

Flerkulturelle par i parterapi

En tematisk analyse av terapeuters erfaringer

Edna Medeiros da Rocha Luneng



Hovedoppgave ved Psykologisk institutt

UNIVERSITETET I OSLO

Høsten 2019

Flerkulturelle par i parterapi

En tematisk analyse av terapeuters erfaringer

Edna Medeiros da Rocha Luneng

«Når kjærligheten gir deg et tegn, så følg han,
Selv om hans veier er harde og bratte.
Og når hans vinger folder seg rundt deg, så
overgi deg til ham,
Selv om sverdet han har skjult under vingene,
kan såre deg.»

(Gibran & Grip, 2004, s. 14).

© Edna Medeiros da Rocha Luneng

2019

Flerkulturelle par i parterapi. En tematisk analyse av terapeuters erfaringer

Edna Medeiros da Rocha Luneng

<http://www.duo.uio.no/>

Sammendrag

Tittel: Flerkulturelle par i parterapi. En tematisk analyse av terapeuters erfaringer

Forfatter: Edna Medeiros da Rocha Luneng

Veileder: Nora Sveaass

Bakgrunn: Flerkulturelle par i parterapi er et ganske nytt arbeidsfelt i Norge. Det har tidligere ikke vært gjort systematisk forskning på flerkulturelle pars behov for og erfaringer med parterapi i vårt land. Familievernkontorene har tilbud om parterapi for denne gruppen, men det er usikkert hvor godt kjent tilbudet er hos målgruppen, hvor mange som benytter seg av tilbudet, hvilke erfaringer parene og terapeutene gjør seg, og hvilken nytte parene har av parterapien som tilbys.

Forskningsspørsmål: Hvordan vurderer parterapeuter betydningen av parterapi for flerkulturelle par i Norge, hva er tilbudet til disse parene og hva vurderer terapeutene som særlig vesentlige elementer i slik terapi?

Metode: Prosjektet ble gjennomført ved hjelp av kvalitative intervjuer med fem parterapeuter som arbeider med flerkulturelle par i familievernet og i privat praksis. Ved bruk av de ulike fasene i tematisk analyse, ble intervjuene systematisert, analysert og presentert.

Resultater: Den tematiske analysen førte frem til fire hovedtemaer: Tilbud om parterapi, parterapeutens rolle, identifisere problemstillinger og metode i parterapi for flerkulturelle par, samt tolv undertemaer. Resultatene viste at terapeutene har god kunnskap om og mye erfaring med flerkulturelle par, men at de savner mer forskningsbasert kunnskap på dette feltet her i Norge som kan bidra til å videreutvikle terapitilbudet for denne gruppen. De etterspør særlig studier på og mer innsikt i hvordan parene selv opplever parterapien, og hvilken nytte de har av den.

Konklusjon: Parterapi for flerkulturelle tilbys i Norge i dag på steder som for øvrig tilbyr parterapi. Terapeutene viser stor grad av trygghet i sin rolle som parterapeuter. De har lang erfaring med parterapi og viser stor vilje og evne til å sette seg inn i de flerkulturelle parenes særegne historie, deres ulike typer samlivs- og relasjonsproblemer, konflikter og muligheter. Likevel savner de nasjonal forskning på dette feltet, og viser til behovet for mer kunnskap om denne gruppen basert på norske forhold.

Nøkkelord: Flerkulturelle par, parterapi, parterapeuter, tematisk analyse, kulturforskjeller

Forord

Denne hovedoppgaven har vært en givende og lærerik prosess for meg. I løpet av studietiden har jeg hatt stor interesse for temaet migrasjon, integrering og psykisk helse hos migranter. Familieterapi og parterapi er et felt som jeg virkelig brenner for. Jeg har særlig vært interessert i og nysgjerrig på temaet flerkulturelle par og parterapi i Norge, og dette var utgangspunktet for denne studien.

Aller først ønsker jeg å takke min enestående veileder, Nora Sveaass, som har gitt meg klok og god veiledning underveis i prosessen. Hun ga meg trygghet og støtte når jeg sto fast, var usikker og ikke så løsninger på hvordan ting skulle gjøres og fullføres. Deretter en stor takk til Sissel Reichelt, professor emeritus ved Psykologisk institutt, for hennes viktige faglige innspill og kommentarer til hovedoppgaven. Videre vil jeg takke deltakerne i studien som satte av tid til intervjuene, og delte av sine kunnskaper og erfaringer med raushet og imøtekommenhet. De ga meg verdifullt innsyn i et forholdsvis nytt arbeidsfelt i Norge.

Så fortjener våre gutter, Lucas og Mikael, en stor takk for tålmodighet og støtte når mamma har jobbet tidlig og sent i mange måneder for å gjennomføre dette prosjektet. Takk til min trofaste mann som har stått ved min side, gitt meg inspirasjon, lest korrektur og heiet meg fram når jeg var sliten. Andre som jeg ønsker å takke, er mine nære venninner Elisabeth Ng Langdal og Ania Johansen for gode ord og oppmuntring. Sist, men ikke minst, tusen takk til psykolog, journalist og medievitner Sindre Storvoll som har gjort korrekturlesning.

Innholdsfortegnelse

1 Innledning	1
1.1 Om flerkulturelle par og kultur begrepet	2
1.2 Presentasjon av fagfeltet i litteraturen	2
1.3 Hovedoppgaven forskningsspørsmål	4
1.4 Bakgrunnen for denne studien	5
1.5 Forskning og kunnskapsutvikling	5
1.5.1 Parterapiens utvikling for flerkulturelle par	5
1.5.2 Terapeuters erfaringer og kunnskap	7
1.6 Teorier og teoretiske perspektiver	8
1.6.1 Tilknytningsteorien	8
1.6.2 Emosjonsfokusert parterapi – EFT	9
1.6.3 Løsningsfokusert terapi	10
2 Metode	11
2.1 Valg av metode og begrunnelse	11
2.2 Gjennomføring av studien	11
2.2.1 Intervjuguide	11
2.2.2 Rekruttering	12
2.2.3 Utvalg	13
2.2.4 Informasjonsskriv om fritt og informert samtykke	13
2.2.5 Anonymitet og konfidensialitet	14
2.2.6 Gjennomføring av intervjuene	14
2.2.7 Transkribering	15
2.3 Analyseprosessen i tematisk analyse	15
2.3.1 Forberedelsesfasen	16
2.3.2 Koding	16
2.3.3 Kategorisering	17
2.3.4 Rapporteringsfasen	18
2.4 Etske refleksjoner	18
2.5 Reliabilitet og validitet	19
2.6 Refleksivitet	20
3 Resultater	21

3.1 Tilbud om parterapi	22
3.1.1 Nåværende praksis i Norge	22
3.1.2 Hvem praktiserer parterapi?	24
3.1.3 Hvem oppsøker parterapi?	24
3.2 Parterapeutens rolle	25
3.2.1 Hvordan parterapeuten ser på seg selv og sin rolle som terapeut	25
3.2.2 Parterapeutens holdninger	26
3.2.3 Allianse	28
3.3 Identifisere problemstillinger	30
3.3.1 Felles erfaringer og mønstre hos flerkulturelle par	32
3.3.2 Kulturforskjeller, kommunikasjon, språkforståelse og samspill	33
3.3.3 Barn og barneoppdragelse	35
3.4 Metoder i parterapi for flerkulturelle par	36
3.4.1 Ulike intervensjoner	36
3.4.2 Terapeutenes vurdering av sitt arbeide	38
3.4.3 Hvordan gjøre terapi bedre og hva kan være gode forebyggende tiltak?	39
4 Diskusjon	42
4.1 Terapeuterfaringer i lys av teori og terapeutiske tilnærminger	42
4.1.1 Kulturelle utfordringer	43
4.1.2 Sårbarhets sirkelen	44
4.1.3 Om å velge terapeutisk tilnærming	44
4.1.4 Om å bidra med psykoedukativ tilnærming	46
4.2 Terapeutenes bruk av EFT	47
4.3 Terapeutenes bruk av løsningsorienterte strategier	48
4.4 Betydningen av terapi på lengre sikt	49
4.5 Parterapeuten i møte med flerkulturelle par	49
4.6 Metodologiske betraktninger	50
4.7 Begrensninger ved studien	51
4.8 Videre perspektiver	52
5 Konklusjon og avsluttende kommentarer	54
Litteraturliste	55
Vedlegg	63
Tabell 1. Eksempel på koding av tekst	17

Figur 1 – Tematisk kart med fire hovedtemaer og tolv undertemaer.....	18
Figur 2 – Tematisk kart	21

1 Innledning

I en tid med økende globalisering ser vi en betydelig økning i forflytninger på tvers av nasjonale, kulturelle og etniske skillelinjer med et stort antall mennesker som forlater sine hjemland og hjemlige trakter, for å besøke, studere, finne arbeid og etablere seg i ulike parforhold (Karis & Killian, 2009). Den sosiale demografien har endret seg dramatisk i store deler av verden og i mange europeiske land inkludert Norge, og dette har skapt en utvikling der stadig flere gifter seg med personer utenfor sin egen etniske gruppe eller land (Killian, 2015, s. 512). I Norge ser man at stadig flere menn og kvinner gifter seg med personer med utenlandsk opprinnelse (Statistisk Sentralbyrå, 2004). Dette har medført at flerkulturelle ekteskap og forhold er blitt stadig mer vanlig de siste årene (Daugstad, 2006). I møte mellom mennesker fra ulike kulturer kan det oppstå nye typer konflikter som kan være forårsaket av forskjeller i språk, kultur, livshistorie og tenkemåter. Dahl (2013, s. 278) hevder at “i stedet for at vi ser konflikter som destruktive, kan vi se dem som noe som er normalt og nødvendig for å bringe verden fremover”. Videre påpeker han at det fundamentale er å få partene i forholdet til å kommunisere med hverandre, til å komme i dialog. Hvordan har man så i forskning og praksis i terapirommet på dette feltet tatt inn over seg denne utfordringen? Det er noe av dette denne studien skal prøve å finne svar på.

Som framtidig psykolog, og med min bakgrunn som ektefelle i et tokulturelt ekteskap, har jeg i løpet av studiet utviklet en stor interesse for temaet flerkulturelle par og parterapi i Norge. Selv om antallet flerkulturelle ekteskap har hatt en dramatisk økning de siste tiårene, er det publisert få artikler om rådgivning av flerkulturelle par, ifølge forskere som Waldman og Rubalcava (2005). “Parterapi spås å være den terapiformen som kommer til å få størst vekst det neste tiåret” (Norcross, Pfund, & Prochaska, 2013). Derfor har jeg valgt å utforske hvordan psykologer og parterapeuter arbeider med flerkulturelle par, og hvordan de tenker at parterapi kan hjelpe flerkulturelle par til å utvikle et godt og varig samliv. Studien ble gjennomført med intervjuer av fem erfarne parterapeuter som også har lang erfaring og kunnskap innen parterapi for slike par. Jeg tenker at min egen erfaring og denne studiens resultater kan bidra med nye innspill når det gjelder betydningen av parterapi for flerkulturelle par i Norge, basert på erfarne terapeuters tanker og vurderinger. Viken & Kumar (2010, s. 29) hevder at “migrasjon fører til endringer i livssituasjon, og det kan være både positivt og negativt”. Videre mener forfatterne at dette innebærer både en fysisk og en psykososial forandring. Det kan også synes som det er særlig nødvendig å ta hensyn til den utenlandske

parten med tanke på mulig sårbarhet og risikofaktorer som kan føre til utvikling av psykiske helseproblemer. Hauff og Vaglum (1997) skriver at mental helse blant innvandrere ofte illustreres ved høy forekomst av depresjon. "Migrasjonsprosessen er slitsom, og tilpasning til nye omgivelser kan være medvirkende årsak til dårlig helse og sykdom" (Viken & Kumar, 2010, s. 30). Samtidig er det viktig å oppdage og løfte fram migranters egenart, ressurser og utviklingspotensial. Derfor bør de få støtte og hjelp til å overvinne de forskjeller og barrierer som er der i kraft av å være tokulturell i møte med alt det nye som kan utfordre et slikt par. Dette er problemstillinger som etnisk norske par ikke er stilt overfor. Det er derfor viktig at terapeuten erkjenner sitt ansvar for å engasjere seg i en pågående selvevaluering av personlige holdninger og «bias» i terapien og av deres eventuelt manglende erfaring i feltet.

1.1 Om flerkulturelle par og kultur begrepet

I min hovedoppgave brukes betegnelsen flerkulturelle par om par der den ene parten er norsk og den andre utenlandsk fra land utenfor Skandinavia. De parene som jeg skriver om vil de to dermed representere to helt ulike språk og ha forskjellig kulturell bakgrunn. Ordet kultur defineres her som en levemåte som består av sine særegne trosoppfatninger, verdier, sosiale mønstre og væremåte basert på og assosiert med etnisitet, religion, rollemønstre og andre faktorer (Hsu, 2001).

1.2 Presentasjon av fagfeltet i litteraturen

Ifølge Statistisk Sentralbyrå (2013) er de fem viktigste grunnene til at innvandrere flytter til Norge arbeid, familie, flukt, utdanning og annen innvandringsgrunn. 37 prosent kommer gjennom familieinnvandring, 30 prosent som arbeidsinnvandrere, og 21 prosent med flyktningbakgrunn. Den største andelen er altså familieinnvandring, herunder utenlandske personer som gifter seg med norske menn og kvinner. I 2001 inngikk 2800 norske menn og 1800 norske kvinner ekteskap med en utenlandsk ektefelle. Disse ekteskapsinngåelsene utgjorde henholdsvis 11,4 og 7,2 prosent av alle inngåtte ekteskap, til sammen 18,6 prosent. Disse siste tallene viser en klar økning for begge kjønn sammenlignet med tall fra 1990-årene (Statistisk sentralbyrå, 2004). Internasjonalt er vektleggingen av ulike kulturelle karakteristika ytterligere fremhevet når man siterer statistikk som viser en økning i flerkulturelle parforhold (Sullivan & Cottone, 2006). Perel (2000) har undersøkt hvordan mennesker med høy og lav kulturell status interagerer med hverandre som par. Hun observerte at forskjeller i parforholdet utgjør sterkere krefter enn likheter. Par som er i krise, ser at deres ulikheter driver dem fra hverandre, slik at samlivsterapeuter får utfordringen med å få paret til å

oppdage sine likheter, sine styrker og bygge enighet og samhold.

Selv om ulike hjelpeprofesjoner i Norge har gjort store framskritt når det gjelder å integrere forskjellige kulturelle perspektiver i sitt arbeid, gjenstår det mye når det gjelder flerkulturelle par og familier, både når det gjelder forskning og praktisk hjelp. Et kontinuerlig arbeid på dette feltet vil gjøre det mulig å utforske hvordan kulturelle forskjeller “stresser” par, og å finne strategier og ressurser som kan hjelpe dem når kulturelle forskjeller blir til barrierer som hindrer et modent og godt forhold. En mer systematisk styrking av forskning på dette området synes vesentlig, særlig fordi feltet er preget av den relative mangelen på empirisk forskning på par med ulik kulturell bakgrunn. Ifølge Sullivan og Cottone (2006) er det viktig å fremskaffe empiriske data med tanke på hvordan kulturelle forskjeller best kan bli hjulpet i terapi. Hsu (2001) understreker også viktigheten av terapeutens kulturelle kompetanse som utgangspunkt for å jobbe med flerkulturelle par. Ervervet kulturell kunnskap og følsomhet gjør det mulig for terapeuten å gjenkjenne atferd og holdninger. For forskere og klinikere er det mange aspekter ved “kulturen” som bør vurderes. Først og fremst kan nevnes de kulturelt betingede reglene for kjærlighet og intimitet i et forhold, kjønnsrollemønstre i en bestemt kultur, kommunikasjonsformer, graden av individualisme og kollektivism, og den kulturelt betingete måten man uttrykker seg på emosjonelt. Det er et stort behov for å belyse disse og andre spørsmål relatert til kultur og kulturforskjeller, gjennom forskning på kultur og terapeutiske utfall (Sevier, Brew & Yi, 2016). Videre hevder Sevier et al. at det i litteraturen om parterapi ikke finnes mye empiri som kan veilede terapeuter i hvordan de skal behandle flerkulturelle par. Randomiserte studier på terapeutiske utfall av parterapi har stort sett bestått av deltakere fra middelklassen av hvite, vestlige mennesker, noe som gjør det vanskelig å generalisere funn til andre populasjoner. I tillegg omtaler litteraturen studier på grupper i teoretiske modeller eller i form av kasuistikker, heller enn kontrollerte studier. Alle par kan oppleve kompliserte og vanskelige problemer i forholdet. Men parforhold mellom mennesker fra forskjellige kulturelle grupper kan skape tilleggsutfordringer som for eksempel integreringsvansker, samfunnspress og divergerende rolleoppfatninger (Kim, Prouty & Roberson, 2012). Dette støttes av Hsu (2001) som beskriver at flerkulturelle par som har problemer på bakgrunn av forskjeller i kulturbetinget tro, holdninger og tradisjoner, vil ha større utfordringer i terapi enn andre par.

1.3 Hovedoppgavens forskningsspørsmål

En gjennomgang av litteraturen tyder på at Norge per i dag ikke har noe etablert forskningsmiljø innen parterapi for flerkulturelle par. Skånland (2011) skriver i sin masteroppgave at det er få studier på arbeid med brukere med innvandrerbakgrunn i norsk familievern. Ved litteratursøk i flere databaser finner man ikke publikasjoner som direkte knytter seg til arbeidet med flerkulturelle par i familievernet. Med bakgrunn i dette blir hovedoppgavens forskningsspørsmål: «*Hvordan vurderer parterapeuter betydningen av parterapi for flerkulturelle par i Norge, hva er tilbudet til disse parene og hva vurderer terapeutene som særlig vesentlige elementer i slik terapi?*» Et underspørsmål til selve forskningsspørsmålet er også en utforskning av hva slags teori og modeller som terapeutene benytter seg av i parterapi med flerkulturelle par.

Mye av forskningen rundt flerkulturelle par og parterapi er fra USA, og slik forskning er ofte toneangivende i norsk sammenheng. Det er mulig at kulturelle forskjeller mellom Norge og USA er såpass store at parene trenger ulike terapeutiske fremgangsmåter (Skauli, 2009, s. 29). Forskningen har ikke nødvendigvis direkte overføringsverdi til det norske samfunnet, da USA og Norge er forskjellige land og samfunn og representerer mange sosiokulturelle ulikheter og forskjeller i historie, samfunnsutvikling og tradisjoner. Vi må være forsiktige med å anta at utenlandske forskningsresultater er kulturelt og institusjonelt overførbare og uten videre integrere dem i norsk praksis. Vi bør selvfølgelig alltid ha med en slik kulturell forsiktighet, også mellom ulike geografiske og kulturelle områder og skillelinjer innen eget land (Skauli, 2009, s. 29). Det er derfor viktig at vi utvikler og etablerer egen empiri og forskningskunnskap på dette feltet også i vårt eget land.

Jeg vil på denne bakgrunn studere nærmere hvilke utfordringer, problemer og ressurser som finnes i ekteskap eller parforhold der den ene ektefellen er norsk og den andre utenlandsk, og dermed representerer ulike kulturer og språk. Hovedfokus i oppgaven vil være å utforske parterapi for denne gruppen basert på parterapeuters erfaringer med flerkulturelle par. Jeg vil særlig se på hvilke terapeutiske intervensjoner som fremstår som nyttige, og hvordan terapeutene faktisk arbeider for å hjelpe disse parene.

1.4 Bakgrunnen for denne studien

Interessen for denne studien startet opprinnelig med min observasjon av at stadig flere norske menn og kvinner gifter seg med utenlandske ektefeller (Statistisk sentralbyrå, 2004). Dette vakte min faglige nysgjerrighet og interesse for hvordan flerkulturelle par har det i det norske samfunnet, hvilke konsekvenser dette store mangfoldet fører til, og hvordan vår profesjon kan bidra til vellykkede og stabile familieforhold i den nye konteksten.

Norges demografi er preget av at vi er et relativt lite land med en stor andel som ikke har tilknytning til innvandring. Men med økende innvandring blir mangfoldet stadig større. Befolkningen vokste med 1,3 prosent i fjor, og innvandringen sto for hele 72 prosent av denne veksten. Det vil si at landets befolkning, som har passert 5 millioner, er blitt mer sammensatt. Like sammensatte er grunnene til at mennesker født i andre land begir seg ut på en lang eller kort reise til Norge for å bo og jobbe her. Etter hvert vil også deres barn med sin flerkulturelle bakgrunn sette preg på landet. (Statistisk sentralbyrå, 2013)

Da det som tidligere påpekt ikke finnes noe etablert forskningsmiljø på denne tematikken i Norge, og det per i dag ikke foreligger studier på flerkulturelle par og parterapi, ønsker jeg ved hjelp av parterapeuter i familievernet å tilegne meg kunnskap om dette. Eikrem (2017, s. 243) hevder at det å møte mennesker fra andre kulturer i terapirommet kan oppleves som utfordrende. Denne studien kan være med på å gi kunnskap og informasjon som tidligere har vært ukjent, og bidra til økt innsikt i hvordan flerkulturelle par og terapeuter opplever parterapien, erfaringer som gjøres, og hva som eventuelt kan gjøres annerledes og bedre. Et økt kunnskapsnivå kan både bidra til at terapeutene gir kunnskapsbasert hjelp og til å senke terskelen og ufarliggjøre tilbudet om parterapi for flerkulturelle par i en sårbar og hjelpetrengende situasjon.

1.5 Forskning og kunnskapsutvikling

1.5.1 Parterapiens utvikling for flerkulturelle par

Tidligere (før 1980- tallet) har de fleste studier på grupper av flerkulturelle par fremstilt slike parforhold på negative måter. Flerkulturelle ekteskap og etniske og raseblandede par er ofte blitt stemplet som problematiske (Bystydzinski, 2011, s. 6). De ble også tatt inn i parterapi uten at man hadde nærmere kunnskap om hvorvidt disse parene skiller

seg fra par fra samme land med mer lik kulturell bakgrunn. På begynnelsen av 1990- tallet skrev flere forskere at det fram til da hadde vært lite søkelys på gruppen av flerkulturelle ekteskap og par. De første publikasjonene handlet primært om klienter som var kulturelt forskjellige fra terapeuten. Forfattere som drøftet spørsmål rundt flerkulturelle par, var som oftest opptatt av bare en dimensjon, som ulikhet i religion eller rase. På den måten var fokuset på den tiden på spesifikke ulikheter mellom to kulturelle grupper eller par, heller enn å utvikle en tilnærming som gjør det mulig å arbeide med kulturelle forskjeller i alminnelighet (Biever et al., 2008). Det var etter at den amerikanske psykologforeningen, American Psychological Association (1993), publiserte "Guidelines for Providers of Psychological Services to Ethnic, Linguistic, and Culturally Populations" at også fokus på flerkulturelle par ble styrket i årene som fulgte (Hays, 2014). I Norge gjorde Bang en studie (1993) der man undersøkte hvilken forskjell parterapi gjør for deltakende par. Den var ikke rettet mot flerkulturelle par, men undersøkte i hvilken grad parterapi gjorde en forskjell. Da vi ikke har lignende studier på flerkulturelle par i Norge, er det vanskelig å si noe om hvilken forskjell parterapi kan utgjøre for denne gruppen.

Parterapi for flerkulturelle par vokste fram i kjølvannet av de erfaringer og den kunnskap man hadde ervervet seg i parterapien i løpet av siste halvdel av 1900 - tallet. De første publikasjonene som ga innsikt og kunnskap om flerkulturelle par, var eksempelvis publikasjoner av McGoldrick & Preto i 1984, Falicov, 1996; Killian, 2008; Perel, 2000, og bøker av Karis & Killian i 2008; Killian, 2013. Disse har gitt verdifull hjelp til å forstå de ulike erfaringer og dilemmaer som den økende gruppen av flerkulturelle par opplever (Killian, 2015, s. 512). Vi har generelt sett fått en stadig bedre og kunnskapsbasert utvikling av parterapi for flerkulturelle par de siste tiårene (Gurman & Fraenkel, 2002), først og fremst i land som USA. Derimot har det fram til nå vært mindre fokus på dette i Norge. Med forskere som Falicov, Kellner og Perel ble det presentert flere ulike teorier som skulle kategorisere og forklare mulige årsaker til problemer hos flerkulturelle par (Maynigo, 2015). Enkelte etablerte tilnærminger i parterapi kan ifølge Hsu (2001) være mer, om ikke utelukkende, egnet for euro-amerikanske par, og dermed brukes kritisk eller med stor forsiktighet ved behandling av flerkulturelle par i andre sammenhenger.

1.5.2 Terapeuters erfaringer og kunnskap

“I en tid med økende kulturelle forskjeller, vil stadig flere terapeuter bli engasjert i å arbeide med par som kommer fra forskjellig etnisk og kulturell bakgrunn” (Rubalcava & Waldman, 2004). Selv om denne hovedoppgaven har fokus på norske terapeuters erfaringer og kunnskap, er det nødvendig å se nærmere på hvilke erfaringer terapeuter generelt har gjort seg i møte med flerkulturelle par. Terapeuter har erfart at terapien må begynne med å utforske klientenes egne, unike forståelser og deres egne teorier om de problemene som førte til at de oppsøkte hjelp i form av terapi, i stedet for å vurdere om og hvordan klientene passer inn i terapeutens teorier om psykologiske problemer, diagnostiske kategorier og endring. Klientene vil kunne bli stilt spørsmål om hvordan kulturelle forskjeller har vært til nytte eller skapt hindringer i forholdet deres. De forståelser som da skapes om klientenes situasjon og deres kultur, oppstår fra en gjensidig, samarbeidende konstruksjon av forståelse som gir mening. Likevel er terapeutene alltid oppmerksomme på at slike konstruksjoner ikke er de eneste som kan bli utformet (Biever et al., 2008).

Som vi skal se senere, har deltakerne i min studie mange års erfaring i behandlingen av flerkulturelle par. Og deres erfaringer har mye til felles med det terapeuter fra andre land opplever. Terapi med flerkulturelle par presenterer flere utfordringer, selv om noen også kan være like for samme-kulturelle par. Som hos andre par, kan flerkulturelle par være “polariserte”, og de forventer at terapeuten skal bestemme hvem av dem som har rett. Problemer i forholdet kan bli tillagt eller forstått som forskjeller i personlighet og emosjonelle problemer hos den ene eller begge partnerne, heller enn å stamme fra kulturelle forskjeller. Erfaringen er at dette kan bli forsterket dersom terapeuten har samme kulturelle bakgrunn som den ene partneren. Terapeutene opplever også at det finnes få teoretiske eller praksisbaserte retningslinjer tilgjengelig for dem (Biever et al., 2008). Den eksisterende forskningen fokuserer på vanlige stressfaktorer for flerkulturelle par, rammer for å forstå og kategorisere parkonflikter, behandlingssimplikasjoner og strategier (Maynigo, 2015). Kunnskapen og erfaringene i Norge ligger foreløpig bare hos den enkelte terapeut som arbeider med slike par. Det er derfor et meget stort behov for å tilegne seg forskningsbasert kunnskap om flerkulturelle par, da man må anta at økningen i antallet slike par vil fortsette de neste tiårene på grunn av den vedvarende innvandringen til landet vårt.

1.6 Teorier og teoretiske perspektiver

Teorier og teoretiske perspektiver er et verktøy til å beskrive, forstå og analysere samfunnsfenomener (Nasjonal digital læringsarena, 2019). Et slikt nytt fenomen er som nevnt økningen i flerkulturelle parforhold i samfunnet. Jeg ønsker så se nærmere på hva vi vet i form av kunnskapsbasert forskning på denne gruppen, og på hva terapeutene vet og har erfart med utgangspunkt i praksis, og hvordan dette kan tilføre mer kunnskap om et ganske nytt arbeidsfelt. Jeg vil også trekke frem noen ulike perspektiver og modeller som jeg anser som relevante i denne sammenhengen, tilnærminger som har satt sitt preg på utviklingen av feltet parterapi generelt, men også parterapi for flerkulturelle par. Det jeg ønsker å trekke frem er tilknytningsteori på den ene siden og emosjonsfokustert parterapi og løsningsorientert terapi på den andre. Bakgrunnen for å fokusere på disse tilnærmingene i denne hovedoppgaven er at disse på ulike måter har representert vesentlige bidrag i utviklingen av tilnærminger og intervensjoner i parterapi, både når det gjelder mer innholdsmessige forhold, som betydningen av tilknytning og mer metodiske tilnærminger.

1.6.1 Tilknytningsteorien

Tilknytningsteorien ble utviklet av Bowlby basert på forskning på og observasjoner av nære relasjoner og samspill i familier med fokus på sosial regulering av emosjoner mellom familiemedlemmene. Tilknytningsteori, ifølge Bowlby viser til at vi alle er skapt til å være i kontakt med andre mennesker. Bowlby hentet inspirasjon fra flere relaterte felt som systemteori, objektrelasjonsteori, kognitiv nevrotenskap og utviklingsbiologi (Vetere, 2019, s. 252). Opprinnelig forsket man på tilknytningen mellom barn og foreldre, men det finnes nå også mye god forskning på tilknytning mellom voksne. Og i dag vet vi en god del om hva tilknytning betyr i voksne kjærlighetsforhold (Samoilow, 2019). Tilknytningsteorien predikerer at vi vil reagere med biologisk betinget tilknytningsatferd i de tilfellene hvor vi blir grunnleggende usikre på forholdet til partneren. Det betyr at man i slike situasjoner vil opptre på én av to måter; enten som pågående og kritisk og med en klengete atferd i forhold til partneren, eller som unnvikende og nedlatende og med en underkastende atferd (Teigen, 2017, s. 133). Videre sier Teigen at i konflikt - og krisesituasjoner vil den pågående og klengete partneren ofte føle seg avvist, sviktet og forlatt. Mens den unnvikende og underkastende partneren vil føle seg maktesløs og oppgitt over partneren som alltid er misfornøyd, klager og kritiserer. Parterapeuten og forskeren Susan Johnson (2008) hevder at hvis paret ikke får hjelp i terapien til å oppdage at de stadige konfliktene skyldes behovet for

trygg tilknytning, og at løsningen er å arbeide systematisk med å gjenopprette den grunnleggende tilliten i forholdet, vil det bli svært vanskelig å endre disse mønstrene i samspillet mellom dem. Denne forståelsen støttes av andre anerkjente forfattere som Greenberg og Goldman. De skriver at “dersom man ser på parkonflikt som et resultat av trusler mot tilknytning og identitet, kan det tenkes at det dypest sett er frykt for å bli forlatt (tilknytning) og frykt for tilintetgjørelse (identitet) som fostrer konflikt og fastlåste parrelasjoner” (Greenberg & Goldman, 2008). Dette fokus kommer fram som et viktig element i denne studien, fordi tilknytningsrelaterte behov synes å være universelle.

1.6.2 Emosjonsfokusert parterapi – EFT

På 1980-tallet utviklet psykologene Leslie Greenberg og Susan Johnson en ny terapiform som de kalte emosjonsfokusert parterapi – EFT (Samoilow, 2019). EFT er beskrevet som en kortfattet, trinnvis terapimodell, som gjennomføres i løpet av omtrent 25 terapitimer, eller enda lenger ved traumer. Man retter søkelyset mot emosjoner og samspill som inkluderer opplevelsesorienterte og systemiske tilnærminger, og forener det hele i et tilknytningsperspektiv (Brubacher & Sjøbu, 2019, s. 35). EFT er i dag en av de best dokumenterte former for parterapi (Johnson & Lebow, 2000; Snyder, Castellani & Whisman, 2006). Dette støttes av terapeutene og forfatterne Brubacher & Sjøbu (2019, s. 35) som hevder at “EFT er den eneste parterapi-modellen som baserer seg på en empirisk validert teori om kjærlighet mellom voksne (tilknytningsteori)”. Terapeuter som har fått opplæring i EFT, forteller at den største endringen de opplever i terapirommet, er at de får en mer empatisk og samarbeidsorientert innstilling til klientene, men også til seg selv og sine omgivelser (Sandberg & Knestel, 2011). Brubacher & Sjøbu (2019, s. 26) påpeker at forskningen som er blitt gjort på læring av EFT, viser at terapeuter blir tryggere i sin rolle som terapeut, og mer deltakende og fortrolig i sine personlige relasjoner. Kvello (2017, s. 368) erkjenner at det er helt nødvendig med en empatisk allianse mellom paret og terapeuten og en forutsetning for å skape en atmosfære som gir en trygg samtale.

Evidensbasert forskning bekrefter at alliansen er en meget viktig faktor i terapi (Wampold & Imel, 2015). Den første og viktigste oppgaven i EFT blir derfor å bygge opp og opprettholde en god allianse. Dette kan bare skje når terapeuten lytter nøye og empatisk for å skape en god relasjon og sikre seg at han eller hun forstår det klienten forteller (Brubacher & Sjøbu, 2019, s. 36). En stor fordel med å anvende EFT i arbeidet med mennesker fra minoritetskulturer er dens vektlegging av de grunnleggende tilknytningsbehov og følelser alle

har, fordi behovet for sikkerhet, trygghet, komfort og nærhet er universelle.

Tilknytningsmønstre hos par synes å være konsistente på tvers av kulturer. EFT-tilnærmingen legger opp til en forståelse av at alle par er unike kulturer i seg selv, der individuelle forskjeller, enten de er betinget i genetikk, oppvekst eller kulturelle normer, kan spille en viktig rolle for partene til å oppnå en sterk tilknytning (Greenman, Young, & Johnson, 2009).

1.6.3 Løsningsfokusert terapi

Løsningsfokusert terapi (LØFT) ble utviklet på 1980-tallet av en gruppe nyskapende familieterapeuter ved Brief Family Therapy Center (BFTC) i Milwaukee (Aambø, 2019, s. 169). Løsningsfokusert terapi regnes i dag som en evidensbasert behandlingsform, og har i studier vist seg effektiv i behandlingen av en rekke atferdsmessige og psykologiske tilstander, samtidig som den kan være tids- og kostnadsbesparende sammenlignet med andre terapeutiske tilnærminger (Gingerich & Peterson, 2013). LØFT er en populær terapimetode og en av de mest brukte i verden (Johnsen & Torsteinsson, 2012, s. 178). Den er en prosessorientert terapiform, der klienten i samarbeid med terapeuten jobber seg fram til de ønskede endringene. Metoden anerkjenner at klienten selv har erfaringer og kunnskap til under veiledning å skape nødvendige endringer og realistiske målsettinger. Terapeuten inntar en såkalt "ikke-vitende posisjon" og arbeider hovedsakelig gjennom å stille spørsmål, slik at klienten blir utfordret til å få selvinnsett og blir i stand til å frigjøre sin egen undertrykte kunnskap. Å stille spørsmål som arbeidsform, bidrar til å skape en nær og god terapeutisk relasjon og allianse mellom terapeut og klient. Denne relasjonen synes i mange tilfeller å ha større betydning for det terapeutiske utfallet enn hvilke spesifikke metoder som anvendes (Aambø, 2019, s. 170). "I Norge har LØFT særlig vært anvendt innenfor familievernet, barnevernet, barne- og ungdomspsykiatrien, rusomsorgen og i arbeid med organisasjoner. Den har også vært populær hos allmennpraktikere og annet helsepersonell" (Johnsen & Torsteinsson, 2012, s. 179).

Disse terapeutiske tilnærmingene vil senere bli drøftet med utgangspunkt i mitt ønske om å utforske kunnskap og nyttige erfaringer i arbeidet med flerkulturelle par.

2 Metode

2.1 Valg av metode og begrunnelse

Denne studien ønsker å finne svar på følgende: «*Hvordan vurderer parterapeuter betydningen av parterapi for flerkulturelle par i Norge, hva er tilbudet til disse parene og hva vurderer terapeutene som særlig vesentlige elementer i slik terapi?*» Jeg ønsket med andre ord å få terapeuter til å beskrive hva de anså som særlig nyttig og vesentlig i sitt arbeid med flerkulturelle par.

Til dette har valgt en kvalitativ forskningsmetode. “Det kvalitative forskningsintervjuet søker å forstå verden sett fra intervjupersonenes side. Å få frem betydningen av folks erfaringer og å avdekke deres opplevelser av verden, forut for vitenskapelige forklaringer, er et mål” (Kvale & Brinkmann, 2018, s. 20). Jeg ønsker nettopp å fordype meg i terapeutenes erfaringer, for å tydeliggjøre hvordan de vurderer parterapiens betydning og hvordan de forsøker å hjelpe disse parene. Bruk av kvalitative metoder blir også oftest anbefalt når man skal studere et område der det foreligger lite forskning fra før (Malterud, 2002).

Jeg valgte å forsøke å besvare spørsmålene i prosjektet ved hjelp av semi-strukturerte intervjuer. Semistrukturerte intervjuer har åpne spørsmål. De genererer det vi kaller “innholdsrik samtale”, en samtale som er uformell, frittflytende og åpner opp for deltakerens valg av ord og uttrykksmåter (Magnusson & Marecek, 2015, s. 47). Jeg utarbeidet en intervjuguide, med siktemål å få informasjon som best mulig kunne besvare forskningsspørsmålene mine. “Forskningsintervjuet er ikke en konversasjon mellom likeverdige deltakere, ettersom det er forskeren som definerer og kontrollerer samtalen” (Kvale & Brinkmann, 2018, s. 22).

2.2 Gjennomføring av studien

I det følgende vil jeg kort beskrive hvordan jeg konkret gjennomførte arbeidet.

2.2.1 Intervjuguide

Intervjuguiden ble utviklet under veiledning av og i samråd med min veileder og er skrevet på norsk. Intervjuguiden er nyttig for at intervjueren skal huske spørsmålene som skal stilles og bidrar til å sikre at det blir samlet inn nok detaljerte svar (data) på spørsmålene (Magnusson & Marecek, 2015, s. 46). En behøver imidlertid ikke å følge intervjuguiden strengt.

“Det er intervjuerens skjønn og taktfullhet som er avgjørende for hvor nær han vil

holde seg til guiden og hvor mye han vil følge opp de intervjuedes svar og de nye retningene de kan åpne for” (Kvale & Brinkmann, 2018, s. 162). Derfor bestemte jeg meg for at spørsmålene i intervjuguiden skulle være veiledende for selve intervjuet og ikke nødvendigvis følges slavisk. Likevel ville jeg prøve å følge intervjuguiden så godt som mulig, da jeg hadde et ønske om å få til et sammenhengende intervju med sammenlignbare svar på spørsmålene, samtidig som jeg ville bidra til et godt samspill med den som ble intervjuet. Et godt intervju bør bidra tematisk til produksjon av kunnskap og være dynamisk for å fremme et godt intervju interaksjon (Kvale & Brinkmann, 2018, s. 163). Derfor var det viktig å ta hensyn til spørsmålenes tematiske og dynamiske dimensjoner, samtidig som jeg måtte ha i tanke den tematiske analyseprosessen, med de ulike fasene som koding, kategorisering og rapportering av de innsamlede dataene (Kvale & Brinkmann, 2018, s. 165).

2.2.2 Rekruttering

Magnusson & Marecek (2015) hevder at det å spesifisere gruppene man ønsker å studere alltid er hensiktsmessig. Forskere forsøker å lære om de mange, forskjellige erfaringer som mennesker har hatt. De velger derfor et utvalg av mennesker som man antar har hatt de erfaringer man ønsker å undersøke. Det er derfor viktig at forskerne inkluderer alle uansett hvilke erfaringer de har hatt, både atypiske og typiske, i den gruppen som skal undersøkes. Deltakerne ble rekruttert ved at jeg kontaktet parterapeuter både i offentlige og private klinikker basert på mine faglige nettverk og anbefalinger fra kollegaer. Forespørsel om deltakelse ble sendt per e-post med en introduksjon og informasjon om prosjektet og begrunnelsen for det, og spurte om de ønsket å la seg intervju av meg.

I utgangspunktet skulle jeg belyse problemstillingen ved å intervju fem flerkulturelle par og fem parterapeuter. Jeg ville undersøke samspillet i disse parforholdene, og hvordan de håndterer konflikter som kan oppstå mellom dem. Videre ville jeg finne ut hva de gjør når det oppstår kriser i forholdet. Jeg ønsket særlig å se nærmere på om de oppsøker profesjonell hjelp og i så fall hvor de søker slik hjelp, hva slags hjelp de får og om de opplever at dette hjelper dem.

I samtalene med terapeutene ønsket jeg å utforske parterapeuters erfaringer med flerkulturelle par og hvilke terapeutiske intervensjoner som synes nyttige i denne sammenhengen. Rekruttering av parterapeutene gikk raskt og greit, men rekruttering av par var utfordrende, selv om jeg fikk hjelp av parterapeutene i de offentlige klinikkene som syntes at det hadde vært interessant at slike par ble intervjuet, for å få høre deres erfaringer med å gå

i parterapi. Selv om jeg i tillegg ba mine bekjente, samt en utenlandsk ambassade om hjelp til å verve par, ble det til slutt bare fire par totalt som ønsket å delta. Men av disse fire var det bare ett par som ville la seg intervju, mens de tre andre trakk seg da den ene parten likevel ikke ville. På bakgrunn av dette ble min veileder og jeg enige om å gjennomføre studien med bare å intervju parterapeutene og gjøre en forundersøkelse med det ene paret som ønsket å delta.

2.2.3 Utvalg

Av ti mulige deltakere, sa fem parterapeuter seg villige til å la seg intervju. Fire er etnisk norske, og den femte er fra et annet land i Europa. Terapeutene var i alderen 40 – 70 år og hadde fra 6 til 32 års erfaring med parterapi, også med flerkulturelle par. Noen parterapeuter jobber offentlig og noen privat. De andre parterapeutene som ble spurt, kunne ikke delta i prosjektet fordi de ikke hadde erfaring med flerkulturelle par.

Det er vanlig at forskere som ikke arbeider med kvalitative metoder å hevde at slike forskningsstudier har for få deltakere. Forskere som gjør slike undersøkelser, fremhever derimot at det er kvaliteten på og den totale mengden av intervjumateriale som er viktig, og ikke antall deltakere. Studier med få deltakere kan være nok til å generere en tilstrekkelig mengde data fra intervjuene (Magnusson & Marecek, 2015, s. 36).

Kvale & Brinkmann (2018, s. 148) sier at man bør intervju så mange personer som det er nødvendig for å finne ut det du trenger å vite. Et høyt antall respondenter vil, utover et visst punkt, tilføre studien gradvis mindre ny kunnskap av interesse for resultatet. Samtidig er det også anerkjent at variasjon og dybde i kvalitative studier er av større interesse enn et stort antall deltakere (Hennink, Hutter, & Bailey, 2011). Jeg mener at mitt utvalg av deltakere var tilstrekkelig variert og representative for feltet. Jeg vurderte intervjuene som både innholdsrike og varierte, og at de tilførte undersøkelsen verdifulle terapeutiske erfaringer og opplevelser som var av betydning for å drøfte forskningsspørsmålene mine.

2.2.4 Informasjonsskriv om fritt og informert samtykke

Deltakerne fikk et informasjonsskriv om fritt og informert samtykke. I dette skrevet fikk deltakerne informasjon om målene med prosjektet og hva deltakelse ville innebære for dem. Jeg gjorde dem oppmerksom at det var frivillig å delta og at de kunne når som helst trekke samtykket tilbake uten å oppgi noen grunn. Eller, dersom de ikke ønsket å svare på noen spørsmål i løpet av intervjuet, kunne de velge å la være. “Begrepet informert samtykke

baserer seg primært på prinsippet om individuell autonomi og dernest på prinsippet om å gjøre godt” (Marzano, 2012).

2.2.5 Anonymitet og konfidensialitet

Konfidensialitet innebærer at private og identifiserbare data ikke avsløres (Kvale & Brinkmann, 2018). Terapeutenes navn og arbeidssted ble derfor anonymisert, og de ble kun referert til som terapeutene. De ble godt informert om hva hovedoppgaven og intervjuene av dem gikk ut på. Alle øvrige opplysninger om dem som terapeuter ble anonymiserte, og ved prosjektslutt vil alle personopplysninger og intervjuopptak bli slettet senest i mai 2020. Dette vil gi meg tid og mulighet til å kunne skrive en vitenskapelig artikkel basert på prosjektet som da vil bli søkt publisert i et fagtidsskrift. Deltakerne har gitt sitt samtykke til dette.

Jeg behandlet opplysningene konfidensielt og i samsvar med personvernregelverket. Navn, person – og kontaktopplysninger ble anonymiserte ved bruk av koder. All informasjon ble lagret på en kryptert minnepinne som ble oppbevart i et låst skap på Psykologisk Institutt, Oslo, og det var bare jeg som hadde tilgang. Deltagende terapeuter vil ikke kunne bli gjenkjent i en publikasjon, da opplysninger fra intervjuene ikke vil bli lenket opp mot den enkelte terapeut. I boken *The SAGE Handbook of Interview Research: The Complexity of the Craft* skriver K. Kaiser (2012) at konfidensialitet refererer til avtaler med personer om hva som kan bli gjort med deres data. I praksis betyr konfidensialitet også at man sikrer seg at ingen andre enn forskeren vet hvem som deltok i studien (Sieber, 1992).

2.2.6 Gjennomføring av intervjuene

Det kvalitative forskningsintervjuet tar sikte på å innhente informasjon og kunnskap fra parterapeutenes erfaringer med flerkulturelle par som kan fortelle noe om betydningen av slik terapi.

Magnusson & Marecek (2015, s. 58) peker på at forskningsintervjuer ikke er vanlige samtaler. Intervjueren er der for å lære noe fra den som blir intervjuet. Derfor er fokus på intervjuobjektet, som står for den største delen av snakkingen. Spørsmålene i intervjuguiden skaper innholdet i intervjuet. Intervjuerens oppgave er å stille spørsmålene og sørge for at intervjuet gjennomføres på en sammenhengende måte og oppleves komfortabelt for intervjuobjektet. “En intervjuer kan lære gjennom hele undersøkelsen. Samtalene med intervjupersonene kan utvide og endre forskerens oppfatning av de undersøkte fenomenene” (Kvale & Brinkmann, 2018, s. 147).

I løpet av denne prosessen opplevde jeg at jeg ble klokere, og samtalene med disse

fagpersonene bidro til at jeg reflekterte over viktigheten av forskningsspørsmålene mine og så på dem med nye perspektiver. I tillegg erfarte jeg samtalene som en veldig engasjerende fase i løpet av arbeidet med oppgaven. Disse refleksjonene og lærdommene kommer jeg til å ta med meg videre i min fremtidige praksis som psykolog.

Deltakerne i studien bestemte tidspunkt og sted for intervjuundersøkelsen. Alle intervjuene ble gjennomført ansikt til ansikt på parterapeutens kontor. De ble tatt opp på lydbånd, og hvert intervju varte cirka 1 time. Jeg hadde informert skriftlig på forhånd om studien, samt at de fikk tilsendt intervjuguiden (Vedlegg 1) og samtykkeerklæring (Vedlegg 2) per e-post på forhånd.

De intervjuede var klar over at de kunne stille spørsmål dersom de ønsket det. Etter hvert intervju noterte jeg resonnementer og tanker som kunne være verdifulle i den senere analyseprosessen fordi, ifølge Kvale & Brinkmann (2018, s. 206), kan det være distraherende å ta omfattende notater under et intervju fordi det bryter med samtalens frie flyt.

2.2.7 Transkribering

Intervjuene ble tatt opp ved hjelp av en lydopptaker når informantene hadde gitt sitt samtykke. Mishler (1991) sier at forskere som legger vekt på kommunikasjonsformene og den språklige stilen, kan velge å transkribere selv for å sikre de mange detaljene som er relevante for deres spesifikke analyse. Derfor valgte jeg å transkribere intervjuene selv. Det var viktig for meg å transkribere så raskt som mulig etter at de var gjort, for å kunne ha svar og poeng som fremkom så friskt i minne som mulig. Derfor gjorde jeg transkriberingen samme dag eller dagen etter at intervjuene var gjort. Ved å transkribere selv hadde jeg full kontroll på at dette ble gjort på en så nøyaktig måte som mulig, og at ingen viktige poenger og informasjon gikk tapt. Arbeidet var nitid og tok lang tid, og jeg måtte høre igjennom opptakene med hver deltaker flere ganger. Dette ga meg god forståelse og innsikt i datamaterialet, noe som var nyttig og til stor hjelp, da jeg senere skulle bearbeide materialet.

2.3 Analyseprosessen i tematisk analyse

Ifølge Johannessen et al. (2018, s. 278) kan tematisk analyse anses for å være den mest grunnleggende og studentvennlige av de mange tilnærmingene til kvalitativ analyse, Utsagnet underbygges og begrunnes av mange forskere. I *Bergin og Garfield's handbook of psychotherapy and behavior change* skriver J. McLeod (2013, s. 56) at den mest direkte og fleksible tilnærmingen er tematisk analyse, som består i gjennomføringen av en grundig linje etter linje lesing av intervju-transkripter for å identifisere temaer fra informantens kunnskap

om temaet som blir undersøkt.

Den tematiske analysen har blitt kritisert for å være for åpen og for å være vagt og generelt formulert uten et godt nok teoretisk rammeverk. Den store fleksibiliteten i analysemetoden gjør det vanskelig å konsentrere seg om hvilket aspekt som det skal fokuseres på. Det oppleves vanskelig å opprettholde følelsen av kontinuitet i dataene i individuelle temaer. Man har ment at dette svekker og begrenser tolkningskraften i analysen og resultatene (Braun & Clarke, 2006). I min gjennomgang av analyseprosessen i tematisk analyse støttet jeg meg i all hovedsak til den grundige presentasjonen Virginia Braun og Victoria Clarke (2006) har gjort i sin beskrivelse av den tematiske analyseprosessen. Jeg har også hentet kunnskap om tematisk analyse fra deres bok «Successful Qualitative Research: A Practical Guide for Beginners», (Braun og Clarke, 2013). Men jeg har valgt å bruke en forenklet versjon i gjennomgangen av fasene eller stegene i analyseprosessen som er bedre tilpasset meg som student. Det er fasene forberedelse, koding, kategorisering og rapportering. Fasene vil bli mer utførlig beskrevet i den påfølgende teksten under.

2.3.1 Forberedelsesfasen

Fase 1 er det Braun & Clarke (2006, s. 87) kaller forberedelsesfasen, altså en fase der forskeren samler inn data fra for eksempel intervjuer, får en samlet oversikt over disse og blir kjent med innholdet i dataene. Siden jeg utførte intervjuene og transkriberte dem selv var det mulig for meg å bli godt kjent med dataene fra begynnelsen til slutten av innsamlingen. Deretter leste jeg flere ganger igjennom intervjuene for å få en grundig oversikt over materialet. Jeg noterte ned stikkord og små notater underveis i lesingen og gjorde meg en del tanker og refleksjoner over mengden, presisjonen og kvaliteten på datamaterialet som helhet. Men det viktigste var, som sagt, å få en helhetlig oversikt over dataene jeg hadde samlet inn.

2.3.2 Koding

Fase 2 var neste steg i analyseprosessen og kalles koding. “Kodingen kan defineres som å framheve og sette ord på viktige poenger i dataene” (Johannessen, Rafoss og Rasmussen, 2018, s. 284). Dette kan gjøres på tre måter. Først gjorde jeg markeringer i det transkriberte materialet med «highlights» - uthhevingsfarge for tekst, for å framheve viktige poenger. For det andre noterte jeg stikkord oppsummeringer i marginen og kopierte ut i marginen viktige utsagn og poenger i svarene fra terapeutene som ga meg en dypere innsikt i dataene. For det tredje noterte jeg ned tanker, idèer, assosiasjoner og refleksjoner rundt disse poengene til

senere bruk i den neste fasen, kategorisering. Jeg gjorde kodingen av hele materialet tre ganger for å sikre meg at kodingen ble gjort grundig nok. Eksempel på koding av tekst er i tabell 1.

Tabell 1

Eksempel på koding av tekst

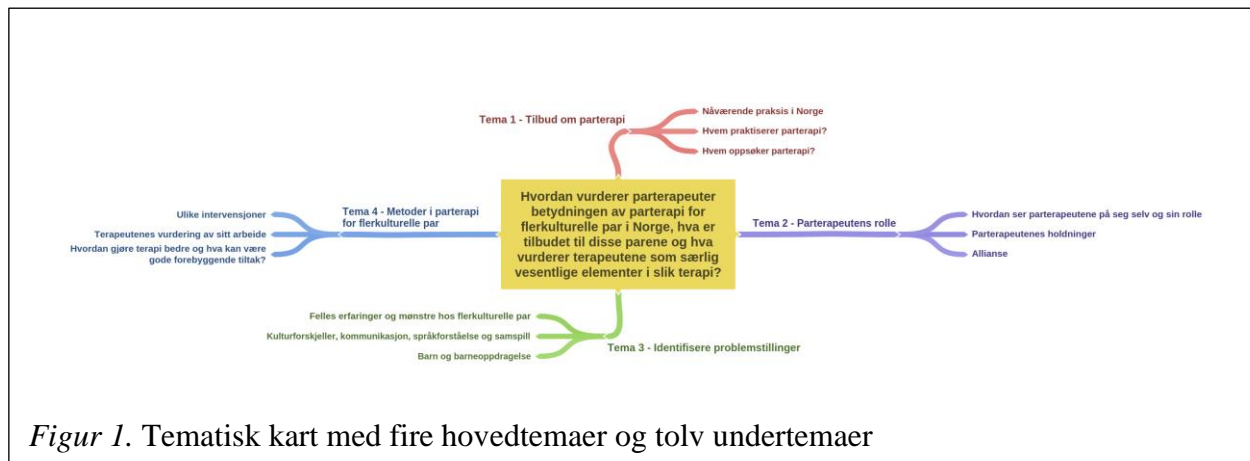
Tekstutdrag	Kodet for
<p>Jeg kan ikke si at jeg lykkes mindre med parene i denne gruppen enn den andre gruppen (norske). Begge må kjenne seg sett og forstått. Men jeg tror også at for par er det viktig å kjenne at jeg blir ikke gjort til et særtilfelle. Man på en måte utforsker at det er relevant da med kulturelt, sosialt og familie kontekst for begge uavhengig om man er norsk eller ikke. Det er en viktig bit av en parterapiprosess å bli litt kjent. Man kan aldri forstå fullt ut. Jeg sitter her med min erfaring og prøver på en måte å begripe og forstå; hva kommer du ifra? Det er alltid noen grenser der hvor det er lettere å identifisere seg med og forstå raskt. Men jeg har respekt for det at uansett om det er et menneske som kommer fra helt lik kulturell bakgrunn som jeg selv gjør, så er det alltid stor forskjell på individer. Det er viktig å ikke være for rask til å putte i kategorier.</p>	<p>Må kjenne seg sett og forstått</p> <p>Ikke særtilfelle</p> <p>Utforsker kulturelt, sosialt og familie kontekst for begge</p> <p>Aldri forstå fullt ut</p> <p>Hva kommer du ifra?</p> <p>Alltid stor forskjell på individer</p> <p>Ikke være for rask til å putte i kategorier</p>

2.3.3 Kategorisering

Fase 3 er kategoriseringsfasen i analysen. I denne fasen måtte jeg sortere dataene mine i mer overordnede kategorier, eller såkalte temaer. Kategoriene eller temaene var en samling av de viktigste funnene mine fra datamaterialet. Det var viktig å finne gode svar på forskningsspørsmålene. Jeg brukte derfor mye tid på sikre meg at funnene som ble tatt ut og plassert inn i temaene og undertemaene, virkelig ga svar på spørsmålene. I tillegg måtte jeg passe på at temaene hadde en passelig «tykkelse», at det ikke måtte bli for mye eller for lite tekst, og det var viktig at temaene hadde både en intern og ekstern konsistens. Arbeidet i kategoriseringsfasen var møysommelig, og det ble gjort mye prøving og feiling underveis. I begynnelsen satte jeg funnene inn i fem valgte hovedtemaer med til sammen tjuelfire undertemaer. Etter å ha jobbet mer med kategoriseringen ble de fem hovedtemaene fortsatt valgt, men antall undertemaer ble redusert til atten. Til slutt endte jeg opp med fire

hovedtemaer og tolv undertemaer som vist i figur 1.

Det var disse funnene som nå var plassert inn i de fire temaene, som senere skulle danne grunnlaget for å skrive resultatdelen av oppgaven.



Figur 1. Tematisk kart med fire hovedtemaer og tolv undertemaer

2.3.4 Rapporteringsfasen

Rapporteringen var den 4. og siste fasen i analyseprosessen. Den innebar å skrive fram alle temaene og innholdet i dem i en egen resultatdel av oppgaven. Formålet med denne delen var å formidle svarene på forskningsspørsmålene mine så nyansert og samtidig så presist som mulig, og trekke frem ny og interessant kunnskap. Jeg oppdaget tidlig at rapporteringsfasen var nært knyttet til kategoriseringsfasen, og at jeg derfor måtte jobbe fram og tilbake mellom disse to fasene for å få til en så ryddig og god struktur på rapporteringen som mulig. Det var viktig for meg å få til en oversiktlig struktur der både temaer og undertemaer ble presentert på en ordnet og forståelig måte, men også i en naturlig rekkefølge. For at poengene skulle komme tydelig fram, valgte jeg å belegge dem med eksempler fra dataene mine.

2.4 Etiske refleksjoner

“Etiske problemstillinger preger hele forløpet i en intervjuundersøkelse, og man bør ta hensyn til mulige etiske problemer helt fra begynnelsen av undersøkelsen til den endelige rapporten foreligger” hevder Kvale & Brinkmann (2018, s. 97). Før jeg gikk i gang med undersøkelsen måtte jeg derfor tenke igjennom hvilke etiske forholdsregler som var nødvendige å ta, for å kunne ivareta personvernet til alle deltakerne best mulig.

Kvalitative forskningsintervjuer innebærer at man utforsker deltakernes indre liv og verden på en måte som kan være svært personsensitive, der deltakerne “utleverer” seg selv og

sitt liv både på en negativ og positiv måte. Dette krever at intervjuene gjennomføres på en etisk forsvarlig måte. I denne forbindelsen ble undersøkelsen meldt inn for vurdering og godkjenning av Norsk senter for forskningsdata (NSD), som etter en revisjon godkjente studien den 16. mai 2019, se vedlegg 3. Det er særlig fire etiske områder som vanligvis diskuteres i etiske retningslinjer for forskere som gjennomfører kvalitative studier. De fire er informert samtykke, konfidensialitet, konsekvenser og forskerens rolle (Kvale & Brinkmann, 2018, 102). Disse fire områdene vil bli nærmere beskrevet i de neste avsnittene.

2.5 Reliabilitet og validitet

Spørsmål rundt studiens reliabilitet og validitet er utfordrende og kunne ha vært drøftet svært utførlig, men jeg har valgt å skrive noe kortfattet om dette.

Begrepet reliabilitet beskriver noe om hvor troverdig og pålitelig resultatene i en studie er og i hvor stor grad resultatene kan være overførbare på en større gruppe eller sammenheng som er lik eller ligner. Det råder en viss grad av uenighet blant forskere om hvor viktig reliabilitet er i kvalitativ forskning (Willig, 2013). En kan selvsagt ikke vurdere reliabilitet så presist som i kvantitative studier. Det betyr likevel ikke at man ikke skal ta hensyn til reliabiliteten. “Det stilles ofte spørsmål om intervjuerens reliabilitet i intervjuforskningen” (Kvale & Brinkmann, 2018, s.211). Jeg prøvde derfor å ta hensyn til spørsmålet om reliabilitet før jeg gikk i gang med å utforme undersøkelsen. Det gjorde jeg på følgende måte: Da jeg laget intervjuguiden la jeg vekt på å lage åpne, direkte spørsmål uten bruk av ledende formuleringer. Alle spørsmålene ble stilt likt til alle deltakerne. Deretter gjorde jeg transkriberingen så raskt som mulig etter intervjuene, og transkriberingen ble gjort så ordrett som mulig for å sikre mest mulig korrekt gjengivelse av svarene. Da jeg tok fatt på kategoriserings- og rapporteringsfasen fokuserte jeg på hva deltakerne faktisk sa og mente, slik at svarene dannet grunnlaget for bestemmelsen av temaer og undertemaer.

Begrepet validitet sier noe om hvorvidt en metode faktisk undersøker det som den er ment å undersøke, og hvor gyldige resultatene er (Kvale & Brinkmann, 2018, 212). Man snakker om validering i syv stadier: Tematisering, planlegging, intervjuing, transkribering, analysing, validering og rapportering (Kvale & Brinkmann, 2018, s.278). Jeg brukte mye tid på alle disse stadiene for å kunne sikre så god validitet på studien som mulig, og mye av dette er utførlig beskrevet tidligere i kapitlet.

Det var viktig for meg å finne fram til et forskningsdesign som kunne produsere kunnskap som kan være nyttig for det terapeutiske arbeidet for flerkulturelle par. Jeg valgte

en anerkjent og velkjent tematisk analysemetode som er mye brukt i forskningen, og jeg har beskrevet utførlig hvordan denne er gjennomført steg for steg gjennom hele prosessen.

2.6 Refleksivitet

“I løpet av de siste ti eller femten årene har sosiale teoretikere blitt stadig mer oppmerksomme på, kanskje til og med begeistret for refleksivitet” (Hendrickson, 2004, s. 383).

Jeg reflekterte mye over min egen rolle som forsker før jeg gikk i gang med denne undersøkelsen. Forskeren spiller en sentral rolle i all kvalitativ forskning, og er med på å påvirke og forme forskningsprosessen (Willig, 2013, s.493). Det er viktig at forskeren er seg bevisst sin egen rolle og egne synspunkter, for å motvirke at studien påvirkes for mye av forskerens forutsetninger. Det er dette man kaller refleksivitet, som er en selvfølgelig del av det å bruke kvalitative metoder (Braun, Clarke, Hayfield, & Terry, 2019). Man må ha dette i tankene når man skal planlegge og gjennomføre en undersøkelse der man anvender tematisk analyse som metode. Viktigheten av dette er blitt sterkere poengtert de senere årene.

Jeg er som tidligere nevnt selv innvandrers gift med en nordmann. I tillegg har jeg flere nære venner som er i samme situasjon som meg. Sannsynligvis har dette påvirket mitt engasjement for temaet og sammen med min veileder bidratt til utformingen av denne studiens forskningsspørsmål. Derfor var det ekstra viktig for meg å ha en reflektert holdning for å kunne gi de empiriske dataene en så objektiv analytisk fortolkning som mulig. I løpet av veiledningen drøftet vi ofte mine tanker/refleksjoner over fordelene og ulempene ved min egen bakgrunn med tanke på dette prosjektet og jeg fikk dermed en større bevissthet om hvordan bakgrunnen min kunne virke inn på og bidra inn i forskningsprosessen. “Feltkunnskap og forforståelse er ikke negativt så lenge den gjøres eksplisitt og forskeren drøfter betydningen av denne” (De Nasjonale forskningsetiske komiteer, 2010).

3 Resultater

Mitt ønske med hovedoppgaven var å finne svar både på hva parterapeuter tenker om betydningen av parterapi med flerkulturelle par, hva slags tilbud de mottar og hva terapeutene ser på som særlig vesentlige elementer eller aspekter i slikt arbeid. Jeg ønsket med andre ord å få frem kunnskap og erfaringer som kunne være nyttige for andre terapeuter engasjert i arbeid med flerkulturelle par.

Gjennom intervjuer av fem parterapeuter samlet jeg inn et stort datamateriale som ga mye informasjon om parterapeuters arbeid og erfaringer med flerkulturelle par. Datamaterialet og den tematiske analysen dannet grunnlaget for å kunne identifisere fire kategorier, eller hovedtemaer, som kunne gi svar på forskningsspørsmålene. De fire hovedtemaene var følgende: Tilbud om parterapi, parterapeutens rolle, identifisere problemstillinger og metoder i parterapi for flerkulturelle par.

Jeg har laget en tematisk oversikt over hovedtemaer med undertemaer i figur 2 nedenfor. Temaene vil bli presentert fortløpende i sin rekkefølge, slik de er satt opp i figuren. Jeg har valgt å ta med kommentarer og utsagn fra terapeutenes svar som illustrerer og får fram viktige poeng i resultatdelen. Med utgangspunkt i disse temaene vil jeg til slutt drøfte hva som fremstår som særlige vesentlig i dette arbeidet, basert på terapeutenes erfaringer.

1 - Tilbud om parterapi

- Nåværende praksis i Norge
- Hvem praktiserer parterapi?
- Hvem oppsøker parterapi?

2- Parterapeutens rolle

- Hvordan terapeuten ser på seg selv og sin rolle som parterapeut
- Parterapeutenes holdninger
- Allianse

3 - Identifisere problemstillinger

- Felles erfaringer og mønstre hos flerkulturelle par
- Kulturforskjeller, kommunikasjon, språkforståelse og samspill
- Barn og barneoppdragelse

4 - Metoder i parterapi for flerkulturelle par

- Ulike intervensjoner
- Terapeutenes vurdering av sitt arbeide
- Hvordan gjøre terapi bedre og hva kan være gode forebyggende tiltak?

Figur 2. Tematisk kart

3.1 Tilbud om parterapi

3.1.1 Nåværende praksis i Norge

Det er viktig å få svar på hva som faktisk tilbys og gjøres av parterapi for flerkulturelle par i Norge. Hva vet vi om parterapi for denne gruppen, hvor godt utbygd er tilbudet og hvordan praktiseres slik parterapi og av hvem?

En kartlegging av terapeutenes arbeidserfaring med parterapi for flerkulturelle par viste god spredning, fra 6 år med relativt mange slike par hos én deltaker til 32 år med mange par hos en annen. Ingen av deltakerne oppga at de hadde ingen eller svært begrenset erfaring med slike ektepar. Som svar på spørsmålet “hva gjøres?” fremkom følgende: Det generelle inntrykket er at tilbudet om slik parterapi eksisterer, da først og fremst i offentlige familievernkontorer, men at det er lite kjent utover den generelle informasjonen om parterapi som ligger på kontorenes hjemmesider.

Deltakerne ga uttrykk for at parterapi for denne gruppen var eller skal være et etablert tilbud i alle familievernkontorer, og også ved enkelte private klinikker. Men de pekte også på at det ikke finnes noen oversikt over hvor utbredt tilbudet er og hva som gjøres av parterapi for flerkulturelle par, både i det offentlige og i privat sektor. En deltaker mente bestemt, ut ifra egen erfaring og viten, at det gjøres alt for lite for denne gruppen. En annen deltaker besvarte ikke dette spørsmålet. Tre deltakere mente at slik parterapi tilbys, men at tilbudet hadde samme framgangsmåte som for norske par. Hovedinntrykket er derfor at tilbudet finnes, men det er en viss usikkerhet rundt hva som gjøres for denne gruppen.

Tilbudet i parterapi for flerkulturelle par er etablert i familievernkontoret, men lite kjent.

Jeg tenker jo at enda flere burde benytte seg av det, og det kanskje trengs ekstra informasjon.

Det var stor enighet i svarene fra informantene når det gjaldt hvordan slik parterapi gjøres. Noen av fellestrekkene i svarene var at det stort sett foregår på lignende eller samme måte som for etnisk norske par. Samtidig fremkom det også tydelig at terapeutene var oppmerksomme på særlig utfordringer knyttet til språk/språkforståelse, kulturell bakgrunn og kulturelle forskjeller. Dette med viktigheten av allianse med den utenlandske partneren ble særlig fremhevet. En deltaker var også opptatt av å tilegne seg kunnskap om landet som den

utenlandske partneren kom fra, slik som geografi politiske forhold, , kjønnsrollemønsteret og ulikheter i utdanningsnivå og så videre.

Jeg tenker for min egen del at det har vært et pluss at jeg har veldig oversikt på geografi. Jeg har vært politisk interessert, jeg forsøkte å følge med på hva som skjer i den store verden. Og jeg tenker at noe om den nysgjerrigheten på disse utenforliggende områdene også blir en veldig fordel når jeg skal møte mennesker som kommer fra andre steder. At jeg gjennom mine kunnskaper, eller min oversikt, viser at jeg bryr meg.

En annen deltaker vektla derimot at han/hun i mindre grad var opptatt av hvor den utenlandske partneren kommer fra, men var mer opptatt av hva dennes opplevelse var av å komme til noe helt nytt og fremmed som kunne oppleves krevende.

Jeg er opptatt av å være sikker på at jeg forstår hvor den parten kommer fra. Altså, ikke hvilket land, men hva som er deres opplevelse og gjøre det eksplisitt at jeg ser den ekstra utfordringen de står i ved å være flyttet til et land hvor de ikke har noe nettverk. (...) I den forstand at jeg vet hvor utenfor man kan føle seg når man ikke fullt behersker språket. Selv om man kan snakke så vet jeg at det er vanskelig så fort man ikke er på tomannshånd, og man kan føle seg veldig ensom.

Deltakerne var opptatt av å møte de flerkulturelle parene ektepar med oppmerksomhet, forståelse og bygge god allianse med den utenlandske partneren uten å gjøre forskjell på de to.

Derfor viktig å gi begge like stor oppmerksomhet. Begge må kjenne seg sett og forstått. Man må på en måte utforske at det er relevant da med kulturell -, sosial - og familie-kontekst for begge, uavhengig om man er norsk eller ikke. Det er en viktig bit av en parterapi-prosess å bli litt kjent (med). Det er viktig å ikke være for raskt til å putte i kategorier.

Det er altså viktig for terapeutene at begge må kjenne seg sett og forstått slik at det oppnås god alliansebygging i terapien, at man møter den skeptiske parten med forståelse og aksept, og at man som terapeut må prøve å unngå kategorisering i møte med parene.

3.1.2 Hvem praktiserer parterapi?

Det er viktig å tydeliggjøre hvem som praktiserer parterapi i Norge, og hvilken betydning fagkunnskap og klinisk erfaring har når en psykolog eller familieterapeut får kalle seg eller titulere seg som parterapeut. To deltakere sier at enten familieterapeuter med videreutdanning i familieterapi eller psykologer med veiledning i parterapi, kan kalle seg parterapeuter.

For oss med 3 årig grunnutdanning er det videreutdanning i familieterapi som gjør at vi kan kalle oss familieterapeuter. Disse kan kalle seg parterapeuter hvis de har klinisk erfaring med par. Veldig løst. Inntrykk av at det litt sånn for psykologer også, de med erfaring kaller seg parterapeut.

Mens to andre terapeuter påpeker at tittelen ikke er beskyttet.

Ang parterapeut-tittel, så er vel ikke den beskyttet. Antar man bør ha vært i gang med parterapier under veiledning - kanskje i jobb ved familiekontor. Så kan man jo fordype seg i en retning også. En Gestalt-terapeut kan jo også markedsføre seg som parterapeut.

I praksis er det hovedsakelig psykologer og familieterapeuter med videreutdanning som arbeider som parterapeuter.

3.1.3 Hvem oppsøker parterapi?

Det finnes angivelig ingen gode oversikter i Norge over flerkulturelle par som oppsøker parterapi, hvem de er og hvor de opprinnelig kommer fra. Ifølge terapeuter og hjelpepersonell ved familievernkontorer kan det både være den norske og den utenlandske partneren som tar den første kontakten, og som bestiller time til samtale og eventuelt terapi, eller det man kaller avklaring/ å avklare bestillingen (dersom det foreligger en konkret bestilling). Det foreligger heller ikke data på om det er flest menn eller kvinner som tar initiativet til samtale og parterapi.

Noen av deltakerne i studien hadde et inntrykk av at det var flere kvinner enn menn som tok kontakt først, uavhengig av om hun er norsk eller utenlandsk.

En deltaker forteller følgende;

I hovedsak er mitt inntrykk at kvinnen bestiller time, uansett om hun er norsk eller annen bakgrunn.

Mens en annen sier dette;

Ikke lett å svare på. Noen ganger er det den som «vil det mest» som bestiller. Andre ganger er det en i paret som har rollen å «ordne» opp med praktiske ting.

De tre andre forteller at de ikke har noen klar oversikt over dette med hvem det er som tar initiativet til å oppsøke hjelp, så inntrykket der var det nok varierer en god del.

3.2 Parterapeutens rolle

Terapeutene reflekterer i intervjuene mye rundt sin egen rolle som parterapeuter. Som spørsmålsstiller er det interessant å se om de ulike deltakerne har felles kunnskaps- og erfaringsgrunnlag for sin rolleforståelse, eller om det forekommer noen ulikheter i deres syn på sin egen rolle. Møte med mennesker fra andre kulturer kan utfordre rollen som parterapeut på en ny måte, sette terapeutens personlige og kulturelle holdninger på prøve, og utfordre terapeutens evne til alliansebygging.

3.2.1 Hvordan terapeuten ser på seg selv og sin rolle som parterapeut

Deltakerne har mange refleksjoner rundt temaet om parterapeutens rolle i møte med flerkulturelle par. Mange av disse refleksjonene er felles for terapeutene, men noen av dem har også litt andre innfallsvinkler på hvordan de utfører sin rolle. Felles for deltakernes refleksjoner er å møte partene som likeverdige parter med åpenhet, nysgjerrighet, undring, avklaring, ivaretagelse og respekt. Terapeutene er opptatt av å skape en trygg og tillitsfull arena for begge parter som gjør det lettere for dem å uttrykke sine følelser og tanker, åpne opp sin indre verden og dele av det som rører seg der inne.

Jeg tenker jo at man må være veldig lydhør og med respekt for både mann og kvinne. Man må være veldig bevisst på å fordele oppmerksomhet og tid sånn at både kvinnen får uttale seg, og mannen får uttale seg. Det å prøve å skaffe seg allianse med et par, jeg tenker at det også handler mye om at man har en nysgjerrighet på hva den ikke-norske har med seg. Hvor hun eller han kommer fra, hva slags land er det, hva slags familie har vært bakgrunnen?

Som samtalepartner ser de det som viktig at man både kan forstå og forstyrre på en balansert måte med åpenhet, aksept og respekt. På den måten ønsker de å bidra til økt forståelse og mening mellom partene.

Jeg lager en slags struktur hvor jeg gir meg selv en masse tillatelser til å oppføre meg litt irreverent, som Minuchin sier. Altså høflig-uhøflig i den forstand at de kommer til meg fordi de skal få hjelp, jeg skal ikke bare sitte her og lytte.

Deltakerne tenker også at det er viktig å reflektere grundig rundt hva rollen som parterapeut ikke bør inneholde, hva deres rolle ikke bør være, for på den måten å forsterke forståelsen av hva de mener den bør være.

Nei, man skal jo være forsiktig med å gi gode råd. Generelt er jeg litt forsiktig med å gi gode råd fordi jeg tror mer på å snakke frem svarene, eller spørre frem svarene, for jeg tror at ved å spørre og ved at begge i parforholdet får anledning til å reflektere og få satt ord på sin indre klokskap, så tror jeg at de har veldig ofte svarene i seg selv.

Terapeutene ser altså ikke på seg selv som en fagperson som vet og kan alle svarene, og som derfor skal være rådgiver og gi parene konkrete råd om hvordan de best mulig kan løse sine problemer og konflikter. Tvert imot tenker de at deres rolle er å være en nysgjerrig utforsker som stiller spørsmål, en som skaper en ny type samtale og dialog mellom partene, en samtalepartner som bidrar mer til å snakke fram eller spørre fram svarene hos parene, fra deres indre klokskap.

3.2.2 Parterapeutens holdninger

Flere av deltakerne kommer inn på refleksjoner rundt egen terapeutrolle og at møte med mennesker fra andre land og fremmede kulturer kan utfordre dem på flere måter, både personlig og faglig. De kjenner på ulike følelser og tanker som i verste fall kan forstyrre deres rolle og evne til å være en tilstrekkelig god samtalepartner. Slike følelser og tanker kan være ulike forforståelser de har vedrørende dette, grader av forutinntatthet, tilbøyelighet til å kategorisere “annerledes” mennesker og lage seg bestemte “bilder” av slike mennesker som kan skape forstyrrende holdninger hos dem som terapeuter.

Prøver å kartlegge mønsteret i paret og hva som får han der til å føle og hvordan du(terapeuten) agerer på det. Hva slags persepsjon har du på den andre? Hvordan oppfatter du den andre? Viktig å fjerne seg fra egne kategorier, forståelse, egen sneverhet. (...). Det er å finne ut hvordan du ser på dette ... for eksempel østeuropeiske kvinner som jeg kan bli irritert på fordi det tar aldri slutt.

En deltaker reflekterer over forutinntatthet som kan komme fra tidligere erfaringer med andre mennesker fra samme land eller lignende kulturell bakgrunn. Terapeuten sier at det er viktig at parterapeuter som arbeider med flerkulturelle par, tenker over betydningen av å ta ansvar for sine personlige holdninger.

Ja, det kan påvirke terapien aller dårligst at hvis jeg ikke ... innrømmer overfor meg selv da at jo, men jeg har et visst bilde av akkurat mennesker fra det landet og ... nå sitter jeg med et menneske fra det landet og det bygger seg opp en irritasjon i meg ..., og det er mitt ansvar å forholde meg til det og gjøre noe med det fort, ellers så er dette sjanseløst.

En deltaker forteller hvordan han/hun prøver å unngå forutinntatthet og eventuelle forstyrrende holdninger med å spørre partene gjentatte ganger underveis i samtalen om terapeuten har forstått det de sier og formidler på en riktig måte. På den måten ønsker terapeuten å få korrigert sine holdninger og forståelser av hva som faktisk blir sagt og hva som skjer i samtalen.

Nå har jeg jobbet et langt liv med terapi, men jeg er veldig opptatt av å være nysgjerrig på forskjelligheter i stedet for å stoppe av, og prøver å legge bort fordomsfullheten. Vi har alle forforståelser, ikke sant, men jeg er opptatt av å ikke forstå for fort, for eksempel. Ha flere muligheter, ha flere hypoteser som jeg kan legge frem: Er det sånn, har jeg forstått deg riktig? Jeg gjentar ofte når jeg hører det folk sier, med litt andre ord og med litt utvidelse: Har jeg forstått det rett når ...?

En annen deltaker er tydelig på at vedkommende selv har forforståelser, selv når man sitter som terapeut, og forklarer dette ut ifra sin egen kulturelle bakgrunn.

Jeg tror det er kjempeviktig å ha den ydmykheten og vite at vi har fordommer. At jeg har masse fordommer når jeg sitter som terapeut, ut fra min kulturelle bakgrunn. Og jeg kan ikke ta for gitt at sånne sannheter er verden.

Parterapeutene er oppmerksomme på at deres egne holdninger har stor betydning i møte med mennesker fra andre kulturer, og viktigheten av å møte flerkulturelle par i en sårbar situasjon med ydmykhet og respekt.

3.2.3 Allianse

Alle deltakerne i studien er opptatt av viktigheten av å bygge en god allianse med parene i terapirommet. De opplever at alliansen til parene, og da særlig til den skeptiske parten, som i praksis ofte er den utenlandske parten, er avgjørende for å lykkes med å skape forståelse mellom partene, endring i kommunikasjon og starte en ny prosess mellom dem. Derfor er fokuset på alliansebygging meget framtredd allerede i den første samtalen de har med slike par. Å lykkes med alliansebygging i den første timen er ofte helt avgjørende for om parene kommer tilbake igjen til nye samtaler. Alle terapeutene har opplevd å lykkes med god alliansebygging, men har også mange erfaringer med midlertidig brudd og i verste fall fullstendig brudd i alliansen.

Terapeutene forteller mye om hvordan de prøver å bygge allianse mellom seg og parene. Mye av tilnærmingen er ganske lik, men noen variasjoner forekommer. En vanlig måte å starte samtalen på, er å vise undring og nysgjerrighet, stille spørsmål, anerkjenne skepsisen til å komme til time og prøve å skape trygghet hos partene.

Ja, jeg tenker jo at når den første sjekker ut, er jo utgangspunktet for å komme hit. Hvem har tatt initiativ til å bestille time og hva tenker den andre parten om det å komme hit, den som ikke har bestilt time? Hvordan har de snakket om dette hjemme? Er begge like innforstått med hva det innebærer, er begge like motiverte og innstilt på å komme til samtale? Det å komme til et offentlig, statlig kontor og snakke med en vilt fremmed terapeut, det er jo på mange måter litt spesielt. Og for noen er det mer fremmed enn for andre, så det (er) å sjekke ut hvilke forestillinger hver av de har om det å komme hit.

Terapeutene er opptatt av å forebygge risiko for alliansebrudd ved å være i forkant med å la seg korrigere av parene med hensyn til hva de ønsker å snakke om og hvordan, hva som er meningsfullt for dem å snakke om, og spørre hva de opplever at de får ut av samtalen på slutten av timen.

Jeg må jo bare stille spørsmål: Har dette vært meningsfullt? Har jeg snakket for vanskelig? Er det å kaste bort deres tid? For da må jo de komme med noe som gjør at jeg kan korrigere meg og bli enda mer Hva er det da dere egentlig vil at vi skal gjøre sammen her?

Deltakerne vektlegger at for norske terapeuter er det viktig å være observant på at man representerer kun kulturen til den ene parten. De bruker derfor tid på å utforske hva den utenlandske parten har med seg av kulturelle ting i ryggmargen uten å spørre vedkommende direkte. De forteller at de tar perspektiv på: "Hvem er du, hvor kommer du fra, hva er dine opplevelser av å komme til Norge og hvordan påvirker det deg i forholdet til ... (din partner)? På denne måten søker de å gi den utenlandske parten en opplevelse av å bli sett og hørt.

Så vi fikk på en måte løftet hvem han var. Han opplevde i forhold til meg(terapeuten) at han ble sett for hvem han var. (...) Han følte seg sett, han følte seg anerkjent, han følte seg forstått. Sånn at det er ikke noe rart hvis du (klienten) er litt skeptisk til meg i begynnelsen, jeg skal prøve å overbevise deg (klienten) om at jeg også vil deg vel.

En terapeut beskriver hvordan vedkommende bruker seg selv og sin bakgrunn som utlending, for å skape allianse med den utenlandske parten. Terapeuten vet selv hvor utenfor man kan føle seg når man ikke fullt ut behersker språket, siden han også har hatt sin opplevelse av hvordan det er. Videre anerkjenner terapeuten at skepsis til terapi kan skyldes personens egen kulturelle bakgrunn fra det landet vedkommende kommer fra, der terapi kan ses på som unødvendig og et nederlag. Dette kan i tillegg også forsterkes av personenes familiekultur, dersom terapi ses på som skyld- og skambelagt.

Ja, altså, alliansen kan jo oppleves som skeiv for den parten som er ikke fra Norge, så jeg er opptatt av å være sikker på at jeg forstår hvor den parten kommer fra. Altså, ikke hvilket land, men hva som er deres opplevelse og gjøre det eksplisitt at jeg ser den ekstra utfordringen de står i. Ved å være flyttet til et land hvor de ikke har noe nettverk, for eksempel. Fordi at jeg antar at den parten som ikke er fra Norge kan føle seg litt mer utsatt i en terapi-setting med to nordmenn, eller ... Heldigvis er jeg jo ikke vokst opp i Norge, så det hjelper jo litt.

Terapeutene beskriver godt de utfordringene de møter, når de bygger tilknytning og allianse med partene for å få til en vellykket parterapi. Dette synes å være en avgjørende fase i terapien.

Likevel forteller to deltakere at det kan oppstå ulike problemer og uforutsette vanskeligheter i alliansen. Det de da gjør, er å utforske hvorfor slike problemer har oppstått, hva de består i og deretter tar deres del av ansvaret for det. Andre ganger belyser en av dem at

vedkommende “klarere å reparere det i løpet av timen ved å anerkjenne opplevelsen hos klienten som reagerer, og beklage for det”.

Det er å være eksplisitt på at det ser ut som det er noe som har skjedd, noe som ikke føltes bra eller noe, fordi de kanskje ikke er helt på nett. (...) og finne ut hva det er, da. Om jeg har rett i min antagelse, ta jeg min del av ansvaret for det.

Terapeutene beskriver hvordan alliansebygging i terapi er krevende, uansett hvem klienten er. Noen opplever det ekstra utfordrende når kulturelle forskjeller, tradisjoner og språkforståelse mellom land skaper vanskeligheter i dialogen mellom dem og slike klienter. De prøver da å løse opp i slike situasjoner med å vise en lærevillig ydmykhet, være spørrende og undrende og la seg korrigere der hvor klienten føler seg misforstått og i verste fall oversett i samtalen.

3.3 Identifisere problemstillinger

Det er viktig for parterapeuter som arbeider med flerkulturelle par å bruke litt ekstra god tid på å sette seg inn i det som er parets særegne problemer og utfordringer. Det krever at terapeuten på den ene siden har god tid, og gir seg selv nok tid til å sette seg inn i og prøve å forstå hva begge parter har med seg inn i samtalen, men også at begge får mulighet og trygghet til å snakke ut og “tømme” seg for alt de har på hjertet. Tid er derfor en viktig faktor for både terapeuter og par til å sette ord på problemstillingene og komme til en klarhet i og forståelse av problemene. Deltakerne er derfor opptatt av og vektlegger nødvendigheten av å utforske og finne ut hva problemene og utfordringene i parforholdet består i. Likevel tar dette ofte en del tid og kan være krevende, fordi det ikke alltid er innlysende ut fra “bestillingen” parene kommer med. Og problemstillingene behøver ikke alltid være slik den ene eller den andre parten oppfatter dem, når de kommer til time første gang. Terapeutene er derfor opptatt av å tilegne seg kunnskap og forståelse for hvilke problemer parene strever med underveis i samtalen, fra partene selv.

Det første en parterapeut må gjøre, er å sørge for å forstå begge historier, anerkjenne begge historier. Hvis én part vegrer seg, anerkjenne at det gir mening at man vegrer seg, forstå hva vegringen kommer fra og anerkjenne den som gyldig, da. Og det er ikke helt sikkert man har forstått hva de vil, og ikke la dem kjøre sin agenda før man har virkelig forstått hva som er deres verdisyn og deres syn på terapi, hva som er grunnen til at de kommer og hva som er vondt, da.

Deltakerne forteller at den utenlandske parten ofte vegrer seg for å ta del i samtalen, særlig i starten. Det kan da vanskeliggjøre identifiseringen av problemstillingene parene har sammen. Vegringen kan, ifølge terapeutene, skyldes flere forhold som manglende ordforråd i norsk, ulik kulturell språkforståelse eller en usikkerhet og utrygghet i hvordan det de sier vil bli mottatt og forstått, og ikke minst respondert på. Dette kan derfor ses på som en del av problemstillingen, tenker de.

(.) kulturforskjeller er en av de tingene som flerkulturelle par strever med. For eksempel kan den utenlandske parten oppleve at ens egen måte å uttrykke seg, ens egen måte å uttrykke følelser på og syn på, kan oppleves som veldig forstyrrende i Norge, og man kan begynne å føle seg litt sånn gal og feil, man opplever da kulturkræs.

Ifølge deltakerne er det ikke bare terapeuten som har behov for å forstå og øke sin forståelse underveis i samtalene. De er opptatt av at dette er noe som også gjelder parene som kommer med en bestemt bestilling, og deres egen forforståelse av denne. Problemforståelsen er derfor et “felleseie”, noe de alle tre har sammen, og som vokser og utvikler seg gradvis underveis i samtalene. Identifiseringen av problemstillinger er på denne måten noe terapeuten og partene er sammen om i en dynamisk prosess i samtalene.

Jeg tenker at forståelse kommer jo underveis, eller det krever jo at hver av de får snakket nok. Og det er jo det som blir min rolle, å hjelpe de til å på en måte pakke ut og gjøre det forståelig hvordan ting ser ut inne fra, fra den det gjelder sitt ståsted. Sånn at både jeg skjønner, men ikke minst viktigst er jo at partneren forstår. Og den forståelsen kommer jo ofte ved at vi er lenge nok, at den som på en måte blir intervjuet får snakke lenge nok uten å bli avbrutt. For det er jo noe med å få holde tankerekken i gang. Det er jo ikke bare å sette ord på allerede tenkte tanker, men tankene kommer jo og underveis.

Terapeutene jobber på slike måter aktivt med å finne ut hva problemstillingen er, hvordan den forstås og presenteres av begge parter, og ikke minst hvordan de som terapeuter, skal forstå den og bruke den rett i terapien.

3.3.1 Felles erfaringer og mønstre hos flerkulturelle par

Deltakerne forteller at mange flerkulturelle par har mange likheter og felles opplevelse når det gjelder hvilke problemer de kommer med og hvilke erfaringer, forståelser og sårbarheter de presenterer. Alt dette bidrar til å danne mønstre hos parene som terapeutene ofte kjenner igjen. Flere av deltakerne forteller om slike sammenfallende felles erfaringer hos parene, som for eksempel i denne uttalelsen:

Jeg tenker litt av de utfordringene som disse tokulturelle parene hadde med å ikke være så ønsket inn i den norske storfamilien, eller å ikke bli respektert, savn og hjemlengsel, ønske om å reise tilbake, men så sitter man på en måte i en slags familiefelle med unger og norsk partner.

En av deltakerne ser at et vanlig mønster hos mange, er at den norske partneren ofte bebreider den utenlandske partneren for ikke å gjøre nok for å bli integrert.

Et fellestrekk kan være at den norske partneren er mest utålmodig; du gjør så lite for å bli integrert, du burde anstrenge deg mer. Men den andre partneren føler det veldig, veldig urettferdig. Ser du ikke hvor mye jeg prøver på det og hvor vanskelig det er, og jeg trenger egentlig mer hjelp fra deg, hvis du skjønner?

Flere terapeuter har merket seg ulike repeterende mønstre hos mange par som parene selv ikke ser og forstår.

De fleste par som kommer hit går jo inn i noen mønstre, de går inn i noen roller som på en måte gjentar seg og repeterer seg. Så det å liksom se på de mønstrene og hvordan de utarter og så forstå litt mer av det, ikke bare det som er synlig for hver av dem, men og hva som skjer på innsiden hos dem.

Terapeutene opplever at de fleste par har utviklet et spesielt mønster i måten å opptre og kommunisere på, og at mønsteret gjentar seg i samsvar med den såkalte “sløyfemodellen” i emosjonsfokuseret parterapi. En av deltakerne kaller dette for “konfliktdansen” der dansetrinnene hele tiden er de samme som gjentas.

Så det er jo liksom å forstå ordentlig: Hva er det som faktisk skjer hos begge parter? Man snakker jo blant annet om det med konfliktdans, og det å se på: Hvilken dans er det akkurat det her paret går inn i, og hvilke danser er det som gjentar seg, og hvilke

følelser er det som settes i sving hos begge parter som gjør at det mønsteret, den dansen, har en tendens til å fortsette?

Terapeutene arbeider bevisst på å avdekke de følelsene som fører til et bestemt mønster hos slike par. Følelsene er da som “musikken” i denne dansen mellom partene. Når disse følelsene endres mellom dem i terapien, lærer de seg en ny dans.

3.3.2 Kulturforskjeller, kommunikasjon, språkforståelse og samspill

Alle deltakerne anerkjenner kulturelle forskjeller i flerkulturelle parforhold som en viktig del av grunnlaget for at det oppstår misforståelser, spenninger, problemer og konflikter hos slike par. Forskjellen fra etnisk norske par synes å være at de kulturelle forskjellene ofte er mye større, oppleves av parene som mye sterkere og forstyrrende, og utvikler seg oftere til åpne konflikter mellom partene. I tillegg erfarer ofte den utenlandske parten å ikke bli inkludert i den nye familien, får endret og lavere sosioøkonomisk status, vansker med å finne jobb eller arbeid som tilsvarer vedkommendes utdanning, opplever språkbarrierer og dermed misforståelser i kommunikasjonen, og har et press på seg til å “innordne” seg og integrere seg selv i det nye samfunnet og landet. Slike ytre stressfaktorer vil da kunne bidra til og forsterke de utfordringene partene har i sin tilknytningsprosess med hverandre som par.

Det er noe som den partneren som ikke er norsk føler, at alt blir plassert inn i den kulturelle forskjellen, så det blir en slags måte å holde deg, du er jo ...! Du kommer derfra, og du tenker sånn og det er derfor at man forklarer alt som skjer mellom oss med kultur som frustrerer den andre ekstremt. Det blir nesten brukt som en forklaring, nesten som våpen, da den andre har ... du er så rar, du er så annerledes ... og derfor blir det sånn mellom oss. Da kan jeg få inntrykk av at her har kultur fått alt for stor plass da. Det er blitt hele forklaringen og her er det om å hjelpe parene og til å bygge den ned, og se på det med et annet språk. Fordi det er en kategori, og så har du den andre kategorien som kanskje alt for lite ser den personens strev som bor i et nytt land, er fremmed uten familien sin.

En deltaker beskriver hvordan kulturforskjeller også viser seg i hvordan man uttrykker temperament og følelser på, hvordan man uttrykker seg i hans eller hennes kultur, hva som er vanlig der, og hvordan det føles at det blir sett på som rart i Norge. Hvor ekspressiv man er emosjonelt kan da få betydning for parforholdet og partenes evne til å løse konflikter.

Jeg må høre med den parten som opplever det sånn. Hvordan man uttrykker seg i hans eller hennes kultur, hva som er vanlig og hvordan det føles at det blir sett på som så rart i Norge, og hvordan det faktisk kjennes. Og så hjelpe den partneren å snakke med sin partner om det er sånn at den partneren kan få et annet syn om det, at det ikke handler om personlighetsproblematikk eller om at «dette er feil med partneren min», men at det er rett og slett en kulturforskjell.

Deltakerne forteller om viktigheten av at parene kan øve seg i å bedre kommunikasjonen med hverandre. I slike par er det særlig språklige utfordringer i kommunikasjonen som kan øke den enes eller begges indre sårbarheter, og føre til økt irritasjon og frustrasjon som forstyrrer den gode verbale kommunikasjonen og samspillet i parforholdet.

Det gjorde veldig mye med han når han ikke ble forstått, på jobben og sånn, og han kjente både på en irritasjon, som og tror jeg handler mye om en sånn sårhet. Og han synes det var veldig viktig og derfor likte han veldig å komme hit, fordi jeg forstod han. Jeg forstod han både språklig og når han forklarte hvordan han tenkte og følte.

Dersom kommunikasjonen utvikler seg dårlig i parforholdet, vil dette ikke bare ha konsekvenser for samspillet mellom partene, men også i stor grad gjøre noe med den ene eller begge parters selvbilde og selvfølelse.

(.) Og den (selvkritiker-stemmen) får næring ved dette, for den trenger ikke være så stor i utgangspunktet, men den kan være håndterlig der jeg kommer fra. Der jeg levde var den håndterlig, men dette «klinger» mot den gamle skammen at jeg er ikke bra nok, jeg passer ikke inn, jeg får det ikke til. Og når jeg speiler meg i ditt blikk, så ser de på meg og jeg ser at du blir flau over meg ... i sånne og sånne sammenhenger, og det er dypt at det er jo derfor at det samlivsproblemet blir så sterkt, fordi det «klinger» mot veldig dype sår da, som det er viktig å ta på alvor og ta opp.

De språklige utfordringene og manglende evne til å formidle seg selv og sine følelser til hverandre i parforholdet kan være avgjørende for det negative selvbildet og selvfølelsen som særlig den utenlandske parten da kan utvikle. Dette vil forsterke et dårlig samspill mellom partene. Terapeutene arbeider derfor med å snu dette ved å hjelpe den norske parten til å vise forståelse, aksept og tålmodighet i kommunikasjonen med sin partner.

3.3.3 Barn og barneoppdragelse

Noen par har ett eller flere barn sammen. Hos noen av dem kan derfor synet på barneoppdragelse være en årsak til at det oppstår problemer og motsetninger mellom partene. Andre ganger kan ulikt syn på barneoppdragelse bli dratt inn i konflikter og brukt som årsak til problemer mellom partene, når disse egentlig skyldes andre årsaker som partene ikke klarer å se. Terapeutene beskriver flere eksempler fra egen praksis som illustrerer hvordan partene gjør dette temaet til en årsak til konflikt, eller noen ganger til “midtpunktet” i konflikten.

Det kan være barneoppdragelse: Vi ser på barn og syn på barneoppdragelse veldig forskjellig, og da kan det jo oppstå virkelig krise.

Den alliansen som en av partene, eller i mange tilfeller begge parter, prøver å skape med barnet/barna er gjerne et forsøk på finne bekreftelse på at “jeg har rett, og du har feil”. Partene overser da hvordan denne alliansebyggingen påvirker barnet/barna og dem selv negativt og derfor forsterker konfliktnivået og kan gjøre den uløselig. Dette er da en ekstra utfordring for terapeutene som forsøker å ansvarliggjøre partene som foreldre, ved å informere dem om hvilke store, negative konsekvenser dette kan medføre for barnets/barnas velvære og utvikling.

Jeg tenker: Når paret har fått barn, at mammaen blir veldig opptatt av barnet, det kan pappaen også bli. Litt konkurranse om hvem er best forelder, hvordan skal dette barnet oppdras? Etter brasiliansk måte eller norsk oppdragelses-skrift?

Ja, men det er jo ikke nødvendigvis at den norske måten, hvis man skal kalle det det, er den riktige. Det er jo og, jeg tenker det er viktig som terapeut å høre ordentlig. Det er jo det som kan være et sånt dilemma og være viktig å reflektere over som terapeut, og.

Barns reaksjoner på mors og fars konflikter viser seg gjerne på mange måter. Men uansett hvordan barn reagerer, så forsterker dette som regel konfliktsituasjonen mellom foreldrene. Flere terapeuter berører denne problemstillingen og hvordan de forsøker å bevisstgjøre parene på dette, og hvordan ansvaret for barn kan ansvarliggjøre de voksne i intervensjonen.

I mine bestrebelser på å få til allianse, så er det også min nysgjerrighet på barn og hvordan barna, eller barnet, har det når mamma og pappa er i konflikt, når de krangler - hvordan de blir berørt. Er det noen av disse barna som blir veldig engstelig

og redde? Er det noen som blir sinte, er det noen som tar klovnerollen og prøver å lage det festlig og gjøre at mamma og pappa smiler igjen? (.) Og jeg tenker at det er også en terapeutisk vri til å kanskje bidra til at de, hovedpersonene, blir litt mer ansvarliggjort.

Terapeutene erfarer at mange par har ett eller flere barn i forholdet, som påvirker samspillet mellom dem. Parterapeutene jobber derfor med å bevisstgjøre partene, slik at de tar hensyn til og forstår barns sårbare stilling og deres ønske om at familien skal ha det godt sammen.

3.4 Metoder i parterapi for flerkulturelle par

Det finnes mange, ulike tilnærminger og metoder som anvendes innen parterapi, også for flerkulturelle par. Noen terapeuter velger seg en bestemt metode som de anvender mer eller mindre hele tiden, mens andre velger seg en metode eller integrative tilnærminger underveis i terapien.

3.4.1 Ulike intervensjoner

Deltakerne ble spurt om hvilken metode og tilnærming de bruker i arbeidet med flerkulturelle par, og hva de tenker kan være den beste måten å møte disse parene på. Deltakerne beskrev ulike tilnærminger. Noen tenker at det er viktig å lære seg en bestemt metode som de da anvender i parterapien. Andre bruker teknikker fra ulike metoder da de ser på seg selv som et terapeutisk “instrument”.

En terapeut reflekterer rundt det å følge en bestemt metode på denne måten:

Du kan ikke hvile i en metode før du har lært den ordentlig. For hvis du ikke har lært den ordentlig, så blir det lett noe rigid. (.) Og så vil du føle et behov for å skifte metode hver gang det stopper opp, fordi du ikke har nok fleksibilitet innenfor metoden fordi du bare har lært litt. Så det tror jeg på altså, men klart, jeg har lært den veldig grundig og for meg har det vært en revolusjon i min praksis i å hjelpe pasienter, og spesielt å hjelpe par.

En av terapeutene spiller på teorier og kunnskap fra flere metoder og anvender dette i en personlig tilnærming som matcher paret og vedkommende som terapeut best mulig.

Ja, absolutt, men jeg er jo ikke utdannet emosjonsfokusert terapeut og jeg vet ikke om det hadde passet meg helt å jobbe helt sånn rent etter en sånn modell, men det er absolutt veldig mange aspekter ved det. Men jeg liker jo kanskje litt mer det der å plukke litt element herfra og derfra, og selvfølgelig alt det som ligger til grunn for systemisk terapi og teori. Sånn at jeg synes det er fint og å se litt på hva som vil matche det paret som sitter foran meg også heller velge litt ut i fra det.

Flere terapeuter er opptatt av å gi “hjemmelekse” til parene for at partene kan overføre det de har lært, til sitt eget hverdagsliv.

Jeg gir de noen ganger oppgaver og, sånn at de får en oppgave hvor de skal trene på å snakke om ting som er vanskelig hjemme på en måte som gjør at de får en annen opplevelse over det å snakke om vanskelige ting hjemme.

Når det gjelder tilnærminger er det kanskje èn som fremheves av flere av terapeutene som særlig relevant og fordelaktig i møtet med flerkulturelle par, og da spesielt i møte med den utenlandske parten.

Men for meg fremstår det perspektivet som EFT bruker som spesielt relevant egentlig i de parene, fordi jeg tenker at det er noe EFT er veldig opptatt av: Hva trigger vårt tilknytningssystem og vårt tilknytningsbehov, og hva får oss til å føle oss tilknyttet til noen eller ikke. Og når man kommer til et nytt land og ikke kjenner noen og ikke har noe nettverk, så tror jeg det sensitiverer terapeuten til å lytte etter de temaene som handler om en følelse av å plutselig være alene i verden, når man har vært i kontakt og i en trygg setting før.

Selv om terapeutene velger noe forskjellig tilnærming til slike par er det overordnede målet å skape trygghet for partene, og en arena der de kan bygge en ny tilknytning basert på fornyet tillit og kjærlighet, og gjenopprette en god emosjonell kontakt. Det ser ut til at stadig flere terapeuter begynner å lære seg og anvende EFT, eller tar inn deler av EFT i parterapien, da metoden synes å passe godt for de problemer og konflikter som alle typer par møter i parforholdet.

3.4.2 Terapeutenes vurdering av sitt arbeide

Deltakernes erfaringer med hensyn til resultater av parterapi for flerkulturelle par ble beskrevet noe ulikt av terapeutene. Noen beskrev effektene mer som “på sporet av” eller oppnådde “prosesser”, enn som oppnådde konkrete endemål.

To deltakere beskriver at par har oppnådd å få en større aksept for hverandre, de har kommet nærmere hverandre, har mer empati og kunnskap, og båndet mellom dem er styrket.

Ja, for det synes jeg at jeg har sett mange eksempler på, det at vi avslutter en terapiprosess med at de har oppnådd en større forståelse av hverandre og dermed fått en større aksept, mer nærhet. Både ut ifra at de forstår hverandre så kan de være bedre støtte for hverandre og i større grad få til å høre på hverandre og få styrket forholdet.

En deltaker sier at ikke alle par oppnår et resultat i form av å bli gjenforent eller få et bedre og varig forhold. Noen oppsøker hjelp for sent, og konfliktene kan ha blitt så store og uhåndterbare at forholdet ikke lar seg reparere. Terapeuten beskriver det på denne måten;

Jeg ser med disse parene, som med andre par, at det er mange par som også går fra hverandre, men at det handler også om at par kommer veldig sent i terapi, at det er jo mye vanskeligere å lege da. Noen par er det for sent med, noen par får likevel ikke dette til.

En av terapeutene var opptatt av “arbeidet” i det dynamiske samspillet mellom partene og mellom paret og terapeuten for å kunne oppnå gode prosesser. Dermed kan man få til et godt, stabilt og vedvarende parforhold, slik at prosessen kan utvikle seg etter at parterapien er avsluttet, uten at tilbakefall skjer.

Vel, resultatene kan være veldig gode hvis begge partene er villig til å gjøre jobben. Fordi at det er selvfølgelig, på mange vis, vanskeligere fordi det er to personer og det er et system, og de har sine personligheter og de er fanget i et samspill. Sånn at det krever både en terapeut og to parter som er villig til å jobbe med det, da. Men hvis de begge to kommer med en innstilling om at” Vi har lyst til å få til dette” og” Jeg har lyst til å se på mitt eget bidrag til hva som er vanskelig i parforholdet og jeg har lyst til å lytte til min partner”, så synes jeg det går bra. Det som er problemet etter

parterapi, er tilbakefall, at par ofte får det bedre etter parterapi og så får de tilbakefall ett år etterpå, eller noe sånt, og så er de tilbake der de var.

Terapeutene framhever at intervensjonene ikke alltid ender med konkrete oppnådde endemål, men at de kan bidra til å starte ulike prosesser som kan føre til at bestemte mål oppnås, enten i løpet av terapien eller etter avsluttet terapi. Hos noen av parene bidrar prosessene også til at målet endres underveis.

3.4.3 Hvordan gjøre terapi bedre og hva kan være gode forebyggende tiltak?

Jeg spurte deltakerne om hvilke tanker de har rundt mulighetene for å gjøre terapien enda bedre for parene. Og hvilke forebyggende tiltak de ser for seg, slik at flerkulturelle par bedre kan utvikle sine mestringsevner til å håndtere konflikter som alltid vil være en del av virkeligheten i forholdet.

En terapeut nevner behovet for mer forskningskunnskap om og innsikt i flerkulturelle ekteskap i Norge som kan gi et bedre evident kunnskapsgrunnlag for parterapien. Dette kan, ifølge terapeuten, gjøres gjennom intervjuer av slike par i studier.

Jeg tenker jo at det hadde vært veldig interessant å få innblikk i, for eksempel, at de parene ble intervjuet. Og fått høre deres erfaringer med å gå i parterapi.

En av terapeutene mener at forholdene må legges bedre til rette for at par som arbeider i private bedrifter, kan gis muligheten til å gå i parterapi uten å risikere å tape inntekt eller ikke å få fri fra jobben. Dette vil være et godt incentiv som vil gjøre det lettere og økonomisk tryggere for par å gjennomføre nødvendig terapi.

Mange i denne målgruppen som vi har snakket om nå, er så usikret i forhold til arbeidsliv, taper penger når de kommer til rådgivning eller terapi at jeg skulle jo ønske at det var midler i den norske statskassen til at de ikke taper penger. Norske brukere med jobb i stat eller kommune kommer jo til denne gratis behandlingen og de får ikke redusert lønn om de blir borte en time eller to. Men mange av disse andre har ikke den tryggheten, og det synes jeg er litt urettferdig. Eller, urettferdig, det er bare sånn systemet er.

Fire av terapeutene tenker at de enkelte ganger skulle ønske å ha muligheten til å gjøre bruk av psykoedukasjon overfor nære familiemedlemmer i sitt arbeid. Begrunnelsen for dette

kan ligge i at pars problemer og konflikter ofte kan forsterkes av hvordan “de andre” opptrer overfor partene i forholdet. Terapeutene ser derfor behov for en psykoedukativ tilnærming som kan fungere som et forebyggende tiltak for å hjelpe parene når det blir vanskelig for dem.

Ja, og jeg tror at det er også et kjennetegn faktisk ... at når det blir vanskelig i disse parene, så har veldig mange fått høre fra sin familie, sine søsken og venner Nei, nei, nei – dette må du ikke gjøre – de har møtt betydelig mer motstand i liksom «gjengen» sin på at «yes, gjør dette, det er bra ... det er så mange som har hørt at dette er vanskelig, det kommer ikke til å gå bra, jeg er imot det og mye mer av det – det er en historie som veldig mange forteller – og når det da begynner å bli vanskelig så og man da begynner å snakke litt om det... å, ja, hva var det vi sa ... så bygges det nettverk, og familie er ikke så hjelpsomme på å være ... ja, men kan det ikke være sånn at du også kan være vanskelig da, og på den måten prøve å støtte den andre på...

Noen av terapeutene mener at det kan være nyttig at familien kan utfordre paret på en god måte som kan bidra til at partene kan reflektere over situasjonen og bli minnet på de gode egenskapene hos hverandre.

Det er veldig bra for par som er i konflikt, at de har noen som også kan se den andre, men det er ... når det blir vanskelig for disse parene ... så er det ingen som støtter paret, men de sier; var det ikke det jeg sa, du må kvitte deg med ham eller henne, dette kunne jo ikke gå bra – skjønner du? Sånn er det blir polarisert ved dette ropet fra venner og nettverket, og det tror jeg er en veldig viktig bestanddel i at dette kan bli ekstra fastlåst, for det er ingen som utfordrer ... på at; vil du virkelig gå fra ham, han er jo en kjempesnill kar og husker du ikke sånn og sånn ... - som er fint at familie kan minne om.

En av terapeutene mener at parterapien i Norge bedre bør tilpasses de nye og ulike sosiokulturelle gruppene som har vokst fram i det norske samfunnet. Terapeuten tenker at terapien må være i endring og tilpasning til andre grupper enn bare den typisk norske middelklassen, dersom man skal lykkes med å nå ut til alle typer par som trenger hjelp.

Det er kanskje litt det samme som vi tenker med nordmenn, at det er gjerne folk med middelklasse bakgrunn som oppsøker terapi, og at hele tiden så tenker vi på hvordan vi både kan nå andre grupper, og hvordan terapien skal være. Altså, hele kritikken av

all terapi er at den er veldig middelklasse innrettet til refleksjon, til verbal kommunikasjon, ikke sant?

Terapeutene har forslag til tiltak som både kan forebygge behovet for parterapi hos flerkulturelle par, og forslag som kan forbedre terapiens muligheter. Flere av disse vil bli drøftet i diskusjonsdelen.

Oppsummering: Terapeutene beskriver at parterapi for flerkulturelle par er et etablert tilbud i alle familievernkontorer, og også ved enkelte private klinikker i Norge. Av det de peker på som vesentlige elementer i dette arbeidet, er terapeutens evne til å vise interesse, empati, nysgjerrighet, anerkjennelse, tålmodighet og respekt som grunnlag for å bygge en god allianse med parene, slik at de kan skape en god relasjon i terapirommet. Alle legger stor vekt på betydningen av god allianse etablering – og kanskje særlig oppmerksomhet på den utenlandske parten. De erfarer at disse elementene bidrar til å skape trygghet og tillit hos parene. De mener at opplevelsen av å bli møtt med aksept, forståelse og under nøytrale rammer, kan føre til endring eller oppleves som nyttig i terapi. Flere beskriver viktigheten av en ydmyk holdning, frigjøring av forutinntatthet, kultursensitivitet og refleksjoner over sine egne verdier som betydningsfulle faktorer i møte med mennesker fra andre kulturer. Mens noen gir uttrykk for å ønske å utforske den kulturelle bakgrunn hos den utenlandske parten var dette mindre fremme hos andre. Kultursensitivitet ble uansett sterkt fremhevet som viktig av alle. Alle var opptatt av tilknytningsteori, andre vektlegger mer eksplisitt viktigheten av å lære seg og anvende én bestemt metode, mens andre bruker teknikker fra ulike tilnærminger. Noen viser til at de anvender en EFT-tilnærming, men på litt ulike måter, men at den er nyttig siden tilnærmingen nettopp legger vekt på elementer som tilhørighet og tilknytning. Andre benytter seg av løsningsfokuset metode, da de foretrekker å innta en «ikke-vitende posisjon» og være nysgjerrige på paret og deres historie for å hjelpe dem til å hente fram og bruke sin indre kunnskap til å finne løsninger og endringer i forholdet. Flere terapeuter ser et klart behov for en psykoedukativ tilnærming for familie og venner rundt parene, da de vurderer dette som et viktig element som kan støtte parene i en vanskelig situasjon.

4 Diskusjon

Deltakerne i studien gir et godt innsyn i sitt arbeid som parterapeuter for flerkulturelle par. Dette arbeidet opplever de som spennende og utfordrende. De mener at det er en del grunnleggende likheter hos par i parterapi som er uavhengig av hvor par, eller den ene parten, kommer fra med hensyn til land og kultur. Et slikt fellestrekk er behovet for å oppleve trygg tilhørighet som fører til god tilknytning. Terapeutene sier at dypest sett er vi alle bare vanlige mennesker som trenger å bli sett, hørt og forstått. På den annen side er det forhold som man må være særlig oppmerksom på og ta hensyn til, i møte med mennesker fra andre land og kulturer. Slike forhold kan være kulturforskjeller som former og preger partene i parforholdet, forskjeller i språk, språkkoder og språkforståelse, ulik sosioøkonomisk bakgrunn og utdanningsnivå, og ulike syn på barn og barneoppdragelse.

Terapeutene beskriver derfor sin rolle som utfordrende og lærerik, og vektlegger særlig nødvendigheten av å bruke tid på god alliansebygging, skape trygghet for partene og spesielt for den utenlandske parten. De ønsker å vise genuin interesse for partene som begge er i en sårbar situasjon. Jeg ønsket å se nærmere på om det jeg fant gjennom mine intervjuer samsvarer med annen og tidligere forskning, eller om det kanskje avviker eller skiller seg på vesentlige måter fra andres observasjoner. Videre vil jeg drøfte på hvilken måte mine funn svarer på det jeg ønsket å finne ut av, både når det gjelder type hjelp, spesielle forhold av betydning i terapien og refleksjoner om relevante modeller i arbeidet.

Jeg vil også foreta noen metodologiske betraktninger rundt valg av metode, både styrker og begrensninger. Til slutt vil jeg drøfte framtidig forskning på dette temaet og fremme forslag til mulige tiltak som i prinsippet kan gjennomføres allerede nå – kanskje også med litt inspirasjon fra denne studien.

4.1 Terapeuterfaringer i lys av teori og terapeutiske tilnærminger

Terapeutenes erfaringer synes i stor grad å dreie seg om parenes uttalte, men også ofte uuttalte behov for å oppleve en trygg tilhørighet i parforholdet som kan forene dem i en stabil tilknytning til hverandre. Menneskers behov for og søken etter tilhørighet og samhörighet med tilknytningsperson(er), står sentralt i alle mellommenneskelige forhold. Dette støttes av forskere og er beskrevet av blant andre Brubacher og Sjøbu (2019, s. 92), som viser til at mennesket fra fødselen av er programmert for tilknytning og avhengighet. De mener derfor at det naturlige i menneskets overlevelsesinstinkt er å søke etter emosjonell nærhet til en

tilknytningsperson når det trengs. Tilknytningsperspektivet er blitt ansett som etablert kunnskap og et verdifullt bidrag til parterapien. Det kommer tydelig fram i intervjuene med terapeutene som beskriver hvordan de anvender tilknytningsteorien i sin praksis. Samtidig er det reist kritiske spørsmål om hvorvidt anvendelsen av tilknytningsperspektivet som forklaring på voksnes atferd i noen tilfeller går lenger enn det man har empirisk grunnlag for. En av kritikkene til tilknytningsteorien som basis for parterapi, er at den ikke tar nok høyde for at temperament kan være underliggende enkelte tilknytningstrekk. Dette har man i dag ikke nok kunnskap om (Henriksen & Thuen, 2012).

4.1.1 Kulturelle utfordringer

Bhugra og DeSilva (2000) skriver at det er en økende mengde litteratur om temaet som indikerer at kulturelle forskjeller virkelig fører til ekteskapelig fortvilelse, og derfor bør adresseres i terapien. Andre forskere har også lagt vekt på at flerkulturelle par opplever stressfaktorer som skiller seg fra samme-kulturelle par (Bustamante, Nelson, Henriksen, & Monakes, 2011, s. 155). Denne erfaringen har også alle terapeutene med flerkulturelle par som beskrevet i resultatdelen. De bruker derfor mye tid på å hjelpe partene til å finne fram til en tilhørighet som kan redusere tvilen og usikkerheten, og styrke tilliten og tryggheten mellom dem. Behovet for tilhørighet i alminnelighet synes enda større for den utenlandske parten som er flyttet til et land hvor de ikke har noe tidligere nettverk. Det er gjort mye forskning som dokumenterer hvilken kulturkollisjon en person kan oppleve i møte med og tilpasning til en ny kultur. Kulturkollisjonen er, ifølge Macionis og Gerber (2010), en multidimensjonal erfaring den utenlandske parten opplever, og det er resultatet av en fremmedartet livsstil eller kontakt med en annerledes kultur i nye omgivelser. Ifølge flere av de intervjuede terapeutene, kan en av grunnene til at mange opplever “kulturkræsj” så sterkt være at paret ble kjent med hverandre i den andres hjemland. Eller at den utenlandske parten ikke er forberedt på den store overgangen til en ny og ofte svært annerledes kultur når de flytter til et helt fremmed land. Den brå overgangen, ofte uten tid til omstilling og uten kjennskap til hvordan man kan møte og forholde seg til alt det nye, bli en sjokkartet opplevelse. Men det kan også være, slik terapeutene opplever det, at partenes forventninger til å utvikle en trygg og god emosjonell kontakt og stabile bånd mellom seg tidlig i forholdet, møter utfordringer og problemer som kommer overrumplende på dem. Dette skjer oftest i den fasen av forholdet da den ene parten har flyttet til et nytt land. Parterapeuten og forskeren Kyle D. Killian (2015, s. 512) beskriver at forskjeller kan stamme fra en rekke faktorer som

nasjonalitet, kultur og religion, og er bare noen av måtene som partene i flerkulturelle relasjoner kan skille seg fra hverandre på.

4.1.2 Sårbarhetssirkelen

Når partene ikke lykkes med å knytte og etablere trygge emosjonelle bånd i parforholdet, vil tilknytningen mellom dem trues. Da vil det oppstå konflikter som før eller senere danner grunnlaget for hvorfor slike par oppsøker hjelp hos parterapeuter. Konflikter på grunn av store kulturelle forskjeller og brytninger mellom partene er viet økt oppmerksomhet blant stadig flere forskere (Greenman et al., 2009). Terapeutene beskriver derfor hvor skjørt parforholdet kan være og hvor stor grad av emosjonell sårbarhet som preger mange av disse parene. Da kan det bli vanskelig å snakke om det. Scheinkman og DeKoven Fishbane (2004) beskriver dette som sårbarhetssirkelen. De hevder at slike par ofte kommer til terapi i en tilstand preget av polariserende, reaktiv maktkamp som i økende grad får dem til å føle seg atskilt fra hverandre. Fanget i en tilstand hvor de ikke klarer å komme ut av denne sirkelen, oppsøker de terapeutisk hjelp i håp om å finne en ny tilknytning i forholdet. I møtet med denne sårbarheten som har ført til mangel på trygg tilknytning, er det at terapeutene må finne sin måte å møte de to menneskene på.

4.1.3 Om å velge terapeutisk tilnærming

De fem terapeutene har noe varierende faglig ståsted med hensyn til terapimetode. Men felles for dem synes å være behovet for å bygge en trygg og sterk allianse med begge partene. For uten at man lykkes med å bygge en god allianse til og med partene, vil man ikke kunne lykkes med, eller i det hele tatt, å komme i gang med terapeutiske intervensjoner. Asnaani og Hofmann (2012) beskriver denne alliansen i terapien som en kritisk faktor som bestemmer utfallet av terapien. Dette, mener de, gjelder på tvers av alle teoretiske orienteringer og i alle behandlingsmodaliteter. Foruten alliansen synes andre fellesfaktorer som klientenes forventninger til terapi, og terapeutenes evne til aksept og empati, å være sentrale elementer i møtet med og behandlingen av parene (Kennair & Hagen, 2014, s. 33). Terapeutene forholder seg i stor grad til kunnskap fra prosessforskningen som undersøker faktorer, herunder fellesfaktorer, som kan forklare effekten av psykoterapi. Lamberts effektstudier har laget en "kakemodell" over betydningen av slike fellesfaktorer, som også kan forklare variansen i behandlingseffekten. Hovedfaktorene her er utenomterapeutiske faktorer, fellesfaktorer, forventningsfaktor og teknikker (Lambert, 2013).

At terapeutene representerer noe ulikt faglig utgangspunkt for parterapi, betyr likevel ikke at de har låst seg til en bestemt metode, selv om to av dem foretrekker den metoden de kan best og har mest erfaring med. Tre av terapeutene beskriver at de ikke velger hvilken form for terapeutisk tilnærming de vil anvende tidlig i møte med parene. De lar heller den terapeutiske tilnærmingen vokse naturlig fram i løpet av prosessen med alliansebyggingen. De beskriver at det er parets unike egenart som gir grunnlaget for hvilken metode, eller valg av integrerte metoder man velger å anvende i terapiforløpet. Men framfor metoden har måten man møter parene på, hvilke spørsmål man stiller og måten man spør på størst betydning, slik terapeutene erfarer det. De poengterer hvor viktig det er å møte parene fra et ikke-vitende ståsted, der de tydelig viser sin interesse for å lære parene å kjenne, få innsikt i deres problemer og uenigheter og hjelpe parene til å hente fram sin indre kunnskap og viten om hva som skal til for å skape endring. Denne beskrivelsen av terapeutenes framgangsmåte samstemmer godt med forskningen på dette feltet. Strand & Moltu (2011) beskriver i sin artikkel hvordan enkelte terapeuter lykkes bedre enn andre – uavhengig av metode. De hevder at det ikke er metoden det kommer an på, fordi flere tiår med forskning viser at det ikke er betydelige forskjeller mellom ulike psykoterapeutiske metoder når det gjelder effekt. Forfatterne fant i sin studie at det er terapeutens empatiske væremåte og evne til tilstedeværelse overfor klienten som hadde størst betydning for utfallet av terapien.

Samtidig var flere terapeuter tydelige på at det var viktig for dem å kjenne seg trygge på metoden og tilnærmingen de bruker. Dette forutsetter at de kjenner og kan metoden godt. Aller viktigst for dem er det at terapeutene og metoden de anvender, passer godt sammen. Men det er også avgjørende at metoden også «matcher» parene, for at de skal kunne lykkes med terapien. Det er enighet om at psykoterapi generelt er effektivt (absolutt effekt). Men diskusjonen om det er enkelte terapimetoder som er mer effektive enn andre (komparativ effekt), lever til en viss grad enda. Både tidlige og senere effektstudier (metaanalyser) har i stor grad konkludert med svært like effekter når man har sammenlignet effekten av ulike terapimetoder med hverandre. Hovedkonklusjonen har derfor vært i samsvar med det berømte dodofuglsitatet: “Alle har vunnet og alle må ha premier”. Det finnes riktignok eksempler på litteraturgjennomganger og metaanalyser som konkluderer med at noen terapiformer har bedre effekt enn andre på *spesifikke diagnoser*. Forskjellene kan blant annet delvis forklares med ulike inklusjonskriterier (Kennair & Hagen, 2014, s. 29).

De senere årene er det likevel stadig flere parterapeuter og forskere som viser til at den emosjonsfokuserte parterapien er en god metode i arbeidet med par, samt at den synes å

kunne egne seg spesielt godt for par i flerkulturelle ekteskap. Flere forskere mener at det er en naturlig forbindelse mellom tilhørighet og tilknytning (som diskutert over) og EFT som terapimetode. Dette støttes av Mikulincer og Shaver (2016), som mener at tilknytningsteori er den tråden som binder sammen teori, forskning og praksis i EFT, fordi den er en empirisk bekreftet teori om kjærlighet mellom voksne. Ifølge Henriksen og Thuen (2012) er tilknytningsteoriens betydning for voksnes nære relasjoner og parforhold sannsynligvis mindre kjent for norske psykologer og terapeuter, da de fleste er utdannet før dette perspektivet vokste fram i forskningen.

Som beskrevet i innledningen til hovedoppgaven, er emosjonsfokusert parterapi (EFT) vurdert som en av de best dokumenterte former for parterapi. Dette kom også tydelig fram i mine intervjuer med terapeutene. Flere forskere viser til at EFT generelt sett har vist seg å være effektiv hos fortvilte og rådløse (distressed) par, men også at resultatene holder seg godt ved oppfølging etter avsluttet terapi, selv hos par med høy grad av sårbarhet før terapi (Johnson og Lebow, 2000). Samtidig foreligger det foreløpig lite forskning på hvor godt EFT er egnet for par i flerkulturelle ekteskap. Forskerne Greenman, Young og Johnson (2009) skriver at det er knyttet store utfordringer til å finne en terapi for flerkulturelle par. Men de vedgår at selv om det har vært en økning i oppmerksomheten rundt denne subpopulasjonen av par, så foreligger det få kliniske retningslinjer.

4.1.4 Om å bidra med psykoedukativ tilnærming

Konflikter i familien rammer ikke bare far og mor, som skrevet i resultatkapitlet, men også familiens barn når dette er tilfelle. Når paret er i ferd med å miste eller allerede har mistet den tillitsfulle og trygge alliansen med hverandre, vil partene søke å alliere seg med andre familiemedlemmer, først og fremst eget/egne barn. For terapeutene er det viktig å synliggjøre dette i terapien for å ansvarliggjøre partene. Det kan derfor være nødvendig å inkludere barnet/barna i prosessen for barnets/barnas egen del for å møte deres behov i en nyoppstått familiesituasjon. Barneperspektivet skal altså ansvarliggjøre parets rolle som foreldre, og særlig vektlegge og hensynta barns tilknytningsbehov (Samoilow & Middelborg, 2017, s. 162).

Behovet for psykoedukasjon synes å være aktuelt også der par eller en av partene i forholdet opplever stor pågang og påvirkning fra venner og familiemedlemmer som gir råd som ofte skaper usikkerhet, økt frustrasjon, sinne eller aggresjon i forholdet til den andre parten. Falicov (1995) skriver at det ofte er vanskelig å sikre en spenningsfri og utvidet støtte

i storfamilien for mange flerkulturelle par. Terapeutene finner det vanskelig å ta i bruk psykoedukativ tilnærming på grunn av tidspress, begrensning i antall terapitimer og at tilbudet ikke er lagt opp for en utvidet terapigruppe for storfamilien, men avgrenset til paret.

Det er vanskelig å finne forskning på bruk av psykoedukasjon hos flerkulturelle par. Men det finnes litteratur på dette i ulike former for familieterapi som involverer barn ved sykdomstilstander og andre familiære belastninger. Et eksempel på dette er McFarlane (2016) som påpeker at det finnes ulike former for psykoedukativ familieterapi. Han får støtte fra Carr (2019, s. 113) som skriver i *Håndbok i familieterapi* at gruppetimer for slektninger, samt parallelle gruppetimer for slektninger og pasientgrupper kan være aktuelt. Han skriver videre at psykoedukativ familieterapi også hjelper familiemedlemmer med å opparbeide seg bedre ferdigheter i kommunikasjon, problemløsning og mestring. Dette samstemmer godt med hva terapeutene erfarer når par kan være så mye påvirket av hva storfamilien på den ene siden, eller sjeldnere på begge sider, mener, og hvordan de engasjerer seg i parets problemer. Konklusjonen er at det kan være behov for et utvidet tilbud om familieterapi også for slike par. Dette bør vurderes nærmere utredet i familievernet.

4.2 Terapeutenes bruk av EFT

Alle terapeutene i denne studien hadde kjennskap til EFT, men ikke alle anvender denne metoden. Flere beskrev dette som en nyttig tilnærming i terapi med flerkulturelle par siden både tilhørighet og tilknytning er sentrale tema i EFT. To av dem lar seg inspirere av EFT i sin praksis, mens to andre er sertifiserte EFT-parterapeuter. En av terapeutene forteller om revolusjonerende forbedringer i sin praksis etter at vedkommende begynte å anvende EFT i parterapi. Terapeutens erfaring samstemmer således med det man i stor grad har funnet i forskningen på EFT. Den andre terapeuten som hyppigst anvender EFT, trekker fram at EFT handler mye om å sette ord på vanskelige følelser. Dette kan ofte skape problemer for den utenlandske parten som kan ha språklige begrensninger, både i form av dårlig ordforråd og språkforståelse. Dermed blir det ekstra vanskelig å sette ord på såre og vonde følelser og klare å formulere disse på en forståelig og riktig måte. Det bør samtidig bemerkes at denne problemstillingen ikke bare gjelder EFT, men i all terapisammenheng uavhengig av metode.

Ikke alle terapeutene i undersøkelsen hadde valgt å fordype seg i EFT. Det kom fram at de terapeutene som ikke anvender EFT, viser til at EFT har en del begrensninger eller ulemper som kan redusere sjansene for en vellykket intervensjon. Deres reservasjon begrunnes i deres ønske om heller å bruke en mer integrativ tilnærming ved å anvende

intervensjoner fra ulike metoder som de mener kan gi et bedre terapeutisk utfall. Ved å bruke ulike tilnærminger kan terapeuten tilpasse seg de prosesser og endringer som oppstår i terapien, og dermed unngå at terapien stopper opp fordi prosessen blir annerledes enn det en bestemt metode skulle tilsi. En av terapeutene beskriver hvordan vedkommende ikke kjenner seg komfortabel med bare å anvende en bestemt metode, men foretrekker å sette sammen flere elementer fra alt som ligger til grunn for systemisk terapi og teori, som både matcher paret og vedkommende som terapeut.

4.3 Terapeutenes bruk av løsningsorienterte strategier

Flere av terapeutene viser til løsningsorientert tilnærming i dette arbeidet, såkalt løsningsfokustert terapi som beskrevet innledningsvis. I møtet med paret, og særlig med den utenlandske parten, ønsker terapeutene å stille med “blanke ark”. Det vil si at de inntar en “ikke-vitende posisjon” (Anderson og Goolishian, 1988) der de er nysgjerrige på paret, deres historie, individualitet og samspill, problemer og konflikter og hva som har forårsaket disse. De forsøker å forstå, anerkjenne, respektere, ta imot og inkludere partene i en likeverdig samtale mellom likeverdige parter gjennom sin nysgjerrighet og ved å stille spørsmål og undre seg. Terapeuten er ikke lenger eksperten som vet “alt” og skal gi paret de “rette” svarene og løsningene, men hjelpe paret til å oppdage at de selv er “eksperter” på sitt eget liv og samliv, og at de har kunnskapen i seg til å løse sine konflikter. Intervensjonen ligger ikke i bestemte terapeutiske teknikker og grep, men i selve prosessen der terapeuten og paret sammen utvikler løsningsforslag basert på hva som er viktigst for paret, deres behov og ønsker for samlivet. Mot slutten av hver terapitime får paret en “hjemmelekse” som skal konsolidere fremgangen ved å skape endringer i kommunikasjonen, og få paret til å fokusere på løsninger utenfor terapirommet (Miller & de Shazer, 2000; Trepper, et al., 2011). Flere av terapeutene bekrefter at de anvender denne framgangsmåten i sin praksis, da de opplever at denne typen tilnærming ofte skaper en trygg og sterk allianse mellom personene i terapirommet. Prosessen fører partene fra å føle seg uten håp og mismodige til å oppleve håp og mestring og se nye muligheter i parforholdet. Denne utviklingen åpner opp for nye måter å oppleve parforholdet på og kan føre raskere fram til endringer og en vellykket intervensjon (Aambø, 2019, s. 171).

4.4 Betydningen av terapi på lengre sikt

Flere terapeuter i studien er opptatt av hvordan det går med flerkulturelle par som kommer til terapi. De er alle samstemte på at dette først og fremst avhenger av hvor tidlig parene kommer til samtale. Jo lenger tid som har gått, og jo større problemene er blitt og hvor vanskelig forholdet har blitt, desto større risiko er det for at de senere kan falle tilbake i gamle mønstre. Dette gjelder også andre par, men flerkulturelle par synes å utvikle høyere grad av “distress” og raskere enn andre par fra samme kultur. Forskningen fram til nå har ikke sett på om prognosen for flerkulturelle og andre par er forskjellige, men har heller fokusert på hvilke faktorer og graden av faktorer som kan være avgjørende. Blant disse er partenes grad av “distress” og “disconnection” når de kommer til terapi (Dalglish et al., 2015). Forskerne Dalglish et al. (2015) laget i sin studie en hierarkisk lineær modell som antydte at personer med høy grad av selvrapportert angst og samtidig høy grad av emosjonell kontroll, hadde en større endring i sin ekteskapelige tilfredshet gjennom behandlingsperiodene med EFT. Det gjenstår å utforske nærmere om denne oppnådde effekten av ekteskapelig tilfredshet kan variere mellom ulike terapimetoder, eller om den er uavhengig av metode.

4.5 Parterapeuten i møte med flerkulturelle par

Deltakerne er kvalifiserte parterapeuter i Norge. De er enten utdannet psykologer som har utviklet kunnskap om det å arbeide med par gjennom deltagelse og supervisjon, eller de er utdannet familieterapeuter med tilleggsutdanning i familieterapi på mastergradsnivå. Det foreligger per i dag ingen obligatoriske kurs eller noen form for krav til grenspesialisering i parterapi for flerkulturelle par. Dette er det samme som for andre sammenlignbare vestlige land, inklusive USA. Spørsmålet blir da hvordan man best kan sikre parterapeutenes kvalifikasjoner i arbeidet med en liten, men voksende gruppe blant klienter i den vestlige verden, inkludert Norge. Dersom man velger ikke å stille større krav til etterutdanning eller lage en ordning med beskyttet tittel gjennom en eller annen form for sertifisering, bør man da heller vurdere å se nærmere på andre muligheter for kvalitetssikring av denne tjenesten og dens utøvere? Disse spørsmålene ble drøftet i en nylig studie av Sparks (2015).

De fleste deltakerne i studien setter søkelyset på og gjør seg refleksjoner rundt egne følelser, tanker og holdninger i møte med andre kulturer hos flerkulturelle par. De synes å være klare på at i møte med den utenlandske parten i forholdet, kan dette skape en følelse hos vedkommende av “å være to mot én” i terapirommet. Parterapeutens mulige forutinntatthet eller holdninger kan bli satt på prøve allerede i første møte med slike par. Dette er deltakerne

veldig oppmerksomme på. Og denne utfordringen er også drøftet i forskningen som en essensiell problemstilling. Ifølge Daneshpour (2003), Tubbs og Rosenblatt (2003) er det avgjørende at terapeuter som arbeider med flerkulturelle eller tokulturelle par, også utforsker og undersøker egne holdninger og tro om forholdene hos parene og mellom partene. Daneshpour anbefaler ikke å ta for gitt at problemene skyldes forskjeller i kulturelle eller religiøse verdier hos parene. McRoy og Freeman (1986) mener at de to terapeutiske hjørnesteinene, objektivitet og ikke-dømmende holdninger, må være til stede hos terapeuten.

Dette er helt tråd med den erfaring som flere terapeuter beskriver. De erkjenner at denne utfordringen kan være avgjørende for deres evne til å stimulere tilknytningen mellom partene tidlig i terapien, og hvorvidt man lykkes eller ikke med det. Dette fører til at de også må tåle og tørre å kjenne på sterke følelser, ikke bare hos klientene, men også hos seg selv. Johnson (2011) mener at terapeuten må tåle sterke følelser, men må også kunne stole på sine egne emosjonelle opplevelser for å kunne lede klienter gjennom behandlingen og inn i korrigerende opplevelser i og mellom partene. Dette vil omfatte tillit til og respekt for egne tilknytningsbehov og tilknytningsredslar.

Deltakerne hadde ikke laget seg et system for registrering av hvor mange flerkulturelle par de har hatt i terapi. De har heller ikke brukt noe evalueringssystem for å kunne si noe sikkert om eller dokumentere utfall og resultater av terapien, eller prognostiske evalueringer i tiden etter avsluttet behandling. Det er da heller ikke noe krav om dette i Norge innen parterapi generelt. Men som vist eksempel på i resultatdelen, er terapeutene opptatt av å gjøre en fortløpende evaluering av samtalene og på slutten av timene. Slik prøver de å gjøre nødvendige endringer og korrigeringer for bedre å forstå og møte parenes situasjon og behov.

4.6 Metodologiske betraktninger

Bakgrunnen for mitt valg av en kvalitativ metode var et genuint ønske om å gå i dybden på et tema som interesserer meg svært mye. Det kvalitative intervjuet ga meg en samtaleform og arena som innebar direkte tilgang til deltakernes egne erfaringer og kunnskap, noe som er en styrke ved det kvalitative intervjuet. Kvalitative metoder er dessuten mye brukt, fordi de gir rom for å forstå og presentere virkeligheten på forskjellige måter uten å ha som mål å stille høye krav om sikker pålitelighet (reliabilitet) og gyldighet (validitet) (Kvale & Brinkmann, 2018, s. 276).

I arbeidet med min hovedoppgave og mitt forarbeid rundt oppgavens tematikk, har jeg funnet at i mye av denne forskningen har kvalitative metoder oftest vært anvendt. Mye av begrunnelsen for dette ligger i den kjensgjerning at man anvender kvalitative intervjuer for å samle inn data til å gjøre en kvalitativ analyse som beskriver erfaringer, holdninger og meninger best med ord, framfor med tall (Johannessen et al., 2018, s. 21).

4.7 Begrensninger ved studien

Det er flere begrensninger og mulige svakheter ved denne studien. For det første er et utvalg på fem deltakere lite, og det er gjort ved direkte henvendelser til erfarne terapeuter innen feltet parterapi. Utvalget er derfor valgt av meg selv blant et begrenset antall terapeuter og ikke som et tilfeldig, blindet utvalg. Det kan også sies at utvalget er homogent i den forstand at av de fem var fire hvite, norske terapeuter, mens en var fra et annet europeisk land. En mulig innvending er at ingen terapeuter hadde utenlandsk bakgrunn som representerer en kultur helt forskjellig fra den norske. Slike innvendinger mot utvalget kan få betydning for vurderingen også utover studiens pålitelighet (reliabilitet) og gyldighet (validitet). For eksempel hevder Kvale og Brinkmann (2018, s. 289) at selv om resultatene av en intervjuundersøkelse vurderes som reliable og valide, så gjenstår likevel spørsmålet om resultatene primært er av lokal interesse eller om de kan overføres til andre intervjupersoner, kontekster og situasjoner. I denne studien var jeg primært interessert i å forske på norske psykologers erfaringer i møte med flerkulturelle par i Norge og ikke i hele verden. På tross av studiens få deltakere og mindre tilfeldige utvalg, samt at den kun utforsker "lokale" norske forhold, kan resultatene danne et sammenligningsgrunnlag for lignende studier i andre land innen samme tema.

Det kan også stilles spørsmål ved meg som student og forsker med særlig interesse for dette temaet, og min evne til å være "redelig" i for eksempel valg av temaets formulering, utformingen av spørsmålene i intervjuguiden og måten jeg fremla disse på i intervjusituasjonen. Jeg var derfor bevisst på ikke å stille ledende spørsmål av hensyn til min egen pålitelighet som intervjuer. Jeg tillot meg likevel å ha min egen intervjustil.

Selvfølgelig er det alltid ønskelig med høy grad av reliabilitet av funnene for å motvirke en vilkårlig subjektivitet. Samtidig kan en for sterk vektlegging på reliabilitet motvirke kreativ tenkning og variasjon. For disse har bedre betingelser når intervjuere får lov til å følge sin egen stil, improvisere og følge opp fornemmelser underveis, hevder Kvale og Brinkmann (2018, s.276).

Andre begrensninger kan være hva jeg har vektlagt i kodingen, hva som er tatt med i kategoriseringen og rapporteringen, som da har hatt betydning for hvilke resultater som er tatt med. Slike begrensninger kan utgjøre en aktuell “bias” som har betydning for resultatet i undersøkelsen og innholdet i den etterfølgende diskusjonen. Dette vil igjen kunne ha implikasjoner for å vurdere reliabiliteten og validiteten av studien min.

4.8 Videre perspektiver

Flere av funnene i denne studien kan gi nyttige holdepunkter til eller bidra til å utvikle tilbudet om parterapi til flerkulturelle par. Studien viser også til behovet for videre forskning i Norge innenfor dette tema, også med utgangspunkt i de flerkulturelle parene selv. Flere av de intervjuede terapeutene ga uttrykk for et ønske om mer kunnskap fra forskning på hvordan flerkulturelle par opplever den terapien de mottar, og hva parterapi betyr for dem. Terapeutene tenkte at dette kan gi dem økt innsikt og kunnskap i en subpopulasjon av klienter som er økende i vårt samfunn. Slik forskning, det vil si både fra terapeutens ståsted og fra parenes egne ståsted, ville kunne gi et bedre kunnskapsgrunnlag for parterapi.

Videre kan forskning om terapi for flerkulturelle par muligens gi noen svar på hvordan parterapien bedre kan tilpasses de nye og ulike sosiokulturelle gruppene i det norske samfunnet. Man bør særlig vurdere å gjøre norsk forskning på hvordan EFT fungerer i parterapi i Norge, da slike studier ikke er gjort tidligere. Dette fordi EFT for par har fått en økende anerkjennelse blant terapeuter og forskere som en av de tilnærmingene som det både er empirisk støtte for med hensyn til resultater, og som evidens på sammenhengen mellom terapiprosesser og klientutfall (Greenman og Johnson, 2013).

Fra myndighetenes og arbeidsgiverorganisasjonenes side bør det kunne legges bedre til rette for at par som arbeider i private bedrifter, kan gis muligheten til å gå i parterapi uten å risikere å tape inntekt eller ikke å få fri fra jobben. Dette kan gjøres via ulike kompensatoriske ordninger som bør utredes nærmere. Myndighetene kan også gjennomføre ulike opplysningskampanjer og finne ulike arenaer for å opplyse flerkulturelle par om tilbudet i parterapi. Tilbudet bør da ikke bare presenteres som et terapeutisk tilbud i konflikt og krise, men i enda større grad som et forebyggende tiltak som kan hjelpe par og den utenlandske parten i å utvikle en sunn og god tilknytning seg imellom, og til nærmiljøet og storsamfunnet rundt seg. Spørsmål om behov for en mal eller retningslinjer for parterapeuter og parterapi for flerkulturelle par bør stilles og søkes svar på framover. Slike spørsmål har tidligere vært stilt blant internasjonale forskere. Greenman, Young og Johnson (2009) innrømmer at parterapien

er utfordrende, men at det foreligger få retningslinjer på området. Samtidig er det klinisk praksis og anekdotiske bevis, som har ført til etablering av foreløpige (preliminary) retningslinjer for bruk av metoder som for eksempel EFT i behandlingen av flerkulturelle par.

5 Konklusjon og avsluttende kommentarer

Tilbudet om parterapi for flerkulturelle par er etablert i familievernet i Norge. Mange psykologer og familieterapeuter arbeider med denne gruppen, men det er usikkert hvor godt tilbudet er kjent hos målgruppen og hvor mye det blir benyttet. I min studie har jeg undersøkt hvordan parterapeuter vurderer betydningen av parterapi for flerkulturelle par, og hva som er tilbudet til disse parene. Terapeutene beskriver viktigheten av parterapi for slike par da mange av dem har høy grad av “distress” og “disconnection” som kan skyldes mange faktorer, deriblant kulturelle forskjeller og utfordringer i kommunikasjon, språkforståelse og samspill. De opplever at arbeidet med parene kan være utfordrende, siden god alliansebygging, særlig med den utenlandske parten, krever tid. Terapeutene erfarer at måten de møter parene på, er viktigere enn metoden de anvender i terapien for utfallet av intervensjonen. Samtidig ønsker terapeutene mer kunnskap om hvordan parene selv opplever terapien, og hvordan de selv evaluerer terapiforløpet.

Det foreligger ikke forskningsbasert kunnskap på hvordan flerkulturelle par opplever parterapien og hvilken nytte de i så fall har av denne. Det er per i dag ikke etablert klare retningslinjer eller anbefalinger om metode og tilnærminger for dette arbeidet fra fagmiljøer, forskningsgrupper og helsemyndigheter. Parterapeutene baserer derfor arbeidet sitt i stor grad på utenlandske, fortrinnsvis amerikanske, anbefalinger. Prinsippene og strategiene som i dag brukes i terapi med flerkulturelle par, er ikke grunnleggende forskjellige fra de som brukes for samme-kulturelle par. Det finnes ingen spesiell måte å behandle flerkulturelle par på. Imidlertid trenger visse problemer mer oppmerksomhet og særlige vurderinger som kan skyldes kulturelle forskjeller. Parterapeutene etterspør derfor nasjonal forskning på denne målgruppen, da de mener det er behov for mer kunnskap om denne gruppen basert på norske forhold. Funnene i denne studien kan gi parterapeuter i familievernet økt kunnskap om og forståelse for behovene hos denne gruppen, hva som skal til for å utvikle mer kompetanse på området, og hvordan dette kan gjøres gjennom ulike tiltak og strategier som beskrevet i diskusjonen.

Videre bør man utrede og vurdere behovet for å utvikle strategier for et forebyggende rådgivningsarbeid, der nyetablerte flerkulturelle par får tilbud om samtaler og oppfølging en periode i starten på sitt forhold. Da vil de kunne lære seg å håndtere og mestre ulike typer samlivs- og relasjonsproblemer, men også oppdage muligheter og ressurser i sitt forhold.

Litteraturliste

- Aambø, A. (2019). Løsningsfokuset familieterapi. I L. Lorås & O. Ness. *Håndbok i familieterapi* (1. utgave. ed.). Bergen.
- Anderson, H., & Goolishian, H. (1988). Human Systems as Linguistic Systems: Evolving ideas about the implication for theory and practice. *Family Process*, 27, 371-393.
- Asnaani, A., & Hofmann, S. G. (2012). Collaboration in multicultural therapy: establishing a strong therapeutic alliance across cultural lines. *Journal of clinical psychology*, 68(2), 187–197. doi:10.1002/jclp.21829
- Bang, H. (1993). Parterapi-hvilken forskjell gjør det. *Fokus på familien*, 21, 178-189.
- Bhugra, D., & DeSilva, P. (2000). Couple therapy across cultures. *Sexual and Relationship Therapy*, 15, 183-192.
- Biever, J., Bobele, M. & North, M. (2008). Therapy with intercultural couples: a postmodern approach. In S. Palmer (Ed.), *Multicultural counselling: A reader* (pp. 73-81). London: SAGE Publications Ltd doi: 10.4135/9781446219188.n7
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101.
- Braun, V., Clarke, V., Hayfield, N., & Terry, G. (2019). Thematic analysis. *Handbook of Research Methods in Health Social Sciences*, 843-860.
- Brubacher, L., & Sjøbu, A. (2019). *Emosjonsfokuset parterapi : Kjærlighet i et tilknytningsperspektiv*. Oslo: Gyldendal.
- Bustamante, R., Nelson, J., Henriksen, R., & Monakes, S. (2011). Intercultural Couples: Coping With Culture-Related Stressors. *The Family Journal*, 19(2), 154-164.
- Bystydzienski, J. (2011). *Intercultural Couples : Crossing Boundaries, Negotiating Difference*. New York.
- Carr, A. (2019). Forskning på familieterapi. I L. Lorås, & O. Ness, O. *Håndbok i familieterapi* (1. utgave. ed.). Bergen.

- Dahl, Ø. (2013). *Møter mellom mennesker: Innføring i interkulturell kommunikasjon*. Gyldendal Akademisk.
- Dalgleish, T., Johnson, S., Burgess Moser, M., Lafontaine, M., Wiebe, S., & Tasca, G. (2015). Predicting Change in Marital Satisfaction Throughout Emotionally Focused Couple Therapy. *Journal of Marital and Family Therapy*, 41(3), 276-291.
- Daneshpour, M. (2003). Lives together, worlds apart? The lives of multicultural Muslim couples. In V. Thomas, T. A. Karis, & J. L. Wetchler (Eds.), *Clinical issues with interracial couples: Theories and research* (pp. 57—72). New York: Haworth Press.
- Daugstad, G. (2006). Hvem gifter innvandrere i Norge seg med? ; ekteskapsmønstre i innvandrerbefolkningen. *Samfunnsspeilet*, 20(4), 41-47.
- De Nasjonale forskningsetiske komiteer. (2010, 15. januar). *Veiledning for forskningsetisk og vitenskapelig vurdering av kvalitative forskningsprosjekt innen medisin og helsefag*. Hentet fra <https://www.etikkom.no/forskningsetiske-retningslinjer/Medisin-og-helse/Kvalitativ-forskning/5-Forskerrollen/>
- Eikrem, T. (2017). Å møte par fra ulike kulturer: “Same, same, but different”. I O. Ness. *Håndbok i parterapi*. Bergen: Fagbokforl.
- Ekman, P. (2007). *Emotions revealed : Recognizing faces and feelings to improve communication and emotional life* (2nd Owl Books ed.). New York: Owl Books.
- Falicov, C. J. (1995). Cross-cultural marriages. *Clinical handbook of couple therapy*, 231246.
- Gibran, K., & Grip, J. (2004). *Profeten*. Oslo: Stenersens forl.
- Gingerich, W. J., & Peterson, L. T. (2013). Effectiveness of solution-focused brief therapy: A systematic qualitative review of controlled outcome studies. *Research on Social Work Practice*, 23(3), 266-283.
- Greenberg, L., & Goldman, R. (2008). *Emotion-Focused Couples Therapy: The Dynamics of Emotion, Love and Power*. Washington, DC.: American Psychological Association.

- Greenman, P., & Johnson, S. (2013). Process Research on Emotionally Focused Therapy (EFT) for Couples: Linking Theory to Practice. *Family Process*, 52(1), 46-61.
- Greenman, P. S., Young, M. Y., & Johnson, S. M. (2009). Emotionally focused couple therapy with intercultural couples. In M. Rastogi & V. Thomas (Eds.), *Multicultural couple therapy* (pp. 143–165). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Gurman, A. S., & Fraenkel, P. (2002). The history of couple therapy: A millennial review. *Family Process*, 41(2), 199-260.
- Hauff, E., & Vaglum, P. (1997). Establishing social contact in exile: A prospective community cohorts study of Vietnamese refugees in Norway. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 32(7), 408-415.
- Hays, P. A. (2014). Cultural considerations in couples therapy. In E. D. Rothblum & M. Hill. *Couples therapy: Feminist perspectives*. Routledge.
- Hendrickson, P. (2004). Review Essay: Reflexivity as Dialogue and Distanciation: Kögler's Project of a Critical Hermeneutics. *Philosophy & Social Criticism*, 30(3), 383-388.
- Hennink, M., Hutter, I., & Bailey, A. (2011). *Qualitative research methods*. Los Angeles, Calif: Sage.
- Henriksen, R. E., & Thuen, F. (2012). Tilknytningsteori anvendt på parrelasjoner. En litteraturgjennomgang. *Tidsskrift for Norsk psykologforening*, 49(6), 560-565.
- Hsu, J. (2001). Marital therapy for intercultural couples. In W. Tseng & J. Streltzer (Eds.), *Culture and psychotherapy: A guide to clinical practice*, 225-242. Washington DC: American Psychiatric.
- Jacobsen, DI (2005) *Hvordan gjennomføre undersøkelser?: innføring i samfunnsvitenskapelig metode*, Høyskoleforlaget, Kristiansand.
- Johannessen, L., Rafoss, T., & Rasmussen, E. (2018). *Hvordan bruke teori? Nyttige verktøy i kvalitativ analyse*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Johnsen, A., & Torsteinsson, V. (2012). *Lærebok i familieterapi*. Oslo: Universitetsforl.
- Johnson, S. (2008). *Hold me tight: Seven conversations for a lifetime of love*. Hachette UK.

- Johnson, S. (2011). Commentary on the Special Section on Learning Emotionally Focused Couples Therapy. *Journal of Marital and Family Therapy*, 37(4), 427-428.
- Johnson, S.M. (2015). Emotionally focused couples therapy. I A. S. Gurman, J. L. Lebow, & D. K. Snyder (red.), *Clinical handbook of couple therapy* (s. 97 - 128). New Yourk: Guilford Press.
- Johnson, S., & Lebow, J. (2000). The “coming of age” of couple therapy: A decade review. *Journal of marital and family therapy*, 26(1), 23-38.
- Kaiser, K. (2012). Protecting confidentiality. In *The SAGE Handbook of Interview Research: The Complexity of the Craft* (pp. 457-464). SAGE Publications.
- Karis, T., & Killian, K. (2009). *Intercultural couples : Exploring diversity in intimate relationships*. New York: Routledge.
- Kennair, L., & Hagen, R. (2014). *Psykoterapi : Tilnærminger og metoder*. Oslo: Gyldendal akademisk.
- Killian, K. D. (2015). Couple Therapy and Intercultural Relationships. I A. S. Gurman, J. L. Lebow & D. K. Snyder. *Clinical handbook of couple therapy* (s. 512 – 528). Guilford Publications.
- Killian, K. D. (2017). Interracial couples therapy. I S. Walfish, J. Barnett & J. Zimmerman. *Handbook of private practice: Keys to success for mental health practitioners* (s. 736 - 741). New York.
- Kim, H., Prouty, A., & Roberson, P. (2012). Narrative Therapy with Intercultural Couples: A Case Study. *Journal of Family Psychotherapy*, 23(4), 273-286.
- Koch, T., & Harrington, A. (1998). Reconceptualizing rigour: The case for reflexivity. *Journal of Advanced Nursing*, 28(4), 882-890.
- Kvale, S., & Brinkmann, S. (2018). *Det kvalitative forskningsintervju* (3. utg., 4. oppl. ed.). Oslo: Gyldendal akademisk.
- Kvello, Ø. (2017). Mentaliseringsbasert parterapi. I O. Ness. *Håndbok i parterapi*. Bergen: Fagbokforl.

- Lambert, Michael J., editor. (2013). *Bergin and Garfield's handbook of psychotherapy and behavior change, sixth edition* (6th ed.). New York, NY.
- Lind, W. (2008). *Casais biculturais e monoculturais: Diferenças e recursos* [Monocultural and bicultural couples: Differences and resources]. (Doktoravhandling, Universidade de Lisboa, Portugal). Hentet fra: <https://core.ac.uk/download/pdf/12421320.pdf>
- Macionis, J., & Gerber, L. (2010). Chapter 3-Culture. *Sociology. 7th edition ed. Toronto, ON: Pearson Canada Inc, 54.*
- Magnusson, E., & Marecek, J. (2015). *Doing interview-based qualitative research : A learner's guide*. Cambridge.
- Malterud, K. (2002, 20 oktober). Kvalitative metoder i medisinsk forskning – forutsetninger, muligheter og begrensninger. *Tidsskriftet den norske legeförening*, 122 (2468-72). Hentet fra: <http://tidsskriftet.no/2002/10/tema-forskningsmetoder/kvalitative-metoder-i-medisinsk-forskning-forutsetninger-muligheter>
- Marzano, M. (2012). Informed consent. *In The SAGE Handbook of Interview Research: The Complexity of the Craft* (pp. 443-456). SAGE Publications.
- Maynigo, P. M. (2015). *Cultural differences in attachment and emotion: Emotionally focused therapy with intercultural couples*(Doctoral dissertation, Rutgers University-Graduate School of Applied and Professional Psychology).
- McFarlane, W. R. (2016). Family interventions for schizophrenia and the psychoses: A review. *Family Process*, 55(3), 460-482.
- McRoy, R., & Freeman, E. (1986). Racial-identity issues among mixed-race children. *Social Work in Education*, 8, 164-174.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. (2016). *Attachment in adulthood : Structure, dynamics, and change* (Second ed.). New York.
- Miller, G., & de Shazer, S. (2000). Emotions in solution-focused therapy: A re-examination. *Family process*, 39(1), 5-23.

- Mishler, E. G. (1991). Representing discourse: The rhetoric of transcription. *Journal of narrative and life history*, 1(4), 255-280.
- Nasjonal digital læringsarena. (2019, 17. juni). Ulike perspektiv for å studere samfunnsfenomen. Hentet fra <https://ndla.no/nn/subjects/subject:43/topic:1:190302/topic:1:197973/resource:1:186157>
- Norcross, J., Pfund, R., & Prochaska, J. (2013). Psychotherapy in 2022: A Delphi Poll on Its Future. *Professional Psychology: Research and Practice*, 44(5), 363-370.
- Perel, E. (2000). A tourist's view of marriage. In P. Papp (Ed.), *Couples on the fault line* (pp. 178-204). New York: Guilford.
- Quinlan D., Marchel M.A., Cooper G., Hoffman K., Powell B. (2017) *Circle of Security: "Understanding Attachment in Couples and Families"*. In: Lebow J., Chambers A., Breunlin D. (eds) *Encyclopedia of Couple and Family Therapy*. Springer, Cham.
- Rubalcava, L. A., & Waldman, K. M. (2004). Working with intercultural couples: An intersubjective-constructivist perspective. *Progress in Self Psychology*, 20, 127-149.
- Samoilow, D. (2019). *Kunsten at elske : Ni nøkler til det gode parforhold*. Aarhus.
- Samoilow, D. & Middelborg, J. (2017). *Å arbeide med vold i parterapi*. I O. Ness. *Håndbok i parterapi*. Bergen: Fagbokforl.
- Sandberg, J. G., & Knestel, A. (2011). The experience of learning emotionally focused couples therapy. *Journal of Marital and Family Therapy*, 37(4), 393-410.
- Scheinkman, M., & DeKoven Fishbane, M. (2004). The Vulnerability Cycle: Working With Impasses in Couple Therapy. *Family Process*, 43(3), 279-299.
- Sevier, M., Brew, L., & Yi, J. C. (2016). Cultural considerations in evidence-based couple therapy. *The Oxford handbook of relationship science and couple interventions*, 225-240.

- Sieber, J. (1992). *Planning ethically responsible research : A guide for students and internal review boards* (Vol. V. 31, Applied social research methods series ;). Newbury Park, Calif.: Sage Publications.
- Skauli, G. Ø. (2009). Evidensbasert praksis i familievern. En litteraturgjennomgang av forskning på parterapi. Familievernets skriftserie, (1).
- Skånland, S. M. H. (2011). " *Folk er folk*": *Terapeuters refleksjoner over arbeid med innvandrerklinter i norsk familievern* (Master's thesis).
- Snyder, D. K., Castellani, A. M., & Whisman, M. A. (2006). Current status and future directions in couple therapy. *Annu. Rev. Psychol.*, 57, 317-344.
- Sparks, J. (2015). The Norway Couple Project: Lessons Learned. *Journal of Marital and Family Therapy*, 41(4), 481-494.
- Statistisk Sentralbyrå. (2004, 16. juni). Stadig flere søker lykken med utenlandske ektefeller. Hentet fra <https://www.ssb.no/befolkning/artikler-og-publikasjoner/stadig-flere-soker-lykken-med-utenlandske-ektefeller>
- Statistisk Sentralbyrå. (2013, 3. september). Innvandringsgrunn 1990-2011, hva vet vi og hvordan kan statistikken utnyttes? Hentet fra <https://www.ssb.no/befolkning/artikler-og-publikasjoner/innvandringsgrunn-1990-2011-hva-vet-vi-og-hvordan-kan-statistikken-utnyttes>
- Statistisk Sentralbyrå. (2013, 10. desember). Stort mangfold i lille Norge. Hentet fra <https://www.ssb.no/befolkning/artikler-og-publikasjoner/innvandringsgrunn-1990-2011-hva-vet-vi-og-hvordan-kan-statistikken-utnyttes>
- Strand, N., & Moltu, C. (2011). Hva gjør gode terapeuter så gode? *Tidsskrift for Norsk Psykologforening*, 48(7), 682-684.
- Sullivan, C., & Cottone, R. (2006). Culturally Based Couple Therapy and Intercultural Relationships: A Review of the Literature. *The Family Journal*, 14(3), 221-225.
- Teigen, A. (2017). Følelser - en introduksjon. I O. Ness. Håndbok i parterapi. Bergen: Fagbokforl.

- Trepper, T. S., McCollum, E. E., De Jong, P., Korman, H., Gingerich, W. J., & Franklin, C. G. (2011). *Solution-Focused Brief Therapy Treatment Manual*1. In *Solution-focused brief therapy: A handbook of evidence-based practice*. Oxford University Press.
- Tubbs, C. Y., & Rosenblatt, P. C. (2003). Assessment and intervention with Black-White multiracial couples. In V. Thomas, T. A. Karis, & J. L. Wetchler (Eds.), *Clinical issues with interracial couples: Theories and research* (pp. 131-149). New York: Hayworth Press
- Vetere, A. (2019). Tilknytnings- og narrativbasert familieterapi. I L. Lorås & O. Ness. *Håndbok i familieterapi* (1. utgave. ed.). Bergen.
- Viken, B., & Kumar, B. (2010). *Folkehelse i et migrasjonsperspektiv*. Bergen: Fagbokforl.
- Waldman, K., & Rubalcava, L. (2005). Psychotherapy with intercultural couples: A contemporary psychodynamic approach. *American journal of psychotherapy*, 59(3), 227-245.
- Wampold, B., & Imel, Z. (2015). *The great psychotherapy debate: The evidence for what makes psychotherapy work* (Second ed.). New York:: Routledge.
- Willig, C. (2013). *Introducing qualitative research in psychology* (3rd ed.). Maidenhead: McGraw Hill Open University Press.

Vedlegg

Vedlegg 1: Intervjuguide

Kvalitativt forskningsintervju med terapeut som jobber med flerkulturelle par i Norge

Forskningsspørsmål/tema som utforsker i intervjuet: *Hvordan vurderer parterapeuter betydningen av parterapi for flerkulturelle par i Norge, hva er tilbudet til disse parene og hva vurderer terapeutene som særlig vesentlige elementer i slik terapi?*

Intervjuet varer i ca. 1 time.

Innledning:

Innledningsvis vil det bli gitt en kort presentasjon av studiets mål. Terapeutene som blir intervjuet, får da anledning til å lese igjennom informasjonsskrivet på nytt, før de gir sitt skriftlige samtykke til å delta.

Intervjuet vil foregå på norsk.

Jeg vil gjøre oppmerksom på at spørsmålene nedenfor er veiledende til intervjuet.

Bakgrunnsinformasjon informasjon:

1. Hvor lenge har du jobbet som parterapeut i Norge?
2. Hva er din erfaring i parterapi med flerkulturelle par?

Allianse:

1. Hva gjør du for å etablere en god allianse med flerkulturelle par?
2. Hva mener du skal til for at parene opplever at de får hjelp av samtale/intervensjonen?
3. Hva gjør du for at begge partnerne kan føle seg bekreftet og ivaretatt i løpet av en terapeutisk prosess hos deg?
4. Har du opplevd at det oppstår brudd i alliansen? Hvis ja, hva har du gjort for å reparere det?
5. Opplever du at den partneren som ikke kom fra samme kulturen som deg, kan være skeptisk? Hvis ja, hvordan kan man opparbeide tillit hos vedkommende?

Kultur: (kulturelle forskjeller?)

1. På hvilken måte møter du som parterapeut, flerkulturelle par med tanke på din egen kulturelle forståelsesramme? Og hva gjør du for å forstå/møte andre kulturelle uttrykk eller tenkemåter?

2. Hvordan kan en parterapeut være bevisst på sine egne holdninger for å unngå å trekke uriktige eller for raske konklusjoner i møte med slike par?
3. Hva gjør du som terapeut, når et par kommer til deg og vil ha hjelp til å løse uenigheter som kan være f.eks. kulturelt betinget?

Problemforståelse

1. Hvordan kommer du som parterapeut, fram til klienters (par) problemforståelse i møte med par fra ulike kulturer?
2. Hvilke fellestrekk (i problemstillinger?) har du lagt merke til hos disse parene?

Konflikt:

1. Hva er dine erfaringer med flerkulturelle par, og hvordan deres kriser kan håndteres og løses ved hjelp av parterapi?
2. Hvilke typer konflikter oppstår vanligvis hos disse parene?
3. Hvordan presenterer parene disse når de oppsøker parterapi?

Kommunikasjon:

1. Hvordan opparbeider du deg kompetanse og kunnskap om hvordan kultur, rase og kjønn påvirker hvordan vi kommuniserer, slik at du kan formidle dette til parene?
2. Hvilke kommunikasjonsformer bruker du for å påvirke disse parene i løpet av terapien?

Intervensjon:

1. Hvilke terapeutiske tilnærminger velger du å anvende i parterapi for flerkulturelle par?
2. Etter din erfaring, hva bør en parterapeut gjøre for å bidra til en vellykket terapi for flerkulturelle par?
3. Etter din erfaring, hvilke resultater oppnås?
4. Etter din erfaring med disse parene, opplever du at det finnes en bestemt metode som gir bedre resultat?
5. Hvordan snakker du med disse parene om et liv i endring?

Innspill/Mening:

1. Etter din erfaring og kunnskap, hva er veien til et langvarig og godt parforhold for flerkulturelle par?
2. Hva som har blitt gjort i terapifeltet fram til nå, og hva tenker du trengs av mer forskning i fremtiden?
3. Emosjonsfokuset parterapi er i dag en av de best dokumenterte former for parterapi, er dette en retning du henter inspirasjon eller metoder fra?

Avslutningsvis

1. Er det noen spørsmål i intervjuet jeg burde ha stilt, som jeg ikke har stilt?
2. Er det noe mer du kan tenke deg å nevne som du ikke har fått sagt noe om?
3. Er det noe du kunne tenke deg å formidle til helsemyndighetene i Norge, om hvordan man kan hjelpe flerkulturelle par bedre enn det som skjer i dag?

Takk for hjelpen!

Vedlegg 2: Informasjonsskriv og samtykkeerklæring

Vil du delta i forskningsprosjektet

”Hva er betydningen av parterapi for blandede ekteskap i Norge, og hvordan kan parterapeuter jobbe for å hjelpe disse parene?”

Dette er et spørsmål til deg om å delta i et forskningsprosjekt hvor formålet er *å forske på hvordan parterapeuter kan jobbe for å hjelpe par i blandede ekteskap i Norge*. I dette skrivet gir vi deg informasjon om målene med prosjektet og hva deltakelse vil innebære for deg.

Formål

Formålet med prosjektet er å belyse hvilke erfaringer, utfordringer og konflikter par i blandede ekteskap i Norge opplever i ekteskap og familieliv, nettopp fordi de representerer to forskjellige kulturer med de ulikheter dette medfører. Prosjektet omfatter intervjuer av 5 parterapeuter og 5 par.

Jeg er student fra Psykologisk institutt ved Universitetet i Oslo. Jeg er i mitt siste år og skriver min hovedoppgave. Hovedoppgaven tar sikte på å kartlegge hvilke typer uoverensstemmelser og konflikter som (kan) oppstår i blandede ekteskap som kan relateres til deres ulike sosiokulturelle bakgrunn, og hva som fører til at slike par oppsøker profesjonell hjelp hos parterapi for å finne løsninger de begge kan leve med videre. Oppgaven vil også belyse hvordan slike par blir møtt og hjulpet når de oppsøker profesjonell hjelp, og betydningen av parterapi for disse parene.

Prosjektet vil utforske hvordan det er for par å leve i et blandet ekteskap i Norge og hvordan parterapeuten kan hjelpe dem i parterapi. Derfor ønsker jeg å snakke med dere for å finne ut hvordan deres opplevelser er i møte med denne gruppen. Det er spesielt viktig at dere vil fortelle deres erfaringer, meninger og refleksjoner rundt arbeidet med disse parene, og på hvilke måter dere opplever at parterapi kan hjelpe parene til å finne gode mestringsmekanismer som kan påvirke samspillet mellom dem på en konstruktiv måte, slik at de kan leve sammen med konflikter og utfordringer, men likevel samtidig kan utvikle evnen til å dyrke et langvarig og godt samarbeid i parforholdet.

Hvem er ansvarlig for forskningsprosjektet?

Psykologisk Institutt, Oslo er ansvarlig for prosjektet.

Hvorfor får du spørsmål om å delta?

Utvalget er trukket via direkte kontakt med psykolog/parterapeuter som arbeider med parterapi eller via forespørsel gjort til familievernkontorer i Oslo.

Hva innebærer det for deg å delta?

Dersom du ønsker å delta i studien, så kommer jeg til ditt kontor for å intervju deg. Intervjuet tar ca 1 time. Vi kan sammen avtale dag og tidspunkt som passer best for deg.

Hvis du velger å delta i prosjektet, vil du få tilsendt en intervjuguide på forhånd til gjennomlesning, før vi avtaler et intervju med gjennomgang av spørsmålene som er veiledende til intervjuet. Du vil bli intervjuet av meg. Dette tar ca. 60 minutter. Intervjuguiden inneholder spørsmål om din erfaring og ditt arbeid med par i blandede ekteskap i Norge. Intervjuet vil bli tatt opp med opptaker fra Psykologisk Institutt, og svarene dine vil deretter bli registrert elektronisk for bearbeidelse. Opptaket vil deretter bli slettet. Jeg har full taushetsplikt.

-

Det er frivillig å delta

Det er frivillig å delta i prosjektet. Hvis du velger å delta, kan du når som helst trekke samtykke tilbake uten å oppgi noen grunn. Eller dersom du ikke ønsker å svare på noen spørsmål i løpet av intervjuet, kan du velge å la være. Alle opplysninger om deg som terapeut, vil bli anonymisert og senere slettet.

-

Ditt personvern – hvordan vi oppbevarer og bruker dine opplysninger

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

Det er kun meg som student, og min veileder, som vil ha tilgang til de innsamlede data fra intervjuet.

Ditt navn, person – kontaktopplysninger vil bli anonymisert ved bruk av koder/kodebenevnelse. Alle informasjoner vil bli lagret på en kryptert minnepinne som oppbevares i et låstskap på Psykologisk Institutt, Oslo og det er bare jeg som har tilgang.

Deltagende terapeuter vil ikke kunne bli gjenkjent i en publikasjon, da opplysninger fra intervjuet ikke vil bli lenket opp mot den enkelte terapeut.

Hva skjer med opplysningene dine når vi avslutter forskningsprosjektet?

- Prosjektet skal etter planen avsluttes i oktober 2019.

Ved prosjektslutt vil alle personopplysninger og intervjuopptak bli slettet senest i mai 2020. Dette vil gi meg tid og mulighet til å kunne skrive en vitenskapelig artikkel basert på prosjektet som da vil bli søkt publisert i et fagtidsskrift.

-

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 Psykologisk Institutt, Oslo 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:
 - *Professor Nora Sveaas ved Psykologisk institutt, nora.sveaass@psykologi.uio.no eller på mobiltelefon (+47)95809001.*
 - *Psykologistudent Edna Luneng ved Psykologisk institutt, ednam@student.sv.uio.no eller på mobiltelefon (+47)46698541.*
-
- NSD – Norsk senter for forskningsdata AS, på epost (personverntjenester@nsd.no) eller telefon: 55 58 21 17.
-

Med vennlig hilsen

Prosjektansvarlig
(Forsker/veileder)
Nora Sveaas

Eventuelt student
Edna Luneng

Samtykkeerklæring

- Jeg har mottatt og forstått informasjon om prosjektet «*Hva er betydningen av parterapi for blandede ekteskap i Norge, og hvordan kan parterapeuter jobbe for å hjelpe disse parene?*», 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, ca. april 2020.
-
-

- (Signert av prosjektdeltaker, dato)
-
-
-
-

Vedlegg 3: NSD sin vurdering



NSD sin vurdering

Prosjekttittel

Hva er betydningen av parterapi for blandede ekteskap i Norge, og hvordan kan parterapeuter jobbe for å hjelpe disse parene?

Referansenummer

136848

Registrert

25.04.2019 av Edna Luneng - ednam@uio.no

Behandlingsansvarlig institusjon

Universitetet i Oslo / Det samfunnsvitenskapelige fakultet / Psykologisk institutt

Prosjektansvarlig (vitenskapelig ansatt/veileder eller stipendiat)

Nora Sveaass , nora.sveaass@psykologi.uio.no, tlf: 95809001

Type prosjekt

Studentprosjekt, masterstudium

Kontaktinformasjon, student

Edna Luneng, ednam@student.sv.uio.no, tlf: 46698541

Prosjektperiode

04.02.2019 - 15.10.2019

Status

16.05.2019 - Vurdert

Vurdering (1)

16.05.2019 - Vurdert

Det er vår vurdering at behandlingen vil være i samsvar med personvernlovgivningen, så fremt den gjennomføres i tråd med det som er dokumentert i meldeskjemaet den 16.05.2019 med vedlegg, 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 endringen gjennomføres.

TYPE OPPLYSNINGER OG VARIGHET

Prosjektet vil behandle særlige kategorier av personopplysninger om etnisitet og alminnelige personopplysninger frem til 17.05.2020.

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 nr. 11 og art. 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 uttrykkelige samtykke, jf. personvernforordningen art. 6 nr. 1 a), jf. art. 9 nr. 2 bokstav a, jf. personopplysningsloven § 10, jf. § 9 (2).

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 og samtykker til behandlingen
- formålsbegrensning (art. 5.1 b), ved at personopplysninger samles inn for spesifikke, uttrykkelig angitte og berettigede formål, og ikke viderebehandles 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 som de registrerte vil motta oppfyller lovens krav til form og 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 eventuelt rådføre dere med behandlingsansvarlig 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. Personverntjenester: 55 58 21 17 (tast 1)