

Ruud-Peima, Hannibal Armand

## “Oppvekst, migrasjon og familieliv i Norge”

En kvalitativ studie av filippinske mødres erfaringer

Masteroppgave i Barn og unges psykiske helse

Veileder: Skorpe Tennfjord, Oddfrid

Desember 2020



Ruud-Peima, Hannibal Armand

# “Oppvekst, migrasjon og familieliv i Norge”

En kvalitativ studie av filippinske mødres erfaringer

Masteroppgave i Barn og unges psykiske helse  
Veileder: Skorpe Tennfjord, Oddfrid  
Desember 2020

Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet  
Fakultet for medisin og helsevitenskap  
Institutt for psykisk helse



Kunnskap for en bedre verden



**``Oppvekst, migrasjon og familieliv i Norge``**  
**En kvalitativ studie av filippinske mødres erfaringer**

**``Growing up, migration and family life in Norway``**  
**A qualitative study of Filipino mothers' experiences**

**Hannibal Armand Ruud-Peima**

**Kandidatnummer 10008**

**Antall ord i oppgaven: 23752** (ekskludert tittel, innholdsfortegnelse, litteraturliste og vedlegg)

**Masteroppgave i barn og unges psykiske helse**

**Thesis in Child and Adolescent Mental Health**

**MDV6290- MBUPHLS**

**Desember 2020**

Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet – NTNU i Trondheim

Fakultet: Medisin og helsevitenskap (MH)

## Innholdsfortegnelse

Forord.....	5
Sammendrag .....	6
Abstract.....	8
<b>1.0 Innledning .....</b>	<b>10</b>
<b>1.1 Studiens bakgrunn .....</b>	<b>10</b>
<b>1.2 Studiens hensikt og problemstilling .....</b>	<b>10</b>
<b>1.3 Definisjoner .....</b>	<b>11</b>
<b>1.4 Oppgavens videre oppbygging .....</b>	<b>12</b>
<b>2.0 Teoretisk referanseramme.....</b>	<b>12</b>
<b>2.1 En kort innføring i politisk og sosioøkonomiske forhold på Filippinene .....</b>	<b>12</b>
<b>2.2 Psykisk helse og psykiske helseproblemer .....</b>	<b>15</b>
<b>2.3 Livskvalitet og psykisk helse.....</b>	<b>15</b>
<b>2.4 Utfordrende erfaringer i livet og psykisk helse .....</b>	<b>17</b>
<b>2.5 Migrasjon og psykisk helse.....</b>	<b>18</b>
<b>2.5.1 Ulike faser i migrasjonsprosessen .....</b>	<b>18</b>
<b>2.6 Vi blir til i samspill med de andre. Kort om traumeteoretiske perspektiver .....</b>	<b>20</b>
<b>2.7 Å forlate egne barn.....</b>	<b>21</b>
<b>2.8 Psykisk helse i et salutogent perspektiv.....</b>	<b>22</b>
<b>2.8.1 Antonovskys salutogene perspektiv .....</b>	<b>22</b>
<b>3.0 Metode .....</b>	<b>26</b>
<b>3.1 Vitenskapsteoretiske tilnærming .....</b>	<b>26</b>
<b>3.1.1 Fenomenologi og fenomenologisk tilnærming .....</b>	<b>26</b>
<b>3.1.2 Om hermeneutikk.....</b>	<b>27</b>
<b>3.1.3 Beskrivelse, forforståelse og fortolkning .....</b>	<b>27</b>
<b>3.2 Utvalg og utvalgsprosess .....</b>	<b>29</b>
<b>3.3 Intervjuguide .....</b>	<b>30</b>
<b>3.4 Praktisk gjennomføring av intervju .....</b>	<b>30</b>
<b>3.5 utfordringer og etiske vurderinger .....</b>	<b>30</b>
<b>3.6 Metodiske refleksjoner (gyldighet, pålitelighet, overførbarhet) .....</b>	<b>31</b>
<b>3.6.5 Transkribering.....</b>	<b>33</b>
<b>3.7 Analyse .....</b>	<b>33</b>
<b>3.7.1 Analysemetoden.....</b>	<b>33</b>
<b>3.7.2 Trinn 1: Helhetsinntrykk – Fra villniss til temaer .....</b>	<b>34</b>
<b>3.7.3 Trinn 2: Identifisering av meningsbærende enheter – fra temaer til koder .....</b>	<b>34</b>
<b>3.7.4 Trinn 3: kondensering – fra kode til mening .....</b>	<b>34</b>

3.7.5	Trinn 4: sammenfatning av betydning – fra kondensering til beskrivelser og begreper .....	35
3.8	Forskningsetiske overveielser .....	35
4.0	PRESENTASJON AV FUNN .....	37
4.1	Presentasjon av kodegrupper og subgrupper .....	37
4.2	Livskvalitet i oppveksten .....	38
4.2.1	Fattigdom som stigma .....	38
4.2.2	Kontrollerende oppdragerkultur .....	39
4.2.3	Emosjonelt fravær .....	40
4.3	Migrasjon .....	42
4.3.1	Au pair som springbrett til et annet liv .....	42
4.3.2	Søken etter tilhørighet .....	44
4.4	Forholdet til ektefellen .....	46
4.4.1	Uforløst kjærlighet .....	46
4.4.2	Ektemannens avhengighetsproblemer .....	48
4.4.3	Skam over ektefelle og livssituasjon .....	48
4.4.4	Integrering – mangel på informasjon og oppfølging .....	49
4.5	Forholdet til barna - egne og stebarn .....	53
4.5.1	Avstandsmor- om å forlate egne barn .....	53
4.5.2	Å få eget barn til Norge .....	54
4.5.3	Å bo sammen med egne, dine og våre barn .....	56
4.5.3.2	<i>Utfordringer knyttet til felles barn</i> .....	57
4.6	Oppsummering .....	58
5.	Diskusjon .....	59
5.1	Livskvalitet i oppveksten .....	59
5.1.1	Fattigdom som stigma .....	59
5.1.2	kontrollerende oppdragerkultur .....	60
5.1.3	Emosjonelt fravær .....	61
5.2	Migrasjon .....	62
5.2.1	Au pair som springbrett til et bedre liv .....	63
5.2.2	Søken etter tilhørighet .....	64
5.3	Forholdet til ektefellen .....	65
5.3.3	Integrering- mangel på informasjon og oppfølging .....	67
5.4	Forholdet til barna – egne og stebarn .....	68
5.4.1	Avstandsmor- om å forlate egne barn .....	68
5.4.2	Å få eget barn til Norge .....	69

5.4.3 Å bo sammen med egne, dine og våre barn.....	70
5.4.4 Redde barn gir redde voksne.....	71
<b>6. Avslutning .....</b>	<b>73</b>
6.1 Oppsummerende refleksjoner .....	73
6.2 Svakheter med studien .....	74
6.3 Implikasjoner for praksis, videre forskning .....	74
Litteraturliste.....	76
<b>Vedlegg 1: Godkjenning fra Norsk senter for forskningsdata</b>	
<b>Vedlegg 2: Informasjonsskriv og samtykkeerklæring</b>	
<b>Vedlegg 3: Intervjuguide</b>	



## Forord

Arbeidet med denne studien har vært en krevende og interessant prosess, og jeg føler meg privilegert for å ha fått lov til å høre på deltakernes livshistorier som er presentert i denne oppgaven. Å skrive om livserfaringer og relasjonelle forhold har ført til mange refleksjoner om sammenhengen mellom og betydningen av relasjonelle forhold og livskvalitet og følelsen av verdighet i eget liv. Nyansene får en til reflektere over hvor betydningsfull er følelsen av relasjonell tilhørighet, verdighet og et sted å høre til. En følelse som konstant er i bevegelse og endring i takt med hvordan vi føler oss sammen med de andre. Studien har gitt meg muligheten til å delta i en spennende oppdagelsesferd sammen med kvinnene, og jeg håper at leseren finner inspirasjon i temaene i studien.

Jeg vil rette stor takk til de som har hjulpet med å formidle kontakt til deltakerne i denne studien. Og jeg er svært takknemlig overfor de modige kvinnene som deltok i studien. Takk for tilliten, deres tid og samarbeidsevne. Jeg vet hvor utfordrende det var å finne tid og mot for å delta i studien. En spesiell takk til min veileder Oddfrid Skorpe Tennfjord. Takk for dine gode og nyttige innspill, for din genuine interesse i å hjelpe, og din evige optimisme. Det har betydd mye for meg.

Trondheim, 12.10.2020

Hannibal Armand Ruud-Peima

Til Jacob og Daniel, i mitt hjerte.

## Sammendrag

Ifølge Statistisk sentralbyrå bodde det i 2019 litt over 22 000 personer fra Filippinene i Norge. Cirka 75 % av disse er kvinner, og flesteparten er gift med norske menn. Studier har vist at det ikke er uvanlig å bli utsatt for vold og overgrep i sin nye familie, og mange blir værende i et voldelig ekteskap i redsel for å bli sendt ut av landet (Huitfeldt & Kvali, 2004). Få studier har derimot hatt fokus på kvinnes tolkning av oppvekstsituasjon i hjemlandet og sammenheng med nåtidig situasjon og relasjon til ektefelle. Heller ikke har de særlig undersøkt kvinnes opplevelse av mor-barn-relasjonen, det være egne eller stebarn.

Formålet med denne studien er å utforske betydning av egen oppvekst for livskvalitet, migrasjon og familieliv i Norge blant filippinske kvinner som er gift med norske menn og bosatt i Norge.

Studien retter fokuset mot mødrenes subjektive opplevelser av hvilke faktorer som har påvirket deres psykisk velvære og livskvalitet både i hjemlandet og i Norge. Studien er særlig opptatt av hvordan kvinnene beskriver sin relasjon til ektefelle og barna i familien.

Studien tar utgangspunktet i relevant faglitteratur knyttet til livskvalitet, ulike perspektiver knyttet til migrasjon, psykisk helse, verdighet, mestring, traumeteori og salutogenese.

Studien er kvalitativ og er basert på semistrukturerte dybdeintervju av 9 filippinske kvinner i alderen 24-50 år som er bosatt i Norge og har norsk ektemann. Datamaterialet er basert på fenomenologisk analyse og Malteruds systematiske tekstkondensering.

Resultatene viser til 4 kodegrupper (hovedtema) med dertilhørende subgrupper (undertema). Disse er livskvalitet i oppveksten, migrasjon, forholdet til ektefellen og forholdet til barna.

Studien fant at kvinnene har opplevd betydelig stress på grunn av fattigdom, vold og omsorgssvikt. Emosjonelt fravær hos foreldre trekkes frem som særlig vanskelig. Individuell frihet samt økonomisk trygghet gjorde at de migrerte til Norge. De fant imidlertid at subjektiv livskvalitet ikke samvarierte med høyere økonomisk trygghet. De fortalte om konfliktfylte ekteskap og opplevde manglende likestilling, og de hadde relasjonelle vansker knyttet til barn, både egne og stebarn. Det kan se ut til at det emosjonelle fraværet som de selv opplevde til sine foreldre i oppveksten, er noe de selv strever med i forhold til barna. Videre rapporterte de om manglende integrering, og tilla ektefellen stort ansvar for dette. Kvinnene etterspurte informasjon om rettigheter og plikter i Norge, og de etterlyste oppfølging og bistand i forhold

til sine samlivs- og familieproblemer. Alle fortalte at de holdt ut vanskelige ekteskap fordi de var redde for å bli fratatt oppholdstillatelsen eller bli meldt til barnevernet.

Funnene viser at kvinnene strever med å kjenne seg fullt integrert i Norge, og de strever i sine nære relasjoner. Årsaker til dette blir drøftet i diskusjonsdelen. Det kan virke som at norske myndigheter i større grad må ta inn over seg at disse kvinnene kan trenge en tettere og lengrevarende oppfølging, og at denne må starte like etter ankomst til Norge.

## Abstract

In 2019 about 22,000 Filipinos lived in Norway. 75% of these are women, and most are married to Norwegian men. Studies have shown that it is not uncommon to be exposed to violence and abuse in one's new family, and many remain in a violent marriage because of fear of being sent out of the country (Huitfeldt & Kvali, 2004). Few studies, on the other hand, have focused on women's interpretation of the upbringing situation in the home country, and the relation to the current life situation. Nor have they particularly examined the women's experience of the mother-child relationship, be it their own or stepchildren.

The purpose of this study is to explore the significance of one's own upbringing for quality of life, migration and family life in Norway among Filipino women who are married to Norwegian men and live in Norway.

The study focuses on the mothers' subjective experiences of the factors that have affected their mental well-being and quality of life, both in their home country and in Norway. The study is particularly concerned with how women describe their relationship with their spouse and children in the family. The study is based on relevant literature related to quality of life, different perspectives related to migration, mental health, dignity, coping, trauma theory and salutogenesis.

The study is qualitative and is based on semi-structured in-depth interviews of 9 Filipino women aged 24-50 who live in Norway and have a Norwegian husband. The data material is based on phenomenological analysis and Malterud's systematic text condensation.

The results refer to 4 code groups (main themes) with associated subgroups (sub themes). These are quality of life in adolescence, migration, the relationship with the spouse and the relationship with the children.

The study found that women have experienced significant stress due to poverty, violence and neglect. Emotional absence from parents is seen as particularly difficult. Individual freedom and financial security motivated migration to Norway. However, they found that subjective quality of life did not correlate with higher economic security. They reported high conflict in marriage, experienced inequality, and they had relational difficulties to own children and stepchildren. It may seem that the emotional absence that they themselves experienced during childhood, is prevalent in relation with family children. Furthermore, they reported a lack of integration, and hold the spouse mainly responsible for this. The women requested

information about rights and obligations in Norway, and they called for follow-up and assistance in relation to their marital and family problems. All said that they endured in difficult marriages because they were afraid of being deprived of their residence permit or being reported to the child welfare service.

The findings show that women strive to feel fully integrated in Norway, and they strive in their close relationships. Reasons for this are discussed. It may seem that the Norwegian authorities must realize that these women may need a closer and long-term follow-up than anticipated.

## 1.0 Innledning

### 1.1 Studiens bakgrunn

Årsaker til migrasjon er mange, deriblant fattigdom. Mennesker ønsker å bedre egen og familiens livskvalitet og framtidige levekår. Skal man komme til de skandinaviske landene, så er au pair-ordningen en mulighet for kvinner. Utlendingsdirektoratet (UDI) skriver at 854 av 963 oppholdstillatelser i 2017, ble tildelt au pairer med filippinsk bakgrunn (Jakhelln & Bahus, 2020). Ordningen har blitt kritisert for å være billig arbeidskraft, og at flere av kvinnene blir mishandlet og misbrukt av sine vertsfamilier. De av au pairene som gifter seg med norske menn får senere utvidet oppholdstillatelse.

En annen måte å komme seg til Norge på, er å få kontakt med norske menn mens man bor i hjemlandet, og mange menn leter etter utenlandske kvinner. Grytting (2000), i sin studie, «Eit ordentlig ekteskap» fant at årsaken til at norske menn søker utenlandske kvinner skyldes at mennene synes norske kvinner har et for liberalt syn på ekteskap og samliv. De filippinske kvinnene begrunnet migrasjon og ekteskap ut fra økonomiske forhold og skuffelse over menn i sitt hjemland. Paul (1998) påpeker at asymmetri er et av de sentrale kjennetegn ved maktforholdet i transnasjonale ekteskapsforhold, og at ektemannen er på toppen av en hierarkisk orden der kvinnen må forholde seg til mannens forvaltningsmyndighet. Og ifølge Grytting er det nettopp dette mennene ønsker. Men det kan virke som at kvinnene må betale prisen. Ulike studier viser at det ikke er uvanlig å bli utsatt for vold og overgrep i sin nye familie, og mange blir værende i et voldelig ekteskap i redsel for å bli sendt ut av landet (Huitfeldt & Kvali, 2004).

### 1.2 Studiens hensikt og problemstilling

Selv om det finnes flere studier som har undersøkt filippinske kvinners historier knyttet til bl.a. migrasjonsprosessen og vold i ekteskapet, så er det få studier som har hatt fokus på kvinnenens subjektive tolkning av oppvekstsituasjon i hjemlandet og opplevelse av sammenheng med nåtidig situasjon og relasjon til ektefelle. Dette gjelder også forholdet mellom mor og barn. 72 prosent av filippinske arbeidsutvandrere er kvinner, og mange etterlater egne barn til nærmeste familie før de migrerer. Studier viser økt økonomisk velferd hos disse barna, men man vet mindre om effekten av mødrenes migrasjon for barnas psykiske helse (Battistella & Conaco, 1998). Denne studien vil derfor også undersøke mødrenes opplevelser av mor-barn-relasjonen ved adskillelse fra egne barn pga migrasjon samt

utfordringer etter gjenforening i Norge. Opplevelsen av livskvalitet og egenverd vil bli vektlagt. Målet er å belyse livserfaringer og utfordringer som informantene møtte før og etter utvandringen, og hvordan dette har påvirket deres relasjon til særlig sine barn. Gjennom å utforske fyldige beskrivelser av kvinnenens livshistorie knyttet til opplevelse av livskvalitet og relasjonelle forhold, og med fokus på følelsen av verdighet, kan forhåpentligvis flere nyanser i deres historie bli synliggjort og bedre belyst. Målet er å bidra til økt kunnskap og forståelse for de utfordringene som informantene har møtt.

Med utgangspunktet i overnevnte betraktninger er problemstillingen som følgende:

*Hvilken betydning har egen oppvekst for livskvalitet, migrasjon og familieliv i Norge?*

På bakgrunn av denne problemstillingen vil forskningsspørsmålene være:

*Hvordan beskriver kvinnene effekten av migrasjon på livskvalitet, egenverd og psykisk helse?*

*Har kvinnene oppfylt sine drømmer om å danne egen familie, og hvordan beskriver de sine opplevelser av det transnasjonale ekteskapet?*

*Hvordan beskriver filippinske kvinner sitt forhold til barna i familien, både egne, felles eller stebarn?*

*Hvordan beskriver kvinnene sin tilhørighet og integrering til Norge?*

*Hva beskriver kvinnene å ha behov for av oppfølging etter migrasjon til Norge?*

### 1.3 Definisjoner

**Arbeidsinnvandring;** eller arbeidsinnvandrere betyr personer med arbeidstillatelse som i kraft av kompetanse eller det arbeidet som skal utføres, har lov til å oppholde seg i et bestemt land (Odden, 2018).

**Au pair- ordningen;** er knyttet til Europarådets europeiske avtale om ansettelser av personer med midlertidig opphold i land som har sluttet seg til avtalen. Au pair er utlendinger under 30 år, uten barn som plasseres hos en vertsfamilie i opptil 2 år. Formålet er at personen skal utvide sin allmennkunnskap om vertslandet som språk og kultur, mot å bidra med lettere husarbeid og evt barnepass hos vertsfamilien (Utlendingsdirektoratet (UDI), 2020).

**Familiegjenforening;** viser til regulerte migrasjonsprosesser hvor familiemedlemmer som flytter til et annet land, kan søke om gjenforening med et annet familiemedlem på et senere

tidspunkt. I Norge kreves det at den som søker om familiegjengenforening, skal kunne vise til forsørgerevne (Odden, 2018).

## 1.4 Oppgavens videre oppbygging

I det neste kapittelet vil den studiens teoretiske grunnlag bli presentert. Kapittel 3 gjør rede for studienes vitenskapsteoretiske forankring, design og metode. Studiens funn og analyse av datamaterialet presenteres i kapittel 4. I kapittel 5 diskuteres resultatene med bakgrunn i relevant forskning og teori. Oppsummerende refleksjoner med mulige implikasjoner for praksis og videre forskning presenteres i kapittel 6.

## 2.0 Teoretisk referanseramme

I dette kapittelet vil det presenteres aktuell forskning og teori som belyser studiens problemstilling. Det vil først bli gitt en kort innføring av de sosioøkonomiske forhold i Filippinene og landets migrasjonshistorie. Deretter presenteres teori og forskning som er relevant for å belyse sammenhengen mellom livskvalitet og psykisk helse. I tillegg gir teorier om traumeforståelse et viktig grunnlag for å beskrive hvordan ulike utfordringer i barndom og oppvekst kan påvirke daværende og senere relasjoner. Overordnet forståelsesramme for studien er Antonovskys salutogene perspektiv, og fordi salutogenese står i motsetning til sykdomsutvikling eller patogenese, knyttes teorien til helseutvikling og legger vekt på faktorer som forebygger eller fjerner stressorene. Teorien har i tillegg fokus på at mennesker har generaliserte motstandsressurser som hjelper dem å mestre stressfaktorer i hverdagen. Modellen er i tillegg tverrkulturell og universell, og vurderes derfor å være aktuell for denne studien. Videre vil den mentale helse og opplevelsen av relasjonelle forhold presenteres som et nyttig perspektiv i denne sammenheng.

## 2.1 En kort innføring i politisk og sosioøkonomiske forhold på Filippinene

Det finnes ulike kategorier av migranter. Migranter kan blant annet være arbeids- og familieinnvandrere, flyktninger, asylsøkere eller studenter. De fleste som utvandrer fra Filippinene kan regnes som arbeidsmigranter. Odden (2018) definerer kort internasjonal migrasjon som; *“Flytter man fra sitt eget land der en er født i, kalles det internasjonal migrasjon”* (s. 21).



På verdensbasis er 50% av migranter kvinner, og ifølge FNs særorganisasjon for arbeidslivet arbeider de fleste av kvinnene som såkalt ``domestic workers``, og de jobber ofte i det private arbeidsmarkedet. Det vil si fra hagestell og matlaging til husarbeid, barnepass og stell av eldre (ibid).

I følge FN-SAMBANDET (2019) strever Filippinene med mange miljømessige, politiske og sosioøkonomiske utfordringer. Den politiske situasjonen er preget av manglende demokratiske rettigheter, korrupsjon og kuppforsøk. Til tross for økonomisk vekst i de senere årene er landet fortsatt svært avhengig av utenlandslån. Miljøproblemene er også et stort problem for landet generelt, og den fattige delen av befolkningen synes å være særlig berørt av naturkatastrofer som vulkanutbrudd, jordskjelv og kraftige tyfoner.

PLAN INTERNATIONAL (2020) rapporterer om ujevnt fordelt økonomiske ressurser, og mange fattige barn er feilernærte og derfor truet av kognitiv og fysisk feilutvikling. Fattigdommen tvinger en av fem barn fra 5-17 årsalderen til å slutte på skole og de blir brukt i illegalt barnearbeid. Antall gravide og hiv- og aidssmittede er urovekkende høyt, spesielt blant barn og unge. Samtidig blir det rapportert om utnytting av barn i sex-industrien, og mange jobber som hushjelper uten å motta lønn (ibid).

Ruspini, Bonifacio, & Corradi, (2019) hevder at siden kolonimakten Spanias invasjon av Filippinene i 1600, har religion hatt en dominerende og betydningsfull rolle i landet. Likestilling er et tema som blir stadig utfordret av landets styremakter med røtter i den politiske og religiøse arena. Religion har en særskilt plass og betydning hos de fattige, og den katolske kirkens innflytelse i og tolkningen av patriarkatet, har nærmest stått uberørt knyttet til kultur og kvinnenens posisjon i familien og i det øvrige samfunnet. Ulike studier viser religionens innflytelse på den filippinske staten, og ikke minst i forbindelse med konstruering og formulering av nye lover og sosiale reformer. Dette gjelder bl.a. temaer som selvbestemt abort, skeives rettigheter, familievold og økonomiske rettigheter (Natividad, 2012).

Cruz (2006) ser på det høye antall av kvinnelige migranter, eller feminisering av migrasjon, i sammenheng med behov for internasjonal arbeidskraft, fattigdom og landets behov for utenlandsk valuta på den ene siden, og endring i kvinnenens posisjon som et kulturskifte, på den andre siden. Disse faktorene åpnet for at kvinnene fulgte etter mennene for arbeid i de tradisjonelle vertslandene, og i tillegg fungerte de som pionerer i å finne nye land og nye arbeidsmarkeder. Denne endringen støttes også av den katolske kirken som har stor

innflytelse i kultur og filippinske tradisjoner. Ichikawa (2014) understreker betydningen av religion og den katolske tro i kvinnenens liv, og at denne innflytelsen følger kvinnene i vertslandene i form av å tilby filippinere åndelig og religiøse ritualer, og økonomisk og sosial veiledning. Noen av de viktigste arbeidsoppgavene til menighetene er å ivareta den nasjonale og religiøse identiteten. Lojalitet til mannen, hierarki i familien og ikke minst lojalitet til den katolske kirke, er fortsatt noen av de viktigste hovedelementer i preken og gudstjenestene. (ibid).

Etter normalisering av bruk av kvinners arbeidskraft, og tillatelse til å løsrive seg fra de tradisjonelle hovedoppgavene som husarbeid, barnepleie og matlaging, har staten tatt over rekruttering og utsendelse av kvinnene til mottakerlandene. Og i takt med landets store behov for utenlandsk valuta, fikk kvinnene en større rolle i den globale feminiserte migrasjonsbølgen. Blant de landene med størst grad av eksport av arbeidskraft, har Filippinene vært den mest fremtredende i å lage bilaterale avtaler med land som blant annet Nederland, England, Canada og Sveits. Ryes (2007) hevder at mer enn 10 % av den filippinske befolkningen jobber i utlandet, og at 72 % av dem er kvinner. De fleste av dem jobber som au pair, sykepleier eller i underholdningsbransjen. Gjennom avgifter og skatter tjener staten store penger på utenlandsarbeidere. Østvoll (2014) skriver at migrasjon er en anerkjent del av kulturen i Filippinene. Migrasjon anses som en moralsk forpliktelse overfor familien; å gi noe tilbake til familien som har oppfostret barna, gitt dem mat, omsorg og skolegang.

I følge tall fra Henriksen (2007) var det registrert 8600 filippinere bosatt i Norge, hvor nesten 6000 av dem var kvinner. 65 % av kvinnene kommer gjennom familiegjennforening. En senere undersøkelse utført av Statistisk sentralbyrå (2019) viser at innvandringsmønsteret er uendret, og at kvinner fortsatt er overrepresentert blant filippinske innvandrere til Norge. Antallet filippinske innvandrere har økt fra 8600 til 22 272 personer. Rapporten viser til en tidligere undersøkelse hvor 86 % av filippinske kvinner har inngått ekteskap med menn med norsk bakgrunn (ibid).

I denne studien var det bare 2 av 9 av kvinner som kom til Norge via familiegjennforening, og en av dem ble kjent med sin ektemann mens hun arbeidet i land utenfor EU. Resten kom som au pair.

## 2.2 Psykisk helse og psykiske helseproblemer

Psykisk helse kan beskrives som en individuell og subjektiv følelse av å ha det bra, følelsen av tilhørighet og glede i hverdagen. Fugelli & Ingstad (2001) hevder at helse er en individuell vurdering, hvor mennesker evaluerer sitt forhold til seg selv, sitt forhold til og fungering i det store samfunnet, og at denne vurderingen er basert på det faktum de finner realistisk å forvente, i sammenheng med egen alder, sosial livssituasjon og sykdomsbilde.

Departementene (2017) definerer psykisk helse som følgende:

*Psykisk helse benyttes som et overordnet begrep og omfatter alt fra god psykisk helse og livskvalitet til psykiske plager og lidelser. Det omfatter også hele bredden av tiltak på feltet fra helsefremming og forebygging til behandling og rehabilitering (s.9).*

Definisjonen på psykisk helse er omfattende, men alle vektlegger betydningen av forebyggende arbeidet for å minske risikofaktorer for dårlig helse (ibid). Norvoll (2013) påpeker betydningen av samspill og det relasjonelle aspektet mellom individuelle forhold og omgivelsene i sammenheng med sosiale prosesser. Det helsefremmende arbeidet skal bl.a. sette fokus på betydningen av sosial eksklusjon og inklusjonsprosesser som grunnleggende i forebyggingsarbeidet, og er en viktig faktor for at mennesker skal kunne fortsette i sine sosiale interaksjon med de andre, og i sine roller som far, mor, nabo og kollega (ibid).

Antall mennesker med psykiske helseproblemer er stadig økende i dagens samfunn, og de oppgir at hovedårsakene til deres helseplager er i direkte sammenheng med deres opplevelse av egenverd og relasjonelle forhold til de andre rundt seg (Helsebiblioteket.no, 2020). Mål for både forebygging og behandling er å hjelpe personen i å håndtere og mestre sine tanker og følelser, slik at personen opplever mestring i forholdet til både seg selv og sine omgivelser (Haugsgjerd, et al., 2009).

## 2.3 Livskvalitet og psykisk helse

Livskvalitet deles i en objektiv og en subjektiv del. Den objektive delen handler om menneskets autonomi, opplevelse av mestring og grad av deltakelse i og interaksjon med det store felleskapet. Den subjektive vurdering av egen livskvalitet, er ene og alene noe som mennesket bestemmer selv. Livskvalitet er noe annet enn både psykisk og fysisk helse. I et innlegg publisert i dagsavisen hevder Holte (2018) at:

*Vurdering av helse foretar vi ut fra andres perspektiv enten det er jeg selv som gjør det eller andre. Dette står i rak motsetning til vurderingen av min subjektive livskvalitet. Den er bare jeg som kan uttale meg om ut fra mitt perspektiv. (s. 1)*

Her kan bare individet selv, og uavhengig av psykisk eller fysisk sykdom, vurdere sin livskvalitet. En kan lide av en alvorlig psykisk sykdom, men kjenne at livet er godt å leve og føle at man mestrer utfordringene knyttet til lidelsen på en bra nok måte. Eller at en kan være i fysisk og psykisk i god form, men oppleve at livet er svært vanskelig og uholdbar. Holte understreker betydningen av å tilrettelegge for at mennesket tross for sykdomsforløpet, skal kunne oppleve en bra livskvalitet, og føle seg vel. Dette henger sammen med subjektive følelser som verdighet, tilhørighet, å være til nytte, uavhengig av de faktiske forhold (ibid).

Næss et al. (2011) mener at samfunnets strukturelle, politiske og kulturelle forhold kan påvirke den subjektive opplevelsen av livskvaliteten på en positivt eller negativt måte. Dette handler om hvordan personen opplever seg selv og sin selvfølelse i sammenheng med det felleskapet som omgir ham. Næss et al. viser til ulike typer forskning innenfor flere fag hvor det er forsket på viktige sider ved opplevelsen av det gode livet.

Tabell 1 (under) viser at begrepet «livskvalitet» blir brukt og tolket ulikt innenfor ulike fag. F.eks. så refererer sosiologien til samfunnsforhold med vekt på arbeidssituasjon, familieforhold og fritidsaktiviteter, og hvordan disse forholdene blir individuelt opplevd av medlemmene i samfunnet. Det er bare innen psykologien at en kan se at alle begrepene er knyttet til individenes opplevelser, altså de individuelle indre tilstander.

**Tabell 1.** Nøkkelord for å beskrive det gode liv innenfor forskjellige fagmiljøer (Næss, 2011)

<b>Økonomi</b>	<b>Sosiologi</b>	<b>Psykologi</b>	<b>Medisin</b>
velferd	levestandard	livskvalitet	helse
inntekt	livsstandard	lykke	levealder
nytte	livskvalitet	tilfredshet	aktivitetsnivå
kjøpekraft	status	selvrealisering	livskvalitet
BNP	miljø	psykologisk rikdom	helse relatert IK
ulikhetsmål	sosiale indikatorer	subjektiv velvære	Quality adjusted life years (Qaly)

Ness et al. (2018) ser på livskvalitet som en helhetlig vurdering av alle de komponentene som virker inn i vurdering av både subjektiv og objektiv opplevelse av egen livskvalitet. For eksempel kan frihet betraktes som en subjektiv opplevelse av å ha kontroll over eget liv, og det kan oppleves som økonomisk handlekraft og frihet.

Grad av livskvalitet defineres av Næss et al. (2011) som følgende:

*En persons livskvalitet er høy i den grad personens bevisst kognitive og affektive opplevelser er positive, og lav i den grad personens bevisst kognitive og affektive opplevelser er negative. høy som følge av personens bevisst kognitive og affektive opplevelser er positive, og lav i den grad personens bevisst kognitive og affektive opplevelser er negative (s18).*

En nederlandsk studie baserer sin vurdering av opplevelsen av livskvalitet på teorier som måler menneskers evne til å tilfredsstille sine behov basert på økonomisk, sosiale og lokale samfunnsressurser. Studien konkluderer at forskjellene mellom opplevelsen av livskvalitet hos innvandrere og lokalbefolkningen generelt, ligger i at innvandrere ofte mangler tilgang til overnevnte ressurser. Opplevelsen av eget nettverk, sosial støtte og selvstendig økonomisk situasjon, samt følelsen av tilhørighet til et større fellesskap, er særlig viktige elementer for innvandrere når det gjelder opplevelsen av verdighet og positiv livskvalitet. Og her har også de generelle holdningene i storsamfunnet en stor betydning (Barstad, 2017).

## **2.4 Utfordrende erfaringer i livet og psykisk helse**

Tidligere erfaringer i livet kan forme hvordan vi senere i livet håndterer forskjellige situasjoner. Det er så mangt som kan oppleves krevende av forskjellige individer. En krevende livserfaring er knyttet til en bestemt hendelse, eller serie av hendelser, som har påvirket individets livsvilkår. Jo mer barndom og oppvekst er preget av utrygghet og engstelighet, jo vanskeligere blir det for oss å håndtere situasjoner som utfordrer vår trygghet på et senere tidspunkt i livet. Ustabil oppvekst, vold i nære relasjoner og følelsen av ensomhet er noen eksempler på årsaker til at barn utvikler såkalte negative grunnleggende leveregler som ubevisst påvirker og styrer måten de tenker, føler, og handler på. To av de meste spesifikke negative levereglene er mistillit og avvisning. Barn trenger stabile omsorgspersoner som emosjonelt er til stede. De knytter bånd til sine nærmeste og da kan vold, relasjonsbrudd og sykdom gi dype emosjonelle sår. Ustabil og dårlig livskvalitet i form av langvarig sykdom,

sult og ulike former for omsorgssvikt, er eksempler på risikofaktorer som aktiviserer barnets indre usikkerhet, og da står en i fare for å dra denne usikkerheten med seg voksenlivet. (Næss et al., 2011).

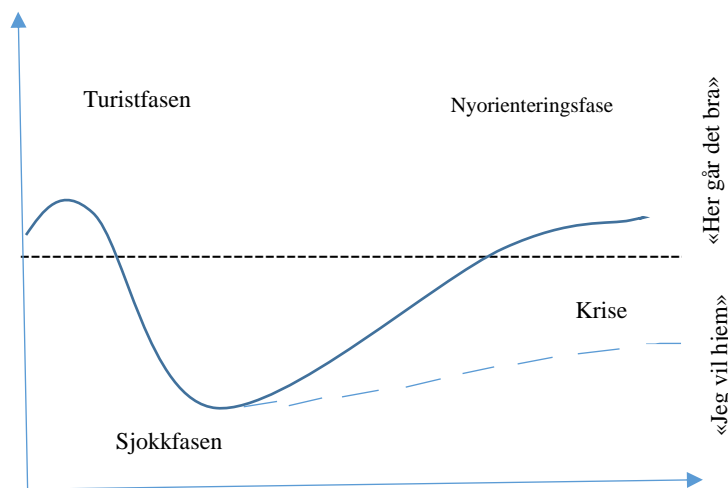
Det er en vesentlig forskjell mellom livssituasjon og livshendelse. Når mennesker opplever en konstant krevende livssituasjon med mange ulike utfordrende livshendelser på ulike nivå, kan de utvikle varige psykiske problemer. Den subjektive opplevelsen av lav livskvalitet og en krevende livssituasjon blir spesielt utfordrende hvis utfordringene har sine røtter i de sosial-politiske forhold og samfunnsstrukturen. Utfordringene blir betydelig sterkere når en opplever å ikke stå ansvarlig for livssituasjonen. Fattigdom og arbeidsledighet, sykdom og dødsfall grunnet manglende velferd er noen få eksempler på slike samfunnsproblemer, spesielt i land uten tilstrekkelig velferdstjenester (Norvoll, 2013).

## **2.5 Migrasjon og psykisk helse**

### **2.5.1 Ulike faser i migrasjonsprosessen**

Et betydelig antall migranter har rapportert å ha blitt eksponert for svært krevende og traumatiske livshendelser. Mange av barna har opplevd en svært vanskelig oppvekst, og gjennom migrasjonsprosessen har de blitt utsatt for mange krenkende situasjoner.

Konsekvensene av disse opplevelsene har påvirket deres relasjoner til andre, og mange av dem strever med depressive tanker og har vanskeligheter for å vise tillit og nærhet (Holt, 2019). Selv om det er store forskjeller mellom migrantene på individnivå, er det enighet i at de fleste av dem går gjennom de samme tilpasningsprosessene (se Figur 1): turistmodus hvor alt er nytt og oppleves positivt, og videre kommer kultursjokket hvor de vil reagere på og bearbeide inntrykk av blant annet det nye landet og befolkningen, ensomhet, savn til egen familie og kultur, etc. Til slutt går migrantene over til en ny og siste fase som omfatter tilpasning og trivsel.



Figur 1: U-kurven (Holt, 2019)

I turistfasen er migrantene fasinert av det nye landet, og de er opptatt av å oppdage nye elementer. Deretter går de gjennom en fase hvor de blir kritiske til forskjellene mellom sitt eget land og det nye landet, og de kjenner på savn til sitt eget nettverk og skuffelse over det nye. Videre kommer en fase hvor migranten er svært desillusjonert, og det er vanlig at depressive følelser og ensomhet blir svært fremtredende. Etter hvert blir migranten oppmerksom på mulighetene og finner humor i ulikhetene i stedet for å kritisere dem. Økt stemningsleie og motivasjon for tilpasning er økende i denne fasen. Migranten vil så finne nye strategier knyttet til kulturtilpasning, og stressnivået minsker betraktelig. Migranten vil da oppleve god (bedre) livskvalitet og psykisk helse. Men det er slett ikke gitt at alle går gjennom alle disse fasene eller at rekkefølgen er den samme for alle. Teorien er ment å vise at alle migranter gjennomgår krevende og store emosjonelle, kognitive og handlingsmessige endringer og prosesser (ibid).

Sverre (2016) poengterer at flere studier knyttet til migrasjonshistorie viser til at sosiokulturelle forhold i mottakerlandet har en større betydning for flyktingenes opplevelse av psykisk helse enn deres migrasjonsbakgrunn. Manglende opplevelse av tilhørighet kombinert med store fysiske belastninger og diskriminering, spesielt hos migranter som jobber i privat sektor som renholdsarbeidere og barnevakt, oppleves som en stor belastning og ekskluderende. Manglende kjennskap til sine rettigheter og overhengende trussel om å miste jobben, er risikofaktorer for å utvikle både somatisk og psykisk uhelse. Nortvedt et al. (2015) hevder at kvinnelige deltakere i en kvalitativ studie fortalte at deres håp og drømmer i møte med det nye hjemlandet ble knust og erstatt med sorg, frustrasjon og en følelse av å være ekskludert fra det store fellesskapet.

Narrativer fra en stor del av de kvinnelige prostituerte i Oslo som kom til Norge gjennom familiegjenforening med sine ektefeller, vitner om knuste drømmer om et bedre liv i Norge, og hvor vanskelig de opplever sin livssituasjon. Det rapporteres om stort behov for mer kunnskap om kvinnene og deres bakgrunn og nåværende livssituasjon, og at en skal sette i gang tiltak for forebygging av dårlig psykisk helse. Like viktig er oppfølging av de kvinnene som fortsatt bor sammen med sine ektefeller og som ikke klarer å bryte ut av ekteskapet (Huitfeldt & Kvali, 2005).

## **2.6 Vi blir til i samspill med de andre. Kort om traumeteoretiske perspektiver**

Mennesker som opplever lav subjektiv livskvalitet grunnet vanskelige relasjonelle forhold til sine nærmeste, og utrygghet i forhold til framtidige livssituasjon, er ekstra sårbare for ytterligere påkjenninger tatt i betraktning at de i tillegg har hatt en vanskelig og krevende oppvekst og barndom. Dette er i tråd med traumeteoretiske perspektiver hvor flere studier både nasjonalt og internasjonalt, viser til flere risikofaktorer for å utvikle psykisk uhelse knyttet til tidligere krevende og traumatiske erfaringer fra barndom og oppvekst (Hafstad & Augusti, 2019).

Særlig har tilknytningsteorien fokus på sammenhengen mellom tidligere opplevde traumer i oppveksten og senere relasjonelle utfordringer. Barnets relasjon til sine betydningsfulle andre skal være preget av forutsigbarhet, anerkjennelse, sunn grensesetting, god omsorg og nærhet, som igjen fremmer utvikling av barnets grunnleggende trygghet. Denne tryggheten er ifølge tilknytningsteorien nødvendig for at barnet skal kunne utforske sine omgivelser, lære seg nye erfaringer og kunnskap og samtidig, gjennom interaksjon med de andre, lære mer om seg selv og sine egenskaper. Gjennom samspill med omgivelsene tilegner barnet seg kunnskap om hvordan en skal forholde seg til andre mennesker (Wennerberg, 2011). Hvis en ikke får anerkjennelse for egne ressurser gjennom å kunne utforske sine omgivelser, og hvis en ikke finner trygghet i å være åpen og intime i relasjon til andre, vil en finne egne mestringsstrategier for å mestre utryggheten. For eksempel nevnes traumatisering knyttet til separasjon fra pårørende som en betydningsfull risiko for utvikling av psykisk uhelse som kan føre til tilknytningstvanger i voksen alder. Med andre ord vil våre relasjonelle utfordringer være som en respons til tidligere samspill med våre omgivelser, og i hvilken grad omgivelsene klarte å imøtekomme våre grunnleggende trygghetsbehov (ibid).



Foreldres livskvalitet, høy grad av stress, psykiske vansker, sosioøkonomiske utfordringer, depresjon, og streng oppdragelse er forbundet med høyere forekomst av både fysisk og psykisk vold, utrygghet og omsorgssvikt hos barn. Særlig i forhold til omsorgssvikt er det påvist en betydelig sammenhenger med foreldre og barn-relasjonen, der barnet har hatt en opplevelse av å være til bry og en belastning for foreldre. I tillegg vurderes stress, fattigdom, tap av nære relasjoner og foreldres lave selvfølelse og sinne til å ha stor betydning for kvaliteten i den omsorgen som barna har opplevd (Hafstad & Augusti, 2019).

Blom (2010) hevder at migranter som har opplevd vold og trusler og har hatt en utfordrende sosioøkonomisk oppvekst kan utvikle nedsatt somatisk og psykisk helse. Det er en klar sammenheng mellom tidligere traumatiske opplevelser og følelsen av avmakt, diskriminering og manglende nettverk senere i livet og i relasjoner til de andre (ibid).

## 2.7 Å forlate egne barn

En annen utfordring som kvinnelige migranter har beskrevet i tidligere studier, er følelsen av skam og skyldfølelse overfor sine barn som de overlot til bekjente og slektninger før de migrerte. Tomrommet som de etterlot seg er vanskelig å fylle hos disse barna, og separasjonen har i mange tilfeller ført til stress og depresjon hos barna. Wennerberg (2011) hevder at tilknytningstraumer kan være en konsekvens av separasjon eller tapsopplevelser knyttet til nære omsorgspersoner eller familie, og i tillegg opplever barna at tilknytningspersoner er psykisk utilgjengelige for å hjelpe barnet med affektregulering. Dette påpekes som en alvorlig risikofaktor hvor barnet kan risikere følelsesmessig og atferdsmessig feilutvikling.

Migranter som forlater sine barn i hjemlandet antas å streve med svært krevende emosjonelle belastninger. Det går lenge mellom de kan møte sine barn igjen, og barnas emosjonelle reaksjon på separasjon oppleves opprivende av mødre. Mor- barn relasjonen forsøkes vedlikeholdt på avstand via bruk av bl.a. videomøter. Sorg etter tap av nærhet pleies ofte med økonomisk støtte til innkjøp av varer til barna. Daglig omsorg og kjærighet erstattes med økonomiske verdioverføringer, som igjen utfordrer følelser og personlig kontakt. Mødre blir ofte kalt ved navn og ikke ``mamma`` av sine barn, og det mener Parrenas (2005) er ødeleggende for familierelasjonen.

## 2.8 Psykisk helse i et salutogent perspektiv

Ut ifra overnevnte perspektiver finner jeg det naturlig å se på studiens tilnærming til psykisk helse ut ifra et salutogent perspektiv. Den medisinske sosiologen Aaron Antonovsky hadde gjennomført en kvalitativ forskning basert på kvinner, som på tross av traumatiske opplevelser fra Holocaust, hadde utviklet høyt fungerende mestringsstrategier og vurderte livskvaliteten sin god. Han utviklet da teorien sin om salutogenese som viser hvordan personens motstandsressurser er avgjørende for personens grad av stress og mestring. Sentralt i teorien er de tre dimensjonene; begripelighet, håndterbarhet og meningsfullhet. Han kalte holdningen for opplevelse av sammenheng eller sense of coherence (SOC) som blir brukt som en anerkjent og effektiv tilnærming i helsefremmende psykisk helsearbeid. Sentrale begreper i salutogenese er; motstandskraft, trivsel, tilhørighet og myndiggjøring. (Tellnes, 2007). Begrepet salutogenese er satt sammen av det latinske ordet salus; sunnhet eller helse og det greske ordet opprinnelse.

### 2.8.1 Antonovskys salutogene perspektiv

Antonovsky utviklet en teori hvor søkelyset var rettet mot det som bidrar til og opprettholder god psykisk helse, i stedet for å finne årsaker til sykdommer. Han mente at de påkjenningene som mennesker opplever gjennom livet nødvendigvis ikke bare er onde eller destruktive, men at de kan bidra til en bedre helse. I hvilken grad stress og sykdom kan påvirke menneskers helse, er avhengig av karaktertrekk ved disse påkjenningene og hvordan vi mestrer dem. Mennesker er ikke satt sammen slik at vi har utviklet automatiske svar på disse påkjenningene eller stressorene. Graden av vår helse er derfor ikke avhengig av hva vi utsettes for, men hvordan vi håndterer ulike utfordringer i livet. (Lindstrøm & Eriksson, 2015). Det betyr at de livsbelastningene som vi opplever gjennom livet, kan ha negative eller positive effekt på vår helse. Det mest grunnleggende er at utfordringene og påkjenningene er passende i forhold til våre mestringsevner og de tilgjengelige ressurser både hos oss selv og miljøet rundt.

Som tidligere nevnt skilles det mellom stressende livssituasjoner og stressende livshendelser. Kjente karaktertrekk ved stressende livssituasjoner er preget av underskudd på motstandskrefter. Og at våre motstandsressurser er ikke i samsvar med mestringskravene som situasjonen forventer. Stressende livshendelser er av en annen karakter og beskrives som stressfaktorer som krever et tilpasset svar og reaksjon. Måten disse situasjonene blir håndtert på har stor betydning for om vår helse blir styrket eller svekket (Lindstrøm & Eriksson, 2015).

Antonovsky beskrev hva han mente kunne være grunnen til at noen mennesker under samme og like forhold forblir friske eller syke, og forklarer denne forskjellen i personenes opplevelse av sammenheng (OAS). Dette handler om hvordan og i hvilken grad hverdagen blir begripelig, håndterlig og meningsfull, og at denne opplevelsen har direkte påvirkning på vår helse. (OAS) handler om en kombinasjon av holdninger til verden rundt og vår plass i den, og som uttrykkes emosjonelt og kognitivt i vurdering av en oppstått situasjon. Disse holdningene er av stor betydning for hvordan vi forholder oss til oppståtte kriser i livet samt hvor styrket vi kommer ut av dem. Antonovsky fant gjennom sin studie, at menneskers gode helse står i direkte sammenheng med høy opplevelse av sammenheng. En høy (OAS) vil ifølge Antonovsky utvikle flere og bedre mestringsstrategier, som fører til at personen oppdager nye muligheter hos seg selv og verdenen rundt (ibid).

Som nevnt ovenfor deler Antonovsky (OAS) i tre underbegreper:

**Begripelighet** som handler om den kognitive komponenten som omfatter menneskers opplevelse av indre og ytre stimuli, forståelig og forutsigbar. At vi klarer å skape mening ut av det som skjer med oss og rundt oss, og om vi klarer å forstå og forklare den situasjonen som vi befinner oss i, og å ha mulighet for å skape orden i de tankemessige påvirkningene. (Lindstrøm & Eriksson, 2015).

**Håndterbarhet** viser til vår opplevelse av graden av egne ressurser som er nødvendig for å mestre ulike krevende situasjoner i livet. Disse ressursene kan være både de som er i vår besittelse eller hos dem som vi har en relasjon og tillitsforhold til som Gud, familie eller venner. På denne måten vil vi unngå å få følelsen av å ha blitt urettferdig behandlet. Håndterbarhet omfatter også evnen til å tilpasse seg det som ikke kan endres og akseptere situasjonen (ibid). Personens gode helse er avhengig av dets opplevelse av sammenheng og å at man har de ressursene som kreves tilgjengelig.

**Meningsfullhet** handler om en opplevelse av å kunne bidra til, og å ta egne valg, som har betydning for utfallet i det som skal oppnås. Det vil si at strev og de ressursene som vi investerer i å mestre utfordringene med, er verdt å investere i. For å oppleve meningsfullhet er autonomi og ansvar for egne handlinger sentrale nøkkelord. Antonovsky legger vekt på betydningen av meningsfullhet, og hevder at denne komponenten er viktigste for opplevelse av sammenheng. Det vil få personen til å føle at han har et verdig liv og følelsen av å bety noe (ibid).

Tellnes (2007) oppsummerer salutogenese og hevder at mennesker skal gjennom tilhørighet og inkludering, oppleve seg som samarbeidspartnere og ikke som en av mange. De skal oppleve at i vanskelige tider er det støttende sosiale nettverk som eksisterer rundt dem, som vil ta vare på dem og tilrettelegge for at de skal føle seg som en viktig brikke i det store fellesskapet, selv når de er sårbare og ressurstrengende. Tellnes (2007) hevder videre at:

*Inkluderende fellesskap der den unike erfaring vi alle bærer på kan bli sett og verdsatt av andre, er helt, helt sentralt. Vi er alle deltakere og vi kan lære av hverandre. Inkludering i salutogene aktiviteter og fellesskap er sannsynligvis en nødvendig vei å gå dersom ikke bare de mest «vellykkede» i samfunnet skal få styrke sin sosiale kapital og helse. Dersom all får være deltaker i fellesskapet ut fra egen forutsetning, vil flere trives for dermed å kunne føle seg likeverdige og betydningsfulle i dagens samfunn (s. 146-147).*

Investering i avgjørende livssfærer som omfatter indre følelser, sosiale relasjoner, interesser, aktiviteter og eksistensielle livsområder er av stor betydning for at mennesker skal oppleve mening med livet. Kjernen i meningsfullhet og Opplevelse av sammenheng (OAS) er nettopp å oppleve å kunne ha innvirkning på eget liv. Det er denne opplevelsen som gir en opplevelse av ha høy motstandsressurser og mestring.

Simila & Innstrand (2015) skriver at salutogenese viser seg å være like effektive for helsefremmende arbeid hos barn og unge som hos voksne. De bruker skolen og helsetjenesten som et eksempel, og hevder at ved bruk av nøkkelementer i modellen, som følelsen av sammenheng og motstandsressurser, kan en identifisere og forsterke de områdene hos skolehelsetjenesten som trenger å bli styrket. På bakgrunn av dette arbeidet kan en så gjennomføre meningsfulle og reflekterende samtaler med barn og ungdom. Målet er å tydeliggjøre kollektiv fellesstrategi og fellesmål, og på denne måten skape en opplevelse av sammenheng hos elevene. Denne opplevelsen vil skape motivasjon og engasjement hos elevene og fører til utvikling og vekst (ibid).

Dette er ikke ulikt teorien om «Posttraumatisk vekst», hvor en ser at også vanskelige og traumatiske livshendelser kan bidra til at mennesker opplever mental styrke og mestring. I følge modellen operer mennesker ut ifra grunnleggende kognitive skjemaer som har blitt utviklet i tidlig tilknytningsrelasjoner til sine nærmeste. Traumatiske hendelser, alvorlig nok for å ryste på personens grunnleggende antakelse om en trygg verden, kan utfordre noen av disse skjemaene som for eksempel handler om trygge og kontrollbare omgivelser. Modellen

mener at enkelte av individets egenskaper kan føre til vekst etter å ha opplevd traume. Personen vil da gjennom en konstruktiv grubling starte en bearbeidelse av hendelsen, og på denne måten lære å håndtere påkjenningen. Etter hvert som den følelsesmessige stresset minsker, vil personen være mer i stand til å få mer kontroll over tankene og på denne måten oppleve en vellykket emosjonsregulering. På sikt vil individet få en større mestringsfølelse, som igjen vil føre til å øke personens opplevelse av en positiv subjektiv endringsfølelse (Hafstad & Siqveland, 2008).

## 3.0 Metode

I dette kapittelet vil studiens vitenskapsteoretiske tilnærming bli gjort rede for. Og deretter vil valg av metode bli presentert. Videre beskrives fremgangsmåter og prosesser knyttet til den valgte analysemetoden, og til slutt redegjøres det for etiske vurderinger. Studien er kvalitativ og har en fenomenologisk tilnærming.

### 3.1 Vitenskapsteoretiske tilnærming

Denne studien sikter mot å utforske filippinske kvinners erfaringer og opplevelser fra egen oppvekst, migrasjon og integrering med en hovedvekt på relasjonelle forhold til egen familie, ektemann og egne barn. Studien har et utforskende og beskrivende design, og er fenomenologisk inspirert.

#### 3.1.1 Fenomenologi og fenomenologisk tilnærming

Fenomenologisk forskning omhandler studie av hendelser og fenomener i menneskers liv slik som de blir opplevd, tolket og gjenfortalt. Thornquist (2010) beskriver fenomenologi som en bevegelse med ulike retninger. Utgangspunktet er menneskers subjektive forståelse av en verden som både betyr, og har en mening, for oss.

Menneskets livsverden, intensjonalitet, reduksjon og essens er noen grunnleggende begreper som sikter mot å beskrive personens egne perspektiver, opplevelser og forståelse. I fenomenologisk tenkning handler livsverden om den verden vi lever i og er fortrolig med. Oppmerksomheten rettes mot hvordan verden oppleves og tolkes for subjektet (ibid). Bakgrunn, religion og personens interesse er noen faktorer som blir bestemmende for hvordan ulike personer opplever samme fenomen på sin måte.

Fenomenologiens grunnlegger, Husserl, hevdet at det alltid finnes en bevissthet om *noe*. Og at det i bevisstheten alltid ligger en form for **intensjonalitet** som beskriver at bevisstheten alltid er rettet mot noe, og fra noe annet. Han hevdet også at bevisst erfaring er noe annet enn relativt passive erfaringer som syn og hørsel. Det er som om vi har «kjent erfaringene på kroppen». Vi har gjennomlevd dem og har utført dem (ibid).

Filosofen Schutz ga begrepet livsverden et sosialt innhold og hevdet at menneskers erfaringer kan forstås i en sosiokulturell kontekst. Med andre ord handler fenomenologisk tilnærming

om studie av hvordan bevisstheten forholder seg til fenomener, og hvordan fenomener skapes og konstitueres for bevisstheten samt hvordan bevisstheten forholder seg til denne virkeligheten i dagliglivet (ibid).

Forskning inspirert av fenomenologisk design ønsker å få en dypere forståelse av et fenomen gjennom menneskers egne fortellinger. Hensikten er å studere og å få innsikt i hvordan en person forstår et fenomen i en gitt kontekst, knyttet til signifikante opplevelser og livshendelser for personen.

### 3.1.2 Om hermeneutikk

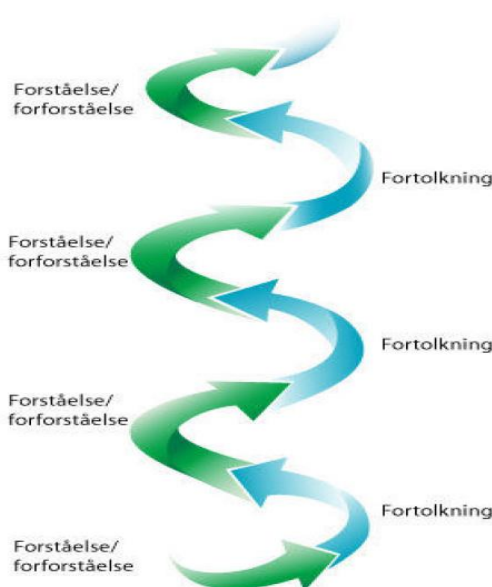
Hermeneutikk betyr læren om tolkning og fortolkninger (Grimen, 2012). Mennesker tolker og fortolker alt av tanker og opplevelser og handlinger. Gjennom hverdagen kan vi bli ``bombardert`` med informasjon. Vi er nødt til å skape mening ut av disse erfaringene, informasjonen, opplevelsene og forklaringene. Dette er hermeneutikkens poeng, at vi fortolker meningsfylte fenomener, og dermed skapes mening, og at denne prosessen skjer kontinuerlig. Kvale & Brinkmann (2018) hevder at; ``*enhver fortolkning rommer fornyelse og kreativitet – «Jedes Verstehen ist Besserverstehn» (Enhver forståelse er en bedre forståelse)* (side 237).

De understreker videre viktige komponenter i hermeneutikken som kreativitet, forståelse og kompleksitet, og mange varierte fortolkninger av det samme fenomenet. Derfor har denne studien et hermeneutisk ståsted i tillegg til en fenomenologiske innfallsvinkel. Slik kan man anvende flere teoretiske tilnæringer og perspektiver, og dermed styrke mangfoldet i fortolkningsprosessen knyttet til studien.

### 3.1.3 Beskrivelse, forforståelse og fortolkning

Ifølge Kvale & Brikmann (2018) legger den hermeneutisk analysemodellen særlig vekt på intensjonal forståelse av atferd og meningsfylte fenomener. Det er alltid en mening bak handlingen, men andre fenomener har også mening. Et kunstverk har en mening når vi klarer å forstå kunstnerens budskap og tanker bak kunstverket. En talemåte eller et ukjent språk, har en mening når vi klarer å dechiffrerer syntaksen og vokabularet. De påpeker videre på noen hermeneutiske fortolkningsprinsipper som bidrar til en vitenskapelig bevissthet hos forskeren gjennom hele analyseprosessen.

Det første prinsippet er pendelen mellom deler og helhet (se Figur 2). En skal da og som følge av den hermeneutiske sirkelen, danne en naiv og grunnleggende forforståelse av teksten. Med en gang forskeren begynner å lese teksten, vil en danne seg en mening om hva hele teksten prøver å fortelle og hva historien vil handle om. Denne antakelsen blir alltid preget av de forventningene som forskeren har til teksten i sin helhet. Gjennom gjentatt lesing vil antagelsene bli justert og kanskje erstattet av nye antakelser og meninger. Med andre ord vil den hermeneutisk sirkel hjelpe forskeren til å komme fram til en nyere og dypere forståelse, og gjennom kritiske blikk, stadig korrigere egen forutinntatthet, forforståelse og fordommer (Kvale & Brikmann, 2018).



Figur 2. Den hermeneutiske spiral (Ebdrup, 2012)

Innen humanistisk vitenskap viser hermeneutikk til tilnæringsmetoder som baserer seg på objektive fortolkninger av mellommenneskelige handlinger og uttrykk (Grimen, 2012). Transkribert intervju kan dermed være tekster som skal fortolkes, og deler av teksten skal forstås i forhold til tekstens totale helhet og omvendt. For å få til dette i denne studien, så ble Malteruds analyse-modell og tekstkondensering valgt. Denne har som intensjon å beskrive historiene så mye som mulig ut i fra en ``intet vitende posisjon``. Malterud (2011) hevder at et fordomsfritt standpunkt vil hjelpe oss med å gjøre tolkninger som kan føre til nyere kunnskap og erfaring. Forskeren må være seg bevisst på at spørsmålene utvikles og de endres kontinuerlig gjennom den hermeneutiske sirkelen og i takt med tolkning av teksten og tilegnet



teori. Dette betyr at forskeren skal opprettholde en balanse mellom engasjement for historiene og studien og involvering i den transkriberte teksten, og sin distanse og analytiske holdning (Malterud, 2011). Videre innebærer forforståelse og tolkningsaspektet i hermeneutikken et relasjonelt aspekt. Det er ikke bare det at forskeren skal forstå noe, men at forståelse og tolkning kommer fram i samtale med den/de andre. Tilnæringsmåten i en samtale og dialog med andre, er sentrale elementer i å komme fram til en felles forståelse. Slik er den hermeneutiske prosessen opptatt av en dynamisk likevekt mellom nærhet og avstand til teksten, og en likevekt mellom forskerens ønske om å forstå, tolke og forklare (Ryen, 2012). Forskerens bevisste holdning til objektivitet i forskningen og sin subjektive tolkning av teksten, skal ideelt sett være et levende og nært tema i hele forskningsprosessen. Samtidig peker Dalen (2011) på at forskerens forforståelse også kan være en ressurs. Det kan gi en bedre forutsetning for å forstå og tolke fenomenene, og være en nødvendig kunnskap og kompetanse i undersøkelse- og analyseprosessen. Dalen hevder at forskernes kunnskap og faglig sensitivitet kan øke dennes evne til å forstå, tolke og å gi dataene mening.

### 3.2 Utvalg og utvalgsprosess

I følge Malterud (2011) bør utvalgets sammensetting inneha ressurser og materiale som forskeren kan bruke for å belyse studiens tema og problemstilling, og som har nødvendig data for å kunne gjennomføre studien. Studien besto av kvalitative semistrukturerte intervjuer med 9 etnisk filippinske kvinnelige informanter i alderen 24-50. Utvalget var strategisk. Informantene var gift med en norsk statsborger, de hadde egne barn i Norge eller i hjemlandet, eller de bodde sammen med menn som hadde barn fra før. Alle informantene har bodd minst ett år i Norge. De ble rekruttert gjennom venner med bekjentskap til det filippinske miljøet i Norge. De med ønske om deltakelse mottok informasjonsskrivet (vedlegg 2), signerte samtykkeskjema (vedlegg 2) og avtalte intervju. Det ble gjort anstrengelser for at ikke kvinnene skulle føle seg presset til å delta eller stå i fare for represalier av sin ektemann. Dette handlet bl.a. om å være diskret og sikre konfidensialitet helt fra de fikk høre om studien. Til slutt ble det gjennomført 9 intervju med kvinner fra hele landet. Intervjuene ble gjennomført på engelsk for de som ønsket det. Kun 1 av 9 informanter valgte norsk. Hvert intervju tok mellom 1 til 1 ½ time. Intervjuene ble gjennomført fra mai til september 2019.

### 3.3 Intervjuguide

Studien tar sikte på å gå i dybden av fenomener. Derfor ble det valgt en semistrukturert intervjuguide (vedlegg 3), dvs en grov skisse over emner og aktuelle spørsmål med mulighet til å tilpasse spørsmålsstillingen til den enkelte informant.

Fortløpende evaluering og umiddelbar start av transkribering, førte til overføring av erfaringer og inntrykkene videre i neste intervju. Denne fungerte også som en sjekklister for å sikre at relevante tema knyttet til studiens problemstilling ble diskutert med deltakerne.

Informantene ble invitert til fritt å fortelle og reflektere over følgende temaer:

Bakgrunn og oppvekst

Tilhørighet og verdighet

Fokus på utfordringer knyttet til barn og ektemann

Strukturelle forhold som migrasjon, arbeid, tilgang til hjelpeapparat, etc

### 3.4 Praktisk gjennomføring av intervju

Intervjuene ble gjennomført på den lokalisasjonen informanten ønsket. Informasjonsskriv, samtykkeskjema og praktiske forhold ved intervjuet ble gjennomgått på nytt. Det ble lagt vekt på å ikke følge intervjuguiden systematisk, men mer som en sjekklister. På denne måten fikk informantene aksept for sine spontane beretninger og mulighet for å snakke åpent om sine erfaringer (Malterud, 2011). De fleste intervjuene vart 1-1,5 time, men noen trengte mer tid. Det handlet om at noen tema gjorde enkelte deltakere svært emosjonelle, og vi måtte bruke tid på å roe ned. Samtlige informanter fikk tilbudt å lese gjennom transkribering av intervjuet samt kopi av ferdigstilt oppgave. Ingen ønsket dette.

### 3.5 Utfordringer og etiske vurderinger

I gjennomføringen av studien måtte flere utfordringer håndteres. Til sammen ønsket 30 kvinner å delta, men antatt metningspunkt var estimert til opp mot 10 deltakere. Ti informanter ble derfor valgt ut og invitert til intervju. De andre ble satt på en «reservelister». Men etter 4 intervju skjedde noe uventet; 5 kvinner som sto på reservelisten valgte å informere sine menn om studien, og ble av mennene nektet å delta. Etter hvert førte denne

nyheten til ``uro`` og usikkerhet blant informantene. Mange trakk derfor sitt samtykke, 4 av disse etter intervju. Lydopptak, transkriberingsmateriale og tilhørende data ble umiddelbart destruert.

En annen utfordring var knyttet til emosjonell involvering under intervjuene. Noen av informantene gråt mye og måtte ha pause fra intervjuet. De hadde da for første gang fått anledning til å snakke med noen om en vanskelig livshistorie. Jeg mener at jeg da ikke kunne ha en nøytral ikke vitende-posisjon, og jeg valgte å innta en empatisk og tryggende holdning.

Til sist var jeg svært bevisst på min egen maktposisjon, både som mann og forsker i dialog og samhandling med kvinner i en sårbar livssituasjon. Bevisstheten handlet hovedsakelig om å bidra til å sikre at informantene ikke opplevde å bli utsatt for krenkelse eller utrygghet. Dette innebar også at kvinnene på ingen måte skulle føle seg bundet til å gjennomføre intervjuet alene eller snakke om noe som de ikke ønsket å svare på. Samtlige intervjuer ble gjennomført med tredje person til stede eller i nærheten. Det var viktig at kvinnene følte at de hadde kontroll på situasjonen, og at de hele tiden ble møtt med respekt og høflighet.

### **3.6 Metodiske refleksjoner (gyldighet, pålitelighet, overførbarhet)**

#### **3.6.1 Gyldighet**

Gyldighet i en kvalitativ studie handler om at forskeren beskriver hele forskningsprosessen på en slik måte at det er tydelig hvordan studien er utført. Det handler også om forskeren har lyktes med å innhente fyldig og relevant informasjonsmateriale, noe Dalen (2011) kaller «tykke beskrivelser». Dette ble i denne studien først og fremst gjort gjennom å ha en relativt åpen intervjuguide samt fokus på å skape gjensidig tillit og åpenhet. For å oppnå tykke beskrivelser, var også validering viktig. Validering er en tydeliggjøring og samtidig uttrykk for aksept og anerkjennelse på at forsker lytter, forstår og tror på informanten. Det ble derfor brukt korte temabaserte oppsummeringer hvor informantene kunne bekrefte og justere, eller å få muligheten til å nyansere sine beskrivelser. Dette er anbefalt av Malterud (2011) og hun bruker begrepet «dialogisk validering». Målet er bl.a. å forebygge misforståelser i råmaterialet.

### 3.6.2 Pålitelighet

Ifølge Malterud (2011) handler pålitelighet i en kvalitativ tradisjon om studiens relevans og dens troverdighet i den konteksten som studien er ment å undersøke, og hvordan og i hvilken grad fenomenene som vi har ønsket å observere blir reflektert og beskrevet i undersøkelsen. Kvale & Brinkmann (2018) hevder at på grunn av den spesielle interaksjonen mellom forsker og informant, vil det være vanskelig å etterprøve forskningen og få samme resultat. Derfor skal en se etter hvordan forskeren har lagt til rette for å få informasjon fra deltakere, og hvordan forskeren har analysert og bearbeidet dataene.

### 3.6.3 Overførbarhet

I kvalitativ forskning handler overførbarhet om den kunnskap som fremkommer i studien, kan overføres til andre relevante situasjoner. I motsetning til kvalitativ metode så har mengden informanter mindre betydning. Ifølge Kvale & Brinkmann (2018) kan antall deltakere i en kvalitativ studie være begrenset fordi hensikten er å invitere informantene til å komme med detaljrike og mangfoldige beskrivelser. Da vil ikke nødvendigvis et større antall deltakere føre til mer nyttig informasjon eller påvirke grad av overførbarhet.

### 3.6.4 Forskerrollen

Et essensielt krav i kvalitativ forskning er refleksivitet og omhandler forskerens stabile og bevisste holdning til forskningsprosessen. Denne skal sikre transparens i alle nivåer og stadier av forskningen (Kvale & Brinkmann, 2018). Det betyr at forskeren skal etterstrebe en nøytral rolle, men samtidig være tydelig på eget faglige ståsted.

Jeg er selv utdannet klinisk barnevernspedagog med fordypning i familieterapi, og har jobbet med barn og unge i spesialisthelsetjenesten. Jeg er i dag ansatt ved en behandlingsskole for rus og avhengighet. Jeg er selv innvandrer til Norge. Dette gjør at jeg både faglig og menneskelig har gode forutsetninger for å forstå mange av de utfordringene informantene forteller om. Det er også mye egne erfaringer som har dannet grunnlaget for min interesse og nysgjerrighet knyttet til studiens problemstilling. Dette har gjort at jeg gjennom hele forskningsprosessen har vært meg bevisst min egen forforståelse og faglig bakgrunn, og etterstrebet gjennomsiktighet i alle ledd. I tillegg har jeg hatt stort fokus på ivaretagelse av informantene, både før, under og etter intervjuene. Det er deres bidrag som er selve

forskningen, og uten trygghet og en god relasjon mellom forsker og informant, så vil dette forringe kvaliteten på selve forskningsintervjuet.

### **3.6.5 Transkribering**

Intervjuene ble transkribert ordrett med unntak av registrering av kremting og andre liknende lyder. Åtte av ni deltakere valgte å gjennomføre intervjuene på engelsk. Grunnen til at det er beholdt en feilstavet engelsk i sitatene er at dette gir autensitet, en følelse av å høre disse kvinnene snakke da alle snakker et gebrokkent engelsk.

Transkribering av gjennomført intervju på norsk ble gjort på bokmål for å anonymisere informantens dialekt og uttrykksmåter. Pauser i dialogen ble markert, og det ble gjort forsøk på best mulig måte å ta med nonverbal kommunikasjon som mimikk, gråting, etc. Malterud (2011) understreker at det ikke er teksten som representerer virkeligheten, men at forskeren fokuserer på å bevare meningsinnholdet i fortellingene på en best mulig måte. For å sikre detaljene i intervjuene, startet transkriberingsarbeidet umiddelbart etter å ha gjennomført hvert enkelt intervju. Malterud hevder videre at validiteten av analysematerialet styrkes om forskeren selv transkriberer samtalene og på denne måten kan en bidra til å oppklare eventuelle misforståelser og uklarheter (ibid).

Hvert intervju produserte mellom 10-28 sider med tekst med enkel linjeavstand, totalt 141 sider.

## **3.7 Analyse**

### **3.7.1 Analysemetoden**

Inspirert av Giorgis fenomenologiske analyse er det valgt Malteruds (2011) beskrivelse av systematisk tekstkondensering i analyse av intervjuene i denne studien. Malterud hevder at systematisk tekstkondensering kan være et godt verktøy for tverrgående analyse, dvs å sammenfatte informasjon fra ulike og forskjellige informanter.

Selve analyseprosessen innebære redusering og filtrering av datamaterialet. Malteruds beskrivelse av systematisk tekstkondensering beskriver følgende fire trinn:

- 1- Helhetsinntrykk
- 2- Identifisering av meningsbærende enheter

- 3- Abstrahere/kondensere innholdet i de meningsbærende enhetene og
- 4- Sammenfatning av innholdets betydning/rekontekstualisering

### **3.7.2 Trinn 1: Helhetsinntrykk – Fra villniss til temaer**

Mitt først møte med teksten var å transkribere lydopptakene fra intervju med informantene. Deretter ble det sikret at den transkriberte teksten er i samsvar med lydopptaket. Den største utfordringen var å lese teksten grundig uten å ha med egne forventninger til funnene i forståelsesprosessen. Etter å ha lest teksten flere ganger, ble alle inntrykkene skrevet ned. Etter en avsluttende oppsummering ble flere relevante temaer identifisert, og så ble helhetsinntrykket delt i informantens beskrivelse av sine erfaringer.

### **3.7.3 Trinn 2: Identifisering av meningsbærende enheter – fra temaer til koder**

Meningsbærende enheter ble deretter systematisert ved koding. Denne delen av arbeidet krever nøye vurdering og dermed flere justeringer under hele prosessen. Arbeidet krever at forskeren studerer teksten linje for linje, for deretter ved hjelp av tekstbehandlingsprogram (her: Word) klippe og lime aktuell og relevant tekst, ut av hvert intervju og inn i egendefinerte tabeller med foreløpige tema og subtemaer med tilhørende koder. Ved bruk av denne metoden ble tekstbitene klassifisert i koder for deretter å kunne sammenlikne likheter og ulikheter av de organiserte kodegruppene. Det vil si at tekst som omhandlet samme tema ble samlet i like kodegrupper. Dette er essensen i kodings- og analysearbeidet.

Totalt utgjorde dette 44 koder. Etter å ha registrert dobbel- og trippelkoding, ble de 44 kodene delt i 15, senere i 6 og til slutt 4 kodegrupper med tilhørende subgrupper.

### **3.7.4 Trinn 3: kondensering – fra kode til mening**

Tredje trinn handler om å kondensere de meningsbærende enhetene i trinn 2. Ulike variasjoner, meninger og nyanser som belyste forskjellige meningsaspekter i tilsvarende subgrupper, ble sortert i tilhørende kodegruppe. Denne prosessen er ikke lineær. Ved behov for raffinering av en kode, ble kodegrupper, subgrupper og titler endret på og reorganisert. På denne måten fulgte en meningsfortetning ved at i det videre arbeidet og med utgangspunkt

fra de opprinnelige meningsbærende enhetene og i generelle form, ble laget kunstige sitater. Målet med kondensatene var å bruke kvinnenens egne ord og uttrykk for å formidle essensen i beskrivelse av erfaringer og historiene. Denne delen av arbeidet blir gjerne beskrevet som å dekontekstualisere og abstrahere deltakernes beskrivelser (Malterud, 2011).

Kodegruppene med tilhørende subgrupper vil bli nærmere beskrevet under kapittel 4.

### **3.7.5 Trinn 4: sammenfatning av betydning – fra kondensering til beskrivelser og begreper**

Sammenfatning av kodegruppene og subgruppene ble til gjenfortellinger som la grunnlaget for nye beskrivelser og begreper. Avslutningsvis ble hvert enkelt intervju sammenlignet med de sammenfattede resultatene for å sikre at de er i sammenheng med hverandre. For å sikre at kvinnenens livshistorie ble fortalt på en mest mulig tekstnær måte, ble det gjort en ny vurdering av kodegruppe, subgruppene og sammenfatningen. Samtidig ble de nye beskrivelsene systematisert for å kunne skape et grunnlag for nye beskrivelser.

Sammenfatning av kodegruppene og subgruppene ble til gjenfortellinger som la grunnlaget for nye beskrivelser og begreper. Avslutningsvis ble hvert enkelt intervju sammenlignet med de sammenfattede resultatene for å sikre at de er i sammenheng med hverandre. For å sikre at kvinnenens livshistorie ble fortalt på en mest mulig tekstnær måte, ble det gjort en ny vurdering av kodegruppe, subgruppene og sammenfatningen. Samtidig ble de nye beskrivelsene systematisert for å kunne skape et grunnlag for nye beskrivelser.

## **3.8 Forskningsetiske overveielser**

I Norge reguleres forskning bl.a. av forskningsetikkloven. Noen av de viktigste forskningsetiske regler er skriftlig informert samtykke, frivillighet, konfidensialitet og ikke-skade-prinsippet (Ruyter, 2010). Studien fikk godkjenning fra NSD, forutsatt at undersøkelsen ble gjennomført som planlagt og i tråd med personvernlovgivningen. (se vedlegg 1).

Alle data knyttet til forskningen har blitt behandlet konfidensielt og i tråd med retningslinjer og frister satt av NSD-godkjenningen. Under intervjuene ble det brukt diktafon, og lydfilene ble umiddelbart overført til kryptert minnepenn. Diktafonens minnekort ble så fortløpende slettet og redegjort for neste intervju. Minnepenn og samtykke ble oppbevart i låst safe under

forskningsprosessen. Transkribering av intervjuene ble anonymisert ved å utelate alt av informasjon som kunne bidra til å avsløre deltakernes identitet. Det ble forsikret om at lydfilene ble slettet umiddelbart etter avsluttet transkriberingsarbeid. Det var kun forsker og veileder som hadde tilgang til transkribert materiale.

Alle informantene ble godt informert om rettigheter som innsyn, rettelse og sletting, hvordan og hvor lydopptakene ble oppbevart, konfidensialitet underveis samt at de når som helst kunne trekke seg fra studien uten at det ville føre til noen konsekvenser for dem.

Den skriftlige informasjonen ble gjennomgått på nytt før intervjuet startet, og det ble skapt rom og tid for å besvare spørsmål og eventuelt rette på misforståelser knyttet til studien.

Til sist ble det satt av tid etter hver samtale for å avklare eventuelle spørsmål samt fange opp eventuelle behov for videre oppfølging. På forhånd hadde jeg tatt kontakt med både krisesenter, Selvhjelp for innvandrere og flyktninger (SEIF) og familievoldskoordinator i politiet. Dette i tilfelle noen av deltakere hadde behov for videre oppfølging. Ingen av deltakere viste tegn på negative psykiske reaksjoner eller negative reaksjoner og tilbakemeldinger i forhold til deltakelse i studien.



## 4.0 PRESENTASJON AV FUNN

Funnene blir presentert med en kort innledende beskrivelse og forklaring som etterfølges av koder og subgrupper. Deretter redegjøres for sammenfattende trekk ved informantenes beretninger.

Direkte sitater fra informantenes beskrivelser er tydeliggjort med anførselstegn og kursiv, mens lengre sitater er i tillegg markert i egne avsnitt. Av hensyn til anonymitet er dialekt og detaljer som geografisk tilhørighet, sted eller typiske kjennetegn ved informanten.

### 4.1 Presentasjon av kodegrupper og subgrupper

Tekstanalysen ledet frem til totalt 4 kodegrupper med tilhørende subgrupper. Se tabell 2.

**Tabell 2.** Kodegrupper og subgrupper

<b>Livskvalitet i oppveksten</b>	Kontrollerende oppdragerkultur	Fattigdom som stigma	Emosjonelt fravær	
<b>Migrasjon</b>	Au pair som springbrett til et bedre liv	Søken etter tilhørighet		
<b>Forholdet til ektefellen</b>	Uforløst kjærlighet	Ektemannens avhengighetsproblemer	Skam over ektefelle og livssituasjon	Integrering – mangel på informasjon og oppfølging
<b>Forholdet til barna – egne og stebarn</b>	Avstandsmor- om å forlate egne barn	Å få eget barn til Norge	Å bo sammen med egne, dine og våre barn	

## 4.2 Livskvalitet i oppveksten

En kodegruppe ble gitt betegnelsen ``Livskvalitet i oppveksten`` og består av 3 subgrupper. Disse handler om informantenes livsvilkår i barndommen, og deres håp, drømmer og mestringsstrategier den gang da.



Figur 3. Kodegruppe «Livskvalitet i oppveksten»

### 4.2.1 Fattigdom som stigma

Alle informantene har bakgrunn fra arbeiderklasse- eller jordbruksfamilier. Informantene fortalte at arbeidsledighet og sykdom har ført til at familien måtte prioritere hvem av barna som skulle fortsette på skolen og hvem som skulle søke arbeid. Familiene hadde ikke råd til å sende alle til skole, og guttene ble prioritert før jentene. Dersom man falt ut av lønnet arbeid, hadde man heller ikke råd til helseforsikringer. Samtlige informanter forteller om vanskelige situasjoner hvor de måtte starte å jobbe for å forsørge resten av familien;

*Because I stayed at my mom until I was 13 years old. Because of difficult, when my father stopped to work. And it was difficult to find another job. And daily for the food. So I asked my aunt in another part of the Philippines and asked her if I could come there. Because my brothers other two was studing too.*

*It's not free to go to school. It's so expensive. And in that time my oldest brother was in college. Some of us had to stop going to high school so my brother could continue.*

Vi vet at fattigdom er stigma i alle kulturer, også de som vi i vesten anser som generelt fattige (Farstad, 2018). Dette er også noe informantene forteller om, hvordan fattigdommen påvirket dem og deres selvfølelse. De skammet seg over å ikke kunne delta i klassetreff og aktiviteter på skolen, og kjente en følelse av opplevd utenforskap;

*``We were very jealous to our classmate because they had friends, tv and everything but we don't.*

Flere av deltakerne forteller at de levde i en vanskelig balansegang mellom egne ønsker, drømmer og behov og det å tilfredsstille (stor-)familiens behov.

*I didn't save much because my father got sick, my mother had loan, and after that my sister needed help. So after these it was like I gave up my dreams. I just embraced what I have now. I couldn't save money to study law school*

#### **4.2.2 Kontrollerende oppdragerkultur**

Informantene beskriver familien som en enhet med et patriarkalsk hierarki og med faren som familiens overhode. Hierarkiet og barneoppdragelsen var preget av sterke slektsbånd som er typisk for et kollektivistisk samfunn.

Samtlige informanter beskriver en streng oppdragelse med fysisk avstraffelse dersom man ikke følger familiens leveregler. Mange beskriver uforutsigbart sinne hos fedre:

*My father hate that after you eat, you don't fix the tables, and wash the plate. So when he came home from the farm, he was so angry. And then he was shouting and we were in the neighborhood watching TV. Because we did not have Tv. So he dragged me from the stairs with one foot. Dragged me down. I was crying because I'm just 9 years old. And when I was at home, he stepped on my body, so I was really crying to much, then my mother said that's enough so he get angry. And my mother is scared too because he could physically hurt you, you know. We were worry he be angry you know. All the time.*

Streng oppdragelsesstil som inkluderer slag og vold er ikke forbeholdt fedre men også mødre: *“They were very strict. My kind of family are very normal in Philippines. So parents just hit you if you dont listen”*.

Barna skal være lydige og underdanige, og spesielt jenters seksuelle ære er viktig å hegne om: *“Religious my parents you know. If a man hold your hands you should marry my daughter. It was that tradition”*.

Informantene fortalte videre om sin religiøse tro som ikke bare en individuell tilslutning til den katolske kirkes tradisjoner, men også som et sosialt fenomen. De følte tilhørighet gjennom religionen, og flere av kvinnene fortalte at ut i fra den katolske kirkes tolkning, har kvinnene plikt til å hjelpe familien og være lojale mot sine menn. Slik spiller religion en viktig rolle i hvordan familietradisjoner og manns- og kvinneposisjoner skal defineres.

Informantene beskrev utflytting fra familien som en befrielse fra alle de religiøse og familiære regler, hvor faren styrte spesielt sine døtre, med stor kontroll og avstraffelsesmetoder;

*It`s a lot of, I feel free. I feel free now than I was when I was young and when I was teenager. Becuse my parents were very strict you know. I feel free now. I can do whatever I want now. I`m free to go with my friend, because my parents are so strict and kl. 7 must be in the house. It`s very strict. So I never get boyfriend or never been dating. School, home, thats it. They are so strict.*

### 4.2.3 Emosjonelt fravær

I tillegg til fattigdom og sosial og økonomisk utrygghet, fortalte mange av informantene historier om emosjonelt stress i form av tap av nære relasjoner og savn etter omsorg:

*Oh, fuck, hmm, my childhood is, hmm, It was difficult. Because my mom, she left when I was probably very, very young. We had to help our grandparents to run the farm. Help them every weekend. And if we didn`t do that, then we couldn`t be able to go to school.*

I beskrivelsen kan vi også ane en opplevelse av mangel på verdi, altså verdighet. Mange av informantene beskrev at de følte seg alene og ensomme, at ingen brydde seg om dem. En av kvinnene beskrev denne følelsen som:

*“Han (faren) brydde seg ikke om hvordan vi (informanten og søsken) følte oss”*.

En annen kvinne sa det på denne måten;

*“The hard part may be because, is that, hmm, it feel like my father doesn’t care, how would we feel, about it. And the worst is my grand parents was ok with it. They say it’s just normal”.*

I tillegg til å ikke kjenne seg verdsatt eller brydd om, så fortalte kvinnene at omsorgspersonene deres ikke var emosjonelt tilgjengelige. Dette forsterket følelsen av å være verdiløs, og det vitner også om mangel på kjærighet og følelsen av å være elsket:

*I feel like, (crying) like family things in school, my parents wasn’t there (difficult to talk, crying). It feels so like, (she knocks on the table with her finger), why do I have to get through this? Like, even my father, I would say I have meeting at school, he would just say, they would just pay for it, I don’t wana be there. I don’t wana know what’s happening about you (crying).*

En informant fortalte at hun opplevde dødsfallet til sin søster som svært traumatisk, men at dette kunne man ikke snakke om med noen i familien;

*After my sister died, I jumped down the balcony. And my father was in the store. And I had to run. And it was like a big trauma. And at the same time my mamma was pregnant to my youngest brother. And before we burried my sister, my mom gave birth to my youngest brother. And when she died was my birthday. And I felt ahh, I am not happy. It felt like I had mixed emotions. And I feel so lonely. And nobody to talk with.*

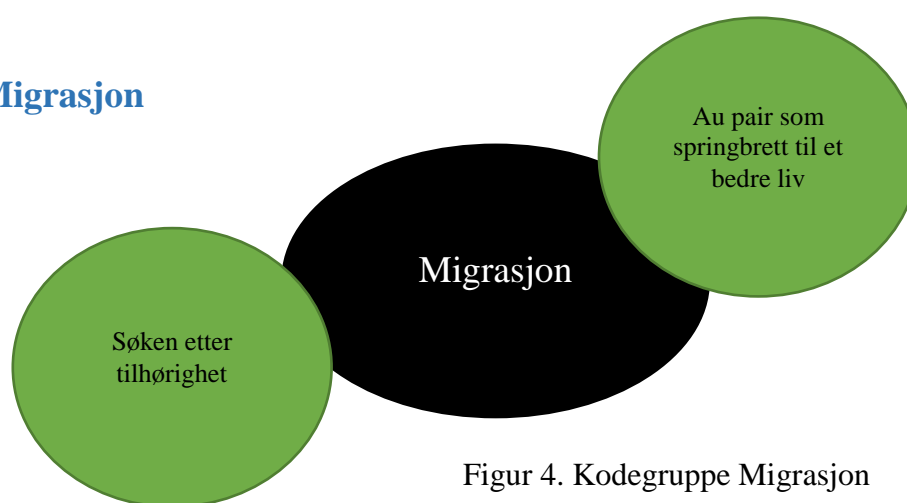
Mange av informantene fortalte at på grunn av følelsen av å være ensom og forlatt til seg selv, så mistet de motivasjon til å gå på skole, og utviklet en destruktiv atferdsendring for på denne måten få oppmerksomhet fra omsorgspersonene;

*The struggle is so real because we have to, well, me, I, my two brothers didn’t countinued studing because of our situation at home. First I did good, I really did good, because He would see that I’m doing good. But then no (crying). Then I tried something not me. I did go drink with my friends, go out in the night, but it dosn’t changed me as a person. Probably if they see me with this people they would say something about or, just notice me.*

Informantene beskrev atferdsendringen som en ``flukt`` fra en vanskelig og krevende hverdag. Samtidig gjorde dette at hun ble sett, om enn på en negativ måte.

Betydningen av *emosjonelt nærvær* ble også satt ord på, om enn på en kanskje mer håndfast måte enn vi ofte forestiller oss. Mor til en av informantene jobbet som vaskehjelp for å kunne finansiere sin datters skolegang. Kvinnen, som da var jente, opplevde dette som en sterk anerkjennelse av seg selv; ``*She want us to finish our school. She said to me this is the only thing that they can give to us because no one else can take it from us*``. Informanten var så takknemlig for foreldres innsats at hun til tross for sult, syk far og angsten for en usikker framtid, klarte å føle seg oppreist og motivert for å holde ut den utfordrende livssituasjonen.

### 4.3 Migrasjon



Figur 4. Kodegruppe Migrasjon

Det andre hovedtemaet som tydelig kom frem gjennom intervjuene, var migrasjon. Herunder gir de uttrykk for hvorfor de migrerer, hvordan de migrerer og hvordan de søker etter tilhørighet i det nye hjemlandet.

#### 4.3.1 Au pair som springbrett til et annet liv

Kvinnene er tydelige på at det først og fremst er fattigdommen og det som følger med denne, som har gjort at de valgte å migrere. Det virker som at den viktigste reisen ut av Filippinene for kvinner er å bli au pair. Dette kan man bli ved å melde seg til et agenthus, reise til slektninger i andre land eller skaffe seg vertsfamilie på annen måte.

Deltakere som hadde meldt seg til agenthus, spesielt i Filippinene og Singapore, hadde dårlige økonomiske kår. Alle informantene fortalte også at de ble fysisk mishandlet og sjikanert av

agentene, i tillegg til at de følte seg utnyttet av vertsfamilien. Dette medførte selvsagt et ønske om å bytte vertsfamilie:

*“They abuse, you know. In the agency they could kick you, why you want to quit your boss? What`s wrong with you, they could slap you, you know”.*

Og de fleste opplevde seg overvåket og fanget, dette gjaldt både de som jobbet i og utenfor Europa:

*“Then they took your passport. They took your telephone. You are not allowed to have telephone. So I have only on Sunday for couple of hours.*

Etter at de begynte å jobbe som au pair, satte de sin ære i å gjøre en god jobb og være tro mot vertsfamilien. Etter hvert utfordret vertsfamiliens atferd og holdninger kvinnenens lojalitet og følelse av tilhørighet. Løsere tilknytning på grunn av vertsfamiliens behandling av informantene antas å ha vokst fram, og informantene begynte å se seg om etter mulighet for å bytte vertsfamilie. Kvinnene klarte på egen hånd å kontakte andre agenter for å finne seg nye vertsfamilier, noe som kostet mye penger;

*Then, a friend, told me that, she was from Singapore too, which agancy she use. So I went there, when I have off. And then I have interview and I pay like 45000 pesos to process my papers and find some host family here in Norway.*

På tross av mange kontrolltiltak som inndragelse av pass og begrenset bevegelsesfrihet, klarte informantene å finne løsninger som hjalp dem ut av den fastlåste situasjonen. Gjennom sine sosiale nettverk eller tilfeldige kontakt med andre, klarte de i det skjulte å orientere seg mot andre vertsfamilier, gjerne i skandinaviske land:

*“So I was doing that behind their back because I said if I was stay here what life would be, you know”.*

Kvinnene trodde de skulle få det bedre bare da de kom til Norge. Det viste seg å ikke stemme. Kvinnene opplevde å bli kontrollert, nedverdiget og krenket:

*“I did not get so much food in the house. And I couldnt eat with them. They eat first, and then she told me that they are finish. And then I eat what was left on the table”.*

En kan bare være au pair i Norge i to år. Derfor vurderte mange ekteskap som en permanent løsning til au pair ordningen. Alle kvinnene beskrev at de gjennom et godt giftemål håpet og trodde at de ville få en trygg framtid og slik gjenvinne sin verdighet. Mye av denne troen er knyttet til idealer som i høyeste grad i Filippinene er allmenne forestillinger om skandinaviske land og menn med lyst hår og blå øyne;

*``Actually marry to a foreigner, with white skin was my dream. When i was young. I dont care what nationality, as long as it is white skin``.*

De kvinnene som ikke kom til Norge som au pair, søkte etter en hvit kjæreste over internett.

*My husband. I got known to my husband by internet. Its practical in any way. I met him in 2007 and then got married in 2008. In 2008 he knows that im finishing my contract. So I told him that I need to move. So I told him if we dont have plans to get married its better for us to get seperated. So he say maybe we should get married. So you could stay in Norway. Just like that. So we got married. Just like that.*

### 4.3.2 Søken etter tilhørighet

Vi vet at det er en krevende prosess å flytte fra eget land, språk og kultur til et ukjent sted med annet språk, kulturelle koder og klima. Det å da ha kontakt med noen fra sin egen kulturbakgrunn kan være veldig verdifullt (Odden, 2018). Dette vitner også kvinnene i denne studien om. En av informantene understreket hvor betydningsfullt det var å ha bekjentskaper, og hvordan dette gjorde det lettere å tilpasse seg i det nye landet;

*Where are the people, why is it so quiet. There were no cars. I was staying for two, three days with my sister. I told her I wanna go home. Because it was so sad. I'm used to a lot of people. Here is so strange. And people would help you. More, hmm approachable. But it dosn't take so long time for me to adjust because I had my two sisters there. And they don't smile, that, in to stranger.*

*Normally people in Philippines when they ride the bus when there is the first seat, when they come in, they take the first seat. But here, no. It feels like why is it like that.*



Sosiale arrangementer og transportmuligheter var et sentralt punkt som informantene var svært opptatt av, og de følte seg ensomme og mente at det er dyrt å reise i Norge:

*Norway is a cold area. But I didnt know there are so much bom (road toll)! And that there are so few busses to go around in the town. In Philippines you can whenever go to the neighbours and talk to them..*

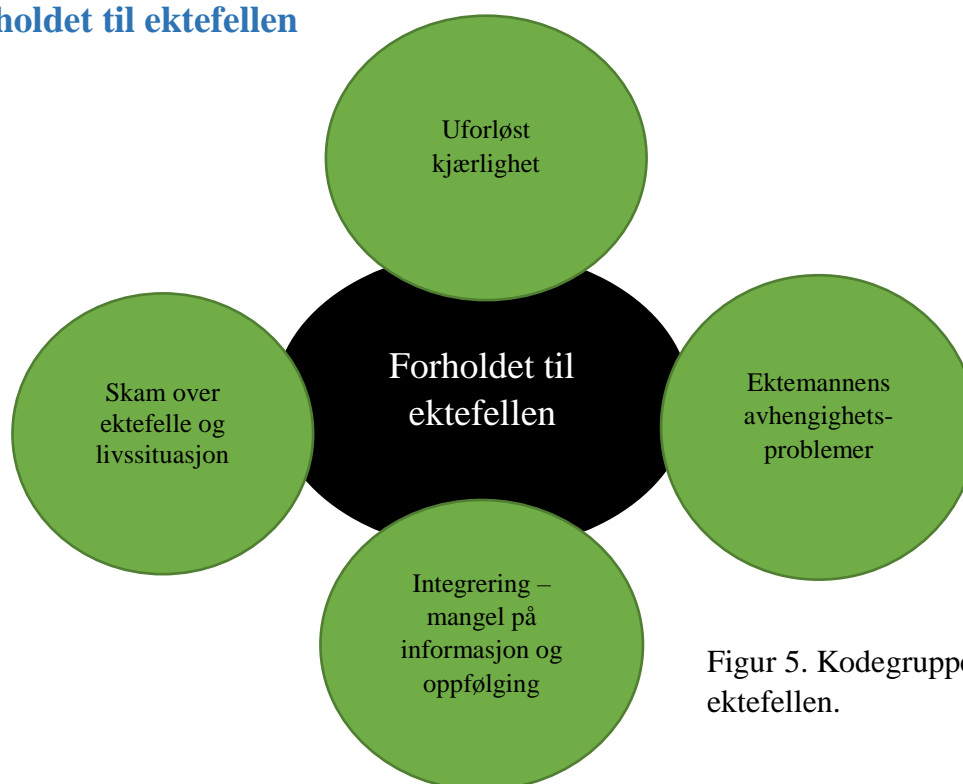
Deltakere nevnte også at å bli en del av en filippinsk menighet (vanligvis som en gruppe i den katolske kirken på stedet) var til stor hjelp.

*I know a lot of new women who come here. I understand them if they want to get married here. But there are a lot calling and asking me about what to do in the papers and what to do. And I try to talk to them about what i know. That I hope that they still keep working instead to get married. And earn money. And that they should learn the cultur and the Norwegian language. That is important.*

Det som deltakerne understreket mest var mangel på opplevelsen av tilhørighet og å være elsket. De sa ja til sine ektefeller fordi de følte seg elsket og ønsket, og de ble forelsket selv. Kvinnene vurderte partneren seriøs i sine intensjoner og kjærligheten var hovedgrunn for at de giftet seg. Samtidig ble de lovet velferd, jobb, økonomisk status, og likeverd.

*``And he said that may be it`s, you have, you could get a career here. He said that probably it`s a smart idea for you to come here, instead``.*

## 4.4 Forholdet til ektefellen



Figur 5. Kodegruppe Forholdet til ektefellen.

Som allerede beskrevet så ble ikke livet utenfor Filippinene så enkelt og godt som kvinnene hadde håpet og drømt om. Dette gjelder også i forholdet til ektemannen og det å danne en ny familie.

### 4.4.1 Uforløst kjærlighet

Tre av informantene fortalte at de møtte sin mann gjennom internett mens de var i fulltids arbeid i Filippinene og land i Midtøsten. De var fornøyde med sitt liv og inntekt. Alle tre kvinnene mente at det hadde gått veldig fort fra de bli kjent med kommende ektemann og til de giftet seg og flyttet til Norge. I ettertid ser de at de burde ha tatt seg bedre tid til å bli kjent med mannen før de bestemte seg;

`` *Yes. I wish I had knew him better and i wish I did not go in that situation that fast*``.

Kanskje skyldes denne etterpåklokskapen at forelskelsen gikk over? Eller at forventningene til en norsk mann var for høye? Eller at kulturforskjellene ble undervurdert? Uansett årsak så falmet den positive opplevelsen ganske raskt etter at paret giftet seg og flyttet til Norge, og da

er det kommunikasjonsproblemer som kvinnene trekker frem som hovedårsakene til at forholdet endret seg;

*``For my experience, I think I did challenged myself so bad that I, it`s so different. Because the communication is the problem as allways``.*

Deltakere understreket at mennene ble etter hvert veldig unnlåtende og sluttet å bry seg om sin kone. Kvinnene følte at mennene hadde mistet sin interesse i dem og at de ikke elsket dem lenger. Denne følelsen av å ikke være elsket ble satt i sammenheng med å føle seg verdiløs; *``He dosn`t care sometimes. When you want something dosent care what is your feeling any more. he was careless, and feelingless``.*

En av deltakerne fortalte at hun krangler ikke lenger med sin mann i redsel for at han skal bruke det som en unnskyldning for å skilles. Dette gjør henne svært engstelig fordi hun ikke ser at hun kan klare livet som enslig mor;

*The love is gone. The way he treated me. I want to still.. becuse of my son. No argue nothing. I have job, I go home. Take care of my son. Take care of my family. No discution at all. I`m not ready to be a single mom. I want to be as much as i can.*

De fleste deltakere beskrev opplevelser av avvising fra ektemannen. Dette kunne være i særlig sårbare situasjoner, som når hun var syk og trengte både konkret og mental omsorg;

*And my son sit beside me and he knows i`m sick. So he hug me ...and I ask him to make me waffles, i`m crying there of pain on the sofa, and he (the husband) answered me i`m reading you can make it by your self. And my son told his dad: pappa du må lage mat fordi hun er syk.*

Alle informantene understreket at den emosjonelle avstanden i ekteskapet økte etter hvert som tiden gikk. Dette skjedde selv om den økonomiske tryggheten var intakt. Denne emosjonelle distansen gjør kvinnene triste og utrygge;

*``Probably he did help. But I didnt felt it. Financialy, yes he did. But helping me out, emotionaly and things like that, was different``.*

#### **4.4.2 Ektemannens avhengighetsproblemer**

8 av 9 kvinner fortalte at ektemannen har vansker knyttet til pengespill, gaming eller alkohol. De opplever dette som et stort problem som har påvirket samlivet og relasjonen til ektemannen. Det fører bl.a. til at mannen isolerer seg og ikke deltar i familielivet slik det er forventet. Det fører også til mer trakassering og vold mot kvinnene.

*But the problem is that he is addicted to the camputer games! I tried to change that. I tried to help him. I tried to talk to him every time. He could just sit down and play and do nothing else.*

Ektefellenes avhengighet gav seg utslag i manglende engasjement i barna og husarbeid. Kvinnene forteller at de hadde prøvd å tematisere problemet, men at de etter hvert ga opp;

*First I could not understand it. And when he said bad things to me i could say it back to him. But the thing is, it`s not easy. I was thinking that this is the man i am married too. So I just need to accept that. So I tried to adjust on his side. So I could absorve everything that*

#### **4.4.3 Skam over ektefelle og livssituasjon**

Kvinnene fortalte at de føler seg ensomme i samlivet, og de mente at partneren ikke prioriterer ekteskapsloftene. Dette var ikke det som de hadde drømt om! Et typisk trekk er at skuffelsen over ektefellen økte i takt med mer kunnskap om norsk lovverk, kultur og tradisjon. En kvinne fortalte at hun fra en venninne fikk vite om regler for pappapermisjon. En annen fortalte at de reiste hjem fra fødestuen 1 time etter fødselen fordi mannen hennes sa at det var slik det var. I ettertid forstår hun at det ikke var riktig. Dette gjør at hun i praksis føler at hun ikke har en ektemann;

*“One hour because he needed to go home. I was in the hospital, one hour. I’m a survivor (tears in her eyes). I was new here in Norway. I don’t know. I am married, but I don’t have a husband”.*

Som tidligere beskrevet har fem av ni av deltakere fortalt at de har blitt utsatt for fysisk og/eller psykisk vold og aggresjon i samlivet. Dette har skapt utrygghet og redsel og psykisk stress hos informantene;

*So he started to get angry. For example he took some chair and slammed it really bad or something like that. He can hit the glass on the table and shout I’m so stressed with this and that, so it’s not good for me you know. I get very stressed.*

Et typisk trekk for kvinnene når de beskriver disse opplevelsene, er at de kjenner skam. De skammer seg over livssituasjonen sin og føler seg ensomme. De skammer seg over at livet som gift i Norge ikke ble som de hadde drømt og håpet om. Og denne skammen er taus, de snakker ikke om den til noen. I så måte kan vi si at skammen blir usynlig. Flere uttrykte under intervjuene, at det var første gang de snakket om dette til noen.

*It was time I was crying in the bus you know because i felt I was alone. I was thinking if the situation get worse I don’t have any family here. The only one who knows about my situation is one of my sisters. No body else knows about.*

Deltakerne hadde ønsket seg å etablere egen familie hvor de kunne skape et hjem og tilhørighet, tilknytning og kjærlighet i et samfunn med sosial og økonomisk trygghet. De følte at de satt i en fastlåst situasjon hvor de ikke kunne gjøre annet enn å holde ut, i redsel for å bli kastet ut av landet: *“I know if my husband is abusing me I can go to krisesenter. Police station. But that’s it. And I know that if you are not permanent here, you can not divorce your husband”*. Det eneste alternativet de så, var derfor å akseptere livet som det var blitt.

#### **4.4.4 Integrering – mangel på informasjon og oppfølging**

Samtlige deltakerne savnet mer informasjon og mer oppfølging etter ankomst. De følte at de hadde blitt overlatt i altfor stor grad til sine ektefeller:

*``Some one should take contact with us. oh.. I didnt know about alot aside from going to helsesøster. Back then I did not know alot because when I arrived here three months after I was pregnant``.*

Deltakerne mente at ensomhetsfølelsen og store utfordringer i ekteskapet, førte til at deres integrering ble påvirket i en negativ retning. Mange klagde på at det var store krav til deltakelse på skole og arbeid, og at disse kravene førte til ekstra belastning i form av veldig mye stress og bekymringer;

*``Drama at home, and you have do so much for staying in Norway. So its very tough. Work and school. It is very much stress. No one told me what to do. Some one should take contact with us``.*

De ulike historiene som kvinnene fortalte om sine utfordringen knyttet til integrering, understreket et stort behov for oppfølging og forbedret tiltak som kan ivareta bedre informasjon om ulike samfunnstjenester. En av informantene sa som følgende;

*I wish that if you have some problems with your husband you could call for some aid or call some person who could give you advise for that you can do this. Or if your husband is physically injured you for exampel. That you can get help if you are not happy with your husband even you have not permanent stay. That you have a safe place to go without risking be deported.*

Det eneste offentlige etat og tjeneste som kvinnene visste om var UDI og politiet. Noen av informantene hadde våget å ringe UDI for å forklare hva hun ble utsatt for i forholdet, og spurte hva hun kunne gjøre for å komme seg ut av ekteskapet;

*``I called UDI and explained about my situation. They said when you are applying for renew your stay or seek for permanent. If your husband don`t sign we will deport you. Even if you have 100% work``.*

Slike opplevelser beskrev flere av deltakerne som avvisning og at ingen brydde seg om dem. Uten familie og nettverk og med negativ erfaring med offentlige tjenester, følte de seg verdiløse og alene. De opplevde at de ikke var en legitim del av samfunnet. De ønsket mer og tettere oppfølging ved ankomst, gjerne fra ressurssterke kvinner som har vært lengre bosatt i Norge og som kjenner til landets regler og hjelpeapparatet;

*I think, they should be aware about the language barriers and work. And opportunity. And that, yes it is good and we should be in the system, and get into the, like because we are, immigrants, but at least like then the immigrants should know what she is going in through. When you are less educated, then you have less opportunity in this country. That's the main point. You have to learn their language and it doesn't take that.. if you don't, if your partner is not helping you out, talking their language. It doesn't help you either.*

Kvinnene beskrev ikke arbeid og skole som en smidig og motiverende måte å integrere seg på i det norske samfunnet. De har opplevd å være konstant under press for å få rett til oppholdstillatelse. En av kvinnene oppsummerer sine 5 år i Norge på følgende måte;

*I dont really know. It's a very tough life. I know that when you get married you have go to school and finish your school. You must have stable income, drama at home, and you have do so much for staying in norway. So it's very tough. Work and school, it is very much stress.*

Det sosiale nettverket beskrev kvinnene som svært begrenset, spesielt like etter at de kom til Norge. Likevel, etter lengre tid i landet hadde de fremdeles bare sin ektemanns familie og nettverk å forholde seg til. Slik kan det se ut til at kvinnenes integrering er svært avhengig av ektemennene. Selv fortalte kvinnene at de prøvde så godt de kunne for å tilpasse seg mannens interesser og fritidsvirksomhet;

*Yeah. So I learned to how it is like, so to feel like, he would feel like I'm also interested in about the things he is interested in. But I just realised in a long term it's not for me. The problem is, when it's my thing, he doesn't like my thing. So that's a problem as well.*

Kvinnenes beskrivelser omhandlet videre en opplevelse av at deres ektemann hadde lite eller ingen familie eller annet sosialt nettverk. Åtte av ni ektemenn hadde få familiemedlemmer eller ingen rundt seg, og det sosiale nettverket var svært begrenset eller fraværende. I tillegg kunne det virke som at kontakten var begrenset;

*`` So his family are not here. But he is not communicating with them. and in his weekend he wants to relax. He doesn't go out with his friends, no. He is allways home. Reading the news, playing, what ever``.*

Men det var ikke bare ektemennene som hadde liten eller dårlig kontakt med familie og nettverk. En av informantene fortalte om at ektemannens foreldre var slem mot henne, og hun opplevde dem rasistisk og svært uhøflig og avvisende. I tillegg opplevde hun at ektemannen ikke gav henne støtte på dette, men også var voldelig selv, noe som smertet;

*De var slem mot meg. Det var tydelig at de ikke likte meg. Han slo meg ikke, men tok kvelertak på meg og dyttet meg og presset meg mot veggen. Da den psykolog jeg snakka med på familievernkontor da, dem satt seg i hodet mitt at den var ikke mitt feil. Da begynte jeg å fortelle at han slår meg, hun ville at jeg skulle anmeldt han, når han slå meg. Men jeg sa til hun, at jeg kan ikke. Jeg tenk på ungene mine. Og jeg klarer meg selv.*

Mange av deltakere fortalte at de i perioder hadde vanskelig for å omgås venner eller å møte bekjente fordi de hadde det så dårlig i samlivet og med seg selv. De ville heller ikke at andre skulle vite at de har det så dårlig i ekteskapet;

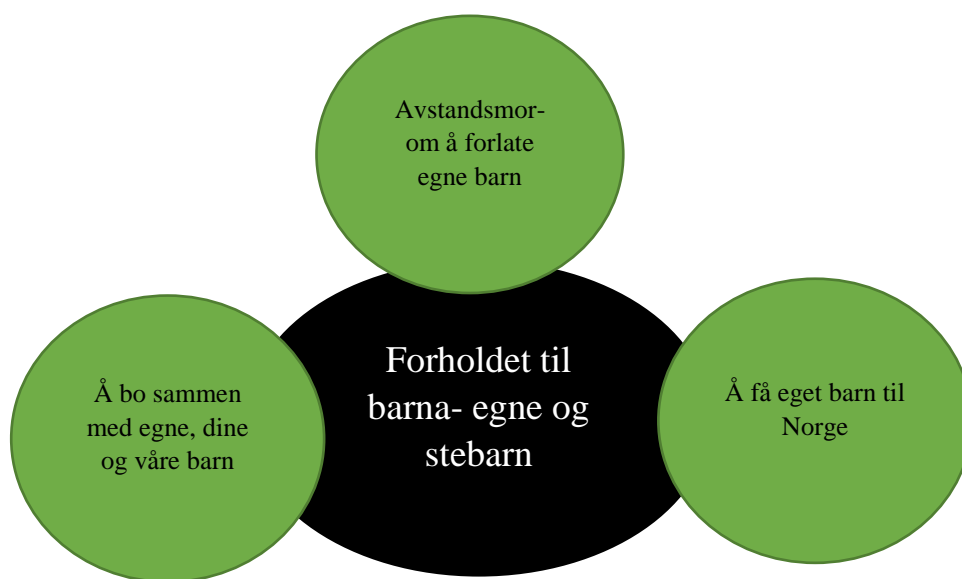
*`` Nobody know. But maybe one friend. But not very much ``.*

Alle deltakere hadde noe grunnleggende kunnskap om skatt, fastlege, politi og UDI samt en ide om hva barnevernstjenesten var. Men kunnskapen var ofte ikke alltid korrekt og riktig, For eksempel hadde de hørt mye skremselspropaganda om barnevernstjenestens mandat og oppgaver, noe som gjorde dem livredde for alt som hadde med dem å gjøre.

En av informantene ble spurt om hun hadde fått anledning til å engasjere seg i politiske debatter, rettigheter knyttet til fagforeningsorganisasjoner, arbeidstrygd, bo-støtte og liknende. Da svarte hun; *``I dont know. I know you can stay here``.*



## 4.5 Forholdet til barna - egne og stebarn



Figur 6 Kodegruppe Forholdet til barna – egne og stebarn

Kvinnene har hatt mange utfordringer og bekymringer knyttet til både sine egne og ektemannens barn. En av kodegruppene handler derfor om forholdet til egne barn og stebarn. (Se figur 6.)

### 4.5.1 Avstandsmor- om å forlate egne barn

Tre av ni informanter måtte forlate sine barn til slektninger for å søke arbeid i utlandet. Mange filippinske kvinner jobber som «fremmedarbeidere», vanligvis i arabisktalende land, Hong Kong eller Singapore. I disse landene er lovverket knyttet til fridager og ferie svært annerledes enn i skandinaviske land, og mange av dem treffer ikke barna sine før etter mange års arbeid i utlandet. Pårørende, søsken og nære slektninger fungerer som fosterhjem for barna som må bli igjen på Filippinene.

Kvinnene fortalte at separasjonen var en stor emosjonell belastning for både mødre og barna; *``My father took care of the baby and my sister and then I went abroad, and I missed them so much. I call my daughter and she was crying. She was almost 5 years old. Yeah. It's very painful``.*

De av kvinnene som hadde mulighet for å bruke internett hadde daglig kontakt med sine barn, og på denne måten fikk man opprettholdt kontakten. Informantene fortalte at det var vanskelig for barna å forstå hvorfor moren reiste fra dem, og de gråt ofte i samtale med sin mor. Fosterfamilien prøvde å trøste barna og forklare grunnen til at mødre reiste, men med variert resultat. Særlig de minste barna hadde store vanskeligheter for å forstå og tilpasse seg separasjonen fra moren;

*The eldest, he understand. A little. This is not for me. This is for both of you. But the other one no. My parents slowly talked to him. And I talk all the time. Skype. Because i`m not the one who is taking care of them. They are small. They missed me so much.*

En annen informant fortalte at hun dro hjem for å besøke sitt barn annethvert år etter at hun kom til Norge. Hun forteller også at hun mange ganger har prøvd å motivere barnet til å flytte sammen med henne til Norge, men barnet har ikke villet løsrive seg fra bestemoren. Informanten fortalte om sorg hver gang hun reise tilbake til Norge, og hun hadde emosjonelle vansker hver gang hun møtte barnet igjen i hjemlandet fordi hun opplevde at hun ikke fikk den anerkjennelsen som hun forventet å få som mor til barnet;

*Of course it`s too painful for me. I am the mother. I did everything for them. But when they didnt want to sleep with me and said no to me and wanted to sleep with my sister, it hurts. Because i`m the mother i do everthing. And then like that. You know.*

Sitatet over forteller at separasjonen gjør mor og barn fremmede overfor hverandre. Dette kan være særlig smertefullt fordi kvinnene reiste fra barna sine nettopp for å investere i deres framtid og velferd, noe de uttrykte stolthet over.

#### **4.5.2 Å få eget barn til Norge**

Flere av mødrene tok med egne barn til Norge. Dette var ikke lett. Barna ble slik separert fra betydningsfulle andre. De hadde mistet sitt nettverk av familie og venner og de hadde store utfordringer med å lære seg språket. En av kvinnene fortalte at barnet gråt og strevde med tilpasning;

*it was really hard. It was cold and my children used to go out, had a lots of friends, so here they must to stay inside. Oh my god. And then she started to quarreling, so I said do you want to go home to Philippines? And she said yeah. I want to go home. And I thought it was better for me and my husband and for her as well. So I talked to her and said if you want you can go. Barnevern got involved because my daughter was sad at school and she was telling that she was going home. So we went to barnevern, and barnevern seperated my daughter from me.*

Det viser seg at det ikke bare er barna som strever med å tilpasse seg en ny familiesituasjon. En informant fortalte at hun har store utfordringer med barneoppdragelsen, både fordi hun hadde jobbet utenfor Filippinene mens barna var igjen hos slektninger, men også fordi det på Filippinene var hushjelpen som tok seg av deler av omsorgen og oppdragelsen av barna.:

*Because the first time to get together like, when I go vacation in the Philippines, saw each other they look like, they are very different. Different from me. Because I'm not the one who taking care of them. And because in the Philippines I have servant at the house. I'm not using to have children at home also, but, they\_a like, mama give me like this give me like that.*

Til sist forteller informantene at det å ha egne barn med til Norge har skapt konflikter med ektemannen, særlig med tanke på oppdragelse av barna. Dette har de opplevd som svært vanskelig og krevende. Sitatet nedenfor viser at kvinnen og ektemannen har ulike måter å tilnærme seg barnet på. Der kvinnen ser et barn som lider og trenger støtte, så ser ektemannen et vanskelig barn som trenger disiplin og en hard hånd:

*My husband wanted to discipline her. I thought its ok as far as he didnt hurt her. And I told him understand it that she is new here. And she was far from me so she need my attention. But he said no, no, no, no. We should disiplin her. She should listen.*

Og de har vurdert å forlate ektemannen pga dette. Problemet deres da er at de tror at de blir sendt tilbake til Filippinene. De oppfatter det slik at de ikke har rett på lovlig opphold i Norge dersom de ikke er gift med en norsk ektemann. Slik føler de seg fanget i en umulig posisjon. De strever med barns tilpasningsvansker og egen skyldfølelse for å ha forårsaket barnets lidelser, og konfliktene med ektemannen:

*``Sometimes I was thinking may be I should get out of this house. But of course I had to stay because of my daughter. Because it as a better life for my daughter. But he knows about that as well``.*

### **4.5.3 Å bo sammen med egne, dine og våre barn**

#### **4.5.3.1 utfordringer knyttet til stebarn**

Tre av 9 informanter bodde sammen med ektefelle og hans barn. To av disse 3 kvinnene hadde store utfordringer knyttet til oppdragelse av stebarna. Begge sa at stebarna viste manglende respekt for både far og stemor. En av informantene fortalte at hun og mannen ofte kranglet om barnets holdninger til sin far, holdninger som informantene fant uakseptable. Hun opplevde også at barnet aldri anerkjente kvinnen som sin fars kone. Også etter at jenta flyttet ut mente informantene at det var store utfordringer knyttet til hennes nærvær og særlig når hun kom på besøk;

*``The only problem is the daughter is there. Thats the only conflict we have. It was so much arguing between us. Oh, very, very challenging``.*

Den andre kvinnen understreket også store utfordringer knyttet til ektemannens datter, men her sier kvinnen at hun og ektemannen er enige i sin kritikk av (ste-)dattera. Konflikten handler om at ektemannen ikke konfronterer dattera med sin misnøye, men holder igjen i frykt for at dattera skal velge å bo hos sin mor. Begge informantene forteller at ektemannen forsvarte sin datter, og truet med å sende dem tilbake til Filippinene:

*``And he said to me may be you can have a vacation in the Philippines because I think you are so stressed with my daughter``.*

Også den andre kvinnen hadde opplevd at ektemannen tok sin datters side.

Den tredje kvinnen fortalte at det er ingen konflikter mellom henne og ektemannens datter. Det eneste som hun skammer seg over er at datteren er bare noen få måneder yngre enn henne selv.

#### 4.5.3.2 *Utfordringer knyttet til felles barn*

Når det gjelder felles barn er utfordringene av en annen karakter. Ved siden av å ha forskjellige meninger om barneoppdragelse, fortalte kvinnene om at konfliktene hovedsakelig handler om oppfølging av barna;

*``It`s just feels like I should have been there. (crying) and give my daughter better clothes. He would, you know the, the reaction is when i confront him, why did that happened, he answered me; I was hysterical``.*

8 av de 9 deltakere sa at det er svært krevende å være mor i Norge. På Filippinene ville storfamilien avlastet moren. I Norge opplever de at de har fullt ansvar for omsorgen for barn og husarbeidet. Ektemannen bidrar kun med det økonomiske. Dette gjør at de kjenner seg veldig alene. Heller ikke, også dette i motsetning til hjemlandet, kan de spørre naboer om hjelp. Denne følelsen av å være alenemor stresset kvinnene, og sa at det var en stor utfordring;

*I can not do that here asking my neighbour I just need to go to shower can you take care of my daughter? Everyone is busy. Aside from barnehagen, You have nothing. If you dont have family here. Thats struggle. I think i have struggled so bad, so much stress. It feels like med against the world.*

Flere av kvinnene trakk fram aldersforskjellen mellom ektefellene som en kime til konflikt i barneoppdragelsen. De mente at ektemannens høye alder gjorde at han ikke likte barnestøy, selv om dette også kunne være positiv støy fra lek og latter. Noen fortalte at barna selv etter hvert hadde uttrykt at de likte seg best hjemme når pappa ikke var der, fordi da kunne de leke inne.

*``He dosn`t like voice. Laughing and jumping. He dont like that kind of sounds. Because we distrub him. Because he`s reading or what ever. So he`s like that. He dont like noises. So my son like that his dad is not at home``.*

Samtlige informanter fortalte om sitt genuine ønske om å etablere sin egen familie, som de ønsket skulle være annerledes det de selv hadde opplevd i egen oppvekst. Samtidig kjente de

sterkt på at de i eget ekteskap i Norge kjente seg alene med alle utfordringene knyttet til samspillet med sin ektemann og sine barn.

#### 4.6 Oppsummering

Med bakgrunn i presentasjon av kodegrupper og deres tilhørende subgrupper, har studien følgende hovedfunn:

Deltakerne har hatt en svært kontrollerende oppdragelse, og fortalte at fysisk avstraffelse og kontroll er en naturlig del av barneoppdragelsen på Filippinene. Mange har opplevd alvorlig traumatiske hendelser i livet som separasjon og tap av nære relasjoner og omsorgssvikt.

Fattigdommen har vært en hovedmotivator for migrasjon. Drivkraften har vært å sikre en bedre livskvalitet for familien både på Filippinene, seg selv og ev egne barn. Kvinnene ble arbeidsinnvandrere gjennom tjenestearbeid eller au pair-ordningen. Arbeidsforholdene var ofte dårlige og midlertidige. Derfor var ekteskap med norske menn en sikrere løsning. Forventningene om et godt liv i et av verdens rikeste og likestilte land, ble derimot ikke som forventet. De opplevde alle ensomhet i samlivet med sin ektefelle, og fortalte at dette ikke var det de hadde drømt om da de forelsket og giftet seg.

Å ha forlatt egne barn i Filippinene for selv å flytte til Norge, har vært svært belastende. Ønske om bedre velferd har hatt sine kostander for både mor og barn, både da barna ble forlatt og etter gjenforening med sine mødre i Norge. Mor og barn har strevd med integrering og sosialt nettverk. Redselen for barnevernet har vært påtakelig, det har også vissheten om at opphold i Norge er knyttet til ekteskapet vært. Dette har gjort at kvinnene godtar å leve under vanskelige, og for mange av dem, voldelige forhold.

Deltakernes beretninger viser samtidig at de ser en sammenheng mellom opplevd egenverdi i forskjellige stadier i livet og opplevd psykisk helse og livskvalitet. Man kan også se hvordan behovet for verdighet og trygghet er veiledende i forhold til kvinnenens handlinger og mestringsstrategier. Enkelt sagt så ser de migrasjon til Norge og det å gifte seg med en norsk mann, som en mulighet til å gi seg selv og egne barn og familie i hjemlandet, en bedre fremtid uten de krevende og vanskelige oppveksthendelser og livsvilkår de selv hadde.

## 5. Diskusjon

### 5.1 Livskvalitet i oppveksten

Livskvalitet knyttes til nærvær av positive, og fravær av negative, følelser og opplevelser av livssituasjonen, og det har både subjektive og objektive aspekter. Den objektive livskvaliteten handler bl.a. om materielle levekår, menneskers funksjonsevne og objektive helsetilstand. Denne studien har større fokus på den subjektive opplevelsen av livskvalitet, som er knyttet til psykisk helse, og hvordan mennesker vurderer positive følelser som tilfredshet, ro, mestring og mening med livet. Mødrenes beskrivelser av sin oppvekst tyder på en krevende livssituasjon, med påfølgende konsekvenser som har påvirket opplevelsen av egenverd og selvrespekt.

#### 5.1.1 Fattigdom som stigma

I tråd med tidligere forskning så viser også funnene fra denne studien at deltakerne migrerer fra fattigdom og vanskelige liv (FN-SAMBANDET, 2019). De fleste av deltakerne har opplevd sult og fattigdom. De har hatt en svært krevende barndom med tap av nære relasjoner og alvorlig omsorgssvikt. Flere opplevde å bli plassert hos andre enn primæromsorgspersoner. Grunnet manglende velferdsordninger rammet sykdom hardt, og er hovedårsaken til at mange måtte slutte på skolen for å hjelpe familien økonomisk. Dette har påvirket deres livssituasjon på flere områder, både i form av bekymringer og stigmatisering på det sosiale planet. Det er mye skam knyttet til stigma, og det kan være en sterk drivkraft til å komme seg ut av skammen/stigmaet. Data fra intervjuene synliggjør en krevende kamp for å mestre skammen og den tøffe livssituasjonen. Deltakerne hadde utviklet ulike strategier for å unngå stigmatiseringen. Mens noen unngikk eksponering ved å isolere seg, og på denne måten skjule sine problemer og skammen, prøvd andre å være så *normale* som mulig utenfor huset; En av kvinnene fortalte at hun ikke hadde råd til å kjøpe mat på skolen, men hun latet som at hun hadde spist så mye kjøtt i hjemmet at hun ikke orket å spise mer. På grunn av lojalitet mot sine foreldrene og skam over å være fattig, valgte kvinnene å ikke fortelle noen om hvor vanskelig de hadde da. Noen andre flyktet gjennom kunstneriske uttrykk, som å skrive dikt, og synge karaoke, og noen søkte seg mot miljøer som misbrukte alkohol og rusmidler. Disse strategiene tolkes som måter å håndtere stigmaet og det såkalte avviket fra det normale.

Samtidig viser funn at den fremste overlevelsesstrategien var deltakernes håp om endring, og de våget å tro på at noe bedre er mulig. Og som beskrevet tidligere, arbeidsmigrasjon er den mest anerkjente og brukte strategier for å søke seg ut av fattigdommen.

### 5.1.2 kontrollerende oppdragerkultur

Streng oppdragelse og bruk av vold i familien ser ut til å være en naturlig del av kulturen, og både mor og far sto for utføring av vold og straff. Samtlige deltakere hadde opplevd en svært streng barneoppdragelse i oppveksten.

Det er mange kontraster i deltakernes forståelse og tolkning av volden i oppdragerkulturen. På den ene siden fortalte kvinnene at *det er bare sånn* i Filippinene, og at de kunne forstå at både mor og far utsatte dem for vold i oppveksten. Kvinnene tok skylden på seg selv fordi de hadde oppført seg utenfor de aksepterte normer og reglene i familien. Funnspeker på at kjønnspektivet er sentralt i forståelsen av oppdragelsen, og at streng oppdragelse er særlig rettet mot jenter enn gutter. Terskelen for hva og på hvilken måter gutter og jenter ble straffet på, kan forstås i lys av det patriarkalske samfunns hierarkiet hvor kvinne og menn har definerte roller og posisjoner i familien. Mens mange av kvinnene ble straffet fordi de ikke deltok i hverdagslige gjøremål i hjemmet eller at de oppførte seg uanstendig i lag med gutter, ble guttene straffet fordi de brukte rusmidler. Mange av kvinnene som ble straffet i tenårene for sin opposisjonell atferd, og grunnet omgang med såkalt *utsatte ungdomsgrupper*, mente at straffen mot dem var berettiget fordi de oppførte seg *dårlig og uakseptabelt*. Dette tolkes som manglende kunnskap hos deltakerne om å se sammenhengen mellom erfaringer i barndommen og utvikling av leveregler og mestringsstrategier senere i livet.

På den andre siden, var det interessant å høre at mens kvinnene reflekterte over forholdet til sine barn og utfordringene knyttet til barneoppdragelse, klarte de å rette et kritisk blikk mot oppdragerkulturen i hjemlandet. Dette tydeliggjør at kvinnene mangler grunnkunnskaper om barnets utviklingsstadier, og derfor har behov grunn for opplæring, reflekterende samtaler og oppfølging i forbindelse med dette temaet.

Kvinnenes refleksjoner tolkes som at de er i ferd med å utvikle en balanse mellom egen lært oppdragerkultur og familierelasjonene i Norge. De vet at de må, og dermed identifiserer de seg med de beste sidene av kulturen fra Filippinene og Norge. De stiller seg kritiske til bruk av straff og vold, og de ønsker å oppdra sine barn med en viss grad av frihet og selvstendighet. Samtidig understreker de at barna skal lære seg samholdet i familien som



mødrene er vant med fra hjemlandet, bl.a. forventer de at barna skal være høflige og opptre respektabelt i møte med eldre. Spenningsfeltet mellom mødrenes kulturelle normer og forventninger i oppdragelsen og barnas utvikling og tilpasningsprosess, kan by på nye utfordringer for kvinnene. Vil de da kunne skape en balanse mellom den oppdragelsen som de selv verdsetter, og barnas egne forventninger til seg selv og forventningene fra omgivelsen?

### 5.1.3 Emosjonelt fravær

Kvinnenes fortellinger tyder på uforutsigbarhet og fravær av tydelig og trygge voksenpersoner under barndommen. I noen tilfeller handlet dette om manglende omsorgsevne hos foreldre, hos andre handlet det om sykdom og dødsfall, noe som gjorde foreldre emosjonelt utilgjengelige for dem. Noen av kvinnene fortalte om sin ensomhet og at de ikke kan stole på noen. De er engstelig for at noen skal finne ut av livssituasjonen deres, noe som de skammer seg for. Og at de kan få kjeft for, fordi de er ikke tilfredse med livet sitt, noe som er knyttet til forventninger i religion og den filippinske kulturen. De er redde for å bli forlatt fordi det er et stigma å klage på en livssituasjon som alle de andre opplever det også. Kvinnenes unnvikende atferd kan tolkes som beskyttelsesmekanismer som de bruker som en leveregel for å beskytte sine dypeste, personlige følelser som utrygghet og frykt. Mange av kvinnene strever med en iboende frykt for å bli sviktet av familie og venner hvis de får vite om deres livssituasjon. Følelsen av utrygghet og redselen for å bli forlatt, har ført til at de har utviklet en leveregel om at «jeg er ikke trygg», og at de deretter bruker avvisning for å mestre denne utryggheten på. Sykdom eller andre utfordringer gjorde foreldrene emosjonelt utilgjengelig for mange av informantene da de var barn. Dette uttrykker de som meget smertefullt. De ble ensomme i sin håndtering av et vanskelig liv. Når barns livssituasjon er konstant preget av utrygghet og ustabilitet, vil dette prege barnet og gi det en opplevelse av mangel på kontroll og begripelighet (Nordanger og Braarud, 2017). Barnets trygge utvikling er avhengig av gode tilknytningsrelasjoner, først og fremst til sine nærmeste omsorgspersoner. Denne relasjonen skaper en slags mal for hvordan interaksjonen mellom mennesker skal være, som vil igjen ha en stor betydning for hvordan barnet skal omgås andre mennesker senere i livet. Mødrenes historier tyder på svikt på dette området, og derfor kan de ha utviklet en negativ leveregel som handler om å føle seg ikke ønsket. Denne leveregelen vil igjen føre til følelsen av ensomhet, å være utenfor og isolert, som gjerne kalles for emosjonell deprivasjon som er resultat av mangel på trygghet og varme, emosjonelt tilgjengelige omsorgspersoner og opplevelse av beskyttelse i de første leveårene. Makteløsheten som kvinnene har opplevd i møte med

fattigdom, sult, sykdom og vold, har utfordret mødrenes (OAS), og kanskje derfor de har hele tiden følt at de er slitne og i stort behov for å finne ro og å ha et sted hvor de kan kalle "hjem" (ibid).

Antonovsky sin salutogenese modell hevder det samme, at mennesket trenger en opplevelse av sammenheng og mening for å kunne kjenne at de har innflytelse på å definere og påvirke egen utvikling. Kanskje dette er medårsak til kvinnes opplevelse av manglende selververd, kjærlighet og nærhet i relasjon til sine nærmeste, både da de var barn og som voksne.

Et annet viktig funn i mødrenes fortellinger er kontrastene i kvinnes beskrivelser knyttet til familierelasjonen. På den ene siden rapporterte de om en svært streng oppdragerkultur, omsorgssvikt, og fravær av foreldres emosjonelle tilgjengelighet. Mange beskrev migrasjon ikke bare som en løsning fra fattigdom og usikker framtid, men også som flukt fra tradisjoner, forpliktelser og en streng religionsutøvelse. Mens på den andre siden beskriver mødre savn til sin familie og de nære relasjonene i hjemlandet. En forklaring på det kan være at kvinnene har det vanskelig i også i sitt nye hjemland. De føler seg fremmedgjort og de savner kjærlighet og opplevelse av verdighet. Dette er noe som de også savnet i oppveksten, at noen brydde seg om dem og var tilgjengelige for dem. Når drømmen om trygghet i lag med ektefellen i velferds- Norge oppleves knust, og ensomheten overskygger ens selvfølelse, da blir ifølge Lillevik et al. (2019) behovet for tilhørighet sentralt. Personen vil da forsøke å ta kontroll over livet sitt, og på denne måten prøve å gjenopprette sin verdighet og integritet. Opprinnelse, eget land og kultur, religionens betydning og tidligere sosialt nettverk, vil i en slik stadie i livet bli sett på som viktigere sosial kapital enn tidligere.

## 5.2 Migrasjon

Migrasjon stod selvsagt sentralt i kvinnes fortellinger, og kvinnene viser at migrasjon har betydning på flere områder og nivåer i deres liv. Migrasjon knyttes til håp om økt livskvalitet, og det knyttes til et ønske om endring og selvrealisering, flukt fra forpliktelser og tyngende tradisjoner. Det handler ikke minst om å ville skape en lysere framtid for egne barn.

Så ble det ikke som forventet. Kvinnene forteller at de møtte noe helt annet enn det de hadde forestilt seg, både da de reiste ut som fremmedarbeidere og da de kom til Norge. Som fremmedarbeidere fortalte de fleste at de ble kontrollert og misbrukt av vertsfamiliene, og i

mange tilfeller utsatt for utnyttelse og grov fysisk og psykisk vold. Volden ført til depresjon, og hos noen, tanker om å ta eget liv. Mindreverdigheitsfølelse, oppgittethet, skam og skyldfølelse var andre konsekvenser. Somatisk helse ble også svekket. Likevel reiste de ikke tilbake til Filippinene.

### **5.2.1 Au pair som springbrett til et bedre liv**

Migrasjon øker familiens sosiale status i Filippinene, og kvinnene har en særlig posisjon her. Henriksen (2010) har beskrevet migrasjon som en viktig levekårsstrategi i mange fattige land. Han beskriver at kvinnene blir en viktig sosial kapital, og det forventes at disse skal være arbeidsmigranter. I tillegg ligger det i de sosiale og kulturelle forventninger til kvinnene som reiser ut, at de skal se på dette som en betaling av takknemlighetsgjeld til familien. Sverre (2016) kaller det «omsorgsgjeld». Pårørende skal bli ivaretatt av sine barn. Deltakere i studien oppgir stolt at de sender remisser til hjemlandet. Slik betaler de sin «omsorgsgjeld», noe som Lindstrøm & Eriksson (2015) mener bidrar til å oppdage og bruke sine ressurser, føle verdighet, nytte og mestring. Slik viser de at de ikke har mislyktes selv om livet er miserabelt.

Det er ikke uvanlig at kvinner som arbeider som au-pair eller tjenestepiker blir utsatt for utnyttelse og misbruk av voldelig eller seksuell art. Historiene er i overens med det som Huitfeldt & Kvali (2005) fant om livssituasjon og erfaringer fra au-pairer bosatt i Norge. For å holde ut arbeidssituasjonen fant kvinnene motivasjon i å bidra til å bedre familiens velferdssituasjon i hjemlandet. De fleste av kvinnene forventet at å flytte til Norge, ville resultere i bedre leve- og arbeidsvilkår, og dermed bedre livskvalitet. Forventningene til å leve i et vestlig og velstående land, var høye. Heller ikke disse ble innfridd. De har opplevd å ha blitt umyndiggjort, og det psykiske presset gjorde dem kontinuerlig redd for å gjøre noe galt.

Etter hvert opplevde de en slags indre styrke som motiverte dem til å trekke mot å finne løsninger til problemet. De mestret dette ved å finne seg en annen vertsfamilie. En slik mestringsstrategi viser seg å ikke være mulig for dem når de er blitt gift med en nordmann. Dette skyldes at kvinnene oppholdstillatelse er knyttet til ekteskapet med nordmannen. De tror derfor at uansett når og hvorfor de eventuelt bryter ekteskapet, så kan de risikere å miste barnet sitt og bli sendt tilbake til Filippinene. I tråd med Huitfeldt & Kvali (2005) sine funn så kan dette tyde på at det ulike maktforholdet mellom kvinnene og deres norske ektemann, gjør

kvinnene passive og lydige, hvor de tåler det meste i redsel for konsekvensene. Slik blir de svært sårbare for utnyttelse.

Som tidligere beskrevet hevder Holt (2019) at migranter over tid gjennomgår endringer i måten de forholder seg til sitt hjemland og migrasjonsland. Modellen beskriver stadier og faser de gjennomgår, og hvordan de reagerer på og bearbeider de ulike kontekstene som de befinner seg i. Hun understreker at ikke alle gjennomgår de samme fasene eller, heller ikke tiden og rekkefølgen er lik hos alle. Mange opplever å være i en langvarig krisefase hvor det er flere faktorer som hindrer dem i å bevege seg videre. Selv de med fast arbeid og egen inntekt sier at de skulle ønske at de aldri kom hit. Årsaken er økonomiske forpliktelser overfor familien i Filippinene, redsel for å bli sendt tilbake og miste barnet sitt, og ikke minst skammen over å ha mislyktes. Det er grunn til å tro at dette påvirker kvinnenes tilpasning og integrering, og forsterker skuffelsen over det nye og savn av det gamle kjente.

### 5.2.2 Søken etter tilhørighet

Kvinnenes ensomhetsfølelse kan tolkes som mangel på opplevelse av tilhørighet i det store samfunnet og savn av hjemlandet. I tillegg antas det å være knyttet til kvaliteten på relasjonen til ektefelle, hans sosiale nettverk og det øvrige samfunnet. Mange av kvinnene er i arbeid, og dette betyr mye for dem. Samtidig forteller flere at de arbeider mye alene, og at de opplever trakassering på jobb. Det å slutte i jobben sees likevel på som et dårlig alternativ. Da vil de miste muligheten til å hjelpe sin familie og bli mer avhengig av ektefellen. Kvinnene, da de fortalte om dette, sa at de aldri hadde snakket med noen om det før. De brukte også ord som «nobody likes me», og de rettet sterke anklager mot seg selv. De gjorde feil. De var dumme. Dette kan ses på som uttrykk for skam –fordi skam gjør taus og føder selvforakt og nettopp ensomhet (Farstad, 2016).

Et annet funn i studien er kontraster i kvinnens holdninger til religion og dens betydning både før og etter migrasjon. Mange av kvinnene beskrev religion og dens påvirkning på kultur, tradisjoner og oppdragelse som noe som de ønsket å frigjøre seg fra. Religion ble betraktet som en hindring for kvinnefrigjøring og sementering av en patriarkalsk samfunnsordning.

Her i Norge forteller imidlertid de fleste av kvinnene at religionen opprettholder deres filippinske identitet og kultur. De er aktive deltakere på arrangementer i regi av den katolske kirke eller andre filippinske menigheter. I tillegg deltar de i de fleste sosiale filippinske arrangementer som bursdager, barnedåp og kulturelle feiringer. Samtidig holder de kontakt

med hjemlandet gjennom sosiale media og videotreff. Dette minsker den sosiale og fysiske avstanden, og tillater dem å vedlikeholde sine bånd til familien.

Informantene formidler at en kristen tro (de tilhører den katolske kirke) har vært viktig for dem både gjennom oppveksten og i migrasjons- og integrasjonstiden. Dette har motvirket følelsen av ensomhet, og gitt dem et fellesskap med andre. Kanskje kan man kalle dette en mestringsstrategi? Troen ble styrket dersom far hadde jobb og familien hadde nok mat på bordet samt var en trøst og støtte i sårbare situasjoner hvor arbeidsledighet og sykdom utfordret familiens trygghet og stabilitet. Henriksen (2010), i sin studie, fant også at den religiøse identitet har stor betydning som kilde til trøst og mening. Troen er altså en menneskelig kapital som gir kvinnene mening og verdighet. Næss et al. (2011) viser til en rekke studier som har vist at tro kan gi sjelsro, tilhørighet og fellesskap. Kvinnene i denne studien bekrefter at det å være del av et kirkelige fellesskap hjelper dem med både savnet til hjemlandet, språket og kulturen, og gir samtidig trøst i hverdagen i den krevende livssituasjonen sin her i Norge. Deltakelse i og tilhørighet til menighetene gir mødre opplevelse av sammenheng. De opplever autonomi gjennom å delta i en verden som de har behov for å tilhøre til (Lindstrøm & Eriksson, 2015).

### 5.3 Forholdet til ektefellen

Funn viser at det har blitt en endring i kvinnenes økonomiske tilfredshet etter bosetting i Norge. Kvinnene forteller at de har bedre sosial og økonomisk trygghet, men det er mannen som sikrer økonomien. Samtidig var det ikke de materielle levekårene kvinnene var mest opptatt av. Hovedfokus i beretningene var på de nære relasjoner. De forteller at til tross for økonomisk trygghet og tilgang til det norske velferdssamfunnet, så er det først og fremst relasjonene til ektemann og familie som bestemmer livskvaliteten. Dette er nettopp det Næss et al. (2011) finner er forskjellen på mennesker bosatt i Norge sammenliknet med de som bor mindre velstående land: *“Men som de norske undersøkelsene er andre forhold viktigere, særlig relasjoner til andre mennesker og helse (Dolan o.a. 2008, Helliwell 2003)”* (s. 208-209). Det er mao interessant å se at de filippinske mødrene har blitt «norske», og erfarer at velstand ikke nødvendigvis gir relasjonell velstand.

### 5.3.1. Brutte forventninger –uforløst kjærlighet og skam over egen ektefelle og livssituasjon

For å forstå hvor viktig betydningen av å ha "egen familie" for filippinske kvinner er, må en ha bedre kjennskap til deres kultur og tradisjoner. Samfunnet har en patriarkalsk struktur, og familien er en hellig institusjon, Dette er tilrettelagt for gjennom både tradisjon, kultur, religion og sosialpolitiske regler og lover. For eksempel forbyr den katolske kirken kvinnene i å bruke prevensjonsmidler og å ta abort, og nærmest ingen tar ut skilsmisse på grunn av en langvarig og krevende prosess og de skyhøye kostandene. I tillegg er de fleste kvinnene økonomisk avhengig av mannen og har hovedsakelig omsorgsrolleansvaret i familien. For kvinnene på Filippinene står dette i kontrast til den forestillingen de har om Europa, og kanskje særlig Skandinavia. Her har de en oppfatning av at kvinner og menn er likestilte, at kvinner er selvstendige og at alle har en stabil og god økonomi. Dette bekreftes i denne studien, da alle deltakerne forteller at de selv bevisst valgte arbeid og bosetting i Norge. De fleste traff sine ektefeller gjennom internett, og samtlige hevder at det gikk veldig fort fra da de møtte hverandre til de giftet seg. Dette angret de på nå. I stedet for kjærlighet, opplevde de ensomhet, avvisning og lite sosial tilhørighet, og de angret på at de giftet seg til Norge. I tillegg lever de med en overhengende trussel om å bli utvist fra Norge dersom de bryter ut av ekteskapet.

Hos kvinnene kan skammen tolkes å ha to aspekter; på den ene siden forventer de av seg selv å holde ut, på den andre siden forventer de å forbedre sin egen livssituasjon.

Som sagt, det er ikke et alternativ å dra tilbake til Filippinene og bli oppfattet som mislykket i hjemlandet. Hele det filippinske samfunnet, inkludert religion, familie og storpolitikk, forventer at de skal opptre utholdende og bidra økonomisk utenfor landet. På den andre siden er kvinnene rasende. Rasende på seg selv, at de ikke kan velge å løsrive seg fra frykten og utryggheten, at de gråter over sin livssituasjon som de selv velger å bli værende i. De skammer seg for den de *er*, og samtidig forstår de at deres skam er direkte knyttet til den kulturelle og politiske tilstanden i eget land, og i Norge. De skammer seg kanskje først og fremst for at de ikke fikk til det som alle rundt dem og de selv, trodde de ville få. En vanlig måte å mestre skam på, er å unngå å snakke om den eller vise den. Dette bekrefter kvinnene i studien, da de alle sammen forteller at dette har de ikke snakket med noen om før. Skammen gjør ensom, og opprettholder ensomheten. Lillevik et al. (2019) beskriver hvordan skam setter fokus på oss selv, og de livsområdene hvor vi sammenlikner oss med andre. Dersom vi kommer dårlig ut i denne sammenligningen, er typiske reaksjoner å trekke seg tilbake,

unntvikkende atferd, uhensiktsmessig selvkritisk eller angrep mot andre, vegring mot å fortelle om livet sitt til familien eller venner.

Hos mødre som fortsatt er økonomisk avhengig av ektefellen, kan skammen være en påminnelse om oppveksten, hvor de ikke klarte å leve opp til forventningene fra omgivelsen. Kvinnene brukte de samme strategiene som de brukte i oppveksten for å unngå eksponering, f.eks. deltok de ikke i sosiale begivenheter der man utveksler gaver med hverandre. For eksempel har kvinnene ikke råd til å kjøpe bursdagsgaver, og de får ikke støtte fra ektefellen til innkjøp av gave. Derfor unngår de selskaper fordi de skammer seg over fattigdommen.

### **5.3.2. Ektemannens avhengighetsproblemer**

En av årsakene til kvinnes bekymringer var ektefellens ulike former for avhengighet, som for eksempel alkohol og spilleavhengighet/gaming. Deltakerne uttrykte bekymring for, og mente at avhengigheten har skapt avstand mellom dem og ektefellen. I begynnelsen har kvinnene prøvd å overse atferden og prøvd så godt de kunne å hjelpe mannen. Etter hvert, og da ektefellene reagerte på en aggressiv måte, sluttet de å blande seg inn. Kvinnene opplevde at ektefellene brukte mer tid på spilling enn til samvær med familien og barna. De sier at de nummet ut og ble emosjonelt tomme, ingenting fikk lenger betydning. I istedenfor framtidsplaner begynte de å sette fokus på sin egen utilstrekkelighet. Samtidig hentet de krefter fra tidligere erfaringer fra livet på Filippinene. De fokuserte på å holde ut, i hvert fall inntil de selv kunne få oppholdstillatelse og eventuelt endre sin situasjon ved å bryte ut av ekteskapet. Dette kan forstås i lys av traumeteorien. I nye stressituasjoner brukes allerede lærte strategier for overlevelse. For å unngå overveldelse og handlingslammelse, blir man følelsesløs og klarer å fokusere på å holde ut. Problemet er at dette fører bl.a. til mindre kapasitet til å regulere følelser på en hensiktsmessig måte. Det blir en form for overlevelse, som over tid vil gå på bekostning av å utvikle gode relasjoner (Nordanger og Braarud, 2017).

### **5.3.3. Integrering- mangel på informasjon og oppfølging**

Deltakerne beskriver alle at de hadde et ønske om å bli en del av det norske samfunnet. Dette ble vanskeligere enn antatt. Samlivsproblemene og utfordringer knyttet til barneoppdragelse, kombinert med krav om norskopplæring og arbeid, ble opplevd svært vanskelig å forholde seg til. Kravene tok så mye tid og plass i hverdagen at de fleste ikke hadde overskudd til å

engasjere seg utover skole og arbeid. Det er fornuftig å tenke at kvinnene burde ha et godt utgangspunkt for integrering gjennom tilgang til ektemannens ressurser og nettverk. Men som studiens funn viser, så har de fleste ektefellene et svært svakt nettverk. Dette gjør at de også opplever mangel på tilgang til riktig informasjon om egne rettigheter som borgere og som mor. Flere forteller om at de har blitt gitt feil informasjon av ektefellen sin, og at de kjenner seg lurte og krenket. En av kvinnene erfarte at ektefellen feilinformerte om retten om pappapermisjon knyttet til fødselen. Hendelsen forsterket hennes opplevelse av avmakt og mistillit. Hun var totalt avhengig av noen som hun ikke lenger kunne stole på. Norvoll (2013) viser hvor sentralt menneskers behov for makt og sosial kontroll over eget liv er, og at de er svært viktige vekstfaktorer. Hun understreker at tilgang til informasjon bidrar til å styrke ens psykiske helse, bedrer livskvaliteten og fremmer mestring, dvs at vi kjenner oss som eksperter og hovedaktører i vårt eget liv. Kvinnene i studien forteller at mangel på språk- og kulturkunnskap, gjør at de mister autonomi og handlingsrom. Det er derfor svært bekymringsfullt at kvinnene ikke opplever å ha god nok tilgang til nødvendig kunnskap.

## 5.4 Forholdet til barna – egne og stebarn

### 5.4.1 Avstandsmor- om å forlate egne barn

I følge Utlendingsforvaltningens fagenhet for landinformasjon (UFL) (2020) kalles barn født utenfor ekteskap på Filippinene for illegitime barn. Fedre har ikke formelt økonomisk ansvar for barn født utenfor ekteskap, mor er derfor eneforsørger. Tre av kvinnene måtte forlate sine barn på Filippinene på grunn av fattigdom, og de har opplevd betydelig stress i fortløpende relasjonelle endringer i hjemlandet. Barna har opplevd å blitt skilt fra fedre, og senere skilt fra mødre. Til sist opplevde barna å bli skilt fra sine pleieforeldre (oftest besteforeldre og tanter) for å gjenforenes med moren. Hvilke konsekvenser har så dette hatt for mødrene og barna?

På den ene siden indikerer funnene at barna hadde fått en betydelig økning i velferd grunnet mors økonomiske støtte. Mødrene nevnte forebygging og oppfølging av barnesykdommer, og stabilitet og kontinuitet i skolegangen. Barnas pleieforeldre fikk beskjed om å skaffe barna alt som de måtte ønske seg. Dette kan tolkes som et uttrykk for at mødrene hadde som mål å sørge for at deres barn og familie aldri fikk oppleve det som de selv opplevde i barndommen, men det kan også tolkes som at mødrene brukte materielle verdier for å kompensere for sorg og savn etter mor samt minske egen skyldfølelse for å ha forlatt barna.



På den andre siden viser studien at både barna og mødrene hadde store psykiske belastninger pga adskillelsen. Noe skyldes kanskje at migrasjonsprosessen startet veldig raskt slik at hverken mødre eller barna fikk tid til å forberede seg eller bearbeide reaksjonene sammen, men det er neppe hele sannheten. Å bli forlatt av mor er svært belastende også når dette er forberedt. De gjenværende barna har vist sosiale og emosjonelle vansker og tegn på depresjon. De forsto ikke hvorfor mamma måtte dra fra dem, de gråt ofte og fortalte at de var triste og lei seg og ble avvisende overfor mødrene. Kvinnene trøstet seg selv ved å tenke at de måtte dra for barnas skyld. Også Battistella & Conaco (1998) understreker den negative effekten av mors migrasjon på barna, og sier at konsekvensene er betydelig større enn tidligere antatt. Særlig fant de at barna opplevde ensomhet og sorg, og noen utviklet opposisjonelle atferdsvansker. Dette skjedde til tross for større økonomisk trygghet grunnet mødrenes migrasjon.

#### 5.4.2 Å få eget barn til Norge

Etter familiegjening ble savn til sine omsorgspersoner i hjemlandet ytterligere forsterket av den utryggheten som de opplevde i møte med sine *nye omsorgspersoner*. Konfliktfylt forhold mellom mor og stefar utfordret barnas behov for opplevelse av trygghet og tillit til moren. Dette anses som en viktig grunn til at barna ønsket å dra tilbake til Filippinene.

Etter at barna kom til Norge, så opplevde mødrene at det fremdeles var avstand mellom dem og barna. Mødrene strevde mye med å skape en nærere relasjon til barna, men dette var vanskelig å få til. I tillegg skapte barnas atferd mange konflikter mellom mødre og ektefelle. Barna møtte en streng holdning og oppdragelse hos stefedre, og dette minnet mødre om sin egen oppvekst hvor de ble møtt med strenge krav og emosjonell utilgjengelighet da de trengte trøst og støtte. Dette oppørte mødrene stort, og med rette. Mange studier viser at et høyt konfliktnivå mellom foreldre kan øke risikoen for traumatisering hos de utsatte. Dyregrov (2010) skildrer bl.a. hvordan problematisk omsorgsmiljø bidrar til økt sårbarhet for skeivutvikling hos barna, både emosjonelt, kognitivt og sosialt. Dette virker det som at mødrene i studien er klar over, men at de likevel ikke makter å skjerme barna i konflikten med sin mann, og kanskje særlig ikke når de opplever at de i konflikten nettopp er sine egne barn de forsvarer.

I tillegg forteller mødrene at barna fikk store sosiale utfordringer ved ankomst til Norge. Betydningsfulle faktorer for trivsel som blant annet eget nettverk av venner og slektninger, ble byttet med mors og stefars svært begrensede sosiale nettverk. Kjent språk ble byttet mot et ukjent. Kjente skoler ble byttet mot et ukjent skolesystem. Det er kanskje ikke annet å forvente at dette skulle bli en stor utfordring? I tillegg hadde barna med seg tidligere opplevelser av tap og vansker, samt opplevde nå nytt tap av nære relasjoner. Så ser det likevel ut til at god integrering er mulig. En av mødrene fortalte hvordan skolen hadde tilrettelagt for å ta imot hennes barn og lagt en plan for inkludering av barnet i både skole og nærmiljø. Hun var imponert og merket at barnet sakte, men sikkert fant seg til rette i sitt nye land. Dette viser også betydningen av nettverket utenfor kjernefamilien, og at dette kan kompensere for vansker i nær familie og en krevende livsbagasje.

### **5.4.3 Å bo sammen med egne, dine og våre barn**

Tre av de 9 ektefellene hadde egne barn. Forholdet til stemødrene og barna ble beskrevet som svært vanskelig og utfordrende. Funn viser at stemor – stebarn-relasjonen kanskje er årsak til de største samlivsproblemene hos ektefellene? Utfordringene er knyttet til kultur og oppdragelse. Filippinske familietradisjoner er som nevnt patriarkalske og har et overordnet hierarki hvor mannen, og så moren, er familiens overhode, og kulturen krever respekt og lydighet. Stemødrene i studien er svært kritiske til måten barna forholder seg til husregler og sin far som husets overhode. Ingen av stemødrene hadde definert sin rolle sammen med ektefelle og stebarnet. De gikk i morsrolle med nedarvet autoritet fra sin egen kultur, noe som med tiden førte til motstand hos både ektefellen og stebarnet. Man kan tenke at mangel på klare forventninger og forbilder på hvordan kvinnene skal opptre i den nye familien, påvirket familiens relasjoner til hverandre.

Ambivalensen hos faren har skapt tvil om stemødres mandat til oppdragelse, og dette medfører undergraving av stemødrenes autoritet. Eksempel på det er at kvinnene opplever at far opptrer ettergivende og grenseløs, noe som gjør at de må sette grenser. Stemødrene opplever da å bli stemplet som streng og onde siden faren blir tvetydig og ikke støtter stemorens grensesetting. Bråten (2003) hevder at fars manglende grensesetting er et typisk kjennetegn på dårlig samvittighet hos fedrene fordi fedrene vet at barna gjennomgår en sorgprosess på grunn av samlivsbruddet med biologisk mor. Bråten mener at relasjonens kompleksitet og utvikling bl.a. er avhengig av fars rolle og forventninger til stemoren, barnets alder, den konteksten som familien befinner seg i og i viss grad av de involvertes personlige

karaktertrekk og egenskaper. Antakelig gjør det ikke saken enklere at stemor er fra en fremmed kultur, og i flere tilfeller mye yngre enn sin mann.

Funn viser en klar forskjell mellom ektemennenes involvering i mødrenes og egne barn enn engasjementet i felles barn. Dette kommer tydeligere fram hos ektefellene med avhengighetsproblematikk og psykiske vansker som depresjon, samt ektefeller med høy alder. Ektemennene viser lite engasjement i oppdragelse av felles barn. Kvinnene oppdrar barna på *filippinsk måte*; barna skal opptre høflig og respektfull.

Det kan være ulike forklaringer for dette fenomenet. Basert på kvinnenes historier, kan både alder og avhengighetsproblematikken være en mulig forklaring på fedrenes manglende engasjement. Også at de med høy alder er mindre tolerante for støy, og de forpliktelsene som er knyttet til barneoppdragelse. Den yngre generasjon av ektefellene unnskylder seg med å ikke ha nok kompetanse fra før, eller avhengigheten hindrer dem i å delta i oppdragelsen. Men det er ikke bare barneoppdragelsen som er blitt overlatt til kvinnene. De hverdagslige gjøremål, fra klesvask og renhold til matlaging og stell av ungene er noe som stort sett bare kvinnene har ansvar for. Dette uavhengig av om ektemannen er i fulltidsjobb, ufør eller pensjonist. Dette kan tolkes ut i fra ektefellenes forventninger til sine koner og kvinnene rolle i hjemmet (Huitfeldt & Kvali, 2005).

#### **5.4.4 Redde barn gir redde voksne**

En fellesnevner i intervjuene var at kvinnene var redd for å fremstå som dårlige mødre, og frykten var at barnevernet skulle banke på døren. Av den grunn var de fleste også redde for involvering fra det øvrige hjelpeapparatet. Det kunne jo være at de varslet barnevernet. Mødrene var redde for at barnevernet skulle frata dem barnet/a dersom de f.eks. ba om hjelp og avlastning eller fikk vite at barna var syke eller på andre måter trengte hjelp. Mødrene hadde lav kunnskap om barnevernstjenestens arbeid og mandat. Det finnes ikke noe tilsvarende på Filippinene. Enkelte i det filippinske miljøet hadde også dårlige erfaringer med barnevernet. Ryktene om disse hadde spredd seg i det filippinske miljøet i Norge, og medført stor frykt. Dessverre kan slik frykt lett føre til panikk, forsterke mistilliten og hindre et åpent og hensiktsmessig samarbeid til barnets beste (Wennerberg, 2011). På den andre siden etterlyser Handulle (2013) økt kulturell kunnskap hos barnevernet, og påpeker at barnevernstjenesten må kvittes seg med sine stereotype oppfatninger om flerkulturelle familier. Handulle mener at barnevernet i større grad må anerkjenne og støtte pårørende heller

enn å mistenkeliggjøre. Samtidig vektlegger Handulle effekten av god og tidlig informasjon og foreldreveiledning til minoritetsfamilier.

Til sist kan det se ut til at kvinnene strever i sine nære relasjoner. Som vist så kan dette ha flere årsaker, bl.a. migrasjonsutfordringer og konflikter med ektefelle. Vi må likevel spørre om en medvirkende årsak kan være mødrenes egne traumatiske erfaringer i oppveksten. Blom (2010) hevder nettopp dette, at det kan være en sammenheng mellom personers traumehistorie og kvalitet på relasjoner til andre senere i livet. Som vi har sett så hadde alle mødrene en barndom med alvorlige livshendelser. Omsorgssvikt og vold, og fravær av emosjonelt tilgjengelige foreldre, sult og fattigdom kan ha bidratt til overveldende følelser som frykt, angst og utrygghet. I likhet med Blom, så sier også Nordanger & Braarud (2017) at når livssituasjon og tilstand handler om overlevelse, så blir våre ressurser brukt til å håndtere kriser istedenfor å fremme sosial, kognitiv og mental utvikling. Noen av kvinnene fortalte også om at de som barn søkte seg til miljøer og personer med negative relasjoner. På en måte fant de et nettverk eller person som passet til det traumatiske jeget (ibid). Dette kan også skje senere i livet, at man blir en del av destruktive og uhensiktsmessige relasjoner. Problemet er at tiltrekning til uhensiktsmessige relasjoner medfører retraumatisering og en får gjenklang av de smertefulle opplevelsene fra barndommen. Kvinnenes følelse av ensomhet og opplevelse av å være mislykket i sine relasjoner, er derfor kanskje konsekvenser av en traumatisk oppvekst, men det er mulig å tenke at dette forsterkes av å flytte til en annen kultur og mindre tette familienettverk. Samtidig skal vi ikke undervurdere mødrenes mange ressurser. De er i jobb, tar hånd om hus og barn, er aktive i kirka og bidrar økonomisk til familien i hjemlandet.

## 6. Avslutning

### 6.1 Oppsummerende refleksjoner

Kvinnene beskriver at de ønsket å migrere til et land som kunne gi økonomisk trygghet. Så fant de at det var krevende å etablere seg i en annerledes kultur. Subjektiv livskvalitet samvarierte derfor ikke med høyere økonomisk trygghet. Betydningen av kvaliteten på nære relasjoner fremstod som viktigere for egenverd, livskvalitet og psykisk helse enn det de trodde i sin oppvekst, da de tilla fattigdom og nød større vekt som årsak til et vanskelig liv.

Kvinnenes drømmer er delvis innfridd. De har oppnådd økonomisk stabilitet og trygghet. De er en del av den norske velferdsstaten. Mennene har stabil inntekt, og mange av kvinnene har lønnet arbeid. De gir økonomiske bidrag til familien i hjemlandet. Samtidig er de skuffet over eget ekteskap. De kjenner seg ofte ensomme og alle opplever konfliktfylte ekteskap, hvorav mange også forteller om vold og krangling. Krangling om barneoppdragelse er vanlig mellom ektefellene. Noe av dette skyldes at de opplever manglende likestilling, de blir svært alene med ansvar for hjem og barn. Dette var mot deres forestilling om Norge som et likestilt samfunn.

De strever med relasjonen til sine barn, til felles barn og stebarn. De forteller om krangling og om avvisning fra barna, men også om gode stunder. Det kan se ut til at den emosjonelle fraværet som de selv opplevde til sine foreldre i oppveksten, er noe de selv også strever med i forhold til barna.

De opplever det som vanskelig å bli fullt integrert i Norge. De legger stort ansvar på ektefellene for at dette ikke er så enkelt. De forteller om ektefellenes begrensede sosiale nettverk og kontakt med familie. De vektlegger heller kontakt med menighet og det å være i jobb. Det å ha egne barn i norsk skole, er også med på å ha kontakt med det norske samfunnet. Alle er imidlertid dårlige i norsk, kun 1 av kvinnene ønsket å la seg intervju på norsk, de andre 8 brukte engelsk.

Alle etterlyser bedre kunnskap om rettigheter og plikter som norsk statsborger. Slik det er nå så føler de seg altfor avhengige av ektefellen, og flere har oppdaget at han har løyet for dem, f.eks. om permisjonsrettigheter ved fødsel eller om rett til oppholdstillatelse. Alle er skeptiske til barnevernet, men har lite kunnskap om deres mandat og rolle. Alle er redde for å miste oppholdstillatelsen.

## 6.2 Svakheter med studien

I utgangspunktet besto utvalget av mange flere som skulle bli intervjuet, og andre som ble intervjuet, men som beskrevet tidligere trakk seg fra studien. De hadde informert sine ektefeller om deltakelse i studien og det hadde skapt motstand hos ektemennene. Basert på informasjon om kvinnene og de gjennomførte intervjuer, var forholdene betydelig grovere hos dem enn den gruppen som ble intervjuet på et senere tidspunkt. Med andre ord, det hadde vært ønskelig å ha flere andre med i studien fordi både kjennetegn og omfanget av utfordringene i ekteskapene var betydelig større, men de dessverre trakk seg.

En annen svakhet kan være at i ettertid ser vi at det hadde vært fordelaktig å ha konsentrert seg mer om å tydeliggjøre barnas stemme. Samtidig hadde kvinnene aldri tidligere pratet med noen om sine og barnas livssituasjon. Dette skyldes delvis at de trodde at dersom hjelpeapparatet fikk vite om barnas situasjon, så ville barnevernstjenesten frata dem omsorgen

## 6.3 Implikasjoner for praksis, videre forskning

Funn i denne studien viser at sårbarhet hos disse kvinnene muligvis har et større omfang enn tidligere antatt. Kvinnene og deres barn har opplevd mange traumatiske opplevelser gjennom sin oppvekst, og dermed er det større behov for oppfølging på et tidlig stadiet etter ankomst til Norge. Informasjonen bør ha fokus på menneskerettigheter i Norge, og hvilke etater eller organisasjoner kvinnene kan henvende seg til for å få hjelp og veiledning. Det er stort behov for helsefremmende arbeid som kan forebygge utvikling av psykisk uhelse, og satsing på kvinnenes egne ressurser for å forebygge sårbarhet og hjelpe dem til et bedre liv. Dette kan bidra til at kvinnene erfarer at de kan påvirke sine muligheter. En bør være oppmerksom på at helsefremmende tilnærming og fokus på kvaliteter og ressurser hos kvinnene, er porten til å skape trygghet og tillit. Det er viktig å kartlegge mulighetene for 1) hvilken informasjon norske og vestlige myndigheter skal gi til kvinnene før de kommer til Norge, og 2) hvilken informasjonen som skal gis til de som allerede er i landet.

Gjennom denne prosessen har jeg sett at det vil være vært viktig å innhente mer kunnskap om hvordan barnas omsorgssituasjon var både før og etter at moren migrerte til utlandet, og hvordan det har gått med barna etter familiejenforening i Norge.

Om studien skulle ha blitt gjort om igjen, ville den hatt større fokus på å utforme strategier for å skape tillit for å innhente mer informasjon om barna. Denne motstanden mot å gi mer informasjon om barna tolkes som mistillit mot hjelpeapparatet, men også om den smerten

kvinnene retter mot seg selv, for hvordan barna opplevde adskillelsen fra sine mødre og det som de opplevde hos stefedrene i Norge.

## Litteraturliste

- Dyregrov (2010) *‘Barn og traumer. En håndbok for foreldre og hjelpere’*. Bergen: Fagbokforlaget Vigmostad & Bjørke AS.
- Dalen, M. (2011). *‘intervju som forskningsmetode’*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Edlund, M. (2002). Människans värdighet. Ett grundbegrepp inom vårdvetenskap. Åbo: Åbo Akademis Forlag Förlag.
- Farstad, M. (2016). *‘SKAM. Eksistens. Relasjon. Profesjon’*. Oslo: CAPPELEN DAMM AS.
- Grimen, H. (2012). *‘Samfunnsvitenskapelige tenkemåter’*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Holt, K., (2019). *‘KULTUR, MIGRASJON OG TRAUMER. Hva trenger hjelperen for å bidra til god psykisk helse og livskvalitet’*. Oslo: Gyldendal norsk forlag.
- Haugsgjerd, S., Jensen, P., Karlsson, B., & Løkke, J., A. (2009). *‘Perspektiver på psykisk helse: å forstå, beskrive og behandle’*. Oslo: Gyldendal akademisk.
- Hagen, R. & Kennair, L., E., O. (2016). Psykiske lidelser. Oslo: gyldendal Norsk Forlag As.
- Kvale, S. & Brinkmann, S. (2018). *‘Det kvalitative forskningsintervju’*. Oslo: Gyldendal akademisk.
- Lillevik, O., G., Salamonsen, J., S. & Nordhaug, I. (2019). *‘Vold i nære relasjoner. Diskurser og fenomenforståelse’*. Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Lindstrøm, B. & Eriksson, M. (2015). HAIKERENS GUIDE TIL SALUTOGENESE. Helsefremmende arbeid i et salutogent perspektiv. Oslo: Gyldendal akademisk.
- Lazarus, R., S. & Folkman, S. (1984). Stress, Appraisal, and Coping. New York: Springer Publishing Company, Inc.
- Malterud, K. (2011). *‘Kvalitative metoder i medisinsk forskning: en innføring’*. Oslo: universitetslaget.
- Næss, s., Moum, T. & Eriksen, J. (2011). *‘Livskvalitet. Forskning om det gode livet’*. Bergen: Fagbokforlaget.
- Nordanger, D. & Braarud, H. C. (2017). Utviklingstraumer. Regulering som nøkkelbegrep i en ny traumepsykologi. Bergen: Fagbokforlaget.



- Norvoll, R. (2013). *“SAMFUNN OG PSYKISK HELSE. Samfunnsvitenskapelige perspektiver”*. Oslo: Gyldendal Norsk Forlag.
- Odden, G. (2018). *INTERNASJONAL MIGRASJON. En samfunnsvitenskapelig innføring*. Bergen: Fagbokforlaget
- Ryen, A. (2012). *“Det kvalitative intervjuet. Fra vitenskapsteori til feltarbeid”*. Bergen: Fagbokforlaget Vigmostad & Bjørke AS.
- Ruyter, K. W. (2010). *Forskningsetikk: beskyttelse av enkeltpersoner og samfunn*. Oslo: Gyldendal akademisk.
- Thornquist, E. (2010). *“Vitenskapsfilosofi og vitenskapsteori for helsefag”*. Bergen: fagbokforlaget.
- Wennerberg, T. (2011). *“VI ER VÅRE RELASJONER”*. Oslo: Arneberg Forlag.
- Bråten, B. (2003). “Den onde stemoren”. <https://forskning.no/samliv-sosiologi-seksualitet/den-onde-stemoren/1070975> . Hentet 22.03.20. kl. 08.45.
- Barstad, A. (2017). *“Innvandring, innvandrere og livskvalitet. En litteraturstudie”*. [https://ssb.brage.unit.no/ssb-xmlui/bitstream/handle/11250/2487101/RAPP2017-03\\_web.pdf?sequence=1](https://ssb.brage.unit.no/ssb-xmlui/bitstream/handle/11250/2487101/RAPP2017-03_web.pdf?sequence=1) . Hentet.5.6.20. kl. 11.50.
- Blom, S., (2010). *“Sosiale forskjeller i innvandreres helse”*. [https://www.ssb.no/a/publikasjoner/pdf/rapp\\_201047/rapp\\_201047.pdf](https://www.ssb.no/a/publikasjoner/pdf/rapp_201047/rapp_201047.pdf) . Hentet 14.03.20. kl. 08.15.
- Battistella, G. & Conaco, M., C., G. (1998). *“The Impact of Labour on the Children Left Behind”*: A Study of Elementary School Children in the Philippines. [https://scholar.google.com/scholar?hl=no&as\\_sdt=0%2C5&q=The+impact+of+labour+migration+on+the+children+left+behind%3A+a+study+of+elementary+school+children+in+the+Philippines&btnG=](https://scholar.google.com/scholar?hl=no&as_sdt=0%2C5&q=The+impact+of+labour+migration+on+the+children+left+behind%3A+a+study+of+elementary+school+children+in+the+Philippines&btnG=) . Hentet 21.08.20, kl. 20.05.
- Cruz, T., G. (2006). *“Faith on the Edge: religion and Women in the Context of Migration”*. <https://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/0966735006068847> . Hentet 20.07.2019, kl. 19.30.
- Departementene (2017) *“Mestre hele livet. Regjeringens strategi for god psykisk helse”* (2017–2022). [https://www.regjeringen.no/contentassets/f53f98fa3d3e476b84b6e36438f5f7af/strategi\\_for\\_god\\_psykisk-helse\\_250817.pdf](https://www.regjeringen.no/contentassets/f53f98fa3d3e476b84b6e36438f5f7af/strategi_for_god_psykisk-helse_250817.pdf) . Hentet 22.05.20, kl. 23.20.

- Ebdrup, n. (2012). "Hva er hermeneutikk?": <https://forskning.no/filosofiske-fag/hva-er-hermeneutikk/722732> . Hentet 22.04.20. kl. 12.09.
- FN-SAMBANDET (2019). <https://www.fn.no/Land/filippinene> . Hentet 20.07.2020, kl. 08.15.
- Fugelli, P. & Ingstad, B., (2001). "Helse slik folk ser det": <https://tidsskriftet.no/sites/default/files/pdf2001--3600-4.pdf> . Hentet 13.07.20, kl. 20.40.
- Grytting, A. (2000). "Eit ordentlig ekteskap: om ekteskap etter kontaktformidling mellom norske menn og utenlandske kvinner": Hovedoppgave i sosialantropologi. Universitetet i Oslo. <https://www.duo.uio.no/handle/10852/16399> Hentet: 22.04.2019, kl. 19.20.
- Holte, A. (2018). "Subjektiv livskvalitet eller helse?" <https://arneholte.no/psykisk-helse/subjektiv-livskvalitet-eller-helse/> . Hentet 29.07.19. kl. 23.45.
- Handulle, A. (2013). "Du vet de tenker jeg bare er en stor afrikansk mann, ikke pappa". <https://uis.brage.unit.no/uis-xmlui/handle/11250/185060> . Hentet, 29.11.20, kl. 16.05.
- Hafstad, G., S. & Augusti, E., M. (2019). "Ungdoms erfaringer med vold og overgrep i oppveksten. En nasjonal undersøkelse av ungdom i alderen 12 til 16 år": <http://tidliginnsats.forebygging.no/Global/NKVTS%20Rapport%204-19.pdf> . Hentet 20.01.20. kl. 19.15.
- Henriksen, K. (2007). "Fakta om 18 innvandrergupper i Norge": Statistisk sentralbyrå. <https://www.imdi.no/globalassets/18-innvandrerguppen-i-norge> . Hentet 24.02.2020. Kl. 08.20.
- Henriksen, A., C. (2010). "Migrasjon, frihet og utvikling. En migrasjonsstudie av srilankiske kvinner": <https://www.duo.uio.no/bitstream/handle/10852/15909/henriksen.pdf?sequence=3&isAllowed=y> . Hentet 21.09.19, kl. 18.20.
- Huitfeldt, A. & Kvali, H.C. (2005). "Det globale ekteskapsmarkedet. Ekteskap mellom norske menn og utenlandske kvinner – kunnskapsstatus og kunnskapsbehov". Fafo-notat 2004:23 <http://www.krisesenter.com/backup240616/filer/pdf/materiell/Det-globale-ekteskapsmarkede.pdf> . Hentet 21.11.19, kl. 08.15.
- Helsebiblioteket.no (2020). "Nasjonale retningslinjer for diagnostisering og behandling av voksne med depresjon i primær- og spesialisthelsetjenesten": <https://www.helsebiblioteket.no/retningslinjer/psykisk-helse/depresjon-nasjonale-retningslinjer-for-diagnostisering-og-behandling-av-voksne-med-depresjon-i-primar-og-spesialisthelsetjenesten?lenkedetaljer=vis> . hentet.12.03.20, kl. 08.20.
- Hafstad, G., S. & Siqueland, J. (2008). "Posttraumatisk vekst: Et mer helhetlig syn på posttraumatisk tilpasning. <https://psykologtidsskriftet.no/fagessay/2008/12/posttraumatisk-vekst-et-mer-helhetlig-syn-pa-posttraumatisk-tilpasning?redirected=1> . Hentet 04.10.20. kl. 23.45.
- Ichikawa, M. (2014). "Filipino Migrants and Religion: Comparison of cases in Australia and Japan". [file:///C:/Users/haru/Downloads/AN00248863\\_59\\_03.pdf](file:///C:/Users/haru/Downloads/AN00248863_59_03.pdf) . Hentet 12.09.20. Kl. 16.15. Eller:

[https://rikkyo.repo.nii.ac.jp/?action=pages\\_view\\_main&active\\_action=repository\\_view\\_main\\_item\\_detail&item\\_id=12135&item\\_no=1&page\\_id=13&block\\_id=49](https://rikkyo.repo.nii.ac.jp/?action=pages_view_main&active_action=repository_view_main_item_detail&item_id=12135&item_no=1&page_id=13&block_id=49) . samme tidspunkt.

Jakhelln, H. & Bahus, V. B. (2020): "au pair": [https://snl.no/au\\_pair](https://snl.no/au_pair) . Hentet 20.10.20, kl. 19.20.

Natividad, M. D. F. (2012). "Reproductive Politics, religion and State Governnace in the Philippines": [file:///C:/Users/haru/Downloads/Natividad\\_columbia\\_0054D\\_10693.pdf](file:///C:/Users/haru/Downloads/Natividad_columbia_0054D_10693.pdf) . Hentet 15.09.20, kl. 11.23.

Nortvedt, L., Ploug Hansen, H., Kumar, B. N., & Lohne, V. (2015). "Caught in suffering bodies: a qualitative Study of immigrant women on long-term sick leave in Norway. *Journal of Clinical Nursing*, 24, 3266-3275, [https://scholar.google.com/scholar?hl=no&as\\_sdt=0%2C5&q=Nortvedt%2C+L.%2C+Ploug+Hansen%2C+H.%2C+Kumar%2C+B.+N.%2C+%26+Lohne%2C+V.+%282015%29.+%C2%A8Caught+in+suffering+bodies%3A+a+qualitative+Study+of+immigrant+women+on+long-term+sick+leave+in+Norway.+Journal+of+Clinical+Nursing%2C+24%2C+3266-3275&btnG=](https://scholar.google.com/scholar?hl=no&as_sdt=0%2C5&q=Nortvedt%2C+L.%2C+Ploug+Hansen%2C+H.%2C+Kumar%2C+B.+N.%2C+%26+Lohne%2C+V.+%282015%29.+%C2%A8Caught+in+suffering+bodies%3A+a+qualitative+Study+of+immigrant+women+on+long-term+sick+leave+in+Norway.+Journal+of+Clinical+Nursing%2C+24%2C+3266-3275&btnG=) hentet 17.08.20, kl. 12.09

PLAN INTERNATIONA (2020). <https://www.plan-norge.no/plans-verden/filippinene> HENTET: 23.06.2020, KL. 12.56.

Paul, R. (1998). "Shelters for battered women and the needs of immigrant women": *TemaNord*. 1998:507. [https://books.google.no/books?hl=no&lr=&id=Gap9WTzwujMC&oi=fnd&pg=PA7&dq=rachel+Paul+og+alison+wieg&ots=CMX7x0JbtP&sig=XRqBDd-jtPUyYy6j2ZyOEyDtymg&redir\\_esc=y#v=onepage&q=rachel%20paul%20og%20alison%20wieg&f=false](https://books.google.no/books?hl=no&lr=&id=Gap9WTzwujMC&oi=fnd&pg=PA7&dq=rachel+Paul+og+alison+wieg&ots=CMX7x0JbtP&sig=XRqBDd-jtPUyYy6j2ZyOEyDtymg&redir_esc=y#v=onepage&q=rachel%20paul%20og%20alison%20wieg&f=false)

Parrenas, R., S. (2005). "CHILDREN OF GLOBAL MIGRATION. TRANSNATIONAL FAMILIES AND GENDERED WOES": [https://books.google.no/books?hl=no&lr=&id=pi\\_MYmo4qi0C&oi=fnd&pg=PR9&dq=rhace+salazar+parrenas&ots=pg-wYVK7go&sig=nAx1X4lhTh4h4Wv4yvPx-LPuDnQ&redir\\_esc=y#v=onepage&q=rhace%20salazar%20parrenas&f=false](https://books.google.no/books?hl=no&lr=&id=pi_MYmo4qi0C&oi=fnd&pg=PR9&dq=rhace+salazar+parrenas&ots=pg-wYVK7go&sig=nAx1X4lhTh4h4Wv4yvPx-LPuDnQ&redir_esc=y#v=onepage&q=rhace%20salazar%20parrenas&f=false) . Hentet. 27.09.2019. Kl. 20.51.

Ruspini, E. & Bonifacio G. T. & Corradi, C. (2019). "WOMEN AND RELIGION. Contemporary and future challenges in the Global Era": [https://books.google.no/books?hl=no&lr=&id=McSrDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA41&dq=equality+women+philippines&ots=cfnQ3LgCk8&sig=NMXQIdtCokNOCrgm06xOYuV2ock&redir\\_esc=y#v=onepage&q=equality%20women%20philippines&f=false](https://books.google.no/books?hl=no&lr=&id=McSrDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA41&dq=equality+women+philippines&ots=cfnQ3LgCk8&sig=NMXQIdtCokNOCrgm06xOYuV2ock&redir_esc=y#v=onepage&q=equality%20women%20philippines&f=false) . Hentet 22.09.19., kl. 14.56.

Ryes, M. (2007). "Migration and Filipino children left-behind: A literature review": [https://scholar.google.com/scholar?hl=no&as\\_sdt=0%2C5&q=Migration+and+Filipino+children+left-behind&btnG=](https://scholar.google.com/scholar?hl=no&as_sdt=0%2C5&q=Migration+and+Filipino+children+left-behind&btnG=) Hentet 09.08.19, kl. 21.43.

Synnes, R. (2012). "Kristne migrantsmenigheter i Oslo". KIFO Rapport 2012:1. [http://www.kifo.no/wp-content/uploads/2016/09/Migrantmenigheter-i-Oslo\\_-KIFO-Rapport-2012\\_2.pdf](http://www.kifo.no/wp-content/uploads/2016/09/Migrantmenigheter-i-Oslo_-KIFO-Rapport-2012_2.pdf) . Hentet 18.11.20

Simila, W. & Innstrand, S., T. (2015). Salutogenese gir bedre bernehelse. Helsefremmende tilnærming i skolehelsetjenesten kan bidra til å fremme barns fysiske, psykiske og sosiale helse.

[https://www.researchgate.net/publication/281026968\\_Salutogenese\\_gir\\_bedre\\_barnehelse\\_Helsefremmende\\_tilnaerming\\_i\\_skolehelsetjenesten\\_kan\\_bidra\\_til\\_a\\_fremme\\_barns\\_fysiske\\_psykiske\\_og\\_sosiale\\_helse](https://www.researchgate.net/publication/281026968_Salutogenese_gir_bedre_barnehelse_Helsefremmende_tilnaerming_i_skolehelsetjenesten_kan_bidra_til_a_fremme_barns_fysiske_psykiske_og_sosiale_helse) . Hentet 05.11.20. kl. 18.20.

Sverre, B., L. (2016). *“Migrasjon og helse. Etnografisk studie av eldre pakistanske kvinner i det norske samfunnet”*.

[https://scholar.google.com/scholar?hl=no&as\\_sdt=0%2C5&q=Migrasjon+og+helse.+Etnografisk+studie+av+eldre+pakistanske+kvinner+i+det+norske+samfunnet&btnG=](https://scholar.google.com/scholar?hl=no&as_sdt=0%2C5&q=Migrasjon+og+helse.+Etnografisk+studie+av+eldre+pakistanske+kvinner+i+det+norske+samfunnet&btnG=) .

Hentet 15.10.20., kl. 20.10.

Statistisk sentralbyrå (2019). *“Familievandring og ekteskapsmønster 1990-2018”*:

<https://www.ssb.no/befolkning/artikler-og-publikasjoner/familieinnvandring-og-ekteskapsmonster-1990-2018> . Hentet 20.09.20, kl. 12.20.

Tellnes, G. (2007). Salutogenese – hva er det?

<https://www.michaeljournal.no/asset/pdf/2007/2-144-9.pdf> . Hentet 06.05.2020, kl. 12.50.

Utlendingsforvaltningens fagenhet for landinformasjon (2020). Filippinene: Foreldreansvar for “illegitime barn”. Landinfo. <https://landinfo.no/wp-content/uploads/2020/07/Filippinene-respons-Foreldreansvar-for-%E2%80%9Cillegitime%E2%80%9D-barn-17072020.pdf> .

Hentet 05.08.20.

Utlendingsdirektoratet (2020). *“UDI 2012-015 Oppholdstillatelse til au pair”*.

<https://www.udiregelverk.no/rettskilder/udi-retningslinjer/udi-2012-015/> . Hentet, 20.05.20, kl. 14.50.

Østvoll, M., A. (2014). *“Globale kvinner-nære relasjoner. En kvalitativ studie av rolleforståelse, mening og migrasjon blant filippinske au pairer i Norge”*:

[https://www.duo.uio.no/bitstream/handle/10852/41370/-](https://www.duo.uio.no/bitstream/handle/10852/41370/-STVOLL_MASTER.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

[STVOLL\\_MASTER.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.duo.uio.no/bitstream/handle/10852/41370/-STVOLL_MASTER.pdf?sequence=1&isAllowed=y) Hentet, 23.7.2019, kl. 12.23.

