

Opplevelse av mestring i forbindelse med internasjonale operasjoner

*En kvalitativ undersøkelse av stabsveteran
og familie etter utenlandsoppdrag i
Afghanistan*

June Mari Kvål



Innlevert som masteroppgave ved Psykologisk institutt

UNIVERSITETET I OSLO

Høst, 2015

OPPLEVELSE AV MESTRING

OPPLEVELSE AV MESTRING

Opplevelse av mestring i forbindelse med internasjonale operasjoner

En kvalitativ undersøkelse av stabsveteran og familie etter utenlandsoppdrag i Afghanistan

OPPLEVELSE AV MESTRING

© June M. Kvål

2015

Opplevelse av mestring i forbindelse med internasjonale operasjoner: En undersøkelse av stabsveteran og familie etter utenlandsoppdrag i Afghanistan.

June Mari Kvål

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

Trykk: Reprosentralen, Universitetet i Oslo

Sammendrag

Tittel: Påvirkning, mestring og forbedringer i forbindelse med internasjonale operasjoner i

Afghanistan: En studie av stabsveteranen og familien. *Veiledere:* Svein Mossige og Ole Boe

Bakgrunn: Det har tidligere vært lite fokus i norsk forskning på norske veteraners opplevelser i forbindelse med internasjonale operasjoner. Et økende fokus på veteraner i samfunnet generelt har ført til økt forskning på gruppen (se Gustavsen/forsvaret.no, 2014 for en oversikt).

Felles for denne forskningen er at veteraner sees på som en stor homogen gruppe, eller at fokuset kun er på den gruppen som anses å ta størst risiko – de som jobber «på bakken» eksempelvis som vognfører eller troppsjef (taktisk nivå). En veterangruppe som i norsk forskning hittil har vært mer eller mindre glemte eller oversett er stabsveteranene.

Stabsveteranene jobber høyere opp i forsvarsorganisasjonen, og har ofte det overordnede administrative ansvaret under utenlandsoppholdet. Mange av disse har sin faste plass innenfor leir mens de er deployert (utenlands), og det er vanlig at de er hentet fra forskjellige

avdelinger hjemme i Norge, for så å bli satt sammen til en stab som skal virke sammen. *Mål:*

Hovedmålet med denne studien er å undersøke hvordan stabsveteranen og familien mestrer tiden før, under og etter internasjonale operasjoner; herunder hvilken påvirkning det har på familien, hvilke kilder til mestring som nevnes, og hva de opplever at fungerer og ikke.

Metode: Deltakerne i studien var personer som har vært i internasjonale operasjoner som stabsoffiserer i Afghanistan i løpet av de siste 10 årene og deres samboer/tilsvarende, til sammen 9 par. En forutsetning for deltakelse i studien var at de hadde barn under 18 år som bodde hjemme i perioden før, under og etter utenlandsoppdraget. Det ble gjennomført kvalitative intervjuer, og resultatene ble deretter analysert og kodet etter en tematisk

analysemodell (Willig, 2013). Studien er gjennomført som en del av et større prosjekt i regi av Forsvarsdepartementet, men er i sin helhet designet og gjennomført av oppgaveforfatter i denne studien. *Resultat:* 1 av 9 stabsveteraner oppgir å ha psykiske problemer i ett eller flere av sine perioder i Afghanistan. De som har vært hjemme med ansvaret for barna i perioden oppgir manglende tid og savn som de viktigste påvirkningene. Alle informantene omtaler temaer som kan relateres til forskjellige teorier om mestring. Informantene er i stor grad fornøyd, men har noen forslag til forbedring, som oppfølging som er mer individuelt tilpasset, og bedre muligheter for opptrening av egne ferdigheter og samtrenting med samarbeidende avdelinger før utreise.

Nøkkelord: Forsvaret, veteran, familie, kvalitativ, mestring

OPPLEVELSE AV MESTRING

Forord

Endelig! Som min gamle kompanisjef en gang sa; Alt har en ende (det er bare uvisst når den kommer). Jeg kan med trygghet si at dette har vært en av de gangene i mitt liv hvor jeg har ønsket aller mest at det skulle ta en ende. Siri Nilsen oppsummerer fint hvordan jeg har opplevd store deler av denne perioden: «Gå til du ikke husker hvor du kom fra. Let til du ikke lenger vet hva du vil ha. Du må gjøre det du må. Men ta meg med, ta meg med. Og si at det, si at det går bra.»

Det er mange som skal takkes; noen mer enn andre. Noen for å lytte, noen for å kjeft og noen for å dytte meg i riktig retning og gi konstruktive tilbakemeldinger.

Aller først vil jeg takke veilederne mine, Svein Mossige og Ole Boe for hjelp og tilbakemeldinger gjennom skriveperioden.

Dernest vil jeg takke Forsvarsdepartementet og Krigsskolen for tildeling av stipend og for stillingen som stipendiat, som har gjort det mulig for meg å gjennomføre et mastergradsløp.

I skriveperioden er det mange jeg ikke kunne klart meg uten. Jenta krutt; dere er best, og dere vet det (håper jeg), tusen takk for gode tilbakemeldinger og for at dere genuint har vært interessert i å hjelpe meg videre.

Takk til venninner og tilfeldige samtalepartnere som har måttet høre på masteroppgavesyting og uinteressante detaljer i det uendelige.

Min kjære Marie. En masteroppgave uten deg = ingen masteroppgave. Du vet akkurat hva jeg trenger og når jeg trenger det, og jeg er så evig takknemlig, og uendelig glad for at jeg har deg.

Petter, for at du har bekymret deg og tatt vare på meg mer enn jeg fortjener. For at du har holdt ut alle nedturene, og hjulpet meg å innse det når jeg trengte å skjerpe meg. Endelig kan jeg begynne å gi litt også – det fortjener du. «Det er alltid mørkt for de som sover – jeg skal våkne snart, jeg lover.»

Lille, store Emilie for å alltid være blid uansett hvor sur og grinete jeg er. For å gi hver dag en ny sjanse, og for evnen til å tilgi og glemme. For å gi meg en grunn til å holde beina plantet på bakken, og få meg til å huske på hva som er viktig her i livet. For å vise meg hva ubetinget kjærlighet er. Jeg vet det er en klisjé, men jeg elsker deg herfra og til månen.

Innholdsfortegnelse

Innledning og teori	Feil! Bokmerke er ikke definert.
Bakgrunn	1
Norsk og nordisk forskning.....	4
Internasjonal forskning.....	6
Metode.....	9
Prosedyre og design	9
Deltakere	10
Refleksivitet/forskerens rolle	12
Analyse.....	13
Resultat.....	15
1. Hvordan har perioden før, under og etter INTOPS påvirket familien?.....	15
2. Hvilke kilder til mestring oppgir stabsveteranen og den som har vært hjemme med barna?	20
3. Hva opplever stabsveteranen og familien at fungerer, og hva fungerer ikke?.....	30
Diskusjon.....	36
Hovedfunn.....	36
Diskusjon av hovedfunn.....	37
Studiens begrensninger	48
Konklusjon	49
Videre forskning.....	50
Referanseliste	51
Vedlegg	59

Innledning og Teori

Bakgrunn

120 000 menn og kvinner har siden 1947 deltatt i over 40 militære utenlandsbidrag for Norge. Fra sent 2001 har disse også vært i Afghanistan (Regjeringen.no). I begynnelsen var bidragene først og fremst i Kabul (Forsvaret.no), men etter dette har de norske styrkene gradvis utvidet sitt virkeområde, samtidig som de har blitt mer konsentrert i Faryab-provinsen i nord (Itjenestefornorge.no). På det meste har Norge hatt omtrent 600 soldater i Afghanistan samtidig (Forsvaret.no). 31. desember 2014 ble det største bidraget til Afghanistan avsluttet, men det er fremdeles små bidrag dit (ibid.). Totalt er det omtrent 9000 norske soldater som har deltatt i det norske bidraget i Afghanistan, og Kabul, Mazar e Sharif og Meymaneh er de områdene Norge har hatt størsteparten av sine bidrag (Forsvaret.no).

Risiko. Det har vært varierende grad av risiko forbundet med oppdragene i Afghanistan avhengig av tid og sted for oppdragene. Flere perioder har vært preget av hyppige kamper med opprørsstyrker (Itjenestefornorge.no), og i løpet av perioden Norge har vært i Afghanistan har trusselbildet gradvis forverret seg. Norsk personell har stadig oftere vært involvert i trefninger og kamphandlinger, og samtidig har trusselen fra improviserte anslag som veibomber og lignende blitt høyere (Forsvarets Sanitet, 2012). Særlig siden 2009 kan man si at risikonivået har vært tiltagende basert på antall dødsfall (Forsvaret.no), og de som har vært mest utsatt er de som jobber i stillinger som krever at man er mye utenfor camp, for eksempel vognførere. Totalt ti personer har falt i oppdrag for Norge i Afghanistan, ni av disse hadde stillinger utenfor camp, mens én person var FN-observatør og innenfor camp.

Internasjonale operasjoner fra start til slutt. Internasjonale operasjoner kan blant annet omtales som INTOPS, INTOPS-kontingent, UTOPS (utenlandsoperasjoner), å reise ut, utenlands, internasjonal tjeneste, utenlandsbidrag, utenlandstjeneste, utenlandsoppdrag. Begrepene vil brukes om hverandre i teksten.

Et utenlandsoppdrag starter for de fleste med at de på et tidspunkt søker eller blir forspurt om å reise ut. Etter en søknadsprosess får man evt. tildelt stilling. Fra cirka 3 måneder til 2 uker før avreise starter man oppsetting hvor man skal forberede seg på å reise ut. Forberedelsene skjer gjennom fysisk og praktisk trening, politisk opplæring og ellers opplæring på systemer og funksjoner man er tiltenkt å ha noe med å gjøre under perioden ute (St.meld. nr 34 (2008-2009)). Oppsettingsperioden varer som regel frem til et par uker før man reiser ut. Etter oppsetting er utreise det neste – også kalt deployering. Soldatene deployeres vanligvis i cirka 6 måneder, men noen velger å forlenge perioden og kan bli 1 år

OPPLEVELSE AV MESTRING

eller mer. Andre igjen velger å dele en kontingent (betegnelse for en avgitt gruppe til et bestemt oppdrag) med en annen, og er ute i 3-4 måneder. For hver 3. måned soldatene er ute i INTOPS opptjener de en hjemreise, også kalt leave. Altså vil de ved en deployering på 6 måneder opptjene 2 leave-reiser. I følge St.melding nr. 34 (2008-2009) har ikke personell som er sendt ut i en periode på 3 måneder krav på permisjon, men det gjennomføres til en viss grad også én permisjonsreise for dem. Regelen er at man opptjener to rekreasjonsdager og fem leavedager per måned man er i tjeneste utenlands (St.meld. nr. 34 (2008-2009)). Noen kan i større grad planlegge og velge når de vil reise hjem, mens andre ikke har like mye valgfrihet.

Etter perioden de har vært utenlands har de vanligvis noe som kalles mellomlanding eller etterlanding. Det skjer normalt rett etter at de drar fra Afghanistan, og før medaljeseremoni og hjemkomst til familien i Norge. Praksis har vært varierende her; noen ganger har mellom-/etterlanding foregått i Norge, men det kan også være i utlandet – oftest Sverige eller Danmark. Under mellomlandingen har soldatene debrief fra sin periode utenlands, de snakker med et stressmestringsteam, får medisinsk utsjekk og blir generelt forberedt på å komme hjem igjen (St.meld. nr. 34 (2008-2009)). Som en del av mellom-/etterlanding er det vanlig at de har en sosial sammenkomst. «Mellomlanding og skjerming gir soldatene på vei hjem fra internasjonale operasjoner tid til å omstille seg fra kriser, krigslignende tilstander og konflikter til et Norge i dyp fred» (Regjeringen, 2011).

Når mellom-/etterlanding og medaljeseremoni er gjennomført reiser de hjem. I en periode etter de har kommet hjem har de leave- og rekreasjonsdager. Noen har også en periode med ferie før de starter på jobb igjen. Den totale friperioden kan vare fra et par uker til et par måneder – avhengig av hvor mange dager de har brukt mens de var på leave, hvor lenge de har vært ute, resterende ferie og ønsket eller forventet oppstartstidspunkt i stilling hjemme.

Oppfølging fra Forsvarets side. (Regjeringen, 2011) Det er en målsetting at Forsvaret skal arrangere gjensynstreff for veteranene 9–12 mnd etter hjemkomst. NAV og Bufetat skal være tilgjengelig med informasjon og veiledning. Forsvaret skal sikre en helhetlig og langsiktig rehabilitering, veiledning, samt hensiktsmessig omskolering og sysselsetting for personell som kommer hjem med nedsatt funksjonsevne som et resultat av tjeneste i internasjonale operasjoner. Forsvaret skal etablere et system som i løpet av det første året etter hjemkomst rutinemessig gjennomfører debriefing og erfaringsoverføring, med en aktiv og personlig oppfølging spesielt tilpasset sjefer. I de tilfellene hvor veteranen ikke

OPPLEVELSE AV MESTRING

har vært en del av en større kontingent, skal programmet tilpasses veteranen for å ivareta kartlegging og en aktiv, personlig og tilpasset oppfølging. Debriefing og erfaringsoverføring for individuelt deployerte, slik som FN-observatører, skal ivaretas i oppfølgingsprogrammet. Det innebærer at det etableres rutiner slik at erfaringer fanges opp i forberedende kurs og øvelser. Erfaringsoverføringen skal omfatte både sikkerhetsaspekter, HMS og nødvendig kjennskap til organisasjonen de skal fungere i.

Å komme hjem – en overgang. Et utenlandsopphold er ofte preget av høy intensitet, mye jobbing, godt samhold og forståelse fra kollegaer, og man er utsatt for en betydelig høyere risiko for å miste livet enn hjemme i Norge. I tillegg kan noen ha opplevd, enten direkte eller indirekte, å bli rammet av spesielle hendelser under sin periode i INTOPS. Slike hendelser kan være noe som har skjedd hjemme mens man var ute – som for eksempel dødsfall eller sykdom i nær familie, eller det kan være noe som har skjedd der man har vært – som at man har havnet i en konflikt med noen, eller at noen har kjørt på en veibombe. Flere av problemene man kan støte på etter hjemkomst vil utdypes nærmere i teksten videre, og er omtalt på bakgrunn av temaer på internettforumet «Kameratstotte.no».

Hvorfor stabsveteraner?

Den manglende norske forskningen til nå viser at stabsveteranene er en gruppe veteraner som kan bli oversett når det gjelder muligheten for at også disse kan få problemer, ettervirkninger og stressreaksjoner før, under og etter INTOPS. Ny og mer forskning på stabsveteraner og familien deres kan være til nytte både for Forsvaret og familier som i fremtiden skal bidra med et familiemedlem inn i en stabsfunksjon i utlandet. Forsvaret søker stadig å forbedre sitt tilbud og arbeid med veteraner, og for familier som søker mer utdypende informasjon kan det være nyttig å ha et mer gjeldende alternativ til annen veteranforskning.

I følge Regjeringens handlingsplan (2011) skal en god veteranpolitikk sørge for forskning og kartlegging for å gi bedre kunnskap om veteranenes situasjon, og denne studien er en del av et forskningsprosjekt på veteraner i regi av Forsvarsdepartementet (FD). Prosjektet består av tre Phd-stipendiater og en mastergradsstipendiat (Institutt for Forsvarsstudier, 2015). Rammene fra FD for masteroppgaven var at det skulle være en undersøkelse av hvordan stabsveteraner og familien deres opplever perioden før, under og etter INTOPS med fokus på mestring. Ellers har studien vært fristilt i forhold til valg av metode, innsamling og analyse av data.

Siden mange stabsveteraner ikke reiser ut som en del av en større avdeling er det noen som ikke har oppsetting med resten av avdelingen som reiser ut, og stabsveteranen kommer

OPPLEVELSE AV MESTRING

ofte tilbake til en avdeling som ikke deler de samme erfaringene. Dette kan også være tilfellet der stabsveteranen roterer skjevt; hvor man reiser ut midt i en kontingent eller på et annet tidspunkt enn hoveddelen av bidraget. Hvordan påvirker dette veteranen og familien? Får de den støtten og oppfølgingen de trenger fra Forsvaret, familie, kollegaer og nærmiljøet? Hvilke forutsetninger har de for å mestre en periode med oppsetting, fravær hjemmefra og hjemkomst? Hva kan bli bedre? Dette er noen av spørsmålene man kan stille seg, og som oppgaven vil søke svar på.

Norsk og nordisk forskning

I Norge er det gjort noe forskning på veteraner generelt, og på veteranen og familien i sammenheng med opplevelse av INTOPS. Typisk for den norske forskningen er at veteranene blir sett på som en stor homogen gruppe eller at bare de mest operative stillingene regnes med. Forskning på *stabsveteraner* som en isolert gruppe er mer eller mindre fraværende.

Det eneste i norsk litteratur som går direkte på *stabsveteraner* og familiene deres er Irene Ulstein Solheim (2009) sin bok «Oppdrag hjemmefront», som belyser en del punkter i forbindelse med hennes manns tjeneste som stabsoffiser i Afghanistan.

Hovedoppgaven «Kriger og kjæreste – faktorer før, under og etter et utenlandsoppdrag som kan påvirke samliv» (Broen, Edland & Lundberg, 2012) går direkte på det å reise ut mens man er i et forhold/å "bli igjen hjemme" mens den man er i et forhold med reiser ut, men det er ikke gjort noen distinksjon på typen veteraner. Oppgaven gir en god oversikt over data og referanser om veteraner generelt, fra nasjonal og internasjonal forskning som vil omtales videre i oppgaven.

PTSD, depresjon og angst. Afghanistanundersøkelsen fra 2012 (Forsvarets Sanitet) viser at 1,4% av norske soldater opplever symptomer som kvalifiserer til å sette diagnosen post traumatisk stress lidelse (PTSD) etter hjemkomst fra Afghanistan. Undersøkelsen påpeker også at symptomene på delvis PTSD vises hos så mange som 6,7% av de som har svart på undersøkelsen. I den norske populasjonen ligger tallet på rundt 3% (St. meld. nr. 34 (2008-2009)). PTSD sees ofte i sammenheng med depresjon og angst (Comer, 2013; Mykletun, Knudsen & Mathiesen, 2009; Tambs, 2014), og i Afghanistanundersøkelsen (2012) er det 1,1% og 1,7% som har henholdsvis depresjon og angst. Tar man med tilfellene som er på grensen til å kvalifisere for en diagnose er tallene 2,9% og 5,6%. En helseundersøkelse på befolkningen viste at det var 10,3% av utvalget som hadde forekomst av depresjon de siste to ukene (Mykletun, Bjerkeset, Dewey, Prince, Overland & Stewart, 2007). I den samme undersøkelsen (Mykletun et al., 2007) var det en forskjell i forekomsten av angst de siste to

OPPLEVELSE AV MESTRING

ukene hos kvinner og menn, hvor tallene var henholdsvis 18,0% og 12,5%. En svakhet ved Afghanistanundersøkelsen, som er gjennomført per mail og post, er at det er en mulighet for at de som har valgt å ikke svare på undersøkelsen er de som er hardest rammet og derfor ikke har svart. Allikevel belyser undersøkelsen at det er en reell problematikk.

I en dansk undersøkelse på Afghanistan-veteraner (Veterancentret, 2013) viste det seg at symptomene på PTSD og depresjon økte betydelig 7-8 mnd etter hjemkomst, og tre år etter utsendelse kvalifiserer 9,2% for en depresjonsdiagnose, mens hele 9,7% hadde symptomer som ville diagnostiseres som PTSD. Det bør nevnes at de danske bidragene i større grad har vært oppsøkende og deltatt aktivt i kamphandlinger under sin tid i Afghanistan.

Undersøkelsen viste at jo flere traumatiske hendelser en soldat har vært utsatt for etter hjemkomst, desto høyere risiko for en utvikling innen PTSD-spekteret (ibid.). Til slutt bør det også nevnes at 1/3 av soldatene fra undersøkelsen opplever post traumatisk vekst, som innebærer at de hendelsene de har vært utsatt for har påvirket dem på en positiv måte (ibid.).

Samlivsproblemer. De som har deltatt i internasjonale operasjoner har, samlet sett, en høyere skilsmissemfrekvens enn referansepersonene i en undersøkelse gjort av Brevik & Skjeret (2004) i regi av Forsvarets Sanitet. AFI (2006; 2012) har også gjort undersøkelser på samlivsbrudd, og funnet at raten øker i takt med antall deployeringer i INTOPS. Noen av årsakene til dette kan være psykiske vansker (Verdeli et al., 2011), dårlig kommunikasjon og hvordan familien angriper problemer og utfordringer de støter på (Figley, 1993), endring i personlighet hos veteranene (Makin-Byrd, Gifford, McCutcheon & Glynn, 2011) og at seksuell lyst eller fungering er endret, og påvirket av utenlandsoppgjøret (Sayers, 2011). På nettsiden kameratstotte.no diskuteres det at forventningene både til leave og hjemkomst kan være forskjellig hos veteranen og de hjemme. De hjemme forventer ofte at de skal få avlastning og hjelp i hjemmet, mens veteranen forventer å få sluppet av og ladet opp (Larsen, 2000).

Manglende forståelse og savn av kamerater. Både veteranen og familien kan oppleve manglende forståelse for hvorfor soldaten reiser ut og få kommentarer som går på at omgangskretsen ikke forstår hvordan soldaten kan reise fra kone/mann og barn hjemme eller hvordan hun/han kan klare seg hjemme uten støtte fra den som reiser ut (Veterancentret, 2011).

Etter hjemkomst opplever soldatene ofte en overgang fra en hverdag med tett fellesskap til medsoldater som kan være utfordrende for noen (Mandal, 2009). Mange trenger å bearbeide inntrykk de sitter igjen med, og kan oppleve at familien har vanskelig for å forstå

dette, manglende interesse eller at familien rett og slett ikke kan få vite om enkelte ting (Afghanistanundersøkelsen, 2012; Knutsen, 2011).

Internasjonal forskning

Det finnes også mye forskning på veteraner, særlig fra USA, men overførbareheten til norske (stabs)veteraner er noe tvilsom, blant annet på grunn av risikonivået, varigheten av utenlandsoppdragene, rekrutterings- og seleksjonsgrunnlag og kulturelle forskjeller. Denne forskningen er derfor i stor grad utelatt her. Dog finnes det i internasjonal sammenheng mye litteratur på isolerte temaer som kan være overførbart til stressreaksjoner og mestring i forbindelse med INTOPS. Av hensyn til oppgavens lengde og relevant til data er flere temaer ekskludert, som tilknytning (se for eksempel Ainsworth, 1964 og Bowlby, 1982) og mestringsstiler (se eksempelvis Endler og Parker, 1990).

Mestringstro. Mestringstro dreier seg om «Troen på ens egen mulighet til å organisere og utføre nødvendige handlinger for å oppnå» (Bandura, 1986, fritt oversatt). Høy mestringstro har sammenheng med høy motivasjon og at man ser nye og vanskelige oppgaver som en utfordring. Ved lav mestringstro viser man lite/ingen initiativ, og nye og vanskelige oppgaver sees på som en trussel (Bandura, 1986; Bandura, 1995) I følge Bandura (1995) er det fire kilder til mestringstro; verbal støtte/overtalelse, tidligere mestringserfaringer, vikarierende opplevelser og fysisk status. Fysisk status vil ikke omtales her fordi det ikke er gjort noen måling på dette i denne studien, og dermed heller ikke er relevant videre. De resterende tre kildene til mestringstro vil bli beskrevet nærmere nedenfor. Bandura skriver at tidligere mestringserfaringer er den faktoren som i størst grad påvirker mestringstro (Bandura, 1997). En studie på mestringstro hos offiserer i Forsvaret (Boe & Bergstøl, kommende) viste at det var tydelig samsvar mellom teori og praksis relatert til Banduras fire kilder til mestringstro, og at verbal støtte/overtalelse hadde mest sammenheng fra teori til praksis.

Verbal støtte/overtalelse. Positive oppmuntringer/overtalelser fra andre fører til økt mestringstro (Bandura, 1995) – særlig i de tilfellene der oppmuntringene er realistiske vil det kunne øke troen på egen mestring (Bandura, 1982). 80% av deltakerne i Afghanistanundersøkelsen (2012) oppga at de opplevde aktiv støtte fra familien i forbindelse med utenlandsoppholdet, men 22% oppgir også at «ingen her hjemme forstår hva jeg har vært igjennom». 31% oppgir at de har opplevd ting i Afghanistan som de ikke har kunnet fortelle om til noen, og 9% har i liten eller ingen grad hatt noen de kan støtte seg på etter hjemkomst dersom de får problemer (Afghanistanundersøkelsen, 2012). Sosial støtte kan altså være både

verbal og non-verbal. Hovedfokuset i denne studien vil være på den sosiale og verbale støtten fra familie, venner og naboer, men også på utsagn fra bekjente.

Mestringserfaringer. Tidligere mestringserfaringer er den kilden som i størst grad påvirker mestring (Bandura, 1982) – altså at tidligere erfaringer med mestring predikerer mestring i fremtiden. En del av Afghanistan-veteranene har vært ute før; enten i Afghanistan eller andre misjoner i andre land. Det kan tenkes at deres tidligere opplevelser og følelse av mestring i forbindelse med dette fører til økt mestringstro for fremtidige INTOPS-oppdrag, og dette vil oppgaven gå nærmere inn på.

Vikarierende opplevelser. Det å se at noen man kan sammenlikne seg med har mestret en situasjon øker troen på at en selv kan mestre samme type oppgave (Bandura, 1986; 1995). Dette gjelder også for stressende hendelser, der en direkte kan observere en annen som mestrer hendelsen (Bandura, 1982). I oppgaven vil fokuset være på sammenligning med andre som reiser ut i INTOPS – først og fremst de som er etablert med familie og sånn sett har noe felles med de intervjuede stabsveteranene og familien deres.

Kontroll. De tre faktorene opplevelse av mulighet for *kontroll*, hvordan man ser på *utfordringer* og hvorvidt man føler seg *forpliktet* kan si noe om en persons robusthet (Kobasa, 1979). Høy opplevelse av kontroll, et positivt syn på utfordringer og stor grad av forpliktelse indikerer høy grad av robusthet (Kobasa, 1979; Kobasa, Maddi, & Puccetti, 1982;). Robusthet er viktig fordi høy grad av robusthet korrelerer med bedre prestasjoner og helse (Maddi, 2013). Psykisk velbefinnende for enkeltutsendte med høy grad av robusthet påvirkes ikke av en utenlandsoperasjon, mens psykisk velbefinnende for personer med lav grad av robusthet vil påvirkes i negativ retning (Veterancentret, 2010b). Opplevd kontroll korrelerer positivt med psykisk velbefinnende etter hjemkomst for de enkeltutsendte, og er den enkeltfaktoren som korrelerer mest med psykisk velbefinnende (Veterancentret, 2010b).

Rotter (1966) skilte mellom *indre* og *ytre* kontroll (internal/external locus of control). Indre område for kontroll innebærer en tro på egen mulighet for å kontrollere det som skjer i ens eget liv (Rotter, 1966). Ytre område for kontroll innebærer at man i liten grad tror man kan kontrollere det som skjer, men at det i større grad er ytre faktorer og tilfeldigheter som bestemmer utfallet av hendelser i ens eget liv. Tro på mulighet for egen kontroll og påvirkning på hendelser i livet påvirker fysisk og mental utholdenhet på en positiv måte (Averill, 1973; Rotter, 1966; Skinner, 1995). Bandura (1977) nevner også kontroll som en viktig faktor for mestring, og deler det inn i forventninger om utfall og forventninger om mestring. Forventninger om utfall handler om hvilke mulige utfall en tror at en handling kan

få, mens forventninger om mestring handler om i hvilken grad en tror at en vil mestre handlingen som kreves for å oppnå ønsket utfall (Bandura, 1977).

Schneewind (1995) går nærmere inn på opplevelse av kontroll og familiære påvirkninger hos barn og foreldre. Han skriver at både mestringstro som forelder, men også mestringstro som par har en påvirkning på barns utvikling (ibid.). Han går inn på en rekke foreldreegenskaper (se Schneewind, 1995 for en utdypning) som responsivitet på barnas oppførsel og uavhengighetstrening i tidlig alder. Disse egenskapene korrelerer positivt med barns tro på indre kontroll. Foreldre som er mindre responsive og mer overbeskyttende er mer sannsynlig å ha barn med mest tro på ytre kontroll (ibid.).

Mening. Mening er konseptualisert på mange forskjellige måter i forskning (se Park & Folkman, 1997 for en gjennomgang), og i denne studien vil Park og Folkmans (1997) konseptualisering benyttes. For å forstå konseptet er det først nødvendig å vite hva *global mening* (Park, 2012) innebærer. En enkel måte å se det på er at det er en persons tro, mål og følelse av betydning (Park, 2010; 2012). Det kan utdypes som tro og oppfatninger av hva en selv og verden anser som viktig og riktig, hvilke tilstander en ønsker å oppnå eller holde ved like, og følelse av at det har betydning/var nyttig (Park, 2010; 2012). Park og Folkman (1997), og videre Park (2010) forklarer at folk prøver å redusere uoverensstemmelsene mellom vurdert (i situasjonen) og global mening, og gjenopprette en følelse av verden som meningsfull og deres egne liv som verdige. Dette kalles en *menings-skapende innsats* (Park, 2010), og når en slik innsats er vellykket fører det til bedre tilpasning til den stressende hendelsen. Særlig i kriser og ved sykdom er følelse av mening viktig (Park, 2012). En studie viser at forpliktelse mot en høyere mening utenfor en selv (for eksempel et politisk mål) gjør at en kommer fra traumatiske hendelser med mindre psykopatologi enn om man ikke tilordner hendelsen til en høyere mening (Başoğlu, Mineka, Paker, Aker, Livanou & Gök, 1997). Ellers kan det se ut til at høyere nivåer av mening i livet er relatert til bedre selv-rangert helse så vel som faktisk bedret fysisk og mental helse i relasjon til personer med lavt nivå av mening i livet (Park, 2012). Opplevelse og følelse av at oppdraget var til nytte fører til økt mestring/opplevelse av mestring (Collins & Kennedy, 2008). Familier som finner mening og identitet i det militære livet viser bedre tilpasning (Park, 2011).

Forskningsspørsmål

«Hvordan mestrer stabsveteranen og familien tiden før, under og etter internasjonale operasjoner?» er den overordnede problemstillingen. Denne er spesifisert og delt opp i følgende forskningsspørsmål:

OPPLEVELSE AV MESTRING

1. Hvordan har perioden før, under og etter INTOPS påvirket familien?
2. Hvilke kilder til mestring oppgir stabsveteranen og den som har vært hjemme med barna?
3. Hva opplever stabsveteranen og familien at fungerer, og hva fungerer ikke?

Videre er det interessant å se på eventuelle mulige tiltak for forbedring av den oppfølgingen Forsvaret har for de som reiser ut i INTOPS og familien deres i dag.

Metode

Prosedyre og design

Samtlige av de tre forskningsspørsmålene fordret svar som ikke kunne kvantifiseres, og det ble derfor naturlig å velge en kvalitativ tilnærming (Smith, 2008; Willig, 2013).

Ettersom tidligere norsk forskning på stabsveteraner er fraværende, ble det først gjennomført en pilotstudie (se vedlegg 1 og 2) for å få en pekepinn på hva som kunne være relevant å gå videre med i hovedstudien. Utgangspunktet for intervjuguiden var å se om Banduras (1995) teori om kilder til mestringstro kunne være relevant, å få innblikk i om barna ble påvirket av perioden, og generelt hvordan veteranene opplevde perioden før, under og etter INTOPS.

Pilotstudien ble gjennomført etter en semistrukturert intervju-modell (Kvale & Brinkmann, 2008), og deltakerne var tre stabsveteraner; én kvinne og to menn som ble intervjuet om sine erfaringer fra INTOPS. Samboere ble ikke intervjuet. Pilotstudien var opphavet til interessen rundt skillet mellom veteranen og den hjemmeansvarliges opplevelse, og den indikerte at det var relevant å ha videre fokus på mestringskilder (Bandura, 1995).

Etter pilotintervjuene var gjennomført ble det sett på hva veteranene hadde hovedfokus på både før, under og etter INTOPS i tillegg til om det var noe som ble tatt opp som spesielt viktig. Deretter ble intervjuguiden revidert, og testet på ytterligere én stabsveteran. Med noen få justeringer var det dette som utgjorde den endelige intervjuguiden (se vedlegg 3 og 4).

Hovedfokuset i dette prosjektet var å se på den deskriptive delen. Samtidig var det så å si umulig å unngå noe fortolkning – som kan linkes opp mot en interpretativ måte å analysere data på (Willig, 2013). Målet var å finne ut noe om deltakernes mestring og erfaring fra perioden, gjennom en realists tilnærming (Willig, 2013) – som innebærer at det informantene oppga ble sett på som virkelighet.

En stor fordel med én-til-én-intervjuer er at man som intervjuer slipper å moderere et større antall mennesker, det er lettere å finne tidspunkter som passer og å gjennomføre over et større geografisk område. I tillegg blir transkriberingsjobben og det å holde informantene anonyme betydelig enklere (Hyde, Howlett, Brady & Drennan, 2005). Derfor falt valget på én-til-én-intervjuer. Fokusgrupper er et godt alternativ til én-til-én-intervjuer (Kvale &

Brinkmann, 2008), særlig i tilfeller der temaet er personlig og sensitivt for informanten (Wilkinson, 2008). Det ble vurdert å gjøre intervjuer i par – der den som var ute og den som var hjemme ble intervjuet samtidig. Dette kunne åpnet for mer dialog og at de kunne hjelpe hverandre å huske tilbake, samtidig som det kunne legge en demper på hva begge ville fortelle om (Øverlien, 2013).

Setting. Datainnsamlingsperioden har gått over cirka 5 måneder, og ble gjort på Østlandet og i Nord-Norge. Intervjuene ble gjort på ønsket sted for intervjuobjektet, der man ikke ble forstyrret eller andre kunne høre på; møterom, personlige kontorer eller hjemme hos informanten. Under intervjuene ble det nyttet båndopptaker i tillegg til skriveblokk og penn for å skrive ned umiddelbare tanker og refleksjoner underveis og rett etter intervjuet.

Deltakere

Utvalget består av 9 par, totalt 18 deltakere. Utvalgskriteriene for intervjuobjektene er at han/hun er stabsveteran. Vedkommende måtte ha vært i Afghanistan under INTOPS-perioden, hatt samboer/tilsvarende i samme periode og barn i alderen 0 til 18 år som bodde hjemme i tidsrommet før, under og umiddelbart etter INTOPS. INTOPS-perioden måtte ha vært innen de siste 10 årene for at det ikke skulle bli for vanskelig å huske, altså 2005 – 2015. Det ble tilstrebet å få med kvinnelige veteraner i utvalget, og det var ønskelig med en så stor geografisk variasjon som mulig (innenfor Norge) for å få et bredt utvalg. Informantene i kategorien stabsveteran og hjemmeværende var både kvinner og menn.

Det endelige utvalget bestod av tre kvinnelige og seks mannlige stabsveteraner, som har hatt mer eller mindre livslang karriere i Forsvaret. I de periodene de ikke har hatt et arbeidsforhold til Forsvaret har det vært på grunn av studier eller kun kortere opphold hos en sivil arbeidsgiver. Veteranene var fra 31 til 52 år gamle på tidspunktet for utreise, og har reist ut mellom 2007 og 2014. Varigheten av oppsetting har vært på alt fra to uker til seks måneder, og de har vært deployert i Afghanistan i fire til seks måneder. Tidligere erfaring med INTOPS er varierende, og de har fra ingen til tre tidligere kontingenter (i Kosovo og Afghanistan). Én var ute under Luftforsvaret.

De hjemmeansvarlige er en gruppe med variert bakgrunn. Fire av dem har eller har hatt et lengre arbeidsforhold i Forsvaret, mens resten har varierende yrker med varierende arbeidstider, og en har i størsteparten av perioden vært i fødselspermisjon. De hjemmeansvarlige var i alderen 28 – 48 år gamle på tidspunktet for INTOPS, og hadde ansvaret for ett til tre barn i alderen 2 – 18 år på tidspunktet for utreise. I motsetning til

OPPLEVELSE AV MESTRING

hvordan begrepet *hjemmeansvarlig* kan tolkes, har samtlige hatt jobb eller vært i fødselspermisjon – ingen oppga å være arbeidsløse.

I disse veteranfamiliene har mann og kone vært samboende i 6 til 24 år på tidspunktet for utreise. Seks av familiene var bosatt nordpå i INTOPS-perioden, to familier har bodd i Sør-Norge, og én familie har flyttet fra sør til nord i perioden mellom oppsetting og utreise i INTOPS for veteranen. Syv av familiene var bosatt i nærheten av militære anlegg inkludert familien som flyttet. I fem familier hadde den ene forelderen eller begge hatt familie i nærheten, mens fire familier ikke hadde det. Noen familier hadde også større barn som ikke bodde hjemme i tiden rett før, under og etter INTOPS.

Rekruttering. Først ble deltakerne forsøkt rekruttert gjennom å få en oversikt – via diverse instanser i Forsvaret – over de som hadde vært ute i stabsfunksjoner i Afghanistan de siste 10 årene. Denne oversikten viste seg vanskelig å få tak i, og deltakere måtte til slutt rekrutteres ved snøballmetoden (Willig, 2013). Dette innebar at en tidligere kollega i Forsvaret med erfaring som stabsveteran i INTOPS ble spurt om tips til andre mulige informanter med samme type erfaring. Deretter har noen av disse igjen kommet med tips til andre informanter og så videre.

Snøballmetoden fordrer at de som gir tips om andre potensielle deltakere har en betydelig større mulighet for å kunne forstå/vite hvem som har deltatt. Samtidig har ikke alle deltakerne fra én informant blitt valgt ut, noe som igjen kan bidra til at graden av anonymitet er noe større enn om samtlige mulige deltakere hadde blitt forespurt.

En annen innfallsvinkel for å rekruttere deltakere har vært gjennom å holde presentasjoner og ellers snakke med folk man omgås om prosjektet. Enkelte av deltakerne er rekruttert på denne måten. Det ble forsøkt å rekruttere to par som har blitt fraskilt etter INTOPS, men i begge tilfellene ønsket ikke den først forespurte parten at den andre parten skulle involveres.

Anonymitet. Denne studien er gjennomført i tråd med de etiske prinsippene fra Helsinkierklæringen (2013). Deltakere i et forskningsprosjekt bør holdes anonyme, og etter forskningen er gjennomført og utfallet av forskningen har blitt evaluert skal rådataene ødelegges (Halvorsen, 2008; The Norwegian National Committees for Research Ethics, 2010). Dette ble håndtert ved at navn i opptakene kun ble betegnet med forbokstav i den transkriberte teksten. De transkriberte dokumentene lagres med fiktivt navn på deltakerne i henhold til de navnene som brukes i oppgaven. Intervjufilene ble lagret som initialene til den som ble intervjuet, og ettersom utvalget var relativt begrenset var initialer tilstrekkelig for å

huske det reelle navnet på deltakeren og hvem som var deres «motpart». Muligheten for at veiledere kunne komme til å få vite navnet på deltakerne ble gjort oppmerksom på i samtykkeskjemaet de fikk tilsendt på forhånd, som samtlige informanter signerte for å bekrefte informert samtykke.

I oppgaven brukes fiktive navn på intervjuobjektene. Parene ble gitt navn etter alfabetet, altså vil et par være for eksempel «Anders» og «Anette», mens et annet par er «Bjørn» og «Beate». Allikevel er det mulig det blir en utfordring å holde deltakerne anonyme, fordi Forsvaret og Hæren er et lite og «tett» miljø. Deltakerne informeres derfor om muligheten for at andre vil kunne kjenne dem igjen på bakgrunn av beskrivelser av opplevelser de har hatt. På grunn av dette – og for generelt å gi deltakerne mulighet til å påvirke hva de ønsker at skal «komme ut» – ble deltakerne også informert om muligheten for å godkjenne sitater før bruk i oppgaven. To deltakere ønsket å bli informert om sitat-bruk av hensyn til anonymitet.

Ettersom miljøet i Forsvaret er ganske lite var det en mulighet for at deltakerne kunne gjenkjennes av andre i miljøet. Det kan tenkes at det kan ha gjort at deltakerne ikke delte like mye som de ellers ville ha gjort. Dersom det var en større studie eller større miljø med mindre sjanse for at kollegaer ville kjenne dem igjen, kan det også tenkes at deltakerne ville delt mer erfaringer og følelser.

Opptak og transkripsjoner blir slettet etter sensur på masteroppgaven er falt, tentativt utgangen av 2015/ januar 2016.

Refleksivitet/forskerens rolle

Å være subjektiv som forsker ved gjennomføring av kvalitative intervjuer virker mer eller mindre uunngåelig. Dette fordi forskeren ikke er en avkoblet observatør, men en deltaker med informanten i søken etter betydning i det informanten forklarer (Toma, 2000, s. 178). Alle paradigmer er menneskelagde, og på grunn av det kan de ha feil – ingen konstruksjon kan være helt sann, og man kan aldri virkelig være 100 prosent objektiv når man gjør forskning (Guba & Lincoln, 1994; Johannessen, Tufte & Christoffersen, 2010). Dette er vesentlig å ta i betraktning når det er forskeren som har bestemt fokus for forskningen, formulert forskningsspørsmålene, bestemt hva som skal måles og hvordan, gjennomført intervjuene, transkribert, analysert og kodet de, bestemt hva som skal inkluderes og utelates, og sist, men ikke minst: diskutert funnene (Johannesen et al., 2010). Når man i tillegg tar med i beregningen at forskeren har ni års erfaring fra Forsvaret og selv er kvinne og mor er det ikke til å unngå at man har visse inngangsverdier før gjennomføring av en studie som dette.

OPPLEVELSE AV MESTRING

Tiden i Forsvaret har for forskeren i denne studien ført med seg personlige erfaringer fra systemet og samtaler med veteraner. I tillegg har man hørt og lest en del om oppdraget i Afghanistan og gjort seg opp en mening om hvordan veteraner generelt opplever det å reise ut i INTOPS. Dette kan bidra til forskerens personlige og epistemologiske refleksivitet (Willig, 2013), og kan ha en påvirkning på forskningen.

Kjønn på forsker og deltaker kan påvirke innsamlingen av kvalitative data, så vel som faktorer vedrørende miljø, alder og så videre (se Broom et al., 2009 for en mer utfyllende diskusjon rundt dette). I denne studien er det antakeligvis ingen ulempe når det kommer til kjønn, og før intervjuene hadde forsker og de som ble intervjuet en slags etableringsfase hvor det å få en god relasjon stod i fokus. Dette kan også ha vært med å hjelpe for å få rike beskrivelser av opplevelsen til den som ble intervjuet (Toma, 2000).

Deltakerne kan allerede ved utsendelse av samtykkeskjema (se vedlegg 5 og 6) har blitt påvirket til å ha fokus på familierelasjonene, noe som også var ønskelig fra forskerens side. Det som derimot *ikke* var ønskelig at det skulle være utelukkende negativt eller positivt fokus på spørsmålet om det var noen hendelser de ble påvirket av mens de var utenlands. Her var ønsket at deltakerne skulle snakke om det som først falt inn i hodet deres, fordi det gjerne er det deltakerne også ser på som viktig og som de forbinder med tiden ute. Tanken var at det for noen ville komme opp hendelser som skjedde hjemme, mens det for andre var naturlig å snakke om hendelser i Afghanistan. I etterpåklokskapens navn kan det se ut til at ordet «hendelse» ga en assosiasjon til hendelser fra Afghanistan, og at det antakeligvis hadde vært bedre å spørre om det var «noe» som påvirket dem i stedet for «spesielle hendelser».

Under intervjuene til hovedstudien var det først og fremst informantene som snakket, mens intervjuers rolle ble mer passiv og hovedfokuset lå på aktiv lytting og å stille utdypende spørsmål. Dette fordi det kunne prege hva informantene la vekt på, i tillegg til at intervjuer ubevisst kunne legge føringer på hva det ble snakket om ved å vise mer/mindre interesse for enkelte temaer (Broom, Hand & Tovey, 2009; Johannessen et al., 2010).

Intervjuguiden og utforming av spørsmål. Utgangspunktet for spørsmålene var at de ikke skulle være ladet i hverken positiv eller negativ retning, dette fordi det i størst mulig grad er ønskelig at informantene skal fortelle om det de selv tenker på som viktig for perioden og ikke bli gitt en oppfatning om hva det er som skal være fokus for oppgaven (Willig, 2013).

Analyse

Dataene ble samlet inn og analysert ut ifra teorier om kilder til mestringstro (Bandura, 1995) med noen forhåndsbestemte kategorier – noe som indikerer en deduktiv metode

(Willig, 2013). Det var allikevel åpnet for at det kunne komme opp temaer i intervjuene som kunne gi ny innsikt eller være viktig å få frem, utenom temaer relatert til mestring. Metoden kan derfor sies å være en kombinasjon av deduktiv og induktiv metode, som forklart i Willig (2013) og videre beskrevet i Fereday og Muir-Cochrane (2006); her har man forhåndsbestemte kategorier for analysen i tillegg til at nye temaer kan avdekkes basert på de innsamlede dataene.

Målet var å i størst mulig grad se på historiene informantene kommer med, for så å se på helheten og hvordan informantene omtaler disse sett opp i mot mestring og kilder til mestring. Med dette som utgangspunkt falt valget på en tematisk analyse (Willig, 2013).

Etter å ha transkribert intervjuene ble transkripsjonene lest igjennom for å få en oversikt over mulige menings-enheter (Willig, 2013). Deretter ble teksten gitt farger knyttet til de forskjellige menings-enhetene, og nye enheter ble notert underveis. Menings-enhetene ble så gruppert i forskjellige koder. Alle de kodede delene av intervjuene ble tatt ut fra hvert av de transkriberte intervjuene, og satt sammen i ett dokument for å få en bedre totaloversikt. Først da var det mulig å skille ut de *nye* temaene, som ikke var basert på kilder til mestringstro (Bandura, 1995). Nye temaer som ble utformet underveis var blant annet kontroll, usikkerhet og mening. Det oppstod en rekke nye temaer, men etter en vurdering av relevans opp i mot forskningsspørsmålene og omfang av oppgaven ble noen også ekskludert. Eksempler på ekskluderte temaer er forberedelser og anerkjennelse. De relevante temaene som ble brukt videre var robusthet og kontroll og mestring, og de har fått hver sin overskrift i resultat-delen.

Validitet. For å sikre validitet ble det gjennomført pilotintervjuer, som bekreftet at man fikk svar på det man ønsket svar på i noen tilfeller, og hva som ikke var like viktig eller nyttig. De ga en god indikasjon på hva det kunne være nyttig å gå videre med, fordi informantene fortalte om opplevelser som kunne relateres til kilder til mestringstro som var ønsket for hovedstudien. Dog kan forskers fokus på kilder til mestringstro være et bias i forhold til å overse annen informasjon som også kan være viktig.

Reliabilitet. Et mulig problem i forhold til reliabilitet er at *stabsveteraner* er en sammensatt gruppe på samme måte som *veteraner* er det. Utvalget i denne studien er på mange måter begrenset, og gruppen som omfattes av begrepet kan i stor grad utvides, samtidig som den også kan innsnevres ytterligere. I begge tilfeller vil det kunne gi utslag på resultatene. Et eksempel på dette er at det i denne studien kun er inkludert stabsveteraner som har etablert familie, mens mange stabsveteraner også reiser ut uten samboer og barn hjemme.

OPPLEVELSE AV MESTRING

Også de hjemmeværende og barna som gruppe kan innsnevres eller utvides slik at svarene vil kunne være forskjellig avhengig av hvem utvalget består av. Variasjon i utvalget kan være med på å øke mangfold i svarene de gir, og igjen gi bedre utgangspunkt for hva som kan være relevant å undersøke i videre forskning.

Det er alltid en mulighet ved kvalitative intervjuer at intervjuer/forskers påvirkning på informantene har noe å si for svarene man får/ikke får (Johannessen et al., 2010).

Veteranen kan være tilbakeholden på informasjon som kan tenkes å spolere nye muligheter for å reise ut dersom familien leser oppgaven.

Behandling av data. Transkribering ble gjort verbatim, med programmet O transcribe. Der informanten har hatt en naturlig (tenke)pause før han/hun fortsetter brukes «...». Dersom informanten har sagt flere ting i samme setning eller sammenheng før det påfølgende sitatet brukes «[...]» før sitatet. Står det «[...]» inni et sitat betyr det at en del av sitatet er kuttet – som regel fordi det er en slags avsporing eller fordi informanten gjentar seg selv i andre ordelag. Ved bruk av «[klammer med tekst i]» er det enten for å forklare noe deltakeren implisitt snakker om eller for å anonymisere.

Etiske refleksjoner

Telefonnummer og navn på kontaktperson hos Forsvarets Sanitet og Forsvarets veteran-tjeneste ble medbrakt til intervjuene i tilfelle noen av intervjuobjektene skulle trenge/ønske oppfølging for eksempel fra psykolog som en følge av informasjon som kom frem i intervjuet.

Til slutt kan det være at det dukker opp sterke politiske og/eller kontroversielle uttalelser som kan sette Forsvaret, oppdraget i Afghanistan eller andre i et dårlig lys. Der det ikke var relevant i forhold til å svare på forskningsspørsmålene, og falt utenfor oppgavens hensikt å inkludere det, ble det utelatt.

Resultat

De tre forskningsspørsmålene ble undersøkt nærmere for å finne svar på problemstillingen «Hvordan mestrer stabsveteraner og familiene deres tiden før, under og etter internasjonale operasjoner?»

1. Hvordan har perioden før, under og etter INTOPS påvirket familien?

Påvirkning på stabsveteranen. Én informant sammenliknet intensiteten ved å være stabsoffiser i Afghanistan med en tidligere INTOPS-kontingent i Kosovo der han hadde en stilling på lavere nivå:

OPPLEVELSE AV MESTRING

"... i motsetning til avdelingene vi hadde med ut som hadde intensive perioder, men også hvileperioder, så gikk liksom det herre stabshjulet gikk 7 dager i uka. Det var egentlig bare å snu bunken på søndag, og kjøre på igjen. Så det var liksom... det var ikke noe rom i det hele tatt, bortsett fra litt fysisk trening, til å egentlig senke skuldrene og slappe av. [...] Så jeg husker jeg liksom reflekterte over at jeg var mye mer sliten når jeg kom hjem fra Afghanistan enn når jeg kom hjem fra Kosovo selv om jeg da hadde en mer junior-rolle i Kosovo, så var det tross alt litt mer rom for å senke skuldrene mellom slagene der." *Halvard*

Mange av stabsveteranene tar opp temaer rundt det å få ting i perspektiv og sammenligner Afghanistan og forholdene der med hvordan man har det hjemme:

"Så det husker jeg jo at jeg følte en enorm takknemlighet for å ha blitt født i Norge. Spesielt når jeg da var jente." *Anette.*

"Og jobben som jeg gjorde i ettertid da, den gikk mye lettere. Og jeg følte meg liksom, nå hadde jeg også vært med og tatt del i den biten. Og jeg følte meg stolt som hadde vært i Afghanistan. Og masse erfaringer rikere." *Gerd.*

For mange har det satt i gang en refleksjon rundt mening og eventuelle videre bidrag ut i INTOPS:

"Kostnaden er litt annerledes... er mye mer enn bare penger da for å si det sånn. [...] når du har familie og alt det andre, så er det mye mer i vektskåla da." *Bjørn*

"Men nå så kjenner jeg at det er helt uaktuelt å dra bort. Så hadde det kommet noen og beordret meg til INTOPS, kan si mot min vilje, så er jeg litt usikker på om jeg hadde fortsatt i Forsvaret for å si det sånn. Det hadde blitt et kraftig oppgjør med det i alle fall." *Ivar*

Videre er *motivasjon* et stadig oppdukkende tema, særlig etter hjemkomst og oppstart i ny/samme jobb i en stabsfunksjon:

"... i den grad det var noen nedturer med å komme hjem, så var det da litt det med å begynne i jobb i en avdeling som ikke hadde vært en del av opplevelsen og liksom interessen rundt at man hadde vært ute og opplevd ting som også oppfattes som militært viktig; at det liksom var ganske sånn avmålt interesse for det. Det husker jeg nok at jeg opplevde som litt sånn... litt skuffende." *Halvard*

OPPLEVELSE AV MESTRING

"Jobbmessig så... hadde det heller ikke skjedd så mye. Det var kanskje det som skuffet meg; at det var ingen utvikling i det hele tatt i den perioden jeg var borte; jeg kom tilbake til akkurat det samme. Og særdeles misfornøyd med det. Og alt sånn tull og tøv og nittigritti, og holde på med det fant jeg ganske sånn meningsløst, så jeg var ordentlig lite motivert for starte opp og jobbe igjen." *Ivar*

Noen har brukt lang tid på å komme tilbake til sitt gamle jeg, mens for andre har det gått relativt fort:

"Det eneste jeg leste de første ukene var bare sånn der... ja, kan du si, røverromaner... sånn der lett litteratur da. Jeg orket ikke å begynne å lese noe mer tungfordøyelig for å si det sånn." *Eivind*

"... jeg var ikke sliten, det var jeg ikke. Jeg nesten struttet litt med overskudd." *Gerd*

For noen har det også fått en påvirkning på parforholdet:

"... jeg brukte veldig lang tid da på å komme tilbake kan du si, på å lande som det heter så fint. Så det holdt på å gå litt doinken (sic.) mellom meg og min mann, fordi at den her trangen jeg hadde til å komme meg ut, og til å få den her frihetsbiten, det gjorde at jeg syntes det var så godt å bare være meg. Og det å få lov til å bare være ute og bare ha meg selv å tenke på, det var så etterlengtet at jeg sleit veldig lenge med å, kan du si, sette pris på alt det jeg hadde hjemme, så jeg brukte ja... jeg vil si nesten 3-4 måneder før ting gikk seg til sånn høvelig greit." *Charlotte*

Påvirkning på den hjemmeansvarlige. Fire av de hjemmeansvarlige tar opp utfordringer relatert til jobb; at det har vært utfordrende å få det til å «gå opp» med tanke på at tiden ikke strekker helt til, mens én sier at det påvirket jobben på den måten at det var vanskelig å holde humøret og konsentrasjonen oppe:

"... det eneste som jeg var litt opptatt av, det var å få timet leave-periodene hennes. Sånn at det ikke sammenfalt med når vi hadde ferie. For da [i feriene] hadde jeg hjelp til å få håndtert ungene, og da ville jeg heller at hun var hjemme når hverdagen var her." *Christian*

"... i den der perioden så var det vanskelig for meg å konsentrere meg og ha den energien jeg trengte for å skrive. Så på den måten så var jeg ikke så produktiv." *Elise*

Savn er en følelse som går igjen i forklaringene til de som har vært hjemme; mange føler på savnet og har blitt påvirket av det i forskjellig grad.

OPPLEVELSE AV MESTRING

"... når han dro igjen, da var jeg egentlig bare irritert for at han hadde vært hjemme, for da fikk man igjen det der... savnet: «Ah, faen, skal du dra igjen!» Så det var egentlig begge deler; det var veldig godt å få han hjem [på leave], men så var det utrolig irriterende at han skulle dra. Måtte man liksom begynne helt på nytt igjen på en måte. Så da ble jeg vel egentlig mere sånn irritabel enn lei meg [...] Det var vel en uro jeg kjente på selv, tror jeg. Hadde kanskje litt kortere lunte enn vanlig." *Beate*

"Det var etter 3 uker hadde gått [siden han dro] at jeg begynte å merke det; at det var en, nesten som en trekkfølelse i brystet, ikke sant. Og det ble bare sterkere og sterkere. [...] ja, virkelig merket at han ikke var her og sånn så at... og det er egentlig en fysisk følelse. Jeg hadde sånn en fysisk følelse til det, og det gjorde meg sliten." *Elise*

"Så når hun først ble satt av på flyplassen så var det godt å egentlig bare komme i gang. Da kunne vi begynne nedtellingen. Litt sånn lettelse, og litt sånn... litt savn." *Christian*

To hjemmeansvarlige gir uttrykk for at de hadde forventninger om at veteranene skulle være tilstede og bidra hjemme en tid etter å ha kommet hjem:

"Jeg merket at han var veldig... han kunne sitte og se i de derre... de hadde laget sånn derre minnebok med bilder av alle, og han satt veldig og så på de og fliret for seg selv. Og jeg husker jeg satt og lekte med [sønnen] under trappa og så tenkte jeg «Åhh! Nå synes jeg du kunne lagt bort den boka og brukt litt tid på oss!» [...] Og det var nok ikke i rekreasjonstiden sin, det var nok etter. Da følte jeg vel kanskje da, når jeg tenker nå, så tenkte vel jeg kanskje da at «Nå er du vel ferdig?" *Frida*

Fem av de hjemmeansvarlige trekker frem som en beroligende faktor at veteranen skulle være mesteparten av tiden innenfor leir i perioden de var deployert:

"Så visste jeg jo hva jobben hans ville gå ut på; han var ikke den som stod i front og kriget. Han skulle ha et kontor i leiren der og sånn til dels trygge omgivelser." *Beate*

Påvirkning på barna.

Fra stabsveteranens synspunkt. På direkte spørsmål som omhandler barna gir cirka halvparten av veteranene inntrykk av å ikke ha reflektert særlig over påvirkningen tiden deres ute har hatt på barna utover det som kommer fysisk til uttrykk, mens den andre halvparten kommer med noen påstander hva gjelder barnas tanker rundt det at den ene forelderen reiser ut:

OPPLEVELSE AV MESTRING

"Så vi snakket jo med ungene óg om det, og det... tror ikke de egentlig helt skjønnte hva det var." *Charlotte*

"Ja. De var vel litt sånn lei seg [på avreisedagen]. E. Trur jeg." *Anette*

Der det har oppstått problemer med barna eller der barna har fått en mer tydelig reaksjon virker veteranene å ha reflektert mer over hvordan perioden påvirket barna:

"Vi hadde snakket en del på forhånd om at jeg skulle ut og forberedt oss på det, men det jeg faktisk hadde glemt å bruke tid på, det var jo å fortelle ungene at jeg skulle på sånn operativ rekognosering rett over sommerferien [...]. Det hadde jeg ikke tenkt på, det hadde vi ikke snakket noe om i det hele tatt, så det at jeg plutselig ble borte der og dro til Afghanistan uten at det liksom var en del av det mentale bildet, det var faktisk, det var nok det som skapte den største reaksjonen, spesielt hos yngstemann." *Halvard*

Noen av stabsveteranene sier at barna har hatt en positiv utvikling under tiden ute:

"Det så jeg jo når jeg kom hjem, at han hadde jo på en måte fått de til. Altså, fremskyndet endel prosesser da, som jeg sikkert ikke hadde gjort, blant annet det her med å... at de smører matpakke og ordner seg frokost og gjør seg klar for å gå på skolen kan du si." *Charlotte*

Fra den hjemmeansvarliges synspunkt. Fem av informantene virker usikre når det kommer til barnas reaksjon på at den andre forelderen reiste ut; de gir uttrykk for at de ikke vet så mye, men antar at barna syntes det var litt vanskelig:

"De var jo såpass store da at... men de syntes sikkert det var litt sånn skummelt med Afghanistan og med sånn action som skjer der da. Men har jo forklart dem det da, at han er ikke den med den mest utsatte posisjonen sånn sett. Det tror jeg de skjønnte og... Pluss at han hadde vært ute noen ganger før da, så de vet jo sånn sett hva de går til da." *Dina*

Tre gir tydelig til kjenne at barna har blitt påvirket:

"Han yngste er veldig knyttet til faren sin, så han savnet pappaen sin veldig da. Så han hadde behov for litt mer sånn nærhet. Han sa jo det at... han sa det at... hva var det han sa..? «Jeg savner pappa så mye at jeg ikke kan beskrive det!» sa han." *Hilde*

"Han ble litt ukonsentrert rett og slett, og savnet mammaen sin. Så det lignet egentlig ganske mye på en sorgprosess. Eller en sorgreaksjon og en sorgprosess han måtte gjennom. [...] Han ble ukonsentrert på en sånn måte at man måtte gjenta beskjeder,

OPPLEVELSE AV MESTRING

man måtte følge han ekstra opp, litt sånn... ikke fullt så positiv og glad som han vanligvis var." *Christian*

Minst to sier at de merket på barna at de i stor grad henvendte og forholdt seg bare til dem etter den andre forelderen var tilbake. Også der det ville være naturlig å henvende seg til den hjemkomne forelderen:

"... ungene reagerer jo litt på irettesettelse og leksehjelp og sånt. Det tar tid. Det tok nok litt tid før ungene aksepterte at han skulle ta del i hverdagen igjen. Det gjorde det." *Hilde*

Ellers er knapphet med tanke på hva man kan bruke tiden på noe som nevnes spesifikt i forhold til påvirkning på barna hos to av de hjemmeansvarlige:

"Det er ikke vanskelig, du får jo dagene til å gå rundt, liksom de fleste tingene – både å vaske opp og kjøre ungene på trening og sånt, det går jo. Men det er liksom aldri tid til noe ekstra. Det går liksom akkurat sånn at det går rundt. Og det der å ta ting på... «Kanskje vi skal bare reise på en fisketur?» eller «Nå skal jeg reise på et-eller-annet», ikke sant – finne på noe – det er det lite overskudd til eller du må liksom bare stå på og holde hjulene i gang. Så det var litt det, ikke sant, altså forventningen om at nå kan vi kanskje tilby jentene litt mer ekstra [når veteranen er hjemme igjen]." *Anders*

2. Hvilke kilder til mestring oppgir stabsveteranen og den som har vært hjemme med barna?

Mestringstro hos stabsveteranen. Stabsveteranene har under intervjuene omtalt flere av kildene til mestringstro (Bandura, 1982, 1986, 1995). Den mest refererte kilden til mestringstro er verbal støtte.

Sosial støtte. Mange tar opp at de får spørsmål/oppmerksomhet fra en del av omgangskretsen som ikke er familie, som venner, naboer, foreldre til andre barn på for eksempel fotballaget til egne barn og så videre. De aller fleste er undrende eller kritiske, mens noen få også er eksplisitt støttende og kommenterer som følger:

"Så det var nok endel som stilte spørsmål, kanskje ikke så mye til meg, men mer til kona, liksom oss eller hennes holdning «Jøss, lar du mannen din få lov å reise til Afghanistan, det er jo farlig». Sånn at det var litt sånn, ja hva skal jeg si, det var litt spenning da at «Er ikke det farlig, hvorfor skal du dra?» liksom." *Eivind*

"Fikk faktisk endel positive reaksjoner fra noen av barndomsvennene mine, som ga positivt uttrykk for at jeg skulle reise ut i tjeneste for landet, så ingen negative minner i

OPPLEVELSE AV MESTRING

forhold til det, nei. Nei, jeg fikk bare altså tilbakemeldinger om at «tøft gjort» og «flott at du reiser ut for landet», spesielt den type tilbakemeldinger." *Halvard*

I den nære familien sier alle at de opplever støtte eller forståelse for at det er et nødvendig onde å reise ut:

"Det som var veldig bra da, det var jo det at kona hadde jo også veldig forståelse for det. Både det å være ute og hvordan ting er når en kommer hjem." *Eivind*

"Det var noe som familien var innforstått med og alle var enige om, og syntes egentlig det passet bra. De visste jo at jeg ønsket meg en tur ut. Og det passet sånn relativt greit i forhold til [datterens] skolegang og sånt da, det gjorde det." *Ivar*.

Noen oppgir eller gir inntrykk av at den som måtte bli hjemme med barna ikke har hatt særlig stor påvirkning:

"Jeg bare tok en beslutning der og da, og så gikk jeg hjem og så sa jeg ifra at nå har jeg sagt ja til INTOPS." *Gerd*.

Videre sier mange av informantene at øvrig familie er støttende, men samtidig er det veldig mange som eksplisitt tar opp mors bekymring eller reaksjon på at de skal reise ut:

"største kritikeren var jo faktisk min mor. Så hun ble... hva skal jeg si da... ja, jeg vet jo egentlig ikke hva hun ble, men min opplevelse av det var at hun straffet meg med å ikke komme og hjelpe oss med de tingene hun vanligvis hadde hjulpet oss med." *Anette*.

"Nei, jeg tror nå det var greit, både mor og far fikk nå vite det ganske fort at jeg skulle nedover og jaaa, hun var nå litt engstelig moder'n, det vet jeg nå. Det merket jeg på hun; at hun syntes ikke noe særlig om det da." *Fredrik*.

Noen sier at de har valgt å flytte eller fortsette å bo på det stedet de bor fordi de ville bo i et miljø der det var forståelse for at en part reiser ut i INTOPS:

"Mye av grunnen til at vi flyttet tilbake til Setermoen var jo på grunn av også nettverket rundt. Familie og venner; i [tidligere bosted] så var det ikke den store forståelsen for hvorfor far skulle reise til Afghanistan. Det var det ingen som skjønte så mye av." *Fredrik*.

Tidligere mestringserfaringer. Av tidligere mestringserfaringer (Bandura, 1995) tas opp både det at man har vært ute før, og at familien har vært vant til at man er ute og reiser mye/er på øvelser og generelt mye borte fra familien:

OPPLEVELSE AV MESTRING

"Om ikke jeg reiser hver uke, så... ja, første året i HST så hadde jeg vel... 35 reiser eller noe sånt. Eller reiseuker da. Reiser da. Og det er klart det... for de så ble de ikke så stor forskjell om jeg er borte på reise flere ganger i uka eller om jeg er i utlandet. Det er bare en lenger periode. Det er nesten mer forutsigbart at jeg er borte, enn å være til og fra i uka." *Ivar*

Vikarierende erfaringer. Særlig de som bor i områder med mye forsvarsfamilier hvor det er en vane og at «alle reiser ut» omtaler vikarierende erfaringer:

"De to eldste det var... ja, de skjønnte jo hva jeg skulle på, var vel litt spent på det, og vi har jo... de har nå kanskje en litt annen måte å reagere på da, i og med at vi har hatt hele tiden kollegaer og venner av oss som har vært der. Ifra nabolaget og sånn at liksom det var ikke en unormal tankegang, og mange av foreldrene i samme klasse ikke sant, som de gikk i før på Setermoen, var offiserer og er jo helt normalt." *Fredrik*

Mestringstro hos den hjemmeansvarlige. Også de hjemmeansvarlige har vært inne på de forskjellige mestringsskildene beskrevet av Bandura, og også her er verbal støtte den mest omtalte.

Sosial støtte. For de hjemmeansvarlige ser det ut som det er to kategorier av støtte som er viktig; støtte fra venner, familie og samfunnet rundt på en side og støtte og oppfølging fra Forsvaret på den andre siden. Også her virker resultatene delt med tanke på hva fokuset er; for de som har en tilknytning til Forsvaret virker fokuset å ligge på i hvilken grad arbeidsgiver har tilrettelagt i perioden eller hvordan det generelt har passet inn med jobb:

"... arbeidsgiveren har ikke noe problem med at... så jeg trengte ikke gjøre noen forberedelser for arbeidsgiver og si liksom veldig mye om... argumentere veldig for liksom «nå reiser Anette ut, så det betyr endel endringer for mitt vedkommende."

Anders

De som ikke har noen tilknytning til Forsvaret er mer opptatt av informasjonsutvekslingen mellom Forsvaret og familien i forbindelse med utreisen og perioden stabsveteranen er ute og om lokale sosiale tiltak igangsatt av Forsvarets familiekoordinatorer. Altså virker den støtten Forsvaret gir viktig for de hjemmeansvarlige, men det ser ut til at fokuset ligger på forskjellig type støtte avhengig av deres ansettelsesforhold til Forsvaret. De hjemmeansvarlige som ikke har et ansettelsesforhold til Forsvaret sier ikke noe spesifikt om den støtten de opplevde fra arbeidsgiver, men én nevner at det var en utfordring i f.t. skiftarbeid:

"Så sånn personlig så tenker jeg jo at i og med at jeg jobbet skift så, har man jo hatt litt sånn dårlig samvittighet for at kanskje ikke har fått fulgt opp ungene sånn leksemessig,

OPPLEVELSE AV MESTRING

litt sånn skolemessig like mye. For man blir nå trøtt og sliten og klarer kanskje ikke å følge med på alt." *Dina*

Mange av de hjemmeansvarlige tar opp støtte de har i venner, familie og samfunnet rundt:

"Vi [Anders og svigerforeldrene] etablerte en sånn rutine hvor de hentet på skolen den ene dagen (eller på SFO) og tok de med og lagde mat og kjørte de på noen treninger og de overnattet til neste dag, og de levertes på skolen dagen etterpå. Så da hadde jeg plutselig en hel dag og en hel morgen som jeg ikke trengte å gjøre noe. Da kunne jeg jobbe sent, og dra helt tidlig nesten morgen, så. Og selvsagt mye hjelp til både matlaging og klesvask og annet. Så det fungerte veldig bra." Anders

"De hjalp jo litt til, de gjorde jo det når vi skulle ut og reise på skirenn og skulle til Alta så slapp jeg å kjøre selv og fikk jeg sitte på og litt sånn. Med andre i skiskyttergruppa da, så sånn sett, som gjorde ting lettere da." *Dina*

De som bor i militære områder – områder i nærheten av militære leire, og der det bor mye personell som er tilknyttet Forsvaret – tar opp støtten i nærmiljøet, og noen sier helt konkret at de har gjort et bevisst valg i forhold til å bo i et slikt område under INTOPS-perioden:

"Men grunnen til at vi reiste opp hit var for at han var her og fordi at jeg visste at det var 2 andre forsvarsfamilier som skulle også... mannen skulle reise ut i samme gate. Og de kjenner jeg godt, så da fant jeg ut at det var veldig godt å være sammen med noen som var i samme situasjon som meg.[...] vi bruker jo hverandre her i gata, for vi er jo alene. Alle sammen har vært alene." *Frida*

"... for de som er rundt her så er det så vanlig at ektefelle eller samboer må ut i perioder[...]. Men jeg har venninner som ikke har tilknytning til Forsvaret, og de har nok litt vanskeligere for å skjønne egentlig poenget med å reise ut, og ikke minst at de MÅ det." *Irene*

Folk som ikke har noe særlig forhold til Forsvaret virker ofte å oppfattes mer kritiske til at den andre forelderen skal reise ut:

"Jeg hadde en idiotisk kollega på jobb, som... Ja, det er noen folk som bare er idioter, og han sa at – når han visste at Eivind skulle dra til Afghanistan – «Å! Håper han kommer tilbake i live!»" *Elise*

OPPLEVELSE AV MESTRING

"Noen venninner av meg som bor i [hjembyen] skjønnte heller ikke da at det gikk an å kanskje bruke så mye tid på seg selv. Det er ofte det det går på; at man har 3 barn, og så skal du... skal mannen din bruke så mye tid på seg selv." *Frida*

En av de som ikke bor i militære områder oppgir at de har søkt støtte gjennom andre som de for eksempel har møtt på familiesamling:

"... jeg hadde ikke så mange folk å prate med om det [jeg følte i forbindelse med at mannen reiste ut] underveis egentlig. Så jeg hadde... Det var en dame som jeg traff på det der forberedelsesmøtet, og hennes mann dro ut på et FN-opppdrag, så han var borte i 1 år. I begynnelsen så hadde jeg en god del kontakt med hun på facebook. Så det var hun jeg egentlig i begynnelsen, særlig med sånn savn-greie og opplevelsen av det, så jeg diskuterte det med hun. Fordi hun opplevde det samme." *Elise*

Til slutt er det tydelig at mødre også her er i fokus når det kommer til støtte/ikke støtte – Fem av de hjemmeansvarlige vet eller antar at deres mødre eller veteranens mor har vært bekymret for den som reiste ut:

"... det var kanskje moren til Anette som var mest i tvil om dette var smart: «Hvordan skal dette gå?» Hvordan skal jeg kunne klare å håndtere unger eller klare å få dette til å gå rundt med... eneforelder." *Anders*

"Nei, altså vi som jobbet i systemet eller er tilknyttet systemet så er det jo helt uproblematisk, men min mor var litt sånn smånervøs og moren hennes var jo enda mer nervøs. Og det er vel den klassiske... at de ikke forstår hva de går til og da får usikkerheten råde litt." *Christian*

Tidligere mestringserfaringer. Noen av de hjemmeansvarlige har tidligere erfaringer med å være hjemme med ansvaret for barn og hjem i forbindelse med INTOPS, og i tre tilfeller hadde den som nå var hjemme selv vært ute i INTOPS:

"I og med at det her var 4 gang [han reiste ut], var det det? Så nei, det var helt ok for meg." *Dina*

"Altså, det at jeg hadde vært ute før gjorde jo at jeg hadde mye færre spørsmål og forstod ganske mye av det hun skulle." *Christian*

Mange relaterer det å reise ut i INTOPS til noe tilsvarende det å pendle og være mye på øvelser og kurs, som også innebærer mye tid borte fra hjemmet.

OPPLEVELSE AV MESTRING

"Nå har man jo giftet seg med en forsvarsmann og de er mye ute på reisefot, så det var ikke første gangen jeg var alene, men det var første gangen jeg var alene i en sånn setting." *Beate*

"Vi har jo alltid reist litt i jobben, vi har begge vært borte fra de [barna] i kortere eller lengre perioder, så hatt en forelder så... de har ikke... de er liksom ikke helt uvant med det." *Anders*

Noen informanter sier at det det er enklere å forholde seg til at de er i INTOPS fordi da er de helt borte i en lengre periode, i stedet for å være til og fra hele tiden:

"Han hadde en jobb som han var mye borte i allikevel. Mye reising frem og tilbake, så det var vi vant med. Det er på mange måter roligere når de er der. Da er de borte den perioden og ferdig med det. I stedet for å frem og tilbake og pendle og ja, hele tiden liksom litt sånn urolig tilværelse." *Irene*

Vikarierende erfaringer. Noen av informantene trekker frem viktigheten av at de kjenner andre i samme situasjon:

"... Jeg visste at det var 2 andre forsvarsfamilier som skulle også... mannen skulle reise ut i samme gate, og de kjenner jeg godt, så da fant jeg ut at det var veldig godt å være sammen med noen som var i samme situasjon som meg." *Frida*

Kontroll og usikkerhet hos stabsveteranen. Kontroll er en kilde til mestring (Kobasa, 1979; Rotter, 1966; Veterancentret, 2010b), og de fleste informantene later til å oppfatte at de har en form for kontroll når de kan velge tidspunktet å reise ut på. Alle informantene oppga at de enten hadde søkt den spesifikke stillingen de reiste ut i, søkt på en annen stilling i samme kontingent eller at det var en lengre prosess der de nylig hadde søkt seg ut.

"Det er vel aldri at det er kjempegunstig å reise bort og være borte et halvt år. Og så ta en periode hvor det passer meg og ikke liksom får press da fordi det er forsvaret som kommer inn og sier at «Nå, skal du dra» hadde kanskje passet dårligere enn når jeg dro i hvert fall. Og så ikke minst det å kunne dra ut i en stilling og på et oppdrag som en har lyst på og som passer seg. I stedet for å vente på noe som en får tredd nedover hodet." *Ivar*

Lav risiko er regelmessig nevnt i samtale om hvordan familie og venner reagerte på at en skulle ut, noe som også virker å ha vært avgjørende for enkelte i f.t. det å ville/kunne reise ut:

OPPLEVELSE AV MESTRING

"[...] hadde jeg ikke vært HELT sikker på at jeg kom tilbake så hadde jeg ikke dratt ut." *Eivind*

"... det som var litt fint da, når jeg kom tilbake [etter rekognosering], var at da hadde jeg jo noen bilder og litt, jeg kunne liksom fortelle [barna] litt mer konkret om hva jeg skulle ut og gjøre og vise campen og murene rundt og alle de liksom sikkerhetstiltakene og noen bilder og de pansrede bilene og endel sånne ting som vi fikk snakket om etterpå og som jeg tror var med og liksom dempe frykten litt og sånt da." *Halvard*

I den andre enden av skalaen (for kontroll) har vi usikkerhet; noe som kan bidra til redusert opplevelse av mestring (Kobasa, 1979; Rotter, 1966; Veterancentret, 2010b). Syv av de ni informantene forteller om en opplevelse eller situasjon der de har opplevd usikkerhet.

Veteranene har opplevd usikre situasjoner forbundet med familien og bidraget de har vært en del av i løpet av tiden før, under og etter INTOPS. Minst fire av informantene beskriver en slags oppvåkning de har fått i tidsrommet mellom oppsetting og avreisetidspunktet, der det virker som de plutselig har innsett hva de har begitt seg ut på og hvilke konsekvenser det har i forhold til familien.

"Men det slo meg vel ikke før... jeg husker det; presten kjørte leksjon for PRTen [...] [presten sa] «Skriv et brev til den etterlatte». Da husker jeg at da slo det meg sånn: «Hva i helsike har du gjort?! Skal du sitte og forklare dette her: at du vil heller gå ut dit, kontra det å være – hvis noe skulle skje da og noen skulle lese det – at kontra det å være her sammen med deg.» Men... det brevet klarte jeg aldri å skrive. Det var sånn: «Okei, dette her var egentlig bare litt feil valg kanskje?»... litt." *Bjørn*.

"... da [på avreisedagen] slo det meg litt sånn... da kom det litt sånn reality-check igjen, for da har jo jeg liksom gått og gledet meg veldig. Og så dro ungene. Jeg sa ha det til de i gangen, og så dro de. Og så slo det meg bare sånn derre: «Uææ, hva har jeg gjort?!». Og da stod jeg der og tårene bare trillet og jeg tenkte: «Er jeg helt teit?» Og så tenkte jeg at: «Herregud, for en mamma som bare reiser» og «Hva i all verden er det jeg har gjort nå? Dette er jo bare helt latterlig!»" *Charlotte*

Åtte av stabsveteranene sier de har vært indirekte involvert i alvorlige hendelser i løpet av sin tid i Afghanistan. Mange på den måten at de har hatt en rolle i forhold til de tiltakene som settes inn når det skje en alvorlig hendelse, noen har direkte sett utfallet av hendelsene og

igjen andre har hatt et samarbeidsforhold til en nasjon som har blitt rammet eller at hendelsen har funnet sted i samme område som de selv var vant til å operere. Alle veteranene som har opplevd alvorlige hendelser mener at de håndterte situasjonen bra, men allikevel er det flere som snakker om hvordan det påvirket dem i ettertid:

"... det å hente barn og sivile, altså collateral, det var veldig spesielt. Det gjorde veldig mye inntrykk. Jobbet litt med den. Jobber fortsatt med den. Det å se døde barn, det var man ikke forberedt på. [...] Og når jeg kom hjem, rett etterpå så skjedde jo 22. juli. Og døde barn og alt det der sånn... den tuppet i gang en sånn stressreaksjon på meg i alle fall. Som jeg slet med å håndtere." *Bjørn*

"Og det gikk jo en alarm. Og du sitter i den andre enden der sånn og får høre at: «Norsk person skutt i hodet» Og du vet hvem det er der, og begynner å telle; han, han, han, han, og det kan begynne å være veldig mange. Å sitte og se på den prosessen som da foregikk, det var veldig spesielt. [...] For meg da som sitter der med så veldig mye venner og veldig mye eierskap til det som skjer ute, så var det veldig tungt å sitte og se på. Man føler seg veldig ubrukkelig. For du får jo ikke bidratt." *Bjørn*

"Det som kanskje gjorde mer inntrykk egentlig var det kom også en bølge den våren av sånn såkalte green on blue-angrep, hvor afghanske sikkerhetsstyrker som samarbeidet med oss eller samarbeidet med ISAF da angrep samarbeidspartnerne sine. Det var jo... ja, ikke i vårt ansvarsområde riktignok, men flere andre steder så ble særlig amerikanske soldater drept av samarbeidspartnerne sine. [...] Så jeg kan jo huske at... kikket meg nok litt ekstra over skulderen under de fottransport-etappene inne i den afghanske leiren. Og det var jo da, av hensyn til møtet, så hadde man da gjerne lagt igjen rifla, og gikk bare med pistol. Så man følte seg litt naken." *Halvard*

Kontroll og usikkerhet hos den hjemmeansvarlige. De aller fleste hjemmeansvarlige gir uttrykk for at det har vært en kort prosess før avgjørelsen ble tatt, men at de enten har vært innforstått med at den andre skal reise ut som en del av jobben eller at de på sett og vis er med på å godkjenne eller bestemme når det passer å reise ut i forhold til situasjonen hjemme, mens noen få oppgir at de ikke er særlig involvert i avgjørelsen om å dra ut.

"... så det ble nok en diskusjon bare rundt egentlig ikke så mye *om* han skulle reise, det var mer *når* han skulle reise. For at det ble på en måte, altså i det systemet der så er

OPPLEVELSE AV MESTRING

det for så vidt ikke så mye enten eller. Det blir. Det blir tur, og for hans del så handlet det vel mer om å få til en tur som passet inn sammen med oss andre sånn høvelig greit da." *Irene*

Noen anser at risikoen er liten fordi de vet at den som reiser ut skal være mest innenfor leir:

"[...] særlig hvis man er innestengt i leiren så er det veldig veldig liten sjangse for at noe kom til å skje eller at han blir skadet eller verre." *Elise*

Samtlige av informantene som har hatt et arbeidsforhold til Forsvaret sier at de vet hva den som reiser ut går til og oppgir det som en grunn til at de ikke opplevde noen betydelig bekymring. Seks av informantene oppga spesifikke opplevelser av usikkerhet i forbindelse med perioden før, under og etter INTOPS:

"... det jeg tenkte mest på var jo det rent praktiske. Altså hvordan håndtere det å komme seg til og fra [arbeidssted] og jobbe og samtidig klare å få levert på skole og hentet på SFO og få liksom hverdagen til å gå rundt da. Med aktiviteter. Så mest det." *Anders*

"... når det ringte så kom det alltid opp et sånt nummer som var, ja langt og utenlandsk, så jeg så at det ringte derifra. Også ringte det en dag derifra, og da var det ikke hun. Og da var det lederen, altså sjefen. Og jeg kjente han fra før av [...]. Men så sa han liksom «ja, er det Gunnar Martinsen?» og sånn og sånn, så jeg tenkte «fader heller, hva er det her?» Så da var det akkurat som at det var skjedd noe og at han skulle gi beskjed på en måte. Og den var ubehagelig." *Gunnar*

Mening hos stabsveteranen. Mening er en kilde til mestring (Park & Folkman, 1997), og det er noe noen av informantene har tatt opp. Det har ikke vært stilt spørsmål spesifikt om meningen med at de reiste ut, men en del har allikevel reflektert over dette. De fleste tar det opp på spørsmål om det er noen hendelser som har påvirket dem, eller helt på slutten av intervjuet da de ble spurt om de har noen slags konklusjon etter sin tid i INTOPS.

"[...] det var ikke verdt det. Det var det ikke. Ikke hadde man politisk støtte. Du følte deg egentlig bare... du drar jo ut for han ved siden av deg. Drar ikke ut på grunn av demokrati til... og skoleplasser til jenter. Sorry, du gjør ikke det. Det er noe du selger til Sverne det." *Bjørn*

"For det er klart hvis man tar makroperspektivet på det så var det jo åpenbart at det ikke nødvendigvis bidro noe særlig totalt sett til en bedring av sikkerhetssituasjonen i

OPPLEVELSE AV MESTRING

Afghanistan [...]. Men samtidig; hvis man skrudde seg helt ned på de veldig nære ting da; samvirke med afghanerne, noen av de tiltakene som vi var en del av og hjelpe afghanerne med å ta, blant annet en dal som startet ved leiren og gikk nordover som var delvis under kontroll av opprørerne når vi kom ned som på en måte PRTen var en del av å hjelpe de lokale med å ta tilbake makten over. Både gjennom operasjoner og gjennom å bidra til endel bygging av sånne vaktposisjoner. Så blir det på en måte litt lettere å leve med at innsatsen bidrar til noe." *Halvard*

"Jeg mener jo at, altså jeg mente at oppdraget var fornuftig og at vi bidro nedi der. Men jeg så jo at det var langt frem og liksom en liten dråpe i havet, men allikevel så oppfattet jeg det som meningsfylt. Og at det vi gjorde, det var mye riktig." *Ivar*

"... vi hadde jo en helt klar... et helt klart oppdrag i Afghanistan, som på en måte støttet jo da ISAF sitt oppdrag. Og til, hvordan skal jeg si det, for eksempel å promotere den Afghanske hæren, det var noe vi gjorde, og jeg tror at det på en måte ansporet meg til å gjøre en god jobb da. Fordi at jeg hadde tro på det vi gjorde, og hadde tro på at det var det som ville virke for Afghanistan. [...] ...altså det er mange årsaker til man blir motivert til å jobbe mye og hardt, og det at man føler at jobben man gjør er viktig er jo selvfølgelig en viktig faktor." *Eivind*

Det at man sitter i administrative stillinger og kanskje ikke føler at man får gjort så mye konkret med situasjonen utenfor leir er det noen av stabsveteranene som omtaler:

"Og da har jeg kjent litt på sånn, faktisk litt misunnelse på de norske som da har fått lov å jobbe mye mer i interaksjon med lokalbefolkningen, jobbe ute i feltet [...] Det er jeg veldig klar på; at skal jeg ut igjen, så skal jeg ikke i en norsk støttefunksjon altså." *Anette*

Mening hos den hjemmeansvarlige. To av de hjemmeansvarlige gir uttrykk for usikkerhet rundt meningen med det å reise ut:

"Troen og håpet på en sånn enkel løsning blir jo kanskje lengre unna ved å ha vært der. Du ser liksom hvilke enorme utfordringer det er og hvor mye som skal til og innimellom blir du litt sånn i tvil på om liksom «hva er det... hva skal til for å få det til?», «hvor mye må vi legge i potten for å få det til å fungere? " *Anders*

"Det er noe å tenke på for alle. Dette med å reise ifra en familie. En vet aldri hva som skjer. En har ingen garantier. Bekymringen ligger på de som er der ute. Det henger heller ikke på greip. For de har det helt greit, de er beskyttet, de [...] Det går veldig mye tid for dem å være borte. Og det er jo et valg; vil man... skal man ha familie og velge å være så mye borte fra dem. Er det virkelig verdt det?" *Irene*

Én hjemmeansvarlig uttrykker en mening i forhold til den jobben veteranene skal gjøre/gjør hjemme:

"I Hæren så er det veldig vanskelig å være den som ikke har vært ute. For det er så mye diskusjoner, det er så mye i arbeidshverdagen som dreier seg om INTOPS og folk som har vært der, altså sjargongen og innholdet i diskusjoner." *Christian*

To av informantene la fokus på det å hjelpe til et annet sted som en del av en allianse:

"Jeg skjønner jo det at vi ikke kan sitte og se på at alle de andre skal bidra i sånne type situasjoner eller operasjoner uten at vi skal bidra når vi ber om hjelp i andre sammenhenger." *Gunnar*

Ellers er det flere av informantene som sier at fokuset har ligget på deres egen hverdag og livet her hjemme:

"Nei, jeg tenkte vel det at det gagnar ingen at jeg skal legge meg ned og synes synd på meg selv for at jeg er alene hjemme i noen mnd. Jeg hadde tross alt et liv hjemme og som jeg måtte ta meg av." *Beate*

3. Hva opplever stabsveteranen og familien at fungerer, og hva fungerer ikke?

Hva fungerer for stabsveteranen? Generelt omtaler stabsveteranene sin periode i INTOPS i positive ordelag, med unntak av én som er helt klar på at det ikke var verdt det. Det positive går på at rutinebeskrivelser fungerer, at de har lært mye som kan brukes i jobben hjemme, at de fikk satt både jobben hjemme og livet i perspektiv, at de følte mestring og var en del av en kontingent med mye flinke folk. Mange roser også forskjellige arrangementer i regi av Forsvaret:

"Det var bra opplegg følte jeg, før vi reiste ut, med en sånn familiedag med orienteringer om hva vi skulle ut på, vise frem materiell og en del sånne ting som jeg tror i alle fall begge guttene mine som var med på det satt pris på. Også sendte vi jo hjem sånn måneds-brev som ble sendt ut til ikke bare de nærmeste familien, men også sånn foreldre og alle som man egentlig hadde ført opp på postlisten. Som også, synes jeg, bidro positivt til å holde informasjonen oppe mot de hjemme." *Halvard*

OPPLEVELSE AV MESTRING

Stabsveteranene tar opp mulighetene for å kommunisere med de hjemme per telefon og internett som en positiv ting. Én informant virker ambivalent i forhold til at man da også skaper en forventning til de hjemme om å være tilgjengelig:

"Nå har vi jo alle mulige sånne kommunikasjonsmiddel. Men samtidig så er det litt sånn... litt skummelt. Fordi at når de finnes så er det en forventning hjem om at da tar en kontakt og holder forbindelsen og en får tak i en." *Ivar*

De stabsveteranene som har hatt medaljeseremoni mer eller mindre umiddelbart etter hjemkomst omtaler det som noe positivt og anerkjennende:

"... så kom vi hjem med medaljeseremoni på Akershus festning, med holdt på å si, jeg tror både, hvis jeg ikke husker feil, så var vel både forsvarsminister og enten FSJ eller sjef FOH, det husker jeg ikke i farten, men hvert fall helt tydelig satt pris på fra øveste nivå med taler og oppstilling og utdeling av medalje på en helt helt annen måte enn når vi kom hjem fra Kosovo." *Halvard*

Minst to av stabsveteranene tar opp PREP-kurs som en positiv sak; dette er ikke noe de får tilbud om spesielt i forhold til INTOPS, men et tilbud fra Forsvaret uavhengig av utenlandsoppdrag:

"PREP-kurs. [...] ...det andre vi var på det var nå her i vår, så det var fantastisk. Komme seg helt bort, bare være opptatt av hverandre. Vi var på Hamn i Senja. Kjempefin plass. God mat. Gode samtaler. Ja. Det anbefales." *Eivind*

Hva fungerer for den hjemmeansvarlige? Det er forskjellige oppfatninger om hva som fungerer og ikke for de forskjellige familiene, men felles for alle virker *informasjon* å være en grunnleggende faktor som mange tar opp som viktig og bra. Dette i forhold til å få vite mer om oppdraget både underveis og på forhånd, informasjon om hva de kan forvente seg av reaksjoner fra den som reiser ut etter hjemkomst og i leave-periodene (gjennom familiedager og lignende), å ha telefon/internett-kontakt med den som er ute, om hva som skjer i nærmiljøet hjemme og det å få møte andre som veteranen reiser ut sammen med.

Familiedag trekkes særlig frem som positivt for mange, og som noe som reduserer usikkerhet:

"[...] det var sånn familiedag og ungene fikk klatre litt på bilene og prøve litt utstyr og sånt. Så. Fikk et helt annet forhold til hva han skulle ut på. Fikk et helt annet bilde av det for ungene sin del. Også for [datteren] sin del, som var så stor så var det veldig verdifullt.[...] Ifra å bare være noe veldig ukjent og et eller annet langt der borte og hva gjør de liksom. Så jeg tror for hennes del så var det mer at ting falt litt på plass og

OPPLEVELSE AV MESTRING

at hun fikk se litt både folk og utstyr, kanskje ikke minst folk. De kollegaene som han skulle reise sammen med. At hun fikk hilst på dem og truffet endel av dem da." *Irene*

På lik linje med resultatet hos stabsveteranene er det også her én informant som ikke nevner noe om medaljeseremoni i etterkant i forbindelse med hjemreisen, resten av informantene sier noe om det, enten nøytralt eller positivt

"... det var jo veldig fint å møte han, det var en flott seremoni og litt å spise og. Så det var nå veldig positivt." *Dina*

Hva kan bli bedre i følge stabsveteranen? Mange av veteranene påpeker ting de ikke synes fungerte like godt i forbindelse med sin periode i INTOPS. Noe av dette gikk på oppfølging og informasjon til familien:

"Og så kunne man ha reist [med fly for å være med på familiesamling] sånn at man faktisk hadde en overnatting i stedet for at man er tidlig på morgenen oppover, og så sitter du en hel dag og blir proppet full av informasjon og inntrykk, og så er det på et sent fly ned igjen på kvelden. Så det hadde vært en... enten at det hadde vært flyttet og hatt det på Østlandet, i og med at de fleste var der nede, så hadde vel kanskje det avhjulpet å få mer... enda mer folk til å møte. Også hatt litt mer luft i programmet. For det ble litt sånn... hver pause så ville jo alle prate. Også det er kanskje det det burde vært mer tid til. Det blir litt for intensivt." *Fredrik*

Andre ting stabsveteranen tok opp gikk på forberedelser, oppsetting og opptrening på stridstekniske ferdigheter hos den enkelte:

"... det eneste, vel, som er et savn følte jeg, av disse tingene, var egentlig under oppsetningen at dette selvvoppsetningsprinsippet tar så mye tid av oppsetningstiden til å administrere seg selv at jeg reiste nok ut med en dårligere følelse enn jeg kunne ønske rundt enkeltmannsferdighetene mine." *Halvard*

"Vi burde ha vært bedre samtrent med NCC-staben og sjefen der, men det ble det for liten tid til." *Fredrik*

En av veteranene som opplevde flere alvorlige hendelser i løpet av sin periode i Afghanistan gir uttrykk for misnøye med oppfølgingen i ettertid av hendelsene:

"Når du blander da høyt medisinsk personell som har hard hud eller har opplevd eller vet hvordan dette skal luftes i forhold til folk som ikke har det... da er det mye rart som skjer. Og når det blir håndtert på litt sånn nonsjalant måte da, jeg følte det ble det, i ettertid eller rett etterpå. I ettertid var det jo ingenting. Da var det liksom, da stod du

OPPLEVELSE AV MESTRING

der da... opp til deg selv å ta det. Ja. Så jeg tok jo kontakt med stressmestringsteamet selv. For å lufte: «Er dette normalt? Hva skjer?» For man prater jo ikke om ting. Man er jo offiser. Man er jo robust.[...] Noen var ute – pilotene var ute i 5 uker – 6 uker, andre var ute i 8 uker og sånn gikk det da. Men staben var jo ikke det; vi var jo der i 4,5 måned, og så kom vi ikke tilbake igjen etter det heller. Så det var sånn... ble brukt samme metode på [oss] de som de andre da. Det var ikke helt heldig." *Bjørn*

Det ble også stilt spørsmål ved idealet man reiste ned med:

"Og så har jeg selvfølgelig reflektert over det å komme ned med en sånn statskontekst som et ideale kanskje egentlig var litt sånn... altså at det kanskje var feil målbilde å komme ned med. Nei, altså, det er et land som har sine strukturer og sin logikk og sin sikkerhet knyttet mye mer rundt familien enn rundt staten. Og at det å liksom komme ned og servere dem en løsning som ikke nødvendigvis passet for dem, er utrolig vanskelig å lykkes med. For oss er liksom idealet at staten virker, mens for dem er idealet at familien virker. Det er ikke sikkert de engang delte vårt ønske om at deres stat skulle virke." *Halvard*

Noen av stabsveteranene oppga at de i ettertid tenker at de ville tilbragt tiden/eller rekreasjon:

"Tror første gang så var jeg innom [jobb] i slutten av august. Og det gjorde det at jeg fikk det der avbrekket [fra rekreasjons- og feriedager], sant, det var ikke bra. Og så dukket opp igjen da, i midten av september, for å overta det her prosjektet som jeg nå egentlig er ferdig med her for 14 dager siden. Der skulle jeg vært såpass kynisk at man skulle bare ignorert det, også vært hele perioden borte." *David*

"Reist bort [under leave]. En plass med, hva skal jeg si da, hva heter det for noe; all mat og drikke inkludert og noe sånn skikkelig sånt noe. For å unngå. For, som sagt, det er mange jeg unngikk. Det å ha besøk, familie og sånne ting, for det vet jeg fra forrige deployering; det bare tar tid og er slitsomt, så det..." *Bjørn*

Flere sier at de ikke har hatt noe fast opplegg for medisinsk seleksjon (helseundersøkelser, forkortes medsel) etter hjemkomst siden de har kommet hjem utenom ordinær tid for resten av kontingenten. De oppgir at de har ordnet medsel selv enten ved ankomst i Norge, eller i ettertid:

"Og dette her var jo da Luftforsvaret som hadde ansvaret for dette. Og det var det. Så jeg tok... «Ja, du tar medsel i Indre Troms selv» «Jaja, greit, jeg kan ordne det», så jeg

hadde det der. Jeg booket egen tid på sykestua på Setermoen og snakket med dem, og da tok jeg opp ting jeg hadde... sånn at jeg hadde opplevd ting." *Bjørn*

Én av stabsveteranene hadde ikke medaljeseremoni direkte eller kort tid etter hjemkomst, og omtaler den manglende anerkjennelsen negativt:

"Medaljen kommer... du får innkalling om 1 mnd. Ja, eller om 1 år var vel det jeg fikk. Kunne like gjerne ha fått den i posten." *Bjørn*.

Få stabsveteraner sier noe om at de har fått anerkjennelse av familie, venner og kollegaer etter de kommer hjem. De få som nevner noe om det nevner ting som tyder manglende anerkjennelse, som for mange er forventet av familie og venner, men som ikke er forventet av kollegaer.

"Barna var vel interessert en stund til litt bilder og sånn, og viste og sånn, men det er klart; for dem så dabbet nok interessen sånn forholdsvis fort av [...] det var jeg nok mer mentalt forberedt på, men jeg hadde nok større forventninger til at mitt arbeidssted skulle ha interesse av det jeg hadde gjort." *Halvard*

Hva kan bli bedre i følge den hjemmeansvarlige? En informant av de som oppgir å ha deltatt på familiesamling tar opp at fokuset var for mye på død under familiesamlingen, og at temaer som savn burde være mer i fokus:

"[...] de hadde så stort fokus på hva vi skal gjøre hvis vi får nyheten om at de er død. Det var i hvert fall én av de to dagene som bare handlet om det. Og det var så tungt. [...] de brukte så mye, pardon me, fucking tid på det der. Nei, jeg ble så forbannet, ikke sant, fordi det gjør det... det økte en sånn unødvendig frykt for det her. Som var helt ubalansert i forhold til faktisk hvordan det var der [...] jeg tror det skapte mye mer uro enn det skapte en følelse av at vi var forberedt «i tilfelle», ikke sant. [...] Men det de ikke diskuterte var det vi faktisk opplevde; og det er savn." *Elise*

En annen informant er opptatt av at informasjon fra familiekoordinator uteble, og at familiekoordinatorene burde kunne snakke sammen slik at man får informasjon om det som skjer nært sitt hjemsted heller enn der den som reiser ut har sitt kontor og virke til daglig:

"Når Fredrik reiste til Afghanistan så tilhørte han, da var jo ikke han på Setermoen, da tilhørte han Heggelia. Og da ble jeg automatisk der. Og hun familiekoordinatoren der, hun... jeg følte at hun ikke gjorde jobben sin i forhold til meg, og han var i INTOPS, fordi at jeg måtte snakke med Fredrik og si at «Jeg skjønner ikke; jeg har ikke fått noe informasjon, og nå har du vært borte i snart tre måneder!» Og jeg fikk ingen info. [...] Jeg visste at de som var alene her fikk masse. [...] de [familiekoordinatorene] burde

OPPLEVELSE AV MESTRING

samarbeidet også bedre. For at vi tilhører jo Setermoen. Vi reiser jo ikke til Bardufoss for å ake når vi kan ake her." *Frida*

En av de hjemmeansvarlige har tanker rundt hva som kan være passende i forhold til gjennomføring av medsel og annen oppfølging etter hjemkomst fra Afghanistan:

"[...] for eksempel Latvia. De har ikke, de har en sånn pliktig familieterapeut-session en måned etter at de kommer hjem. Så de gjør egentlig redeployerings, altså tilbakeklarerings... når de kommer hjem så er det veldig veldig fort, men så kalles de tilbake igjen en måned etterpå for en mer grundig sånn medisinsk seleksjon og familieterapeut og psykolog og da må, da tilbys de å ha med partneren. Akkurat den modellen har jeg faktisk veldig tro på. For jeg ser at folk som kommer hjem; hvis de tar hørseltesten den dagen de kommer hjem så har de gjerne øresus etter skyting ellet et-eller-annet sånn, altså de medisinske prøvene er spesielt gode. Du har fokus bare én plass, og det er å komme deg hjem. Mens en måned etterpå, hvis du får tilbud om å komme tilbake med partneren og få en sånn samtale og sånn så tror jeg det... tror jeg man er mer moden for en sånn type redeployering." *Christian*

Mange av stabsveteranene og de hjemmeansvarlige virker å se på seg selv og det at det har gått relativt bra med dem og familien i INTOPS-perioden som noe en kan tilskrive erfaringene de hadde fra før, eller den generelle situasjonen de var i. Av de 18 som ble intervjuet var det minst 10 som uttrykte en grunn til at det hadde gått bra med akkurat dem:

"Også tror jeg det er litt sånn forskjellig i forhold til de som man var ute med, sant, noen vil nok trenge... når de reiser ut for første gang så vil de trenge lenger, lengre tid for å lande. Enn om du da har denne ballasten ved at du har vært ute tidligere, sant, for da vet du mer hva som møter deg. Både i forhold til omgivelser og i forhold til oppdraget som du skal løse." *David*

"Hadde det vært små unger så er det jo et stykke arbeid, men de [eldre/tenåringsbarna] er helt selvgående." *Eivind*

"Og jeg har tre gutter, og jeg tror nok at guttene reagerer nok ikke på samme måte [på at en forelder skal reise ut] som jentene kanskje gjør. For de tror jeg er litt mer sånn følelsesmennesker." *Gerd*

"Jeg tror jeg var bekymret for at noe skulle skje, at han kanskje skulle endre seg på en måte. Men jeg tror det ikke ble sånn fordi vi holdt såpass god kontakt under det hele, så han alltid hadde peiling på ting som skjedde hjemme og jeg hadde peiling på hva som skjer der, så... ja." *Elise*

Diskusjon

Hovedfunn

Fordi dette er en kvalitativ studie kan ikke svarene generaliseres. Stabsveteranen, den hjemmeansvarlige og barna har i forskjellig grad blitt påvirket av veteranens bidrag i INTOPS. Noen gir inntrykk av at de har blitt påvirket positivt på den måten at de har utviklet seg videre i jobben, noen later ikke til å ha blitt spesielt påvirket i det hele tatt og at ting har fortsatt som før, mens andre igjen oppgir å ha blitt påvirket negativt på den måten at familien har støtt på problemer underveis eller etter INTOPS-kontingenten. Felles for veldig mange av informantene er at de tillegger forskjellige årsaker til hvorfor det har gått bra med akkurat deres familie.

De fleste familiene later til å ha klart seg bra på tross av at de har møtt på utfordringer og usikkerhet både før, under og etter INTOPS. Alle de intervjuede oppgir noen svar som kan relateres til Banduras (1982; 1986; 1995) kilder til mestringsstro, og sosial støtte er den mest omtalte kilden. I tillegg har mange av informantene vært innom temaer som opplevelse av kontroll og mening, som også er temaer som kan knyttes til grad av mestring (Kobasa, 1979; Park & Folkman, 1997).

Mange av de intervjuede har en formening om hva som har fungert bra og hva som har fungert dårlig og forslag til forbedringer. Informasjon fra Forsvaret og muligheten for kommunikasjon mellom den som er ute og de som er hjemme virker i all hovedsak å ha vært de viktigste faktorene som det legges mest vekt på. De fleste av de dårlige erfaringene virker som spesielle tilfeller der Forsvaret virker å ha bommet litt på tilpasning av de tiltakene som allerede finnes i forbindelse med informasjon ut til, og involvering av familien. Noen av de dårlige erfaringene går også på at det ikke er tilstrekkelig opptrening sammen med samarbeidspartnere, og at enkeltmannsferdigheter er for lite i fokus i forkant av å reise ut.

Til slutt er det flere av informantene som har gjort seg noen tanker om mulige forbedringer av det eksisterende tilbudet Forsvaret har i forbindelse med at en skal reise ut.

Diskusjon av hovedfunn

Påvirkning av INTOPS-perioden. Veldig mange av stabsveteranene omtaler det å reise ut som en egotrip; der de kan fokusere kun på seg selv og det oppdraget de har for en

OPPLEVELSE AV MESTRING

periode. I ett tilfelle har det gjort det problematisk, i en lengre periode, for en av stabsveteranene å komme tilbake til familien og de daglige rutinene igjen etter endt oppdrag. Utvalget i studien hadde til felles at de hadde et etablert familieliv før de reiste ut. Egotripen og overgangen til familielivet etter hjemkomst er noe som kan ha ført til utfordringer med å komme tilbake, ved at man «plutselig» har flere andre personer man skal ha omsorg for og ta hensyn til i hverdagen. Kanskje er dette noe som i større grad gjelder stabsveteraner enn «vanlige» veteraner, fordi stabsveteraner ofte har lengre fartstid i Forsvaret, er eldre, og dermed også i større grad har etablert et familieliv med både samboer og barn. Det kan også tenkes at det at man hverken lager mat selv, vasker klær eller må forholde seg til huslige oppgaver mens man er i INTOPS er med på å bygge opp under skillet mellom å være ute og hjemme.

En antakelse har vært at stabsveteraner i mindre grad er utsatt for alvorlige hendelser, og dermed heller ikke står i nevneverdig fare for å utvikle psykiske lidelser eller symptomer på dette i ettertid av en INTOPS-kontingent. Dette er også noe både de hjemmeansvarlige og stabsveteranene implisitt gir uttrykk for når de snakker om at riskonivået er betydelig lavere for de som reiser ut og holder seg stort sett innenfor leir. Det kan virke som at risiko kun vurderes ut i fra om det er en mulighet for å dø eller bli fysisk skadet, mens ingen nevner noe om risikoen for – eller vurdering av psykisk skade i forkant. Ut ifra stabsveteranenes utsagn er det mange som har opplevd hendelser som kan eller kunne ha gitt utslag på deres psykiske helse; enten det har vært direkte observasjoner av personell som har blitt skutt eller skadet, eller om det har vært at personell som har operert i samme område som en selv har blitt usatt for noe – noe som også kan være med på å utløse psykiske reaksjoner. Flere stabsveteraner forteller om psykiske påkjenninger de opplevde underveis i sin tid ute, og særlig en stabsveteran forteller om at han har hatt psykiske problemer i ettertid. Den samme veteranen sier at hendelsen på Utøya 22. juli skjedde kort tid etter han kom hjem fra Afghanistan. Dette stemmer godt overens med statistikken som viser at det er større sannsynlighet for å få psykiske problemer jo flere utenlandskontingenter en har, og jo flere traumatiske hendelser en har blitt utsatt for etter hjemkomst (Veterancentret, 2013). For denne veteranen kan hendelsene etter hjemkomst ha vært utslagsgivende, og en episode som til en viss grad kan sammenlignes med episoder som fant sted under veteranens periode i Afghanistan. Veteranen forklarte det vanskelige med å sitte og følge med på situasjonen uten å få bidratt direkte – noe som kan være en indikator på manglende kontroll i situasjonen, som igjen kan redusere grad av mestring (Kobasa, 1979).

OPPLEVELSE AV MESTRING

Mange av veteranene oppgir at de føler tap av motivasjon etter de har kommet hjem og starter i ny/gammel stilling. Noen sier at det har vært veldig tungt å finne motivasjon og mening i det arbeidet som gjøres hjemme og at de har slitt en stund. Ser man dette i sammenheng med resultatene fra USPER PSYK-undersøkelsen (Veterancentret, 2013) er det mulig at dette kan relateres til symptomer på depresjon – som også øker en tid etter hjemkomst fra internasjonale operasjoner.

De hjemmeansvarlige fremstår ikke som en gruppe med mye, jevnlig oppdukkende bekymringer relatert til at partneren skulle være lenge borte fra hjemmet, risiko for å bli skadet i angrep, eller at de selv skulle sitte igjen alene med ansvaret for barn og hjem. For noen kan det tenkes at dette skyldes at de har levd i samboerskap med den forsvarsansatte i mange år allerede, og at de er vant med å være mye alene i perioder – at de har vært gjennom sammenlignbare perioder noe likt det Bandura beskriver som tidligere mestringserfaringer (1995). I tillegg gir flere inntrykk av at de har vært innstilt på at deres partner på et eller annet tidspunkt må reise ut og gjøre sin plikt som ansatt i Forsvaret, noe også Hansen (2004), Berg (2009) og Talmo (2009) sine informanter omtaler som en forventning. Kanskje kan dette også sees på som en form for kontroll (Kobasa, 1979) over situasjonen – det at den hjemmeværende ser på det som noe uunngåelig, og at de er forberedt og på den måten også til en viss grad opplever kontroll over situasjonen.

Flere av de hjemmeansvarlige snakker om savn som noe som har påvirket dem i forskjellig grad, og noen mener også at det har hatt en innvirkning på arbeidslysten. Det virker ikke som noen av de hjemmeansvarlige (eller veteranene for den saks skyld) har noen verktøy for å håndtere sterke følelser av savn, og dette oppga også informantene i studien til Knutsen (2011). Igjen kan det tenkes at vanskeligheter med å kontrollere savn-følelsen, og usikkerheten rundt det gjør det vanskeligere for de hjemmeansvarlige å mestre perioden slik Kobasa (1979) forklarer om opplevelse av kontroll.

Det kan se ut som at den hjemmeansvarlige, kanskje naturlig nok, er den forelderen som har reflektert mest over påvirkningen perioden hadde på barna. Det synes også som at begge foreldrene er mer reflektert over påvirkningen i de tilfellene der barna har hatt problemer som har kommet fysisk til uttrykk – i forhold til der det ikke har kommet fysisk til uttrykk. På tross av at noen av barna har hatt en problematisk tid har det også i de tilfellene løst seg med tiden, og ingen av informantene oppgir at barna har problemer den dag i dag. Hva som gjør at barna mestrer eller ikke mestrer er ikke godt å si uten å gjøre en undersøkelse som involverer dem, men det er mulig at for eksempel tilknytning (se for eksempel

Ainsworth, 1964 eller Bowlby, 1982 for en beskrivelse) har noe å si for reaksjonene som følger med at en forelder reiser ut. Det virker ikke som tidligere mestringserfaringer, vikarierende opplevelser eller sosial overtalelse (Bandura, 1995) er relatert til påvirkningen INTOPS har på barna slik det kan se ut som det har hos foreldrene.

Typisk for mange av foreldrene er at de oppgir å ha mindre tid til å følge opp barna slik de kunne ønske. Det gjelder både den som reiser ut og den som blir igjen hjemme. Det kan være slik at den hjemmeværende forelderens mulighet for oppfølging har noe å si for påvirkningen perioden har på barna – at en hektisk hverdag med mange jern i ilden fører til en økt risiko for at det oppstår problemer relatert til barna. Dette blant annet fordi barna kan oppleve graden av kontroll som lav (noe den på sett og vis også er, siden de færreste – om noen – av foreldrene lar barna få være med og bestemme om og når man skal reise ut) (Scnheewind i Bandura, 1995). Liten opplevelse av kontroll gir også negativt utslag i forhold til mestring (Kobasa, 1979).

Kilder til mestring.

Verbal støtte/overtalelse. En av de mest omtalte kildene til mestringstro (Bandura, 1995) i denne studien er verbal støtte/overtalelse. Årsakene til det kan være at dette er en viktig kilde til mestring både hos den som reiser ut, og de som blir igjen hjemme. Dette stemmer overens med funn gjort på offiserer i Forsvaret (Boe & Bergstøl, kommende). Det kan tenkes at det er viktig for den som reiser ut fordi det gir en trygghet å vite at både en selv (ute) og familien hjemme har noen «i ryggen» hvis noe uforutsett skulle skje, og at det gir en form for trygghet. En annen mulig grunn til at det er nevnt så mye under intervjuene er at det er kritiske kommentarer som gjør inntrykk eller er med på å prege veteranen og familien.

Verbal støtte/overtalelse (Bandura, 1995) er mye omtalt, men de fleste oppgir en overvekt av kritiske/negative kommentarer. Veldig mange av informantene trekker spesielt frem deres mødre som en person som uttrykker bekymring for den som reiser ut. Ellers er det en gjenganger at de som ikke har noen tilknytning til Forsvaret stiller seg kritiske til det å reise ut i INTOPS. Faktisk er det kun én stabsveteran som kommer med konkrete eksempler på at han har fått direkte positive oppmuntringer fra sin omgangskrets som ikke har forsvarstilknytning, mens noen av de andre sier at enkelte i familien har vært støttende – uten å gå nærmere inn på kommentarer. En mulig årsak til dette kan være at de negative kommentarene gjør mest inntrykk på informantene, eller at det er for lang tid tilbake til at de klarer å huske spesifikke kommentarer. Eller rett og slett at det er en overvekt av negative

eller kritiske kommentarer i forbindelse med det å reise fra barn og en forelder, til et fremmed land i krig.

Én familie oppgir at de har flyttet fra Sør-Norge til Nord-Norge etter oppsettingsperioden, nettopp på grunn av manglende forståelse fra miljøet i sør, og på grunn av økt støtte fra forsvars-miljøet i nord. En slik handling kan være en god indikator på at støtte fra nærmiljø og omgangskrets er viktig for stabsveteranene og familien deres.

Én stabsveteran har fortalt om psykiske problemer han har hatt i ettertid. Den samme veteranen sier at han var misfornøyd med at det var manglende oppfølging både direkte etter alvorlige hendelser underveis i kontingenten, ved hjemkomst og i etterkant av sin periode i Afghanistan. Denne behandlingen er stikk i strid med det Larsen (2000) omtaler som viktig etter fullført oppdrag for å hindre utviklingen av psykiske problemer. Kanskje bør begrepet «verbal støtte» utvides til også å gjelde oppfølging og informasjon fra Forsvarets side i form av for eksempel debrief, samtaler med stressmestringsteam og kollegaer. Informasjon fra Forsvaret er også noe de hjemmeansvarlige i stor grad trekker frem som positivt – det være seg familiesamlinger, familiedager, informasjon i posten med mer.

Tidligere mestringserfaringer. Det har vært stor variasjon i antall tidligere INTOPS-kontingenter for de forskjellige stabsveteranene i denne studien. Det er ikke mulig å se at det er noen trend at de som var ute for første gang har hatt noen dårligere erfaring enn de med flere tidligere kontingenter slik man kunne tro ut ifra Banduras (1995) teori om at tidligere mestringserfaringer øker mestringstro, snarere tvert om. Alle informantene, der dette var første turen ut, oppga at de hadde hatt en positiv opplevelse – dette på tross av at noen var ute mens det skjedde alvorlige hendelser der norsk personell ble rammet. En av de som reiste ut for første gang oppga at hun støtte på problemer i relasjon til familien etter hun kom hjem igjen, og man kan spekulere i om det er en mulighet for at det ikke ville ha skjedd om hun hadde hatt erfaring med INTOPS fra tidligere. Både stabsveteranene og de hjemmeansvarlige sammenligner fraværet ved INTOPS med andre aktiviteter i regi av jobben i Forsvaret, og perioder med pendling, kurs og øvelser er gjengangere. Slik informantene omtaler det er det fornuftig å se denne typen aktivitet som en tidligere mestringserfaring (Bandura, 1995), selv om det ikke involverer en like lang periode borte fra familien, eller er forbundet med like høy risiko.

Vikarierende mestringserfaringer. Noen av informantene tar opp at de kjenner til eller personlig kjenner naboer eller andre som enten tidligere *har vært*, eller på det daværende tidspunkt *var* i en lignende situasjon slik Bandura (1995) fremholder som en kilde til

OPPLEVELSE AV MESTRING

mestringstro. Det prates ikke nevneverdig om andres erfaringer, men det blir ofte gjentatt at nærmiljø og naboer som reiser ut generelt er med på å mildne hvor opprivende familien opplever det at et familiemedlem reiser ut. Til kontrast kan resultatene som går på verbal støtte/oppmuntring (Bandura, 1995) trekkes inn – hvor overvekten av negative eller kritiske kommentarer kommer fra personer som ikke har noen tilknytning til Forsvaret. Altså kan man anta at det å bo på en plass der det er andre som har samme type erfaringer, og der dette har blitt «normalen» kan innebære en positiv støtte for familien. Videre kan man si at det ser ut til å ha en påvirkning på mestring, særlig hos den hjemmeansvarlige og barna – skal vi tro foreldrene. Det er mulig at terskelen for sammenligning ved vikarierende mestringserfaringer er lavere og mindre komplisert enn det Bandura (1995) beskriver, og kanskje holder det for familiene å se generelt til andre som reiser ut hvor det går bra, men som ikke nødvendigvis har barn og familie.

Kontroll. Hvilket tidspunkt som passer best for den enkelte stabsveteran og hans/hennes familie å reise ut på kan sees i sammenheng med opplevelse av ytre versus indre kontrollpåvirkning (Rotter, 1966). Det kan virke som at stabsveteranen og den hjemmeansvarlige opplever at de har større grad av påvirkning og indre kontroll (Rotter, 1966) når den som reiser ut selv kan velge å søke seg ut i INTOPS på det tidspunktet som passer best for familien. En slik tro på egen mulighet for påvirkning kan påvirke fysisk og mental utholdenhet positivt (Averill, 1973).

Noen informanter sier til og med at det er bedre at stabsveteranen er helt borte hjemmefra, og at livet hjemme er mer forutsigbart da. Det at den ene forelderen er helt borte hjemmefra, fremfor å være fra og til, kan tenkes å redusere den hjemmeansvarliges opplevelse av ytre kontrollpåvirkning (Rotter, 1966). Dette kan sees i sammenheng med høyere grad av kontroll (Kobasa, 1979; Rotter, 1966), og at den hjemmeansvarlige har færre faktorer som kan øke opplevelsen av ytre kontrollpåvirkning (Rotter, 1966). Med en forelder ute i INTOPS er det en person mindre å ta hensyn til, og styre hverdagen etter, for den hjemmeansvarlige, og de kan i større grad legge opp dagene slik det passer for dem. Når det er sagt medfører også det at en forelder er borte at den hjemmeansvarlige i stor grad er nødt til å ta hele ansvaret for barna og oppfølgingen rundt deres skole- og fritidsaktiviteter med mer. Kanskje er det med på å øke ytre kontrollpåvirkning (Rotter, 1966) for den som er igjen hjemme. Det kan være at fraværet av den ene forelderen, og trangt med tid for den hjemmeansvarlige kan gå utover responsivitet (Schneewind i Bandura, 1995) ovenfor barna. Dette påvirker i følge Schneewind (1995) barnas tro på indre kontrollpåvirkning på en negativ måte. Samtidig kan

OPPLEVELSE AV MESTRING

det virke som at barna blir stimulert til å bli mer uavhengig i tidlig alder, noe som er positivt for barns tro på indre kontrollpåvirkning (Schneewind i Bandura, 1995).

Mange tok opp den lave risikoen for at noe skulle skje den som reiser ut når de reiser ut som stabsveteran kontra å reise ut på lavere nivå. De nevner blant annet sikkerheten ved å være mesteparten av tiden innenfor leir, og det kan virke som at dette er en beroligende faktor for veteranen, men kanskje desto mer beroligende for den hjemmeansvarlige og øvrig familie (ref. de bekymrede mødrene). Oppfatningen av at risikoen for angrep er lav kan også sees i sammenheng med en opplevelse av ytre kontrollpåvirkning (Rotter, 1966) – at ytre kontrollpåvirkning er redusert i forhold til hva den ville ha vært dersom man hadde sitt operasjonsområde utenfor leir med større risiko for eksempel for veibomber og angrep fra fienden. I samme sammenheng kan det også være en mulighet å trekke inn Banduras (1977) teori om forventning om utfall som en påvirkende faktor for opplevelse av kontroll, fordi det i noen grad virker som mange av informantene har en forventning om at utfallet hovedsakelig er at stabsveteranen kommer hjem igjen like hel og ikke blir utsatt for direkte kamphandlinger. Enkelte av de hjemmeansvarlige uttrykte at de tenkte på at veteranen i verste fall ikke kom hjem igjen, og kanskje kan dette også sees i sammenheng med Banduras (1977) teori om forventning om utfall og at det dermed kan ha påvirket den hjemmeansvarliges mestringsstro på en negativ måte.

De fleste stabsveteranene har vært involvert enten direkte eller indirekte i usikre og noen alvorlige situasjoner. Situasjoner der de selv har hatt liten mulighet for å påvirke utfallet og antakeligvis har opplevd lite mulighet for kontroll (Kobasa, 1979), lite indre kontrollpåvirkning (Rotter, 1966) og tilsvarende høy ytre kontrollpåvirkning (ibid.). Noen av veteranene oppga at de så utfordringer med å få til en endring i Afghanistan og at de var usikre på hvor mye som skulle til for å faktisk få til den nødvendige endringen. Dette kan være en indikator på at de, i forhold til situasjonen i Afghanistan generelt, opplever lite indre kontrollpåvirkning (Rotter, 1966) – at deres innsats er en dråpe i havet. Flere av veteranene oppga at de var slitne etter hjemkomst, og at de hadde behov for en lengre periode fri. Det er mulig at dette kan sees i sammenheng med at deres mentale utholdenhet (Averill, 1973) har blitt satt på prøve gjennom stadig å oppleve usikre situasjoner som man ikke har mulighet for å påvirke.

Særlig én av stabsveteranene har omtalt sin erfaring med psykiske problemer i ettertid av utenlandsoppdraget. Veteranen omtalte en episode der han hadde følt seg maktesløs i forhold til å kunne hjelpe i situasjonen, og i ettertid av situasjonen og hele kontingenten var

oppfølgingen fra Forsvaret mangelfull. Han stilte seg sterkt kritisk til den politiske bakgrunnen for å være der, og i tillegg skjedde terrorangrepet på Utøya 22. juli kort tid etter han var kommet hjem til Norge. Alle disse faktorene; økt ytre kontroll og redusert indre kontroll (Rotter, 1966), manglende oppfølging (Larsen, 2000), mening (Park, 2010; 2012; Park & Folkman, 1997) og traumatiske hendelser (Forsvarets Sanitet, 2012; Larsen, 2000; Veterancentret, 2013) etter hjemkomsten til Norge kan ha bidratt til utvikling av psykiske problemer i ettertid.

Mening. Stabsveteranene tar opp mening i forbindelse med refleksjoner de gjerne har gjort seg i ettertid av å ha vært ute, og er i flere tilfeller kritiske til den politiske meningen med å reise ned. En stiller spørsmål om hvorvidt det gir mening å dra ned i den hensikt å forsøke å endre verdiene og systemet til det vi her hjemme har som ideal på hvordan et velfungerende system skal være. En sier eksplisitt, mens flere også sier det indirekte i løpet av intervjuet; at man reiser ned for «han ved siden av deg», altså for at kollegaene dine ikke skal være alene om belastningen det er å reise ut. – At man skal ta sin tårn. Skal man tro studien til Başoğlu et al. (1997), der politiske fanger utsatt for tortur kom bedre ut av det (helsemessig) enn de som var holdt til fange og torturert uten å ha noen spesiell mening, kan en stille spørsmål ved om et grunnlag som beskrevet ovenfor er heldig for den som reiser ut. Særlig gjelder det i de tilfellene der de opplever alvorlige hendelser eller tunge påkjenninger, hvor mening blir ekstra viktig (Park, 2012).

Av veteranene som tar opp om det var verdt det å reise ned og hvorvidt man fikk utrettet noe, er det noen av dem som prøver å sette nytten av å reise ned i en mer lokal kontekst. Der ser man på de små, men også betydelige målene man faktisk oppnådde mens man var der. Det er mulig å trekke paralleller ved det at veteranene til en viss grad forsøker å finne (og finner) mening i ettertid som et resultat av en meningsskapende innsats (Park, 2010). Videre gir stabsveteranene inntrykk av å oppleve mestring – de fleste veteranene oppgir tross alt at de har klart seg bra, og tar også opp at de selv mener at de håndterte hendelsene bra når det stod på mens de var ute, og dette kan være en indikator på at de har en opplevelse av at oppdraget var til nytte (Collins & Kennedy, 2008).

I de fleste tilfellene omtaler de hjemmeansvarlige meningen med å reise ut sett fra den som reiser sitt ståsted, altså at de trenger det i jobben hjemme, at det er en fin erfaring for dem og at de må ta sin del av kaka både som enkeltperson og som et land i en allianse. Det kan virke som de hjemmeansvarlige som ikke har noen personlig tilknytning til Forsvaret er av den oppfatning at man ikke har noe valg om å reise ut, men at det bare er et tidsspørsmål før

OPPLEVELSE AV MESTRING

man må. Dette kan bidra til at de hjemmeansvarlige i større grad føler at det er en høyere mening med at deres samboer/ektemake reiser ut, og at de selv også klarer seg bedre på grunn av det (Park, 2010; 2012; Park & Folkman, 1997). Det er også en mulighet at det ovennevnte er en indikasjon på at de hjemme opplever et lavt nivå av mening, noe som har sammenheng med lavere fysisk og mental helse (Park, 2012).

Ellers er det ofte kommentert i intervjuene at de hjemme har sitt eget liv og sine egne bekymringer og gjøremål mens veteranen er ute, og at de hjemme har vært opptatt med sitt. Én oppgir at han benyttet tiden alene til å få gjort unna mye han selv så som viktig og bra, noe han fikk mer tid til når kona var borte og han ikke hadde den sosiale biten med henne. Kanskje kan dette sees som en meningssskapende innsats (Park, 2010) – at man ser mulighetene og nytten av å ha mer tid for seg selv og råderett over hva som skal skje i sitt eget og barnas liv.

Noen hjemmeansvarlige oppgir at de tror det at de har bodd i et område med mye forsvarsansatte i nærheten; hvor det har vært vanlig å reise ut, at de selv har et nettverk og er en del av en slags forsvarsfamilie, har vært viktig. Kanskje kan dette knyttes opp mot en følelse av identitet i det militære livet, noe som sammenfaller med bedre tilpasning for familien (Park, 2011).

Det er også noen av de hjemmeansvarlige som stiller spørsmål ved nytten og verdien i det å reise ut. Særlig relateres det til familien man har hjemme, og den verdien de representerer som motsatt til det å reise ut. Er dette noe som fører til økt opplevelse av mening med det å være hjemme med barna og ta vare på dem, eller kan det tenkes at det utelukkende er med på å redusere meningen med å reise ut? I det første tilfellet vil det kunne påvirke de hjemmeansvarliges opplevelse av mening og mestring positivt, noe som igjen kan gi positive helseeffekter, i motsetning til hva man kan anta at andre tilfelle og redusert mening vil gjøre (Park, 2010; 2012; Park & Folkman, 1997).

Ros, ris og forslag til forbedring.

Ros. På den positive siden er gode muligheter for kommunikasjon med de hjemme et gjennomgående tema for stabsveteranene og de hjemmeansvarlige. Dette er noe de forsvarsansatte som har vært ute tidligere påpeker som en bedring i forhold til hvordan det var før.

Informasjon i forkant av, og underveis i, INTOPS-perioden er også gjennomgående tatt opp som positivt og bra av både stabsveteranene og de hjemmeansvarlige. Informasjon gjennom familiedager og –samlinger før deployering, brev i posten underveis i deployeringen

OPPLEVELSE AV MESTRING

og kontakt med familiekoordinatorer og informasjon om hva som skjer på hjemstedet trekkes frem som positivt.

Medaljeseremoni omtales positivt av alle stabsveteranene som har hatt det, og mange sier også at dette er noe barna setter pris på. At det er høytstående personer som er med på å dele ut medaljene virker også å være noe veteranene setter pris på. Her nevnes for eksempel Forsvarssjefen og Forsvarsministeren. De hjemmeansvarlige som har vært med på medaljeseremoni omtaler seremoniene som noe fint.

PREP-kurs har vært nevnt av flere informanter, og omtalen av disse kursene har vært utelukkende positive. Informantene oppgir blant annet at det har vært bra for parforholdet og at det å kunne ha fokus bare på forholdet en hel helg er en luksus som er verdt å unne seg. Dette er ikke noe som arrangeres spesielt i forbindelse med INTOPS, men et tilbud til ansatte i Forsvaret på generell basis.

Ris og forslag til forbedring. Selv om stabsveteranene generelt omtaler INTOPS-perioden som berikende kan de også fortelle om enkelterfaringer som de ikke var fornøyd med. Forslagene til forbedring kommer fra informantene med mindre annet er nevnt.

Den kanskje viktigste kritikken gikk på forberedelser før utreise og fokus for oppsettingsperioden. Særlig prinsippet om at avdelingen skal være selvoppsettende, noe som gjør at staben som skal reise ut står ansvarlig for hvordan oppsettingsperioden blir, trekkes frem som negativt. Det gjør at stabsveteranene spesielt får mindre tid til å trene opp enkeltmannsferdigheter som kan være nødvendig å ha når man kommer ut, i tillegg til at fokuset ligger mer på å få til et bra opplegg for de andre som skal reise ut fremfor å trene selv. En stabsveteran kaller det en fattigmannsløsning. Her kan en løsning være å ha et fast oppsettingsssenter som tar seg av alt det administrative rundt oppsettingen, slik at staben kan ha fokus på sin egen oppsetting. I tillegg vil et oppsettingsssenter sannsynligvis kunne føre til at man kan ha en læring og utvikling i oppsettingsprogrammet slik at det kan bli bedre og bedre, og man slipper å finne opp hjulet på nytt hver gang.

Flere veteraner syntes det var for lite samtrening med andre avdelinger de skulle samarbeide med under perioden ute, slik at man for eksempel hadde en klar formening om hva som var ens eget og den andres ansvarsområde i operasjonen. Hvis det er praktisk mulig bør man, under oppsetting, også sette av tid til samtrening. I de tilfellene der samarbeidende avdelinger var utenlandske var det ingen konkrete forslag til hvordan det kunne forbedres, men kanskje er det en mulighet å koordinere deltakelse på øvelse Faryab (siste del av oppsettingsperioden) med den utenlandske avdelingen.

OPPLEVELSE AV MESTRING

Flere informanter sa at de syntes familiesamlingene hadde for tett program og at det burde vært mer tid for refleksjon og samtale med andre deltakere på samlingen. Geografisk plassering av familiesamlingen omtales for noen som uheldig, siden flesteparten av familiene da bodde i Sør-Norge og måtte reise med fly opp til nord. Her er forslaget en tilpasning til hvor hovedvekten av kontingenten har hjemsted – at man har familiesamling i Sør-Norge dersom hovedvekten av de ansatte har familien boende i sør. Å velge å reise med fly opp og ned samme dag med barn kan for noen være en barriere og virke tungvint, slik at å ha samlingen for eksempel i Oslo kan være gjøre terskelen litt lavere for mange. Særlig også siden det ikke går direkte fly til Nord-Norge fra for eksempel Kristiansand, Bergen og Trondheim, og familiene derfra uansett må innom Oslo for å komme seg på samling i Nord-Norge.

En hjemmeansvarlig legger vekt på at hun syntes det var for mye fokus på død på familiesamlingen, og for lite fokus på hvordan man skulle håndtere savn – noe hun anså som mer relevant og nyttig for å kunne takle perioden den forsvarsansatte skulle være ute. Ettersom flere av informantene nevner følelsen av savn kan det gi frukter å ha noen verktøy for hvordan man kan håndtere det slik at det ikke påvirker en for mye i hverdagen. Å ha fokus på død kan til en viss grad være nyttig, nettopp fordi det kan være greit å ha gjort seg opp noen tanker rundt hva som skal skje og hvordan man kan oppleve det. På den andre siden vil for mye fokus på død kunne føre til en ubegrunnet og unødvendig frykt for at noe skal skje med den som reiser ut, noe som igjen kan påvirke den som er igjen hjemme i Norge på en negativ måte.

En veteran kritiserer den dårlige og manglende oppfølgingen etter alvorlige hendelser. Umiddelbart etterpå var det dårlig, og veteranen insinuerer at dette kan ha med den store variasjonen av personell som er involvert – at en sykepleier kanskje ikke påvirkes like sterkt av å se skadde folk og blod, mens en som ikke har noen erfaring med det fra før kan oppleve det traumatiserende. Variasjonen av personell kan ha gjort at minoritetens (i dette tilfellet stabsveteranen) behov for oppfølging ble oversett. Dette var i et tilfelle der veteranen var en del av Luftforsvarsstab, og noe av problemet der virker å ligge i rotasjonen på personell som er ute. De har forskjellige tidspunkter for ut- og hjemreise, samt varighet av kontingenten, og det kan se ut til at de ikke klarer å sørge for at alle får nødvendig oppfølging ved hjemkomst slik veteranen i dette tilfellet savnet. Larsen (2000) anbefaler en individ- og familietilpasset plan for hjemkomsten, og en del av det bør kanskje være å sikre en passende oppfølging for alle som reiser ut, og spesielt i tilfeller der man har opplevd eller vært vitne til traumatiske

OPPLEVELSE AV MESTRING

hendelser. For å komme med et godt forslag til hvordan en slik praksis kan endres må man se på årsaken. I dette tilfellet kan det være mange årsaker; At man underslår viktigheten av oppfølging eller glemmer at det er individuelt hvordan folk påvirkes, kanskje er det et kulturelt problem, mangel på opplæring for personell som er ansvarlig, frykt for å ta det opp på feil måte eller vise mykhet. Uansett bør det sikres at de som har lederansvar i en avdeling som er ute har tilstrekkelig opplæring i hvordan man skal debriefe etter traumatiske opplevelser. Ikke bare opplæring i praktisk gjennomgang av hva som har skjedd, men også de følelsesmessige utfordringene det kan føre med seg og hvordan man skal ta tak i det.

Hunter (1988) anbefaler en individ- og familietilpasset plan for hjemkomsten. En av de hjemmeansvarlige er inne på det når han snakker om muligheten for eksempelvis en time i familie-/parterapi en tid etter hjemkomsten, slik han hevder de har i Latvia. Å få tilbud om par- eller familierapi etter det har gått noe tid siden hjemkomst kan tenkes å være en døråpner for noen. Det kan bidra til å få frem, og løse eventuelle konflikter som har dukket opp i etterkant av hjemkomsten. Den hjemmeansvarlige sier at han er usikker på om et terapi-tilbud ville ha hjulpet på deres situasjon, men mener at det i alle fall ikke ville ha gjort det verre.

En veteran sier at idealet for å reise ned kanskje ikke er det riktige i forhold til hva befolkningen i Afghanistan selv ønsker og trenger, og at det er kulturelle forskjeller i hva som ansees som viktig for at samfunnet skal fungere. Konteksten norske soldater reiser ned med er kanskje derfor i mismatch med hva som er realistisk, og det kan påvirke deres opplevelse av mening hvis man etter endt oppdrag ikke opplever å se noen endring i situasjonen (Park, 2010).

I forhold til leave og rekreasjon sier noen av veteranene at de ville holdt seg unna jobb og reist bort med familien når de hadde fri. Flere informanter sier at dette er noe de blir gjort obs på under familiesamlinger og lignende, men ytterligere presisering av dette, i tillegg til informasjon i eventuelle brev og brosjyrer kan opplyse familiene som ikke deltar på familiesamlinger og andre fora.

Til slutt nevnes manglende anerkjennelse og interesse fra kollegaer som et savn. En forventet ikke at familie, venner og lignende skulle vise særlig interesse, men ble overrasket og kanskje skuffet over den manglende interessen fra kollegaer. Mange lærer mye nytt i løpet av tiden ute, og vil gjerne dele erfaringen, i tillegg til at det vil kunne komme til nytte for personell som jobber innenfor samme fagfelt. Det kan vanskelig gjøres å beordre kollegaer til å vise interesse for hva den som har vært ute har opplevd, men kanskje kan kollegaer i større

grad gjøres bevisst på det, og kanskje særlig rett før veteranen starter opp på jobb igjen etter endt rekreasjon. En annen mulighet kan være å ha det som en rutine at den som har vært ute får holde en presentasjon for de andre ansatte dersom arbeidsstedet har fora for dette. En slik presentasjon vil kunne føles som positivt for veteranen i tillegg til at den kan bidra til å vekke interesse hos kollegaene.

Studiens begrensninger

Ettersom studien er kvalitativ er det ikke mulig å generalisere funnene, noe som kunne være nyttig for å ha et bedre grunnlag for å eventuelt endre noe av praksisen på tilbudene Forsvaret har idag. En kvalitativ studie medfører at forskeren har en betydelig rolle i å velge ut hva som er viktig og ikke, noe som igjen kan påvirke hvilke resultater man får.

Det foreligger ikke tidligere forskning på den spesifikke gruppen stabsveteraner – noe som gjør det vanskelig å vite om det var noen spesielle/unike type opplevelser eller utfordringer stabsveteranen stod ovenfor i forhold til veteraner generelt.

Kriteriet for utvalg var snevert; De måtte ha barn og en samboer/tilsvarende, og dekker derfor ikke mangfoldet i gruppen stabsveteraner. I tillegg kunne det vært inkludert flere informanter fra Luft- og Sjøforsvaret. I utvalget er det kun én som reiste ut med Luftforsvaret, og ingen med Sjøforsvaret. Det er en rekke andre variasjoner som kunne vært inkludert i utvalget – som for eksempel FN-observatører som også kan sees på som en type stabsveteran, de som har reist ut til andre land enn Afghanistan, personer som er fraskilt i ettertid, personer med annen etnisitet enn norsk – mulighetene er veldig mange. Utvalget kunne også vært mer homogent for i større grad å kunne generalisere funnene for den gruppen det gjaldt.

Stabsveteranene og de hjemmeværende har i noen tilfeller oppgitt informasjon om vanskeligheter de har hatt før, under og etter INTOPS; vanskeligheter de også forteller at har løst seg med tiden. Det er ikke mulig, på bakgrunn av informasjonen som er gitt, å si noe om hvorvidt stabsveteranene og familien faktisk kan anses å ha mestret, bare om informasjonen de har oppgitt kan relateres til noen av de eksisterende teorier om mestring.

En utfordring i forhold til å *både* intervju den som har vært ute og deres samboer/tilsvarende kan være at de prater sammen om innholdet i intervjuene etter den ene av dem har vært med på intervju. Det kan resultere i at den som skal intervjues blir farget av den andres meninger om intervjuet og temaene i intervjuet.

Begrensninger ved tematisk analyse er at forskeren kan være forutinntatt på de forhåndsbestemte kodene som er basert på eksisterende litteratur, og dermed feiler i å oppdage nye og viktige koder (Willig, 2013). I denne studien er det en mulighet for at dette

OPPLEVELSE AV MESTRING

har skjedd i mindre grad, nettopp fordi det teoretiske utgangspunktet var lite og snevert til å begynne med, og det var nødvendig å utforske nye muligheter. Utviklingen av nye temaer kan kanskje sees som en bekræftelse på det.

Konklusjon

De fleste familiene omtaler å ha ha møtt på større eller mindre utfordringer underveis, som har påvirket dem på forskjellig måte. Det er en forskjell i helse mellom veteranen som generelt omtaler INTOPS-perioden i negativt ordelag, og de som hovedsakelig omtaler perioden på en positiv måte. De som har hatt en positiv opplevelse kan ha opplevd kortvarige, forbipasserende problemer eller ingen spesielle problemer i det hele tatt, mens veteranen som var generelt kritisk har opplevd større og vedvarende problemer. Hos de hjemmeansvarlige var manglende tid, og opplevelse av savn de største utfordringene. Flere av familiene virker ikke å ha reflektert i særlig grad over påvirkningen INTOPS-perioden har hatt på barna deres. Noen familier oppgir at barna ble påvirket på en måte som ga seg negativt utslag i skolesammenheng.

Det virker sannsynlig at flere teorier om mestring gjør seg gjeldende for hvordan stabsveteranene og familien har mestret, blant dem er kilder til mestringstro (Bandura, 1982; 1986; 1995; 1997), kontroll (Kobasa, 1979; Rotter, 1966) og mening (Park, 2010; 2012; Park & Folkman 1997).

Mye har skjedd i forhold til oppfølging av veteraner og deres familie generelt siden tidlig totusentallet, noe også stabsveteranene og den hjemmeansvarlige påpeker som en positiv utvikling. Familiene gir generelt inntrykk av å være godt ivaretatt, men ser også rom for forbedringer på noen punkter. Mye informasjon og gode muligheter for kommunikasjon tas opp som positivt. På den negative siden virker mye å ligge i manglende tildeling av ressurser og for lite individualisering av oppfølgingen til både stabsveteranen og familien hjemme, og som motsvar til dette er for eksempel mer samtrening mellom samarbeidende avdelinger, tilrettelegging av familiesamlinger og –dager etter hvor de fleste i kontingenten har tilhørighet, opplæring av ledelsen for å håndtere traumatiske hendelser og tilbud om parsamtale eller familieterapi i etterkant av INTOPS.

Videre forskning

Demografiske forskjeller mellom informantene kan tenkes å spille inn på hvordan familiene mestrer tiden før, under og etter INTOPS. Eksempler på det er forskjell i bakgrunn for den som er hjemme (forsvaret vs. sivil bakgrunn), alder på barna (små vs. store), om man har barn eller ikke, om den som reiser ut har en partner eller ikke, om kjønn spiller noen rolle

OPPLEVELSE AV MESTRING

i forhold til mestring og sosial støtte både for de som reiser ut og de som blir igjen hjemme. Det ville også vært viktig å kunne få frem mer om hvordan barna opplever perioden ved å intervju dem direkte og om det er forskjell på barn av stabsveteraner og de «vanlige» veteranene. En nærmere undersøkelse av de demografiske forskjellenes påvirkning på mestring kan i neste runde kunne bidra til økt oppmerksomhet ovenfor visse grupper og kanskje identifisere nødvendige tiltak som bør settes inn mot gruppen for å i øke sannsynligheten for mestring.

Det hadde videre vært interessant å se nærmere på betydningen av hver enkelt kilde til mestring i Banduras teori om mestringstro og hvilke faktorer innen hver kilde som er viktigst for stabsveteranene. En mulighet er å undersøke grad av støtte og hvilke personer som er de viktigste når det gjelder støtte til veteranen og familien. Samsvarer dette med de hjemmeansvarliges oppfatning? En slik studie vil muligens kunne bidra til å belyse hvor Forsvaret bør vurdere å ha fokuset for sine tiltak; om det er på foreldre til den som reiser ut, nærmiljø, kollegaer, skoler eller noe annet.

Å se nærmere på om det er noen sammenheng mellom antall kontingenter, tidligere opplevde traumatiske hendelser og traumatiske hendelser hjemme i ettertid av kontingenten sett opp mot utvikling av PTSD-, depresjons- og angstsymptomer kan være nyttig. Dersom det er mulig å predikere hvem som klarer seg bra og hvem som utvikler denne typen problemer vil det i neste omgang være relevant å se på ved utvelgelse til INTOPS i forhold til å begrense skadeomfanget for de som reiser ut.

Et annet nyttig forskningsområde er opplevelse av kontroll og mening, og hvorvidt de som ikke opplever mestring også er de som opplever lav grad av indre kontroll og lav grad av mening etter alvorlige eller traumatiske hendelser. Kanskje er det slik at de som opplever høy grad kontroll og mening i situasjonen på også er de som trenger kortest tid på å komme inn i normal gjenge etter INTOPS?

Til slutt vil det være en god løsning å ha én eller flere sammenligningsgrupper – stabsveteraner kan for eksempel sees opp mot veteraner på lavere nivå med mer operative stillinger og forsvarsansatte som ikke har vært ute. Enda en mulighet som nok er høyst relevant å utforske er forskjeller mellom grenene Hær, Sjø og Luft. Dette fordi de har forskjellige typer oppdrag og forskjellige planer for rotering av personell som er i INTOPS. En slik sammenligning vil kunne være med på å belyse de faktiske forskjellene mellom gruppene og om det er nødvendig å ha mer tilpassede tiltak for oppfølging for de forskjellige gruppene.

Referanser

- Ainsworth, M. D. (1964). Patterns of attachment behavior shown by the infant in interaction with his mother. *Merrill-Palmer Quarterly of Behavior and Development*, Vol. 10(1), 51-58. URL: <http://www.jstor.org/stable/23082925>
- Ashworth, P. (2008). Conceptual foundations of qualitative psychology. I J. A. Smith (Red.), *Qualitative Psychology: A Practical Guide to Research Methods* (2.utg.) s. 4-25). London: SAGE Publications Ltd.
- Bandura, A. (red.). (1995). *Self-efficacy in Changing Societies*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological review*, 84(2), 191–215. <http://dx.doi.org/10.1037/0033-295X.84.2.191>
- Bandura, A. (1982). Self-efficacy mechanism in human agency. *American Psychologist*, 37(2), 122-147. <http://dx.doi.org/10.1037/0003-066X.37.2.122>
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: W.H. Freeman and Company.
- Başoğlu, M., Mineka, S., Paker, M., Aker, T., Livanou, M., & Gök, S. (1997). Psychological preparedness for trauma as a protective factor in survivors of torture. *Psychological Medicine*, 27(6), 1421-1433.

OPPLEVELSE AV MESTRING

- Berg, A. (2009). *Samliv på distanse: et underlig liv: erfaringers betydning for læring hos familier berørt av internasjonale oppdrag for Forsvaret*. UiT, masteroppgave voksenpedagogikk. Permalenke: <http://hdl.handle.net/10037/1965>
- Boe, O., & Bergstøl, H. O. (kommende). Increasing self-efficacy in military officers: Does theory and practice correlate? *Procedia-Social and Behavioral Sciences Journal*.
- Bowlby, J. (1982). Attachment and loss: retrospect and prospect. *American journal of Orthopsychiatry*, 52(4), 664. DOI: <http://dx.doi.org/10.1111/j.1939-0025.1982.tb01456.x>
- Brevik, J.I. & Skjeret, G. (2004). *Forekomst av skilsmisse etter fredsbevarende tjeneste i utlandet*. Oslo: Forsvarets Sanitet.
- Broen, M., Edland, A., & Lundberg, H.M. (2012). *Kriger og kjæreste – faktorer før, under og etter et utenlandsopdrag som kan påvirke samliv*. (Hovedoppgave Universitetet i Bergen). URL: <http://hdl.handle.net/1956/6433>
- Broom, A., Hand, K. & Tovey, K. (2009). The role of gender, environment and individual biography in shaping qualitative interview data. *International Journal of Social Research Methodology*, 12 (1), 51-65. DOI: <http://dx.doi.org/10.1080/13645570701606028>
- Bråten, F. W., & Ødegård, E. (2012). (Prosjektoppgave i krisehåndtering)
Krisehåndteringsprosesser i Hæren knyttet til internasjonale operasjoner: Mellomlanding–forebyggende krisehåndtering, anerkjennelse og ivaretagelse-Mellomlanding-arena for feedback av informasjon til gjenbruk i fremtidig produksjon av stridsevne i Hæren. ved Høgskolen i Hedmark/Rena
- Collins, R. C., & Kennedy, M. C. (2008). Serving families who have served: Providing family therapy and support in interdisciplinary polytrauma rehabilitation. *Journal of Clinical Psychology*, 64(8), 993-1003. DOI: 10.1002/jclp.20515

OPPLEVELSE AV MESTRING

Comer, R. J.: *Fundamentals of Abnormal Psychology*, 7th edition, 2013. New York: Macmillan / Worth Publishers.

Eid, J. & Johnsen, B.H. (Red.). (2002). *Operativ Psykologi*. Oslo: Fagbokforlaget

Eid, J., & Johnsen, B. H. (Eds.) (2006). *Operativ psykologi* (2. Utg.). Bergen: Fagbokforlaget.

Endler, N. S., & Parker, J. D. (1990). Multidimensional assessment of coping: a critical evaluation. *Journal of personality and social psychology*, 58(5), s. 844-854.
<http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.58.5.844>

Fereday, J., & Muir-Cochrane, E. (2008). Demonstrating rigor using thematic analysis: A hybrid approach of inductive and deductive coding and theme development. *International journal of qualitative methods*, 5(1), 80-92.

Figley, C. R. (1993). Coping with stressors on the home front. *Journal of Social Issues*, 49(4), 51-71. DOI: 10.1111/j.1540-4560.1993.tb01181.x

Tambs, K. (2014, 6.mars). *Angstlidelser – faktaark*. Hentet 30.11.15 fra
<http://www.fhi.no/tema/angstlidelser/fakta-om-angstlidelser>

Forsvaret.no. (udatert). «Reise ut» - en brosjyre.

Forsvaret.no (udatert). *Tidligere operasjoner*. Hentet 30.11.15 fra
<https://forsvaret.no/fakta/aktivitet/tidligere-operasjoner>

Forsvaret.no. (2014). *Afghanistan*. Hentet 30.11.15 fra
<https://forsvaret.no/fakta/aktivitet/internasjonale-operasjoner/Afghanistan>

Forsvarets Sanitet (Hougsnæs, S., Bøe, J., Tønnessen, A., Næss, Ø.J.). (2012). *Afghanistan-undersøkelsen 2012. En undersøkelse av psyisk helse hos norsk militært personell som har*

OPPLEVELSE AV MESTRING

tjenestegjort i Afghanistan 2001-2011. Hentet 30.11.15 fra

https://forsvaret.no/tjeneste_/ForsvaretDocuments/Afghanistanunders%C3%B8kelsen2012.pdf

Guba, E. G., & Lincoln, Y. S. (1994). Competing paradigms in qualitative research. In N. K. Denzin & Y. S. Lincoln (Eds.), *Handbook of qualitative research* (pp. 105-117). London: Sage.

Gustavsen, E. (2014, 6. oktober). Norsk veteranforskning – en litteraturoversikt. Hentet 30.11.15 fra <https://forsvaret.no/ifs/Norsk-veteranforskning---en-litteraturoversikt>

Halvorsen, K. (2008). *Å forske på samfunnet: En innføring i samfunnsvitenskapelig metode* (5. edition) Oslo: Cappelens Forlag.

Hansen, I. L. (2004). *Ekteskapelig samspill. En analyse av kvinners mestringsstrategier i samliv med en Forsvarsansatt*. Tromsø: Universitetet i Tromsø (masteroppgave).

Heen, H. (2012). *Samliv i Forsvaret: Forholdet mellom familie og arbeid I befalsfamilier. En kvantitativ studie* (AFI-Rapport 3: 2012). Oslo: Arbeidsforskningsinstituttet.

Heen, H. & Halrynjo, S. (2006). *Samliv I Forsvaret: En kvantitativ studie av forholdet mellom familie og arbeid I befalsfamilier* (AFI-Rapport 5: 2006). Oslo: Arbeidsforskningsinstituttet.

Hunter, E.J. (1988). *The Psychological Effects of Being a Prisoner of War*. San Diego: Hunter Publications.

Hyde, A., Howlett, E., Brady, D. & Drennan, J. (2005). The focus group method: Insights from focus group interviews on sexual health with adolescents. *Social Science & Medicine*, 61, 2588-2599. doi:10.1016/j.socscimed.2005.04.040

OPPLEVELSE AV MESTRING

Institutt for Forsvarsstudier. (2013). *Norsk militærsosiologi – en litteraturoversikt*. Hentet 30.11.15 fra <https://forsvaret.no/ifs/Norsk-militaersosiologi---en-litteraturoversikt>

Institutt for Forsvarsstudier. (2015). *Forskningsprosjekter – Veteranprogram under ledelse av Forsvarets Høgskole*. Hentet 30.11.15 fra <https://forsvaret.no/ifs/Forskning/Sivil-militaere-relasjoner/Militaersosiologi>

ItjenesteforNorge.no (udatert). *Operasjoner*. Hentet 30.11.15 fra <https://itjenestefornorge.no/operasjoner>

ItjenesteforNorge.no (udatert). *Operasjon. International Security Assistance Force (ISAF)*. Hentet 30.11.15 fra <https://itjenestefornorge.no/operasjoner/international-security-assistance-force-isaf>

Johannessen, A., Tufte, P. A. & Christoffersen, L. (2010). *Introduksjon til samfunnsvitenskapelig metode (4. utg)*, s. 111. Oslo: Abstrakt Forlag.

Kameratstøtte.no. (udatert). Forum. Hentet 30.11.15 fra <http://kameratstøtte.no/Forum>

Knutsen, G. B. (2011). *En kvalitativ studie om forsvarsfamilien og Forsvarets familiepolitikk i forbindelse med skarpe operasjoner i utlandet* (Masteroppgave, Høgskolen i Akershus). Kjeller: Høgskolen I Akershus. <http://hdl.handle.net/10642/740>

Kobasa, S.C. (1979). *Stressful life events, personality and health: An inquiry into hardiness*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37(1), 1–11.
<http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.37.1.1>

Kobasa, S.C., Maddi, S.R. & Puccetti, M.C. (1982). Personality and Exercise as Buffers in the Stress-Illness Relationship. *Journal of Behavioral Medicine*, Vol. 5(4), p. 391–404.

OPPLEVELSE AV MESTRING

- Kvale, S., & Brinkmann, S. (2009). *Learning the craft of qualitative research interviewing*. Thousands Oaks: Sage Publications.
- Larsen, R.-P. (2000). *Ledelse og mestring i krig og fred*. Oslo: J.W. Cappelens Forlag.
- Maddi, S. (2013). *Hardiness: Turning stressful circumstances into resilient growth*. SpringerBriefs in Psychology. Nederland: Springer. DOI: 10.1007/978-94-007-5222-1_2
- Makin-Byrd, K., Gifford, E., McCutcheon, S., & Glynn, S. (2011). Family and couples treatment for newly returning veterans. *Professional Psychology: Research and Practice*, 42(1), 47-55. <http://dx.doi.org/10.1037/a0022292>
- Mandal, R. (2009). Å komme hjem. En pilotstudie av levekår blant skadde veteraner. (Fafo-rapport 2009:47). Hentet 30.11.15 fra http://www.fafo.no/~fafo/media/com_netsukii/20137.pdf
- Mykletun, A., Bjerkeset, O., Dewey, M., Prince, M., Overland, S., & Stewart, R. (2007). Anxiety, depression, and cause-specific mortality: the HUNT study. *Psychosomatic medicine*, 69(4), 323-331. 10.1097/PSY.0b013e31803cb862
- Mykletun, A., Knudsen, A. K., & Mathiesen, K. S. (2009). *Psykiske lidelser i Norge: Et folkehelseperspektiv: del 1: voksne*. (Folkehelseinstituttet Rapport 8:2009). Oslo: Nasjonalt folkehelseinstitutt.
- The Norwegian National Committees for Research Ethics. (2010). *Kvalitativ forskning*. Hentet 30.11.15 fra <https://www.etikkom.no/Forskningsetikk/Etiske-retningslinjer/Medisin-og-helse/Kvalitativ-forskning/7-Registrering-og-lagring-av-lyd--og-bilddata-/>

- Park, C. L. (2012). *Meaning, Spirituality, and Growth: Protective and Resilience Factors in Health and Illness*. I A. Baum, T.A. Revenson, J. Singer (Red), *Handbook of Health Psychology*. (2. Utgave, s 405). New York: Psychology Press.
- Park, C.L. (2010). Making sense of the meaning literature: An integrative review of meaning making and its effects on adjustment to stressful life events. *Psychological Bulletin*, *136*(2), 257–301. <http://dx.doi.org/10.1037/a0018301>
- Park, C. L. (2011). Meaning, coping, and health. *Oxford handbook of stress, health, and coping*, 227-241.
- Park, C.L., & Folkman, S. (1997). The role of meaning in the context of stress and coping. *General Review of Psychology*, *1*(2), 115–144. <http://dx.doi.org/10.1037/1089-2680.1.2.115>
- Regjeringen. (2011). I tjeneste for Norge. Regjeringens handlingsplan for ivaretagelse av personell før, under og etter utenlandstjeneste.
- Regjeringen.no. (2014, 24. november). *Kronologisk utvikling av det norske styrkebidraget i Afghanistan*. Hentet 30.11.15 fra <https://www.regjeringen.no/nb/tema/forsvar/internasjonale-operasjoner/innsikt-intops/kronologisk-utvikling-av-det-norske-bidr/id632365/>
- Rotter, J. B. (1966). Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. *Psychological monographs: General and applied*, *80*(1), 1–28. <http://dx.doi.org/10.1037/h0092976>
- Sayers, S. L. (2011). Family reintegration difficulties and couples therapy for military veterans and their spouses. *Cognitive and Behavioral Practice*, *18*(1), 108-119. doi:10.1016/j.cbpra.2010.03.002

OPPLEVELSE AV MESTRING

Schneewind, K.A. (1995). *Impact of family processes on control beliefs*. I Bandura, A. (Red) (1995). *Self-efficacy in Changing Societies*. New York: Cambridge University Press.

Smith, J. A. (2008). Introduction. I J. A. Smith (Red.), *Qualitative Psychology: A Practical Guide to Research Methods* (2.utg.) (s. 1-3). London: SAGE Publications Ltd.

Solheim, I. U. (2009). *Oppdrag hjemmefront – De norske soldatenes usynlige støtteapparat*. Oslo: J.M. Stenersens forlag A/S.

St. meld. nr. 34 (2008-2009). (2008). *Fra vernepliktig til veteran: Om ivaretakelse av personell før, under og etter deltakelse i utenlandsoperasjoner*. Oslo: Forsvarsdepartementet.

Talmo, L.-J. (2009). Forsvaret og medflytterne: Egenrealisering i skjæringspunktet mellom individuell fleksibilitet og styrt livsløp. Volda: Høgskulen i Volda.

Toma, J. D. (2000). How getting close to your subjects makes qualitative data better. *Theory into Practice*, 39 (3), p. 177-184. http://dx.doi.org/10.1207/s15430421tip3903_9

Verdeli, H., Baily, C., Voursoura, E., Belser, A., Singla, D., & Manos, G. (2011). The case for treating depression in military spouses. *Journal of Family Psychology*, 25(4), 488-496. <http://dx.doi.org/10.1037/a0024525>

Veterancentret. (2010a). *Efterreaktioner hos soldater*. (USPER PSYK: delrapport 2010). Videncentret: Danmark.

Veterancentret. (2010b). *Enkeltudsendte*. (USPER PSYK: delrapport 2010). Videncentret: Danmark.

Veterancentret. (2010c). *Pårørende til soldater*. (USPER PSYK: delrapport 2010). Videncentret: Danmark.

OPPLEVELSE AV MESTRING

Veterancentret. (2011). *Udsendelsens påvirkning på partnere med børn*. (USPER PSYK: delrapport 2011). Videncentret: Danmark.

Veterancentret. (2013). *Efter Afghanistan. Rapport over veteraners psykiske velbefindende to et halvt år efter hjemkomst*. (Optimering af udsendelsesperioder – psykologiske undersøgelser (USPER PSYK): delrapport 2013). Videncentret: Danmark

Wilkinson, S. (2008). Focus groups. I J. A. Smith (Red.), *Qualitative Psychology: A Practical Guide to Research Methods* (2.utg.) (s. 186-206). London: SAGE Publications Ltd.

Willig, C. (2013). *Introducing quality research in psychology*. Berkshire: Open University Press

Willig, C. (2008). Discourse analysis. I J.A. Smith (Red.), *Qualitative Psychology: A Practical Guide to Research Methods* (2. Utg) (s. 160-185). London: Sage.

World Medical Association. (2013) World Medical Association Declaration of Helsinki Ethical Principles for Medical Research Involving Human Subjects. The journal of the American Medical Association. 310(20), 2191-2194. doi:10.1001/jama.2013.281053.

Øverlien, C. (2013). «Nå følte jeg meg som Jens Stoltenberg, jeg!» I H. Fossheim, J. Hølen & H. Ingierd (Editors), *Barn i forskning: Etiske dimensjoner* (p. 9-44). The Norwegian National Committees for Research Ethics.

Vedlegg 1 Samtykkeskjema pilotstudie

Trening i å intervju og pilotstudie.

Vi er tre studenter; Anita, Sindre og June, som tar et emne i kvalitativ forskningsmetode ved Psykologisk Institutt, Universitetet i Oslo. Her skal vi trene oss på å intervju. I forbindelse med dette trenger vi personer som stiller opp og lar seg intervju, og vi håper at du kan hjelpe oss. Intervjuene vil også brukes for å vurdere gyldigheten av spørsmålene som er tiltenkt bruk i en videre masterstudie på stabsveteraner.

Nærmere om intervjuet

Intervjuet er lagt opp som en samtale om perioden rett før, under og etter du var i INTOPS som stabsoffiser sist. Tema er først og fremst erfaringer i forhold til familielivet. Poenget med intervjuøvelsen er at vi skal få erfaring med å snakke med folk på en systematisk måte, og også å få en pekepinn på om spørsmålene egner seg til senere intervjuer med en lignende gruppe mennesker.

Intervjuet tar mellom 30 og 60 minutter.

Hva skjer med intervjuet etterpå?

Studenten vil ha båndopptaker og notere underveis i intervjuet. Notatet renskrives etterpå, med oppdiktete navn på personer og på steder. Disse notatene blir kopiert og delt ut til de andre studentene innen grupper på 4-5 studenter. Det videre arbeid i gruppene skal for det første dreie seg om erfaringer med å intervju. For det andre skal studentene bruke det de fikk vite gjennom intervjuene til å planlegge et nytt forskningsprosjekt. Hver gruppe skriver en rapport som vurderes av den kursansvarlige. Intervjuene kan også brukes i en masteroppgave om stabsveteraner, og båndopptak vil taes vare på frem til sensur på masteroppgave er gitt – tentativt desember 2015, men senest juli 2016. Intervjudeltakerne vil alltid anonymiseres og du kan trekke deg fra studien når som helst. Dersom du ønsker det vil du få tilbud om å lese oppgaven før og/eller etter den er ferdigstilt. Etter intervjuet setter vi pris på tilbakemeldinger på selve intervjuøvelsen, og på spørsmålene du ble stilt.

Noe du lurer på?

Hvis du har spørsmål til øvelsen eller videre bruk i masteroppgave kan du ta forbindelse med June Kvål, tlf 99241244, e-post june140987@hotmail.com.

Samtykkeskjema

Jeg har lest informasjonsbrevet, og er innforstått med at dette er en studentøvelse og at det vil kunne brukes til videre arbeid med masteroppgave på stabsveteraner.

Jeg er klar over at jeg står fritt til å trekke samtykket tilbake når som helst.

Jeg samtykker i å delta i studentøvelsen

Dato _____

Signatur _____

Vedlegg 2 Intervjuguide pilotintervjuer

Introduksjonsspørsmål:

Alder, kjønn, bosted, hvor lenge i forsvaret, hatt pause fra forsvaret/jobbet andre steder, antall barn, alder da noen var i INTOPS, antall INTOPS-kontingenter + varighet og tidspunkt, forskjellige stillinger under de forskjellige INTOPS-periodene, bosted for familien under INTOPS-perioden, hvor lenge hadde de vært gift/samboende da INTOPS-perioden startet. I den videre delen av intervjuet vil jeg at du fokuserer på sist gang du var i INTOPS. Denne delen vil fokusere på familien.

FØR utreise

1. Hvor lenge før du reiste ut visste dere om at du skulle reise?
2. Hvor lenge var du på oppsetting og hvor var det?
3. Hvordan var det å ta avgjørelsen om å dra ut? (hvem sin avgjørelse var det? Familie, jobb, du selv?) – på hvilken måte var familien involvert i avgjørelsen?
4. Hadde dere noen bekymringer rundt det at du skulle reise ut før du reiste ut? I forhold til praktiske gjøremål hjemme, oppfølging av barn/skole, jobb for den hjemme, kommunikasjon dere i mellom,
5. Hvordan tenkte dere at dere ville løse bekymringene dere hadde?
6. Er det noe mer du vil si om perioden før utreise?

UNDER utenlandsperioden

1. Hvordan forholdt du deg til familien mens du var utenlands? Var det enkelte temaer dere unngikk å snakke om? Hva? Hvorfor?
2. Var det noe familien hadde vanskeligheter med å håndtere mens du var utenlands? Hva? Hvorfor? (Leaveperioder, dødsfall, ulykker, mediaoppmerksomhet, økonomi, kommunikasjon, skole)
3. Var det noe du hadde vanskeligheter med å håndtere ovenfor familien mens du var utenlands? Hva? Hvorfor?
4. Var det noe dere håndterte bra mens du var utenlands som du ikke hadde forventet? Hva? Hvorfor?
5. Er det noe mer du vil si om erfaringene dine fra utenlandsperioden?

ETTER utenlandsperioden

1. Hvordan var det å ta fatt på hverdagen hjemme igjen?
2. Var det noe som hadde endret seg fra du dro ut til du kom hjem? Hva? Hvordan opplevde du endringen?
3. Hvilke tanker har dere gjort dere i etterkant av INTOPS-perioden?
4. Er det noe mer du vil si om erfaringene dine fra utenlandsperioden?

Forklaring om hva som skjer videre.

Hvordan opplevde du dette intervjuet? Er det noe du synes burde vært annerledes? Noe vi har utelatt?

Vedlegg 3 Intervjuguide stabsveterane

Generell bakgrunn: yrke – hvor lenge, alder, kjønn, antall barn, alder på barna nå, religion/livssyn, alder da noen var i INTOPS, antall tidligere INTOPS-kontingenter + varighet og periode, bosted under INTOPS-perioden, hvor lenge hadde de vært samboende da INTOPS-perioden startet, oppsetting-sted og varighet, leave-perioder (varighet og tidspunkt i deploy), hvilken grad, mine/dine barn.

FØR:

1. **Fortell om tiden rundt da du fikk vite at du skulle reise ut** (når fikk du vite det, hvordan ble det til at du skulle reise ut, hvorfor ville du reise, hva var viktig for deg å få avklart før du kunne si ja til å reise ut, hvilke vurderinger tok du ang det å reise ut med en familie hjemme, kjente du andre i samme situasjon, hva tenkte du om det å dra fra barna/bli hjemme «alene» med barna, hvordan reagerte de hjemme (barn og ektefelle/samboer), hvordan reagerte øvrig familie og venner, hvem tok avgjørelsen om at du skulle reise ut?)

2. **Fortell om avreisedagen** (Hvordan utartet den seg, når stod du opp – hva gjorde du da, hvilke tanker hadde du, hva gjorde du etter frokost, hvordan kom du deg til flyet, hvem var med deg, hva tenkte du da hva var familie og venners rolle, hvilke følelser gikk gjennom deg, hvilke forventninger hadde du til å reise og til å komme frem?)

UNDER:

3. **Kan du huske noen spesifikke hendelser som påvirket deg mens du var i Afghanistan?** (Enten en hendelse i Afghanistan eller en hendelse hjemme eller begge deler, hva skjedde, hva var din rolle i det, hvordan opplevde du det, i hvilken grad var du forberedt på en slik hendelse + hvordan var du forberedt, hvordan endret hendelsen deg, hvordan endret det ditt forhold til de andre du var ute med, hvordan endret det ditt forhold til de hjemme, fortalte du det til de hjemme/de du var ute med (avhengig av om hendelsen skjedde ute eller hjemme) og i så fall hvordan opplevde du deres reaksjoner osv., påvirket det resten av din periode ute, medførte hendelsen at du eller familien måtte få noen form for hjelp/støtte?)

4. **Fortell om din første leave** (evt. fortell om første dagen din på leave, hvilke forventninger hadde du, hva gjorde du, hvor var du, hvorfor valgte du å gjøre det du gjorde, hvem møtte du, hva snakket dere om, ble forventningene møtt, hvis du skulle gjort noe annerledes – hva ville det ha vært, gjorde du/dere noen endringer fra leave nr. 1 til leave nr. 2 – hva, er det noe du i ettertid ser at du ville ha gjort annerledes?)

ETTER:

2. **Fortell om hjemreisen og ankomsten (til Norge) + de påfølgende dagene med rekreasjonsdager.** (når startet dagen, hva gjorde du/dere, hvordan var det å se igjen samboer, barn, øvrig familie, hva følte du + hvorfor, hva gjorde dere etter dere var ferdig med seremoni, hvilke endringer la du merke til at hadde skjedd i Norge mens du var i Afghanistan, hvordan påvirket endringene deg, i hvilken grad følte du deg forberedt på eventuelle endringer, hvordan ble du møtt av omgivelsene (venner, familie, kollegaer, andre kjente), hvilke tanker gjorde du deg om tiden i Afghanistan og det å være hjemme igjen?)

5. Kan du trekke frem noe du har tenkt på i senere tid som har sammenheng med perioden i Afghanistan? (Når var det, hva, hvorfor, hvem var involvert, hva savner du mest med perioden du var ute, hva savner du minst, hva var bra og hva burde vært annerledes?)

TIL SLUTT:

1. Er det noe som kunne gjort dere bedre rustet?
2. Oppsummering av hva vi har pratet om i intervjuet (før, under og etter).
3. Er det noe du vil legge til det vi har pratet om eller noe annet du synes er viktig å få med som ikke har blitt nevnt?

Vedlegg 4 intervjuguide hjemmeansvarlig

Generell bakgrunn: yrke/jobbsituasjon – hvor lenge, alder, kjønn, antall barn, alder på barna nå, religion/livssyn, alder da noen var i INTOPS, antall tidligere INTOPS-kontingenter + varighet og periode, bosted under INTOPS-perioden, hvor lenge hadde de vært samboende da INTOPS-perioden startet, oppsetting-sted og varighet, leave-perioder (varighet og tidspunkt i deploy), mine/dine barn.

FØR:

1. **Fortell om tiden rundt da du fikk vite at han/hun skulle reise ut** (når fikk du vite det, hvordan ble det til, hvordan stilte du deg til det, hva var viktig for deg å få avklart først, hvilke vurderinger tok du ang det å bli alene med ansvaret for barna, kjente du andre i samme situasjon, hva tenkte du om det at han/hun skulle dra fra barna, hvordan reagerte du og barna, hvordan reagerte øvrig familie, venner og naboer, hvem tok avgjørelsen om at han/hun skulle reise ut?)
2. **Fortell om avreisedagen** (Hvordan utartet den seg, når stod du opp – hva gjorde du da, hvilke tanker hadde du, hva gjorde du etter frokost, hvordan kom du deg til flyet, hvem var med deg, hva tenkte du da hva var familie og venners rolle, hvilke følelser gikk gjennom deg, hvilke forventninger hadde du til å reise og til å komme frem?)

UNDER:

3. **Kan du huske noen spesifikke hendelser som påvirket deg mens han/hun var i Afghanistan?** (Enten en hendelse i Afghanistan eller en hendelse hjemme eller begge deler, hva skjedde, hvordan opplevde du det, i hvilken grad var du forberedt på en slik hendelse + hvordan var du forberedt, hvordan endret hendelsen deg, hvordan endret det ditt forhold til den som var ute, hvordan påvirket det resten av periode, medførte hendelsen at du eller familien måtte få noen form for hjelp/støtte?)
4. Fortell om hans/hennes første leave (evt. fortell om første dagen på leave, hvilke forventninger hadde du, hva gjorde du, hvor var du, hvorfor valgte du å gjøre det du gjorde, hvem møtte du, hva snakket dere om, ble forventningene møtt, hvis du skulle gjort noe annerledes – hva ville det ha vært, gjorde du/dere noen endringer fra leave nr. 1 til leave nr. 2 – hva, er det noe du i ettertid ser at du ville ha gjort annerledes?)

ETTER:

2. **Fortell om ventetiden frem til ankomsten og selve ankomsten (til Norge) og de påfølgende dagene med rekreasjonsdager.** (når startet dagen, hva gjorde du/dere, hvordan var det å se igjen samboer, hva følte du + hvorfor, hva gjorde dere etter dere var ferdig med seremoni, hvilke endringer la du merke til at hadde skjedd, hvordan påvirket endringene deg, i hvilken grad følte du deg forberedt på eventuelle endringer, hvilke tanker gjorde du deg om tiden?)
5. **Kan du trekke frem noe du har tenkt på i senere tid som har sammenheng med tiden du var hjemme med barna?** (Når var det, hva, hvorfor, hvem var involvert, hva var bra og hva burde vært annerledes?)

TIL SLUTT:

1. Er det noe som kunne gjort dere bedre rustet?

OPPLEVELSE AV MESTRING

2. Oppsummering av hva vi har pratet om i intervjuet (før, under og etter).
3. Er det noe du vil legge til det vi har pratet om eller noe annet du synes er viktig å få med som ikke har blitt nevnt?

Vedlegg 5 samtykkeskjema hovedstudie stabsveteranen

Hei!

Jeg er mastergradsstudent i psykologi ved Universitetet i Oslo, og gjennomfører en studie på stabsveteraner og familien deres i forbindelse med masteroppgaven.

Studien er en del av et større forskningsprosjekt på veteraner generelt i regi av Forsvarsdepartementet, og min studie vil dreie seg om gruppen *stabsveteraner*. Jeg er interessert i å se på hvordan denne gruppen opplever tiden før, under og etter INTOPS – spesielt med tanke på familie. I forbindelse med dette trenger jeg stabsveteraner og stabsveteranens daværende samboer/tilsvarende som kan tenke seg å stille til intervju. Intervjuene vil bli brukt i masteroppgaven, og eventuelt publiseres i artikkelform på et senere tidspunkt.

Deltakeren må:

- Ha vært i Afghanistan som stabsveteran i løpet av de siste 10 årene
- Ha barn som var mellom 0 og 18 år og bodde hjemme under perioden i INTOPS
- Ha samboer/tilsvarende som har hatt hovedansvaret for barn(a) i perioden

Med stabsveteran tenkes de som har vært i stab mens de var ute, og som i tillegg har oppholdt seg i camp hele/størsteparten av tiden.

Intervjuet vil ta **1-2 timer**, men det tilstrebes at det ikke skal ta mer enn 1,5 time. Jeg vil bruke båndopptaker og notere underveis i intervjuet. Intervjuet transkriberes i ettertid av meg eller godkjent firma, og i oppgaven brukes fiktive navn på personer som har deltatt i studien. De som vil ha kjennskap til at du har deltatt i studien er deg, meg, min veileder og eventuelt den som transkriberer intervjuer (dersom det ikke er meg). De transkriberte intervjuene lagres med fiktive navn, og båndopptak makuleres etter sensur er falt (tentativt i slutten av januar 2016). Det er viktig å være klar over at Forsvaret er lite nok til at det er en viss mulighet for at noen som leser oppgaven vil kunne kjenne deg igjen på tross av at du er anonymisert. Du får mulighet til å lese transkriberingen av intervjuet så fort den er klar, og oppgaven etter at sensur har falt. Ønsker du det, må du gi beskjed.

Før intervjuet kan det være lurt å tenke igjennom opplevelser, både ute og hjemme, fra din *siste* periode som stabsoffiser i INTOPS.

Har du spørsmål om studien må du gjerne ta kontakt med meg, June Kvål
tlf: 99241244, e-post: june140987@hotmail.com.

Samtykkeskjema

Jeg har lest informasjonsbrevet, og forstår at intervjuet vil brukes til videre arbeid med masteroppgave på stabsveteraner.

Jeg er klar over at jeg står fritt til å trekke samtykket tilbake når som helst.

Jeg samtykker i å delta i studentøvelsen

Dato _____

Signatur _____

Vedlegg 6 samtykkeskjema hovedstudien hjemmeansvarlige

Hei!

Jeg er mastergradsstudent i psykologi ved Universitetet i Oslo, og gjennomfører en studie på stabsveteraner og familien deres i forbindelse med masteroppgaven.

Studien er en del av et større forskningsprosjekt på veteraner generelt i regi av Forsvarsdepartementet, og min studie vil dreie seg om gruppen *stabsveteraner*. Jeg er interessert i å se på hvordan denne gruppen og deres samboer/tilsvarende opplever tiden før, under og etter INTOPS – spesielt med tanke på familie. I den forbindelse vil jeg gjøre intervju av begge gruppene. Intervjuene vil bli brukt i masteroppgaven, og eventuelt publiseres i artikkelform på et senere tidspunkt.

Deltakeren må:

- Ha hatt en samboer/tilsvarende som har vært i Afghanistan som stabsveteran i løpet av de siste 10 årene
- Ha barn som var mellom 0 og 18 år og bodde hjemme under perioden i INTOPS
- Ha hatt hovedansvaret for barn(a) i perioden

Med stabsveteran tenkes de som har vært i stab mens de var ute, og som i tillegg har oppholdt seg i camp hele/størsteparten av tiden.

Intervjuet vil ta **1-2 timer**, men det tilstrebes at det ikke skal ta mer enn 1,5 time. Jeg vil bruke båndopptaker og notere underveis i intervjuet. Intervjuet transkriberes i ettertid av meg eller godkjent firma, og i oppgaven brukes fiktive navn på personer som har deltatt i studien. De som vil ha kjennskap til at du har deltatt i studien er deg, meg, min veileder og eventuelt den som transkriberer intervjuer (dersom det ikke er meg). De transkriberte intervjuene lagres med fiktive navn, og båndopptak makuleres etter sensur er falt (tentativt i slutten av januar 2016). Det er viktig å være klar over at Forsvaret er lite nok til at det er en viss mulighet for at noen som leser oppgaven vil kunne kjenne deg igjen på tross av at du er anonymisert. Du får mulighet til å lese transkriberingen av intervjuet så fort den er klar, og oppgaven etter at sensur har falt. Ønsker du det, må du gi beskjed.

Før intervjuet kan det være lurt å tenke igjennom opplevelser, både ute og hjemme, fra din *siste* periode hjemme med barna mens din samboer/tilsvarende var ute i Afghanistan

Har du spørsmål om studien [må du gjerne ta kontakt med meg, June Kvål](mailto:june140987@hotmail.com)
tlf: 99241244, e-post: june140987@hotmail.com.

Samtykkeskjema

Jeg har lest informasjonsbrevet, og forstår at intervjuet vil brukes til videre arbeid med masteroppgave på stabsveteraner.

Jeg er klar over at jeg står fritt til å trekke samtykket tilbake når som helst.

Jeg samtykker i å delta i intervju

Dato _____

Signatur _____

OPPLEVELSE AV MESTRING