode og egen forforståelse. Kvale & Brinkmann (2015, s. 278) hevder at validitetsbegrepet bør være en gjennomgående premiss gjennom hele forskningsprosessen, fra den tidlige planlegging til den ferdige rapport. I studien har jeg lagt vekt på å gi en detaljert beskrivelse av hvert skritt i forhold til metode og analyser. Det innebærer også å ha hatt et kritisk blikk på egne valg og agering i

alle deler av prosjektet. Mitt forhold til informantene og fenomenet jeg skriver om er beskrevet. Videre har jeg gjort rede for hvordan jeg har skaffet til veie data. Forforståelsen min er også beskrevet. Jeg vurderer det dithen at prosjektet er utført med klokskap ut fra de praktiske grepene som har blitt tatt underveis.

Reliabilitet sier noe om forskeren fremstår troverdig og tillitvekkende for leseren (Thagaard, 2013, s. 201-203). Forskerens troverdighet kan også vurderes ut fra om han eller hun skiller mellom ervervet informasjon og egne vurderinger (Thagaard, 2013, s. 203). Det vil si at det må fremkomme tydelig hva som er funn og hva som er diskusjon. Med en fenomenologisk-hermeneutisk forståelse er resultatene ikke vurdert som lovmessigheter, men subjektive fortolkninger fra informantene som jeg igjen har forsøkt å tolke. Min vurdering er at andre forståelser og annen meningskaping også er mulig.

Overførbarhet av funn vil si noe om i hvilken grad mening skapes utover studien selv, samt hvor meningsfull leseren finner studien (Thagaard, 2013, s. 211). Det bør skapes en mulig gjenkjennelse og gi en større innsikt hos mennesker med samme erfaringer som informantene, dersom studien skal ansees som overførbar. Det har vært et mål for meg at også andre som har opplevd dette fenomenet kan ha nytte av beskrivelsene i denne analysen. Mitt håp er at fagfeltet også kan dra nytte av studien.

4 Presentasjon av funn

I dette kapittelet presenterer jeg de funn og undefunn jeg har kommet frem til ved hjelp av IPA. Funnene i analysen ble inndelt i tre hovedfunn og ni underfunn, og er presentert i Tabell 2. Informantene beskrev følelsesmessige belastninger, endringer i kommunikasjon samt fokus på eksistensielle spørsmål etter skilsmissen. Hvert funn illustreres med sitater fra informantene.

Tabell 2. Hovedfunn med underfunn basert på samtaler med informantene.

Hoved-funn	Skilsmissen opplevdes som følelsesmessig krevende	Kommunikasjonen rundt skilsmissen opplevdes som vanskelig	Skilsmissen skapte eksistensielle spørsmål
Under-funn	Følelser og følelsesmessige konsekvenser	De snakket ikke om annet	Hvem er mor og far og hvem er jeg nå?
	Forandrede foreldre	De delte intime detaljer	Hører jeg til noe sted?
	Store barn, store bekymringer	De snakket nedsettende om hverandre	Hva kan jeg tillate meg å føle?

4.1 Skilsmissen opplevdes som følelsesmessig krevende

Alle informantene opplevde foreldrenes skilsmisse som følelsesmessig vanskelig. Flere beskriver bruddet som sjokkartet. De kjente på følelser som sorg, tap, savn, sinne, tristhet, frustrasjon, svik og skam. Noen av disse følelsene er fremdeles fremtredende i hverdagen, flere år etter skilsmissen.

4.1.1 Følelser og følelsesmessige konsekvenser

Informantene beskrev mange ulike følelser både da foreldrene brøt opp og gikk fra hverandre, men også nå, mange år etter at skilsmissen fant sted. De ble sjokkerte og sinte, frustrerte og lei seg, og de reagerte med skuffelse, fortvilelse og skam. Alle fortalte at disse

følelsene har tatt mye plass, og fortsatt har stor betydning i deres liv. De ser tilbake på skilsmissen med sårhet og tristhet.

For Anita har skilsmissen vært inngripende, tatt stor plass i livet, og gjør det fremdeles etter 16 år. Hun har kjent på sinne og frustrasjon i tillegg til at hun har vært mye nedstemt. Samtidig har hun også kjent på stolthet og glede over at foreldrene nå igjen kan opptre sammen ved familiesammenkomster.

Hilde var mye lei seg etter skilsmissen. Hun mener den påvirket henne følelsesmessig i forhold til å finne en partner. Det ble vanskelig å kunne stole på menn. Faren hadde vært et forbilde, men etter at han hadde vært utro og forlot moren ble hun skuffet. Hun skammet seg både over at økonomien endret seg og de praktiske følgene. Skammen handler også om skilsmissen i seg selv.

(...) ja, syns jo det er utrolig, det er liksom skambelagt, eller jeg tenker sånn særlig at det er sånn at man ikke har råd til å beholde ting som man har, som man har liksom hatt siden barndommen, og der hvor venner har vært mye. og sånn for eksempel hytta, da. Det er liksom det å måtte liksom kvitte seg med det, da, at er jo litt skam egentlig med skilsmisse, tenker jeg da. kanskje ikke da man er ung, men litt sånn etter hvert, at man først er godt etablert, og har vært det i veldig mange år, så er det mye som tilsier at det bør holde da, tenker jeg (...) fordi jeg ser hva det gjør med.. ja, altså ikke bare med, liksom ektefellen som du går fra, men hva det gjør med hele familiestrukturen, liksom. (Hilde, linjenummer 468-495)

For Åse utløste skilsmissen et vell av følelser. Hun kjente på stor bekymring, var lei seg, sint, sjokkert og skuffet. Da moren fortalte Åse om skilsmissen, opplevde Åse at det ble bagatellisert. Hun ble svært overrasket og nedbrutt.

I det hun sier det så liksom forsvinner jeg litt, eller det blir litt sånn. akkurat som jeg drukner litt da... (...) Nei, jeg kjente sug i magen. det var veldig sånn rystende (...) det blei sånn ekstra. følelse av at nå. ja svikter beina litt liksom og, ja. (Åse, linjenummer 38-62)

Berit fikk vite om skilsmissen dagen før en viktig eksamen, noe som førte til at hun fikk problemer med å konsentrere seg. Berit ble både sint, frustrert, fortvilet men også lettet.

Det hadde ikke alltid vært så god stemning hjemme. Hun mener foreldrene ikke hadde det så greit før de skilte seg, men heller ikke etterpå. Måten de snakket om hverandre på var tøft å være vitne til.

Den første tiden etter bruddet gråt Sissel mye . Tårene kunne komme brått og ofte uten at hun forsto hvorfor. Hun måtte undertrykke følelsene sine, ville ikke at familien skulle se at hun gråt. Det var vanskelig å slappe av og finne ro. Skilsmissen sammenfalt med andre ting i livet som var ustabil. Hun var i et vikariat, på vei ut av kollektiv og inn i egen leilighet. I tillegg hadde hun vært singel et års tid og nærmet seg 30 år. Sissel mener at voksne som opplever fenomenet burde snakke mer om hvor tøft det er.

Alle informantene kjente på sorg og tapsfølelser. De opplevde å ha mistet enten mor, far eller familien sin. For Hilde ble det en opplevelse av å miste både far og barnas bestefar. Det var mye som ble vanskelig med det. De hadde mindre samvær da han tilbragte mye tid sammen med sin nye kone og hennes barn. Før skilsmissen hadde de et nært forhold, og hun karakteriserer seg som pappajente. Flere ganger fortalte hun om å ha «tapt» faren.

Sorg og tap var fremtredende følelser også for Sissel. Hun opplevde å ha en enkel familiekonstellasjon før bruddet men følte nå på å ha tapt familien sin. Det synes hun fortsatt er vanskelig. Hun erindret foreldrenes krangler i barndommen, men husket også mye fint familieliv. Hun lurte også på om foreldrene har holdt sammen lenger enn de burde. Det skulle hun gjerne visst mere om.

(...) Så mye av.. også litt sånn sorg over..eh, jeg tenker liksom. det livet de. kunne levd, da (snakker lavt, høres berørt ut) eller sånn.. hva ville skjedd hvis de hadde skilt seg tidligere hvis de ikke har egentlig hatt det så bra. (Sissel, linjenummer 469-486)

Berit opplevde skilsmissen som vond. Hun mente hele familien var i sorg «Ikke sant det er jo en sorg du har selv for moren og faren din flytter fra hverandre, og så har de en sorg i sin egen prosess, så vi. alle var i en sorg» (Berit, linjenummer 712-714).

Samtidig var Berit og flere informanter skuffet over at hverken foreldrene eller besteforeldrene så deres behov for omsorg og beskyttelse midt i konflikten. De følte seg oversett, særlig av moren, slik Berit forteller her:

(...) moren min. hun var i sin egen. sorg ja, også.. men at hun så bare seg selv, at hun ikke skjønnte at. vi også hadde følelser, at vi måtte stoppe henne og det. At nok er nok, altså, (...) og at det var.. ingen rundt, altså ikke besteforeldre heller, som kunne si at. Men vet du hva nå er det nok for disse barna. (Berit, linjenummer 1142-1163)

I tiden etter skilsmissen merket Åse at relasjonen til mor ble svært dårlig, og hun mente moren ikke agerte i tråd med forventningene til hvordan å være mor. Hun kjente på tapsfølelse, og opplevelsen av å ha mistet moren sin. Åse ble i tvil om moren var «den samme», og kjente på en emosjonell avstand. Hun savner fortsatt å være sammen med moren slik som før. Tidligere hadde de hatt en tett relasjon, og hun pleide å gå til moren når hun hadde det vanskelig eller trengte råd. Åse kjenner på sårhet og savn i forhold til kontakt og uten å ha «en fremmed kar» eller «en fjern onkel», som hun kaller stefaren, sittende i sofaen. Dette er til tross for at begge foreldrene har fått «fine» nye partnere, og har det bedre enn før.

Anita tror egen sorg kan ha preget datteren som hun mener har tilegnet seg mye kompetanse på hvordan en skilsmisse kan innvirke på voksne barn. Anitas bekymringer for foreldrene har også preget kommunikasjonen i egen familie. Datteren, som var nyfødt da besteforeldrene skilte lag, har hatt ukentlig kontakt med begge besteforeldrene. Det er viktig for Anita at datteren ikke skal erfare å få skilte foreldre slik hun selv har gjort.

4.1.2 Forandrede foreldre

Samtlige informanter fortalte at minst en av foreldrene hadde det vanskelig i tiden etter skilsmissen. Flere sa at minst en av foreldrene fremsto stakkarslig. Dette var krevende å være vitne til. Foreldrene til Sissel skiltes som venner, men i forbindelse med salg av bolig sluttet de likevel å snakke sammen. Det var veldig leit for Sissel å erfare. Hun synes det er «skikkelig kjipt» at de som har levd sammen i mange år, og er hennes foreldre, har en slik konflikt (Sissel, linjenummer 344).

Både foreldrene til Hilde og Anita hadde store planer for fremtiden. De var aktive og skulle blant annet reise. Etter skilsmissen var det mye som endret seg. Moren til Hilde hadde gått av med tidligpensjon, men måtte tilbake i jobb igjen. Å se at mors og fars drømmer og planer om reising og hytteliv i pensjonisttilværelsen «gå i knas», ble tungt. Hilde opplevde at moren

sørget over alt hun hadde mistet, og Hilde beskrev det som «trist og grusomt å være vitne til» (Hilde, linjenummer 361). Moren til Anita var «langt nede» etter skilsmissen og fortalte at hun ønsket å dø. Fremtidsdrømmene var «knust». Anita gråter når hun forteller om morens «fall» og det at hun måtte flytte fra eneboligen til en leid leilighet.

(...) Så når hun da klappa sammen og det da i juni ble snakk om at vi skulle ut og finne en kommunal bolig til henne. da begynte stresset veldig i meg (...) å være med mor. rundt som da hadde bygd dette staselige huset. som hadde en status (...) hadde vært liksom de to i 42 år. ee og for henne å kjøre ned på slitte kommunale boliger og se hvor hun kunne bo henn og sånn. det var altså et mareritt. Så (tårene renner) og du ser jo det er jeg kommer ikke over det (gråter). Forferdelig å se mor sånn (gråter) og det var jo forferdelig å se far sånn. for han gikk jo inn i seg selv. Han gikk inn i en boble (gråter). Han var nesten ikke tilsnakkendes. Begge forandret seg. (Anita, linjenummer 44-67)

Moren til Åse var forelsket i en ny mann mens faren var forlatt og nedbrutt. Faren ble sett på som et legitimt offer mens moren fikk mye motbør og ble ansvarliggjort for bruddet. Åse var skuffet og sint på moren som hun mente ikke tok tilstrekkelig hensyn til faren da han hadde vært gjennom en sykdomsbehandling. Senere tenkte Åse at moren også hadde det vondt da hun hadde blitt isolert fra familien og var alene i situasjonen.

(...) Og jeg visste jo at hun ble lei seg og ble skuffet, følte seg alene hun og. (...) men hun mistet jo og på en måte støtte fra oss. I den perioden (...) hun sto jo veldig alene i det (...) alt hun risikerte ved å gjøre det slutt, da. Alt sinnet fra oss som hun liksom skal tåle, så er hun bare et menneske og så. Det var jo. vondt å se at mor hadde det vondt og. (Åse, linjenummer 1471-1484)

Berit husket, selv etter 28 år, hvordan barndomshjemmet endret seg og hvor rart og trist det var å komme hjem der bare den ene bodde igjen. Hun husker fremdeles opplevelsen da foreldrene delte serviser, sølvtøy og pyntegjenstander. Det var en vanskelig tid hvor hun også så foreldrenes sårhet og smerte. Selv i dag er det vondt å snakke om.

4.1.3 Store barn, store bekymringer

Alle informantene fortalte at de fikk bekymringer etter skilsmissen, og noen av dem vedvarer. De engstet seg blant annet for foreldrene, høytider og for fremtiden. Flere hadde også bekymringer for at foreldrene måtte selge hus og hytter i tillegg til at de selv fikk mye de måtte hjelpe foreldrene med. Bekymringen Åse fikk for faren var betydelig. Hun var redd for hans psykiske helse, og om han orket å leve. For å unngå at han skulle ta selvmord ba hun ham om å søke profesjonell hjelp.

(...) rett etter dette hadde skjedd og jeg snakket med far og han grein og var liksom. så sa jeg og nå går du til psykolog og (...) Da tenkte jeg og. nå tar han livet sitt liksom. Ja, redd for at han skulle ta selvmord fordi det var så bekmørkt. (Åse, linjenummer 839-847)

Forskjellen på mor og far ble svært tydelig for Åse, og hun opplevde å befinne seg i en krevende «spagatposisjon». Moren var i lykkerus og faren var «langt nede». For første gang i livet besøkte Åse faren fordi han trengte det.

Anita har bekymret seg blant annet for om faren var ensom. Hun tenkte at han hadde få venner og levde livet sitt mye alene. I likhet med Åse var også hun bekymret for om faren ville begå selvmord. Anita tenkte også mye på morens fremtid og særlig at hun skulle forbli i en offerrolle og ikke komme seg videre. Etter bruddet hadde også moren fortalt at hun ønsket å dø.

Sissel opplevde at skilsmissen berørte og berører svært mange ting. Eksempelvis hadde familien hatt sterke tradisjoner knyttet til julefeiring, hvor de hadde tilbragt mest tid med slektninger fra den ene forelderens side. Det ble mye «styr» rundt endringer av juletradisjonene. Sissel ville ikke komme i en lojalitetskonflikt og var klar på at hun ville feire jul like ofte med begge foreldrene, selv om det innebar at tradisjoner måtte brytes. I tillegg har hun tenkt en del på hvordan det kan bli å selv gifte seg og få barn når foreldrene ikke er på talefot. Hun har på en måte slått seg til ro med situasjonen i det daglige, men har samtidig et håp om at bryllup eller fremtidige barnebarn kan bidra til at foreldrene igjen kan omgås. Sissel sa:

(...) Det er sånn jeg har begynt å tenke på sånn jeg har foreldre som ikke snakker sammen eller møtes, okay, hva skjer hvis jeg gifter meg, da (latter)? da må de jo komme (latter) begge to. Eller hvis vi får barn jeg og kjæresten min. (Sissel, linjenummer 1316-1320)

Også Hilde var bekymret for fremtidens familiesammenkomster. Hun sier det er mye som kan bli trøblete i storfamilien. Mor ville ikke være i samme selskap som fars nye kone selv etter åtte- ni år. Det gjorde at det ble, og fortsatt er, mye planlegging og mye snakk om hvem som kommer til selskaper og begravelser. Hilde ble formidler mellom foreldrene, kommunikasjonen gikk via henne. Etter hvert skal barna konfirmeres, og Hilde gruet seg til at alle skal møtes, eller at noen kommer til å utebli.

For Berit dreide mye av bekymringen seg om at moren så ut til å aldri komme over bruddet med faren, selv etter alle disse årene. Hun undret seg over hvorfor moren hadde så mye fokus på faren og alt han foretok seg mens hun samtidig snakket så mye stygt om ham.

4.2 Kommunikasjonen rundt skilsmissen opplevdes som vanskelig

Kommunikasjonen etter skilsmissen oppleves vanskelig for informantene. Skilsmissen fikk stor plass i kommunikasjonen med foreldrene og informantene ble involvert i foreldrenes konflikt på ulike måter.

4.2.1 De snakket ikke om annet

For de fleste av informantene dominerte skilsmissen relasjonen til foreldrene på den måten at veldig mye av kommunikasjonen dem imellom dreide seg om forhold rundt skilsmissen. De kjente på at minst en av foreldrene hadde et større behov for å snakke om skilsmissen enn de selv. Det var slitsomt og krevende å høre så mye om bruddet. Informantene ønsket også å snakke om livet for øvrig. Berit følte at hun og moren kun snakket om bruddet og at hun ble satt i en posisjon som mors terapeut. I ettertid skulle hun ønske at hun hadde satt tydeligere grenser og anbefalt moren å snakke med en profesjonell samtalepartner.

Men jeg tror nok jeg var støtte. eller opplever at jeg var støttende for de begge. En stund hvert fall (latter). Man blir litt lei da. at hver gang man skal møtes så er det samme tema om og om igjen. Så hadde det vært i dag, så hadde jeg vel spandert noen terapitimer på moren min, tror jeg bare for, skjønner du? Bare for å.. ja, kunne

si at vet du hva (...) nå får du fem timer eller noe sånt. for at vi trenger litt... blir aldri ferdig med det hvis du skjønner. (Berit, linjenummer 1114-1132)

Åse snakket mye med moren etter skilsmissen. Den første tiden bar kommunikasjonen preg av at Åse var sint og brukte tiden de var sammen på å skjelle henne ut. Hun reagerte som en tenårings og sa mye stygt, men mente at det måtte moren tåle etter hva hun hadde stelt i stand. I ettertid tenker hun at både fokus og reaksjon var betydelig overdrevet.

For Anita var kommunikasjonen med mor over lang tid konsentrert rundt gjentakende temaer om mors utilstrekkelighet, dårlige økonomi og at hun var alene, samt mors mistanke om at far hadde et nytt forhold.

Moren til Hilde har også hatt et stort behov for å snakke om skilsmissen, noe de også gjorde, for mye synes Hilde. Hun opplevde at moren ble veldig selvcentrert og til stadighet fremstilte seg som et offer. Hilde ble imidlertid også svært skuffet over faren som forlot moren. Kommunikasjonen mellom dem ble vanskelig, Hilde brøt kontakten og snakket ikke med ham på fem måneder. Siden har de tatt den opp igjen, men de snakker aldri om skilsmissen.

Til forskjell fra de andre informantene opplevde Sissel nærmest et fravær av samtaler rundt skilsmissen. Hun opplevde at moren gikk inn i et modus hvor hun fikset og ordnet praktiske ting, gjerne med hjelp fra barna. Sissel hadde ønsket å ikke bare høre om det praktiske som skulle gjennomføres. Hun skulle også gjerne ha stilt spørsmål om situasjonen. Hun klarte imidlertid ikke å finne «innganger» til å snakke med moren om følelsesmessige temaer.

4.2.2 De delte intime detaljer

Noen av informantenes foreldre delte mye fra følelseslivet, inkludert intime detaljer, med de voksne barna. Det hadde de ikke gjort tidligere. Det kjentes grense-overskridende og informantene ønsket virkelig ikke å høre dette fra foreldrene sine. Berit fikk vite detaljert fra moren om hvordan hun oppigjennom hadde hatt det med faren. For Berit opplevdes det som ugreit, hun ville ikke høre det. Moren fremsto som stakkarslig for Berit når hun fortalte så mye om foreldrenes samliv.

Åse synes at hun fikk for mye informasjon om personlige, intime ting fra faren. Han kommuniserte med henne som om hun var en venn og ikke som i en far-datterrelasjon. Han

snakket mye mer om sine følelser enn han pleide, noe som kjentes unaturlig. Faren ønsket også å dele detaljer om dating siden de begge var single. Også Anita fikk mere informasjon om foreldrenes samliv enn hun likte, og måtte stoppe moren i å fortelle om seksuelle detaljer fra ekteskapet.

Og sånn som i ren desperasjon hun begynte å fortelle hva hun hadde prøvd å fallby. da. av ting som ikke egentlig var i hennes. natur for at han skulle på en måte syns hun var spennende. da bare hallo.. mor, jeg vil ikke høre om det engang. Det ble alt for mye for meg (...) ja,ja, særlig når det begynte å gå på det seksuelle (...) da får jeg helt sperre. Så sier jeg mor jeg vil ikke høre det mor sa jeg det er det kan ikke ligge på det nivået der, det er ikke mulig. (Anita, linjenummer 549-570)

4.2.3 De snakket nedsettende om hverandre

Flere av informantene opplevde at foreldrene snakket nedsettende om hverandre etter skilsmissen. Det var belastende for dem å høre på, og noe de ønsket skulle opphøre. Berit opplevde det som så vanskelig at hun i perioder ikke orket å ha særlig kontakt med foreldrene. Hun opplevde det som en lojalitetskonflikt, og at hun hadde «havnet i en skvis». Det negative snakket var det mest belastende med hele skilsmissen. Faren gjør det sjeldnere idag, mens moren har fortsatt til tross for at Berit mange ganger har bedt henne om å la være.

Faren til Åse delte negativ informasjon om moren på en digital plattform hvor også alle barna og moren kunne se det. Åse ble dermed involvert i konflikten og så seg nødt til å fortelle faren at han måtte stoppe.

Hildes mor dro henne inn i foreldrenes konflikt ved til stadighet å fortelle negative ting om faren. Det gjør hun fortsatt. Hilde reflekterer over om det er fordi hun er voksen at hun får så mye informasjon. Da hun selv hadde skilt seg fra sitt barns far var hun bevisst på å ikke snakke stygt om ham fordi det ville kunne sette datteren i en vanskelig posisjon. Hilde opplevde å komme i en lojalitetskonflikt, det er fortsatt krevende at moren fokuserer så negativt på faren som hun er så glad i. Hun er oppgitt over at moren ikke kan «sensurere» seg litt overfor henne.

(...) moren min, hun hadde jo liksom ikke noe filter, hun bare, det var det eneste hun ville snakke om. hele det året, flere år. Det var liksom at far hadde forlatt henne og hvor fæl han var, og, ikke sant, alt det der, da. Og det er jo sånn en gang at man er jo like glad i begge foreldrene sine. (Hilde, linjenummer 165-174)

Foreldrene til Sissel har derimot vært bevisste på å ikke involvere barna i deres konflikt. De ville forhindre at barna skulle måtte ta parti. Faren var imidlertid mye sint på moren, og delte nedsettende kommentarer med Sissel.

For Anita sin del var det belastende å høre moren fortelle negative ting om faren blant annet om økonomi. Dette var ting foreldrene aldri tidligere hadde delt med barna. Moren fremsto som bitter. Det var vanskelig å høre negative karakteristikk av far som ikke stemte med hennes eget bilde.

Pappa kjøpte aldri gaver, gavene kom fra min konto (...) og det var skitsmertelig altså, for det var jeg ikke klar over. (...) så da ble det også sånn. bittert for henne og hun fortalte alt hun hadde gitt. Hvem som hadde betalt fra sin konto når jeg studerte i Tromsø og sånn. (Anita, linjenummer 706-720).

4.3 Skilsmissen skapte eksistensielle spørsmål

Informantene har alle reflektert mye over temaet foreldrenes skilsmisse. Mange eksistensielle tanker har dukket opp. Flere har tenkt at de nå har en ny identitet som skilsmissebarn og undret seg over hva skilsmissen betyr for dem.

4.3.1 Hvem er mor og far, og hvem er jeg nå?

Informantene har reagert ulikt på foreldrenes brudd, men alle synes at det har vært en vanskelig og sjokkartet hendelse i livet. Etter bruddet har flere fundert på om de fortsatt har den samme verdien for foreldrene. Foreldrenes valg, kommentarer og handlinger har satt i gang refleksjon hos informantene.

Åse ble usikker på om hun fortsatt kunne regne med moren på samme måte som tidligere. Usikkerheten gikk på en følelse av at moren hadde sveket henne. Dessuten hadde moren holdt igjen sannhet, så Åse ble usikker på om hun kunne stole på henne igjen. Hun synes moren hadde endret seg og fremsto emosjonelt kald.

For Berit har det blitt mange tanker om moren sin trang til å snakke nedsettende om faren. Berit mener det har gjort henne usikker på hvilken «verdi» hun har for moren. Hun vet ikke helt om hun kan stole på moren lenger.

(...) jeg har vært usikker sammen med henne, da. At jeg blir, når jeg er i relasjon til henne eee. at jeg er usikker (...) For at jeg er ikke helt. at jeg ikke føler at jeg er helt trygg på henne. Hva, altså, når hun kan si det om pappa hva sier hun om meg, eeh.
(Berit, linjenummer 1015-1024)

Hilde sliter med å forstå hvordan faren kunne velge å gå fra familien og til en ny kvinne. Hun har fundert mye på hva hun betyr for ham siden han kunne gjøre det « (...) jeg forstår liksom ikke valget hans, da. Eller, jeg fatter det ikke, jeg skjønner ikke, liksom (...) jeg kan ikke forstå at det liksom, at hun.. er.., altså er så viktig at hun er liksom viktigere enn oss, da» (Hilde, linjenummer 889-893).

Anita fortalte at hun forguder faren sin og karakteriserer seg som pappajente. Etter skilsmissen har hun imidlertid kjent på en usikkerhet i forhold til faren. Han har sagt at hun likner moren, kvinnen han ikke vil leve med lenger. Etter disse utsagnene har Anita begynt å tvile på hans kjærlighet og om han liker henne. Dette er tanker hun sysler med innimellom. Hun kunne tenkt seg å spørre faren om han syns hun ligner mye på moren, og skulle gjerne hatt klarhet i dette.

4.3.2 Hører jeg til noe sted?

Flere av informantene opplevde at det stabile familielivet foreldrene hadde representert var ødelagt eller sogar borte. De følte seg alene i situasjonen og funderte på hvem de kunne «gå til» hvis de trengte noen. Hvem skulle nå passe på dem? Flere beskriver følelsen av å ha mistet tilhørighet.

Hilde beskriver savnet av familielivet flere ganger. Det å komme «hjem» i helgene hadde vært veldig godt, men var ikke lenger forbundet med den positive følelsen av et sted for hvile og omsorg. Nå kom hun til et barndomshjem med en helt annen stemning og med en mor som trengte både hjelp og omsorg. Hilde trengte foreldrene og barna trengte besteforeldrene, men kjente på en sorg over at ingenting var slik det hadde vært. Faren hadde flyttet, sammen med sin nye kjæreste, til et hus hun ikke følte seg hjemme i.

Skilsmissen skapte mange tanker og refleksjoner for Sissel, og den fikk innvirkning på identitetsfølelsen. Hun funderte på om hun fortsatt hadde en familie, eller om den var tapt. Familien er i alle fall ikke den samme som den var, og det representerer en sorg.

Åse hadde tidligere i livet opplevd å ha god støtte i familien og av foreldrene. Hun likte å være sammen med dem, og det var deilig å komme hjem og bli «dullet» med. Moren var en samtalepartner hun kunne snakke med om alt, inkludert kjærlighetsforhold. Hun tenkte på foreldrene som sine nærmeste pårørende. Etter skilsmissen kjente hun på en følelse av hjemløshet. Begge foreldrene fikk nye partnere og Åse følte seg ikke lenger trygg på at hun var medregnet. Det var ikke lenger selvsagt. Nå måtte hun vente på en innbydelse, eller selv ta initiativ. Åse ble kjempeglad da hun i oktober fikk invitasjon til julaften. Hun funderte på hvem hun nå skulle gå til hvis hun trengte støtte fra noen. Hvem skulle fylle den funksjonen foreldrene hadde hatt for henne? Hun beskriver det slik:

(...) og veldig den følelsen at. hvem skal jeg nå på en måte hvem er min nærmeste nå atte nå mistet jeg alltid før i kriser i livet så er det jo mor eller far jeg har da har snakket med mens nå gjaldt krisen. dem da. (Åse, linjenummer 267-275)

4.3.3 Hva kan jeg tillate meg å føle?

Alle informantene kjente på en usikkerhet i forhold til egne følelser etter foreldrenes samlivsbrudd. Flere følte seg alene om opplevelsen, de kjente få eller ingen andre med den samme erfaringen. Derfor visste de heller ikke hvordan de «burde» reagere. Alle uttrykte nysgjerrighet over hva de andre informantene ville fortelle om sine opplevelser.

Sissel var mye lei seg etter at faren ringte og fortalte om skilsmissen. Gråten «innhentet» henne stadig, men hun ville ikke at foreldrene skulle se den. Foreldrene var venner på det tidspunktet og faren hadde flere ganger sagt «det går bra». Dermed var det vanskelig for Sissel å forstå hvorfor hun var lei seg. Hun ble usikker på hva hun kunne tillate seg av emosjonelle reaksjoner. Det ble en kontrast mellom de følelsesmessige reaksjonene og det hun opplevde som forventninger blant annet fra faren.

Faren min ringte ja, ja. (...) jeg ble kjempelei meg. Jeg husker atte. han fortalte meg jo at alt gikk bra og sånn (latter) og på mange måter så. gjorde det jo det. Men samtidig så... jeg bare kjente at tårene bare presset på og jeg ble tettere og tettere i nesa og

hadde liksom ikke helt lyst til å begynne å.. eem gråte og hulke i den sammenhengen. Eehm.. men jeg ble skikkelig lei meg samtidig som jeg ble på en måte fortalt at..jeg ikke trengte å være. så lei meg (fremstår litt preget) så det ble den derre kontrasten eemm (Sissel, linjenummer 107-121)

Sissel tror det er vanlig å tenke at det er verre for barn enn voksne å oppleve skilsmisse. Hun kan forestille seg hvor vondt det er for barn, men har erfart at det er skikkelig vanskelig for voksne og. «Men det er kjipt på en annen måte, tror jeg, det er mange andre ting som ligger der. Emm. Og det er også kjipt å bli fortalt.. hva man skal føle om det, på en måte» (Sissel, linjenummer 132-137).

For Hilde kjennes hele opplevelsen skamfull. Hun mener det er skambelagt å skille seg i så voksen alder. Hilde sa flere ganger at hun hadde en forventning om at det skulle være lettere for voksne barn å oppleve skilsmisse enn for barn. Likevel opplever hun det fremdeles vanskelig etter ti år, og det er like trøblete som i starten. Hun mener godt voksne burde holde ut med hverandre.

Etter skilsmissen var Åse bare sint når hun møtte moren. Egne reaksjoner overrasket henne. Hun fikk dårlig samvittighet og ble skuffet over hvor moralistisk hun opplevde seg selv.

Selv om Anita etter skilsmissen rettet sinne mot faren, mener hun det var lett å se at han kunne finne årsaker til at han gikk til det skritt å gå fra moren. Det var en vanskelig situasjon for Anita å stå i. «(...) sannheten er jo kanskje at vi vet, vi skjønner på en måte hvorfor han ble lei av mamma» (Anita, linjenummer 541-542).

Men jeg syns det vanskeligste var hvis det er meg det skal dreie seg om som barn av disse her, så var det vanskeligste at jeg ikke kunne hate pappa, jeg kunne ikke bli sint på pappa (A: Men du hadde lyst, eller?) Ja f dd d. Søren ta deg. altså og særlig den oppførselen hans, liksom. Men samtidig så kunne jeg forklare alt sammen, jeg forsto alt sammen, så jeg klarte ikke å angripe pappa. (A: Hvorfor kunne du ikke bli sint på ham? Nei, fordi atte det er jo realt det at du slutter å bli glad i noen, ikke sant? (Anita, linjenummer 372-385)

5 Diskusjon

Dette er oppgavens diskusjonsdel. I dette kapittelet drøftes funnene i lys av problemstilling, forskningsspørsmål og teori beskrevet i teorikapittelet.

Problemstillingen er som følger:

«Hvordan erfares det å bli skilsmissebarn i voksen alder?»

Forskningsspørsmålene lyder:

- Hvordan påvirkes livet til voksne barn i forbindelse med foreldres skilsmisse?
- Hvordan erfarer voksne barn å kommunisere med foreldre etter foreldres skilsmisse?

Hovedfunnene er:

- Skilsmissen opplevdes som følelsesmessig krevende
- Kommunikasjonen rundt skilsmissen opplevdes som vanskelig
- Skilsmissen skapte eksistensielle spørsmål

5.1 Skilsmissen opplevdes som følelsesmessig krevende

5.1.1 Fra sjokk til sorg

Gjennomgående for alle funn i min studie var at opplevelsen av skilsmissen innvirket negativt på alle informantene, den var følelsesmessig krevende og har grepet betydningsfullt inn i alles liv. Skilsmissen preger informantene fortsatt, til tross for at det har gått fra tre til 28 år siden bruddet.

Skilsmisse har som oftest en negative innvirkninger på familier (Abetz & Wang, 2017; Dallos & Vetere, 2009; Gran, 2017; Greenwood, 2014). I studier med fokus på voksne skilsmissebarn uttrykkes gjennomgående foreldres skilsmisse som en negativ hendelse for barna (Abetz & Wang, 2017; Mikucki-Enyart et al., 2017; Mikucki-Enyart et al., 2018). Greenwood (2014), som inkluderte et stort antall informanter i sin studie, påpekte at omtrent halvparten av informantene ikke beskrev skilsmissen som vanskelig. Likevel, et fellestrekk for de som opplevde foreldrenes skilsmisse som negativ, var at den var følelsesmessig krevende (Greenwood, 2014; Grønvold, 2014; Hughes & Fredenburg, 2020; Sumner, 2013).

For samtlige av informantene i min studie kom skilsmissen brått på, ingen var forberedt, og opplevelsen følte sjokkartet. De ble sterkt følelsesmessig påvirket, og de kjente på mange

ulike følelser etter bruddet. Dette sammenfaller også med resultater fra Grønvold (2014) hvor hun betrakter informantenes emosjonelle påvirkning som det største problemet ved foreldrenes skilsmisse. Hennes informanter uttrykte også at skilsmissen kom som et sjokk. De fleste informantene begrunnet sjokkfølelsen med at de aldri hadde opplevd foreldrene i en konflikt. Selv de to av mine informanter som opplevde at foreldrene ikke alltid hadde hatt et harmonisk samliv ble overrasket. Familiene hadde vært stabile så lenge de kunne huske, familielivet gikk fra det ordinære til det ekstraordinære «over natten». Jeg tenker at et slikt overraskende moment kan ha vært medvirkende til at hendelsen ble vanskelig, også tatt i betraktning at en av foreldrene til alle informantene var like overrasket. De beskrev at «verden raste sammen», både for dem og for en av foreldrene.

Når informantene beskrev skilsmissen som følelsesmessig krevende, utdypet de dette som sinne, tristhet, skam, svik, sorg og følelsen av tap. Sorg og tapsfølelse var fremtredende hos alle. Flere hadde opplevd å «miste fotfestet» og å ikke fungere på sitt vanlige nivå, de manglet energi som er typiske sorgreaksjoner. Slike følelser er også beskrevet i andre studier (Greenwood, 2014; Hughes & Fredenburg, 2020; Mikucki-Enyart et al., 2018).

Informantene opplevde bruddet mellom foreldrene som svært stressende. I situasjoner preget av stress blir følelsesreaksjoner gjerne sterke, og forsterkes av at endringer foregår i nære relasjoner (Berge & Karlsen, 2016, s. 217; Vedeler, 2011, s. 269). Både foreldre og de voksne skilsmissebarna i min studie ble påvirket emosjonelt. Følelser som sorg, sinne og tap blir ofte fremtredende i stressrelaterte situasjoner, men også lettelse og håp (Dallos & Vetere, 2009, s. 55). Følelsen av tap er forbundet med en mangel, noe har blitt borte som du hadde før. Når noe eller noen som betyr mye for oss er tapt, er en sorgreaksjon naturlig og reaksjonen kan kjennes sterkere jo mer betydningsfulle tap vi sørger over (Grelland, 2020, s. 31). Følelsen av å ha lidd tap etter en skilsmisse kan avstedkomme sorgreaksjoner vi kan sammenlikne med de vi ser etter dødsfall av nære (Dallos & Vetere, 2009; Hughes & Fredenburg, 2020). Voksne skilsmissebarn forteller til Hughes & Fredenburg (2020, s. 68) at de har følelsen av å ha mistet familien eller familiemedlemmer etter foreldrenes brudd. En beskrev det som om familien var død. Sorg og tapsfølelse kan ha mange uttrykk, den kan gå fort over eller vare ved over tid (Grelland, 2020, s. 93-94). Informantene i min studie uttrykte at følelsene var sterkest i starten men at de fortsatt, etter til dels mange år, kjenner sorg over tap. Sorgen peker på det informantene opplever å ha mistet, mor, far eller familien. En

trengte hjelp fra psykolog før hun orket å gå tilbake til jobb. Jeg tolker det som at mor, far og familien har stor verdi for informantene da vi mennesker kun sørger over det som er betydningsfullt for oss.

For informantene ble det svært vanskelig å være vitne til at verden «raste sammen» for mødrene og fedrene. For to av informantene hadde foreldre vært utro, noe som opplevdes som et svik det var vanskelig å forstå både for informantene og forelderen som hadde blitt forlatt. Gran (2017, s. 189) beskriver i sin bok utroskap som en katastrofe for de fleste involverte. Alt blir endret, den man vanligvis støtter seg til og stoler på har utført et stort svik. Dermed er det forståelig at foreldrene hadde behov for ivaretagelse i den situasjonen de befant seg. Den emosjonelle bindingen innebærer at vi lærer oss å ta vare på oss selv, og å trøste og hjelpe andre som trenger det (Vetere, 2019, s. 258). På den måten er tilknytningsbegrepet relasjonelt, det handler ikke bare om individene men om deres samhandling (Vetere, 2019, s. 253). De voksne barna følte med sine foreldre. De viste empatisk adferd overfor foreldrene, tok seg av dem, trøstet dem og hjalp dem. Ved empati eller innlevelse, forestiller vi oss hvordan det er å være en annen og hva den andre føler (Grelland, 2020, s. 160).

5.1.2 Relasjonell usikkerhet

Selvom bruddet var mellom mor og far, kan det vanskelig forstås uten samtidig å se på de andre relasjonene i familiesystemet. Informantene gav uttrykk for at foreldrene ikke var emosjonelt tilgjengelige etter bruddet. Ved sorg og relasjonelle endringer er vi mennesker i behov av omsorg, nærhet og støtte, tilknytningen aktiveres i vanskelige situasjoner (Dallos & Vetere, 2009; Gran, 2017, s. 15; Johnsen & Torsteinsson, 2012, s. 91). Dette vil gjelde for både foreldre og barn i skilsmissen, da tilknytningsbehovene varer livet ut. Opplevelsen av trygghet kan kjennes kroppslig, men den forutsetter at behovene for å bli anerkjent og lyttet til av de vi holder av blir møtt (Vetere, 2019, s. 255). Dersom opplevelsen av tap ikke anerkjennes av de rundt en kan det bli vanskelig å oppføre seg etter normer og forventninger (Dallos & Vetere, 2009, s. 53). Det kan vi se når barn endres til å utagere etter en krise. Det stemmer med informanten som skjelte ut moren gang etter gang når hun ønsket seg omsorg og nærhet og opplevde at den uteble.

Relatert til tilknytningsteori er tidligere relasjonelle hendelser med på å skape narrativer som hjelper oss å vurdere tidligere og fremtidige hendelser (Dallos & Vetere, 2009, s. 9; Vetere 2019, s. 254). Narrativene er med på å skape forventninger til relasjonell interaksjon med andre, spesielt de signifikante andre. Forventningene informantene hadde til foreldrenes oppførsel, og som ligger i de indre arbeidsmodellene, stemte ikke med slik de nå så sine foreldre. Et eksempel på et narrativ er at hvis jeg er lei meg har jeg en forventning om trøst fra mor. Støtten de voksne barna kunne trenge, og vanligvis ville ha fått, fantes ikke hos foreldrene. Det emosjonelle båndet ble utsatt for prøvelser. Når det livet vi kjenner og de personene vi stoler på ikke lenger er emosjonelt tilgjengelig, kan det gi en relasjonell usikkerhet og tillitsbrudd (Dallos & Vetere, 2009, 255). Narrativene repeteres gjennom livet, men nye samspillserfaringer med de nære kan styrke eller svekke de emosjonelle båndene (Vetere, 2019, s. 255). Ved at foreldrene ikke lenger var sensitive overfor barnas behov, ble en usikkerhet skapt. Denne usikkerheten kan endre synet på både fortid og fremtid. Dette kan forstås i lys av flergenerasjonsperspektivet. Med det perspektivet sees det på hvilken betydning fortiden har for nåtiden (Johnsen & Torsteinsson, 2012, s. 83).

En informant fikk problemer med å binde seg til en partner da hun hadde mistet tilliten til faren som tidligere hadde vært et forbilde for henne. Det kan sees i sammenheng med sviket hun opplevde faren hadde påført moren. Dette er også i tråd med systemisk tenkning beskrevet rikt i familieterapi-litteratur, blant andre av Ølgaard (2014) hvor familien sees som et system der alt som skjer med deler av systemet vil påvirke hele systemet. Endring i forbindelse med skilsmisse vil kunne gi en forandring i den forstand at familien aldri vil komme tilbake til der den var før bruddet. De ulike individene påvirker og påvirkes av interaksjonene innad i systemet og den feedbacken de gir hverandre. Innvirkningen på relasjonene kan også påvirke forholdet på tvers av generasjonene. En informant opplevde at skilsmissen hadde ført til at bestefar og barnebarn etter bruddet fikk begrenset kontakt fordi bestefar hadde skuffet mor ved å forlate bestemor. Den relasjonelle usikkerheten beskrevet over vil komme i tillegg til smerten som følger av opplevelsen av å ha mistet familien og foreldrene.

5.1.3 Forandrede foreldre og rollebytte

Skilsmissen påvirket flere av foreldre økonomisk, den endret deres planer og fremtidsutsikter til det verre. Flere informanter mente det var en påkjenning å bevitne foreldrenes

endrede status. Det opplevdes fryktelig å følge deres materielle tilbakegang. Noen ønsket å hjelpe foreldrene økonomisk, men hadde ikke råd. En av informantene mente skilsmissen var skambelagt mye på grunn av at foreldrenes dårligere økonomi. Jeg vurderer det til å være skambelagt når godt voksne mennesker får markant dårligere økonomi, det er forbundet med tabu i vårt materialistiske samfunn. Skam handler om hvordan andre ser oss, hvordan vi blir oppfattet (Grelland, 2020, s. 165). Vi mennesker ønsker å bli sett, men samtidig kan vi bli satt i forlegenhet av andres blikk. Informantene følte med foreldrene og ønsket at de skulle ha sluppet å oppleve dette. Muligens var det også derfor flere var sinte på den av foreldrene som hadde tatt initiativ til bruddet og bidratt til den andres forverrede situasjon, også økonomisk.

Begrepet «oppløst familie» kan være et bilde på at ingenting lenger henger sammen. Det kan sees på som diskursive føringer som implisitt medfører at skilsmisse ødelegger en familie. De ulike delene i systemet har «glidd» fra hverandre, og selvom alle familied medlemmene fortsatt fins er fellesskapet de sammen skapte ikke lenger det samme. Familiestrukturen var endret for informantene. Jeg reflekterer over om det hadde vært mulig å leve sammen som en familie også etter foreldrenes brudd. Dersom vi, i tråd med sosialkonstruksjonistiske ideer, hadde åpnet opp for nye konstruksjoner av familieliv kunne vi muligens tålerert eldre foreldres brudd bedre. Det inkluderer tanken om at foreldrenes to hjem kunne være en god erstatning for barndomshjemmet. Informantene i denne studien opplevde at det ikke var mulig, ingenting ville bli det samme, det var for mange endringer både strukturelt, kommunikativt, emosjonelt og relasjonelt. Den «trygge havnen» de hadde kunnet vende tilbake til var «torpedert», og flere tvilte på om den noen gang ville bli «bygget opp» igjen. For meg kan det se ut som om det å ha et familiefellesskap som varer over tid er såpass betydningsfullt at det er vanskelig å akseptere bruddet. Den emosjonelle bindingen, god eller dårlig, til medlemmene i familiefellesskapet har stor betydning gjennom hele livet.

Informantene opplevde at de måtte være de sterke og overta roller som foreldrene vanligvis hadde. Det er ikke så uvanlig ved brudd der foreldrene blir så fortvilet at de ikke er sensitive overfor barna og deres behov (Dallos & Draper, 2007, s. 219; Hughes & Fredenburg, 2020). Skillsmissebarn som overtar rollen som omsorgsgiver for sine foreldre i en vanskelig situasjon, kan føle det som et svik om foreldrene ikke gjeninntar rollen som omsorgsgiver ovenfor barna (Dallos & Draper, 2007, s. 221). Relatert til mine funn kan det se ut som om

dette også kan gjelde utover barnealder. En informant påpekte dette etter å ha passet på en svært nedbrutt far. Etter at han hadde etablert seg på nytt opplevde informanten at han ikke var tilgjengelig som far slik han tidligere hadde vært, og i tråd med hennes forventninger. Dette førte til skuffelse og mere avstand da hun vegret seg for å ta kontakt. For en var det svært vanskelig at moren var så lykkelig nyforelsket mens faren var nedbrutt og ulykkelig og hadde stort behov for støtte og hjelp fra henne. Hun orket ikke å dele mors glede. Sumner (2013) beskriver rollebytte som vanlig forekommende for voksne barn i skilsmisse. Foreldre henvender seg til sine voksne barn for emosjonell støtte samt hjelp med detaljer om skilsmissen.

Albetz & Wang (2017) beskriver at det er vanlig for voksne skilsmissebarn at det er en reversering av foreldre-barn-rollen, og at barna ofte må påta seg voksenrollen ovenfor foreldrene. Jeg vurderer det som et brudd med dagens rådende foreldrediskurs at barna, selvom de er voksne, må passe på og trøste foreldrene (Vedeler, 2012, s. 270). Diskursen har tradisjonelt sagt at foreldregenerasjonen er den som skal tilby en «trygg havn» og passe på. For mange gjelder dette også selvom de er godt i gang med voksenlivet (Gran, 2017, s. 210). Gradvis vil forventningene til de ulike familiemedlemmene endres. Det forventes noe annet av en mor på 55 enn en på 80. Vi blir mindre og mindre avhengige av våre foreldre etter hvert som vi blir eldre. Mange får god emosjonell støtte og praktisk hjelp av barna sine når de er gamle, rollene er byttet om, det er naturlig. Når dette rollebyttet skjer med friske spreke foreldre «over natten» kan det se ut som om det er forbundet med vanskeligheter for de voksne barna.

5.1.4 Store barn, store bekymringer

Alle informantene fikk bekymringer de ikke hadde hatt før skilsmissen. Disse omhandlet forhold rundt at foreldrene ikke skulle komme videre i sine liv, redsel for at foreldre kunne ta sitt eget liv, og mer praktiske bekymringer i forhold til økonomi og eiendom. Gran (2017, s. 210) beskriver at skilsmisse blant eldre kan avstedkomme bekymringer hos de voksne barna. Bekymringene kan dreie seg om landsteder, ferier og høytider og foreldrenes endrede posisjoner. De fleste av mine informanter var redde for at foreldrene nå ville bli ensomme, hvilket implisitt kan bety at er du i et ekteskap unngår du ensomhetsfølelse. Fremtidshåp og drømmer føltes tapt, både for de selv og foreldrene. Ferier og familiesammenkomster var noe flere uroet seg for. Fremover måtte familieferier tilbringes med foreldrene hver for seg,

for noen også med steforeldre og stesøsken. Greenwood (2014) beskriver tilsvarende at ferie og høytider ble en tid med negativ stress for de voksne skilsmissebarna, og mange hadde et anstrengt forhold til ferier mange år etter skilsmissen. Informantene i denne studien følte også at de måtte fordele seg på begge foreldrene. De kjente seg «dratt» mellom foreldrenes forventninger, og i en lojalitetskonflikt. Felles for informantene, både i denne og Greenwood (2014) sin studie, var at de ikke ønsket å ta side, de ville ha et godt forhold til begge foreldrene, derfor «strakk de seg langt».

5.2 Kommunikasjon rundt skilsmissen opplevdes som vanskelig

5.2.1 De snakket ikke om annet – «fanget i midten»

Den nye situasjonen førte med seg endret kommunikasjon i familien, og det kom i mine funn frem hvordan alle informantene hadde fått mye informasjon fra sine foreldre om skilsmissen. Alle hadde også reflektert over ulike sider ved bruddet. Fire av informantene opplevde et svært ensidig fokus i forhold til samtaletemaer. De opplevde det som svært anstrengende at hver gang de snakket med en av foreldrene var skilsmissen temaet. Det var forbundet med stress og ubehag at så mye av møtene med foreldre og søsken dreide seg om bruddet. Familieidentiteten vår avhenger blant annet av samhandlings- og kommunikasjonsmønstre (Jensen, 2016, s. 59). Det gjelder for eksempel hvordan det snakkes innad i familien, blant annet hva det snakkes om og hva som utelates. Måten familiemedlemmene omtaler hverandre har en betydning for identiteten. Dersom for eksempel mor endrer sitt kommunikasjonsmønster vil kommunikasjonen i hele systemet endres. Måten narrative våre fortelles har en betydning for identiteten til familien og den enkelte (Jensen, 2016, s. 59). Tre av informantene fikk informasjon de opplevde som altfor intim og privat. Dette var om temaer som seksualitet, pengebruk og dating, temaer foreldrene ikke pleide å dele med informantene. Jeg tenker at dette ikke stemte med forventningen de hadde til kommunikasjonen med foreldre. Nå hadde foreldrene endret seg både relasjonelt og kommunikativt. Diskursen om hva det er greit å snakke med voksne barn om vil i vår kultur for mange ikke omfatte intime detaljer. Mange vil kunne mene at noen ting er greit å snakke med foreldrene om, andre ting er det mere akseptert å snakke med en venn eller venninne om. Informantene opplevde denne endringen i kommunikasjonen som utidig og upassende. De opplevde å bli trukket inn i foreldrenes konflikt på denne måten slik også Vetere (2019, s. 252) beskriver som vanlig i skilsmisse. Mor eller far dannet et subsystem med informanten og

eventuelt søsken og triangulering var et faktum (Hårtveit & Jensen, 2004, s. 133).

Triangulering er egnet til å øve press om å stille seg på den ene forelderens side, det skapes allianser. To parter samspiller, men den tredje er involvert uten å være fysisk tilstede (Vetere, 2019, s. 252). Dette kan påvirke relasjonene også til de som ikke er tilstede. I situasjonene med triangulering med mine informanter forstår jeg det som at informasjonen bidro til å sette den ene forelderen i et dårlig lys. De voksne barna reflekterte imidlertid over at den forelderen som fortalte var med på å «skade» den andre og dermed var illojal. Likevel følte de seg trukket mellom foreldrene, hvilket opplevdes som en påkjenning. En begrunnet det med at hun tross alt var like glad i begge.

En annen informant brøt kontakten med far for et halvt år. Dette kan muligens sees i sammenheng med triangulering med moren som gjentatte ganger delte negative tanker om faren. Informanten kjente på usikkerhet i forhold til om faren også hadde forlatt henne, noe som kan tyde på at informanten hadde overtatt morens følelser og tanker. Relatert til flergenerasjonsperspektivet kan konflikter gjentas og opprettholdes i generasjoner dersom det ikke er plass til individuering av den enkelte (Johnsen & Torsteinsson, 2012, s. 82).

Individuering innebærer at den enkelte klarer å skille egne tanker, følelser og behov fra andres tanker, følelser og behov (Johnsen & Torsteinsson, 2012, s. 82). Det kunne ha vært nyttig for informanten å være fri til å kjenne etter hva hun selv følte og ikke bare overta morens følelse av å være forlatt. Ved å slippe til egne tanker, behov og følelser kunne det trolig ha gitt henne et annet handlingsrom hvor faren muligens ville ha vært mere involvert i livet hennes enn han er i dag. Dette ville hatt innvirkning på alle i familien, inkludert hennes mor, søsken og barn. Individuering for den enkelte er altså et mål for hele familiesystemet.

Flere av informantene opplevde å fungere som formidler mellom foreldrene. De mener det bidro til et anstrengt forhold til foreldrene. En av informantene måtte undersøke på vegne av mor om stemor ville komme på familiesammenkomster. Hvis hun skulle det ville ikke mor komme, og mor snakket ikke med far om det. Informantene i andre studier pekte også på emosjonell triangulering som et negativt aspekt ved skilsmissem (Greenwood, 2014; Mikucki-Enyart et al., 2018). Voksne barn kjenner på presset ved å være fanget mellom begge foreldrene (Amoto & Afifi, 2006; Braithwaite et al., 2008). Greenwood (2014) beskriver at flere informanter brøt kontakten med foreldre, både i måneder og år, etter å ha opplevd relasjonen som endret til anstrengt. Informanten over gjorde også det, begrunnet i skuffelse

over at faren hadde forlatt henne, moren og søsknene. Gran (2017, s. 206) sier at belastningen med å oppleve foreldrenes triangulering er så stor at noen overtilpasser seg mens andre tar avstand ved å «skru av» følelsene. Alternativt kan de prøve å «dekke over». Jeg erfarte at mine informanter brukte alle tre strategier og for eksempel forklarte det med at moren ikke hadde noen andre å snakke med eller å lytte i årevis til tross for irritasjonen og påkjenningen det førte med seg.

Samtlige informanter opplevde også at minst en av foreldrene snakket nedsettende om den andre. Noen gjorde det i årevis, andre gjør det enda. Det opplevdes som stressende og illojalt å stå midt i konflikten mellom ens egne foreldre. Alle opplevde det som svært vanskelig å bli del av konflikten på denne måten. De ønsket ikke å stille seg på den ene eller andres side i konflikten. Dette er i samsvar med Greenwood (2014) hvor informantene som fortalte at de måtte mekle mellom foreldrene opplevde at de var under et konstant press. I Abetz & Wang (2017) beskriver informantene at det å balansere hemmeligheter og avsløringer om foreldrene var ubehaglig. De som sto i en lojalitetskonflikt og kjente seg dratt mellom foreldrene var de som opplevde skillsmissen som vanskeligst.

Samtidig som informantene opplevde at de fikk for mye informasjon, ønsket de å vite når det hadde gått galt for foreldrene, og hvordan de hadde hatt det i ekteskapet gjennom barndommen deres. Det fikk de i liten grad informasjon om. Jeg tenker informantene prøvde å skape mening i forhold til fenomenet. De prøvde, ved å skaffe seg kunnskap om realitetene rundt ekteskapet, å forstå hvordan dette kunne hende. Forståelse skjer gjennom språk (Krogh, 2014, s. 49). Hva vi kommuniserer til hverandre både verbalt og nonverbalt er med på meningsskapning. For å skape mening tar vi også i bruk forforståelsen, for eksempel andre ting de visste om foreldrenes forhold (Krogh, 2014, s. 49). Det kan se ut som om de fleste informantenes forforståelse ikke inneholdt ideer om uoverenstemmelser eller forestående brudd mellom foreldrene. Når de ønsket mere kunnskap kan det tyde på at de ikke forsto det som hadde skjedd, i alle fall ikke hvorfor det skjedde. Det stemmer med informantenes sjokk og vantro som reaksjoner på bruddet. I følge Mikucki-Enyart et al. (2018) vil kunnskap redusere usikkerheten slik at hendelsen blir lettere å mestre.

5.3 Skilsmissen skapte eksistensielle spørsmål

5.3.1 Hvem er mor og far og hvem er jeg nå?

Bruddet utløste usikkerhet hos informantene i forhold til hvordan foreldrene oppfattet og verdsatte dem, flere tvilte på kjærligheten fra foreldrene. Min vurdering er at for flere av informantene var narrative rekonstruert fra å være en prioritert og elsket datter til å føle seg mindre verdifull i foreldrenes øyne. De opplevde seg som devaluerte. I følge Wittgensteins begrep språkspill har ikke ordene en nøytral og konstant betydning som er egnet til å beskrive en objektiv virkelighet (Thomassen, 2006, s. 125). Sammenhengen de brukes i har også en påvirkning på hvordan vi tolker utsagn. Eksempelvis var en informant bekymret for om faren ikke lenger likte henne siden han etter bruddet hadde sagt at hun liknet moren, kvinnen han ikke ønsket å ha et forhold til. I en annen sammenheng, før bruddet, kunne hun muligens ha følt seg bæret over utsagnet. Uavhengig av om hun vurderte at hun lignet moren eller ei, fikk ordene etter min vurdering en ny betydning for informanten.

Mye av identitetsdannelsen vår foregår i familien, vi blir et individ i et system, og vi får en opplevelse av hvem vi er. Bildene vi har av oss selv er sosiale konstruksjoner da de er skapt i samhandling med andre (Bø, 1995, s. 13). Under andre forhold kunne vi utviklet oss annerledes og fått en annen følelse av oss selv. Vi utvikler oss til mennesker med personlighet. Den inneholder både hvordan vi ser oss selv og hvordan vi oppfatter andres betraktninger av oss (Bø, 1995, s. 37). Etter en skilsmisse vil identiteten endres fra barn til skilsmissebarn. Noen av informantene i denne studien funderte på hva ny identitet ville bety. De visste ikke lenger hvordan de skulle se på seg selv. Flere strevde med tanken på om de ikke lenger hadde en familie, de hadde en følelse av å være hjemløse og sa at familien i alle fall ikke var slik den hadde vært. Dette beskrives også av Abetz & Wang (2017), Hughes & Fredenburg (2020, s. 16) og av Mikuci-Enyart et al. (2018) hvor informantene i disse studiene også undret seg over hva det betyr å være en familie. De spurte seg hvem de var tidligere, om de hadde vært den perfekte familien de trodde de var, eller om livet de hadde sammen hadde vært en løgn. Et av spørsmålene informantene i min studie kom tilbake til, og gjerne skulle hatt svar på, var nettopp om foreldrene noen gang hadde vært lykkelige. De funderte også over om når vanskene startet og om foreldrene hadde holdt sammen for

barnas skyld. Artikkelen til Abetz & Wang (2017) oppsummerer dette treffende i tittelen: «Where they ever really happy the way that I remember?»

5.3.2 Kan jeg føle det jeg føler?

Alle informantene opplevde at de reagerte så sterkt på skilsmissen at de ble overrasket av egen reaksjon. Dette finner også Greenwood (2014, s. 548) i sin studie hvor informanter uttrykte at selv de som ikke var overrasket over skilsmissen, var overrasket over sin egen reaksjon. Grønvold (2014) sier informantene i hennes studie ble overrasket av egne følelser knyttet til bruddet. De opplevde å reagere på en barnlig måte. Dette stemmer med mine informanternes tanker om egne reaksjoner.

Under mine samtaler var alle berørt, de fleste gråt. Det å snakke om hendelsen utløser fortsatt emosjonell aktivering og reaksjoner. Samtidig visste flere av dem ikke hvordan de «burde» reagere. De funderte på hvordan andre i samme situasjon reagerte, hva som var vanlig og hva de kunne tillate seg av reaksjoner når de nå var voksne. De trodde ikke så mange andre hadde opplevd fenomenet. Det kan se ut som om de kjente på diskursive forventninger fra de selv og andre om at noen måter å reagere på er å foretrekke fremfor andre, og at de burde mestre skilsmissen uten store emosjonelle reaksjoner. Voksne mennesker har sitt liv og foreldrene har sitt, at de burde ha klokskap og evner til å komme igjennom skilsmissen uten for store reaksjoner. To av informantene karakteriserte seg som pappajenter, et språkspill som knytter dem ekstra nært til faren. Jeg vurderer at de dermed muligens gir seg selv en større aksept for sine sterke emosjonelle reaksjoner etter foreldrenes brudd. Forklaringer som denne kan hjelpe informantene til å skape mening ved fenomenet de har opplevd.

Samfunnet anerkjenner at skilsmisse er vanskelig for barn å takle. Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet (u.å.) gir råd til foreldre om hvordan de bør forholde seg for å gjøre bruddet så lite smertefullt for barna som mulig. Voksne skilsmissebarn blir ikke tilgodesett med samme anerkjennelse, de må i stor grad stå alene i krisen. Opplevelsen vil være annerledes, men muligens like vond, noe som både denne og andre undersøkelser jeg har vist til bygger under om (Abetz & Wang, 2017, s. 195; Hughes & Fredenburg, 2020, s. 21).

For noen var det paradoksalt å kjenne på både sinne mot den ene forelderen og samtidig tenke at det å skille seg er helt greit. De kjente på en ambivalens i forhold til egne følelser og

egne holdninger. Jeg opplever informantene som moderne kvinner som ikke hadde noen moralske betenknninger med skilsmisse som fenomen. Tre av dem var selv skilt. Likevel opplevdes foreldrenes skilsmisse negativ og vanskelig. Dette kan tolkes relatert til kjernefamiliediskursen, som ser ut til å leve i beste velgående i vårt moderne samfunn. De fleste gifter seg en eller flere ganger i livet (Ellingsæter, 2012, s. 16). Diskursen kan påvirke oss i retning av å mene noe om hva eldre kan tillate seg av endringer. En informant trekker frem at hun ser på foreldrenes skilsmisse som skamfull. Før foreldrenes skilsmisse hadde hun gått fra datterens far fordi hun mente det var best for datteren. Jeg undrer meg over hvorfor hun tenker at det er skambelagt å gå fra ektefellen som eldre når det er greit for de yngre. Skam henger sammen med hvordan vi oppfatter at andre ser på oss (Grelland, 2020, s. 165). På den ene siden er vi opptatt av å bli bekreftet og anerkjent. På den andre siden blir dette blikket fra andre også en vurdering av oss selv.

Informanten skammet seg over at foreldrene gikk fra hverandre etter 40 år. Min vurdering er at hun implisitt mener foreldrene ikke burde ha skilt seg, og at de ikke levde opp til datterens forventninger om deres livslange ekteskap. Andres blikk utenfra ville også kunne vurdere skilsmissen som feil. Dersom vi har normative forestillinger om at eldre ikke bør skille seg kan det være med på å gjøre opplevelsen vanskeligere å akseptere. Nå er det ikke sikkert vi blir spesielt nedvurdert dersom vi skilles i høy alder, men selve oppfatningen av det kan avstedkomme skamfølelse idet det tradisjonelle blir forstyrret. Jeg vurderer at informanten tenker at familier skal leve sammen i en kjernefamilie i tråd med dominerende familiediskurs, at det er idealet. Brudd med idealet skaper forstyrrelser i familielivet. Min oppfatning er at det vurderes som mer akseptabelt i samfunnet at yngre går fra hverandre enn at eldre gjør det. Det er i alle fall vanligere. Muligens er holdningene til informanten mer konservative enn praksisen. Den romantiske diskursen er muligens med på å begrense holdningene våre idet den sier at du må bli hos den du elsker (Øfsti, s. 77). Informanten mente det er annerledes å bryte opp etter mange år fordi hele familie-strukturen vil endres, ikke bare forholdet mellom de to foreldrene. Dette er i tråd med systemisk tenkning om at alle relasjonene i familien gjensidig vil påvirkes, men gjelder også for yngre familier. Jeg tenker at familier som har levd sammen lenge har mange år med tradisjoner, minner og faste strukturer i motsetning til de som har vært familie i noen få år. Det kan muligens gjøre at det er vanskeligere for alle å bryte opp.

5.4 Oppsummering

Problemstillingen i studien var «Hvordan erfares det å bli skilsmissebarn i voksen alder?» Basert på samtaler med fem informanter fant jeg sammenfallende narrativer og fortolkninger gitt i andre studier om fenomenet voksne skilsmissebarn. Alle informantene opplevde skilsmissen som inngripende og vanskelig for dem selv og familien. Den var emosjonelt krevende og informantene påvirkes enda av skilsmissen, selv etter mange år. Bruddet kom som et sjokk for alle, etterfulgt av følelser som sinne, tristhet, skam, svik, sorg og tap. Familisystemet endret seg og hjemme ble aldri bli det samme. Kommunikasjonen mellom skilsmissebarna og foreldrene viste seg å bli vanskelig. Møtene mellom foreldrene og de voksne skilsmissebarna ble ifølge informantene i stor grad preget av kommunikasjon rundt skilsmissen. Informantene ble trukket inn i foreldrenes konflikt og de opplevde seg «skviset i midten». Dette medførte anstrengte forhold til foreldrene. Rollene ble byttet om og de måtte ta omsorg ovenfor foreldre i en vanskelig tid hvor de selv følte de hadde behov for ivaretagelse. Denne uteblitte omsorgen medførte komplikasjoner i relasjonen til foreldrene. Informantene ble opptatt av eksistensielle spørsmål etter bruddet. De var i tvil om de fortsatt hadde en familie og undret seg over om foreldrene noen gang hadde vært lykkelige.

6 Avslutning

I avslutningsdelen blir det reflektert over mulige svakheter ved studien og noen betraktninger over implikasjoner til videre forskning og praksis.

6.1 Mulige svakheter ved studien

Utvalget ble rekruttert via mitt nettverk. Responsen var stor, men jeg valgte informanter innenfor et geografisk område slik at det var praktisk å håndtere i forhold til samtalene. Utvalget i denne studien er en forholdsvis homogen gruppe dersom vi ser bort fra alder. Alle er kvinner, bosatt på Østlandet og med høyere utdanning. Alle er også etnisk norske. Samtlige informanter opplevde skilsmissten som et fenomen som innvirket negativt på dem. Jeg antar at det finnes voksne skilsmissebarn som har en mindre negativ opplevelse av foreldrenes skilsmisse. De responderte imidlertid ikke. De ovennevnte likhetstrekkene kan muligens ha påvirket funnene i en annen retning enn om gruppen hadde vært mer mangfoldig sammensatt.

6.2 Mulige implikasjoner for forskning og praksis

Alle informantene delte rikelig av sine opplevelser, de hadde mye å fortelle. Datamaterialet er stort og noen temaer ble ikke prioritert videre utforsket på grunn av oppgavens omfang.

Sett med systemiske øyne påvirkes hele familisystemet ved skilsmisse. Flere av informantene fortalte at de reagerte annerledes enn sine søsken. Å intervju søskenflokker kunne gi spennende vinklinger etter min mening. Spørsmålet om hvordan søsken fra samme familie muligens kan ha ulike opplevelser av den samme skilsmissten kunne utforskes. Et annet nærliggende temaene for videre forskning kan være hvordan søskenrelasjoner påvirkes etter skilsmissten, hvilke relasjonelle endringer som finner sted. Noen av informanter fikk steforeldre kort tid etter bruddet. Opplevelsen av å få steforeldre og stesøsken i voksen alder kan utforskes mer.

Informantene var opptatt av hvordan andre i samme situasjon opplevde sine foreldres skilsmisse. Flere følte seg alene om å ha opplevd fenomenet. De uttrykte behov for å møte andre for å høre deres historier. De var «sultne» på kunnskap og ønsket fokus på temaet.

Som implikasjon til videre praksis ville jeg foreslå noen arenaer for å dele kompetanse. Siden informantene har opplevd dette vanskelig i mange år, vil jeg tro at samtale med andre som har opplevd samme fenomen vil være til god hjelp i bearbeidingen av opplevelsen.

Informantene fortalte at de søkte etter kunnskap på internett og i bøker. Publikasjoner og interesse rundt teamet voksne skilsmissebarn synes å være voksende, og erfaringer blir delt av familieterapeuter på internett og via bøker, spesielt i USA (Hughes & Fredenburg, 2020). Noen av disse bøkene deler erfaringer fra dem som har opplevd fenomenet. Historiene er egnet som støtte både til de som går fra hverandre og deres voksne barn. Informantene uttrykte et ønske om å bidra med sine historier slik at andre skulle få innsikt i hvordan dette fenomenet kan oppleves for voksne barn. En måte å dele kunnskap fra denne studien kan være for eksempel være via en podkast. Podkast er lett tilgjengelig og på denne måten vil en kunne nå flere som kan ha nytte av kunnskapen.

6.3 Avsluttende kommentar

Jeg møtte fem informanter som delte raust av sine erfaringer. Historiene de delte inneholdt såre og til dels hjerteskjærende detaljer. Følelsesuttrykkene som fulgte fortellingene kunne tolkes som en underbygging av at fenomenet hadde stor innvirkning på informantenes liv. Det overrasket meg at de opplevde det som såpass inngripende som de beskrev det. Det var også overraskende at de, etter til dels mange år, fortsatt var preget av hendelsen. Det forteller meg at min innsikt i problemstillingen var begrenset før jeg startet masterprosjektet. Jeg opplever at informantene bragte meg inn i en verden av mange interessante sammenhenger og relasjonelle møter. Den nyervervede kunnskapen tar jeg med meg videre i ulike sammenhenger, en kunnskap som også er anvendelig i mitt daglige arbeid. Jeg er, i mitt arbeid med familier, i posisjon til å samtale med barn og foreldre som opplever skilsmisse. Min nye innsikt betyr blant annet en større forståelse i forhold til hvordan en skilsmisse kan influere på flere generasjoners samspill.

Mine informanter var opptatt av om andre har samme erfaring som de. Til dere informanter som lurte på hvordan andre har opplevd det samme fenomenet: dere er ikke alene med deres erfaringer, det er mange som er i «samme båt».

Det var en gang en familie....

7 Litteraturliste

Anderson, H. (2003). *Samtale, sprog og terapi*. Hans Reitzlers Forlag.

Amoto, P.R. & Afifi, T.D. (2006). Feeling caught between parents: Adult children's relations with parents and subjective well-being. *Journal of Marriage and Family* (68), 225-235. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2006.00243.x>

Abetz, J. & Wang, T.R. (2017). "Were they ever really happy the way that I remember?": Exploring sources of uncertainty for adult children of divorce. *Journal of Divorce & Remarriage*, 58(3), 194-211. <https://doi.org/10.1080/10502556.2017.1301158>

Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet (u.å.). *Åpent for små og store familier*. Hentet 01. oktober 2021 fra https://bufdir.no/Familie/Om_familievernet/

Berge, T. & Karlsen, K.E. (2016). Emosjonsfokustert terapi. I L.E.O. Kennair & R. Hagen (Red.), *Psykoterapi. Tilnærming og metoder* (s. 215-231). Gyldendal Akademiske

Braithwaite, D. O., Toller, P. W., Daas, K. L., Durham, W. T., & Jones, A. C. (2008). Centered but not caught in the middle: Children's perceptions of dialectical contradictions in the communication of co-parents. *Journal of Applied Communication Research*, (36), 33–55. <https://doi.org/10.1080/00909880701799337>

Bø, T. (1995). *Barnet og de andre*. Tano.

Dagbladet (2021). *Forlovet med 24 år yngre kjæreste*. <https://www.dagbladet.no/kjendis/forlovet-med-24-ar-yngre-kjaereste/73840507>

Dallos, R. & Draper, R. (2007). *Familieterapi. Systemisk teori og praksis*. Hans Reitzels Forlag.

Dallos, R. & Vetere, A. (2009). *Systemic Therapy and attachment narratives. Applications in a range of clinical setting*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203881453>

Ellingsæter, A.L. (2012). Innledning: Velferdsstatens familier. I A. L. Ellingsæter & K. Widerberg (Red.), *Velferdsstatens familier. Nye sosiologiske perspektiver*. (s.13-30) Gyldendal

- Flatland, H. (2017). *En moderne familie*. Aschehoug.
- Gergen, K.J. & Gergen, M. (2015). *Social konstruksjon* (1. utg.). Dansk psykologisk Forlag.
- Gran, S. (2017). *Det er slutt. Historien om løsrivelse*. Aschehoug.
- Greenwood, J. L. (2012). Parent-child relationships in the context of a mid- to late-life parental divorce. *Journal of Divorce & Remarriage*, 53(1), 1-17.
<https://doi.org/10.1080/10502556.2012.635959>
- Greenwood, J. L. (2014). Effects of a mid- to late-life parental divorce on adult children. *Journal of Divorce & Remarriage*, 55(7), 539-556.
<https://doi.org/10.1080/10502556.2014.950903>
- Grelland, H.H. (2020). *Om følelsene*. Fagbokforlaget.
- Grønvold, L. (2014). *Skilsmissevoksen, Fenomen og fortolkning*. Masteroppgave, Diakonhjemmet høgskole. <https://vid.brage.unit.no/vid-xmlui/bitstream/handle/11250/217976/Masteroppgave2014LeneGroenvold.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Hughes, C.R. & Fredenburg, B.R. (2020). *Home will never be the same again. A guide for adult children and gray divorce*. Rowman & Littlefield.
- Hårtveit, H. & Jensen, P. 2015. *Familien – pluss én. Innføring i familierapi* (2. utg.). Universitetsforlaget
- Jensen, P. (2016). *Ansikt til ansikt. Kommunikasjons-og familieperspektivet i helse-og sosialarbeid* (2. utg.). Gyldendal Akademisk.
- Jensen, P. & Ulleberg, I. (2011). *Mellom ordene. Kommunikasjon i profesjonell praksis*. Gyldendal Akademisk.
- Johannessen, A., Tufte, P.A. & Christoffersen, L. (2016). *Introduksjon til samfunnsvitenskaplige metode* (5 utg.). Abstrakt Forlag.

- Johnsen, A. & Torsteinsson, V.W. (2012). *Lærebok i familieterapi* (2. utg.). Universitetsforlaget
- Krogh, T. (2014). *Hermeneutikk. Om å forstå og fortolke* (2. utg.). Gyldendal Norsk Forlag
- Kvale, S. & Brinkmann, S. (2015). *Det kvalitative forskningsintervju* (3.utg.). Gyldendal Norsk Forlag
- Langdridge, D. 2006. *Psykologisk forskningsmetode. En innføring i kvalitative og kvantitative tilnærminger*. Tapir Akademisk Forlag.
- Lock, A. & Strong, T. (2014). *Sosial konstruksjonisme - teori og tradisjoner*. Fagbokforlaget.
- Mikucki-Enyart, S.L., Wilder, S.E. & Barber, H. (2017). «Was it all smoke and mirrors?»: Applying the relational turbulence model to adult children's experience of late-life parental divorce. *Journal of Social and Personal Relationships*, 34(2), 209-234.
<https://doi.org/10.1177/0265407516629226>
- Mikucki-Enyart, S.L., Petite, S.R. & Wilder, S. (2018). Relational uncertainty management in adult children of divorce. *Journal of applied communication research*, 46(4), 469-490.
<https://doi.org/10.1080/00909882.2018.1500025>
- Noack, T. & Lyngstad, T.H. (2012). I A. L. Ellingsæter & K. Widerberg (Red.), *Velferdsstatens familier. Nye sosiologiske perspektiver* (55-72). Gyldendal.
- NRK (u.å.) *Havarikommisjonen*.
https://radio.nrk.no/podkast/mellom_oss/sesong/havarikommisjonen
- Se og hør (2019). *Skilles etter 37 år*. <https://www.seher.no/kjendis/skilles-etter-37-ar/71168876>
- Smith, J. A. (1995). Semi-structured interviewing and qualitative analysis. I J. A. Smith, R. Harre & L. Van Langenhove (Red.), *Rethinking Methods in Psychology* (s. 9-26). Sage Publications.

- Smith, J.A. og Osborn, M. (2008) Interpretative phenomenological analysis. I J.A. Smith (Red.), *Qualitative Psychology: A practical guide to research methods* (2 utg., s. 53-80) Sage Publication.
- Stambaugh, S. E., Hector, M.A. & Carr, A.R. (2011). How I remember my parents' divorce: A phenomenological investigation. *Issues in Mental Health Nursing* (32) 121-130.
<https://doi.org/10.3109/01612840.2010.531520>
- Statistisk Sentralbyrå (2021). Ekteskap og skilsmisser. Tabell 05703. Hentet 15.juli 2021.
<https://www.ssb.no/statbank/table/05703/>
- Sumner, C.C. (2013). Adult children of divorce: Awareness and intervention. *Journal of Divorce & Remarriage* (54) 271-281. [https://doi.org: 10.1080/10502556.2013.780461](https://doi.org:10.1080/10502556.2013.780461)
- Thagaard, T. (2013). *Systematikk og innlevelse*. En innføring i kvalitativ metode (4.utg.) Fagbokforlaget
- Thomassen, M. (2017). *Vitenskap, kunnskap og praksis*. Gyldendal Akademisk
- Nettavisen (2009). Hei vennen vi skal skilles. Hentet 01.10.21 fra Nettavisen.
<https://www.nettavisen.no/skilsmisse/voksne-skilsmissebarn/hei-vennen-vi-skal-skilles/s/12-95-2596485>
- Thuen, F. (2011). *Kunsten å være voksen*. Cappelen Damm.
- Vedeler, G.H. (2011). Familien som ressurs i psykososialt arbeid, del 1. *Fokus på familien*, 4, 263-282.
- Vetere, A. (2019). Tilknytnings- og narrativbasert familieterapi. I L. Lørås. & O. Ness (Red.) 2019. *Håndbok i familieterapi* s. 251-265. Fagbokforlaget.
- Øfsti, A. (2010). *Parterapi. Kjærlighet, intimitet og samliv i en brytningstid*. Universitetsforlaget AS
- Ølgaard, B. (2004). *Kommunikasjon og økomentale systemer. En introduktion til Gregory Batesons forfatterskab* (3.utg.). Akademisk Forlag.

Vedlegg 1 - Intervjuguide

Intervjuene har fokus på informantenes subjektive opplevelser av skilsmissen, hvordan de opplevde at endringen i familielivet påvirket dem. Jeg vil holde meg til subjektive vurderinger, ikke bedømmelse av familiemedlemmer eller andre. I intervjuene vil jeg oppfordre informantene til ikke å nevne noen ved navn, men heller rolle som søsken eller mor/far. Dersom det skulle fremkomme sensitive opplysninger i intervjuet vil det anonymiseres i transkripsjonen. Det vil ikke være mulig å identifisere noen, jeg vil altså legge stor vekt på å anonymisere informantene og eventuelle personer de snakker om.

TEMA	SPØRSMÅL
Opplevelsen av skilsmissen	<ul style="list-style-type: none">• Hvor gammel var du da foreldrene dine ble skilt?• Hvor lenge er det siden?• Hvordan opplevde du skilsmissen?
Kommunikasjon	<ul style="list-style-type: none">• Hvordan ble det fortalt at foreldrene dine skulle skilles?• Hvem snakket du om skilsmissen med?• Hva ble det snakket om?• Hva ble det ikke snakket om?• Hva syns du om den informasjonen du fikk, i hvilken grad var den nyttig for deg??
Relasjoner	<ul style="list-style-type: none">• På hvilken måte endret relasjonene i familien seg etter skilsmissen?
Følelser	<ul style="list-style-type: none">• Hvilke tanker og følelser kjente du på i forbindelse med skilsmissen?• I hvilken grad ble du påvirket av følelser?
Forventninger	<ul style="list-style-type: none">• I hvilken grad kjente du på forventninger fra deg selv i forhold til egne følelser i forbindelse med skilsmissen?• I hvilken grad kjente du på forventninger fra andre i forhold til egne følelser i forbindelse med skilsmissen?

Vedlegg 2. Informasjonsskriv og samtykkeerklæring

Informasjonsskriv:

Vil du delta i forskningsprosjektet

”Voksnes opplevelser av foreldrenes skilsmisse”?

Dette er et spørsmål til deg om å delta i et forskningsprosjekt hvor formålet er å utforske hvordan foreldres skilsmisse oppleves av voksne «barn». I dette skrivet gir vi deg informasjon om målene for prosjektet og hva deltakelse vil innebære for deg.

Formål

Prosjektet er en Masteroppgave i Familieterapi og systemisk praksis. Formålet er å få vite noe om hvordan voksne mennesker kan oppleve foreldrenes skilsmisse. Planen er å intervjuer 4 personer som har opplevd dette fenomenet.

Problemstillingen jeg har valgt er som følger:

«Hvordan opplever voksne mennesker foreldrenes skilsmisse, når skilsmissen finner sted etter at de selv er voksne?»

Under intervjuet vil følgende forskningsspørsmål være relevante:

- Hvordan opplever voksne barn foreldrenes skilsmisse?
- I hvilken grad snakker voksne barn med foreldre om skilsmissen? Hva snakker de om?
- På hvilke måter påvirkes relasjonen mellom voksne barn og deres foreldre ved at foreldrene skilles?
- Hvilke følelser er i sving hos voksne barn etter at de får informasjon om at foreldrene deres skal skilles?
- I hvilken grad kjenner voksne barn på forventninger i forhold til egne følelser i forbindelse med at deres foreldre skilles?

Hvem er ansvarlig for forskningsprosjektet?

VID vitenskapelige høyskole er ansvarlig for prosjektet.

Hvorfor får du spørsmål om å delta?

Kriteriene for å delta er at du har opplevd at foreldrene dine ble skilt, og at du var minimum 25 år da det skjedde. Det må ha gått tre år siden skilsmissen skjedde.

Jeg trenger fire personer som har opplevd dette, og jeg ønsker at begge kjønn blir representert. Jeg har brukt nettverket mitt, inkludert medstudenter, til å gjøre prosjektet kjent, slik at jeg får et utvalg på fire jeg kan intervju.

Hva innebærer det for deg å delta?

- «Hvis du velger å delta i prosjektet, innebærer det at vi møtes og at jeg intervjuer deg. Det vil ta deg ca. 60-90 minutter. Jeg vil ta lydopptak av intervjuet for å kunne analysere svarene senere. Jeg vil også kunne gjøre noen notater underveis i intervjuet.
- **Det er frivillig å delta**
Det er frivillig å delta i prosjektet. Hvis du velger å delta, kan du trekke samtykket tilbake, uten å oppgi noen grunn, inntil jeg begynner å analysere dataene. Alle opplysninger om deg vil bli anonymisert. Det vil ikke ha noen negative konsekvenser for deg hvis du ikke vil delta eller velger å trekke deg.

Ditt personvern – hvordan vi oppbevarer og bruker dine opplysninger

Vi vil bare bruke opplysningene om deg til formålene vi har fortalt om i dette skrivet. Vi behandler opplysningene konfidensielt og i samsvar med personvernregelverket.

- Det er veileder Jan Stokkebekk, og student Anne Søgner Jensen, som kommer til å ha tilgang til opplysningene.
- Navnet og kontaktopplysningene dine vil jeg erstatte med en kode som lagres på egen navneliste, adskilt fra øvrige data. Datamaterialet lagres på kryptert harddisk og lydopptager.

Det skal ikke være mulig for andre å gjenkjenne deltagerne i publikasjonen.

Hva skjer med opplysningene dine når vi avslutter forskningsprosjektet?

Prosjektet skal etter planen avsluttes innen midten av mai 2020. Etter avsluttet prosjekt vil personopplysninger og lydopptak slettes.

Dine rettigheter

Så lenge du kan identifiseres i datamaterialet, har du rett til:

- innsyn i hvilke personopplysninger som er registrert om deg,
- å få rettet personopplysninger om deg,
- få slettet personopplysninger om deg,
- få utlevert en kopi av dine personopplysninger (dataportabilitet), og
- å sende klage til personvernombudet eller Datatilsynet om behandlingen av dine personopplysninger.

Hva gir oss rett til å behandle personopplysninger om deg?

Vi behandler opplysninger om deg basert på ditt samtykke.

På oppdrag fra VID vitenskapelige høyskole har NSD – Norsk senter for forskningsdata AS vurdert at behandlingen av personopplysninger i dette prosjektet er i samsvar med personvernregelverket.

Hvor kan jeg finne ut mer?

Hvis du har spørsmål til studien, eller ønsker å benytte deg av dine rettigheter, ta kontakt med:

- VID vitenskapelige høyskole ved Siv Merete Myra, email: siv.merete.myra@vid.no
- Kontaktinfo veileder: Jan Stokkebekk, tlf: 48 20 09 45, email: Jan.Stokkebekk@uib.no
- Kontaktinfo student: Anne Søgner Jensen, tlf: 41 50 09 51, email:

annejens@online.no

- Vårt personvernombud: Nancy Yue Liu kan nåes på epost: personvernombudid.no
- NSD – Norsk senter for forskningsdata AS, på epost (personverntjenester@nsd.no) eller telefon: 55 58 21 17.

Med vennlig hilsen

Prosjektansvarlig

Jan Stokkebekk

Student

Anne Søgner Jensen

Samtykkeerklæring

Jeg har mottatt og forstått informasjon om prosjektet «Voksnes opplevelse av foreldrenes skilsmisse», og har fått anledning til å stille spørsmål. Jeg samtykker til:

å delta i intervju

Jeg samtykker til at mine opplysninger behandles frem til prosjektet er avsluttet, cirka 15. mai 2020.

(Signert av prosjektdeltaker, dato)

Vedlegg 3 – Eksempel på analyse

Foto som eksempel på kodeprosessen

65 66 67 68 69	<p>1 Ja, jeg synes det og timingen spesielt da. men og så</p> <p>A Men du og du hadde ikke bodd hjemme på en noen år, eller?</p> <p>1 Nei, da hadde jeg ikke bodd hjemme på en stund ee. men så var jeg jo og singel på den tiden og DA var jo mor og far mine nærmeste</p>	<p>308 309 310</p> <p>302 Rart i Komnu hjem</p> <p>1086 1087 1088</p> <p>1042 1043 1044</p> <p>1045</p> <p>1046 1047 1048 1049</p>	<p>1 Ja, for først, ikke sant, så kom jeg hjem til til mamma når Det var ikke det pappa ikke var der, og så når hun flyttet til en en samme leilighet, så kom jeg hjem til pappa</p> <p>1 Men jeg husker jeg synes det var veldig rart. å komme HJEM</p> <p>1 Ja (litt noiende), ja eller sånn man. TROR at det er sånn man skal være, da. Og så ER det jo ikke sånn det er alkevel. Jaha (hvisker)</p> <p>1 Og det husker jeg jo at jeg kunne ønske med... mamma og pappa og søster mi og jeg og. for vi hadde (latter) jo vært det så mange år</p> <p>A Ja, at du ønsket deg tilbake til den..</p> <p>1 Ja, litt den litt den derre (byst, muntert toneleie) trygge. Den trygge karakteren gode, ahh, nå ble jeg sånn folsom igjen, men det er mamma og pappa. nå skal jeg HJEM, nå skal jeg hjem til mamma og pappa eeh, hjem til barndoms hjemmet mitt!</p>
79 80 76 77 1328 1329 1330 1331 1332 1333 1334 1335 392 393 394 515 510 511 512 513 514 530 531 532 533 534 535 1184 1185 1186 1187 1188 1189 1190 1191 1192 1193 1194 1195 1430 1431 1432 1433 1434 1435 1436 1437 1438 1439 1440 1424 1425 1426 1427 1428 1429 1441 1442 1443 1444	<p>1 Det var DF jeg dro hjem til. e mens nå så i var jeg så sint på mor jeg ble jeg ble VELDIG sint</p> <p>A Mm</p> <p>1 nettopp fordi det var mor jeg ringte til hvis det var noe</p> <p>A Mm, mm A så du fikk trøst der?</p> <p>1 Ja, det opplevde jeg ee. og liksom noen venner ee, et vennepar, de var veldig flinke til å. ta meg med på kino eller, ja, kunne være med hjem til hennes familie og bakke pepperkaker. Jeg ble litt sånn avhengig av velingende voksne og tror jeg, som viste omsorg og på en måte følte meg litt som barn igjen, ja (liten latter)</p> <p>1 sånn atte. eller betydningen av å ha foreldre som holder sammen.</p> <p>A mm</p> <p>1 og så ble det. et trist sted</p> <p>1 SA for familien og hjem har alltid vært sånn. det er koselig å henge der</p> <p>A Mm</p> <p>1 Jeg får energi. jeg blir dulla med</p> <p>A Mm</p> <p>1 Det ble en heilt annen assosiasjon til HJEM, da</p> <p>A Mm</p> <p>1 og det ble ikke. når alle vi har vært så har det vært mye mer sår. mor er den kanskje som står for liksom den gode. at vi begynner å le og</p> <p>1 Vi har ikke en fast hygiene, men det har vært sånn vi har pleid å reise to uker liksom i. vært i Sør-Amerika et år og så har vi vært i Syden og eller dratt på ski i påsen på jullet. mm. ja jeg minne av. ee. ja. men jeg tror jeg de den funksjonen de hadde før var mye mer. et sted man kom, fikk energi og så nå er det mer. ee blandet da, nettopp på grunn av nye partner</p> <p>1 Det er familie er jo et sted man kan liksom. i allfall har det vært for meg da som har vært så holdig at du trenger ikke ha på en fasade da. mens NA så er det plusslig noen andre der da bor du oppføre deg litt finere og liksom</p> <p>1 Ja, og det, det ble ekstra tydelig for MIN del, i forhold til mine søsken, da.</p> <p>A Ja</p> <p>1 For det, det snakket vi litt om at. eller de og de var liksom det må e de sikente at det var ekstra kjipt for meg fordi. (snuff) men og far fortsatt hadde, ee, nettopp for på grunn av rollen mor og far fortsatt hadde, eller hadde hatt, da. Mens for min søster så kunne hun gå, hun fikk jo mye trøst og omsorg hos kjæresten så. og nettopp den fysiske noen daller med deg, noen gir deg en klem, de lager en middag. ee og så hadde jeg jo venner å snakke med og sånn. men. de blei jo lei etter hvert, liksom</p> <p>1 DERFOR følte jeg meg litt sånn alone, jeg følte at nk. at jeg gikk glipp av den omsorgen, da.</p> <p>A Ja</p> <p>1 At man på en måte bare er et barn til syvende og sist som vil bli liksom tatt vare på, da mm</p> <p>A Ja, mm. Så det savnet du?</p> <p>A Ja</p> <p>Ja, men. det er noe annet med familie som er litt mer ubetinget, da.</p> <p>A Mm</p>	<p>18</p> <p>Barndoms hjemmet ikke lenge det det var</p> <p>Famnetteliv - å komme hjem til et levet rede tidligere</p> <p>Hjemmet var et sted å slippe av seg og omsorg</p> <p>Hjemmet er et sted</p> <p>18</p> <p>Mors behov kommer først mine selvforleber</p> <p>Hvor var mors omsorg? Hun sølte en?</p> <p>Hvem</p> <p>Hvor var mors omsorg? Hun sølte en?</p> <p>Hva skal jeg kunne lifem til?</p> <p>1 Både fordi at det trygge. alt som er trygt. sånn huset, hytten, altså det å komme hjem til mor og far med mine barn, altså alt det der. det blir jo bare rista på og.</p> <p>Traumatisk?</p> <p>1 Det er, det er en sånn, man har jo ikke noe sån å klemme seg fast i, for man trenger jo alltid foreldrene sine i livet, tenker jeg, da.</p> <p>1 Ja, eller at HUN</p> <p>A at hun, at MOR spurte om det?</p> <p>1 Ja, ja, at HUN, liksom, mm</p> <p>A Mm</p> <p>1 Ja, eller at HUN spurte om det?</p> <p>1 Ja, ja, at HUN, liksom, mm</p> <p>A Mm</p> <p>1 Ja, men. det er noe annet med familie som er litt mer ubetinget, da.</p> <p>1 De har skilt seg mens de hadde barn så de er nå skille og så har de barn på trede. og så er jeg da ferdigfenti men allikevel så er jeg den troilvelingen når jeg snakker med dem om mitt forhold til mine foreldre, så det tee i stoden for da å føle seg, skyld, at</p> <p>1 Nees! (drar veldig på det) altså det var egentlig ikk eh det var egentlig ikke det heller, men. JO kjip å dra litt når det var sånn men ikke. hadde pappa vært flinkere til å ønske det, hadde han ønska oss velkommen, lagd en middag eller sånn så hadde vi</p>	

Vedlegg 4 – Godkjenning fra NSD- Norsk senter for forskningsdata



NSD sin vurdering

Prosjekttittel

Voksnes opplevelser av foreldrenes skilsmisse

Referansenummer

823111

Registrert

16.06.2019 av Anne Søggen Jensen - annejens@online.no

Behandlingsansvarlig institusjon

VID vitenskapelige høyskole / Fakultet for helsefag / Fakultet for helsefag Oslo

Prosjektansvarlig (vitenskapelig ansatt/veileder eller stipendiat)

Siv Merete Myra, siv.merete.myra@vid.no, tlf: 22451925

Type prosjekt

Studentprosjekt, masterstudium

Kontaktinformasjon, student

Anne Søggen Jensen, annejens@online.no, tlf: 41500951

Prosjektperiode

01.06.2019 - 31.07.2021

Status

24.08.2021 - Avsluttet

Vurdering (3)

11.12.2020 - Vurdert

NSD har vurdert endringen registrert 09.12.2020.

Vi har nå registrert 31.05.2021 som ny sluttdato for forskningsperioden. Vi gjør oppmerksom på atforlengelsen krever at deltakerne blir informert om utvidelsen av prosjektslutt.

NSD vil følge opp ved ny planlagt avslutning for å avklare om behandlingen av personopplysningene er avsluttet.

Lykke til videre med prosjektet!

Tlf. Personverntjenester: 55 58 21 17 (tast 1)

13.07.2020 - Vurdert

NSD har vurdert endringen registrert 30.06.2020.

Vi har nå registrert 31.01.2021 som ny sluttdato for forskningsperioden. Vi gjør oppmerksom på at ytterligere forlengelse ikke kan påregnes uten at utvalget informeres om forlengelsen.

NSD vil følge opp ved ny planlagt avslutning for å avklare om behandlingen av personopplysningene er avsluttet.

Lykke til videre med prosjektet!

Tlf. Personverntjenester: 55 58 21 17 (tast 1)

05.07.2019 - Vurdert

Det er vår vurdering at behandlingen av personopplysninger i prosjektet vil være i samsvar med personvernlovgivningen så fremt den gjennomføres i tråd med det som er dokumentert i meldeskjemaet medvedlegg den 05.07.2019, samt i meldingsdialogen mellom innmelder og NSD. Behandlingen kan starte.

MELD ENDRINGER

Dersom behandlingen av personopplysninger endrer seg, kan det være nødvendig å melde dette til NSD ved å oppdatere meldeskjemaet. På våre nettsider informerer vi om hvilke endringer som må meldes. Vent på svar før endringer gjennomføres.

TYPE OPPLYSNINGER OG VARIGHET

Prosjektet vil behandle alminnelige kategorier av personopplysninger frem til 01.06.2020.

LOVLIG GRUNNLAG

Prosjektet vil innhente samtykke fra de registrerte til behandlingen av personopplysninger. Vår vurdering er at prosjektet legger opp til et samtykke i samsvar med kravene i art. 4 og 7, ved at det er en frivillig, spesifikk, informert og utvetydig bekreftelse som kan dokumenteres, og som den registrerte kan trekke tilbake. Lovlig grunnlag for behandlingen vil dermed være den registrertes samtykke, jf. personvernforordningen art. 6 nr. 1 bokstav a.

PERSONVERNPRINSIPPER

NSD vurderer at den planlagte behandlingen av personopplysninger vil følge prinsippene i personvernforordningen om:

lovlighet, rettferdighet og åpenhet (art. 5.1 a), ved at de registrerte får tilfredsstillende informasjon om ogsamtykker til behandlingen

formålsbegrensning (art. 5.1 b), ved at personopplysninger samles inn for spesifikke, uttrykkelig angitte og berettigede formål, og ikke behandles til nye, uforenlige formål
dataminimering (art. 5.1 c), ved at det kun behandles opplysninger som er adekvate, relevante og nødvendige for formålet med prosjektet

lagringsbegrensning (art. 5.1 e), ved at personopplysningene ikke lagres lengre enn nødvendig for å oppfylle formålet

DE REGISTRERTES RETTIGHETER

Så lenge de registrerte kan identifiseres i datamaterialet vil de ha følgende rettigheter: åpenhet (art. 12), informasjon (art. 13), innsyn (art. 15), retting (art. 16), sletting (art. 17), begrensning (art. 18), underretning (art. 19), dataportabilitet (art. 20).

NSD vurderer at informasjonen om behandlingen som de registrerte vil motta oppfyller lovens krav til formog innhold, jf. art. 12.1 og art. 13.

Vi minner om at hvis en registrert tar kontakt om sine rettigheter, har behandlingsansvarlig institusjon plikt til å svare innen en måned.

FØLG DIN INSTITUSJONS RETNINGSLINJER

NSD legger til grunn at behandlingen oppfyller kravene i personvernforordningen om riktighet (art. 5.1 d), integritet og konfidensialitet (art. 5.1. f) og sikkerhet (art. 32).

For å forsikre dere om at kravene oppfylles, må dere følge interne retningslinjer og/eller rådføre dere medbehandlingsansvarlig institusjon.

OPPFØLGING AV PROSJEKTET

NSD vil følge opp ved planlagt avslutning for å avklare om behandlingen av personopplysningene er avsluttet.

Lykke til med prosjektet!

Kontaktperson hos NSD: Elizabeth Blomstervik Tlf. Personvern