

## Voksenlivet

*Si litt mer gode ord til hverandre.*

*Gi hverandre en klem.*

*Det skal du huske på.*

*For det kommer du langt med.*

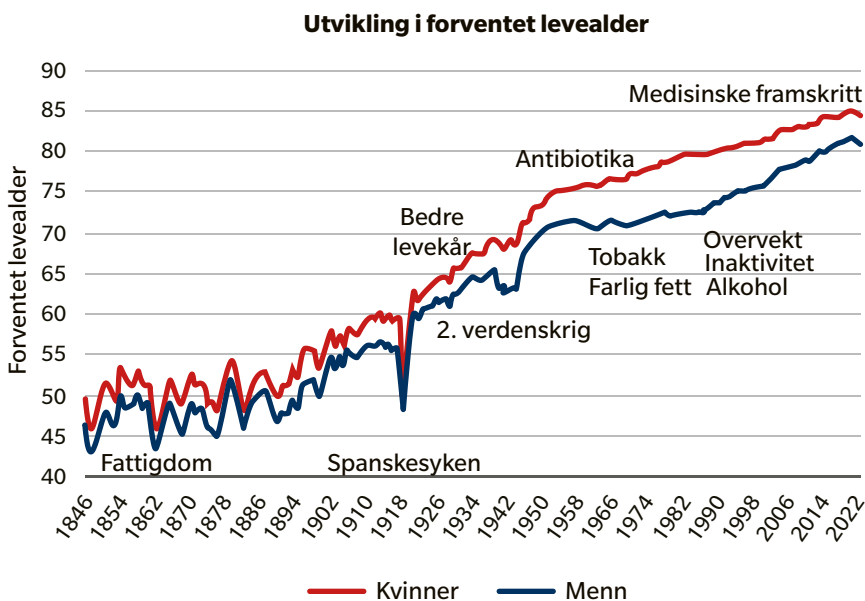
### **Vigdis**

Livshistoriene gjenspeiler den historiske samtiden (Elder, 1998), noe som også er tydelig i kapittelet om voksenlivet. I et helsefremmende perspektiv kan vi se deltakernes enorme innsatsvilje og pågangsmot, samt deres glede og stolthet over hva de har fått til gjennom årenes løp. Det er tydelig at det å være del av en storfamilie har vært en viktig ressurs i etableringsfasen av eget familieliv. Mange uttrykker takknemlighet for hjelp og støtte fra egne foreldre og andre i familien. De påpeker at det var vanlig og nødvendig å hjelpe hverandre, et verdisyn de selv har forsøkt å lære videre til egne barn og barnebarn. Relasjonelle verdier gjenspeiles i **Vigdis** sitt utsagn om å vise omsorg for hverandre ved gode ord og en klem. Vi ser konkret hvordan tidsepoken har gjort levekårene bedre både økonomisk og innen arbeidslivet med etter hvert lovfestet rett til ferie og fritid. I tillegg har fremgang også innen industri og teknologi bidratt til fremtidsoptimisme som spores i flere av fortellingene.

Til sammen har bedre levekår og utbygning av det offentlige helsevesen bidratt til å fremme deltakernes fysiske helse.

I starten av 1900-tallet talte Norges befolkning omtrent 2,2 millioner innbyggere (Melby, 2022). Det var først og fremst færre døde som bidro til økning i folketallet. I 1960 var vi blitt nærmere 3,6 millioner innbyggere. Hovedårsaken til befolkningsveksten var bedre sosiale og helsemessige levekår. Rundt 1930-tallet begynte både fødselstall og spedbarnsdødelighet å synke, samtidig som den generelle levealder økte, se figuren under (Bævre, 2025).

**Figur 3** Bedre levekår og økt levealder



Forskning viser til at utviklingen av livsløpet avhenger av historiske forhold knyttet til familie, utdanning og arbeid (Elder, 1998). Selv om mange kan gjøre endringer basert på egen handlekraft, er valgmulighetene begrenset av sosiale strukturer og kulturen. Erfaringene fra barndom og oppvekst tas med inn i voksenlivet, og historiene viser til ulike muligheter og begrensninger basert på familiesituasjon, økonomi og til dels kjønn videre i livet.

Deltakerne har stått fritt til å forme sin historie. Samtidig ses det i fortellingene hvordan livet har formet dem, og hvordan ulike erfaringer har bidratt til deres innstilling til livet som voksne og videre inn i alderdommen. I beretningen om hvem man er, ligger også en sosial kontekst fordi ens oppfatning av selvet påvirkes av miljøet vi er del av (Edwards, 2001). Danielsen (2013) skriver om livshistorier at det som kommer frem, sier mye om hvilke erfaringer som er av så stor betydning at det fester seg i hukommelsen. Hun viser til at fortellingene også reflekterer historiske hendelser, men at ens sosiale posisjon påvirker hva som kommer frem.

I historiene er det helsefremmende aspekter knyttet til en enorm innsats for å klare seg selv og ivareta sine kjære både økonomisk og relasjonelt (Eriksson, 1984/2018). Ratchford et al. (2023) påpeker at mennesker ofte gir både foreldreskap, ekteskap og arbeid en hellig eller åndelig betydning. Gjentakende tematikker er å finne i meningsfylt arbeid, familielivet, helseutfordringer og fritidssysler. Disse erfaringene fra voksenlivet preges til dels av tradisjonelle klasse- og kjønnsrollemønstre. Samtidig har deltakerne levd under en brytningstid der særlig kvinnes rolle i samfunnet har blitt endret. Dette beskrives godt av Bjerrum Nielsen og Rudberg (2006) i boken om tre generasjoner kvinner, der jenters muligheter har endret seg stort både når det gjelder utdanning, jobb, ekteskap og forholdet mellom foreldre og barn.

Perspektivene på åndelig helse videreføres fra barndommen. Jeg vil vise til at deltakerne virker tilfredse med deres samlede livserfaringer, såkalt *fullness in life* (Sagberg, 2008). Dette innebærer opplevelser av glede, kjærlighet og lykke, samt det å finne en dypere mening eller hensikt i livet. I tråd med egen forskning handler det om å utvikle ens personlige verdier og overbevisninger, og å føle seg forbundet til seg selv og til noe større enn seg selv (Rykkje et al., 2011, 2013). Deltakernes fortellinger belyser hvordan de bruker egne evner og forfølger sine interesser, engasjerer seg i familie og i meningsfulle relasjoner, samt bidrar til samfunnet gjennom karrierevalg, frivillig arbeid eller andre aktiviteter. Det er variasjoner i hvordan deltakerne uttrykker sin tilfredshet med livet, og de åndelige helseressursene stiger frem som viktige for trivsel og lykke (VanderWeele, 2017) i ulike faser av livshistoriene.

## Ungdomstiden og overgangen til voksenlivets krav

Livserfaringene fra barne- og ungdomstiden har en flytende overgang inn i voksenlivet (Danielsen, 2013). Jeg starter med konfirmasjonen som fra gammelt av har blitt forbundet med å tre inn i voksenlivet, slik **Valborg** uttaler: «Då var du rekna med i de voksnes rekker kan du si». Fortellingene speiler vårt samfunn og de store endringene som har skjedd i løpet av 1900-tallet. Norge innførte i 1736 obligatorisk konfirmasjon der hensikten var å sikre innbyggere med høy kristen moral. Tvangsparagrafen forsvant først i 1912, og i 1920 endret innholdet seg fra en løfteavleggelse til en ren velsignelseshandling (Dahl, 2017). Betydningen av konfirmasjonen stiger frem i livshistoriene, noe som også gjenspeiler hvordan kristendom var en selvfølgelig del av samfunnet. Dette ser vi tydelig i **Fredrikkes** fortelling:

*Det var no veldig fint da ... born og ungdommane me samlas ... oppfor huset vårt oppå bakkane. Det var helst om søndagane, og bror min han lærte seg å spela gitar han. Og da tok han den med, også song me gamle bygdesongar. Så det var veldig gøy altså ... Men, så tilbake til nokon år tidlegare, da skulle eg få lov å være med dei eldste syskena mine på søndagsskulen. Og den låg nede ... nesten nede med sjøen. Og der måtte me altså ned disse bratte liene ... og det var jo ikkje veg, det var jo berre ein sånn sti, svingar, og så klatra me øve gjerdet dar ved sidan av jernbanen også lytta me veldig godt etter, kjem da tog no? For me hørde det dunka i skinnene når toget var ventande. [...] Og ja, me var no mange ilag tå fleire gardar der inne ... Me byrja vanlegvis når me var fire år. Og så gjekk me til me var fjorten år, kan du tenkja deg ein flokk? Og da ... byrja jo dei som var fjorten år for presten, så det var aldri protester, veldig løye. Kva slags heim du enn kom ifrå så var det ikkje protester, det var lika viktig så skulen, rett og slett.*

Flere deltakere nevner søndagsskole, og det vanlige var å bli konfirmert i 14–15-årsalderen. Praksisen har variert, men det var alminnelig med utenat-pugging og påfølgende demonstrasjon av kunnskapene. Konfirmasjonen ble regnet som overgangen til voksenlivet og en viktig begivenhet for den enkelte (Dahl, 2017). Om konfirmasjonen forteller de fleste at det var noe alle

gjorde. **Elbjørg** minnes: «Den gangen va me mange konfirmantar ... Fulle kjerka og ja, så det var stor stas det». Det var viktig å ha pene klær, noe det kunne være vanskelig å få tak i, og gaver var betydningsfullt selv om en ikke fikk i nærheten av så mye som dagens ungdommer får.

Selve begivenheten huskes av de fleste som et godt minne, der de var i sentrum og ble gjort stas på. Det var selskap med god mat, og flere nevner at de enda husker hva de hadde på seg og hva de fikk i gaver. Selv om deltakelse i konfirmasjon var kulturelt betinget og ikke nødvendigvis et bevisst individuelt valg, er min tolkning at det kristne verdigrunnlaget i skolen og samfunnet ellers dannet et utgangspunkt og en plattform for de unges forbundethet med indre rom og åndelige helseressurser (Rykkje et al., 2011). Dette kan være knyttet til en religion, men i Norge ses også en subjektiv åndelighet som både er basert på og frakoblet kristendommen (Sagberg, 2008). Nyere forskning peker på at åndelighet, knyttet til en religion eller ikke, synes å være nyttig i hverdagen og kan fremme helse i ungdomstiden ved at de åndelige helseressursene bidrar til å minske psykiske lidelser, som stress, angst og depresjon (Borges et al., 2021).

Overgangen til voksenlivet er en brytningstid. En går fra å være barn til å få mer ansvar og forventninger om å forsørge seg selv. Mange forteller at de tidlig ble regnet som voksne, gjerne i femtenårsalderen etter konfirmasjonen. **Liv** synes det var stas fordi «då kunne me gå på fest, og gjera kva me ville då, slik som dei vaksne gjorde». En annen som husker ungdomstiden med glede er **Turid**, som minnes at de var med på alt som skjedde, som ungdomslagsmøte, juletreffest og kirkefest i nærområdet:

*Da va alltid eitkvart so foregjekk. [...] Ungdommen va mykje lenger heima før i tida fø dei hadde garda. [...] So da e'kje sånn ... at om me sku på dans so va'kje da bil. Me gjekk ... men me sat på me ein, han hadde lastebil. So stod me ein gjeng og klubbheldt oss bakpå lastebilen (latter). So me va, me va med på alt slags sånn.*

I de gode barne- og ungdomsminnene peker deltakerne særlig på vennskap og sosiale sammenkomster. I dag har vi forskning som tyder på at helse og velvære knyttet til menneskets åndelige dimensjon ofte forbindes med mulighet for å utvikle og pleie relasjoner i trygge oppvekstmiljøer (Maral et al., 2024).

Det er tydelig at oppvekstmiljø, hjemmesituasjonen og foreldrene har hatt stor betydning for hvordan barne- og ungdomstiden har vært for den enkelte. Selv om en kan gjøre valg i livet, er det grenser for ens handlingsmuligheter, og noen er mer heldige enn andre med foreldre, klasse og ressurser (Thorsen, 2005). Som påpekt i kapittel 2 var **Lillian** sin barndom preget av forholdet til foreldrene. Hun begynte å jobbe tidlig, først hos en frisør, senere i en fabrikk. Hun opplevde at moren tok pengene hun tjente:

*Det var jo leit ... det var jo veldig press ... du må begynne i arbeid og tjene penger. Og når jeg jobbet på den frisørsalongen, så fikk jeg jo penger. Så hadde jeg sett et par sko som jeg likte så godt, så jeg kjøpte de. «De skal jeg ha ... mor ... det der er mine sko». «Du kjøper ikke sko uten at du spør om du får lov». «Jammen det er mine penger», hjelper ikke, «de der skoene skal jeg ha». Hun tok skoene. Og var lykkelig og glad. Det var ikke jeg ... Jo, så ble jeg jo confirmert selvfølgelig ... Det var jo veldig stor stas, sant. Jeg husker vi hadde middag hjemme og fikk noen armbånd og noen penger ... men de pengene så jeg ikke noe mer til. [...] Og ... så hadde jeg, når jeg var i arbeid, så hadde jeg spart 100 kr. Det var mye penger på begynnelsen på 50-tallet. Og der forsynte mor seg, og gav til søsteren min så hun kunne dra på ferie. Så de pengene så ikke jeg mer.*

Videre i fortellingen ser vi at Lillian reagerte på forskjellsbehandlingen ved å utagere i ungdomstiden. Hun fremstiller dette slik:

*Jaja, så ble jeg nå voksen og gikk på dans ... tullet og tøyset litt med guttene. Så var det en ... han var bilmekaniker, så han ble jeg litt småkjæreste med. Også hadde han bil ... Så var det jo disse venninnene mine ... Jaja, så gikk nå årene og jeg var sikker helt ... eller jeg kan si hundre prosent at jeg var ikke guds beste barn. For jeg var så bitter at så jeg snittet til det, så tok jeg noen penger. For jeg følte liksom det at ... ja, det der er litt mitt og ... ja ... det var mange episoder.*

En annen som beskriver en riktig tøff ungdomstid, er **Martin**. Som nevnt i barndomskapittelet ble han dårlig behandlet av sin stemor, og som ung ble

han kastet ut av hjemmet: «Eg hadde ikkje familieliv eg, eg var jo til sjøs eg, bodde for meg sjøl. Ble avvist ... ja». Som 15-åring ble det harde dager i mange måneder på *skoleskibet* og da han kom i land var han i praksis hjemløs, men han fikk hjelp av bekjente til han igjen kom i arbeid. Til tross for utfordringene ser jeg at både Lillian og Martin har klart seg bra videre i livet. Selv om det er sammenhenger mellom oppvekst og livsløpet ser det ut som at mange mennesker utvikler motstandsdyktighet (Aase, 2024), noe som igjen påvirker hvordan livet utvikler seg (Petrová Kafková et al., 2023). Det kan tyde på at positive barndomserfaringer som gode relasjoner, stabilitet og trygghet kan veie opp for det som er vondt, og at egenskaper hos den enkelte som optimisme, evne til indre ro og opplevelse av kjærlighet kan bidra til åndelig helse og velvære (Maral et al., 2024).

Det var stor grad av kjønnsdeling i arbeidslivet på denne tiden i det norske samfunnet (Melby, 2022; Bjerrum Nielsen & Rudberg, 2006). Deltakerne som er eldst har i størst grad vært nødt til å ta arbeid i huspost og hjelpe til i primærnæringene (jordbruk og fiske). Det er forskjeller mellom by og land. De som bodde i bynære strøk, forteller oftere om arbeid i butikk eller fabrikk. Det er også mange unge menn som hadde en periode som sjømann. Enkelte benyttet sjansen til å tjene penger til eget forbruk, mens andre beskriver et nokså hardt arbeidsliv. Flere forteller at de ikke fikk videre skolegang fordi de måtte hjelpe til hjemme grunnet økonomiske forhold eller sykdom hos foreldrene. Flere tok lønnet arbeid, gjerne i kombinasjon med praktisk hjelp til foreldrene. Ungdomstiden preges av den sosiale situasjonen en vokser opp i (Pedersen & Ødegård, 2021). Forrige kapittel beskrev barneskole, men mye av skolegangen gikk inn i ungdomstiden. **Tove** forteller om huspost i byen der hun var noen år, og det ble ikke videre skole:

*Nei jeg var bare hushjelp, vi kunne jo ikke være noe annet når jeg ikke hadde lært noe. Jeg hadde seks års skolegang og det var all min skoletid, og siden har jeg ikke hatt noe skole (latter). Så jeg er ikke den mest opplyste.*

Andre forteller at det ikke ble videre skole fordi de ikke besto opptaksprøven eller hadde for lite poeng til å komme inn. Selv om flere som **Frida**, **Trygve** og **Nora** ønsket utdanning, virker det som om det ble akseptert. **Signe**, som ville bli lærer, virker å være fornøyd likevel: «Æ e nå itj nå lei mæ for det i dag, for

at det itj vart no». For **Anna** ble det ikke noe av drømmen om utdanning til sykepleier fordi hun måtte i jobb, men hun er ikke bitter og har klart seg godt. Hun setter pris på livserfaringen sin og forklarer ved å henvise til et bryllup:

*Eg sku vera forlovar ... te bruro, og fann ut at eg må jo halda ein tale for henne. Da va ein der som va veldig opptatt av titlar. Så ittepå kom han og spurde kva utdanning eg hadde. «Nei, eg har ingen utdanning eg». «Jo, da e du nøydd te å ha» sa han. «Du kan ikkje halde ein sånn tale utan utdanning». «Nei det e greit da» sa eg, «eg har hatt 7 år på folkeskolen og så hadde eg 13 år på søndagsskolen, men så har eg hatt 30 år i livets skule, og da har vore ein god skule, men da har og vore ein hard skule». Då gjekk han, han svarte ikkje meir på da (latter). Så eg har komme meg fram utan utdanning, men eg seie oppatt igjen at eg har lært av livets skule, den har lært meg masse, og da e erfaring som er verd å ta med seg.*

I likhet med Anna virker det som at deltakerne vektlegger rike erfaringer og meningsfulle liv, til tross for at de ikke fikk drømmene oppfylt. Dette ses i deres tilbakeblikk over hvordan livet ble i neste kapittel, og at deltakerne virker generelt tilfredse med deres samlede livserfaringer (Sagberg, 2008).

Det som var mest utbredt, var å utdanne seg til praktiske yrker. **Margit** var en av få i bygda som tok frisørutdanning, men det var ikke helhjertet støtte fra foreldrene: «Nei, sånn så far min ville jo gjerne at eg skulle stått i butikken, men altså det hadde eg aldri lyst til». Hun reiste til byen og ordnet selv lærlingplass. **Jens** poengterer at de fikk høre at det er viktig å gå på skolen, og at en måtte ha utdanning for å få jobb. Selv ble han mekaniker. Det ses tydelige kjønnsforskjeller basert på normene for arbeidsdeling i samfunnet. **Harald** sier:

*Far mente at rørlegger var et sikkert og bra fag. Og det ble derfor yrkesskolen ... Det var den gang vanskelig å komme inn på rørleggerlinjen og etter alt hell, vet ikke hvorfor, det stod mange i kø, men så kom jeg inn på skolen og der startet min yrkeskarriere som jeg aldri har angret på.*

Det er mange som forteller om en arbeidsdeling der det var mannen som var i arbeid utenfor hjemmet. Dette preget nok mulighetene for utdanning

og yrkesvalg. Mennene nevner militæret, arbeid på sjøen og yrkesfag, mens kvinnene ble frisør, sekretær, sykepleier eller tok husstell. Begge kjønn ble lærere, enkelte tok handelsfag, og flere driftet gård eller ble selvstendig næringsdrivende.

Det varierer imidlertid i hvilken grad deltakerne fikk mulighet til å ta lengre utdanningsløp, og her ses tydelig betydningen av foreldrenes økonomi og holdninger til utdanning. **Petra** lykkes ikke i drømmen om å bli sykepleier og jordmor. Foreldrene ble syke, og hun ville ta vare på dem. Hun sier likevel: «Ja, også ble jeg jo ingen av delene, men det var det samme, jeg har hatt det veldig godt». De fleste virker å være fornøyd med de valg som ble gjort. I tilbakeblikket sier **Borghild** om å bli frisør: «Det var bare topp, du vet, det var jo håndverker jeg var, så det var jo alle tiders, så hadde jeg skulle begynt om igjen, så hadde jeg begynt på det samme». Flere virket fornøyd med å prioritere familien fremfor studier. **Ingrid** hadde tenkt på videre lektorutdanning, men sier: «Så fant jeg ut at det tar så mange år å bli ferdig at jeg ville, at vi ville begynne å stifte familie og leve. Også faktisk, jeg syns at det valget har jeg ikke angret på». Mitt inntrykk er at deltakerne hadde et pragmatisk syn på livet og tok mulighetene som bød seg. Samtidig verdsatte de familien og satte andres behov først. Jeg ser dette som kjærlighet i forbundethet og verdien i å bry seg om hverandre (Rykkje et al., 2011). Dette tyder på at deres gode barndomsopplevelser med takknemlighet, samhold og tette familieband har bidratt til opplevelse av åndelig velvære og helse i voksenlivet (Maral et al., 2024).

Deltakerne med høyere utdanning opplevde god støtte fra foreldrene. En av dem er **Per**, som forteller at både han og tre brødre tok høyere utdanning. På den tiden var det opptaksprøve til gymnaset, og han trodde ikke han ville bestå. På tross av dårlige skriveferdigheter kom han inn og sier: «Då blei æg så glad». Han minnes at en lærer fortalte at han var den med «den styggaste skrifta som er kommet inn». Han oppnådde likevel mestring og gikk videre til lærerskolen, og det har han ikke angret på. Flere viser til at de lykkes med skolegang på tross av lærevansker. **Magnhild** forteller at hun leste flott, men forstod ikke grammatikk og strevde derfor i skolen. Hun følte seg «dum», men gikk likevel videre på lærerutdanningen: «So sa dei at da va dysleksi, men dei tok ikkje notis av da. Eg va formingslærer, so dei brydde seg ikkje om da. Og dei kalla meg berre for klisterhjerne (latter)». Også **Ivar** forteller om strevsomme år på skolen, særlig i språkfag fordi han hadde «ordblindhet». Når det ble tatt hensyn til at han hadde dysleksi, lærte han fagene, og han

gikk videre til realskole og bemerker med en latter: «Og det var jo et Guds under i utgangspunktet!» Etter realfag tok han handelsutdanning på college i England. Det å lykkes med utdanning tenker jeg har bidratt til at arbeidet ble et verdsatt formål i livet, noe som igjen har bidratt til livstilfredshet som er assosiert med helse og et langt liv (Masters et al., 2023).

**Gerd** er blant flere kvinnelige deltakere som tok sykepleierutdanning. Hun sier det ikke var vanlig for jenter på bygda å ta utdanning, og at en reiste vekk for å studere. En annen som ble sykepleier, er **Kristine**. Moren støttet at datteren skulle få utdanningen hun ønsket, og da Kristine var 18 år, startet hun på sykepleien i Oslo. Hun forteller reflektert i fra tilbakeblikkene fra skolen:

*Eg var veldig idealistisk den gongen, slik man er i den alder; skulle redde heile verda. Men eg fekk mange gongar på trynet og begynte å sjå på verkelegheita. Første sommarferien blei eg sjuk og låg ei veke heime, og då kom mor igjen og spurte om detta er det eg verkeleg har lyst til. Då tenkte eg att og fram og fann ut at ja, det er dette eg vil. Då hadde eg nemleg blitt kalla inn på rektors kontor og ho sa at det har kome klage på meg fordi eg sa ikkje DE til pasientane. «Ja, men eg har ikkje det på dialekten min», sa eg. «Nettopp. Du må legge om dialekten og snakke slikt at folk forstår deg». «Ja vel, då får eg prøve». Og det gjorde eg, gudane veit at eg prøvde. Men eg fekk det ikkje til ... det funka ikkje. Nei, det virka ikkje bra på meg. Eg blei lei meg, annleis og det var ikkje forandring eg likte. Dette var ei av dei tankane eg tenkte då eg låg heime og kom til bestemming om å reise tilbake; enten får dei godta meg sånn som eg er eller då sluttar eg! Så reiste eg ned igjen og bad om å få snakke med rektor og eg sa kva eg hadde tenkt. Ho svarte at sjølvfølgeleg skal du få fortsette!*

*Arbeidet som sykepleier har preget henne: Eg opplevde også det første året at eg treng pasientane like mykje som dei trenger meg. Det var ei lita openbaring altså. Eg hadde liksom tenkt at eg stod der oppe og skulle liksom hjelpe stakkarane der nede. Og då forandra livet seg og det blei enklare på mange måtar, meir realistisk på ein måte. Eg slutta å ta jobb med meg heim. Det blei betre i alle fall for meg og sikkert for pasientane også. Kommunikasjonen og grunnlaget for å vere på jobb vart annleis. Når eg tenkjer at*

*eg var så ung, så var det vel i grunnen ikkje så rart at ein var litt høgt i skya. Og når man tenkjer på sjukepleiarskulen blei du no fora litt med kalltankane og alt detta styret der, og det motarbeidde jo ikkje denne luftige haldninga. Men på sjukehus var det annleis. Der var du på jorda. Men det var god ånd både på skule og sjukehuset og eg stortreivst.*

Fra **Kristines** livshistorie ser vi at barndommens selvstendighet gav henne mot til å snakke med rektoren om det hun tenkte. Samtidig har det hun lærte om seg selv på sykepleierutdanningen gitt motstandskraft til å håndtere senere utfordringer i familie- og arbeidsliv. Datidens utdanning bar preg av en kallstradisjon som preget elevenes forhold. Det var forventninger om et nøkternt liv, disiplin, omtanke for medmennesker og forpliktelser til arbeidet. Det var lite fritid, og de fikk ikke lov til å gifte seg (Karseth, 2000). Forventningene til yrket som et kall kan spores videre i sykepleiernes senere liv. Blant annet ses dette i historien til **Alfhild** som ble diakonisse. Se detaljer om ungdomstid og utdanning i Tabell 3.

## Betydningen av kjærlighet og familieliv

Seks deltakere er enslige (ugifte), og ingen oppgir at de er homofile. Det å ikke ha egen familie oppleves ulikt. I neste kapittel kommer jeg tilbake til hvordan det preger **Oomaar** og **Jens** i alderdommen. Flere enslige oppgir at jobben har gitt mening og glede igjennom livet, samt fritidsaktiviteter og god kontakt med venner, søsken og deres familie. **Alfhild** vektlegger arbeidet som sykepleier og diakonisse:

*Ja eg har jo ikkje hatt verken mann eller barn ... men eg syns eg har hatt det veldig godt. Eg har hatt gode venner og spesielt ei god venninne, og det betyr mykje i kvardagen. Og så har eg jo engasjert meg i syskena mine. Dei gifta seg og fekk born og det syns eg var veldig kjekt. Så eg hadde jo nær sagt ikkje kunne engasjert meg so fullt og heilt i arbeidet viss eg hadde hatt mann og barn heime.*

*Ikkje på den tida. Det er vel blitt lettare no. Men eg syns eg har hatt det veldig godt. Eit godt arbeidsliv og eg har det godt no når eg er pensjonist. Det har jo vore sagt at diakonisser ikkje fekk gifte seg, men det er ikkje riktig. Vi blei nok fortalt at det ville vere vanskeleg å engasjere seg fullt i arbeidet dersom vi hadde mann og barn heime, og det er mi erfaring også. I vertfall på den tida. Der var dei som gifta seg, og dei forsvann ofte litt frå arbeidsplassen. Det blei for tungt å engasjere seg både på arbeid og heime.*

Det å kombinere småbarnsliv og yrkeskarriere kunne nok være medvirkende til at noen valgte å være single i datidens samfunn. Det er mulig at enslige og barnløse deltakere har tillagt arbeid i større grad en hellig eller åndelig betydning. Yrket blir en meningsbærende dimensjon i livet (Ratchford et al., 2023).

Det var imidlertid vanlig å bli gift, slik de fleste deltakerne forteller om. Flertallet er på intervjutidspunktet blitt enke/enkemann. Det er kun **Kristine** som ble enslig etter en skilsmisse. En annen som ble skilt er **Ivar**. Han giftet seg på nytt med barndomskjæresten og beskriver det første møtet slik: «Det tok meg kanskje ... 20 sekunder før jeg visste, at det skulle bli oss to ... resten av livet». Det er mange historier om ulike veier til kjærligheten. **Per** møtte sin kone da han flyttet til byen. Hun var også lærer, og de hadde felles venner. Det var hun som tok steget og sendte ham et brev en sommer, da hadde de ikke hatt kontakt på en stund:

*Så fekk æg eit brev frå ho, og der skreiv ho blant anna det at ho kunne greie seg uten, men ho ville gjerne være sammen med meg. Og så skreiv æg eit brev til henne igjen. Veit du kå ho gjorde med det? Ho gjømte det i nattbordet så lenge ho levde. Men då tenkte æg litt på det: Kå er det æg helde på å miste? Og så blei det veldig greit.*

Flesteparten fant ektefellen i nærmiljøet, slik som **Arne** som giftet seg med barndomskjæresten og bemerker: «Så viser det seg at det har vært et kjempekupp». Det var ulike sosiale treffsteder som juletreffest på bedehuset, ungdomsklubben, nærbutikken og bryllup. Mange møttes på dans eller ball, mens noen traff sin ektefelle under studietiden eller gjennom jobben. Med **Hildur** sin historie vil jeg beskrive et typisk eksempel på et langt samliv:

*So kom eg heim att og trefte mannen i mitt liv og gifta meg. Ein mann som eg hadde kjent alle daga (latter). Heilt si'ò eg var liten. Han kom ifrå nabogården. Men eg hadde ikkje truidd da skulle bli oss likavel. Han var fire år eldre so meg. Han begynte å springa etter meg so eg lurde på kva denne vaksne mannen ville med meg (latter). Og sånn vart da, og da har eg aldri angra på. Me hadde vore gift i 66 år den dagen han blei begravnen. So me fekk vera ilag i mongen år. Men me var no lengre ilag enn da, var no hvørtfall ilag i 70 år, men da skal vel ikkje seiast so høgt (latter).*

Det var vanlig å være forlovet en periode. De fleste var unge og noenlunde jevn-gamle med kjæresten, men mannen var gjerne noen år eldre (Selmer-Anderssen, 2018). Mange giftet seg i samme tidsrom som en av partene var i militærtjeneste eller i utdanning. **Elbjørg** reflekterer over hvor bra det gikk tross ung alder: «Ja, me va litt for unge. Atten og nitten år. Så, men det har gått veldig bra ... Me hadde et veldig godt liv sammen». De aller fleste ble tidlig gift og holdt sammen livet ut.

I deltakernes tilbakeblikk ses den store betydningen et godt ekteskap kan ha for den enkeltes helse og velvære (VanderWeele, 2017). **Rolf** vektlegger støtte fra familien mens han tok utdanning, og han roser konen for å være flink til å arrangere familietreff og lage mat. Videre peker han på at konen er mer avbalansert, noe som har bidratt til at de har hatt det bra sammen:

*Hun tar alt fint, jeg er ikke enkel, jeg er relativt snill, men jeg er litt mer sånn ... hun er helt stabil. Jeg er ... kanskje mer temperamentsfull ... men innerst inne er jeg ikke så verst, nei.*

I tråd med Rolfs gode barndomserfaringer, der han spesielt nevner lek og vennskap, kan vi se at åndelige ressurser har bidratt til selvstendighet og evne til gjensidig kjærlighet (Rykkje et al., 2011; McLoughlin & Kristjánsson, 2024). Dette bidro trolig til selvinnsikt og var til hjelp i samlivet. Flere deltakere viser til et godt samarbeid i parforholdet, noe som jeg tenker har sammenheng med tidsånden der ekteparet hadde felles mål om å ivareta familien. Jeg ser at kjærlighet som en kraft bidrar til gjensidig omsorg i ekteskapet (Rykkje, 2018, 2019).

Det er også slik at livet ikke er bekymringsløst. Det krever sitt av begge parter for å få et ekteskap til å vare. **Vigdis** omtaler ektefellen som en kjærlig og omtenkstom mann. Hun reflekterer over hvordan de klarte å holde sammen

i over 60 år, for de kunne være uenige i mange saker. Strategien hennes var å snakke ut og ikke gå å «surmule og væra sint i årevis», det nytter ikke. Hun beskriver relasjonen i følgende tilbakeblikk:

*Han kunne være veldig sta og sånn. Og, jeg var liksom den som kanskje trakk meg litt tilbake ... Men så satte vi oss ned og prata, og han sa hva han mente og jeg sa hva jeg mente. Også ga vi hverandre en klem og så var vi enige. Når kvelden kom, og det var det alltid, om vi hadde hatt en diskusjon eller hva vi hadde, så tok vi alltid hånda til hverandre og sa «glad i deg» ... Vi kunne prate, vi kunne ha forskjellig innstilling til samme ting, men vi var aldri uvenner. Jeg kan aldri huske det, for vi prata ut med det samme også var vi ferdig med den diskusjonen.*

*Jeg har aldri likt krangel og uvennskap, det er det verste jeg veit. Så jeg har bestandig trekt meg tilbake (latter) ... Ja, men du veit, det kan fort bli sånn at det aldri går over. Men som jeg sier; vi må prate sammen og prøve å glømme. Men å glømme det kan være vanskelig. Men du får det mer og mer på avstand som åra går veit du, det er jo klart. [...] Han og jeg vi hadde det kjempefint og vi greide oss veldig bra. Og det er så gode minner å se på i dag.*

Vigdis hadde også en utfordrende start med sin svigermor, men hun ble etter hvert «godtatt». Kanskje var det opplevelsene i barndommen og det store ansvaret hun fikk i deltakelsen i gårdsarbeidet, som gav henne ressurser til å håndtere de nære relasjonene på en god måte. Jeg tenker gode barndomserfaringer, tro på egne ferdigheter og evne til kjærlighet har vært blant hennes helsefremmende åndelige ressurser (Maral et al., 2024; Ratchford et al., 2023).

I **Lillians** fortellinger var det ikke den store kjærligheten som dannet grunnlaget for ekteskapet. Jeg har tidligere vist til en utfordrende ungdomstid i hennes liv, noe som bidro til et giftermål som ikke var planlagt:

*Jeg fikk nye venninner og var vel kanskje en del for mye i byen altså. Jeg ble kalt både hore og ludder og gud vet hva altså ... Jaja, så gikk årene og så traff jeg en kar, og ... så gikk det som det måtte gå ... Jeg skulle ha barn ... og det var ikke enkelt å takle, for de som hjemme var. Så ... vi giftet oss og fikk to barn.*

Hun forteller om relasjonelle utfordringer til egne foreldre og sin mann:

*Jeg har en datter og en sønn og hun ble gullbarnet til bestefar og han til bestemor. Så jeg følte på en måte at ungene ble litt tatt fra meg ... jeg hadde lite jeg skulle sagt ... og det gjorde nok til at det bare ble sånn, for mannen min han reiste som montør ... Han var bare hjemme annenhver helg ... Og dette pågikk jo over mange år. Så forholdet vårt var gjerne ikke det beste. Det var ... jeg vet ikke helt ... vi ble liksom ikke, det ble liksom ikke slik det var ment det skulle bli. Men vi holdt nå ut i 40 år.*

Da familien flyttet til et annet sted i landet med barna, forteller Lillian at de fikk det bedre. En årsak til at hun har håndtert livets motgang er evnen til å finne hjelp og støtte utenfor familien, noe hun også opplevde under mannens sykdom. Han hadde nerveproblemer, og noen dager måtte hun være hjemme. Heldigvis fikk hun forståelse for dette og beholdt jobben sin. Sosial og relasjonell støtte er nettopp en av de viktigste åndelige helseressursene (Masters et al., 2023; Rykkje et al., 2011). Som vist tidligere har Lillian dessuten en positiv holdning til livet. Sammen med evnen til takknemlighet er dette en del av menneskets åndelighet som kan motivere til å oppnå mål og finne mening i livet (Ratchford et al., 2023).

Det å få egen familie og å få barn har vært viktig i det norske samfunnet. Dette er også et uttrykk for menneskets generativitet, som involverer to motiver: omsorg for og bidrag til fremtidige generasjoner, samtidig som en ønsker å skape varige spor (arv) til ettertiden (Derx & Pinn, 2024). Det å ha et slikt livsformål forbindes med åndelig helse og velvære (Maral et al., 2024). Hvor mange barn man fikk, virker å være delvis planlagt siden prevensjon var tilgjengelig. I perioden fra 30- til 60-tallet endret samfunnet seg fra familier med store barnekull til at kvinner fikk færre barn, og at småbarnsperioden ble en kortere fase i livet (Melby, 2022). Deltakerne var i mange tilfeller selv del av større barneflokker, men i eget familieliv fikk de som del av den nye tiden færre barn enn sin foreldregenerasjon. Flertallet forteller at de fikk 2–3 eller flere barn, og at de i dag har en stor familie. **Josefine** fikk derimot bare ett barn og sier at mange i hennes familie var lite fruktbare. Familiestørrelsen var også bestemt av naturen ved at man tar imot de barna en kan få, slik det var for **Gjertrud**, som forteller om familieforøkelsen:

*Aorete ittepao kom elstejento og aoret ittepao dar kom den mel-  
lomste og vel aoret dar itte kom vetleguten, du kan tru da va  
travelt ... Ja slik vatt da, hadde da laga seg slik sko da ha vå so  
mange fleir, men da e'kje alt me rår øve her i veri.*

Det virker som at det var bra ansett å ha en relativt stor familie. De som ikke har egne barn, vektlegger kontakt med storfamilien. Flere har tette bånd til søsken og deres barn og barnebarn, for eksempel **Kari** som beskriver hyppige besøk hjem til egne foreldre og treff med søsken og storfamilien: «Ja, vi har hatt et fantastisk godt forhold alle vi imellom oss». Det er også noen barnløse blant de gifte deltakerne, slik som **Agnes** og **Turid**. Heller ikke **Rigmor** og mannen fikk barn, og de ble tilbudt en legeundersøkelse for å finne årsaken:

*Vi diskuterte det meg og mannen min. Også fant vi ut at, nei det vil vi ikke. Vi hadde det bra. Vi fant ut at kanskje en dag vi var sure, og da ville vi klandre hverandre hvis vi viste at en av oss var skyld i det. Vi vet ikke hva som gjorde det, men vi har levd livet bra uten. Vi var lykkelige sammen.*

Det er ulike årsaker til barnløshet, men det ser ut som også dette aksepteres som del av livet. De som ikke har egne barn, vektlegger det relasjonelle i parforholdet og relasjoner med venner og andre i storfamilien (Rykkje et al., 2011; Rykkje, 2018). Litt senere kan vi se at Rigmor også omtaler at hunden var spesielt viktig for dem, siden de ikke fikk barn. Det ses også en sårbarhet i alderdommen for ensomhet når en ikke har barn og ektefellen dør.

De gifte deltakerne forteller i stor grad om den første tiden der de etablerte seg som familie. I fortellingene legges det også vekt på valg av bolig, noe som knyttes til familiens økonomiske ståsted. **Ragnhild** og mannen bodde trangt i en liten kjellerleilighet til en de var i familie med, og det var smått om penger. Etter hvert fikk de bygget eget hus. Det å forsørge en familie var en utfordring: «Ei veka måtte eg kjøpa vaskepulver, og ei veka måtte eg kjøpa mjøl. For me hadde ikkje råd til å kjøpa begge deler, eller da som me trengde kvar dag. Men me hadde da veldig, veldig kjekt». Ragnhild påpeker at ingen hadde mye penger på den tiden, og nevner spesielt vaskemaskinen hun fikk råd til ved å selge plagg hun strikket selv. Fellesskapet ved at dette var normalt kan ha påvirket motivasjonen til å stå på, og deltakerne erfarte også en forbe-

dring i levestandard. Særlig vaskemaskin blir nevnt av flere som en stor hjelp. **Signe** er blant dem som påpeker at vi lever i en annen verden i dag der ting er mer lettvin, for eksempel knyttet til klesvask:

*Vi va borti ælva og vaska klea da vett du ... Va ei stor gryt som vi fyrst oppunder. Koka da. Når det va vatn i ælva så va det greit nok det (latter) ... Strevsomt, ja. Vi ha det godt i dag ... Nei, dæm veit itj det dæm som væks opp i dag. Enn vi som har levd et langt liv og som ha prøva litt av kvart.*

Det å etablere seg som familie i datidens samfunn bar preg av en ny tidsånd der de nygifte ønsket å bo i egen bolig. Tidsånden viser at det var økonomisk fremgang, og flere viser en fremtidsoptimisme. Denne egenskapen til å forvente gunstige utfall i fremtiden forbindes med psykisk helse og et godt liv (Masters et al., 2023).

Fortellingene om familielivet skiller mellom rollene som far og mor når det gjelder mer praktiske forhold som arbeidsdeling og ansvar. I dagens Norge får både menn og kvinner fødselspermisjon, noe som gir et helt annet innhold og forventninger til farskapet (Solberg & Glavin, 2018). Fedre var tidligere i mindre grad anerkjent som en viktig omsorgsperson overfor barna. **Arne** peker på at det var annerledes å få barn i den tiden, og det var lange arbeidsdager:

*Vi som var i jobb merket ikkje til små barn for vi var jo i jobb nesten hele døgnet. Eg kunne jo gjerne komme igjen klokka sju om kvelden og dra tilbake klokka ni og komme igjen fire om morgenen. Eg måtte jo det ... Vi måtte gjøre nokke for å få nokke.*

Ifølge Danielsen (2013) var den maskuline identiteten også knyttet opp til deres forsørgerevne. En som reflekterte over dette, er **Erling** som sier han fikk spørsmål om han var i stand til å forsørge sin kone. Han var mye borte i jobbsammenheng. Flere lurte på om ekteskapet ville holde, men det gjorde det. Også i kvinnes fortellinger vektlegges trange økonomiske kår, men fokus er på husarbeid og barnestell. Flertallet bekrefter at det var vanlig å være husmor, og at det var få alternativer til dette (Melby, 2022). En som fremstår som svært tydelig i betydningen av å være hjemme med barna er **Hildur**. Hun mener bestemt at det var riktig å passe sine egne barn:

*Eg var no ikkje i arbeid når ungane var små. Da e kanskje den største forskjellen på før og no. Eg hadde aldri kunna jobba når ungane var små. Da e heilt fjernt for meg. Eg hadde aldri gått i frå ungane. Da hadde eg ikkje. Da e barnehagane som oppdrar ungane i dag. Foreldra ser lite til dei sjølv. Tenk om morgningen, dei skal tidlig opp. Eg meina at meininga med å få unga e å oppdra dei sjølv. Nei, sånn sett so var da bedre før i tida.*

Mange delte synet på at det var riktig at mor var hjemmeværende. **Margit** synes imidlertid at småbarnstiden var litt trasig fordi det ble ensomt når mannen jobbet på båt og kun hadde en fridag i uken. Andre forteller i likhet med **Signe** at de trivdes med å være hjemme med barna. Småbarnstiden ser hun tilbake på som en travel, men fin tid, selv om hun som ung hadde et stort ansvar og var mye aleine:

*Når æ va alein, det va så æ ha meir ansvar egentli da. Æ va nå itj så gammel da, vet du, men æ vart nå klar tå det ansvaret. Det va nå sekkert. For ... Vess det va nå, så mått man grei sæ sjøl. For, alternativa va nå itj dær da. Når kailn va feskar.*

Også **Anna** synes det var strevsomt å være alene med oppdragelsen, men hun ser at det betaler seg i god kontakt med familien: «Eg får veldig møkje igjen frå dei alle sammen». Kvinnene legger vekt på at innsatsen deres i familien skaper en sosial kapital, og flere ser tilbake med stolthet over å ha vært tilstedeværende for barna sine. **Nora** er en av dem som er opptatt av å ivareta alle i familien, og hun sier hun er glad for at hun var hjemme med barna da de var små:

*Det var en tid som eg er så glad at eg fikk med meg, for det var bare en helt ubetalelig tid, å vite at du var hjemme og du var til stede når de kom fra skolen.*

Videre reflekterer Nora over at de har fått mye besøk av barnebarn under oppveksten, og hun bemerker betydningen av at de kommer av egen vilje: «Det der at de fant på av seg sjøl at de skulle, hadde lyst til det, vi behøvde ikke spørre de, men de kom uansett». Et viktig verdigrunnlag hos flere av deltakerne ses i at de har gjort en innsats for egne barn som gjør at de opplever at familien

ivaretar dem, ikke utav plikt, men utav oppriktig glede og kjærlighet (Rykkje, 2018). Gode relasjoner er helsefremmende gjennom hele livsløpet, men særlig inn i alderdommen. Se mer om ektefelle og familie i Tabell 3.

## Et langt arbeidsliv til glede og besvær

Forbundethet til samfunnet gjennom arbeid er et viktig åndelig aspekt i voksenlivet (Rykkje et al., 2011), enten det er som husmor, arbeidstaker eller selvstendig næringsdrivende. Å arbeide har vært ansett som en dyd i Norge, påvirket av protestantisk arbeidsmoral med vekt på hardt arbeid, disiplin og sparsommelighet (Ratchford et al., 2023). Arbeidets nødvendighet kommer frem i de fleste historiene. **Agnis** påpeker at gjennom arbeidet ble de tidlig selvstendige, noe som har bidratt til mestringsopplevelse. Arbeidsmoralen ses også hos **Wenche**, som tidlig måtte forsørge seg selv:

*Den gangen da jeg var ungdom da måtte vi i jobb, det var ikke noe sånn som mor sa ja nå kan du begynne på skole, hva er det du har lyst å bli, nå har vi penger til at du kan gå på skole ... Nei den gangen måtte du ha en jobb og sånn var det med venner av oss og du måtte ut i yrkeslivet. Vi syntes ikke det var rart heller for det var helt naturlig.*

Det er et variert arbeidsliv deltakerne beskriver. De fleste forteller at de startet tidlig i lønnet arbeid og har hatt et langt arbeidsliv. Blant kvinnene er det hovedsakelig de ugifte som forteller om lange yrkesliv, slik som **Kari**, som var på kontor, og **Olga**, som arbeidet som sykepleier. Det er tydelig at livsvilkårene har preget deres syn på arbeid som nødvendig for livsoppholdet. Trolig har også kulturarven fra en protestantisk arbeidsmoral (Ratchford et al., 2023) påvirket verdigrunlaget deres.

I refleksjonene omkring yrke virker mange fornøyde med valgene de har gjort. Det var lange arbeidsdager, og selv om mange forteller om et slitsomt liv, tok de gjerne initiativ til å finne en jobb de trivdes med, slik at det ble lystbetont på tross av hardt arbeid. For begge kjønn fremstår arbeidet som nødvendig for

å dekke de økonomiske behovene, og indirekte ses en sammenheng mellom meningsfullt arbeid og mening i livet (Romney et al., 2024). Dersom arbeidet er en dyd og den enkelte engasjerer seg slik at strevet bidrar til å oppfylle ens mål og mening i livet, anser jeg arbeidsmoralen som en åndelig helseressurs. Det å oppnå en stabil økonomi og forsørge seg selv eller sin familie kan dessuten bidra til tilfredshet i livet og slik være en helsefremmende ressurs som gir trygghet og åndelig ro.

Forsørgeransvaret for både familie og seg selv var til stede tidlig i livet. Deltakerne handlet i tråd med datidens tradisjonelle normer (Thorsen, 2005). Samfunnsforskere påpeker at kvinnekamp førte til at jenter fikk tilgang til de fleste utdanninger og yrker. Det ble allmenn stemmerett i 1913, adgang til statlige embeter i 1912, og likestilling av ektefeller i 1927. Til tross for dette og synkende fødselstall i familiene, fortsatte arbeidslivet å være kjønnsdelt. Man så heller en økning i andelen registrert som husmødre i offentlig statistikk frem til 1960 (Melby, 2022). Norsk likestillingspolitikk vokste frem først på 1970-tallet med lov om barnehager, selvbestemt abort, likestilling og permisjon i forbindelse med barnefødsler (Østerud et al., 2003).

Fortellingene viser at mannen oftest ble ansvarlig for familieøkonomien, men hos begge kjønn ses en stå-på-vilje for å få endene til å møtes. **Arne** reflekterer i sitt tilbakeblikk over arbeidslivet og arbeidsfordelingen i hjemmet:

*Etter at mor fikk første, var hun hjemme med barn. Helt til vi kjøpte dette huset. Vi måtte klare oss på den ene lønnen. Men når vi kjøpte huset måtte hun få seg en jobb og då begynte hun som vaskedame hos meg. Og der var hun i 17 år sammen med meg. Så vi har opplevet litt av hvert. [...] Det var isje nokken som fikk dårlig samvittighet ovenfor ungene. Mødrene var jo hjemme.*

Ifølge Melby (2022) var det vanlig at gifte kvinner på 1900-tallet var husmødre i hele eller deler av livet, men bildet er mer variert enn det som kom frem i offisielle statistikker. Melby peker på at gifte kvinner ble oppført som husmødre i statistikken selv om de hadde noe inntekt eller var bondekvinner. I livshistoriene forteller flertallet av kvinnene om lønnet arbeid. Enkelte, slik som **Petra**, kombinerte barnepass med lønnet arbeid. En annen er **Borghild**, som jobbet i egen frisørsalong, men var hjemme når barna kom fra skolen.

Mange jobbet på egen gård i tillegg til å være husmor, mens en del også hadde noe lønnet arbeid ved siden av for å spe på familieinntekten.

Samtiden gjorde det utfordrende for mødre å være yrkesaktive, siden det først på 1980-tallet ble politisk oppmerksomhet rettet mot problemene med å kombinere lønns- og omsorgsarbeid (Østerud et al., 2003). Selv om de fleste var hjemme med barna, valgte blant andre **Erna, Ingrid og Gjertrud** å returnere til yrkeslivet etter småbarnsperioden. Også **Solveig** var hjemme en periode siden det ikke var barnehage og sier: «Eg syns på ein måte det var litt godt å vera heima med dei og dei første åra». Utsagnet viser til at også ivaretagelse av hjem og barn kunne være vel så viktig som å være yrkesaktiv. Det ses at deltakerne ofte fant mening i arbeidet hjemme, og de engasjerte seg i barnas liv, noe som bidro til trivsel og lykke (VanderWeele, 2017).

Flere av deltakerne med lengre utdanning, slik som **Olav og Nikoline**, hadde det mer romslig økonomisk. Yrkesvalg handler ikke kun om økonomi, selv om utdanning gav dem mulighet til godt betalt arbeid. **Harald** var kontrollør og påpeker at det å kunne sitt fag har vært avgjørende. Det å ha «papi-rer» på dette gav mulighet til jobbavansment og bedre inntekt. Han trekker også frem at mulighet til utdanning og dyktighet innen sitt fag, samt at hans arbeid ble satt pris på, er noe han har verdsatt høyt. Det er tydelig at å finne mening og engasjere seg i arbeidet gir grobunn for blomstring og livstilfreds-het (VanderWeele, 2017).

**Kjell** overtok en veiløs gård, der han var odelsgutt. Han beskriver krevende arbeid, men også hvordan han og kona mestret dette sammen; de bygget nytt både fjøs og hus. Han gjorde det meste selv og sier: «Tenker på det at jeg greide det». Det er en viss stolthet å spore i det å beherske slike utfordringer. Det var da som nå, ikke alltid lett å brødfø en familie på inntekter fra et småbruk. **Trygve** var også gårdbruker, men jobbet i tillegg både i veivesenet, på båt og som bus-sjåfør. Han jobbet deltid på slutten før han ble pensjonist. Han tenker tilbake på arbeidslivet: «Jeg har trivdes alle plassene for så vidt altså, men den kjekkeste var når jeg fikk styre på gården hjemme sammen med kona». Gårdsdrift var nok ikke lukrativt økonomisk sett, men Trygve satte pris på friheten ved å styre hverdagen sin selv og uttrykker glede over å lykkes med arbeidet. Forskning støtter at åndelige ressurser kan fremme velvære og livskvalitet, og en persons indre åndelige styrke kan moderere effekten av stress i dagliglivet (Tuck et al., 2006). Ved å finne mening i yrkesvalg og tøffe arbeidslivsvilkår, viser deltakerens

tilbakeblikk til åndelig vekst ved økt selvforståelse og anerkjenning av sine valg, egen arbeidsinnsats og opplevelse av mestring av livsutfordringene.

Normene for morskap i samfunnet endres over tid og preges av økende differensiering med ulike «typer» mødre; nærværende mor, fremtidsorientert mor, arbeidende mor, vellykket mor og lykkelig mor (Schmidt et al., 2023). Tidligere var moderskapet mer ensrettet, og tidsepoken bærer preg av forventningen til at en god mor passer sine barn. **Janna** hadde imidlertid en mor som var lærer og yrkesaktiv, noe som sannsynligvis påvirket hennes egne valg. Hun ble også lærer og trivdes i barneskolen. Hun bemerker: «Det var jo uvanlig at jeg jobbet ... og hadde en dagmamma». Også **Magnhild** opplevde det som utradisjonelt å være i arbeid:

*Nei, da va en skam å ha arbeide. Då va ein ikkje skikkelige mødre. Men eg hadde ei snill bestemor, ho tok vare på ungene (latter), når det ikkje va fleire enn to så (latter). Men det va ikkje nokke æra å vera i jobb.*

Det er flere som tydelig forteller at de ønsket å jobbe for sin egen del, for eksempel **Rigmor** som sa fra til sin mann at hun ønsket å forsørge seg selv. Også **Nikoline** synes det var viktig å være i jobb. Hun fremhever at hun er glad for at ekteparet ikke fikk barn med en gang:

*Me hadde 4 år uden ungar, og ... dei var heilt fantastiske! Me hadde bil, det hadde mannen min før me gifta oss, me kjørte ... reiste på helgeturer, og på sommerferier og var i fra nord til sør, og hadde det heilt utrolig! I motsetning til disse venninnene mine så gifta seg, og alle var gravide, og så var heima og busste på kvar sin unge. Eg trur'kje dei misunte oss altså, men me levde et helt annet liv.*

Svært mange av kvinnene forteller om driftighet og en livsinnstilling med pågangsmot der de mestret både arbeid og familielivet. Det handler også om å ta imot mulighetene som livet byr. For eksempel fikk **Svanhild** anledning til å undervise i norsk litteratur. Dette var under tiden hun bodde utenlands med sin mann. Hun forteller at jobbtilbudet kom nokså tilfeldig og sier: «Jeg hopper i det, vet du, jeg hopper i ting, og har kommet ned på beina stort sett, jeg har jo det». En annen dame med pågangsmot er **Ragnhild**. Hennes

yrkesaktive liv startet i en butikk da hun var sytten år. Senere fikk hun jobb i et varehus der hun var i nærmere tretti år. Staheten hennes vises i det hun får et vondt kne som må opereres, og legen mente hun måtte uføretrygdes: «Eg sa nei, da blir ikkje aktuelt, da dar skal komma seg». Ragnhild fikk lyst til å starte for seg selv med catering etter dette, noe som var hardt arbeid som likevel gav henne mye:

*Eg føle att eg satt i ... altså da gjekk rundt. Men da va'kje helg eller nåke ting. Da va arbeid, arbeid, arbeid, arbeid. Men eg fekk masse gode tilbakemeldingar på god mat, og eg likte da og eigentlig. Da gjorde meg ingenting å stå opp kl. 05 og gå på jobb. Kjekke folk og trivelig.*

I likhet med de mannlige deltakerne har arbeidet, tross strevet, vært givende for kvinnene. Det er tydelig at jobben har vært en viktig og meningsfull del av livet. Å ha fokus på seg selv og personlig vekst kan bidra til opplevelse av meningsfullheten og åndelig helse (Romney et al., 2024; Rykkje, 2014). For **Pauline** var jobben selve livet hennes. Som utdannet musikk lærer elsket hun jobben. Hun var helt absorbert i den og musikken. For de som valgte å arbeide i helsevesenet, kommer det frem at de har syntes det har vært godt å kunne hjelpe andre mennesker. Det å kunne velge ut fra interesser og hva en selv synes er kjekt gir arbeidet betydning som noe mer enn en måte å tjene til livets opphold.

I **Josefine** sine refleksjoner finner hun at travelheten med arbeid og familie har gjort henne godt: «Jeg har hatt et veldig rikt liv altså, det har jeg hatt ... Jeg har ikke hatt mye tid til å tenke på meg selv, og det er sunt». Åndelighet har betydelig innflytelse på helsen ved at en finner en dypere forståelse av seg selv, søker vekst og tillater ydmykhet og respekt overfor andre (Tuck et al., 2006). I tilbakeblikkene virker det som om de fleste finner mening i arbeidet. Derfor tenker jeg denne innstillingen har vært en helsefremmende ressurs som bidro til å mestre det som var strevsomt.

Arbeidet bidrar også til sosiale relasjoner som er helsefremmende. **Nikoline** påpeker at de fikk et veldig godt arbeidsmiljø i ledergruppen da hun jobbet på hotell, og hun fikk også tett kontakt med flere av de ansatte hun var leder for: «De var så kjekke, og så flinke, og så pålitelige, eg ble så god venn med de, eg ... Ja, det er meste ikkje ein måned der det ikkje er någen

av dei som ringer til meg». Her viser hun til noe flere har erfart, at kollegiale relasjoner kan bli til livsvarige vennskap. **Bjarne** er en annen som omtaler det gode fellesskapet på sin arbeidsplass:

*Det har vært en fenomenal flott arbeidsplass og gode kolleger og en helt særegen arbeidsplass. For det at når vi begynte i første året ... var det ... 78 timers arbeidstid. Det gikk stort sett annethvert døgn på jobb. Også hadde vi da etter 3 uker ... fri en vakt, så tre døgn fri. Og vi laget jo vår mat der inne, så du ble jo like godt kjent med de kollegaene som ... med de du bor med hjemme, du var jo så tett oppå de. Det var fine år, jeg har trivdes veldig godt der hele min tid.*

Også i vår tid er jobben en arena vi forholder oss til store deler av livet, slik at gode kolleger og gode relasjoner er viktig. Arbeidet kan bidra til meningsfullhet både individuelt og økonomisk, men også det prososiale kan bidra til mening i dagliglivet (Romney et al., 2024; Rykkje, 2014). Se mer om arbeid og bolig i Tabell 3.

## Helseutfordringer og tap som del av livet

I Norge anses helse som viktig for å sikre god livskvalitet og kunne nå sine mål. Den enkeltes humør, mestring, overskudd og energi er forutsetninger for, og uttrykk for, en god helsetilstand. Videre påvirkes synet på egen helse og sykdom av hverdagslivets sosiale relasjoner, omgivelser rundt oss, samfunnet og sosiale faktorer (Øversveen & Rydland, 2021). Deltakerne uttrykker i stor grad at de har god helse og har hatt det gjennom livet, noe de ofte forbinder med å være heldige. Det er forskjell på den medisinske behandlingen som ble tilbudt før og det vi har i dag. Det virker som at sykdom og helseplager ble ansett som en naturlig del av det å være menneske, og noe man må leve med og gjøre det beste ut av. Et eksempel er **Gerd**, som tross arvelig lungesykdom ikke har tenkt på seg selv som syk. Tvert imot omtaler hun seg som «heldig som får være så frisk». Da deltakerne vokste opp, var det å få leve et langt liv ikke noe man kunne ta for gitt. **Olav** sin bror døde av lungebetennelse,

og da han selv fikk det samme, ble han sendt til sykehuset der de mente han var for svak til å reddes. Likevel ble han operert og lungesekken drenert, og han takker Gud for at han ikke døde som barn. Åndelighet og religion kan fremme helse ved å fungere som en ressurs som legger til rette for mestring i møte med motgang (Manoiu et al., 2023). Den kristne troen er tydelig en støtte i Olavs liv, og han forteller:

*Eg skulle jo ha vore død for lenge sidan. Men eg skulle leva for eg hadde ei oppgave i livet! Når eg ser på korleis Gud har styrt; late att dører og opna dører heile veien så er det rett og slett eit mirakel. Så han leda meg ... til den jobben eg fekk ... Det var lærar og klokkar eg skulle vera (tilfreds latter).*

I løpet av deltakernes livsløp har helsetilbudet blitt vesentlig forbedret. Ved inngangen til det 21. århundret har sykdomsbildet endret seg til å bli dominert av ikke-smittsomme sykdommer og livsstilssykdommer som hjerte/kar, kreft, lungesykdom og diabetes. Samtidig har medisinsk-teknologiske fremskritt økt overlevelse for flere sykdommer, særlig innen hjerte/kar (Nordhagen et al., 2014). Et tankekors er at fremskrittene som forlenger det fysiske livet ikke tar hensyn til hele mennesket. Åndelighet kan være en kilde til mening, trøst, håp, indre fred, og et positivt syn på livet som kan gi forbedret helse og velvære (Dominguez et al., 2024).

I livshistoriene kommer det frem mange sykdomsepisoder både hos deltakerne selv, hos ektefellen og hos barn og annen nær familie. Særlig i alderdommen nevnes flere sykdommer som kreft, parkinson, hjerte- og karsykdom, astma og lungelidelser, demens og smerter i ledd og skjelettlidelser. Blant deltakerne er det flere som påpeker at arbeidet har gitt dem helseplager og slitasje over tid. **Turid** forteller om vondt i hofter og i ryggen etter et langt arbeidsliv, men sier: «Eg ikkje hatt da noko lettvindt heller ... Men ein lyte ta da so da kjeme. Kan ikkje sitja å synast synd i seg sjølv. Da går ikkje ann». Forskning viser at åndelige ressurser er en hjelp til å mestre kronisk sykdom og har en positiv innvirkning på menneskers livskvalitet og velvære (Lima et al., 2020).

Flere forteller om ulike helseplager, men det å ha en diagnose eller handikap trenger ikke være til hinder for god helse og livskvalitet. Tidlig i ungdommen ødela **Arne** ene foten i en motorsykkelykke, og han påpeker:

«Det er en ting du bør få med deg, den gang eg ødela meg så måtte man klare seg selv. Det var ikkje nokke hjelp då». Datidens tilbud var å avstive foten, men han var fremtidsoptimist og ønsket å vente, og senere fikk han operert inn kneprotese. Videre forteller Arne om at han fikk kreft i alderdommen, men sier likevel: «Selv om det har vært mye så e det jo veldig bra då». Det er flere som tenker positivt rundt egen helsetilstand til tross for sykdom. **Svanhild** får behandling for kreft, men tenker på seg selv som *frisk*. **Nora** har vært en del syk, her beskriver hun godt hvor fornøyd hun er med behandlingen for hoftene:

*Eg synes det har vært så mye hele tiden, etter eller annet, og så har eg tatt begge hoftene vet du, eg har nye hofter ... og det er jo helt fantastisk, for det var så forferdelig ondt, at enten eg lå eller satt, så var det ille ... før operasjonen ... Og fra den dagen ... fikk satt inn nytt, ha'kkje hatt en smerte ... Ja, det er et mirakel, for du aner ikke kor dårlig eg var. Alt, det var helt forferdelig. Men den var ikkje god den andre hoften heller, så når det var gått halvannet år ... så ble den og tatt. Og siden så har hoftene mine vært helt supre.*

Deltakerne har i likhet med **Petra** og **Vigdís** erfart mange medisinske fremskritt. Det kommer frem en stor grad av takknemlighet i sykdomshistoriene for den behandlingen de får for sine helseplager. Den enkeltes innstilling til livets utfordringer, fremtidsoptimisme og åndelige ressurser som indre ro og kjærlighet har stor betydning for helsen (Maral et al., 2024; Masters et al., 2023).

I store trekk er det somatisk sykdom det fortelles om. I denne sammenhengen er **Per** et unntak, fordi han forteller om psykisk sykdom:

*Då æg var 40 år då hadde æg et nervesammenbrudd. Det vil sei at æg tok på meg for mykje. Me hadde bygd hus, æg var blitt rektor og måtte lage timeplaner. Og så skulle æg til Oslo og ta sommerferier der. Så fekk æg greie på når æg kom til storbyen, at det var frå 9 til 16 kver dag heile sommeren; eg måtte ikkje forsømme. Og så fekk æg greie på at kona skulle ha barn. Og då blei det for mye. Så då, rett og slett, kjente æg at æg blei uvel, og så gjekk æg ut og så besvimte æg på gata. Og så vakna æg ikkje igjen før æg var på sjukehuset. Så kjørte æg heim med noen om fredagen. Så tenkte æg at æg skulle*

*inn igjen om mandagen. Men det var det ikkje tale om, og då gjekk der altså trekvart år som æg var heilt utenfor. Æg var så redd at æg turte ikkje gå i postkassa og hente posten. Og kunne ikkje tenke meg å begynne på skulen. Men så hadde æg ein skulesjef i byen. Så ringte æg til han, og så sa æg: «Nå har æg vore sjuk såpass lenge, nå får du prøve å finne ein annen ein i min jobb». Så tok han bussen over til meg, så kom han inn der på kontoret og sa: «Du slutter ikke før du er frisk». Det var det som i grunnen hjalp meg. Og då tok æg det som det var. Og så var det ikkje lenge før at æg var i jobb igjen, og hadde det veldig greit.*

Tidligere har jeg vist til et arbeidsliv til både glede og besvær, og at forbundethet med andre og gode relasjoner er helsefremmende (Rykkje et al., 2011). Det å få støtte fra andre, som fra sin leder som i Pers tilfelle, har stor betydning for en persons helse og velvære. Historiene er i tråd med annen forskning som påpeker nødvendigheten av et helhetlig syn på helse, og at åndelige ressurser virker helsefremmende både ved akutte, kroniske og terminale sykdomstilfeller (Tuck et al., 2006).

Videre ser vi i fortellingene at også ektefellers sykdom har en stor plass i deltakernes liv. Det er tydelig at sykdom er en type livserfaring som har så stor betydning at det fester seg i hukommelsen og fortelles om (Danielsen, 2013). En som fortsatt har mannen sin i live er **Ragnhild**. Hun forteller gråtkvalt at det var en forferdelig opplevelse i forbindelse med at mannen ble alvorlig syk, og hun fryktet at han skulle dø. Hun forteller at hun fikk trøst av helsepersonell:

*Og so var det ein sjukepleier ... Ho var berre heilt utruleg (grin). Ho satt å haldt rundt meg, og so gjekk eg ut. Så gjekk eg berre ut under detta dar skuret, dar så parkeringsplassane er. Og dar satt eg meg ned på ein benk ... Eg grein og grein og grein. Tenkte gud hjelpe meg, overleve han detta eller gjer han da ikkje. Og mens eg satt dar så var da plutselig nåken som holdt rundt meg ... Eg visste ikkje kven da var (grin). Så var det ei stemma som begynte å prata. Spurte kva da var for nåke. Og me satt dar og prata og prata. Han fortalte om alt detta. Om kossen da skulle skje, og kor bra alt kunne bli og alt muleg [...] Og veit du, eg såg jo ikkje på han, men han var ein mann. Og då såg eg når han reiste seg opp*

*at han hadde sånn ambulanse kle. Han for inn i ein ambulanse.  
Så han hjalp meg den natte.*

Også i denne fortellingen ser jeg at forbundethet med andre er helsefremmende (Rykkje et al., 2011). Helsepersonell som bryr seg om andre kan gjøre en stor forskjell, selv i de korte møtene. I sykepleien er vi opptatt av omsorg for våre medmennesker fordi vi alle er sårbare og dypt avhengige av hverandre. Omsorg er avgjørende både i profesjonell praksis og livet som helhet (Alsvåg & Martinsen, 2018).

Omsorgen er relasjonell og uttrykker seg i praktisk konkrete situasjoner. Den handler om nestekjærlighet og om å bry seg om hverandre (Rykkje et al., 2015). Hos **Solveig** ser vi at ektefellens sykdom gjorde henne til sykepleier også på hjemmefronten. Hennes mann hadde en alvorlig og arvelig blodsykdom. I tidlige år var behandlingstilbudet labert, men etter hvert fikk han plasma. Solveig ordnet med hjemmetransfusjon, og hun fikk tillatelse til å sette dette selv. Sammen håndterte de sykdommen, og mannen fungerte godt i arbeidet sitt. Solveig har hatt mye å stri med i livet og bemerker: «Det er løye med da, kva som vert kvardagen til slutt. Du må jo berre stå i da». Igjen ser vi betydningen av den personlige innstillingen en har til livets utfordringer (Maral et al., 2024). Gode relasjoner til ektefelle og barn muliggjør kjærlig omsorg over lang tid. Det å få barn blir ikke alltid slik en har tenkt eller kunne ønske. Solveig forteller at de har et barn med Downs syndrom, og på mange måter blir foreldrerollen da svært utvidet i tid; det blir en livsoppgave som ikke opphører når barnet blir voksent. Hun savner åpenhet om personer med nedsatt funksjonsevne, det har vært vanskelig å snakke med andre om: «Da var jo litt sånn å sjå andre sin reaksjon etter kvart når dette blei kjent. Da var jo ikkje så veldig kjekt for folk glodde jo og gapte ... men dette er jo sånn som du lyt heva deg over». Her er hennes refleksjoner:

*Kva skal eg sei om da? Eit sjokk selvfølgelig, men eg såg jo tidleg at ho hadde mange ressursar likevel. So ... ho har jo gått på vanleg skule og da var jo ikkje så mange som gjorde med eit såpass stort handikap på den tida. Lovverket var jo litt annleis då. Da var ikkje noko selvfølge då å få noko særleg opplæring, men me var jo då ei gruppa foreldre som jobba liksom for å kjempa fram rettighetena*

*deira då og vart jo, me fekk jo den skuleloven etter hvert. Så, det var ei litt annan tid trur eg en dei som får funksjonshemma born no. Fordi at, ja dei slepp å kjempa for desse tinga så ... Ja, no er det meir regulert ... Ho har og gått på folkehøgskule og yrkesskule og jobba no på arbeidssenter på ei avdeling som dei kallar for aktivitetssenteret. Ho har ikkje so mykje arbeidsevne i forhold til dei tinga som vert tilbydd ho no, men ho klarar seg ganske bra i leiligheten og er flink å vaska kle, men ho treng nok ein god del hjelp som ho då får. Det er jo alltid nåke å ta fatt i, både sånn reint fysisk og elles for å bedra kvardagen hennar. Me er jo alltid litt sånn nøye og føl med.*

Solveig ser ut til å trekke på sine kunnskaper fra sykepleieryrket som en styrke i dagliglivet. Hun har dessuten hatt et fellesskap med andre for å bedre situasjonen for datteren. Nordhagen et al. (2014) omtaler omsorgen for barn med psykisk nedsatt funksjonsevne som et mørkt kapittel i norsk historie med plassering i sentrale institusjoner. HVPU-reformen i 1991 hadde som formål å gi dem et bedre og normalt liv på hjemstedet.

**Frida** og ektefellen valgte annerledes og har ivaretatt sin sønn med Downs syndrom hjemme. Hun forteller at de prøvde institusjon en natt da gutten var syv år, men der gråt han og var redd, og de var ikke fornøyde med behandlingen. Frida har hatt stor omsorg for gutten som har gått på skole og i jobb, og nå er pensjonist. Det har også vært tøffe tak, og hun har ikke kunnet gå ut om kveldene og la han være alene. Hun sier: «Jeg syns man må ta hensyn, når man har tatt det på seg». Slik sett er valget også et verdispørsmål (McLoughlin & Kristjánsson, 2024). Hun setter pris på at sønnen har blitt godt mottatt i nærmiljøet: «Alle er så greie med han. Jeg har vært heldig på den måten». Å få et handikappet barn kan være utfordrende. For mange kan åndelighet motvirke stress, og åndelige ressurser kan gi styrke til å håndtere hverdagen (Boswell et al., 2006; Manoiu et al., 2023). Hos Frida tenker jeg det er verdien i å bry seg om hverandre (Rykkje et al., 2011) i de nære familierelasjonene og støtten i miljøet, som har styrket hennes omsorgsevne overfor sønnen. I tillegg har hun fra sin ungdom vært selvstendig og bemerker: «Jeg får jo si jeg har greid meg bra da, når jeg liksom tenker tilbake. Det var jo helt andre tider». Selvstendigheten og troen på egen mestringsevne tas med fra barndommen,

og det å engasjere seg i familien og føle glede og lykke gir livstilfredshet og åndelig helse (VanderWeele, 2017).

De individuelle forståelsene av sykdom, lidelse eller betydningsfulle livshendelser er forskjellige. Et fellestrekk synes å være at det å forholde seg til egen eller andres dødelighet endrer ens perspektiv eller syn på eget liv. En får en bevissthet om hvor dyrebart og skjørt livet kan være (Rykkje et al., 2011). Sykdom i familien kan ramme hardt, men noe av det verste man kan oppleve er å miste et barn. Det var flere som mistet en baby i forbindelse med svangerskap og fødsel. **Elbjørg** og mannen opplevde å miste sitt første barn:

*Det va jo ofta det skjedde den gangen når eg vokste opp, ja. Så ... men dessverre, den babyen mista me. Så, og det va jo litt trist og vondt det da. Han døde, i min mage. Det va døfødt. Så det va jo veldig trist, det va det, men me kom jo over det og da, så me fekk jo to etterpå, så da. Det gjekk jo veldig bra.*

**Vigdis** forteller at de mistet en jente på grunn av at hun hadde røde hunder under svangerskapet: «Også, blei ho født med dårlig hjerte og døde fire-og-tjue timer etterpå». For **Tove** var det litt annerledes fordi hun opplevde å miste en gutt som var ett år gammel:

*Jeg har aldri hatt fem barn på en gang, men jeg har født fem barn ... Ja, han mistet vi det ene året, og han var en pappagutt og han elsket sin far. Det gjorde jo de andre også, men han la hjertet sitt hos sin far ... Han ble bare ett år, men på den tiden var min mann mye hjemme fordi da arbeidet han rundt omkring her i byen og da fikk jo faren være i sammen med dem ... Det var ... helt forferdelig å miste han. Og det er det for alle som har måtte oppleve det. Så det var vondt å miste han, men jeg var heldig, jeg ble velsignet med fire andre flotte barn, ja. Så vi måtte jo bare leve livet videre selv om. Min mann han var mye vekke så jeg var jo alene med de andre barna hjemme.*

Det å miste et barn er alltid vondt, også om barnet er voksent. Selv om man er to om å håndtere tapet, er det noe utenkelig å skulle oppleve dette. **Erling** har opplevd å miste et barn i voksen alder og forteller at han døde plutselig. Han sier ettertenksomt: «Dæven det var et sjokk! [...] Når konen døde var

det ikkje så ... ja eg ante mer kva det var». Det er tydelig at barns dødsfall er noe av det tyngste en kan oppleve som foreldre. Både **Martin**, **Svanhild** og **Borghild** synes dette var tøft. Det er også to sterke historier knyttet til erfaring med drukningsulykker. En av dem er **Ragnhild**, som forteller med tårer i øynene om det forferdelige at sønnen druknet:

*Og da ynskje eg ikkje eit menneske (tar til tårer) at dei må gå igjennom. Fy faen for eit oppegong altså. Eg snakka med han om kvelden, og alt var berre bra. Så kom han idioten tå ein prest, ned då dagen etterpå, om morgonen. Og eg forstod ikkje nåke ting, og da som han sa då, kjem eg aldri til å glømma. Men då, eg slo, eg tok armen og berre peste te han. Eg trudde han tulla. [...] Så da var ein skikkelig nedtur. Og då sleit eg grusomt i (grin), faktisk i 3 år. Eg hadde mest lyst å berre reisa i frå alt saman. Og so skulle ... eg ver tøff kvar gong ... dei ringte her, så sa eg: «Da går fint». Mannen min begynte å gå på puben kvar einaste helg, og eg satt her. Måtte jo berre passa cateringen. Men eg hadde heldigvis ho Mari [venninne], ho var heilt utruleg ... så fekk eg jo snakka med henne. Og ho visste masse om meg, og da ... så eg kom meg. Eg gjekk jo på arbeid, men eg gjorde ikkje nåke ant. Orka ikkje å snakka med folk. Så ... ein dag ... trefte eg ho Marie [bekjent] ... so stoppa ho meg og så sei ho: «Kor går da?» «Nei, da går ikkje i da heila tatt». So ... heim att igjen, då ringte han presten ... Sa at eg måtte komma ... eg va oppe to gonger og satt i mange timer ... berre å prata med han, fekk ut alt da dar som eg ikkje kunne snakka med eit menneske om (tar til tårer). Og då synst eg at da begynte å hjelpe. [...] Men det å mista ein unge kan ikkje forklarast. Da stakk i heile meg, altså da var, off. Nei, da var grusomt. Da går ikkje an å forestilla seg korleis da var. Da var, du må detta opp i da og kjenna kor grusomt da er (tar til tårer). Men heldigvis at me fann han. Dei fann han jo igjen. Så me har jo grav. Da hadde jo våre endå verre hvis ikkje ... Men ja, da var ilt.*

Dødsfall oppleves ulikt, og alle sørger på sin måte. Prosessen kan ta kort eller lengre tid og avhenger av tidligere erfaringer og individuelle forhold hos de etterlatte (Sandvik et al., 2018). For Ragnhild ble samtaler med presten en hjelp

til å bearbeide tapet og finne måter å leve videre på. Hos **Liv** ser vi lignende sterke følelser og utmattelse knyttet til tapet av to sønner. Hun forteller at den ene sønnen druknet og ikke ble funnet, mens den andre sønnen døde to år senere i en ulykke, og han fikk de begrave. Hun beretter:

*Da var ikkje kjekt desse åra, eg huska ikkje så mykje, eg kan nesten ikkje huska at ho litla jento var liten ... Dette vil me ikkje snakka om. Men me fekk no ikkje noke sånn hjelp som dei får no, at dei skal trøsta og slik, da var no ingen som enste noko slag, da var ikkje da før. Me måtte klara oss sjølv. Ja. Og da har me no vist gjort. Ja, da har me gjort. Berre me får tida til hjelp så går alt visst. Ja, så me, da vart no ikkje da samma etterpå då, men litt, da har vore kjekt med jentena som vaks opp.*

Liv peker på at de måtte klare seg uten hjelp. Det virker som hun har klart å gå videre. Sykdom, tap og lidelse kan utgjøre åndelige vendepunkter i livet der en blir tvunget til å gjøre forandringer (Rykkje et al., 2011). I disse tapshistoriene knyttet til barns dødsfall er det sterke følelser i sving. Det ses en indre motstandskraft hos deltakerne i det at de klarer å bearbeide situasjonen slik at de også er oppmerksomme på det som er godt i livet og ivaretar de øvrige barna sine. Ifølge I. L. Bergbom et al. (2021) kan en sorgprosess gjøre det lidende mennesket oppmerksom på ønsker, kjærlighet og håp som styrker dets åndelige kraft til å leve med lidelse og fremme egen helse. Det deltakerne har til felles er evnen til å håndtere motgang i livet. I barndom og ungdomstiden utviklet deltakerne et verdigrunnlag med gjensidig kjærlighet, samhold og omsorg for andre som sentrale elementer. Dette har vært del av deres åndelige helseressurser videre i livet (McCormack et al., 2023; Rykkje et al., 2015). I Tabell 3 beskrives helseutfordringer.

## **Fritidsaktiviteter som kilde til adspredelse og avbrekk**

Denne siste seksjonen om voksenlivet handler om fritiden og de muligheter det gav at samfunnet endret karakter slik at man fikk rom for balanse mellom

jobb og fritid. Det var en internasjonal kampsak i tre tiår før det i Norge ble lovfestet 8-timers arbeidsdag (48 timers uke) i 1919 i industrien, og senere fikk de fleste andre grupper tilsvarende regler. I 1936 ble arbeidstidsreguleringen utvidet til å gjelde de fleste lønnsinntakere i forbindelse med revisjon av arbeidervernloven. Først på 1960-tallet ble det vanlig med fri på lørdager, og i 1976 ble 40 timers arbeidsuke lovfestet og er fortsatt gjeldende i dag. De fleste har imidlertid etter 1986 hatt 37,5 timers uke basert på tariffavtaler (Lervåg, 2017). I et historisk lys er det særlig arbeiderbevegelsen som var pådrivere til å innføre ferieordninger som del av forhandlinger i tariffavtaler. For eksempel ble det i 1907 innført en tariffestet uke betalt ferie i Norsk Litografisk Forbund, og deretter fulgte verkstedindustrien, offentlige tjenestemenn og andre bransjer (Arbeiderbevegelsens arkiv og bibliotek, 2018). Ferieloven med rett til tre ukers ferie ble innført i 1947, og rettighetene har senere blitt utvidet til de fem ferieukene vi kjenner til i dag.

Det er en rekke deltakere som har vært involvert i idrett, korps og andre fritidsinteresser som foreldre til aktive barn. **Hanna** forteller at hennes eldste barn begynte i skolemusikken, og hun sier: «Det gikk hånd i hånd, familie og fritidsinteresser. Vi var så nært hele tiden. Vi var så innblandet i alt». Også **Gerd** forteller at familien var mye sammen på fritiden:

*Vi hadde et godt liv i lag, vi var alltid sammen med ungene, vi brukte ikke å levne de alene. Når vi dro på besøk så var ungene alltid med oss. Ungen drev med idrett og vi deltok sammen med dem, det var med baking av kaker og selge pølser ... Det var alltid mye liv her hjemme oss hos, ungdommen kom og gikk, det var musikk på fullt og besøk utover natten, men det var bare trivelig med fullt hus. Men jeg tenkte det er bedre å ha de hjemme, enn å ikke vite hvor de er. Jeg tenkte bare at en gang blir de stor og voksne og flytter hjemmefra.*

I historiene kommer det frem hvordan deltakelse i barnas, og senere barnebarnas, fritidsaktiviteter har skapt gode og sterke bånd mellom generasjonene. Dette ser jeg som en helseressurs som tas med i alderdommen. Ved at familiemedlemmer møtes jevnlig og støtter hverandre, utvikles sterke gjensidige omsorgsrelasjoner i forbundethet med hverandre (Rykkje et al., 2011).

Det er også noen som sier de ikke hadde mye tid til fritidsinteresser. **Berta** bemerker: «Etter at eg vart gift, so var da no hus og heim». Noe lignende tenker **Erna**, som mener det var «mer enn nok» med «hus og hjem og barn» i en periode. Men hun fikk også tid til klubb med venninner, og familien var mye på turer. Det er flere som forteller om klubb, noe som ser ut til å ha vært noe kvinner drev med, selv om noen også har hatt ektefeller med i vennegrupper som har møttes jevnlig i årevis. Flere forteller om ulike typer lag, idrett, foreninger, politikk og menighetsarbeid med deltakelse både lokalt og nasjonalt i ulike sammenhenger. Det kommer tydelig frem at det var vanlig å delta i frivillig arbeid, og at dette bidro med mye glede i dagliglivet, ikke minst som en kilde til vennskap og sosialt samvær. Flere nevner også ulike hobbyer de selv har hatt interesse for, slik som naturen, tur i skog og i fjellet, bærplukking, fiske, kryssord, å lese bøker, skrive dikt, slektsgranskning, spille kortspillet bridge, lytte til favorittprogrammer på radio, delta på kultur- og musikkopplevelser, og noen få forteller om kjæledyr. For **Rigmor** har hunden hatt stor betydning, siden de ikke fikk barn. Hun forteller:

*Vi hadde hund i tretten år. Hun ble akutt syk. Hun kunne få noen piller for å leve, men det ville vi ikke ... Vi var på tur fire ganger om dagen. Jeg kjøpte en bok da vi fikk hunden. Og der sto det at hunden skal aldri lide. Vi tok henne til dyrlegen. Det ble oppdaget et stort problem med hjerte. Det var tungt, hunden var barnet vi aldri fikk. Hun fikk en sprøyte på operasjonsbenken. Min mann og jeg satt sammen med henne ... Vi begravde henne på landstedet vårt, på stedet der hun likte å ligge. Men jeg har gått videre.*

Blant hobbyene som mange fortsatt holder på med, nevner flere kryssord og lesing, samt hagearbeid for de som klarer det, og ikke minst, ulike typer håndarbeid. **Turid** har strikket mye i sitt liv og sier: «Eg lika håndarbeid. Hadde eg ikkje hatt da hadde eg vel daua (latter)». Å strikke gensere, jakker og sokker har vært nødvendig for mange, men de fleste nevner håndarbeid mer som en glede enn et strev. Det samme gjelder det å sy, som å brodere bunad eller lage klær til familiemedlemmer. Det er flere som savner håndarbeidet, og **Clara** sier noe om gleden det har gitt henne. Hun har en symaskin stående og sier:

*Det er greit å ha. For av og til er det noko som skal repareres, så då er det godt å hjelpe seg. Åja! Det har eg alltid, eg likte veldig godt å sy ... og å strikke og hekle. Men det er jo liksom med det å sy, då kunne eg sitte meg ned å slappe av og kose meg med det (smiler). Da fikk eg fred. [...] Ja, kunne eg sette meg ned med symaskinen så synes eg det var festlig ... og der kunne eg lage litt av hvert ... Eg kunne ordne litte granne kler, og det var veldig viktig.*

Å finne meningsfulle aktiviteter, bruke sin kreativitet og dyrke hobbyer kan styrke menneskets forbundethet med ens indre rom (Rykkje et al., 2011). Mange har fortsatt med sine fritidsinteresser hele livet, selv om en del aktiviteter har blitt umulige i alderdommen grunnet dårlig syn eller andre helseplager. Noen nevner idrett, og flere har hatt glede av å danse. Den enkeltaktiviteten som ser ut til å ha størst betydning for flest er musikk og sang. En rekke deltakere nevner at de har deltatt i eller fortsatt er aktive i korsang, blant andre ytrer **Vigdis**: «Sang og musikk har alltid gitt meg så mye». **Ingveig** deltok i mange år i et kor og mener det er et viktig sosialt aspekt. Flere forteller at de spiller instrumenter som piano, fiolin, klarinett eller gitar. Også **Sigurd** er musikalsk og er med i spellemannslag. Det er tydelig at musikken har gitt en rikdom som beskrives som en glede, både for de som spiller og de som lytter. I egen forskning fremheves musikk som en aktivitet som gir åndelig ro og gode følelser (Rykkje & Råholm, 2014).

I tråd med velstandsutviklingen ser vi hvordan deltakerne fikk mulighet til å bruke tid og ressurser på ferie og ulike fritidsaktiviteter. Fra tidlig på 1900-tallet har arbeidstakerforeninger kjempet for ferie og fritid. Idealet var å ha turer i skog og mark og til fjells (Arbeiderbevegelsens arkiv og bibliotek, 2018). Etter hvert var det flere som fikk tilgang til feriehjem og hytter, samt felles ferieturer. I vår tid har et stadig økende antall husholdninger tilgang til egen hytte. Det er ofte vanlig å bo i bynære områder for å oppsøke fritidsboliger på fjellet eller ved kysten (Skjeggedal et al., 2010). I historiene til deltakerne ser vi allerede fra kapittelet om barndommen at flertallet var vant med sommerferier på et landlig sted. Flere deltakere forteller at de har fortsatt å reise til slekt og venner sommerstid. **Berta** var opprinnelig fra et sted ved kysten, og hver sommer dro de på besøk dit:

*Store huset. Jada, der hadde vi det fint. Stor hage ... Ja, det er nydeleg der ... Bestefaren vår, tante og onklar, besteforeldre, som*

*budde der ... hadde stort naust og båt ... Mannen min ... han elska å fiska ... Når han hadde fri frå jobb her, så reiste han uti helgene og. Også hadde vi ein diger fryseboks, og den var full i fisk ... torsk, og lyr, og hyse, og makrell. Det var fint når det var ordentleg sommar. Så ... idyllisk.*

I historiene beskriver mange at de hadde idylliske somre ved vannet, med fiske og bading. Dette har tydelig beriket livet. Muligheten til avbrekk fra hverdagen er en åndelig helseressurs som kan gi indre ro og hvile (Rykkje et al., 2011). Det er imidlertid ikke alle som hadde mulighet til å reise på ferie og ha mange familieaktiviteter. Familiesituasjonen gjorde at Solveig og Liv reduserte aktivitetene og reiser for å mestre dagliglivet. **Solveig** sier mannens sykdom innvirket på dagliglivet, og hun reflekterer over at de ikke tok barna med på skiturer og lignende: «I vår tid med so mykje trening og trim og alt mulig sånt ... me var nok ikkje so flinke å ta ungene med på ting, for me hadde rett og slett ikkje helsa til da». **Liv** var mye alene med barna, og mannen var ofte trøtt når han var hjemme fra arbeid, og i hennes tilbakeblikk reflekterer hun over at de var lite på ferieturer:

*Han måtte få vera heima når han hadde vore så lenge vekke, men eg har snakka med ungene, dei ... sakna ikkje dette der at dei ikkje fekk reisa, men dei var ikkje begynt med da so mykje heller å reisa på ferie då. Nei, me fant no alltid på einkvart om sommaren, då var me no på bading og på tura, da var no da samma for dei kor dei var, berre dei hadde det moro ... Og ein ting som me har hatt voldsomt gleda tå, har vore biblioteket, ja, dar likte ungene å gå, og dar likte eg å gå. Ja, så da, da var kjekt.*

Deltakernes tilbakeblikk er farget av at det fra tidlig 2000-tallet har vært større oppmerksomhet på barn og unges friluftsliv og fritidsaktiviteter som del av et sunt liv og god livskvalitet (Miljøverndepartementet, 2001; Wold et al., 2020; Dervo et al., 2014). Det stiger frem som viktig å få frem at de har gitt barna en så god oppvekst som mulig. Det ser jeg som en forlengelse av foreldreskap som hellig og tilfredshet med livet. Å være en god forelder har betydning for deltakernes forbundethet med indre rom og bidrar til at livet oppleves som menings- og hensiktsfullt (Ratchford et al., 2023; Rykkje et al., 2011).

Samfunnsutviklingen har skapt et behov for rekreasjon og bytte av omgivelser som et skille mellom arbeid og fritid (Kitterød, 1988). Forandringer i arbeidsliv, bosettingsmønster og økonomi har bidratt til endringer i familienes tidsbruk. Vi ser i voksenlivet at flere har fått tilgang til egen hytte, enten i familien eller at de eier selv. **Rigmor** og mannen kjøpte hytte da de var i 60-årene. Der var de store deler av året etter pensjonsalderen, og hun har mange gode minner: «Vi hadde jo ikke barn, så da måtte vi jo finne på noe annet. Det ble blomster og maling. Vi koste oss». Dette er et eksempel på forbundethet med naturen og naturens særegne betydning for nordmenns identitet og dens gode innvirkning på helsa (Øversveen & Rydland, 2021; Rykkje et al., 2011). For **Nora** er hyttekosen knyttet til opplevelser med venner og besøk fra flere generasjoner:

*Vi har hytte oppe på fjellet, og der reiser vi veldig mye, der storkoser vi oss. Der fisker vi, der går vi på turer, og når det er varmt, men det må jo være varmt, så bader vi og. Det er jo fjellvann dette her. Men det er kjempegodt, ja i år, har vi jo vært en del der oppe, og vi har plukket kantareller ... Der oppe er vi veldig masse og har det utrolig kjekt, og har gode venner der oppe og ja i det hele tatt. Og disse barnebarna, de har vært mye på fjellet med oss og de har svømt og kost seg og ute ... og padlet og i det hele tatt. Og vi har veldig kjekke venner som vi er sammen med der oppe ... Ja det er så deilig, virkelig altså, det er det. Og vi går og plukker bær, eg er nå ikke så veldig glad i å gå bøyd og plukke de der bærene, men eg har nå vært med på det. Men det var jyslig kjekt med disse kantarellene.*

Slik sett blir hytta en arena der storfamilien kan knytte sterke sosiale bånd. De fleste forteller at de er blitt knyttet til stedet og hytten sin, og ofte går hytten i arv mellom generasjoner. **Frida** vurderte å selge hytten, men sier: «Den ene dattera min er veldig glad i hytta. Så det, da får de bruke den. For den andre dattera mi har jo hytte i Trysil, og den tredje på Hafjell». I utsagnet ser vi at det å ha økonomi til å holde egen hytte økte i takt med velstandsutviklingen i det norske samfunnet, og det er i dag færre som deler på en hytte (Skjeggedal et al., 2010).

Videre ser vi at bedret personlig økonomi har muliggjort dyrere ferier, noe som ses i deltakernes fortellinger knyttet til reising. **Petra** forteller at de valgte å selge hytta da barna ble voksne og sier: «Ungene ... begynte ... å reise til utlandet selv, og var ikke så interesserte, det var ikke så spennende å reise til Sørlandet lenger får jeg si ... Nei, da var det ... Spania og de andre plassene ... som gjaldt». Mens det tidligere var de rikeste som dro på utenlandsreiser, har masseturisme vokst frem ved at turer ble mer tilgjengelig og rimeligere. I Norden ble det generelt i befolkningen ansett som et gode å dra på feriereiser. Kitterød (1988) viser til at det på tidlig 70-tall var om lag 40 % som ikke dro på ferieturer, mens dette sank til rundt 22 % på midten av 80-tallet. Både inntekt, tilgang til fritidshus og bil, samt bosted og familiefase har vært innvirkende. I løpet av 70–80-tallet ble feriereiser vanlig, men statistikk viser at bondefamilier og pensjonister var blant de som reiste minst på grunn av dårlig økonomi eller funksjonstap i alderdommen (Kitterød, 1988).

Deltakerne forteller om til dels stor reisevirksomhet de siste tiårene. Det virker som om mange har hatt lyst til å reise tidligere i livet, men at det er først som pensjonister de har fått tid og har hatt økonomi til ferieturer i inn- og utland. **Margit** og **Clara** mener de ikke har reist så mye som folk flest gjør i dag, men begge har vært til ulike europeiske land, og Spania navngis som et populært feriemål. I internasjonal sammenheng oppfattes norske pensjons- og omsorgstjenester som sjenerøse og forutsigbare, og de skaper mulighet for at eldre kan være herre i eget liv, samt understøtter trygghet, velferd og en aktiv alderdom (Slagsvold & Sørensen, 2013). **Per** forteller følgende om sine reiser: «Me hadde 10–12 år som me reiste rundt heile verden omtrent, meg og kona. Ho var like interessert i det. Og me var på mange turer i fjellet, og hadde det veldig godt». **Ingveig** liker veldig godt å reise og har hatt flere turer til Mallorca, og hun gleder seg til å delta i barnebarnets bryllup som skal holdes i Alicante. Flere forteller at de fortsatt reiser, men at det nå ofte er barna som tar dem med på tur. **Nikoline** forteller at hun reiser litt, og skal på busstur til de østerrikske alpene; hun mener det er viktig å finne på noe og ha noe å glede seg til. **Elbjørg** mimrer om sine turer og roser barna for å ta henne med både til inn- og utlandet, hun forteller at «det lengste eg har vore, det e i Bejing og USA og Canada». I tråd med utviklingen i samfunnet ble det for alle samfunnslag vanlig å dra på turer, både innenlands og til utlandet (Kitterød, 1988). Som vi ser i fortellingene har levemåten også endret familierelasjonene ved at det

nå er barna sin tur til å invitere sine foreldre med på turer, og slik sett har familiesammenkomster fått en ny form og arena. Se Tabell 3 for detaljer om fritiden. I alderdommen har deltakerne fått god tid til familien, noe jeg kommer tilbake til i neste kapittel.

## Drøfting

Barndommens åndelige helseressurser utvikles videre i ungdomstiden og voksenlivet. Nyere forskning viser at åndelighet hos unge kan redusere stress og angst, samt styrke ens evne til å håndtere utfordringene en møter i livet. Dette gjelder særlig det å være optimistisk, ha indre styrke og ro, ha selvkontroll, og opplevelse av håp og lykke (Borges et al., 2021). I deltakerne ungdomstid ser vi at religionen er integrert i samfunnet og hvordan konfirmasjonen var en stor begivenhet. I dag anses Norge som et av verdens mest sekulariserte samfunn (Lundby & Repstad, 2018), men verdimønstre og holdninger som fester seg i de formative ungdomsårene, har en tendens til å følge folk videre i livsløpet (Pedersen & Ødegård, 2021). I egen forskning fant jeg at mange eldre beholdt et forhold til kristen tro med bakgrunn i det de lærte som barn (Rykkje et al., 2013), noe vi kan se videre i kapittelet om alderdommen. Deltakernes åndelige helseressurser er både knyttet til forbundethet til en høyere makt (kristendom) og til verdiene i samfunnet som baseres på en kristen kulturarv som er løserevet fra trosspørsmål og religiøs praksis. Mange historier handler om eksistensielle og moralske elementer i menneskets åndelige dimensjon. I tråd med en aristotelisk filosofisk tenkning, er det å være forbundet til seg selv i form av trygghet i egne verdier assosiert med unges velvære, samt det å oppleve hensikt med livet og selvstendighet (McLoughlin & Kristjánsson, 2024).

Deltakernes overgang til voksenlivet skjer på en tid med store endringer i samfunnet. Ved konfirmasjonen i 15-årsalderen ble en som regel regnet som voksen (Dahl, 2017, s. 45), slik som **Valborg** bemerket. Flere ble tidlig forventet å forsørge seg selv, men det er til dels store variasjoner i fortellingene. Det er forskjeller i aldre mellom deltakerne, noe som gjenspeiles særlig i beskrivelsene av ungdomstiden og kravene til å gå tidlig

ut i arbeid. I de tilfeller der det fortelles om at en angrer på noe i livet, er det når deltakerne omtaler ønske om en utdanning som aldri ble realisert. Deltakerne virker likevel å akseptere at det ikke ble utdanning; flere sier i likhet med **Signe** at en likevel er fornøyd og har hatt det godt i livet. Det er også flere som fikk den utdanningen de drømte om, slik som **Borghild** som ble frisør og **Per** som ble lærer. Selv om god åndelig helse og bedret psykisk helsestatus hos unge har en sammenheng, peker nyere forskning på en samvariasjon mellom opplevelse av mening og glede i livet og foreldrenes velstand (Michaelson et al., 2023). Det er tydelig at økonomi har begrenset muligheten for utdanning for mange, mens det for andre også ble mulig med lengre utdanning på tross av lærevansker. For dem som lykkes med en utdanning etter grunnskolen i tråd med det de selv ønsket, ses en ytterligere styrke til å mestre det kommende voksenlivet og en mulighet til å få bedre betalte jobber. Det er særlig tydelig blant deltakerne som ble sykepleiere at yrkesvalget har styrket dem i møte med utfordringer senere i livet.

Tapte muligheter i barndommen kunne man til en viss grad kompensere for med utdanning senere i livet, noe flere gjorde i voksenlivet. Det ses også en stor grad av både glede og aksept for de mulighetene de hadde, selv om det ikke alltid ble slik de skulle ønsket. På den ene siden ses en sorg over det som aldri ble noe av, på den annen side ses en styrke i at de har mestret «livets skole», slik **Anna** poengterer. I tilbakeblikkene reflekterer mange over valg som ble tatt og uttaler at de ikke angrer. Det kan ses i kontrast til dagens ungdom som kan ha urealistiske forventninger til perfekt helse og et problemfritt liv, og som unngår utfordrende situasjoner for å slippe det som er vanskelig, noe som igjen resulterer i negative tankemønstre og helseproblemer (Aronsen, 2024).

Fortellingene fra ungdomstiden går fort over til kjærlighetslivet og det å finne seg en ektefelle. Det er tydelig at samfunnsnormen er kjernefamilien med mor, far og flere barn. Det er ikke vanlig å skille seg, og det er få deltakere som forteller om dette. Heller ikke kommer det frem historier knyttet til annet enn de tradisjonelle parforholdene mellom mann og kvinne. På tidspunktet historiene fortelles, er det mange som er blitt enke eller enkemann. Likevel ser vi at vektlegging av båndet og kjærlighet til ens ektefelle kommer tydelig frem i veldig mange tilfeller. Ifølge VanderWeele (2017) bidrar ekteskap generelt til opplevelse av helse, lykke og livstilfredshet, og

kan gi livet mening og hensikt. Det kan oppfylle mål og verdier, samt gi grobunn for nære sosiale relasjoner og økonomisk stabilitet. **Vigdis** viser til at det å holde sammen i et langt liv krever at en tilpasser seg hverandre og skaper rom for hverandre i ekteskapet. Denne tilpasningsdyktigheten ses gjennom mange av livets faser. For de som ikke fikk barn, slik som **Rigmor**, ser vi at livet tilpasses slik at de har andre fokus som bidrar til å gi livet rikdom og glede. Livet henter innhold og betydning fra ulike typer interesser og aktiviteter, og det er store individuelle variasjoner basert på deltakernes levekår og livsforutsetninger.

Det som står frem som et fellestrekk i historiene er at familien har hatt mye større betydning i deltakernes oppvekst og voksenliv enn det vi ser i dagens samfunn. Det stiger frem hvordan familieband og samhold er noe av det viktigste i deltakernes liv. Det er som at forbundethet med andre (Rykkje et al., 2011) er «den røde tråden» som veves inn i de ulike livsfortellingene. Særlig kvinnene viser til at de verdsetter tiden hjemme med barna, og at det har gitt en sosial kapital og gode relasjoner. Til tross for at flere er enslige og noen ikke har egne barn, er mellommenneskelige band verdsatt og sentralt hos de aller fleste. Selv om det har vært strevsomt, særlig i småbarnsperioden, ses det tydelig hvordan de som har bygget gode familierelasjoner drar nytte av dette i alderdommen (Rykkje, 2016).

Deltakerne ble tidlig forventet å finne seg arbeid. Etter hvert ble formålet med arbeidet å støtte egen familie. Å få pengene til å strekke til var viktig også i ekteskapet. I de tidlige årene av ekteskapet handlet mye om å skape et felles hjem, og det var en underforstått norm at mannen var hovedforsørger (Danielsen, 2013; Østerud et al., 2003). Med unntak for enslige ble kvinner fritatt fra økonomisk ansvar. Dermed bidro det til å opprettholde kjønnsforskjellene og svekket kvinners posisjon som arbeidstakere. Arbeidslivet viser tydelig datidens normer og forventninger til kvinner og menn, en kjønnet forskjell som til dels lever videre i vår tid. Det gjenfortelles om mye og til dels hardt, tungt og strevsomt arbeidsliv. Mange fikk etter hvert utdanning og godt betalte jobber, eller klarte å skape egne firma. En styrke som ses hos flere er deres evne til å velge et yrke som de selv finner interessant, slik at det blir lystbetont tross hardt arbeid. Arbeidsmoralen har vært stor. Flere nevner at det å arbeide har vært givende og noe de selv har ønsket, mens enkelte trekker frem at det å være hjemme med egne barn er det som har vært mest betydningsfullt.

Det er imidlertid tydelig at «arbeidet» betyr mer enn selve forsørgelsen av seg selv og familien. Til tross for tap av helse forbundet med ulykker eller hardt arbeid over lang tid, ses også helsefremming gjennom det å bruke seg selv og anerkjennelse i det å være selvhjulpen og selvstendig. Arbeidsstedet er også et sted der en kan bli ivaretatt av andre. Arbeidskollegiet kan også føre til vennskap som kan vare livet ut, slik **Nikoline** og **Bjarne** viser til. Det er en rekke av de kvinnelige deltakerne som arbeidet, og de fleste forteller om dette med glede. Noen forteller at de etter eget ønske valgte å være hjemme med barna og ikke kom tilbake i arbeidslivet. Det var en forventning til at kvinnen tok rollen som husmor (Melby, 2022; Bjerrum Nielsen & Rudberg, 2006). Alle de mannlige deltakerne forteller om lange yrkesliv, og vi ser at de følger tradisjonelle normer for mannsarbeid. Selv om kvinner historisk sett har hatt stor deltakelse i arbeidslivet, har det vært typisk deltidsarbeid og dårlig betalte jobber i offentlig sektor. Østerud et al. (2003) hevder vi har hatt et av Europas mest kjønnsdelte arbeidsmarkeder. Det kommer tydelig frem at «arbeid», enten det er lønnet eller ulønnet som husmor, eller en kombinasjon, er noe deltakerne er tydelig stolte over. De er stolte av det livet de har levd og det de har oppnådd gjennom et langt arbeids- og familieliv. Ved å anse arbeidet som en nødvendig dyd som gir mening i livet, har det bidratt til trivsel og åndelig helse hos deltakerne (Ratchford et al., 2023; Romney et al., 2024; VanderWeele, 2017). Det ses særlig at det å forsørge egen familie og anerkjenne at man har mestret foreldrerollen, gir en trygghet og glede langt inn i alderdommen.

Når det gjelder deltakernes ulike valg i voksenlivet, er det tydelig at de bærer med seg en egendriv fra oppveksten, en vilje til å ta ansvar og initiativ selv. Forskning på barns åndelighet viser at forbundethet til seg selv og til andre virker å være sterke og universelle beskyttende helsefaktorer (Michaelson et al., 2023). Historiene viser at både sykdom og tap er del av livet, men det ses også helsefremming gjennom det å kunne bruke sine evner på tross av helsesvikt. I oppveksten utviklet deltakerne motstandskraft og selvstendighet i møte med livsutfordringer senere i livet. I ungdomstiden styrkes deres evne til å mestre både medgang og motgang. Fordi de fleste virker å ha høy grad av tilpasningsevne, har de evnet å møte sykdom, død og traumer (Aase, 2024). Det helsefremmende ses i at de tar bevisste valg, og at de fleste aksepterer de rammer og begrensninger de

har i sin aktuelle situasjon. Slik sett blir hverdagen, familielivet og arbeidet lystbetont.

Det er også sterkt å lytte til historier om dødsfall, ulykker og lidelse. Det er ulikt hva som fortelles og hvordan dette håndteres. Særlig har tap av barn vært en svært vond opplevelse, mens tap av foreldre håndteres på en annen måte. Både egen og nære personers lidelse og sykdom kan aktivere en åndelig søken innover mot den man virkelig ønsker å være, eller søken etter mening i livet (I. L. Bergbom et al., 2021). Det som imponerer, er at deltakerne klarer å verdsette livets muligheter i tilbakeblikk på det som har vært og slik det er i dag, fremfor å dvele ved tap og sykdom. Livet har både gleder og sorger, og ens åndelige ressurser kan trigges av hendelser som aktiverer eksistensielle spørsmål om livet fremover. Dette gjelder livshendelser som ikke bare handler om tap, men også kan handle om å finne en livsledsager og at nye familiemedlemmer kommer til (Rykkje et al., 2011).

Hos noen deltakere, som **Arne**, ses en stor fremtidsoptimisme og troen på den teknologiske utviklingen. Denne generasjonen påpeker at de bar tidens byrde med strevsomt arbeid mot dårlig betaling (Danielsen, 2013). Samfunnsutviklingen bidro imidlertid til at det etter hvert ble bedre arbeidsvilkår generelt, kortere arbeidstid, innføring av ferie og mer fritid (Lervåg, 2017). Flere forteller om egne fritidsinteresser, men ofte er det barnas aktiviteter som prioriteres. Det er tydelig at familien står sentralt i forestillingen om det gode liv, og det er viktig å ivareta barna og følge dem opp også i fritiden og ferier. Endringer i samfunnets syn på barndom og foreldrerolle endret også over tid forholdet mellom foreldre og barn. Det som tradisjonelt var komplementære roller, har blitt mer basert på tilhørighet og fellesskap der barn og foreldre har mer symmetriske og autonome roller (Nilsen, 2021). Det har ført til at foreldre i dag er mer involvert i sine barns liv, noe vi ser trekk av i deltakernes historier. Ferie og fritid har blitt vesentlige elementer i oppfatningen av det gode foreldreskap som tilfører livet mening og hensikt (Ratchford et al., 2023; Rykkje et al., 2011). Mange har tilgang til et landsted, en hytte, eller har feriert på hjemstedet. For noen har også idrett eller utøvende kunst som sang, dans og musikk vært en stor del av livet.

Et interessant trekk i tiden er utviklingen i ferie- og fritidsreiser i tråd med den gradvise velstandsøkningen i samfunnet. Det helsefremmende kan

ses i det at deltakerne i stor grad har fått anledning til å dyrke egne hobbyer og delta i meningsfullt frivillig arbeid. I tillegg kan de utfolde sin kreativitet i for eksempel hagen eller innen kunst og musikk. Dette er sentralt i forbundethet med ens indre rom fordi det kan bidra til balanse, indre ro og aksept av egen situasjon (Rykkje et al., 2011). Det at så mange forteller om reiser i pensjonisttiden, kan ses som et uttrykk for at bedret økonomi var deres mulighet til å realisere det gode liv og en flott alderdom.

**Tabell 3 – Voksenlivet**

Menn	Ungdomstid og utdanning	Ektefelle og familie	Arbeid og bolig	Helseutfordringer	Fritid
Arne	Han har ingen utdanning. Arne bodde hos sin gifte søster i 16–17 års alderen, kjøpte motorsykkel og arbeidet på en fabrikk. Broren skaffet han en jobb på bilverksted.	Gift med barn- domskjæresten. De forlovet seg mens Arne var i militæret som 18-åring fordi han var redd for å miste henne. Det var vanlig å bo hver for seg til de giftet seg. De skaffet seg leilighet som de måtte betale 6000 kroner for å ferdiggjøre. De valgte byfogden og ikke holde bryllup, slik fikk de råd til møbler til huset og kunne flytte rett inn. De fikk to barn.	Som nygifte bodde de i brakker og feiret dagen med smørbrød hos hans mor, senere bygget de hus og flyttet dit de bor i dag. Han jobbet 28 år på et verksted der han etter hvert ble drifts- sjef. Bedriften ble nedlagt, var da noen år på et varehus inntil han ble uføretrygdet grunnet foten. Siden tok han småjobber for andre.	Han var som ung i en motorsykkelulykke og fikk en ødelagt fot. Fikk først tilbud om å avstive foten, men nektet fordi han mente teknologien ville gjøre operasjon mulig senere. Han fikk rett og fikk operert inn kneprotese flere ganger. Fikk kreft i alderdommen, men sier han har det bra.	

Bjarne	Han dro til sjøs som 15 åring, det var fine år. Tok 2 år fagskole innen byggfag, en tur til sjøs, var så 1 år i militæret. Han angrer litt på at han ikke valgte karriere på sjøen.	Konen likte ikke så godt å seile, men var med på rolige turer. Bjarne tok ofte sviger-sønnene med på seiltur, seilte også alene.	Har jobbet som brannmann, her steg han i gradene og hadde ulike sjefsjobber. Valgte å gi seg «på topp» og ble tidlig pensjonist. Etterpå jobbet han deltid i et annet firma frem til 70-års alderen.	Kjøpet av seilbåt sier han er det lureste han har gjort i livet. Arvet en hytte og var også en del der. Spilte trompet i korpset og hadde ulike verv.
Erling	Da han var 17 år tok han sjømilitemarkorpsets rekruttskole 1 år, vervet seg 6 år i marinen. Erling ble elektriker og fikk fagbrev som montør.	Konen møtte han på kafe, han minnes det å bli gift som veldig fint, han var 22 år. Han tenker han var veldig ung og mener han ikke var streng som far, men han var mye borte på jobb. De fikk fire barn inkludert tvillinger.	De strevde de økonomisk og bodde i en tjenestebolig på gård, fikk senere en aksjeleilighet. Erling forteller at han var i marinen i over 40 år, først til sjøs deretter på verksted i land.	Har vært operert for lyskebrokk, ellers nevnes ingen helseplager.
Gunnar	Han gikk 10. klasse på kontorlinje. De hadde ikke penger til å betale for videre skolegang. Senere i yrkeslivet tok han maskinistskole.	Som sjømann sendte han penger til moren frem til han ble gift i 20 årsalderen. Som gift ville han ikke på sjøen igjen, familien flyttet nordpå der han fikk jobb og han ble far.	Gunnar har arbeidet i et kraftverk, men før dette var han på flere båter, bl.a. som førstemand og han har mange gode minner derfra både fra inn- og utlandet.	Likte godt foturer i fjellene nordpå, hadde en god venn med på turer.

Harald	Han planla handelsskole, men det ble yrkesskolen. Han ble rørlegger og sier han ikke angrer på valget. Senere tok han flere kurs innen faget sitt for å perfektionere seg.	Er enslig uten egen familie.	Han jobbet først i det private som rørlegger, men sikret seg en jobb i kommunen som kontrollør på større bygg. Kommunen mener han var en trygg og sikker arbeidsplass.	Fikk mange venner på jobben, hatt flere verv i organisasjonslivet. Har deltatt i bedømmelseskomite og vært skolelærer i faget sitt om kvelden.
Ivar	Han sier han aldri var noe skolelys siden han er dyslektiker. Tok realfag, deretter college i England der han studerte handelsfag.	Gift på nytt for 18 år siden med ungdomskjæresten. De mistet kontakten da hennes familie flyttet, de ble gift på hver sin kant, men hun ble enke og han ble skilt. Ivar fant tilfeldigvis ut hvor hun var, og de fikk kontakt.	Ivar forteller med godt humør om et langt liv i handelsbransjen og som eier av ulike butikker.	
Jens	Tok yrkes-skole og ble mekaniker.	Er enslig uten egen familie.	I fortellingen til Jens kommer yrkesstolthet tydelig frem. Han jobbet i jernbaneverket som verksmester, noe han synes var interessant og lærerikt.	

Kjell	Han sier han gjerne ville blitt snekker, men det var ikke snakk om annet enn at han skulle overta gården. Han hadde ikke samvittighet til å reise fra foreldrene.	Kjell traff kona på juletefest. Det var lang vei for å besøke henne uten bil og han sier: «En må bare ligge etter disse kvinnfolka om man vil ha dem». De giftet seg da han var 32 år, hun var syv år yngre. Det var på gården, han sier det var artig og spesielt med nær 100 gjester. Paret fikk tre gutter og en jente.	Startet gårdsdrift uten penger. Det var hardt arbeid og han er stolt over hva de fikk til. Uten motorsag hogg han bjørk og kløyvde ved, slik fikk han råd til å bytte glass i gamlehuset. Han bygget nytt fjøs og hus med hjelp fra svigerfaren som var tømrer, men gjorde mesteparten selv.	Kjell har presset seg hardt, ville vise folk at han greier det og var beinhard med seg selv. Sier han er temmelig utslitt i dag.	Han har alltid likt å gå på ski, gikk også konkurranser.
Lars	Ble elektriker, utdannet i marinen. Startet i sjømilitærkorpset 16 år gammel, sluttet etter 6 års bindings-tid og jobbet på båt.	Lars traff kona sin da hun jobbet i nærbutikken. Lars bygget hus selv til familien sin, kona var hjemme med deres tre barn og jobbet litt i en butikk.	Lars var elektriker på en båt som gikk i trafikk til Afrika. Han jobbet senere i et firma i over 30 år som elektriker og driftsingeniør.	Har spilt bridge, han og makkeren fikk mange premier, men nå er makkeren død. Lars liker også sjakk.	

Martin	Han ble sendt på skoleskipet som maskin-gutt, da han kom i land, var han ikke velkommen hjemme. Han dro igjen til sjøs, jobbet innimellom på verksted. Senere tok han maskinistsko-len.	Han bodde på landet på gården til søsteren, da han traff konen sin. Var 32 år da de giftet seg i Korskirken, ni måneder senere fikk de barn. Konen var hjemme med de to døtrene. Det var vanskelig økonomisk, men de brukte begge lite penger.	Martin fikk bygget rekke-hus og virker stolt over at han hadde spart penger til inn-skuddet. Senere kjøpte han et hus til. Han jobbet lenge på båt, senere på universite-tets tekniske avdeling.	Han sier han har vært frisk mesteparten av livet.	Fra turene til sjøs har han mange opplevelser og synes det var veldig inter-essant når de fikk fri og han besøkte mange land over hele verden.
Olav	Etter kon-firmasjonen ble Olav med på fiske. Han tok gymnasen, var innom her-metikkfagskole og bibelskole, ble så utdannet lærer.	Han traff kona da hun som jente stelte hos onkelen hans. Paret fikk tre gutter og en jente. Olav sier: «Vi hadde eit godt ekte-skap, vi fekk vera ilag i 61 år. Det er ikkje alle som får det i dag».	Olav hadde gode 35 år som lærer til pensjonsalder, det kombinerte han med å være klokker som han fortsatte med noen år som pensjonist.	Olav fikk lunge-betennelse som barn og mener det er «Guds styrelse» at han overlevde. Olav ble kristen som ungdom og har hele livet prak-tisert sin tro.	Var i Indremisjonen og KrF politi-ker. Han har spilt fiolin, og har vært diri-gent for et kor i mange år, har fått kulturpri-ser, samt har skrevet dikt.

Oomaar	Søknene tok utdanning på universitet, men han ville ikke: «Jeg sa nei til mamma, jeg orker ikke å studere mer, å ta eksamen, gjøre hjemmeoppgave, nei jeg orker ikke mer».	Hans erfaring er at i Afrika vil de fleste damer ha en mann som er kjekk og rik. Han er enslig og tenker ingen damer er interessert i å gifte seg med en som ikke har jobb.	I Norge tok han språkkurs og jobbet to år i butikk, men fikk ikke være der videre. Siden har han ikke jobbet.	Det er bare moren av familien som er i Somalia og hun er nå syk. Han ønsker å besøke henne, men har ikke ressurser til dette.	Liker å være med venner på byen.
Per	Han var skoleflink, men strevde med skriving. Han kom likevel inn på gymnaset og gikk videre på lærerutdanning, sier han trivdes med dette valget.	Han møtte sin kone da begge var lærere i byen, noen ganger gikk de turer sammen, men det ble ikke noe mer før hun skrev brev til han. Han var ca. 22 år da de ble gift og de fikk to barn.	Per arbeidet ulike steder som lærer og rektor i over førti år.	Forteller om et nervesammenbrudd midt i livet. Han var ute av arbeid i flere år, men fikk hjelp av sjefen til å begynne i jobb igjen.	Liker reiser og turer i fjellet. Per omtaler det å bli kristen som voksen som et kall og at en må være moden for det. Var med i kristent arbeid.

Rolf	Var i militæret. Ville ikke bli lærer og studerte juss, men kuttet det og gjorde som faren ønsket. Studert 7 år til lektor, så mellomfag og hovedfag. Han ville slutte, men foreldrene støttet og oppmuntret han.	Under studietiden ble de gift og fikk en sønn, og de adopterte en jente fra et asiatiske land. Han berømmer konen for å både studere til førskolelærer og drive barnehage, hun styrte huset og tjente pengene mens han studerte.	I gymnasietiden var han sommervikar som passkontrollør. Som ferdig utdannet lektor jobbet han i forskjellige skoler, og familien bygget hus.	Rolf forteller at broren hadde astma og det fantes ikke behandling. Selv har han hatt god helse.	Da han sluttet i korpset leverte han inn klarinetten, men faren kjøpte ny til han og på den spiller han nesten hver dag.
Sigurd	Konfirmert etter krigen. Om somrene fikk han være med buskappen til tanten, de gikk over fjellet til beitet. Jobbet som ung på møbel-fabrikk, samt rensket fisk og krabbe på hermetikkfabrikk.	Han ble forelsket i en jente som var i slekt med brorens kone og de møtte hverandre i et bryllup. De ble gift, men fikk ingen barn.	Sigurd startet firma innen grus og vei, men det gikk over styr. Han hjalp til på familie-gården og drev vinterfiske. Har jobbet i veivesenet.	Han fikk et slag i hodet etter fall på isen og måtte operere, etter dette fikk han forstyrrelser i hodet og måtte begynne med sovemedisin.	Sigurd var formann i et idrettslag, arrangerte langrenn og skøyteløp til tross for ustabile værforhold.

Trygve	Jobbet på gården i ungdommen. Reiste til byen, jobbet i et maskin-selskap og tok handelsskole. Overtok gårdsbruket til foreldrenes og flyttet dit. Det eneste han angrer på i livet er at han ikke ble lærer.	Trygve møtte konen på ungdomsklubben for over 70 år siden, har vært gift i 64 år. De strevde økonomisk i starten av familielivet. Da første sønn var født flyttet de til gården. Paret driftet gården og hadde kyr, men han måtte ha jobb ved siden av. Senere fikk de tre barn til.	Det var lange dager inkludert reisevei til jobb i byen slik at han ofte kom hjem på kvelden, senere ble det bygget vei over fjellet som gjorde reisen raskere. Sluttet der, var 10 år i veivesenet, var deretter bussjåfør. Likte gårdsarbeidet best.	Ramlet utfor en rampe og slo armen på jobb, ble delvis ufør og jobbet deltid frem til han ble pensjonist.	Bygget hytte på fjellet, har alltid likt friluftsliv. Vært på flere turer til utlandet. Har hatt mange verv i kommunepolitikk, skole, menighetsrådet og Indremisjonen.
<b>Kvinner</b>	<b>Ungdomstid og utdanning</b>	<b>Ektefelle og familie</b>	<b>Arbeid og bolig</b>	<b>Helseutfordringer</b>	<b>Fritid</b>
Agnes	Startet tidlig i jobb, det var viktig å skaffe penger til livets opphold. Arbeidet i ulike forretninger, valgte ting som hun likte.	Agnes fant sin ektemann på dans. De var lenge forlovet før de giftet seg, fordi det var vanskelig å få tak i hus. Paret fikk ingen barn.	Hun ble veldig selvstendig i jobben, reiste rundt og besøkte ulike forretninger og måtte omstille seg, men ble godt mottatt.		Hun og mannen danset og hadde samme interesser, de likte å reise og har hatt det «veldig godt» sammen.

Alfhild	<p>Var 15 år da hun ble konfirmert, så begynte hun i huspost på en gård. Hun har alltid synes det har vært kjekt å arbeide og hjelpe til. Ungdomsskolen tok hun da hun var 18 år, deretter jobbet hun i huspost og på en folkehøgskole. Hun tok vevkurs og prydskurs, men ønsket å gjøre noe annet og ble sykepleier.</p>	<p>Hun sier det ikke var forbudt for diakonisser å gifte seg, men mener arbeidet var lettere siden hun ikke fikk egen familie. I ferier dro hun hjem til foreldrene og hjalp til med slått.</p>	<p>Arbeidet som diakonisse, sykepleier og leder på sykehus i over 40 år i full stilling. Hun har vært kristen hele livet, fikk tidlig vanen med å lese i Bibelen om morgenen og be for det som skulle foregå på arbeidet, det synes hun var en god hjelp for dagen.</p>	<p>Har hatt en hofteoperasjon, da var hun ute av arbeid et halvt år.</p>	<p>Alfhild har vært frivillig i ulike foreninger på bedehuset, på jobben og i sjømannsmisjonen. Troen har vært hennes styrke, selv om tvilen dukker opp: «Eg trur ikkje det går an å tru skikkeleg utan å nokon gang oppleve tvil».</p>
Anna	<p>Ungdommen rodde over fjorden for å gå for presten før konfirmasjonen. Hun drømte om å bli sykepleier, men fikk ingen utdanning fordi faren ble syk og hun måtte jobbe.</p>	<p>Da Anna var 18 fikk de første barnet, en jente. De fikk senere to jenter til og en gutt. Anna var alene med barna etter at mannen tok sitt eget liv, det var et sjokk, mer forteller hun ikke om dette.</p>	<p>Bodde trangt, sammen med svigerforeldre, men Anna passet godt på barna og det var alltid plass til besøk av lekekameratene.</p>	<p>Husker da faren ble dårlig og måtte selge gården, han døde ganske raskt av hjernekreft. Anna var den som bodde nærmest og tok seg av moren som ble enke og var uten arbeid.</p>	<p>Anna liker håndarbeid. Hun minnes de var uten telefon og TV, derfor besøkte de hverandre og om kveldene spilte de spill og pratet.</p>

Berta	Hun lærte matlaging på folkehøgskole. Som ung jobbet hun på sardinfabrikk og på et sykehjem.	Ble gift da hun var 22 år. Har en datter og en sønn. Det var stort sett Berta som lagde maten hjemme, men til jul bakte de sammen.	Hun var hjemmевærende husmor og sier: «Det var sånn den tida då veit du». Mannen var kokk og kjøkkensjef, han var mye på jobben.		Liker å sy og brodere. Var i Indremisjonen og en forening for damer. Om somrene besøkte de hennes hjemsted.
Borghild	Borghild startet i frisørlære 16 år gammel, hun fikk svennebrev under krigen, senere tok hun handelsskole før hun startet frisørsalong.	Giftet seg under krigen. De fikk to snille, greie barn. Hun var hjemme når barna kom fra skolen, og de hadde middag til fast tid. Senere flyttet datteren med sine barn inn i husets leilighet, og da laget hun også middag til barnebarna.	Paret bygget hus med egen frisørsalong ved siden av huset. Hun drev frisør og tok i tillegg kontorarbeid i mannens firma, noe hun kunne kombinere med pass av egne barn.	Borghild mistet mannen sin midt i livet, men har hatt god støtte fra barna. Derfor var det ekstra tøft å oppleve at ene datteren nylig døde av kreftsykdom.	Hun liker håndarbeid, har heklet duker og har strikket mye klær. Hun har danset mye, vært på ski og turer i fjellet, og har reist i utlandet og med Hurtigruten.
Clara	Hun fikk ingen utdanning. Forteller at hun har jobbet i butikk som ung.	Clara forelsket seg i en hun traff i et bryllup. Paret ble gift og fikk to sønner.			Liker å sy og hekle. Hun og mannen har vært på noen turer og nevner Hurtigruten.

Constanse	Hun gikk på handels-skole og ønsket butikkjobb, men hun valgte å hjelpe til hjemme da faren ble syk, da var hun 16 år. Som barn fikk hun hest fra faren som drev med travsport.	Traff sin utkårede på «ball». De feiret bryllupet med over 70 gjester. Det unge paret bodde hos hennes mor. De fikk en gutt og rett etter en jente. Mannen arvet en falleferdig gård som de måtte reparere og senere bygde de på huset.	Mannen fikk seg jobb og hun hold melkekyr og hadde med seg hesten. Det ble etter hvert for mye arbeid med fjøs og to barn, så da byttet de til høner. Hun hadde bil og kjørte en «eggerute» til faste kunder.	Faren ble hjertesyk og døde etter noen år. Det var veldig leit, hun var en fars jente.	Constanse fulgte ungene i skolekorps, dessuten var hun aktiv i bondekvinnelaget og en syforening.
-----------	---	---	---	--	---

Dagmar	Tok artium og handels-skole, jobbet på kontor, tok så barnepleie i Danmark. Hun tok forberedende, grunnfag og mellomfag. Hun ble cand. mag. med opprykk og bygget på med pedagogikk.	På kontor-jobben møtte Dagmar sin mann som var 30 år eldre enn henne, han var enkemann. Hun fikk ingen egne barn, men hun fikk et godt forhold til familien på mannens side, hans to sønner og deres barn.	Jobbet på barneklinnk noen år, så jobbet hun i England halvannet års tid. Hjemme igjen jobbet hun på kontor. Etter mer utdanning var hun lærer på yrkesfag frem til hun ble pensjonist 69 år gammel.	Hun var ikke et skolelys, men da hun forble barnløs som gift tenkte hun at utdanning var fornuftig.	Hun har alltid likt lesing. Liker å gå turer. I sin ungdom likte gikk hun en del på ski.
--------	--	--	--	---	--

Dagny	Ble konfirmert og var hjemme en stund, hjalp til på gården. Gikk på folkehøgskole og senere handelsskole.	Dagny traff mannen sin på julefest på bedehuset, de giftet seg da hun var 23 år. Etter to år fikk hun første barn, deretter kom to til ganske tett.	Hun driftet en butikk og hun ordnet hjelp til barnepass fra noen skolejenter. Det var strevsomt og hun holdt på frem til pensjonsalder.		Det var lite fritid: «En dag var det gård og kuer og etterpå var det butikk og hus og folk og mann».
Elbjørg	Ble konfirmert rett etter krigen, hun husker de fine klærne og gavene hun fikk. Hun var i huspost frem til hun ble gift. Tok flere sy-kurs som hun har hatt stor glede av. Har sydd alle klær til seg selv og barna.	Hun og mannen gikk i samme ungdomsklubb. Hun var 18 år da de giftet seg. De mistet et barn under svangerskapet, fikk to barn etterpå.	Elbjørg var hjemmeværende, slik var det på den tiden. Mannen var politiker og var lite hjemme, men hun var med han på møter og turer, der traff hun mange interessante mennesker fra inn- og utland.	Elbjørg forteller at mannens gikt sykdom ikke ble godt nok behandlet og han ble dårligere over tid, likevel klarte han seg bra og var i arbeid.	Hun har likt fysisk aktiviteter som aerobic og linedans. Hun liker også å reise. Venninnene hadde klubb. Hun har fulgt barnebarna på idrettsstevner.
Erna	Erna tok sekretærlinja på handelsgym. Hun fikk tidlig jobb i bank der hun hadde ulike oppgaver.	Erna jobbet frem til hun fikk barn. Hun var hjemme med de to barna i 13 år, hun koste seg med å gå på handleurer, hun strikket og sydde og dro på by-besøk til sin far.	Familien fikk tidlig kjøpt seg et husvære, senere bygget de seg hus der hun nå har bodd i over førti år. Hun kom tilbake i jobben i bank, var der til sammen over 30 år frem til pensjonsalderen.		Har deltatt i klubb med venninner og på pensjonisttreff. Dro mye på bilturer, på fjellet og gikk på ski. Barna tar henne med på turer og på hytten.

Fredrikke	De tok toget og rodde over fjorden for å gå for presten. Konfirmasjonen ble feiret med flott mat og med halve slekta, hun fikk ny kjole, kåpe, sko og paraply. Hun jobbet i meieriet og hjalp til hjemme, tok kurs i handel og søm på kvelden, jobbet senere i butikk.	Fredrikke møtte sin mann gjennom jobben i gartneriet, hun hadde sett han en gang før og sier lattermild: «Det var ein gledeleg overrasking for meg, eg kjente med ein gong her er noko meir». De fikk to jenter og to gutter.	Hun var mest interessert i blomster. Gjennom en bekjent fikk jobb i en blomsterbutikk og gartneri. Ektemannen startet et begravesbyrå, da var hun delvis der og dels i gartneriet. Fredrikke tok sertifikat midt i livet for å fortsette i jobben.	Da moren ble syk en periode falt det meste av husarbeid på henne, broren hjalp ikke fordi «karane skulle ikkje gjere nokke på kjøkkenet i den tid».	Med byrået ble det også kveldsarbeid og lite fritid, men ett år tok de en hel uke ferie. Ellers likte de kortere bilturer og besøk til familien.
Frida	Frida ønsket videre skolegang, men sier: «Men det var nå greit, jeg har da greid meg hittil». Som ung pakket hun fiskekroker på en fabrikk.	Frida giftet seg i tyve-årene, de flyttet til mannens hjemsted og sammen fikk de en gutt og tre døtre.	Hun var ikke i jobb og sier: «Vi var hjemme alle sammen. Vi hadde ingen barnehage».	Gutten har Downs syndrom, de vurderte institusjon, men han har bodd hjemme hele livet.	Frida liker håndarbeid. De har foretrukket å feriere på hytta eller ta turer i Norge.

Gerd	Tok husmor-skole 1 år, så samarituttanning som tilsva-rer hjelpeleier. Var utdannet sykepleier da hun var 23 år. Drømte om å bli jordmor og kom inn på skolen, men ble gravid; «da fikk jeg ikke til å skulle reise fra den lille, så da brydde jeg meg ikke mer om det».	Gerd traff sin ektefelle gjen-nom jobben på sykehuset. De fikk tre barn på rappen og så en attpå-klatt 6 år etter. Svangerskaps-permisjonen var 3 måne-der og hun fikk hjelp av en yngre søster til pass av barna, men sistemann fikk gå i barnehage.	Hun minnes at det var et hardt liv å være i jobb siden man-nen hennes var sjømann og mye borte i perioder. Gerd var sykepleier i turnus i full stilling i nær-mere femti år til hun ble pensjonist 67 år gammel.	Gerd har med-født bindevevs-sykdom på lun-gene, men sier hun aldri har tenkt på at hun er syk.	De var mye med barna og fulgte dem på idrettsaktivi-teter. De reiste på turer, om somrene dro de til hennes hjem-plass. I heimen var barnas venner alltid velkomne.
Gjertrud	Hun hjalp til hjemme på går-den, der hadde hun sin egen ku som hun mel-ket for hånd. Jobbet en tid på aldershei-mens kjøkken.	Traff mannen på dans, han var litt eldre og hadde hatt et godt øye til henne lenge. Hun var «krunebrur» og faren spanderte middag på hele brudfølget. De fikk 3 barna.	Paret fikk hjelp til å bygge hus med en flott hage. Var hjem-meværende, men hjalp til på aldershei-men da barna var blitt større. Hun arbeidet der frem til pensjonsalder.		

Hanna	Gikk gymnas- set og hadde fryktelig lyst til å studere. Skulle til Oslo, men det ble vanskelig pga krigen. Hanna begynte i jobb og tok et mas- kinkrivekurs og senere kurs i foretaksøko- nomi.	Hun minnes: «Han kom, trofast til meg hver eneste kveld. Så sa min far det at jeg syntes dere må gifte dere nå. Så slipper dere den dere trafikken til hverandre hver kveld.» De fikk to barn.	De var forlovet i 4 år fordi det var vanskelig å få bolig. Til slutt fikk de tomt i et selv- byggerlag. Paret bodde i forel- drenes leilighet til huset var bygget. Hun var hjemme med barna.	I ungdommen ble moren syk og var mye på sykehus med mageproble- mer, da hjalp hun faren med å stille hjemme.	Var tett på barna og deres fritidsak- tiviteter i sko- lemusikken og foreninger. De gikk i bedehu- set og i kirken.
Hildur	Som ung var hun gårdshjelp og jobbet på syke- huskjøkken. Har gått på husmor- skole ett år, det har hun aldri angret på.	Ekteparet fikk 3 barn. Hildur sin far var tøm- rer og bygde hus til henne og mannen. Tømmer fikk de ta ut i skogen, det var viktig for foreldrene hennes at de skulle bygge eget hus.	Var hjemme med barna og mye alene frem til mannen som var sjømann fikk kontor- jobb på land. Var hjemme- hjelp på del- tid frem til pensjonsalder.	Har vært heldig som er frisk, eneste er litt bal- med føttene og åreknuter.	Hildur sin slekt er musikalsk og selv har hun spilt gitar. Dans har vært hob- byen og hun sier: «Eg elska å dansa».
Ingrid	Ingrid var skoleflink og studerte på universitet, der fikk hun 1-års stipend for utdanning i Amerika. Kom tilbake til Norge og ble lærer.	Ingrid giftet seg etter utdannin- gen. De startet med en stu- denthylbe siden mannen fortsatt studerte, så gikk de gra- dene oppover materielt sett. 5 barn fikk de sammen.	Valgte samvær med barna i 6 år. Deretter arbeidet hun 35 år som lærer i barneskolen, noe hun trivdes svært godt med fordi det var givende å få følge barns utvikling.		Ingrid spiller piano og har hatt dans som fritidsinteresse. Hun forteller at de har reist på mange utenlandsturer.

Ingveig	Etter kon- firmasjonen deltok hun på sildefiske med sin far og tjente penger til sykkel og permanent. Hun var i ulike husposter, job- bet på hotell og et barnehjem.	Traff sin utkå- rede på skyt- tarfest, de giftet seg hjemme på gården. Da ble det bondeliv og fire unger.	Hun var hus- mor og mye alene når man- nen var på jobb. Hun arbeidet på gården med noen småjob- ber ved siden.		Gikk tidligere på dans. Var med i ulike foreninger og har gått i sang- kor i over 30 år. Liker reiser, har vært flere turer til utlandet.
Janna	Janna måtte i sin ungdom ta ulike jobber for å hjelpe til med å forsørge familien. Ble utdannet lærer.	Flyttet til Vestlandet og giftet seg. De fikk 3 barn på kort tid.	Hun trivdes med familien og jobben som lærer, barna hadde dagmamma og likte det godt.	Faren fikk Parkinson og døde på syke- hjem. Moren flyttet inn hos henne, men kom på syke- hjem pga demens.	Janna nevner at de ble med på aktivitetene barna deltok på. Paret var aktive i kirken og kristent arbeid.
Josefine	Hun og søs- trene ble opp- fordret til å bli sykepleier eller frisør, men selv var hun flink til matlaging og arbeidet som husstellæ- rerinne etter utdanning på Statens lære- sted i husstell.	Josefine giftet seg like før kri- gen, de var for- lovet i 2,5 år før de hadde råd til bryllupet. De fikk kun ett barn, mener det skyldes lav fruktbarhet; de var fem søs- ken som bare fikk et barn og i mannens familie var det flere som ikke fikk barn.	Hun takket ja til å være lærer på et skole- kjøkken da datteren kom i skolealder og hun kunne komme ifra. Jobbet senere på ulike skoler, samt ti år med kveldsskole for voksne, noe som var både slitsomt og «fryktelig moro».	Datteren slet også mye med astma som barn.	Om sommeren dro de til barn- domshjemmet på Sørlandet. Hun har hatt mange gode venninner.

<p>Kari</p>	<p>Kari jobbet som ung først i butikk og så i et bilverksted. Som 20-åring fikk hun hjelp via en bekjent til en jobb i barnehage i Danmark. Hun flyttet til Bergen, så Oslo og tilbake til Bergen.</p>	<p>Kari brevvekslet med en kar fra Bergen som viste seg å ikke være «noe å samle på». Hun beskriver at hun ikke traff en hun kunne tenke seg å dele livet med, på tross av mange tilbud har hun vært alene hele livet.</p>	<p>I Bergen kjøpte hun leilighet på 70-tallet, her bor hun fortsatt. Hun jobbet mange år i forsikringsbransjen frem til pensjonsalder.</p>	<p>Kari forteller at hun fikk pleuritt (lungehinnebetennelse) i sin ungdom, og etter et langt sykeleie måtte hun lære seg å gå på nytt. Hun var også syk en periode i Danmark.</p>	<p>Kari har alltid hatt mange nære venner. De var syv-åtte stykker, som holdt veldig mye sammen. Har eid en hytte sammen med venner, men den er solgt.</p>
<p>Kristine</p>	<p>Flyttet hjemmefra og ble selvstendig som 17-åring. Foreldrene støttet utdanning. Først husmorskole, så sykepleie. Fikk college-stipend i England, studerte språk, sosiologi og kunstfag. Har videreutdanning i psykiatri.</p>	<p>Hun ble gift og var hjemme i 6 år, etter hvert med 3 unger, i denne perioden flyttet de til eksmannens hjemby. Ble skilt, de ordnet med delt omsorg for yngste barnet som bodde hos faren og hos henne i helgene. Da gutten var ute av redet flyttet hun tilbake til hjemstedet sitt.</p>	<p>Arbeidet på ulike sykehus. Kom tilbake i jobb da barna ble større. Var på ulike avdelinger, inkludert psykiatri i 5 år. Det var medisinsk avdeling hun vendte tilbake til fordi det var mer interessant og her jobbet hun frem til pensjonsalder.</p>	<p>Hun sier hun har hatt god helse både fysisk og psykisk. Skilsmissen var en tung tid, da var jobben et sted der hun la fra seg egne ting, det ble en friplass som hjalp henne.</p>	<p>Etter hun flyttet til hjemstedet ble hun med i kunstforening og mållaget, det var viktig å finne sosiale aktiviteter.</p>

Lillian	Ble konfirmert. Begynte tidlig i jobb, bl.a. på en frisersalong og i en fabrikk. Forteller om utagering og festing i ungdommen, mye pga dårlig forhold til foreldrene.	Paret giftet seg da hun ble gravid. De bygget seg hus. Paret fikk 2 barn. Datteren var ung da hun skilte seg og ble alenemor og dette barnebarneret har Lillian passet en del og har et kjempeforhold til.	Hun jobbet på fabrikk i over 20 år, forteller at mannens nerve-problemer gjorde at hun noen ganger måtte være hjemme med han. Hun er takknemlig for at formannen lot henne beholde jobben.	Var plaget med astma som barn. Fikk epilepsi med anfall ved graviditet, ellers symptomfri i 30 år, da begynte hun med medisiner og fikk inndratt førerkortet – det var hardt å akseptere.	Fulgte barna på fotballbanen, det var en kilde til å bli kjent med andre foreldre. Familien likte å gå tur i fjellet.
Liv	Ble konfirmert under krig, fikk tak i kjole, kåpe og bunad. Var i huspost hos familie, minnes en kjekk tid med sykling, venninner og kino. Liv lærte å sy klær og gikk på husmorskole.	Giftet seg da hun var 20 år, fikk første gutten året etter, så fikk de to nye gutter tett og en jente fem år senere. De flyttet til hjemstedet og bygde seg hus, de fikk da to jenter til.	Var hjemme med barn i 25 år, mye alene da mannen reiste på anleggsarbeid. Liv var i mange år kommunal hjemmehjelp, noe hun trivdes godt med.	Da Liv var midt i livet mistet hun to av sønnene, en druknet og en døde i en ulykke. Om egen helse forteller hun om en dårlig rygg og at hun ble delvis uføretrygdet.	Familien var ikke på ferieturer, men forteller at de har hatt stor glede av biblioteket. Hun har alltid likt å lese.

<p>Magnhild</p>	<p>Hun slet med skrivevansker, men flyttet likevel til Oslo for å bli håndarbeidslærer. Utdanningen varte 6 år. Senere tok hun psykologi og pedagogikk og underviste i flere fag på ungdomsskolen.</p>	<p>Magnhild var 36 år da hun giftet seg, og hun sier med en latter: «Eg ville jo ikkje gifta meg, for eg hadde so mykje å gjera». To år senere fikk hun sin første datter og senere fikk hun en til, hun var en godt voksen mor.</p>	<p>Hun ville være i jobben på skolen og sier: «Da fekk eg lov til, for eg hadde ein veldig snille mann.» Var formingslærer og senere inspektør, synes det var trist å bli pensjonist.</p>	<p>Fikk en salveduk på magen av en kristen healer og ble frisk fra tarmbetennelse: «Sia har eg vore heilt fin ... Eg vart so forundra, da e den styste opplevelsen eg har hatt».</p>	<p>Beskriver «eit rikt liv», ferier med idyll ved vannet, fiske og bading. Ungene lærte å svømme, lekte med dukker og dukkevogn.</p>
<p>Margit</p>	<p>Hun har samlet på over hundre konfirmasjonskort, det var lite gaver, men kort var viktig. Hun synes det ble lite av ungdomstiden, hun gikk i stølsarbeid og melket kyr. Flyttet til byen og ble frisør.</p>	<p>Margit forteller at i hennes ungdom var det vanlig å treffes på dans og der traff hun mannen sin. Hun var 24 år da de fikk en gutt. Midt i livet flyttet familien tilbake til hjemstedet hennes.</p>	<p>Jobbet hele livet som frisør, litt mindre da gutten var liten, men han gikk i barnehage. Mannen jobbet på båt og de fikk lite tid sammen som familie.</p>	<p>Mannen hennes fikk kreft tidlig i livet, men han ble frisk og fikk et langt liv.</p>	<p>Frisør er et yrke med mye ståing derfor ble hun mye trøtt og det ble lite aktiviteter. De var med i noen foreninger for å være sosiale. Det ble også noen ferieturer.</p>

Nikoline	Tok et år på folkehøgskole, som var «jysla kjekt». Hun var et år på Statens husstellutdanning, hun likte det godt, bodde på internat. Etter utdanning i husstell fikk hun jobb som husstellærer i nabobygda og bodde i leilighet der.	Traff mannen på bygdedans under studietiden, de giftet seg og hun bemerket at de ikke måtte, de visste om prevensjon. Hun ventet noen år med barn. Var 25 år da sønnen ble født, tok permisjon og startet igjen i jobb med svigermor som barnepasser. Seks år senere fikk de en jente.	Fikk jobb som lærer på skolekjøkken og sier «lærarane tjente jysla godt». De hadde lån på huset og god økonomi. Hun ønsket nye utfordringer og arbeidet mange år som husøkonom på hotell, det var en fin og lærerik tid.	Vennskapene fra ungdommen har de behold, damene går i forening og parene treffes fortsatt på lørdagskvelder, selv om flere nå har begynt å bli syke. Nikoline liker godt å reise.	
Nora	Ble konfirmert. Ønsket å bli lærer, men hun besto ikke opptaksprøvene: «Så var det å reise hjem igjen, litt slukøret og litt lei ... men eg fikk jo trøst hjemme». Det ble forventet at hun jobbet. Tok kurs i maskinskriving og stenografi.	Nora fikk kontakt med sin ektemann på dans. Ekteparet fikk 2 herlige gutter som selv ble gift og fikk barn, og de har god kontakt.	Hun banket på døren til personalsjefen i et forsikrings-selskap og fikk jobb. Var her en tiårs tid, og var så hjemme med barn. Etter hvert ønsket hun å jobbe og spurte om noe på en butikk, her vasket hun og gjorde kontorarbeid.	Hun ble kreftsyk og operert, men kom tilbake i jobb, til hun følte at hun ble gammel og sa opp. Hun har hatt flere tilfeller av kreft og senere problemer med hoftene, men er fornøyd med at det har gått så bra med henne.	Nora har gode minner fra mange hytteturer med barn og barnebarn.

Olga	Ble konfirmert. Startet i 1943 på sykepleien. Som nylig utdannet var hun en periode på sykehus i Danmark.	Er enslig uten egen familie.	Forteller om et rikt og langt yrkesliv i sykehus der hun har opplevd mye av den medisinske utviklingen.	Har mistet flere familiemedlemmer i sykdom, men selv har hun vært frisk.	Har vært engasjert i foreninger, misjonsringen og gikk i sangkor.
Oline	Oline arbeidet på ulike gårder, men husker aldri at hun fikk betalt. Hun fikk et kurs i håndarbeid og matlaging.	Mannen sin møtte hun på Bibelskolen, han var sjenert og moren lokket han til å gå. Hun var 28 år da de giftet seg, hun var fem år eldre. De fikk 3 barn, hun var hjemme innimellom med barna.	Hun jobbet litt i butikk og senere på Hospitalet. Så tilbake til butikk, hun ble forarget da hun måtte slutte 66 år gammel pga uenighet med bestyrelsen.	Moren døde rett etter krigen etter lengre tids sykdom. Hun selv har vært frisk, bortsett fra litt støl i musklene.	Oline har gått i flere ulike sangkor, i ett av dem nesten frem til i dag.
Pauline	Fikk diplomutdanning innen piano og senere musikkhøgskole for å bli musikk lærer. Hun peker på hvordan hun fikk støtte og råd hele veien fra sin mor. Pauline var engasjert i musikken og hadde ikke tid til kjæreste.	Livet ble endret da hun var 45 år og traff mannen sin på en ferie. De besøkte hverandre i over ti år før hun flyttet til Norge, hun tenkte han ville streve mer med finsk og hun snakket svensk. Kjærligheten var så viktig at de valgte et liv sammen. Hun har ingen barn.	Musikk er hennes pasjon. Var musikk lærer ved flere skoler i over 20 år. Senere fikk Pauline være musikkredaktør i radio og deretter rektor i en stor musikk skole for barn. Da hun pensjonerte seg ble hun og mannen samboere.	Hun har vært frisk og aktiv. Dessverre fikk hun problemer med synet og førtidspensjonerte seg.	Mannen viste henne den vakre norske naturen, og de kjøpte hytte de har brukt mye. Som pensjonist ble hun dirigent for et ungdomskor, senere et damekor.

Petra	Etter konfirmasjonen var hun i huspost. Moren oppfordret henne til å «bli noe». Hadde for lite poeng til å komme inn på sykepleie, tok da barnepleie. Planla å søke på nytt, men hun jobbet på telefonsentral og stelte sin syke mor til hun døde. Senere ble hun opptatt av familie og barna.	Hun og mannen fikk et «godt øye» til hverandre etter å ha blitt kjent i et bryllup. Han syklet langt, i flere dager for å besøke henne i Bergen, og de var veldig forelsket. De ble gift og fikk 3 barn. Petra passet barna kombinert med å hjelpe i butikken som mannen driftet.	Mannen bygget hus, der leide de ut både første og tredje etasje, og i kjelleren hadde de vaskemaskin felles. Å få vaskemaskin var «gromme greier». Senere bygget mannen nytt hus med alt på ett plan, et sted de kunne bli gamle sammen.	Petra mener behandlingen var veldig god, hun hadde for 14 år siden en stor kreftoperasjon med stråling og trykk-tank behandling i etterkant. Særlig trekker hun frem hvor godt det var at mannen fikk være til stede og bo på sykehotellet i perioder for å støtte henne.	Sydde klærne til ungene, noe hun måtte lære seg selv med hjelp fra en nabo. De var mye på hytta på Sorlandet til barna ble voksne. Petra har reist mye, til ulike land i hele verden, både med jobben til mannen og på ferieturer.
Ragnhild	Da hun var 16 var hun i huspost hos tanten, passet barn og var litt butikkhjelp. Hun kompenserte for tapt skolegang ved å ta et halvt år på handelsskolen som godt voksen.	Ragnhild giftet seg som 20-åring da mannen fikk perm fra militæret. De fikk eldste jenta tidlig, senere kom det til to gutter, og noe senere yngste gutten.	Ragnhild jobbet i butikk i sin ungdom, var deretter i et varehus i mange år. Senere startet hun eget cateringfirma og drev deretter kantinearbeid til hun var over 70 år.	Det verste hun har opplevd var da sønnen druknet. Det var også tung da mannen hennes nesten døde grunnet koldbrann i foten. Hun har operert et kne som var utslitt av gårdsarbeidet.	Familien dro på hytta i helgene. Har drevet med turn hele livet og er fortsatt aktiv med å ta merkeprøve. Hun liker håndarbeid og syr bunad.

Rigmor	Rigmor sier foreldrene ikke hadde råd til å gi henne utdanning, etter konfirmasjonen måtte hun forsørge seg selv.	På jobben var de flere damer, men hun sier lattermild: «Tror du ikke jeg vant han da, han flotte elektrikerne.» Paret fikk ingen barn.	Som gift ville hun være i jobb og sier: «Jeg ville ikke sitte med fingrene i fatet». Hun jobbet hele livet frem til pensjonstilværelsen.		Rigmor har vært sterk knyttet til hunden. De har vært mye på egen hytte der de trives med hage og naturen.
Signe	Signe var flere somre taus på en fjellgård i sin tidlige ungdom. Hun ønsket utdanning til lærer, men det var ikke penger eller stipend som i dag, men hun fikk stipend til folkehøgskole.	Traff mannen på en fest, det var sjekkemuligheten på den tida. De fikk ett barn før de giftet seg, har fire til sammen. Mannen var mye borte, han var sjømann. Hun strikket og sydde klær til ungene, det var rimeligere og det var få butikker.	Paret bodde på et rom hos besteforeldrene inntil de fikk bygd eget hus. Hun var ikke yrkesaktiv og trivdes med å være hjemme med barna, hun har også passet mange av barnebarna.	Da hun fikk bedre medisiner og kontroll på astmatiske plager kunne hun være mer aktiv og hun sier: «Det e vekti fant æ ut, å ut å trim og rør på sæ.»	De har gått mye på fjellturer, ungene har likt å være med på telttur. Hun har tatt mye bilder, de settes i album som hun liker å kikke i.
Solveig	Hun arbeidet som ung i en butikk, det likte hun ikke så godt. Solveig valgte sykepleieryrket og sier det har vært kjekt å jobbe med mennesker.	Som nyutdantnet giftet hun seg, bosatte seg på gården til mannen, denne ble forpaktet bort. Den eldste har Downs syndrom. Vurderte fostervannsprøve, men tok ikke grunnet risiko for abort, og de fikk deretter en frisk datter.	Hun var hjemme noen år med de to barna. Jobbet som sykepleier i ulike kommunale tjenester, var på legesenter, helsestasjon og hjemme-psykiatri.	Solveig har levd i mange år med leddgikt. Hun hjalp mannen som hadde en kronisk blodsykdom. Hun har stått på for at datteren med Downs syndrom skal få et best mulig tilbud.	Var aktiv i lag for funksjonshemma, revmatikerlaget og mental helse.

Svanhild	Var aupair i England rett etter krigen, der var hun halvannet års tid. Flyttet til byen og jobbet i resepsjonen på et sykehus i fire år. Tok senere i livet hjelpepleien innen psykiatri.	Hun reiste med sin mann til utlandet der han jobbet som lærer i flere år. Mannen fikk jobb på et universitet i Norge, familien ble med på reiser til utlandet på forskningsopphold. De fikk 4 barn.	Hun underviste noen timer i norsk litteratur på en internasjonal videregående skole. De var flere damer fra ulike land som reiste med ektefeller, de hadde ingen jobb og dannet en lese-klubb.	Hun har levd med brystkreft i mange år, får behandling og tenker på seg selv som frisk. Tapet at datteren var tøft, det var ett år etter mannens dødsfall, det ble mye på kort tid.	De holdt kontakten med landene de hadde bodd i med jevnlig reiser. Barna ble ikke skremt av reisevirksomheten og ble selv glad i å reise.
Tove	Begynte på industriskolen, men manglet penger til å fullføre. Hun var hushjelp og husposter, der fikk hun mat og losji. Savnet videre skolegang, men hun har klart seg godt i livet.	Tove var med mannen på jobb noen år i utlandet, det beskriver hun som et lite eventyr. De bodde i Nord-Norge to år før de flyttet til mannens hjemsted. Paret fikk 5 barn.	Hun var hjemme med barna, var mye alene når mannen var på jobbreiser som heismontør.	Hun forteller at ene gutten døde da han var ett år gammel.	Tove sier hun har reist utrolig mye, blant annet til Amerika og på flere cruise med familien.
Turid	Da hun ble konfirmert jobbet hun på et bakeri, deretter var det litt forskjellige jobber, blant annet å hente frukt.	Turid fikk ingen barn og har vært enke i 40 år. Det har gått bra og hun sier: «Eg har ikkje funne nokon so tilpassa meg (latter), du verte litt for mykje sjølvstendig når du har vore sånn åleine ei stund».	Da hun ble enslig fikk hun tilbud om jobb i et gartneri, der ble hun værende. Hun var til og med «pittelitt» på jobb i fjor, men nå orker hun ikke.	Har hatt god helse og vært selvstendig, har hatt sertifikat i over femti år og har egen bil. Det har imidlertid vært mye ståing i jobben, derfor er hoften veldig dårlig.	Turid har strikket mye. Hun har reist mye til hytta hun og mannen bygde. Før fisket hun og satte garn, nå er båten solgt.

Unni	Hun tok husstell på folkehøgskole da hun var 16 år, og hun trivdes veldig godt. Jobbet i bank og ulike butikker frem til hun fikk barn.	Fikk kjærest som 14-åring, de giftet seg da hun var snaut 21 år. Paret fikk 2 jenter, og hun var hjemme til yngste var 5 år. De kjøpte hennes barnedomshjem som ble et samlingspunkt for storfamilien.	Unni fikk tilfeldigvis jobb i en hobbybutikk, etter noen år kjøpte hun denne. Hun forteller om en vond opplevelse knyttet til underslag, men som hun løste på en god måte.	Unni sier både hun og mannen har vært heldig med helsa. Å drive butikk ble etter hvert strevsomt, da hadde hun fått leddgikt og var delvis uføretrygda. Hun måtte legge ned butikken.	Hun har alltid likt å sy egne klær, så hobbybutikk passet veldig godt. Hun drev sykurs om kveldene, så hobby og jobb var det samme.
Valborg	Husker godt konfirmasjonen under krigen, og hvor heldig hun var da faren fikk kjøpe kjole og en kåpe.	Hun var 23 år da hun giftet seg med den ti år eldre mannen. De fikk 2 gutter med ti års mellomrom. Barna fikk en god oppvekst med nærhet til besteforeldre og slektninger.	Valborg var husmor og minnes tidsrommet med mann og barn som den fineste tida i livet. Sammen drev de en gård med husdyr, ved siden av jobb.		Da sønnen fikk sertifikat og familie ble de med dem på turer, det synes hun var himmelsk.

Vigdis	Konfirmert da hun var 14. Hun hjalp til på gården og var 16 da hun fikk sin første butik-kjobb. Hun drømte om å bli sykepleier eller prest. Hun mis-unte litt de som studerte, men det var ikke stipend på den tiden.	Hun møtte mannen da han var på tjuvperm fra militæret og det var dans på lokalet. Begge var dårlig til å danse, men de tok følge hjem og siden ble det de to. Paret giftet seg da hun var 19 år. De fikk 3 barn hvorav et døde ved fødselen.	Som nygifte bodde de hos mannens foreldre «innpå skauen», et nydelig sted like ved en elv. Men Vigdis trivdes ikke der og de fikk leid en leilighet. De flyttet en del på grunn av mannens jobb.	Vigdis har fra sin ungdom hatt problemer med ryggen og trener to ganger uken med fysio-terapeut, og hun får hjelp fra en kiropraktor for vond nakke og øresus.	Hun sang sopran i misjonskoret og sier det har gitt mye glede.
Wenche	Måtte ut i jobb tidlig, det var ikke snakk om utdanning.	Paret har en hytte utenfor byen der de har kunnet bade og kose seg.	Hun jobbet i samme forretning i byen hele yrkeslivet, har trivdes godt.	Hun har vært plaget av astma, derfor har hun sluttet med en del aktiviteter.	Wenche har gått i sangkor. Hun liker musikk og konserter.

