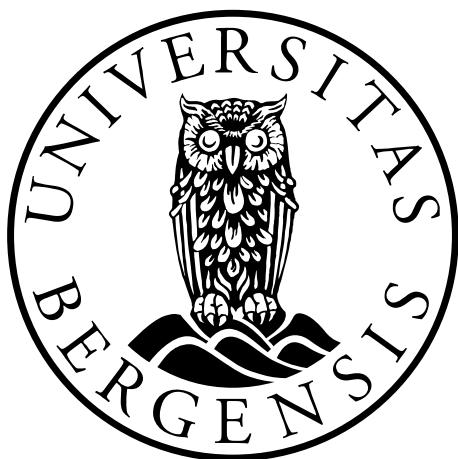


Førstegangsmødres opplevde erfaringer rundt morsrollen.

En tematisk analyse av YouTube-mødres historier.

Celine Teigland Helland



MASTEROPPGAVE

Master i barnevern

Vår 2024

Det psykologiske fakultetet

Institutt for helse, miljø og likeverd (Hemil)

Forord

De siste årene kjenner jeg at er vanskelig å beskrive på papiret. Denne oppgaven startet med en interesse rundt morsrollen og hva den innebærer. Lite visste jeg at midt i skrivningen, skulle jeg også innta denne rollen. Oppgaven ble satt på vent og synet mitt rundt morsrollen ble plutselig sett på med nye briller, igjennom en egen oppfatning og opplevelse.

Jeg sitter nå og føler på en ufattelig stor respekt til alle mødre der ute som gjør sitt aller beste, å ikke minst ovenfor de som klarer å gjennomføre skolearbeid som gravid eller nybakt mor. Det kjennes godt å endelig kunne fullføre og levere en endelig oppgave, enda det er litt senere enn resten av kullet mitt så er jeg stolt over mitt arbeid og gjennomførelse.

Jeg vil takke alle som har hatt troen på meg. Uten dere hadde denne oppgaven hvert utrolig vanskelig å fullføre. Jeg er takknemlig for gode samtaler, heiarop og ikke minst god støtte fra venner og familie. En spesiell takk til min fine gode datter Olea som har gitt meg mer enn hva jeg noen gang kunne drømt om. Ikke minst en stor takk til min tålmodige samboer Amund som har gitt meg tid, rom og den beste omsorg og kjærighet under det hele. Jeg ønsker også å takke min veileder, Raquel Herrero-Arias for gode innspill og konstruktive tilbakemeldinger.

Bergen, mai 2024

Celine Teigland Helland

Innholdsfortegnelse

FORORD	1
SAMMENDRAG	4
ABSTRACT	5
1. INTRODUKSJON	6
1.1. BAKGRUNN FOR STUDIEN.....	7
1.2. PRESENTASJON AV FORSKNINGSSPØRSMÅL OG AVGRENSNINGER.....	9
1.3. BEGREPSAVKLARINGER.....	10
1.3.1. <i>Morsrollen</i>	10
1.3.2. <i>Førstegangsmor</i>	10
1.3.3. <i>Barnestell</i>	10
1.3.4. <i>Morskap</i>	11
1.3.5. <i>Sosiale medier og sosiale nettverkstjenester</i>	11
1.4. OPPGAVENS STRUKTUR.....	11
2. TEORETISKE RAMMEVERK	12
2.1. SYSTEMTEORI	12
2.2. ROLLETEORI OG STRESSTEORI	13
2.3. «INTENSIVE MOTHERING» OG «NEW MOMISM».....	14
3. LITTERATURGJENNOMGANG – TIDLIGERE FORSKNING	16
3.1. SØKESTRATEGI.....	17
3.2. RELEVANT FORSKNING	18
3.2.1. <i>Opplevde erfaringer i møte med morsrollen</i>	18
3.2.2. <i>Førstegangsmødre og deres støtteapparat</i>	21
3.2.3. <i>Sosiale media og morsrollen</i>	24
3.2.4. <i>Verdien av å dele egne opplevde erfaringer</i>	27
3.3. OPPSUMMERING	28
4. METODE	29
4.1. VITENSKAPSTEORI	29
4.1.1. <i>Oppgavens vitenskapelige tilnærming</i>	30
4.2. METODEVALG – KVALITATIV FORSKNINGSMETODE	31
4.3. DATAINNSAMLING	31
4.3.1. <i>YouTube som plattform for innhenting av datamateriale</i>	32
4.3.2. <i>Datautvalgsprosessen</i>	33
4.3.3. <i>Utvalget</i>	37
4.4. ANALYSEPROSESSEN.....	38
4.4.1. <i>Induktiv og deduktiv metode</i>	38
4.4.2. <i>Forberedelse – transkribering</i>	39
4.4.3. <i>Koding og kategorisering</i>	40
4.5. KVALITETSSIKRING.....	42
4.5.1. <i>Etiske betraktninger</i>	42
4.5.2. <i>Forskerrefleksivitet</i>	42
4.5.3. <i>Forskningens pålitelighet, gyldighet og overførbarhet</i>	43
5. RAPPORTERING, PRESENTASJON OG DRØFTING AV FUNN	44
5.1. ROLLEOVERGANG	45
5.1.1. <i>Helse relaterte plager og bekymringer</i>	45

5.1.2.	<i>Partner relaterte reaksjoner</i>	47
5.1.3.	<i>Nye omstillinger</i>	49
5.1.4.	<i>Forventninger og forberedelser</i>	50
5.1.5.	<i>Drøfting av funn</i>	52
5.2.	MORSIDENTITET.....	55
5.2.1.	<i>Barnets behov i sentrum</i>	55
5.2.2.	<i>Intuisjon og morsinstinkt</i>	57
5.2.3.	<i>Drøfting av funn</i>	57
5.3.	STØTTEAPPARAT	60
5.3.1.	<i>Betydningen av et støtteapparat</i>	60
5.3.2.	<i>Mangel på støtteapparat</i>	61
5.3.3.	<i>Hvem oppleves som støtteapparat?</i>	64
5.3.4.	<i>Drøfting av funn</i>	65
5.4.	HENSIKT	69
5.4.1.	<i>Hva ønsker de å formidle?</i>	69
5.4.2.	<i>Hvilke formidlingsbehov blir uttrykt?</i>	71
5.4.3.	<i>Drøfting av funn</i>	72
6.	OPPSUMMERENDE DRØFTING OG AVSLUTNING	75
6.1.	HVORDAN OPPFATTER OG ERFARER FØRSTEGANGSMØDRE MØTET MED MORSROLLEN?	75
6.2.	HVILKE MOTIVASJONER HAR FØRSTEGANGSMØDRE FOR Å DELE SINE OPPLEVDE ERFARINGER?	77
6.3.	HVORDAN ERFARER FØRSTEGANGSMØDRE AT FAMILIERELASJONER FUNGERER SOM STØTTEAPPARAT RUNDT SEG DE FØRSTE MÅNEDENE ETTER Å HA BLITT MOR?	78
6.4.	AVSLUTNING.....	80
6.5.	STYRKER OG BEGRENSNINGER.....	82
6.6.	VIDERE FORSKNING	83
7.	LITTERATURLISTE	84

Sammendrag

Formålet med denne studien har vært å få en bredere forståelse rundt morsrollen og overgangen til denne rollen. For mange er denne rolleovergangen en av de største man har i løpet av livet. Oppfatningene og erfaringene en får når man inntar rollen som mor er individuelle. Når det er sagt kan det å få en innsikt i hva førstegangsmødre selv deler om sine opplevde erfaringer, være bestemmende med tanke på hvilke ressurser og behov ulike faggrupper som møter denne gruppen akter å prioritere og vektlegge. Masteroppgavens problemstilling setter dermed søkelys på førstegangsmødres opplevde erfaringer med overgangen til morsrollen, og hvordan førstegangsmødre oppfatter rolleovergangen. Oppgavens forskningsspørsmål er: «*Hvilke motivasjoner har førstegangsmødre for å dele sine opplevde erfaringer med morsrollen?*» og «*Hvordan erfarer førstegangsmødre at familierelasjoner fungerer som støtteapparat rundt seg de første månedene etter å ha blitt mor?*». Studien er kvalitativ og baserer seg på fem videoer med fire førstegangsmødre publisert på sosiale nettverkstjenesten YouTube. Det er utført en tematisk analyse med utgangspunkt i Johannessen, Rafoss & Rasmussen (2018) sin fire stegs utgave av tematisk analyse. Studiens tilnærming er preget av sosialkonstruksjonismen og hermeneutikk. Funnene viser at de opplevde erfaringene førstegangsmødre har i møtet med morsrollen gir uttrykk for et økt behov for støtte i overgangen til morsrollen. Mødrene i studien erfarer en mangel på fungerende støtte i rolleovergangen selv når de er opptatt av å tilrettelegge og søke etter det. Det er derimot tydelig at familierelasjoner oppleves som viktig for førstegangsmødre den første tiden i morsrollen, selv når støtten de bidrar med oppfattes som ikke-fungerende. Resultatene viste at oppfatningen førstegangsmødre har av morsrollen kan påvirke behovene de har for informasjon og støtte i rolleovergangen. Selv om førstegangsmødrene uttrykte å motta lite sosial støtte kunne behovene deres for den støtten være mindre enn de som opplevde betraktelig mer sosial støtte. Førstegangsmødrene i studien fremhevet en opplevelse av høye forventninger til seg selv, nære relasjoner samt samfunnet rundt seg. Det fremkom ulike nyanser av hvordan forventningene forble uopnådd, samt hva de vektla som morsidealet de veide seg opp mot. Utelukkende hadde førstegangsmødrene intensjoner om å være til nytte for andre mødre og kommende mødre med å dele sine opplevde erfaringer på sosiale nettverkstjenesten YouTube.

Nøkkelord: Førstegangsmødre, morsrollen, overgangen til morsrollen, barsel, postpartum, morskap, delte erfaringer, støtteapparat, sosial støtte, fungerende støtte, ikke-fungerende støtte, sosiale media, sosiale nettverkstjenester, YouTube

Abstract

The purpose of this thesis has been to obtain a wider understanding of motherhood and the transition to motherhood. Many experience this transition as one of the biggest transitions of their lifetime. The perceptions and experiences one gain when taking on motherhood is individual. Having that said an insight into what first-time mothers share about their perceived experiences, can be deciding in terms of which resources and needs various professionals that meet this group should prioritize and emphasize. The master thesis' issue puts a spotlight on first-time mother's experiences with the transition to motherhood, and how first-time mothers perceive the role transition. The thesis' research questions is: "What motivations do first-time mothers have for sharing their perceived experiences of motherhood?" and "How do first-time mothers experience family relations as a functioning support system in the first months after becoming a mother?". It is a qualitative study and is based on five videos with four first-time mothers published on the social network service YouTube. A thematic analysis has been carried out based on Johannessen, Rafoss & Rasmussen's (2018) four step version of thematic analysis. The study's approach is characterized by social constructionism and hermeneutics. The findings show that the perceived experiences first-time mothers have in transitioning to motherhood express an increased need for support in the transition to motherhood. The mothers presented in the study experience a lack of functioning support in the role transition, even when they prepared or were in search of it. It is however evident that family relations are perceived as important for first-time mothers in the early stages of motherhood, even when the support they contributed with as professed as not working or lacking. The research showed that first-time mother's perception on motherhood can impact their needs for information and support in the transition to motherhood. Although the first-time mothers expressed to be receiving little social support, the need for social support could be less than the mothers that experienced considerably more social support. The first-time mothers stressed high expectations to oneself, family and friends and the society in itself. Different nuances of how their expectations remained unfulfilled, as well as what they emphasized as the idealistic standard for motherhood surfaced. Their intentions aimed to being helpful and informative in the need of other mothers and mothers to be, by sharing their perceived experiences on YouTube.

Keywords: First-time mother, motherhood, mothering, transition to motherhood, postpartum, shared experiences, support system, social support, social media, social networking services, YouTube

1. Introduksjon

Denne studien handler om førstegangsmødres opplevde erfaringer tilknyttet møtet med morsrollen, samt førstegangsmødres perspektiver på egne forventninger og samfunnets forventninger til denne overgangen. Det å gå inn i morsrollen er en naturlig prosess samtidig som det kan bli sett på som en av de største overgangene i livet, for veldig mange kan denne overgangen by på nye følelser og bekymringer (Redshaw & Martin, 2011, s. 306–307). Det å bli forelder- mer spesifikt «mamma», har en biologisk kjerne i tillegg til at man kan se den i en slags kulturell kontekst hvor rollen blir formet av kultur og sosiale normer (Chodorow, 1979; Phoenix et al., 1994). Denne oppgaven baserer seg på hvordan førstegangsmødre forteller om sine opplevde erfaringer rundt møtet med morsrollen, samt deres familierelasjoner som støtteapparater rundt seg. I tillegg skal jeg se på hva førstegangsmødre ønsker å formidle med å dele sine opplevde erfaringer på sosiale medier. Jeg ønsker å bidra til mer kunnskap på feltet om hvordan førstegangsmødre opplever rolleovergangen til morsrollen og støtteapparatene rundt ved å se på YouTube videoer som nye mødre deler på egne premisser. Forskingen på dette området er nok så begrenset når det kommer til hva som blir delt av opplevde erfaringer knyttet til morsrollen. Målet med studien er å bidra til en økt forståelse og kunnskap rundt morskap, rolleovergangen og førstegangsmødres hensikt bak å dele deres opplevde erfaringer på nett.

Formålet med dette masterprosjektet er å oppnå en oversikt over hvordan førstegangsmødre opplever møtet med morsrollen, altså å undersøke mødrenes opplevde erfaringer rundt overgangen til denne rollen. Morsrollen og førstegangsmødres erfaringer i møtet med denne rollen anser jeg som viktig for alle faggrupper som er i kontakt med mødre. Om dette er helsesøster, jordmor, lege, terapeut, barnevern eller andre faggrupper. Jeg anser dette tema som spesielt viktig for barnevernstudie ettersom informasjon rundt hvordan nye mødre opplever møtet med morsrollen, kan være med å utarbeide en bredere forståelse for mødre som kommer i kontakt med barnevernet for eventuell hjelp eller veiledning. Det er viktig at vi kan forstå førstegangsmødres perspektiver på hva de trenger og ønsker når det kommer til tjenester, ressurser og programmer som vi kan tilby. Ved å studere mødrenes erfaringer og opplevelser med denne overgangen vil studien ikke bare bidra til en overordnet forståelse rundt morsrollen, men også sette lys på angående samfunns diskurser om morskap.

Denne oppgaven vil ikke bare undersøke hvordan førstegangsmødre erfarer møtet med morsrollen, men vil også ta for seg hvordan førstegangsmødre opplever støtteapparatene rundt seg i den første tiden som ny mor. Den teknologiske utviklingen vi har sett de siste tiårene har bidratt til at sosiale medier har blitt en plattform hvor førstegangsmødre oppsøker støtte og deler erfaringer, fremfor eller i tillegg til nære relasjoner og offentlige tjenester som eksempelvis helsestasjonstjenesten og barneverntjenesten. På helsestasjonen blir førstegangsmødre eksempelvis anbefalt å bruke ulike applikasjoner som kan gi ulike råd og veiledning om morsrollen og utøvelse av morskap (Ramaekers & Hodgson, 2020). De aller fleste i dagens samfunn bruker en eller annen form for sosiale medier (Eyde Warembourg, 2022), med dette er nye mødre ingen unntak. Det gir derfor mening å se på sosiale medier og sosiale nettverkstjenester når jeg vil se på hvilke opplevelser og erfaringer denne gruppen har med overgangen til morsrollen.

1.1. Bakgrunn for studien

Det er stadig artikler og debatter om de lave fødselstallene i Norge, om hvorfor kvinner får så få barn og om hvor slitsomt det er å ha barn (Gjellestad, 2024). Det å tre inn i morsrollen i dagens moderne samfunn kan være utfordrende ettersom kravene til foreldrerollen stadig økes, med dette spesielt morsrollen. Overgangen til morsrollen kan for mange oppfattes som overveldende og altopplukende med tanke på omfanget av nye omstillinger kvinner må igjennom (Roy et al., 2014, s. 77). De aller fleste kvinner forandrer seg faktisk som menneske både psykisk og fysisk av å bringe frem ett barn (Mangeli et al., 2017), noe som kan tenkes å være medvirkende faktorer til hvorfor det fødes færre barn i dagens Norge. Ettersom store deler av samfunnet fortsatt har en tendens til å se på barn som primært kvinneanliggende kan overgangen til morsrollen mulig oppfattes som ensomt og isolerende. Det er mange ulike grunner til at man ønsker å oppsøke hjelp og informasjon om morsrollen og alt den innebærer. Uoppnådde forventninger til seg selv, samfunnet og andre rundt seg i rolleovergangen kan innebære et større behov for å bli støttet i rolleovergangen og trygget i rollen som mor. Ettersom dagens samfunn blir stadig mer mobilt er det ikke lengre kun satt sammen av omfanget av menneskene rundt oss, det finnes blant annet utallige nettverkssamfunn som man kan involvere seg i – noe som gjør at mødre gjerne ikke har de samme sosiale sirklene eller nettverkene man gjerne hadde før internettet kom. Eksempelvis er informasjon om hjelpemidler, resurser og morsrollen ikke bare tilgjengelig hos helse- og omsorgstjenester, men det er også lett tilgjengelig via internettet og sosiale medier til enhver tid både ifra

samtligge offentlige instanser i tillegg til private brukere. Mange unge mødre som har vokst opp med å se internettet utvikle seg, stoler ikke bare på denne informasjonen som blir funnet gjennom søkemotorer og sosiale media plattformer, men velger også selv å publisere personlige erfaringer om slike temaer på disse plattformene (Mansour & Francke, 2017).

Sosiale media og sosiale nettverkssider er for mange et hav satt sammen av mangfoldige arenaer hvor man kan finne virtuelle fellesskap og råd rundt temaer som blant annet; morsrollen og foreldrerollen (Scheibling & Milkie, 2023). Jeg har igjennom mine egne erfaringer opplevd slike arenaer som både verdifulle og tidsoppslukende for meg som ny mor, både med tanke på fellesskap og tilgjengelighet. Slike arenaer tar en stor del av hverdagen for mange (Eyde Warembourg, 2022), og nye mødre er ingen unntak.

Mange offentlige tjenester som helsestasjonstjenesten og barneverntjenesten digitaliserer også sine tjenester for å nå ut til foreldre og nye mødre (Ramaekers & Hodgson, 2020; Walker et al., 2017). Man kan eksempelvis få informasjon om hva slags hjelpetiltak barnevernet har igjennom Bufdir eller barnevernsportalen sine hjemmesider, i tillegg til at det er mye nyttig informasjon om foreldrerollen samt muligheter for å melde seg på digitale kurs på de ulike plattformene. I hverdagen kan dette for mange resultere i at råd og veiledning fra egne foreldre og nærsamfunn blir til side satt med bakgrunn i tilgjengeliggjøringen av ekspertveiledet støtte (Plantin & Daneback, 2009). De fleste har hørt utsagnet «*it takes a village to raise a child*», dette tolkes ofte på to måter; det kreves tverrfaglig samarbeid mellom ulike instanser for å oppdra et barn, eller at det rett og slett kreves mange personer (*ofte nærsamfunn og familie*) rundt et barn for at de skal kunne blomstre og utvikle seg (Reupert et al., 2022). Ettersom informasjonsressurser og offentlige støtteapparater er begynt å digitalisere sine tjenester, blir deler av den gamle landsbymentaliteten om ikke lagt til sides – i hvert fall digitalisert. Dette vil dermed si at førstegangsmødre blir nesten automatisk trukket til sosiale media for råd og veiledning. Vel å merke trekkes i tillegg også førstegangsmødre til flere sosiale nettverkssider. Det er her stor tilgjengelighet av informasjon og erfaringer knyttet til morsrollen og utøvelse av morskap, som publiseres av mødre verden rundt på ulike plattformer som YouTube, Facebook og Instagram. Vi må her kunne åpne opp for at realistiske fremstillinger av morsrollen på disse arenaene potensielt kan være med å forbedre førstegangsmødres velvære, samt unngå at møte med morsrollen oppleves som ensomt. Andre mødres opplevde erfaringer kan også potensielt være en læringsarena med

tanke på at man kan lære av andre kulturers praksiser knyttet til utøvelse av morskap og barneoppdragelse (Miller, 2005).

1.2. Presentasjon av forskningsspørsmål og avgrensninger

Mye av dagens samfunn er mobilisert og digitalisert, inkludert arenaer hvor mødre kan dele deres egne opplevde erfaringer. Min interesse om hva nye mødre deler på sosiale nettverkssider om overgangen til morsrollen, stammer fra en nysgjerrighet rundt hvordan de opplever overgangen og navigerer forventningene de har til seg selv og andre i rolleovergangen. Målet med å studere hva førstegangsmødre forteller om overgangen til morsrollen er å kunne få en innsikt i deres opplevde erfaringer rundt tema.

Følgende problemstilling er utarbeidet: *Hvordan oppfatter og erfarer førstegangsmødre møtet med morsrollen?*

For å gå dypere inn på problemstillingen har jeg tatt utgangspunkt i to forskningsspørsmål:

1. Hvilke motivasjoner har førstegangsmødre for å dele sine opplevde erfaringer med morsrollen?
2. Hvordan erfarer førstegangsmødre at familierelasjoner fungerer som støtteapparat rundt seg de første månedene etter å ha blitt mor?

Problemstillingen presiserer at denne studien tar for seg «førstegangsmødres» erfaringer, dermed vil den ikke ta for seg mødre som har flere barn. Studien er også avgrenset ved at den fokuserer på kvinner som er relativt ny i morsrollen, dette valget er gjort med bakgrunn i at det å gå fra barnløs til mor er noe som kun skjer en gang i livet- dermed ønsker jeg å tilegne meg erfaringene deres med rolleovergangen mens det er forholdsvis ferskt i minne.

1.3. Begrepsavklaringer

Til tross for at nøkkelbegrepene som brukes i denne oppgaven er nok så hverdagslige, ønsker jeg å definere begrepene ettersom begreper kan vise til diverse fenomener å ha ulike betydninger. Når jeg definerer begrepene, setter jeg en klar avgrensning på deres betydning og presiserer meningsinnholdet de har.

1.3.1. Morsrollen

Rossi (1968) forklarer at enhver sosial rolle en besitter har en bestemt levetid med en syklus, og at denne syklusen har sine spesifikke oppgaver og tilpasningsproblemer. Morsrollen er en av disse sosiale rollene kvinner trer inn i når de får barn, enten biologisk eller via adopsjon. Noen mener denne rollen er integrert i kvinners identitet, andre poengterer at den må læres å kjennes – men felles er den en stor del av kvinnens liv (Roy et al., 2014, s. 79; Vivekananthan, 2011). Jeg bruker begrepet i den forstand at det er snakk om mødres sosiale identitet. Morsrollen kan sies å formes av materielle og strukturelle omstendigheter (Miller, 2005, s. 141).

1.3.2. Førstegangsmor

Begrepet «førstegangsmor» refererer til mødre som har født eller adoptert sitt aller første barn. Kvinner som har opplevd spontanabort etter svangerskapsuke 22 (prematuro fødsel) eller dødsfall av sitt første barn refererer jeg også til som førstegangsmødre.

1.3.3. Barnestell

«Barnestell» brukes i denne studien i likhet med Tveit og Söderhamn (2015) som et slags samlebegrep for tilrettelegging, planlegging og utførelse av gjøremål tilknyttet barnet. Dette innebærer blant annet det å gi næring og trygghet til barnet, samt skape en balanse mellom barnets aktiviteter og søvn m.m.

1.3.4. Morskap

«Morskap» i seg selv bunner i den kvinnen som har født barnet. I noen tilfeller kan dette avvike, f.eks. om barnet er født igjennom surrogati eller er adoptert (*NOU 2009: 5 Farskap og annen morskap. Fastsettelse og endring av foreldreskap*, 2013). Begrepet brukes i denne studien knyttet til utøvelsen av morskap. Dette innebærer hvordan man som mor opptrer i morsrollen og tar vare på barnet (oppdra barnet). I oppgaven bruker jeg morskap til å referere til «*motherhood*» og «*mothering*».

1.3.5. Sosiale medier og sosiale nettverkstjenester

«Sosiale medier inkluderer alt av internett-baserte tjenester som lar mange snakke med mange uten at det er noe klart skille mellom produsenter og konsumenter» (Aalen, 2015, s. 2). Begrepet «sosiale medier» er altså en fellesbetegnelse for internettplattformer som tilrettelegger for å delta i sosiale nettverk.

Aalen (2015) poengterer at noe av det som er avgjørende for å kunne definere sosiale medier som begrep, er at det ikke har et tydelig skille mellom hvem som produserer innhold og hvem som konsumerer det. Under begrepet «sosiale medier» kan man finne undersjangre som «sosiale nettverkstjenester». Sosiale nettverkstjenester presenteres av Boyd & Ellison (2007) som en web-basert kommunikasjonstjeneste som må følge 3 spesifikke krav. Kravene inneholder at man som bruker må kunne opprette en egen profil, ha en liste over hvem man har en forbindelse med tilknyttet denne profilen og at man kan interagere på et vis med andre profiler (Boyd & Ellison, 2007, s. 211)

1.4. Oppgavens struktur

Masteroppgaven er satt sammen av seks kapitler. I dette første kapitlet introduserer jeg problemstilling, valg og bakgrunn av tema, i tillegg til å gjøre rede for hva jeg legger i ulike begrep som «morsrollen», «førstegangsmor», «barnestell», «morskap», «sosialt nettverk» og «sosiale media og sosiale nettverkstjenester». I kapittel 2 presenteres aktuell teori for oppgaven. Dette omfatter blant annet teori rundt det å ha en rolle, og mer spesifikt teori om hva det innebærer å tre inn i en ny rolle som morsrollen. Kapitlet inneholder også ulike ideologier om morsrollen, som til sammen utgjør oppgavens teoretiske rammeverk. Videre kommer vi til kapittel 3 som tar for seg litteraturgjennomgangen. Her vil det hovedsakelig gjennomgå forskning om nye mødres erfaringer med morsrollen og sosiale medier, forskning

tilknyttet førstegangsmødre og deres støtteapparater, i tillegg til noe forskning om verdien av å dele erfaringer med andre. Kapittel 4 er oppgavens metodekapittel. Kapittelet er et nokså stort kapittel som tar for seg blant annet studiens vitenskapelige tilnærming og forskningsdesign. Her vil jeg redegjøre for mine metodiske valg, fremgangsmåte og gjennomførelse knyttet til analysearbeidet. I kapittel 5 presenterer og drøfter jeg funnene av analysearbeidet. Avslutningsvis i kapittel 6 vil jeg oppsummere oppgavens hovedfunn, reflektere rundt oppgavens styrker og svakheter samt presentere noe forslag til videre forskning.

2. Teoretiske rammeverk

En teori kan bli forklart som et sett med antakelser om et fenomen, man kan bruke teori til å besvare spørsmål, stille spørsmål, begrunne spørsmål og ikke minst oppdage spørsmål (L. E. F. Johannessen et al., 2018, s. 21). I dette kapittelet vil teori fortrinnsvis handle om teorier rundt mennesker og samfunn som kan brukes til å forstå morsrollen bedre. Det finnes eksempelvis mange teorier om samfunn, kjønn, og kultur som kan være med å utforske hvordan mødre opplever morsrollen. For å kunne besvare mitt forskningsspørsmål og si noe om førstegangsmødres møte med morsrollen, er det naturlig å se på ulike teorier knyttet til mennesker og samfunn. Studien min legger preg på sosialkonstruksjonismen, noe som blir ytterligere belyst i oppgavens metodekapittel. Med denne tilnærmingen til vitenskap tyder foreldrerollen på at dette er noe som kan læres og utvikles gjennom sosiale prosesser. Morsrollen ses på som en sosial konstruksjon som konstrueres igjennom sosiale prosesser i en historisk, sosial kontekst (Faircloth, Hoffman, et al., 2015). Mitt teoretiske grunnlag består dermed av teorier og sosiologiske perspektiver som ser på morsrollen som en sosial konstruksjon.

2.1. Systemteori

Atferd kan forstås relasjonelt ved å ta i bruk en systemteoretisk tilnærming. Ifølge denne teorien kan man si at man ser mennesket som en del av ulike sosiale systemer. En familie kan i dette tilfelle bli ansett som et system, og hvordan relasjonene innad denne familien fungerer vil gjenspeile funksjonaliteten av prinsippet. Med dette menes det at menneskene inni disse sosiale systemene ivaretar ulike roller og funksjoner (Hwang & Nilsson, 2015, s. 225–226). Når man dermed skal se på atferd må man se på både samspeillet mellom familiemedlemmene og alle systemene de er en del av, samt hvordan de ulike systemene kan ha en gjensidig

avhengighet av hverandre. Eksempler på ulike systemer en kan være en del av er; syklubb, vennekrets, jobb, fotballag m.m. (Røkenes & Hanssen, 2012, s. 221). Med denne teorien i bakgrunn vil det antas at en mor i en familie kan ha noen roller og funksjoner som gjerne ikke far vil ha, og vis versa. Hwang og Nilsson (2015) gjengir systemteori som opprinnelig introdusert av Ludwig von Bertalanffy (1968), som ulike individuelle deler av en helhet. Her forklares det at om man endrer en del som gjensidig påvirkes av en annen del, vil helheten også endres. Systemteori vil altså påpeke at samfunnet og mennesker generelt streber etter en viss balanse. Skjer det en ubalanse i en familie er det ifølge denne teorien ikke forårsaket av et enkelt familiemedlem, men hele familien vil være en del av årsaken da handlingene individuelt blir styrt av samspillet innad familien og deres oppfatninger av den (Hwang & Nilsson, 2015, s. 225–226). Et annet eksempel innad en familie kan være at om mor blir syk vil det antas at både hennes rolle som mor og funksjonene den rollen har, samt alle som er en del av familien sine roller og funksjoner vil endres av denne ubalansen. Et systemteoretisk perspektiv vil kunne hjelpe meg å drøfte førstegangsmødrenes erfaringer med støtte de får fra nære relasjoner, samt hvordan de opplever relasjonene rundt seg i rolleovergangen.

2.2. Rolleteori og stressteori

Rolleteori er et bredt begrep som går ut på at individers atferd påvirkes av omgivelsene og sosialiseringen man får når man trer inn i ulike sosiale roller (George, 1993, s. 354–355). I samfunnet stilles det forventninger til de ulike rollene man har som individ, gjennom disse forventningene påvirkes rollene av relasjonene man har til hverandre. De ulike sosiale rollene som man inntreer påvirker både selvbildet og identiteten, noen ganger kan man også si at en persons atferd styres helt og holdent av rollen de har (Hwang & Nilsson, 2015, s. 224–225). Eksempler på sosiale roller som man kan ha er; mor, trener, arbeidsgiver, arbeidstaker, samboer m.m. Med å bruke rolleteori i studien vil det være noe begrensninger med tanke på at jeg ubevisst kan lene seg på allmenne fordommer om hvordan mødre bør erfare morsrollen.

Linda K. George (1993) beskriver roller som noe man trer inn og ut av, og definerer dette som overganger. Hun poengterer at sosialisering er med på å gi individer ferdigheter man skulle trenge for å mestre disse overgangene til nye roller og utøve disse rollene effektivt (George, 1993, s. 355). George (1993) bemerker også at rolleteori er noe begrenset med det at selve overgangen fra rolle til rolle ikke er grundig undersøkt. Livsendringer og overganger til nye roller som eksempelvis morsrollen har ulik effekt på ulike mennesker. Hvordan overgangen

til nye roller forekommer påvirkes i følge stressteori av; hvilke vilkår overgangen skjer under, hvilke økonomiske resurser som er tilgjengelig og av hvilke folk man har rundt seg m.m. (George, 1993, s. 357). Hvordan man ser på livsoverganger kan variere utfra hvilke briller man ser igjennom, stressteorien er en teori som fokuserer på identifisering av disse ulike faktorene som er med å påvirke overgangene. Når det gjelder forskning på livsoverganger har stressteori bidratt til å synliggjøre viktigheten av livsoverganger for individers helse og velvære (George, 1993, s. 357–358). Ifølge stressteori kan eksempelvis det å bo i et fremmedland være en faktor som er med å påvirke hvordan man opplever morsrollen. Det å ikke ha sine nærmeste venner og familie i nærheten i en sårbar tid som dette, kan påvirke måten man utøver morskapet i seg selv.

2.3. «Intensive mothering» og «new momism»

Morskap, morsrollen og barneoppdragelse er sosialt konstruerte begreper, dette vil si at ideene og holdningene rundt disse begrepne stammer fra en forståelse og tilknytning til kulturen de finnes i (Hays, 1996, s. 19). Innenfor ulike geografiske regioner og forskjellige historiske perioder kan man dermed finne en rekke kulturelle modeller for f.eks. barneoppdragelse. Over tid kan disse modellene bli irrelevante, og nye modeller vil oppstå i en moderne sosial kontekst (Hays, 1996, s. 20–21).

Ideologien om *intensive mothering* ble introdusert av sosiolog Sharon Hays i boken hennes *The Cultural Contradictions of Motherhood* i 1996. Hun argumenterer for en intensiv foreldremodell som råder mødre til å dedikere enormt av seg selv til barna sine – dette inkluderer blant annet et stort forbruk av tid, energi og penger (Hays, 1996). Denne intensive foreldrestilen som Hays introduserer handler om mye mer enn nødvendig barnestell. Hun poengterer at alt det ekstra mødre gjør for barnet sitt, hvor barnesentrerte og ekspertveiledet de skal være, er med på å fremme det ideelle morskapet.

Selv om flertallet av mødre opplever ifølge Hays denne tilnærmingen til morskap som den ideelle og riktige tilnærmingen å ha når det kommer til å oppdra barn, så blir den nødvendigvis ikke fulgt i praksis (Hays, 1996, s. 9; E. Lee et al., 2023, s. 35). Denne standarden blir mødre evaluert mot for eksempel når de møter helsepersonell og andre faggrupper, hvordan individuelle mødre navigerer idealet varierer med bakgrunn i mange faktorer som for eksempel kulturell bakgrunn, sosial klasse, religion m.m. (E. Lee et al., 2023, s. 40–44) Denne intensive foreldrestilen har vist veien for å videreutvikle en rekke andre intensive oppdragelsesstiler kjent som f.eks. Gina Ford-metoden og helikopterforeldre (E. Lee et al., 2023, s. 33–34).

Begrepet og ideologien om «new momism» ble satt sammen og presentert av Susan Douglas og Meredith Michaels i boken *The Mommy Myth: The Idealization of Motherhood and How It Undermined Woman* i 2004 (Douglas & Michaels, 2005). Utfra tilnærmingen til denne ideologien skal morskap være tilfredsstillende og noe som gjør en kvinne komplett. Douglas og Michaels (2005) hadde lagt merke til at media spesielt overromantiserte morsrollen og utøvelse av morskap. De snakker om hvordan medias glorifisering av kjendismødre (*celebrity mom*) og hvordan disse mødrene får til «alt», samtidig som de går catwalks og ser toppers ut har en kraftig innflytelse på mange kvinner (E. Lee et al., 2023, s. 36–37). Sosiale media og sosiale nettverkstjenester har en slik innflytelse på mødre som kan bidra til mer stress og kritikk, samt være med å skape fellesskap og støtte. Denne overromantiseringen som Douglas & Michaels (2005) refererer til skapte standarder som de beskriver som umulig for de fleste mødre å oppfylle. Ideologien fikk sitt oppsprang rundt 1980, rundt samme tid som flere kvinner trådte inn i arbeidsmarkedet både i Norge og Amerika. New momism legger vekt på feminisme i den forstand at nå har mødre muligheten til å ta egne valg og ha kontroll over sin egen skjebne – men selv med denne tankegangen er det å bli mor det som fremstiller kvinner som «ekte kvinner». Dette gjør ideologien til veldig motstridende, da den både trekker fra og går totalt i mot hva feminisme er (Douglas & Michaels, 2005, s. 1–5).

Både *intensive mothering* og *new momism* viser til hvordan morsrollen og utøvelse av morskap har i den moderne tid blitt noe som sterkt påvirkes av det moderne samfunn, nyere forskning og sosiale media. Fra et sosiologisk synspunkt er morsrollen et sosialt konstruert begrep, noe som tilsier at hvilke mat man skal lage til barna, hvordan man skal kle de, hvordan sønnen skal være og hvordan man skal forholde seg til deres følelser er bare noen få ting som stadig påvirkes og omdiskuteres av både media og politikk (E. Lee et al., 2023, s.

37). Morsrollen kan anses som moralsk belastet ettersom mødre blir vurdert og evaluert i de aller fleste settinger, av fremmede, helsepersonell, venner, familie m.m. De blir ansett som gode eller dårlige mødre utfra hvordan de tar til morsrollen og hvordan de oppdrar barna sine (E. Lee et al., 2023). Tidligere har utøvelse av morskap og barneoppdragelse hvert noe som var privat og hovedsakelig av interesse for kjernefamilien. Nå til dags er alt som relateres til barnestell og det som følger med morsrollen, komt i søkelyset for utallige samfunnsdebatter hvor flere involverer seg i andres private affærer (Dow, 2013). Mødre forventes nå til å bli eksperter innen utøvelse av morskap og holde seg oppdatert på alt nytt innen barnestell og barneoppdragelse, det forventes blant annet at man skal være mottakelig for ekspertveiledning, ta kurs og få råd basert på ny og oppdatert forskning hovedsakelig innen utviklingspsykologi (Faircloth, Layne, et al., 2015, s. 5–6; E. Lee et al., 2023). Disse intensive foreldrestilene er beskrevet som idealer for flest mødre, men det vil dermed ikke si at foreldre på tvers av landegrenser og kulturer følger de samme normene. Oppfatningen av hva som blir sett på som en god mor er både kulturelt og historisk forankret, dermed påvirkes mødre av disse idealene på forskjellige måter utfra f.eks. velferd og etnisitet (Faircloth, Hoffman, et al., 2015; E. Lee et al., 2023, s. 43–44).

3. Litteraturgjennomgang – tidligere forskning

I dette kapitlet har jeg som formål om å fremme forskning som er med å bygge grunnlaget for analysen min, i tillegg til å gi leseren et utgangspunkt for valget jeg har gjort knyttet til forskningsspørsmål og tema. De neste avsnittene er en samling av relevante forskningsartikler som utforsker temaene; *sosiale medier, sosial støtte, sosialt nettverk, støtteapparat, morskap, morsrollen, foreldrerollen og deling av erfaringer*. Her foretar jeg en gjennomgang av tidligere forskning knyttet til overgangen til morsrollen, samt kartlegger interessante tema som vil være med å belyse min problemstilling. Første delen av gjennomgangen gir en beskrivelse av søkestrategi med oversikt over søkeordene som ble brukt for å finne relevant forskning. Videre fremlegges funn av ulike studier kategorisert etter tematikk.

3.1. Søkestrategi

Proessen med å finne tidligere forskning startet med søkemonitoren Google Scholar samt universitetet i Bergen sin søkemonitor BORA. Utover dette ble Web of Science, Idunn og PubMed kilder som også ble tatt godt i bruk. De nevnte databasene ble valgt ut ettersom de har et bredt utvalg av vitenskapelig litteratur innenfor sosiologi, samfunnsvitenskap, pedagogikk samt andre humaniora fagfelt. Utvelgelsen av søkeord jeg benyttet meg av er tatt med bakgrunn i tema for oppgaven.

Underveis forsøkte jeg mange ulike kombinasjoner av søkeord både på norsk og engelsk for å få flest mulig aktuelle treff. Engelske søkeord: *motherhood, mothering, first time mother, transition to motherhood, YouTube, social media, social network, digital media, postpartum, expectations, experiences, shared experiences, sharing experiences, stories, narratives*. Norske søkeord: *førstegangsmor, førstegangsmødre, morsrollen, morskap, erfaringer, historier, delte erfaringer, delte opplevelser, sosiale medier, YouTube, sosialt nettverk, nybakte foreldre, overgangen til morsrollen*. Når jeg søkte i databasene, brukte jeg en kombinasjon av bindeordene «OG», «ELLER», «AND» og «OR» avhengig av språk. Noe relevant litteratur er også funnet sitert igjennom forskjellige artikler jeg har lest, samt gjennom referanser i masteroppgaver med relevante tema (A. Johannessen et al., 2016, s. 103–110).

Studiene jeg har inkludert i litteraturgjennomgangen er hovedsakelig engelskskrevne studier med ett unntak. Dette er utført med bakgrunn i at det er en betydelig større andel forskningsartikler og forskning som er gjort knyttet til overgangen til morsrollen, førstegangsmødres erfaringer og sosiale medier på engelsk. Søket i Google Scholar kan tas som et eksempel da det slutter opp om dette ettersom første gangen jeg brukte de norske søkeordene «førstegangsmødre» «OG» «sosiale medier» kun ga 23 treff, i motsetning til de samme ordene oversatt på engelsk «first time mother» «AND» «social media» som ga så mye som 728 treff.

Fremgangsmåten for å finne relevant forskning og artikler for akkurat min studie begynte med å skille ut forskning som er eldre enn tjue år, dette ble gjort med grunnlag i den stadige teknologiske utviklingen og fremveksten i sosiale medier de siste tiårene. Det vil derimot tas i bruk noe eldre litteratur og studier som jeg anser som relevant, i tillegg til studier som er med på å poengtere å støtte opp om nyere forskning. Store deler av forskningslitteraturen som er

eldre enn tjue år er relevant litteratur som jeg har funnet sitert i ulike forskningsartikler og andre masteroppgaver. Inklusjonskriteriene mine var at studiene må omhandle temaer knyttet til morsrollen fra enten førstegangsmødre eller småbarnsmødres perspektiv, at litteraturen handlet om overgangen til nye roller eller verdien av å dele erfaringer. Artikkene ble ekskludert om de fokuserte hovedsakelig på barneoppdragelse, medieeksponering av barn eller påvirkningen av sosiale medier. Utvalget av forskningsartikler er også tatt med bakgrunn i hva jeg opplever som relevant og som underbygger problemstillingen og studien min (Everett & Furseth, 2004, s. 71–100).

3.2. Relevant forskning

Denne gjennomgangen av relevant forskning vil først ta for seg artikler og annen forskningslitteratur knyttet til erfaringer med møte med morsrollen fra førstegangsmødre og småbarnsmødres perspektiv. Deretter vil jeg presentere forskning om førstegangsmødre og deres støtteapparater. Før jeg vil sette søkelys på preferanser og årsaker rundt mødres bruk av sosiale medier gjennom de siste tiårene. Til slutt vil jeg legge fokus på litteratur som tar for seg det å skulle dele egne erfaringer med andre.

3.2.1. Opplevde erfaringer i møte med morsrollen

Oppgavene rundt barnestell og amming er noe av det aller første man møter som førstegangsmødre når det kommer til morsrollen. Tveit og Söderhamn (2015) gjorde en kvalitativ studie for å undersøke hva nettopp førstegangsmødre gjør for å mestre disse elementene de første ukene etter fødsel. I undersøkelsen definerer de *mestring av barnestell* som å kunne være i stand til å ta hensiktsmessige tiltak for å møte barnets behov. Disse tiltakene handler om å anskaffe seg en slags balanse mellom hvile, næring, trygghet, samspill m.m. Undersøkelsen viser til at førstegangsmødre har ofte et større behov for profesjonell oppfølging, samt et ønske om å bli på sykehuset etter fødsel til de har lært seg barnestell (Tveit & Söderhamn, 2015). Ettersom jeg skal studere førstegangsmødres opplevde erfaringer i møte med morsrollen, vil det være relevant for meg å se nærmere på hvordan disse mødrene i denne studien erfarer elementene rundt barnestell. Her er jeg ikke interessert i om de faktisk mestrer disse elementene eller ei, men nysgjerrig på hvordan de opplever møtet med disse «oppgavene» og evt. morsrollen.

Kvinnene som deltok i undersøkelsen til Tveit og Söderhamn (2015) informerte at de hadde forberedt seg på hvordan de skulle håndtere morsrollen, og på mestring av barnestellet under hele svangerskapet. De forberedte seg gjennom å tilegne seg kunnskap fra sosiale nettverkssider, forum, bøker, familie og venner. Denne forberedelsen forklarte de at var med på å øke tillitten de hadde til seg selv om hvordan de skulle håndtere morsrollen. Disse funnene kan støttes av eldre forskning knyttet til tilpasning av morsrollen under fødsel som ble gjennomført av Kiehl og White (2003). I denne studien ble det gjort funn om at mors tillitt til egne evner rundt morsrollen, henger sammen med at det å vite hva man kan forvente før man opplever det gir en følelse av kontroll (Kiehl & White, 2003). Kvinnene fra Tveit og Söderhamns studie ga ikke bare uttrykk for at de hadde nytte av forberedelsene de hadde gjort på forhånd, men også at støtten de fikk fra andre i samme båt var nødvendig for å takle overgangen til morsrollen (Tveit & Söderhamn, 2015, s. 160).

Et gjennomgående tema tilknyttet mødrenes erfaringer i studien til Tveit og Söderhamn (2015) var stress, dette framsto som et hinder i mestringen av barnestell. De konkluderte dermed med at det første møte med morsrollen var preget av smerte, frustrasjon og som nevnt ovenfor *stress* – dermed burde hvile og søvn for mor prioriteres mer i de tidlige fasene i møtet med morsrollen for å unngå ulike stressfaktorer. De viser også at det å få til å amme barnet er en av de største betydningene for mestringsfølelse av barnestell for førstegangsmødre. Under intervjuene utdypet kvinnene at de ignorerte smerte og tretthet for å oppfylle barnets behov, de forklarer at hvile og trygghet fikk de kun når de hadde et øye til barnet (Tveit & Söderhamn, 2015, s. 159).

Store livsoverganger slik som overgangen til morsrollen kan i mange tilfeller assosieres med ensomhet. Studien til Lee et al., (2019) omhandler nettopp dette tema hvor de ønsker å undersøke og forstå førstegangsmødres opplevde erfaringer knyttet til ensomhet. Funnene viser at uventede bekymringer og mindre muligheter for egentid og sosial interaksjon var noen av emnene som gikk igjen når mødrene presenterte opplevelsene sine rundt ensomhet i møte med morsrollen. Kvinnene ga uttrykk for at de følte de var ganske forberedt på overgangen til morsrollen, men at realiteten med den nye rollen var sjokkerende for dem i møte med den (K. Lee et al., 2019, s. 9). Ideene om hva som var normalt hadde hvert påvirket av medias romantisering av morsrollen, mødrene følte på en byrde med å skulle ta vare på barnet sitt samt opprettholde en god dynamikk i husholdningen og parforholdet. Dette er i tråd med både tidligere og nyere forskning som viser at det er spenninger mellom de intensive

morskapsideologiene og likestilling innad parforholdet, hvor man forventes å prestere på alle fronter noe som vanskeliggjør det å nå opp til alles forventninger (Faircloth, 2021; Miller, 2007). Det å sammenligne seg selv med fremstillinger av hvordan en god mor skal være, og frykten for å bli dømt når de følte de ikke kunne nå den ideale standarden ga kvinnene i studien til Lee et al (2019) en stor sårbarhet. Denne sårbarheten fungerte også som en barriere for å ta til seg støtte hos ektefeller, familier og venner (K. Lee et al., 2019).

Førstegangsmødres forventninger knyttet til møtet med morsrollen kan i mange tilfeller ikke alltid bli oppfylt. Når disse forventningene ikke blir møtt kan det ha en stor innvirkning både på mors energi og humør, samt livskvalitet postpartum (*etter fødsel*) (Parsa et al., 2019). Miller (2007) utførte en studie om førstegangsmødre forventninger og overgangen til morsrollen. I likhet med K. Lee et. al., (2019) ble det gjort funn av ensomhet i møtet med morsrollen, i tillegg til at frykt om å ikke være en «god nok» mor ble gjentatte ganger uttrykt av mødrene i undersøkelsen.

Noe som er interessant i denne studien er hvordan Miller (2007) avslører hvordan selve fødselsopplevelsen kan fungere som et brått vendepunkt i hvordan mødrene forventet møtet med morsrollen skulle være. I likhet til studien gjennomført av Lee et al., (2019) menes det at forberedelsene de hadde gjort eller antagelsen om at det meste ville komme naturlig, ikke alltid stemte med hvordan de forventet det skulle bli (Miller, 2007). Selv om forberedelse igjennom sosiale medier, forum, bøker, familier og venner m.m. er dokumentert at vil hjelpe på mødrenes tillitt til hvordan de vil møte morsrollen (Kiehl & White, 2003; Tveit & Söderhamn, 2015), påpeker Miller (2007) at forventningene om håndteringen av morsrollen vil kunne avvike uansett. Alle mødrene som deltok i studien forklarer en forskjell fra forventning til opplevelse rundt morsrollen, noen uttrykker også en dissosiasjon til barnet som kan oppleves som ensomt (Miller, 2007). Flere av kvinnene uttrykte en følelse av nederlag når fødselsopplevelsen opplevdes som noe ukontrollerbart, denne usikkerheten og følelsen av lite kontroll tok de med seg inn i de første ukene som ny mor. Roy et al., (2014) presiserer også at mødres opplevde erfaringer med fødselen kan ha en betydelig stor rolle på hvordan de tar til overgangen til morsrollen. Mødrene opplever en ansvarsfølelse ovenfor barnet sitt, men ettersom forventningene til morsrollen ikke samsvarer med virkeligheten skaper det en usikkerhet om hvordan de skal utøve morskapet (Miller, 2007, s. 350).

Ensomhet, depresjon og angst er noen ettervirkninger av fødsel og møtet med morsrollen kvinner kan møte på. Enkelte mødre utvikler også det man kaller for fødselsdepresjon eller «PPD – *postpartum depression*» på engelsk. Fødselsdepresjon kan ikke bare beskrives som én ting (Montgomery, 2018, s. 200). Dette kan for noen inkludere dissosiasjon til barnet, angst, selvmordstanker, hormonelle forandringer, utmattelse i tillegg til et hav av andre symptomer. En studie ble gjennomført i 2012 av Kantrowitz-Gordon (2013) for å tilegne seg informasjon om mødres erfaringer med fødselsdepresjon. Her ble det tatt i bruk et forum hvor mødre kunne presentere sine erfaringer anonymt, noe som åpnet opp for autentiske og uredigerte samtaler om emnet. Disse erfaringene blir presentert som moderne tilståelser som kan være med å frigjøre skammen og maktforholdet mellom en intervjuer og intervjudeltaker, spesielt når det kommer til sensitive opplysninger og tabubelagte temaer som skal undersøkes. Det flere mødre uttrykker på denne plattformen er at de føler seg som dårlige mødre da de ikke oppnår forventningene både de selv og samfunnet har anlagt til hvordan møtet med morsrollen «skulle ha vært». Istedenfor å sette pris på den første tiden med barnet snakker de om en trang om å forsvinne fra situasjonen, samt innrømmer de at følelser av ensomhet tar overhånd. De fortsetter å fortelle om en skyldfølelse av å ikke nå opp til den ideelle morsrollen og hva som ligger i det å være en god mor. Det kommer også frem i studien at det er ikke kun erfaringene rundt fødselsdepresjon som blir presentert og omdiskutert på forumet, mødre gir hverandre også råd og støtte om hvordan de skal komme seg videre eller søke hjelp (Kantrowitz-Gordon, 2013). Skyldfølelsen som mødre refererte til ovenfor kan knyttes til begrepet «*mother-blame*», noe som betyr at mødre både blir holdt ansvarlig for barnas handlinger, velvære og feiltakelser (Jackson & Mannix, 2004; Ladd-Taylor & Umansky, 1998).

3.2.2. Førstegangsmødre og deres støtteapparat

Det å bli mamma for første gang kommer med mange nye inntrykk, blant annet er det store emosjonelle og kroppslige forandringer- som vil være med på å fremme behovet for ekstra støtte og informasjon (Aston et al., 2018). Disse forandringene kan påvirke mødre i ulik grad, men spesielt i den første tiden som mor kan førstegangsmødre oppleve økte følelser rundt isolasjon og rollebegrensninger ifølge av sitt nye ansvar som mor (Tarkka et al., 1999). Overgangsfasen og den første tiden i morsrollen kan i mange tilfeller være overveldende, i tillegg kan den oppfattes som ensomt selv om man har den mest støttende partneren ved siden av seg (K. Lee et al., 2019; Roy et al., 2014). Selv om man som mor kan føle seg godt utstyrt, støttet og informert under svangerskapet, vil det ikke nødvendigvis si at man gjør det i

overgangen til morsrollen. Forskning tyder på at støtten og informasjonsressursene er en god del svakere i postpartum perioden sammenlignet med hvordan det er under svangerskapet (Elliott et al., 2022; Guerra-Reyes et al., 2016, s. 14). Mangel på støtte fra partner, nære relasjoner og helsepersonell i postpartum kan ha negative konsekvenser både for mor og barn, forskning viser at det eksempelvis kan ha en avgjørende rolle når det kommer til nye mødres beslutninger om å amme (Beggs et al., 2021, s. 8). Stress i forbindelse med overgangen til morsrollen beskrives som betydelig mer veiende den første tiden som mor, enn eksempelvis under graviditeten. God og økt støtte fra partner i denne overgangen har vist seg å kunne redusere stress i postpartum perioden (Roy et al., 2014, s. 73–74).

Ifølge en studie gjennomført av Elliott et al (2022) er barselomsorgen i USA hovedsakelig spedbarns-sentrert. Spebarnets oppfølging blir prioritert med opptil flere besøk de første 12 ukene av barnets levetid, imens mor sin oppfølging nedprioriteres- hvor hun får tildelt ett standard besøk etter fødsel. I studien viste det seg at det var opp til de nye mødrene å selv oppsøke støtte, fremfor at den ble tilbudt til dem av helsepersonell (Elliott et al., 2022). Det å ikke motta en slik formell sosial støtte i postpartum perioden viser seg å kunne være med på å øke risikoen for å havne i en fødselsdepresjon (Gupta et al., 2024; Leahy-Warren et al., 2012).

Når man trer inn i morsrollen følger det også med en haug med forventninger som samfunnet har for denne rollen (Hwang & Nilsson, 2015). Ettersom det kreves ganske mye av nye mødre er det viktig å omgi seg rundt støttende miljøer. Et godt støtteapparat skal bidra med sosial støtte for mødre gjennom tilførsel av ulike ressurser og en følelse av tilknytning (Bryant et al., 2024). Bekreftelse av helsepersonell viser seg fra tidligere forskning å være førstegangsmødres viktigste faktor når det kommer til å motta sosial støtte, dette ettersom det ligger en forventning til at rådene er oppdatert og ekspertveiledet (Tarkka et al., 1999). Nye mødre ser på seg selv som bedre mødre og har generelt et bedre selvbylde når de har et godt støtteapparat rundt seg (Germic et al., 2021). Mødrene føler seg ikke bare bedre når de opplever god støtte, men forskning viser også at et godt støtteapparat knyttes til positive helseutfall hos både mor og barn (Guerra-Reyes et al., 2016). Tilstrekkelig med støtte og omsorg i barselperioden samt god helseinformasjon, knyttes til positive funn i tilknytning til førstegangsmødres fysiske- og mentale helse (Guerra-Reyes et al., 2016). Nye mødre bør dermed støttes og oppmuntres til å ivareta sin egen helse (Tarkka et al., 1999). God nok helseinformasjon i etterkant av fødsel kan eksempelvis være med på å redusere stress hos nye mødre i postpartum perioden (Guerra-Reyes et al., 2016, s. 14).

Det å reorganisere hierarkier i sine sosiale nettverk etter fødsel viser seg for mange nye mødre å skje nesten automatisk, familie blir ofte noe som vektlegges mye mer både når det kommer til praktisk og emosjonell støtte (Guerra-Reyes et al., 2016; K. Lee et al., 2019; O'Connor & Madge, 2004). Dette fører til at mødre ofte har et ønske om å ha familie nær seg, også på grunn av at de fysisk kan føle seg isolert eller fanget i huset ettersom man ammer og/eller har helserelaterte plager (K. Lee et al., 2019; Plantin & Daneback, 2009). Selv om det er et ønske om å ha foreldre og andre familiemedlemmer innenfor en kort rekkevidde, er det ikke alltid slik at dette er mulig ettersom noen har flyttet til andre land, har helse relaterte utfordringer eller har familie i forskjellige byer osv. O'Connor & Magde (2004) hevder eksempelvis at for nye mødre som ikke geografisk bor i nærheten av sine egne mødre, opplever at alternative støtteapparater blir stadig viktigere.

Det er også slik at selv om familie er noe som vektlegges mer og kvinner har et ønske om at de skal være et godt støtteapparat, så er det slik at postmodernismen og samfunnsutviklingen har ført til en reduksjon av sosial støtte fra nære relasjoner (*familie og venner*) (Plantin & Daneback, 2009, s. 3). Mange mødre kan dermed oppleve en mangel på sosial støtte i møte med morsrollen selv om behovet for det er nokså stort (Choi et al., 2005; Plantin & Daneback, 2009). Tradisjonelt sett har førstegangsmødre henvist seg til sine egne mødre for å få støtte i rolleovergangen, men ettersom samfunnet er blitt mer mobilt oppleves det å få nær støtte fra mødrene sine som vanskeligere å realisere (Aston et al., 2018; O'Connor & Madge, 2004; Plantin & Daneback, 2009). Mobiliseringen av befolkningen er ikke den eneste grunnen til at førstegangsmødre ikke henvender seg til sine egne mødre for sosial støtte like mye som før. Informasjonen og rådene mødrene kommer med kan i mange tilfeller oppfattes som noe utdatert, dette ettersom forskning på feltet er stadig i endring. Førstegangsmødre kan dermed oppleve at mødrenes erfaringer ikke er relevant eller gyldig for dem, og deretter henvender seg til ekspertveiledning, bøker og/eller informasjon på sosiale media (Plantin & Daneback, 2009, s. 3).

Selv om førstegangsmødre kan oppleve at egne mødres informasjon og veiledning virker utdatert (Plantin & Daneback, 2009), opplever flere førstegangsmødre som tilbringer tid i sitt barndomshjem rundt sin egen mor etter fødsel en følelse av trygghet og støtte (Gupta et al., 2024). Opplevelsen av å omringe seg rundt positive omgivelser samt det å føle en tilstedeværelse av førstegangsmorens egen mor, har vist seg at førstegangsmødre oppfattes som god støtte i overgangen til morsrollen (Gupta et al., 2024).

3.2.3. Sosiale media og morsrollen

Sosiale media plattformer er som regel informasjonssøkende kilder, men det er også funnet flere tilfeller hvor nye mødre påpeker at sosiale medier kan fungere som sosial støtte (Archer & Kao, 2018; Aston et al., 2018; Bartholomew et al., 2012; Elliott et al., 2022; Kantrowitz-Gordon, 2013; Plantin & Daneback, 2009; Walker et al., 2017). Med de utallige utfordringene som kommer med overgangen til morsrollen er det naturlig å utforske alternative måter å motta støtte til rolleovergangen på, spesielt om man ikke opplever tilstrekkelig støtte fra eksempelvis helsestasjon og nære relasjoner. Forskning viser at førstegangsmødre bruker sosiale media hovedsakelig til informasjonssøking, men antallet førstegangsmødre som henviser seg til sosiale media for sosial støtte viste seg å være økende i 2009 (Plantin & Daneback, 2009). Mange førstegangsmødre har mammapermisjon fra jobb og bruker gjerne mindre tid på sosiale aktiviteter, noe som tidvis kan virke isolerende og ensomt (Kantrowitz-Gordon, 2013; K. Lee et al., 2019). Sosiale medier kan bidra til at mødre får en følelse av at de har et sosialt liv, da det danner muligheter for å holde kontakten med kollegaer og venner (Bartholomew et al., 2012).

Beggs et al. (2021) gjennomførte en studie om nye mødres oppfatninger og opplevelser rundt amming. Funnene viste at behovet for ammestøtte for nye mødre var stort, samt at lett tilgang til gode og praktiske råd fra helsepersonell kunne være med å forenkle- og muliggjøre prosessen for mødre som vil amme. De fant at tilgangen som nye mødre har til slike resurser og støtte var av stor variasjon. De antar at sosiale medier kan bidra med å tilgjengeliggjøre god informasjon og støtte angående amming, samt være et medium for å dele dette selv (Beggs et al., 2021, s. 8). De påpeker også at rollen kulturelle diskurser har på mødrenes opplevelse av amming må anerkjennes og utnyttes av helsepersonell (Beggs et al., 2021, s. 9).

Studien til Archer og Kao (2018) viser til forståelsen rundt førstegangsmødres engasjement for sosiale medier. Målet med forskningen var å undersøke om sosiale medier kunne være en forbedrende faktor for velvære hos småbarnsmødre, i tillegg til å se på hvordan sosiale media kan fungere som en slags sosial støtte for dem. De gjorde 10 fokusgruppeintervjuer med småbarnsmødre i 2015 som satte søkelys på hvordan mødrene brukte sosiale medier, hvilke plattformer de foretrakk og hvilke årsaker de hadde til å bruke plattformene. Studien viste at de aller fleste mødrene så på sosiale medier som en del av foreldreopplevelsen. Fortrinnsvis tok de nevnte mødrene i bruk plattformen Facebook fremfor andre plattformer. Begrunnelsen deres for å ta i bruk plattformen varierer noe fra mor til mor, gjengangerne var; enkel

kommunikasjon med venner og familie, sosial støtte, lett å «zone ut», rask tilgang til informasjon og nyheter. Archer og Kao (2018) konkluderer med at bruken av sosial nettverkssider er en økende måte for mødre å knytte bånd med andre mødre i samme situasjon, i tillegg nevnes det at flertallet av mødre i 2018 ser på sosiale medier som noe som har en betydelig rolle i hverdagen deres (Archer & Kao, 2018).

Studien til Elliott et al., (2022) tok for seg hvordan førstegangsmødre brukte sosiale nettverkssider for å få relevant støtte og hjelp i overgangen til morsrollen.

Førstegangsmødrene avslørte at de tok til sosiale medier opptil flere ganger til dagen. Denne eksponeringen kom både med positive og negative følger. Hovedsakelig ble plattformene Facebook og Instagram tatt i bruk, andre nettverk som ble beskrevet som nyttige inkluderte; Twitter, Tiktok og YouTube. Det kom tydelig frem i studien at de fleste av mødrene valgte å ikke selv dele sine egne opplevde erfaringer rundt morsrollen på sosiale medier, men at de heller la fra seg «usynlige fotspor» ved å observere hva andre mødre deler om tema de interesserer seg for. Noen av mødrene la også frem at det å kunne hente informasjon uten å føle et ansvar for å vedlikeholde et forhold eller opprettholde en samtale kunne være befriende, da de kjente de mottok støtte på egne premisser. De forteller at uten tilgangen til sosiale medier ville møtet med morsrollen bydd på flere utfordringer og vanskeligheter. Sosiale medier blir her fremstilt som et verktøy som er med på å gjøre morsrollen enklere ved bruk av veiledning og validering.

Det er derimot ikke bare positivitet med eksponeringen av sosiale medier som blir uttrykt, mødrene la også frem en frykt rundt kritikk. Mødrene fortalte at de hadde en tendens til å dømme seg selv og være sin egen største kritiker. Dette gjorde at de var ekstra følsomme for å motta kritikk om seg selv som mamma på nett. Uavhengig av dette nevnte de gjentatte ganger at viktigheten av rask tilgang til informasjon, samt tryggheten av at andre går igjennom det samme som dem er ansett som viktige elementer i valget med å ta i bruk sosiale medier (Elliott et al., 2022). Disse resultatene støtter seg oppom tidligere funn av at mødre er aktive brukere av sosiale medier (Baker & Yang, 2018).

Som nevnt tidligere opplever noen mødre sosiale media plattformer som steder hvor man kan få nye venner og møte andre kvinner i samme situasjon. Dette kan legge til rette for trygge og private arenaer for å diskutere sensitive og tabubelagte temaer (Frey et al., 2022; Kantrowitz-Gordon, 2013). Det er mange mødre som har vanskeligheter med å snakke med partner,

helsepersonell eller nær omkrets om tunge tanker, seksualitet etter svangerskap, psykisk helse m.m. (Guerra-Reyes et al., 2016, s. 15). Den anonymiteten man kan ha på ulike sosiale media plattformer gjør det enklere å innrømme ting, og lufte tanker man ellers i hverdagen velger å holde for seg selv. Forskning viser at frykten for å dele sine følelser og erfaringer, kan føre til at mødre fratrer for å oppsøke eller være mottagelig for fjes til fjes sosial støtte- å velger for eksempel å heller søke råd på nettforum (Aston et al., 2018). Som nevnt ovenfor er det noen tilfeller hvor mødre ikke ønsker å dele sine erfaringer i det hele tatt, men er interessert i å lese om andre sine opplevde erfaringer med morsrollen (Elliott et al., 2022). Dette kan de gjøre med å lese bloggposter, kommentarer og andre offentlige innlegg i ulike grupper på flere sosiale nettverkssider (Johnson, 2015). Forskning på akkurat dette feltet er hovedsakelig rettet mot ulike forum fremfor sosiale nettverkssider som f.eks. Facebook eller Instagram.

Tidligere forskning har undersøkt førstegangs- og småbarnsmødres bruk av sosiale medier og dens bruksnytte (Lupton, 2016). Det har vist seg at sosiale medier kan for mange anses som et hjelpemiddel mot isolasjon, ensomhet og usikkerhet rundt overgangen til morsrollen. I tillegg til å bli sett på som et hjelpemiddel, poengteres det at sosiale medier er med å lette på seriøsheten av alt det morsrollen kommer med. Sosiale medier har bidratt til flere nye måter mødre kan koble av virkeligheten på, eksempelvis gjennom underholdnings applikasjoner eller plattformer som produserer underholdning. Usikkerheten rundt morsrollen kan med dette dempes ved å se og lære av andres erfaringer rundt graviditet og morsrollen (Lupton, 2016, s. 8–10).

Det finnes mye informasjon rundt barnestell, utøvelse av morskap og annet relatert til morsrollen på internett. Tilgang til andres opplevde erfaringer viser seg å være av stor interesse for mødre, dette gjelder blant annet erfaringer rundt graviditet, fødsel, barselperioden og småbarnsfasen (Archer & Kao, 2018). Informasjonen man leser på ulike nettsider kan ofte være motstridende på et annet (Aston et al., 2018; Guerra-Reyes et al., 2016). Med dette i bakhode bruker mødre ofte sosiale nettverkssider eller leser kommentarer på forum, for å se etter andres erfaringer med den informasjonen som man har lest (Guerra-Reyes et al., 2016). Mengden informasjon rundt barnestell og morskap- samt alle motstridende argumenter og meninger, skaper et potensiale for at mødre kan føle seg overveldet. Noe som kan virke mot hensikten om å føle seg støttet og betrygget (Aston et al., 2018).

3.2.4. Verdien av å dele egne opplevde erfaringer

I følge tidligere forskning forsterkes egne erfaringer med å oppleve de sammen med andre (Boothby et al., 2014; Reis et al., 2017), noe som kan bety at opplevelser rundt graviditet, fødsel, overgangen til morsrollen og morsrollen i seg selv kan ha en større psykologisk betydning og innvirkning om de blir delt sammen med for eksempel en partner (Boothby et al., 2014). Som nevnt tidligere har mange førstegangsmødre forestillinger og forventninger om hvordan morsrollen og overgangen til morsrollen skal være. I en studie gjort av Law et al., (2021) viser det at mødres oppfatning av sosiale normer og samfunnets forventninger om en lykkelig og fantastisk barselperioden, påvirker mødres trygghet og ønske om å dele egne erfaringer- spesielt om disse avviker fra hva de opplever at normen er (Law et al., 2021, s. 1380).

Mange mødre velger å holde sine følelser, tanker og erfaringer med morsrollen inni seg fremfor å dele de med andre, i en frykt av å bli dømt eller ansett som en uegnet mor. Trosser man denne frykten kan man derimot oppleve å bli møtt med direkte støtte eller få henvisning til riktige støtteapparater (Law et al., 2021). Det å snakke åpent om barselperioden og utveksle erfaringer med andre mødre, kan være med å bidra til at mødre kan motstå å bli påvirket av det som oppleves som uoppnåelige morskapsidealer som eksempelvis «*intensive mothering*» og «*new momism*» (Faircloth, 2023; Law et al., 2021, s. 1382). Når man snakker om og deler egne erfaringer kan man i mange tilfeller ha en tendens til å sammenligne sine opplevelser med andres opplevelser (K. Lee et al., 2019). Noen mødre opplever denne sammenligningen med negative følelser og kritikk (Elliott et al., 2022), mens andre får en form for bekreftelse på hvor man står selv i morsrollen av det å sammenligne både seg selv og barnet sitt med andre mødre og barn (Alstveit et al., 2010). Verdien av å utveksle erfaringer og dele opplevelser med andre kvinner i samme situasjon, har vist seg å kunne hjelpe mødre med å føle seg mindre alene i morsrollen (Law et al., 2021, s. 1381). Både det å dele egne opplevde erfaringer samt det å være mottakelig for andres erfaringer vises fra tidligere forskning å forme identitet og følelser av egenverd (Law et al., 2021). Tidligere forskning tyder på at det er et økende behov for arenaer hvor førstegangsmødre kan finne andre mødre å relatere og identifisere seg med, samt dele følelser og erfaringer (Alstveit et al., 2010).

3.3. Oppsummering

Som nevnt tidligere presenterer Archer & Kao (2018) bruken for sosiale media som en komplementær form for sosial støtte hos mødre. Nyere funn av Elliott et al., (2022) kommer med en indikasjon om at sosiale medier fungerer som en viktigere støttende rolle i mødrenes tidlige erfaringer i møte med morsrollen enn antatt. Det viser seg å være en god del forskning på feltet om selve morsrollen, sosial støtte og sosiale media. Hovedfunnene til studiene som er inkludert i litteraturgjennomgangen er at man kan trekke på tråder av *intensive mothering* og/eller *new momism*, en fremstilling av uoppnåelige morskapsidealer viser seg å være gjennomgående i de aller fleste forskningsartiklene (Elliott et al., 2022; Kantrowitz-Gordon, 2013; K. Lee et al., 2019; Miller, 2007; Tveit & Söderhamn, 2015). Ifølge forskning forbereder de aller fleste kvinner seg til overgangen til morsrollen, og har en trang for å gjøre ting «riktig». Den fremhever både eksterne og interne stressfaktorer, som eksempelvis mangel på sosial støtte og endringer i roller/identitet som kan påvirke utøvelse av morskap og i verstefall føre til depresjon (Choi et al., 2005). Gjentatte ganger blir det påpekt i ulike studier at førstegangsmødre og kvinner i overgangen til morsrollen generelt sett er store brukere av sosiale medier – her vil jeg gjøre oppmerksom på at informasjonen de selv deler om opplevde erfaringer rundt morsrollen er begrenset (Baker & Yang, 2018; Elliott et al., 2022).

Om man trosser frykten for kritikk kan deling av egne erfaringer med andre vise seg å være helsefremmende positivt (Law et al., 2021). Graden av ensomhet kan minske og man har en større sjanse for å kunne ha noen å relatere til, som igjen kan påvirke hvor støttet man føler seg i rollen og rolleovergangen til mor (Germic et al., 2021; Guerra-Reyes et al., 2016). Mangel på støtte i rolleovergangen og den første tiden som mor kan ha negative helseutfall, både den fysiske og mentale helsen har større sannsynlighet for å bli svekket om mødre ikke får dekket sine behov for støtte (Beggs et al., 2021; Elliott et al., 2022; Guerra-Reyes et al., 2016). Forskning tyder på at familierelasjoner som støtte i overgangen til morsrollen er utelukkende viktig for førstegangsmødre (Guerra-Reyes et al., 2016; K. Lee et al., 2019; O'Connor & Madge, 2004), det vil derimot ikke bety at familierelasjonene nødvendigvis fungerer som gode støtteapparater (Choi et al., 2005; Plantin & Daneback, 2009).

Ut fra mine litteratursøk viser det seg å være en mangel på studier som undersøker og fokuserer hovedsakelig på hva førstegangsmødre forteller og deler selv om morsrollen på sosiale medier- mer spesifikt ser på erfaringer som mødre allerede har delt. Dette vil jeg identifisere som hull i gjennomgangen av forskningen som er presentert.

4. Metode

I dette kapitlet skal jeg redegjøre for oppgavens vitenskapelige- og metodiske tilnærming samt studiens forskningsdesign. Jeg vil presentere prosessen med forberedelse og gjennomførelse av studien i tillegg til å gjøre rede for selve søkeprosessen og videoutvalg. Dette presenteres for å gi leseren ett innblikk i hvordan valg og vurderinger er blitt håndtert underveis i studien for å hjelpe meg å svare på mine forskningsspørsmål. Jeg vil gå igjennom den analytiske prosessen som innebærer blant annet transkribering og koding av videoer i tillegg til å reflektere rundt forskerrollen og forskningsetikken.

4.1. Vitenskapsteori

Det er mange ulike måter å fremstille vitenskapsteori på, men i bunn og grunn kan man si at det er ett slags rammeverk for hvordan man forstår kunnskap. Begrepene *ontologi*, *epistemologi* og *metodologi* finner vi under denne grenen av filosofien. På den ene siden er det ontologi som handler om hvordan man forstår verden rundt seg og virkeligheten man lever i, og på den andre siden finner vi epistemologi som tar for seg hvordan man skal ta til seg denne kunnskapen om virkeligheten (Anker, 2020, s. 47–60). Til slutt finner vi metodologi som går ut på å finne måter og metoder man kan bruke for å frembringe ny kunnskap på (Punch, 2013, s. 14–18).

En måte å se det på er at hvordan man forstår og opplever verden kan variere ut ifra hvilken vitenskapelig tilnærming man har. Som Hatch (2002) presenterer er de ulike vitenskapelige tilnærmingene takket være vitenskapsteoretikeren Thomas S. Kuhn, kjent som vitenskapelige paradigmer. Innenfor de ulike paradigmene finner man forskjellige forsknings- teknikker og teorier som er med på å danne rammer for forskningsarbeidet, samt peker på hvilken metode som vil være egnet til å hjelpe forskeren å ta til seg kunnskapen en søker etter (Hatch, 2002, s. 11–13).

4.1.1. Oppgavens vitenskapelige tilnærming

Kvalitativ og kvantitativ forskning har ulike vitenskapelige tilnærming, hvilken type forskningsspørsmål en har og hva som er hensikten med forskningen vil være med på å avgjøre hvilken vitenskapelig tilnærming som passer seg best (Tjora, 2018, s. 12–13). Dette er en kvalitativ studie hvor sosialkonstruktivismen er masteroppgavens vitenskapsteoretiske utgangspunkt, noe som går under det man kaller det fortolkende paradigme. Det at forskningen går under et fortolkende paradigme vil si at subjektiviteten jeg har som forsker står sentralt og er et medvirkende redskap i prosjektet (Malterud, 2017). Kjennetegn ved sosialkonstruktivismen er at menneskets virkelighetsforståelse kontinuerlig formes av omgivelsene en befinner seg i og gjennom menneskelig samhandling (Malterud, 2017, s. 28–29). I studien vil dette bety at jeg ser kunnskap og morsrollen som sosialt konstruert, og forstår at denne kunnskap henger sammen med sosiale handlinger.

Sosialkonstruksjonismen er en vitenskapsteori som bygger på at mening konstrueres av mennesker som påvirker hverandre gjennom tale, handling og andre måter å sosialiseres på (L. E. F. Johannessen et al., 2018, s. 41–43). Det forklares at når man undersøker bestemte måter å tenke på, samt hvordan man setter mening på fenomener er med på å legitimere bestemte handlingsformer. Her fokuserer det på samfunnsmessige faktorerens betydning for hvordan man ser og oppfatter seg selv og andre (Hwang & Nilsson, 2015; L. E. F. Johannessen et al., 2018). Valget falt på en kvalitativ vitenskapsteoretisk tilnærming med sosialkonstruktivisme som vitenskapsteoretisk grunnlag, med bakgrunn i at målet med studien er å tilnærme seg en dypere forståelse av førstegangsmødres opplevde erfaringer. Med denne tilnærmingen erkjenner jeg at det eksisterer ulike versjoner av virkeligheten og at mødre konstruerer morsrollen i samspill med andre faktorer, men her vil jeg legge vekt på mødrenes fortellinger å se disse som deres virkelighet. Oppgaven bygger seg dermed rundt det at jeg velger å stole på mødrene når de forteller om sine opplevelser og sine virkeligheter (Malterud, 2017, s. 199).

«Hermeneutikk er læren om fortolkningen av tekster» (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 73), den er opptatt av forståelse og tolkning av mening i den sammenhengen et fenomen opptrer i- altså konteksten. Sosialkonstruksjonismen handler som nevnt om denne konteksten som spiller inn i konstruksjonen av eksempelvis morsrollen som fenomen (L. E. F. Johannessen et al., 2018; Malterud, 2017).

Ettersom den hermeneutiske tilnærmingen handler om å fortolke tekst, må jeg i min studie transkribere mitt videoutvalg for å kunne lene meg på denne tilnærmingen. Hermeneutikken hører til den fortolkende delen av samfunnsvitenskapen og har sitt formål om å finne en allmenn forståelse av hva konteksten i en tekst er. Når man bruker en hermeneutisk tilnærming anslår man at forskeren går igjennom en kunnskapsprosess forbundet med forståelse og tolkning av tekst. Her vil forforståelsen jeg som forsker har tas med inn i forståelsen jeg får når det kommer til tolkningen av tekstene. Det vil dermed ikke være mulig å finne en egentlig sannhet ifølge en hermeneutisk tilnærming, ettersom forforståelsen til den som tolker teksten vil være forskjellig og dermed forstås på ulike måter (Nilssen, 2012, s. 71–74). Vekslingen mellom min forforståelse, forståelse av tekstenes ulike deler og deres helhet forklares som *den hermeneutiske sirkel*. Her sies det at all fortolkning av tekst er i bevegelse og blir påvirket av forskers egen og allmenne forforståelse. Fortolkningen av teksten som helhet blir påvirket av hvordan forsker har fortolket deler av teksten og vis versa. Med denne tilnærmingen vil jeg åpne opp for en dypere forståelse av meningsinnholdet i videoene som blir delt, enn hva som gjerne blir observert med første øyekast (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 237).

4.2. Metodevalg – kvalitativ forskningsmetode

Fokuset mitt er å tilegne meg kunnskapen førstegangsmødre sitter med når det kommer til opplevde erfaringer i møtet med morsrollen. Ettersom jeg ønsker å studere nettopp opplevde erfaringer var det naturlig for meg å velge kvalitativ forskningsmetode. Kvalitative metoder streber gjerne etter å være med å bidra til å få frem subjektive erfaringer og opplevelser. Denne type forskningsmetode blir tatt i bruk for å styrke viten og forståelsen rundt menneskelige egenskaper å passer dermed bra til min studie (Malterud, 2017, s. 30–32). For meg så var det viktig at kunnskapen jeg skulle tilegne meg kom fra eget initiativ fra mødrene, og med egne premisser. Metodevalg for å innhente datamaterialet falt dermed på å gjennomføre en video-analyse-studie.

4.3. Datainnsamling

All forskning trenger materiale som skal være med å svare på forskningsspørsmålene en har satt seg. Det finnes mange ulike typer datainnsamlingsmetoder som kan brukes for å samle inn nevnt materiale. I kvalitativmetode det kan for eksempel være igjennom intervjuer, observasjoner, bilder, registerdata m.m. Creswell og Creswell (2023) deler inn innsamlings

metodene man kan benytte seg av når det kommer til datainnsamling av kvalitativt materiale i fire kategorier; observasjon, intervju, dokumenter og sosiale medier, audiovisuelle- og digitalt materiale (Creswell & Creswell, 2023, s. 200–201).

Man skiller hovedsakelig mellom primær- og sekundærkilder når man skal innhente datamateriale. Primær-kilder er kilder som er førstehånds fremstillinger og som ikke er fortolket av noen andre. Sekundærkilder fortolker derimot primær-kildene, dette kan eksempelvis være gjennom kommentarer og kritikk (Everett & Furseth, 2004, s.141-142). I denne oppgaven henter jeg inn datamateriale fra plattformen Youtube i form av videoer. Dette vil plassere datainnsamlingsmetoden min innenfor kategorien; sosiale medier, audiovisuelle- og digitalt materiale (Creswell & Creswell, 2023, s. 198–201).

Denne type data er ikke blitt fortolket tidligere og vil dermed anses som primære-kilder. Ved å ta i bruk denne type datainnsamlingsmetode ser jeg muligheter for å få tak i uberørt materiale som speiler førstegangsmødres realiteter.

4.3.1. YouTube som plattform for innhenting av datamateriale

Sosiale media plattformen YouTube er en sosial nettverksside som brukes verden over. Den har en bred rekkevidde og mødre fra hele verden tar i bruk dens videodelingsmuligheter. Bare i Norge er det 32% av den norske befolkningen over 18 år i 2022 som bruker plattformen daglig (Eyde Warembourg, 2022). Et kvalitativt forskningsprosjekt som ble gjort med YouTube som forskningsarena ble gjort allerede i 2009 av Robyn Longhurst (Longhurst, 2009). Her gikk hun igjennom fødselsvideoer på YouTube samt kommentarene som fulgte med dem for å tilegne seg informasjon om hva som ble delt angående temaet. Artikkelen konkluderte med at potensialet med å undersøke informasjon og videoer som ligger på YouTube ikke enda var realisert. Litt over et tiår senere gjorde Ajayi et al. (2021) en narrativ analyse av fødselshistorier som også ble hentet fra YouTube. De forklarte at de valgte å bruke historier hentet fra YouTube for å få en dybde til historiene de ikke ville fått tak i ellers. Målet deres var å få en detaljert beskrivelse av nybakte mødres opplevde erfaringer under fødselen i sammenheng med covid-19. Ajayi et al., (2021) analyserte altså historiene de hentet fra YouTube for å få dybde i svar på hva helsepersonell kunne ha gjort annerledes i forbindelse med fødselen til disse kvinnene.

Det å bruke YouTube som primærkilde til data i ulike studier og undersøkelser virker fremdeles som lite utforsket. Som Longhurst (2009) nevner, virker det som dens potensiale er

fremdeles ikke nådd – selv om det er flere som ser nytten av det i de senere år (Ajayi et al., 2021; Alrubaiian et al., 2024). Per i dag er det begrenset forskning på hva mødre deler om sine opplevde erfaringer knyttet morsrollen på sosiale medier. Med bakgrunn i dette er jeg interessert i å studere hva førstegangsmødre og andre unge mødre publiserer på YouTube tilknyttet opplevde erfaringer rundt morsrollen. Jeg er interessert i å få en økt forståelse over hva de publiserer og eventuelt lar vær å publisere. Det å ta i bruk YouTube som kilde til datainnsamling i denne settingen vil gi tilgang til informasjon som mødrene deler på egne premisser, uten forstyrrelser og innspill fra en eventuelt intervjuer (Creswell & Creswell, 2023, s. 201). Dette kan bidra til å være med å belyse overordnede spørsmål og temaer rundt morsrollen, som kan være med å skape tryggere rammer for nye mødre.

4.3.2. Datautvalgsprosessen

Utvalgsprosessen startet tidlig i oppgavens startfase. Det å skulle gå detaljert igjennom videosnutter for å deretter transkribere og analysere de er i seg selv en omfattende oppgave. Youtube er en plattform med en enorm mengde datamateriale, jeg antok derfor at å søke i denne plattformen ville være tidskrevende. Youtube har begrenset med filtreringsmuligheter når man skal gjennomføre ett søk, det er for eksempel ikke noe form for oversikt over antall videoer som kommer opp når man utfører ett søk på denne plattformen, her må man telle selv. Med dette i tankene bestemte jeg meg tidlig for å kun ta en gjennomgang av de 100 første videoene som dukket opp når jeg foretok mitt søk. Studien som ble utført av Ajayi et al., (2021) var også med på å påvirke valget mitt på å gjennomføre en videogjennomgang av de første 100 videoene, dette ettersom de påpeker i studien sin at brukere går sjeldent videre fra de første sidene etter å ha foretatt et søk i en søkeportal (Ajayi et al., 2021, s. 286). Tidlig i startfasen av oppgaven forsøkte jeg å gjennomføre ett søk på norsk for å finne datamateriale som skulle hjelpe meg å svare på mitt forskningsspørsmål. Dette forsøkte jeg å gjøre med ulike sammensetninger av søkeordene; «morskap», «opplevelser», «morsrollen», «erfaringer» og «overgang». Jeg fant fort ut at denne studien måtte bygges på engelsktalende videoer, ettersom følgen av søkene jeg gjorde enten var «ingen resultat» eller videoer som overhodet ikke var relevant for min oppgave (*publisert av Dagbladet, Se og Hør Norge, Den Nationale Scene o.l.*).

Utvalget av datamaterialet ble dermed hentet fra Youtube ved å bruke søkeordene «motherhood», «experiences», «first» den 10. Januar 2024. Jeg sorterte videotreffene ved hjelp av de begrensede søkefiltrene som var tilgjengelig (Type – Video) og (Sorter etter –

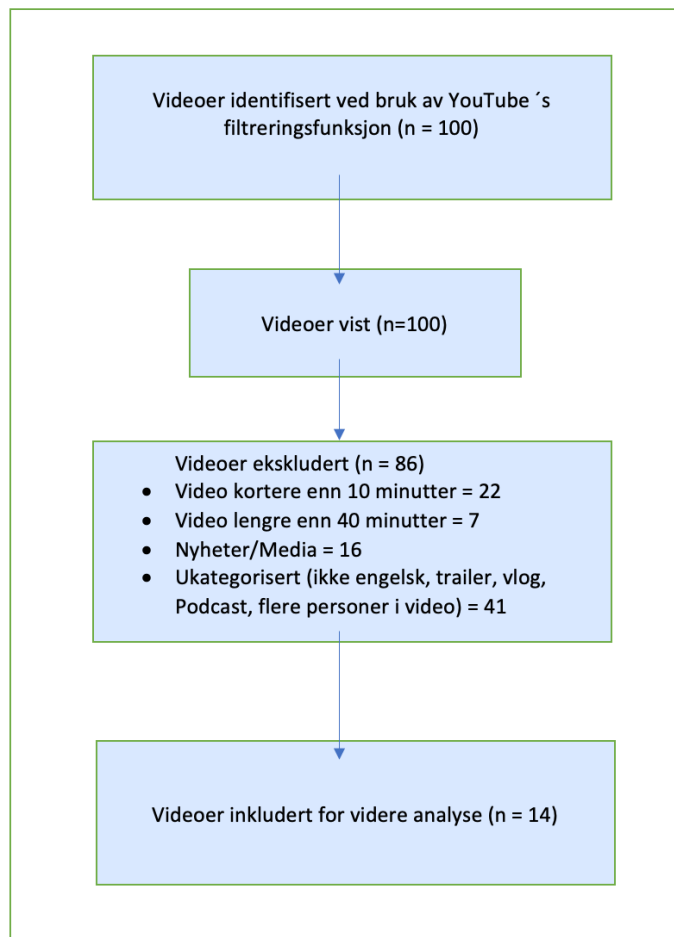
Relevans). Her utelot jeg 3 av 5 søke filtre som «Opplastingsdato», «Varighet» og «Funksjoner». Jeg valgte å ikke sortere video etter «Opplastningsdato» ettersom jeg ønsket å ha muligheten for at videoene kunne være mer enn ett år gammel. Valgmulighetene under «Opplastningsdato» var; «Den siste timen», «I dag», «Denne uken», «Denne måneden», «I år». Søkefilteret «Varighet» ble også ekskludert da valgmulighetene var restriktive. Her kunne det kun sorteres etter; «Under 4 minutter», «4-20 minutter», og «Over 20 minutter». Ettersom jeg var usikker på omfanget av videoer som ville være relevant for min oppgave ville jeg ikke starte med å ekskludere for mange videoer. Jeg hadde også i bakhodet at videoene som ble utvalgt måtte være informasjonsrike, derav kan det være beklagelig å utelukke «Over 20 minutter» om jeg skulle valgt filteret «4-20 minutter». Det siste søkefilteret jeg utelot var «Funksjoner». Valgmulighetene under dette søkefilteret var; «Direkte», «4K», «HD», «Teksting», «Creative Commons», «360°», «VR180», «3D», «HDR», «Plassering» og «Kjøpt». Jeg valgte å ikke sortere videoene utfra disse filtrene da jeg ikke så det som nyttig i denne prosessen.

4.3.2.1. Inklusjon- og eksklusjonskriterier

I denne oppgaven foretar jeg et strategisk utvalg av videoer. Ett slikt utvalg går ut på å velge materiale ut ifra at det kan på best mulig måte være med å svare på forskningsspørsmålet mitt. Da jeg foretok mitt første søk på Youtube var det mange forskjellige type videoer som kom opp. Selv om jeg i søket mitt spesifikt søker etter relevante videoer knyttet til ordene «motherhood», «experiences», og «first», ville nødvendigvis ikke Youtube gi meg automatisk det jeg leter etter. Videoene som jeg inkluderte for videre analyse satt jeg som hoved kriterium at 1) måtte inneholde personlige erfaringer tilknyttet morsrollen. Ytterligere inklusjonskriterier var at 2) videoene måtte være på engelsk for å sikre bredde i videoutvalget, 3) være fortalt av kvinner (uten partner og andre involverte) på en offentlig kanal og 4) videoene måtte være mellom 10-40 minutter.

Grunnlaget for at videoene skulle være fortalt av kvinner uten andre personer involvert, var at jeg ønsket å få deres egne opplevde erfaringer uten innspill og påvirkning fra andre rundt. Tidsrammen for 10-40 minutter ble satt med bakgrunn i at videoene måtte være informasjonsrike samt at det måtte være en overkommelig mengde datamateriale å skulle bearbeide. Jeg ekskluderte videoer over 40 minutter med bakgrunn av mengden datamateriale, ikke av mangel på informasjonsrik data. Med første øyekast ekskluderte jeg videoer som var publisert av nyhetskanaler eller ulike typer organisasjoner. Videoer ble også ekskludert om de

utga seg for å være en vlog eller podcast (se Figur 1). Tankegangen her var at selv om en kan få mye informasjon igjennom en vlog, så kan det være en del forstyrrelser som oppstår for meg som observatør. Bevegelse av kamera og bakgrunnsstøy kan gjøre det vanskelig å få med seg ordrett hva som blir sagt. En vlog involverer ofte andre personer noe som også var en del av mine eksklusjonskriterier.



Figur 1 «Videoutvalgsprosess for videoer til videre analyse

Video tittel	Lengde	Utgitt	Land	Utgiver/kanal	Førstegangsmor
SEX AFTER BIRTH - FIRST PERIOD AFTER GIVING BIRTH - POOPING + PEEING - MOTHERHOOD & WIFEHOOD EP 3	20:32 min.	6 Juli 2023	Kenya	Jane Gachiri	Ja
MY FIRST MOTHERHOOD EXPERIENCE - THE TRUTH ABOUT BEING A FIRST TIME MOM - THE OTHER SIDE OF MOTHERHOOD	15:11 min.	13 Mai 2023	Kenya	Being nimmo	Ja
Things I've Learned about Pregnancy, Birth, and Motherhood - advice for new moms	20:02 min.	17 Mars 2023	USA	Creatorient	Nei
From C-Section to Mom: My First-Time Motherhood Journey	10:52 min.	13 Februar 2023	?	Liznicah Shiru	Ja
CHALLENGES OF MOTHERHOOD AND HARDEST LESSONS LEARNT PART 1	23:33 min.	3 Desember 2022	Malaysia/ Nigeria	Ekoni's TV	Ja
First motherhood experience - doing it alone - No Omugwo - breastfeeding & more!!	12:15 min.	13 Oktober 2022	Russland	Chill with Mummyk	Ja
WHAT NO ONE TOLD ME ABOUT MOTHERHOOD PLUS A DEFINING MOMENT.	21:28 min.	29 April 2022	Nigeria	The Pen Writers	?
7 WAYS MOTHERHOOD HAS CHANGED MY LIFE - MOTHERHOOD LESSONS & EXPERIENCES - MOMLIFE MOMENTS - MOMLIFE	12:31 min.	2 Juli 2021	USA	Annette A	Ja
Why becoming a mom is SO hard (+ what can help with new baby life!!)	26:29 min.	13 Mai 2021	USA	Jessica Hover	Nei
My motherhood struggles - Experiences of a first time mom and lessons learnt	21:59 min.	2 Mai 2021	Nigeria	MKPOUTO EKWERE	Ja
My motherhood struggles - PART 2 - Experiences of a first time mom and lessons learnt	16:10 min.	9 Mai 2021	Nigeria	MKPOUTO EKWERE	Ja
Lessons I Learned In My First Year Of Motherhood	22:01 min.	18 Mars 2021	USA	Laurient Toal	Ja
LETS TALK ABOUT MOTHERHOOD/EXPERIENCES OF BEING A MOM	10:55 min.	13 September 2020	Filippinene	Elaine Mar Sumagaysay	Nei
Things I wish I knew about Motherhood - First time mom experiences	13:49 min.	1 Juli 2020	Filippinene	Mam Cindy Sicat	Ja

Tabell 1 «Videoutvalg for videre analyse»

Målet mitt var å lande på 4-6 videoer med nok innholdsrik datamateriale- til å kunne transkribere og deretter foreta en tematisk analyse. Etter å ha gjennomført en tilsynelatende rask gjennomgang av de første 100 videoene som kom opp, satt jeg igjen med 14 videoer som kunne være relevant for oppgaven. I Tabell 1 har jeg lagd en oversikt over de 14 videoene jeg tar med for videre analyse (se Tabell 1).

Siden jeg ønsket å se på førstegangsmødres opplevde erfaringer, var det viktig å utelukke videoer hvor det enten ikke kom frem om de var førstegangsmødre- i tillegg til videoer hvor det presiseres at de ikke er det. Dette ble et sentralt utvalgsriterium når jeg skulle avgrense videoutvalget mitt. Dermed ble allerede 4 videoer av 14 ekskludert når jeg gikk videre med utvalgsprosessen.

Utydelig engelsk eller fremmedspråk i video ble et annet eksklusjonskriterium som ble tatt i bruk. Dersom engelsken ikke var tydelig nok for meg til å kunne transkribere hva som ble sakt ekskluderte jeg videoene. Her ble det valgt bort 3 videoer. Det siste utgjørende utvalgsriteriet jeg la vekt på var om videoen inneholdt produkt plassering, reklame eller om det ble fremmet noe form av produkter. Jeg la bort disse type videoer ettersom jeg ønsket å forske på formålet mødrene har for å publisere disse videoene for utenom profitt og pengefortjenester.

4.3.3. Utvalget

Fem videoer av fire førstegangsmødre endte opp i det endelige utvalget. Alle var bosatt i ulike land og totalt var det tre ulike nasjonaliteter. Videoene var publisert igjennom en treårsperiode på YouTube mellom mai 2021 og juli 2023. Gjennomsnitts lengden på videoene lå på 21:08 minutter (se Tabell 2). Alle videoene har fokus på morsrollen og det første møte med morsrollen, fire av videoene har hovedfokus på den aller første tiden etter fødsel.

Video nummer	Video tittel	Lengde	Utgitt	Land	URL	Utgiver/kanal	Førstegangsmor
1	SEX AFTER BIRTH - FIRST PERIOD AFTER GIVING BIRTH - POOPING + PEEING - MOTHERHOOD & WIFEHOOD EP 3	20:32 min.	6 Juli 2023	Kenya	https://youtu.be/tb1G7s0bZU4?si=eaOx7kqGwIAQ-lua	Jane Gachiri	Ja
2	CHALLENGES OF MOTHERHOOD AND HARDEST LESSONS LEARNT PART 1	23:33 min.	3 Desember 2022	Malaysia/ Nigeria	https://youtu.be/VGfnINtdlaw?si=q_BQ6iv2rZT-ONOD	Ekoni's TV	Ja
3	Lessons I Learned In My First Year Of Motherhood	22:01 min.	18 Mars 2021	USA	https://youtu.be/tCghKt4B2GA?si=aMgiuZwD521mklsp	Laurient Toal	Ja
4	My motherhood struggles - Experiences of a first time mom and lessons learnt	21:59 min.	2 Mai 2021	Nigeria	https://youtu.be/mlkQ3-VuBA0?si=rtFhFzOGWhheg6gU	MKPOUTO EKWERE	Ja
5	My motherhood struggles - PART 2 - Experiences of a first time mom and lessons learnt	16:10 min.	9 Mai 2021	Nigeria	https://youtu.be/VvPV5BUjpcY?si=t5SWQQWE8hylQ5OP	MKPOUTO EKWERE	Ja

Tabell 2 «Presentasjon av masteroppgavens videoutvalg som utgjør oppgavens datamateriale».

4.4. Analyseprosessen

I denne delen av oppgaven presenterer jeg hvordan jeg gikk frem for å behandle datamaterialet. Jeg har valgt tematisk analyse som metode for å analysere dataen, noe som innebærer å finne temaer i dataene (L. E. F. Johannessen et al., 2018, s. 279). Analysen er den sentrale delen av masteroppgaven som skal bidra til å finne svar på forskningsspørsmålet mitt, her skal jeg lete etter data som kan hjelpe meg. Jeg kommer til å bruke Johannessen, Rafoss & Rasmussen (2018) sin forenkling av Braun & Clarke (2006) sin presentasjon av tematisk analyse. De presenterer en forenklet og justert oppskrift på tematisk analyse som består av fire faser fremfor Braun & Clarke (2006) sine seks; *forberedelse, koding, kategorisering og rapportering*.

4.4.1. Induktiv og deduktiv metode

Som nevnt tidligere lener denne studien seg på det fortolkende paradigme, noe som ofte er kjent når man bruker kvalitativ forskningsmetode. Subjektivitet blir satt i søkelys på den måten at jeg som forsker regnes som et deltagende redskap, dette med grunnlag rundt en forståelse om at man ser verden og menneskelige egenskaper ulikt ut ifra hvilket ståsted man selv har (Malterud, 2017, s. 26–27). Med denne tankegangen bruker jeg en induktiv tilnærming når det kommer til analysering av datamaterialet, som vil si at jeg ser på mødrenes individuelle perspektiver og opplevelser. Med å bruke en induktiv tilnærming så samler jeg inn dataen spesifikt for å få svar på forskningsspørsmålet mitt. Man kan si at det er en slags prosess hvor jeg må kode materialet uten å ha en forutsetning på hva jeg kommer til å finne, og om hva som ligger i dataen (Braun & Clarke, 2006). Kodene vil da oppstå når jeg blir kjent med datamaterialet og i følge Braun & Clarke (2006) går man på en måte «nedenfra og opp» med materialet.

I motsetning til en induktiv tilnærming innebærer en deduktiv tilnærming at man leter i materialet etter visse temaer gjennom ord og klare beskrivelser. Med denne tilnærmingen er det jeg som forsker sin interesse og teori rundt området som vil være med å drive analysen. En deduktiv tilnærming er hva Braun & Clarke (2006) vil fremstille som en «ovenfra og ned» metode, hvor man ofte bruker forhåndsbestemte koder på datamaterialet.

For meg vil det være vanskelig å gå inn i materialet helt åpent og uten noen forventninger om temaer som disse mødrene kommer til å snakke om. Dette med bakgrunn i at jeg ble mamma

for første gang under denne master studien, og vil dermed kunne lese litt mellom linjene med utgangspunkt rundt egen erfaring. I mitt forskningsarbeid blir det derfor vanskelig å kun rette seg mot en induktiv tilnærming. Slik Bingham & Witkowsky (2022) nevner er både deduktive- og induktive strategier viktig når det kommer til kvalitativ analyse. Inspirert av Bingham & Witkowsky (2022) kommer jeg til å jobbe med analysearbeidet på den måten at jeg vil bruke en deduktiv tilnærming for å organisere materialet, samt en induktiv tilnærming for å erkjenne hva som ligger i materialet uten å plassere det innenfor forhåndsbestemte koder.

4.4.2. Forberedelse – transkribering

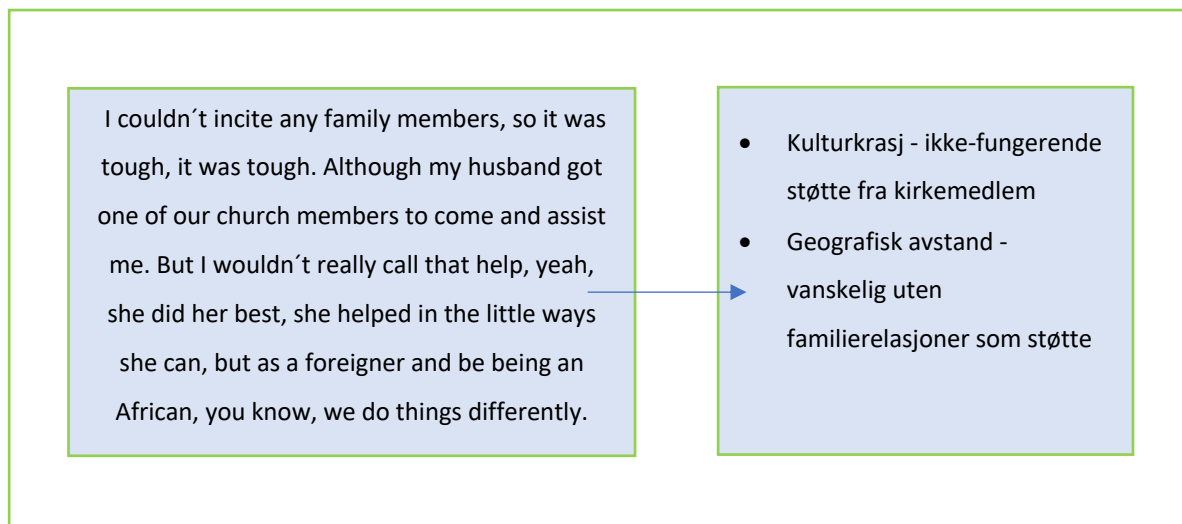
Definisjonen på transkribering eller- å transkribere er å overføre lyd- og/eller bildeopptak til skriftlig tekst (Eyde Warembourg, 2022). Ettersom oppgaven min lener seg mot en hermeneutisk tilnærming, var det nødvendig for meg å transkribere datamaterialet. Dette begynte jeg med i den første delen av analyseprosessen som er forberedelses delen for å gjøre datamaterialet fra videoene tilgjengelig for videre analyse. Denne delen av oppgaven besto for meg av, å lytte og se igjennom Youtube videoene samt å notere ned hva som ble sakt så ordrett så mulig. Jeg valgte å transkribere alt datamaterialet selv, noe som gjorde at jeg følte jeg ble ordentlig godt kjent med eget materialet. Det at jeg transkriberte alt selv hjalp meg også å få ideer til kategorisering og temaer for selve analysearbeidet. Disse tankene om koding som dukket opp underveis noterte jeg ned i notatboken min for å kunne lettere sette meg inn i materialet igjen på et senere tidspunkt (Nilssen, 2012, s. 46–48). Transkripsjonen har hvert en essensiell del av analysearbeidet ettersom hvordan jeg har notert ned bruk av kroppsspråk og fyllord har mye å si for hvordan den skriftlige teksten kan forsås og tolkes i etterkant (Kvale & Brinkmann, 2015). Ettersom videoene som jeg transkriberte er monologer har jeg prøvd å legge vekt på hvor de tar tydelige pauser, dette gjorde jeg for å markere hvor mødrene stopper opp og/eller måtte tenke seg om. For at materialet skulle bli lesbart omformet jeg noe av materialet, jeg utelot lyder som for eksempel «uhm» og «ahh», for at materialet skulle bli lesbart (Kvale & Brinkmann, 2015). Siden teksten ble produsert av meg som forsker så vil den derfor ikke kunne sies å være helt nøyaktig (Nilssen, 2012, s. 46). Det at jeg ønsker å studere opplevde erfaringer påvirker måten jeg transkriberer på. Fokuset mitt er på meningsinnholdet og temaer i transkripsjonen, tolkningen jeg får av videoene vil dermed være tydelig i deler av transkripsjonsarbeidet (Riessman, 2008). Videoene ble sett gjentatte ganger og transkripsjonene ble lest igjennom på detaljnivå opptil flere ganger, dette gjorde jeg for å sørge for at meningsinnholdet i videoene kom tydelig frem.

4.4.3. Koding og kategorisering

I slutfasen av transkriberingen skrev jeg ut alle sidene jeg hadde transkribert for å kunne nærlese materialet og for å danne en oversikt over all data. Jeg valgte å gjøre det på denne måten for å få en bedre oversikt over materialet for meg selv. Før jeg gikk videre til delen i analyseprosessen som tar aktivt for seg å kode og kategorisere materialet, noterte jeg kjappe stikkord på arkene jeg hadde skrevet ut for å danne meg selv et helhetlig bilde over materialet. Johannessen, Rafoss & Rasmussen (2018) refererer til denne måten å behandle materialet på som også en form for koding. Transkriberingen av videoutvalget handlet om å få oversikt over datamaterialet, etterfulgt er arbeidet med å generere koder og kategorier.

Kodingsprosessen eller kodefasen som Johannessen, Rafoss & Rasmussen (2018) refererer det til, handler om å fremheve betydningsfulle poeng og identifisere nøkkelord. Som nevnt tidligere valgte jeg å gjennomføre en kombinasjon av induktiv- og deduktiv analyse. En kombinasjon av disse tilnærmingene kan kalles en abduktiv analyse (Anker, 2020, s. 79). I første omgang så jeg på stikkordene jeg allerede hadde notert meg for å deretter opprette koder ved å ta utgangspunkt i empirien og å nærlese dataene, først når dette var gjort trakk jeg inn teoretiske perspektiver. For at kodene skulle bli god nok så jeg på kodefasen som en dynamisk prosess mellom empiri og teori, å bevege meg derfor frem og tilbake mellom disse slik man normalt sett gjør i en abduktiv analyse (Anker, 2020, s. 79–80).

Jeg benyttet meg av det Tjora (2018) kaller empirinær koding, som gjerne er formet av lange og beskrivende setninger (se Figur 2). Jeg valgte å kode på denne måten ettersom jeg ønsket å kunne se tilbake på kodene uten å trekke frem hele transkripsjonen for å forstå sammenhengen (Tjora, 2018, s. 45). Alle kodene som ble opprettet ble dermed særegne for hver video. Det ble laget en stor andel koder som jeg tok med meg videre til kategoriseringsdelen av analysen, kodene ble utformet med bakgrunn i at de skal kunne hjelpe å svare meg på forskningsspørsmålet mitt.



Figur 2 – Empirisk koding av datamaterialeutdrag fra Video 5

I kategoriseringsdelen av analysen fokuserte jeg på å sortere dataene inn i kategorier som utgjør analysens temaer. Dataene jeg kodet hadde jeg delt inn i 5 ulike dokumenter for de 5 ulike transkripsjonene. Etter at jeg begynte med å gå igjennom ett og ett dokument for å lete etter mønster og hoved temaer, la jeg merke til tydelige gjentakende temaer. Jeg opprettet et nytt dokument for å kunne sortere dataene mer oversiktlig, her startet jeg med å lage et tankekart med forskningsspørsmålet mitt i fokus. Det ble til slutt identifisert 5 hovedtemaer som ble første arm på kartet, to eksempler på disse er «Morsidentitet» og «Støtteapparat». Koder plassert innenfor temaene har noe likhet med hverandre, mens det er klare skiller mellom selve temaene. Temaene kan på tross av skillene ses og forstås alene eller i sammenheng med hverandre (Braun & Clarke, 2006, s. 91). Under hvert hovedtema opprettet jeg 2-4 undertema. Eksempler på koder som ble plassert i samme kategori «Støtteapparat» var utsagn som; «I had envisioned that my stay with my mom was going to be a very soothing and relaxing time [...] I didn't have all of that», og «I didn't have the needed support that I wanted». Begge disse utsagnene sier noe om hvordan de opplevde støtten rundt seg den første tiden som mamma.

Når datamaterialet var ferdig sortert i de ulike kategoriene satt jeg igjen med det som utgjorde den tematiske analysens temaer. Ettersom studien min bygger seg på en hermeneutisk tilnærming, var jeg ute etter å fortolke meningsinnholdet i datamaterialet. Jeg gikk dermed dypere inn i materialet for å avdekke mening og betydningsrelasjoner som ikke man kan se med første øyekast (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 234–237). Eksempelvis i et utdrag av

utsagnet; «*she literally has her lashes filled and her eyeliner is on point, and her hair is perfect beach waves [...] that's not what I look like when I was in the hospital*» (Utsagn 40, Video 3), kan jeg trekke konklusjoner om at man sammenligner seg selv og man ender opp med å tenke i negative baner om egen prestasjon og presentasjon.

4.5. Kvalitetssikring

I dette delkapittelet skal jeg ta for meg hvordan jeg arbeider for å oppnå kvalitet i forskningsprosessen. Forskningsetikk- og refleksivitet vil bli presentert for seg selv, i tillegg vil jeg reflektere over hvordan disse spiller en rolle når det kommer til forskningens pålitelighet og gyldighet.

4.5.1. Etske betraktninger

I kvalitativ forskning er det mange etiske hensyn og betraktninger jeg må forholde meg til gjennom hele forskningsprosessen. Forskningsetikken handler hovedsakelig om hvordan jeg som forsker forholder meg til hva som er rett og galt. Samfunnsforskningen berører enkelt personer, i mitt tilfelle vil dette spesifikt si 4 førstegangsmødre. «Internett forskning er underlagt de samme etiske kravene som annen forskning» (A. Johannessen et al., 2016, s. 87). Selv om informasjonen disse mødrene har publisert på internett er offentlig og publisert av mødrene selv, så snakker de om veldig private og personlige ting i videoene. Når jeg legger til rette for etiske hensyn i min studie så menes det at jeg er oppmerksom på hvordan jeg fremstiller kvinnene gjennom prosessen. Jeg kan si med ganske stor sannsynlighet at ingen av disse mødrene kommer til å lese denne norske studien, men selv med dette i tankene skal jeg skrive på en måte som om de selv skulle lest den og kjent seg selv igjen (Malterud, 2017, s. 214–216). Etersom jeg har en video-analyse-studie, har jeg benyttet meg av offentlig informasjon på internettplattformen YouTube. Videoer som publiseres på YouTube er enten offentlige eller private, om de er publisert privat vil de ikke være mulig for meg å se. Dermed regnes mitt videoutvalg som offentlig informasjon og kan med dette benyttes uten å måtte innhente samtykke fra mødrene (A. Johannessen et al., 2016, s. 83–88).

4.5.2. Forskerrefleksivitet

Veilederen min gjorde meg oppmerksom på hvordan mine egne opplevde erfaringer knyttet til møtet med morsrollen kan være en resurs i denne studien. Tjora (2018) forklarer hvordan mitt ståsted som forsker kan bidra til en spesiell innsikt i- og oppfatning av materialet. Jeg som

forsker kan med dette i bakgrunn ikke beskrives som en nøytral person under forskningsprosessen. Min kunnskap, bakgrunn, interesse og ikke minst egen erfaring som førstegangsmor vil kunne være med å påvirke forskningen (Malterud, 2017, s. 19; Nilssen, 2012; Tjora, 2018). En erkjennelse av at min egen subjektivitet er med på å forme forskningsprosessen er hva man kaller refleksivitet i forskning (Nilssen, 2012, s. 139).

Det at jeg har en repeterende refleksjon rundt egen subjektivitet gjennom arbeidet vil også kunne være med på å øke troverdigheten i studien min (Nilssen, 2012). I analyse og diskusjonsdelen av studien prøver jeg å klargjøre min forforståelse og hypoteser, dette for å gi leseren en innsikt i hvordan jeg kommer frem til mine resultater. Jeg er bevisst på at refleksiviteten er en aktiv holdning som jeg oppsøker og opprettholder igjennom arbeidet (Anker, 2020, s. 111; Malterud, 2017, s. 19). I kvalitativ forskning har man som oftest en nærhet til stoffet som kan vanskeliggjøre refleksivitet. Det kan være vanskelig å se flere sider og andre tolkninger av et resultat enn det man selv ser på som en løsning, derfor er det viktig at jeg identifiserer mine posisjoner og presenterer for leseren hvilke briller jeg tar på meg når jeg presenterer mine data (Malterud, 2017, s. 19–20).

4.5.3. Forskningens pålitelighet, gyldighet og overførbarhet

For at min studie skal være av god kvalitet må den være pålitelig, noe som tilsier at det må være en gjennomgående sammenheng under hele forskningsprosessen (Tjora, 2018, s. 79). Det finnes flere ulike kvalitetskriterier og verktøy man kan ta i bruk for å oppnå dette i metodelitteraturen (Anker, 2020). Som nevnt tidligere er refleksivitet i forskningen et vesentlig element og ett av disse verktøyene man har for å oppnå troverdighet fra leseren (Nilssen, 2012). Den hermeneutiske tilnærmingen viser til at kunnskapen og forforståelsene jeg som forsker har, spiller en viktig rolle når det kommer til fortolkning av data (Malterud, 2017, s. 28). Erkjennelse av at oppgavens funn formes utfra min påvirkning tydeliggjør at dersom en annen forsker hadde analysert samme datamateriale, hadde hun sannsynligvis hatt en annen oppfatning av studien (Tjora, 2018, s. 83–84). For at påliteligheten skal sikres er det derfor viktig å erkjenne nettopp dette, samt gjøre detaljerte beskrivelser av hvordan jeg som forsker går frem i prosessen. Når jeg gjør disse grundige beskrivelsene av handlingsforløpet mitt tar jeg med meg leseren inn i min verden, noe som vil gjøre det enklere for leseren å forstå hvordan jeg har kommet frem til akkurat mine resultater. Det at jeg beskriver vurderingene og valgene jeg gjorde når det kommer til videoutvalget mitt, er et eksempel på

hvordan jeg har gått frem for å tydeliggjøre mine steg i forskningsprosessen (Anker, 2020, s. 108–109).

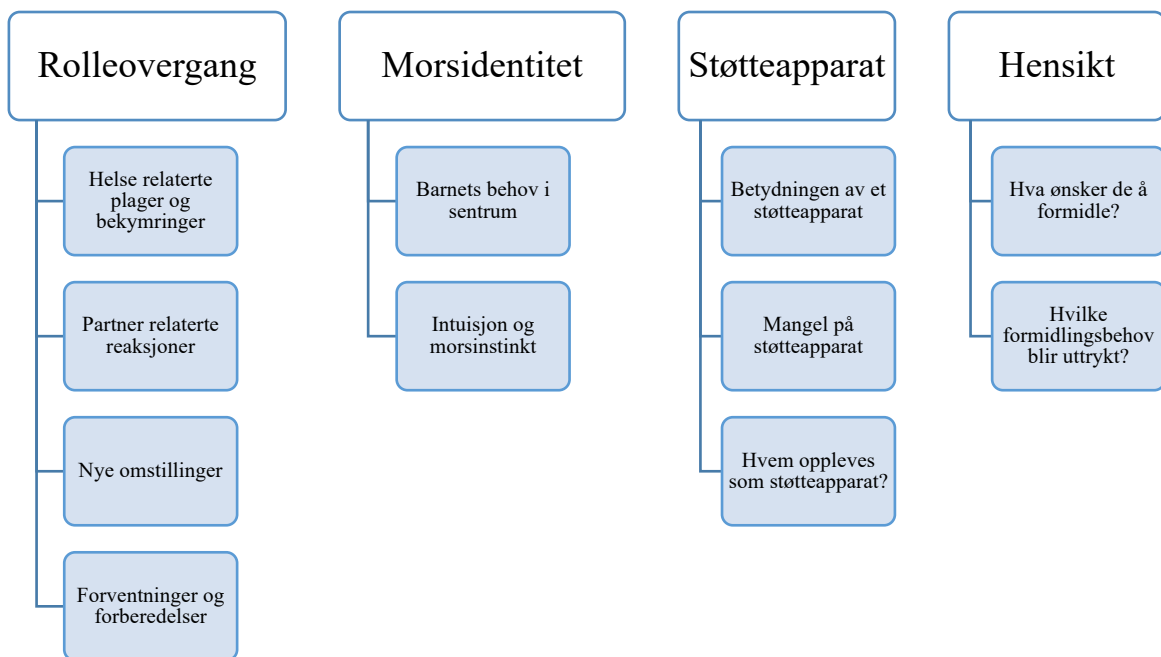
I tillegg til pålitelighet er gyldighet et annet kvalitetskriterium som er med på å sikre kvalitet i forskningen. Begrepet omtales i kvantitativ forskning som validitet. Gyldighet oppnås med å bruke en riktig måte å undersøke et fenomen på, kriteriet handler altså om hvorvidt mine forskningsspørsmål og utforming av prosjektet har en logisk sammenheng (Anker, 2020, s. 108–109; Tjora, 2018, s. 79–81). Man kan si at man har gyldighet i forskningen når funnene man kommer frem til svarer konkret på forskningsspørsmålene, Tjora (2018) beskriver det som en slags erkjennelsesprosess.

Overførbarhet er en forventning ovenfor kunnskap som tar for seg hvilke grad forskningen kan ses i andre kontekster, og kan deles med andre slik at de kan benytte seg av funnene en har gjort i andre settinger (Malterud, 2017, s. 66–67; Nilssen, 2012, s. 162). For å styrke overførbarheten i forskning må en levere gode og innholdsrike beskrivelser av funnene en gjør. I min studie er målet med overførbarhet at andre skal kunne forstå noe mer av hva de selv forsker på med å ta i bruk min forskning (Malterud, 2017). Det å skulle konkludere selv om en studie er overførbar eller ikke vil være vanskelig ettersom kvalitative studier kan begrense seg til visse miljøer. Det er dermed leseren som vil kunne bestemme om det er grunnlag nok til å konstatere forskningen som overførbar (Anker, 2020, s. 110–111).

5. Rapportering, presentasjon og drøfting av funn

Dette kapittelet er det siste steget i Johannessen, Rafoss & Rasmussens (2018) oppskrift for tematisk analyse. I denne delen av oppgaven vil jeg presentere masteroppgavens funn og sitater fra det tidligere transkriberte materialet, samt drøfte disse. Fremfor å gå igjennom videoene en etter en, velger jeg å tematisk presentere hovedtemaene som ble frem arbeidet i koding og kategoriserings delen av analysen- noe som er typisk for den tematiske analysen (A. Johannessen et al., 2016). Studiens problemstilling, delspørsmål og formål legger grunnlaget sammen med de teoretiske rammeverkene for utarbeidelsen av analysen og oppgavens funn. Rapporteringen deles inn i fire underkapitler som representerer hovedtemaene som kom frem i analysen; «rolleovergang», «morsidentitet», «støtteapparat» og «hensikt». Disse temaene er viktige ettersom de vil hjelpe meg å belyse problemstillingen

min, samt å gi meg en forståelse ovenfor hvilke data som er mest gjeldene for å kunne besvare den (L. E. F. Johannessen et al., 2018)



Figur 3 «Oversikt for hovedtema med undertema»

5.1. Rolleovergang

Overgangen til morsrollen viser seg ikke å bare være et viktig tema for meg og min oppgave, men også for førstegangsmødrene i studien. Dette underkapittelet handler om førstegangsmødre som nylig har gått inn i morsrollen, hvordan overgangsprosessen til denne rollen har foregått og hvilke erfaringer de tok med seg underveis. Rolleovergang handler om hvordan kvinnene går fra å være barnløse til mamma. I denne rolleovergangen dukker det opp helse relaterte bekymringer, partner relaterte reaksjoner, nye omstillinger og forventninger til seg selv. Dette defineres som rolleovergangens undertemaer.

5.1.1. Helse relaterte plager og bekymringer

Denne underkategorien viser førstegangsmødres opplevde erfaringer med både baby- og mors helse. Det kommer tydelig frem i analysen at helse relaterte plager for mor, og helse relaterte bekymringer for barnet preger den første tiden i morsrollen. Helseproblemer som er spesifikke for kvinner og refleksjoner rundt forhold til ny kropp, amming, underliv etter fødsel og mors psykiske helse er fremtredende i analysen.

Mødrene reflekterte spesielt rundt den første tiden som mamma, og hvordan smertene i etterkant av en fødsel kunne være et hinder i å prestere som ønsket i morsrollen. De fleste kvinner vet at det å føde oppleves som smertefullt, uavhengig om det er en vaginal fødsel eller igjennom keisersnitt. Usikkerhet rundt hvordan man skal forholde seg til kroppen etter fødsel, og plagene som oppstår i etterkant av den er det flere av førstegangsmødrene som uttrykker som uforventet. Dette selv om flere uttrykker viktigheten over å hvile og lege sine sår. En førstegangsmor fortalte;

The first day I got back from the hospital, I thought I was okay because I was not like in any kind of pain. I took that time to stand, I stood up for too long trying to arrange the baby's bed [...], I thought I was okay. I didn't know I was putting pressure on the incision side, when my daughter woke up in the night to feed [...], I couldn't get up. I was in so much pain that I had to wake my husband so he can assist me to sit up. Even to feed the baby was a struggle. He had to help me pick up the baby from the crib and lay her on my chest so she can feed [...], the pain was so intense, I guess I put too much pressure on it too soon. I mean I had to stay in bed the whole rest of the week.

Utsagn 1, Video 5

Her kommer det frem at hun undervurderte sine egne smerter og sår etter hjemreisen fra sykehuset. Ettervirkningene av å ikke ta det med ro og kjenne etter på smertene, viste seg å forverre tilstanden hennes. At hun overanstrengte seg så tidlig etter fødsel gjorde at hun var avhengig av hjelp for å løfte baby. Hun forteller om en «kamp» som må kjempes for å mate barnet sitt, noe som tydelig preger utøvelsen av morskapet.

Flere av mødrene i videoene ga uttrykk for at bekymringer knyttet til spesielt baby sin helse var stor. Alt fra små bekymringer rundt tannfrembrudd til større bekymringer rundt sykdom og utvikling. Mødrene beskriver et ansvar overfor barnets helse, på hver sin måte reflekterer de rundt hvordan de skal utføre barnestell, mate barnet riktig og hvordan en følelse av hjelpeløshet dukker opp når de opplever å ikke strekke til eller kan lindre barnets smerter. En av mødrene møtte rolleovergangen til morsrollen med mye usikkerhet og redsel ettersom barnet hennes var født med gulsott. Barnet måtte ha flere behandlinger de første dagene etter fødsel, noe som gjør at hun beskriver den første tiden som skadende og traumatiserende.

It was really hurting and traumatizing [...], I would see doctors prick my daughter and meet tears. [...]. She was in so much pain, and it was hurting to me.

Utsagn 2, Video 1

Opptil flere av mødrene hadde bekymringer rundt barnets vekt og oppstarten av å gi barnet fastføde. En mor fortalte at hun ventet lengre enn hva som var anbefalt med å starte å gi barnet fast føde ettersom han ikke hadde fått tenner enda. Hun var ikke komfortabel med å gi han det, da hun var redd for at han skulle kveles. En annen mor beskrev fast føde som;

[...], this was the most challenging phase of my motherhood journey. [...]. Feeding was like, another war. [...], she did not want to take anything.

Utsagn 3, Video 2

For henne var oppstarten av fastføde det som opplevdes som det mest utfordrende med morsrollen. Barnet gikk ned i vekt, hun ville ikke ha annet enn brystmelk og etter hvert begynte helsen å stå på spill. Mødrene forteller om en konstant bekymring over barnets helse, samt en bekymring over at de selv skal gjøre noe feil som kan gå utover barnets helse.

5.1.2. Partner relaterte reaksjoner

Når man går inn en stor livssituasjonsendring slik som morsrollen er, vil dynamikken mellom partner automatisk bli noe forandret. Oppmerksomheten går ifra å være i fullt fokus på hverandre til å måtte deles med barnet som kommer. Alle førstegangsmødrene forteller om noen vanskeligheter knyttet til både sex og samliv. Det som er gjentagende for mødrene er dårlig kommunikasjon mellom de voksne og forventninger til hverandre som ikke ble møtt. Erfaringene med dårlig kommunikasjon beskrives med mye misforståelser fra begge parter, en opplevelse om at partner har liten tålmodighet, at man selv har liten tålmodighet ovenfor partner, i tillegg til en følelse om at baby hele tiden er «i veien» for å dyrke parforholdet. En mor forteller at hun gikk inn i rollen som mamma med en forståelse om at man må ha mye tålmodighet rundt baby og barn generelt, ettersom de ikke forstår ting som voksne gjør var hun helt innforstått med dette. Det som overasket hun, er hvor frustrert hun ble ovenfor partneren sin den første perioden som mamma. Spesielt var dette relatert til hvordan han ikke tok ting like raskt som henne når det gjaldt forelderrollen. Hun forteller;

[...], I remember being frustrated with Mike quite a bit in the beginning, because I just like, didn't understand how he wasn't like, picking things up faster. [...]. I kind of am the one who just kind of is more nurturing and like instinctively just kind of took to parenthood right. Mike obviously had to learn all of those things. And so, I had to constantly remind myself like, grant he's never done this before, he just doesn't have that instinct or maternal you know, personality [...].

Utsagn 4, Video 3

Noen av mødrene beskriver rollovergangen som veldig vanskelig og tøff, de forteller også om hvordan far ikke tar til foreldrerollen på lik linje eller like raskt som mor gjør slik som «Utsagn 4, Video 3» refererer til. En av de kjente på ganske mørke følelser og var redd for å gå inn i en fødselsdepresjon, det hun beskriver som hjalp hun med å unngå dette var faktisk tanken på at far skulle være den primære omsorgspersonen.

[...], who is going to take care of her? Is it the father that is working, that will take care of her? [...], he is even afraid of holding the baby because she's too small [...], those were the thoughts that kept me going those days. [...]. Yeah, I saw the symptoms, I know, I've read up about it, I knew it was coming, but I had to pull myself together for my baby [...].

Utsagn 5, Video 5

Nærhet og sex oppleves som vanskelig å få til det første året som mamma. Babyer som sover i sengen til foreldrene, tretthet og lite sex lyst er noen av komponentene som mødrene forteller at står i veien for dette. En av mødrene hadde vært borte fra mannen sin hele de første seks månedene av barnets liv ettersom det var reiseforbud i forbindelse med Covid-19 pandemien i 2020. Da hun først kom hjem igjen kjente hun på en lyst og trang til å ta opp igjen kjærlighetslivet med partner. Hun forteller at barnet kun ville sove i sengen sammen med foreldrene helt frem til hun fylte ett år, noe som førte til det hun beskriver som ingen kos og nærhet med partner. Selv om de stjal noen øyeblikk innimellom, førte det til negativ spenning i ekteskapet.

I was not giving my husband the necessary attention that I needed to, it was just, baby, baby, baby. [...], truthfully my husband was not having it anymore. Sometimes he would complain. I'm like, you know the daughter we have, like she's so, you know, she's unique [...], he should know, understand what I mean? She's demanding [...], I need to like, you know, give her this

attention and everything [...], I didn't know how to manage it [...], I'm a new mom, I didn't have a child before, this is just new to me, you know?

Utsagn 6, Video 1

Det kommer tydelig frem hos kvinnene at det å balansere den nye rollen som mamma og kjæreste/kone oppleves som slitsomt og vanskelig. Det er en ny overgang i livet som skjer både individuelt og parvis som kan tidvis virke altoppslukende for mødrene. De understreker viktigheten av å etter hvert klare å finne en balanse og være obs på å gi partner oppmerksomhet. Mødrene beskriver denne spenningen mellom de selv og partner som noe som kunne hvert spart om kommunikasjonen hadde hvert bedre og tydeligere.

5.1.3. Nye omstillinger

Førstegangsmødrene ga inntrykk for at morsrollen kommer med mange nye forandringer man må stadig omstille seg etter. De reflekterte rundt hva man over natten må tilsynelatende ofre når man trer inn i morsrollen, i tillegg til alt man er nødt til å håndtere selv (*vil gjøre selv*), hvordan man må tilpasse seg babys behov som er i bestandig endring, samtidig som egne følelser og hormoner er i ubalanse.

[...], I think that part of being able to be a parent is being able to just like, yell plot twist and just kind of switch it around and go in a new direction. Because it's constantly changing with the seasons of life, and the stages that your child is in. And sometimes they need one form of view that they might not need seven months from now.

Utsagn 7, Video 3

Hvordan de opplever de kroppslige forandringene som kommer med en fødsel blir definert som noe de prøver å omfavne, selv om flere poengterer at dette er vanskelig- spesielt i begynnelsen. Dette gjelder herunder ikke alle førstegangsmødrene, en av de var veldig tydelig på at hun visste at dette var et tema som mange mødre opplevde som vanskelig, men som hun selv ikke kjente på. Hennes erfaringer med at kroppen forandret seg var noe hun ikke brydde seg særlig om, hun la til at hun ikke brukte tettsittende kjoler med samme selvtillit som før svangerskapet, men at hun tok de på seg uansett. Hun identifiserte seg med den samme søte personen hun var før hun fødte ett barn. En annen mor reflekterer rundt sine egne kroppslige forandringer og hvordan de påvirket henne som mamma, hun forteller at hun fikk mensén tilbake tre måneder etter fødsel- noe som kom med mye hormonell ubalanse for henne.

Bodies are different [...], hormones respond differently [...]. My, the way my emotions were. [...], I'm irritated by small things [...], but nowadays I have learned how to control myself after noticing that it's like a thing.

Utsagn 8, Video 4

Videre blir atferden til både mor og far beskrevet som noe de må ta mer hensyn til etter de gikk inn i foreldrerollen, atferden blir beskrevet som en stor faktor som påvirker baby. En av mødrene snakker om at det å vise hele følelsesregisteret og kunne diskutere høyløst med partner hadde vært en vanesak før de fikk barn. Nå opplevde de derimot å måtte ta hensyn til barnet i rommet ettersom de oppdaget at barnet forandret seg i slike situasjoner.

We really try when we are having arguments or disagreements or whatever, not to yell in front of the baby. We're not perfect, has it happened? Sure, we've shouted in front of the baby. [...], when we're just kind of like bickering [...], he can tell, and he becomes incredibly fussy, incredibly fussy. Which in a lot of cases helps, because it diverts our attention away from each other and on to him.

Utsagn 9, Video 3

5.1.4. Forventninger og forberedelser

Førstegangsmødrene forteller både om forventningene sine som de hadde satt til seg selv som mamma, og forventningene rundt selve fødsel og overgangen til morsrollen. En av mødrene fokuserer hovedsakelig på fødsel, de kroppslige endringene og forventningene hun hadde til disse.

[...], I have two sisters who have done c-section, I think they were trying to tell me this is how it is. By the way I felt, it was different from the way they were telling me about what to expect at a c-section [...].

Utsagn 10, Video 4

I motsetning til de andre mødrene som reflekterte rundt en opplevelse av å bli skuffet over ulike forventninger som ikke ble møtt i møte med denne nye rollen som mamma. Skuffelsen var hovedsakelig knyttet til en følelse om å ikke strekke til hverken som mor eller kone, planer i barseltiden som ikke ble realisert, og gjøremål som man ikke fikk tid til eller ikke klarte fysisk å gjennomføre. En av mødrene forteller at i hennes kultur er det vanlig og bli

oppvartet den første tiden som mamma av nære relasjoner i tillegg til å få tilstrekkelig med hjelp til barnestellet. Ettersom hun var gift med en mann fra ett annet land og bodde i hans hjemland, hadde mannen ordnet at ett av kirkemedlemmene fra nærsamfunnet skulle bidra med dette.

[...], me being an African, you know, we do things differently. So, like, cooking and bathing the baby, it was tough on me, because she doesn't know how to cook African dishes and I don't really like their kind of food. [...], I had no choice but to go into the kitchen myself once in a while.

Utsagn 11, Video 5

Hun forteller videre at hun hadde en forventning om at overgangen til morsrollen skulle være preget av tid til å slappe av og lege sårene sine. Erfaringen var derimot det motsatte ettersom hun forklarte at det var hun selv som endte opp med oppgaver som å måtte lage mat og bade baby. Hun viste takknemlighet, men også en stor misnøye over hjelpen hun fikk rundt barnestellet. Det var ikke slik hun hadde sett for seg at det skulle gå.

Samtlige av mødrene uttrykte også at de hadde lagt flere planer for den første tiden som mamma som inneholdt blant annet å reise bort fra partner, gjennomføre oppussingsprosjekter, dra ofte på kafé besøk med partner og venner, rydde og vaske m.m.

[...], I was home on maternity leave, and I had all of these ideas in my head for all the things I would do on maternity leave, like you know, newborn babies they sleep a lot during the day. [...], surely, I was going to be able to organize the linen closet [...], when none of that was happening, and then also my house looked like a bomb went off at the end of the day, and my laundry was still piling up. I, like, couldn't wrap my head around what the hell am I doing all day, why is this all like this? I'm literally home all day. It turns out that taking care of a newborn is actually like really hard.

Utsagn 12, Video 3

Det er derimot ikke bare skuffelse knyttet til forventningene som mødrene opplever. En av førstegangsmødrene forteller at hun hadde en viss oppfatning av hvordan morsrollen skulle bli, ettersom hun allerede hadde en dyp kjærlighet ovenfor barnet da det var i magen. Selve kjærligheten som faktisk oppsto i det baby kom ut var derimot helt annerledes og som hun opplevdes som helt uforklarlig.

[...], everything about you changes, the way you feel like [...], the way that you feel about your baby [...], but when the baby comes you get to love them so much, a type of love that you can't even explain.

Utsagn 13, Video 4

5.1.5. Drøfting av funn

Mødrene oppfattes som å være forholdsvis godt forberedt til rolleovergangen ettersom de hadde lagd planer for den første tiden som mamma, lest seg opp på det meste som var babyrelatert og kjente allerede på en dyp kjærlighet til barnet i magen. De viser en åpenhet for innflytelse og påvirkning både fra nære relasjoner samt andre i samfunnet. Det at mødre hadde forberedt seg til denne rolleovergangen støtter opp om Tveit & Söderhamn (2015) og Kiehl & White (2003) sine funn, om at førstegangsmødre ønsker å være mest mulig forberedt til overgangen til morsrollen. Selv med den forberedelsen de ulike kvinnene hadde foretatt ble det uttrykt mye skuffelser knyttet til deres møte med morsrollen. Forventninger de hadde satt seg på forhånd ble nødvendigvis ikke møtt, noe som også er et gjennomgående tema i den tidligere forskningen (K. Lee et al., 2019; Parsa et al., 2019). Noen av mødre hadde forberedt seg igjennom samtaler med nære relasjoner, sett YouTube videoer og/eller fått informasjon fra helsepersonell, men realiteten som møtte dem opplevdes som avvikende fra slik de hadde forestilt seg. Med tanke på at samfunnet er konstruert på en slik måte at det er egne forventninger til rollen som mor (*rolleteori*), kan det å oppleve at egne forventninger ikke blir møtt bidra til negativitet og store følelser (Hwang & Nilsson, 2015). Eksempelvis illustrerte en av førstegangsmødrene hvordan tiden rundt henne bare ble borte, forventningene rundt alt hun skulle klare å gjennomføre i barseltiden oppfattes som uoppnåelige (U12, V3). Dette kan tyde på at overgangen til morsrollen for henne erfartes som litt tung og preget av følelser rundt det å ikke strekke til. Tiden hun så for seg å bruke på oppussing, organisering, venner m.m. ble prioritert til barnet og dens behov, noe som bærer preg av en intensiv foreldrestil slik som presentert av Hays (1996).

Selv om funnene viser at førstegangsmødrene oppfatter rolleovergangen til morsrollen som en livsovergang fylt med mange store følelser, kan det tenkes at ikke alle førstegangsmødrene kjente til hva den emosjonelle virkningen av den nye rollen ville innebære. En av førstegangsmødrene fortalte om en følelse av redsel knyttet til det å falle inn i en fødselsdepresjon (U5, V5). Hun spesifiserer at redselen er ovenfor hvordan dynamikken ville

utspille seg i familien (*systemteori*), fremfor eksempelvis hva en slik depresjon ville komme til å si for hennes mentale helse (Hwang & Nilsson, 2015; Røkenes & Hanssen, 2012).

Selv om hun utelukker å kommunisere ut hvilke følelser som preget henne i den første tiden som mamma, kan det tenkes at oppfatningen hun har ovenfor sin partner assosieres med ensomhet i den nye rollen (K. Lee et al., 2019; Miller, 2007)

Rolleovergangen til morsrollen har ulik effekt på de forskjellige førstegangsmødrene, men ettersom førstegangsmødrene ikke presenterer seg selv i videoene med noe annet enn navn- er det i følge stressteori ganske mange faktorer som utelukkes når det kommer til andre roller og eksterne ledd, som kan være med å påvirke deres oppfatning og erfaring med overgangen til morsrollen (George, 1993). I analysen kommer det frem at en av førstegangsmødrene bor i et fremmed land sammen med sin partner, i tillegg til at en annen av mødrene tilbringer de første seks månedene etter fødsel borte fra partner. Hvordan de opplever overgangen til morsrollen og hvordan de utøver morskap kan ses i sammenheng med at de ikke befinner seg rundt deler av familien sin, noe som i tidligere forskning anses som essensielt i den første tiden som mor (Germic et al., 2021; Guerra-Reyes et al., 2016; K. Lee et al., 2019). Det at disse mødrene oppfatter den første tiden i morsrollen som preget av ensomhet og savn er i tråd med tidligere studier (K. Lee et al., 2019; Miller, 2007).

Når kvinnene gikk fra å være barnløse til førstegangsmødre ble familien utvidet fra 2 til 3. Når jeg ser på det med et systemteoretisk perspektiv så påvirket ikke bare rolleovergangen mor som individ, men også ulike individuelle deler av parforholdet som en helhet (Hwang & Nilsson, 2015; Røkenes & Hanssen, 2012). Overgangen fra barnløs til mor skjer kun en gang i livet, sett i lys av en intensiv foreldrestil kan denne rolleovergangen med alt den innebærer oppfattes som altoppslukende for mødrene. Når morsrollen blir satt i søkelyset kan det tenkes at rollen som kjæreste, kone eller partner blir nedprioritert. Dårlig kommunikasjon og nedprioritering av å pleie parforholdet skapte for noen av mødrene en ubalanse i familien. En av mødrene reflekterte eksempelvis rundt det at hun ikke ga mannen sin nok oppmerksomhet det første året som mamma (U6, V1). Hun la tydelig frem at han tidvis ga uttrykk for misnøye ovenfor situasjonen samt frustrasjon over mangel på oppmerksomhet fra henne. Ut ifra «Utsagn 6, Video 1» kan det tyde på at han ikke var klar over hvilke stressfaktorer hun sto ovenfor og hvor krevende rollen som mor oppfattes for henne (Choi et al., 2005; Tveit & Söderhamn, 2015). Det kan antas med bakgrunn i tidligere forskning at hun ikke hadde overskudd til å gi han hva han trengte i denne overgangsfasen, ettersom hun uttrykker at han

viser liten forståelse ovenfor hvilke behov barnet har som hun opplever at må til en hver tid dekkes (Faircloth, 2021). I følge systemteori viser ubalansen som dukker opp i familien seg dermed å ikke være forårsaket av en enkelt person eller en enkelt hendelse knyttet til rolleovergangen, begge partene er en del av årsaken til ubalansen ettersom deres handlinger eller i noen tilfeller- mangel på handlinger blir styrt av samspillet innad familien (Hwang & Nilsson, 2015; Røkenes & Hanssen, 2012). Bedre kommunikasjon samt åpenhet rundt følelser og forventninger mellom partene, kan argumenteres for at ville ha hatt en positiv effekt på det flere av førstegangsmødrene opplever som ubalanse eller spenning i parforholdet.

I overgangen til morsrollen legger flere av førstegangsmødrene til at frustrasjon ovenfor partner var gjennomgående den første tiden. En av mødrene erfarte at hun selv tok lettere til morsrollen og overgangen fra det å gå fra barnløs til forelder enn hva partner gjorde, hun beskriver overgangen som mer naturlig for henne (Utsagn 4, Video 3). Ettersom foreldrerollen- mer spesifikt morsrollen falt nettopp mer naturlig for henne kan det antas at hun påskrev seg flere oppgaver knyttet til barnestellet den første tiden. Hun poengterer at partner må lære seg hvordan han skal utøve foreldrerollen og være omsorgsfull, som kan tyde på at dette ble oppgaven hennes. Slik hun beskriver dynamikken i parforholdet og familien kan det virke som at hun har sine funksjoner og roller i familien, og at partner har andre kvaliteter som kommer til syne i andre roller (Hwang & Nilsson, 2015; Røkenes & Hanssen, 2012).

Fokuset på barnet er i overgangen til morsrollen betydelig stort for alle førstegangsmødrene i studien, slik den bør være etter min personlige mening som ny mor. Når det kommer til denne rolleovergangen og møtet med morsrollen posisjonerer jeg meg bak Douglas & Michaels og Hays sine ideologier rundt det å jobbe mot det ideelle morskapet, som forklares som en intensiv foreldremodell (2005; 1996). Med dette menes det at jeg oppfatter morsrollen som barnesentrert i tillegg til at jeg selv opplever at denne rollen stadig rose-males av flere eksterne faktorer som eksempelvis kjendiser og tv-personligheter, noe som er med på å vanskeliggjøre det å skulle leve opp til morsidealene. Min posisjonering og forforståelse av rolleovergangen er med på å bidra til å synliggjøre funnene i analysen knyttet til førstegangsmødrenes redsel om å ikke være en god nok mor. I «Utsagn 1, Video 5» beskriver en av førstegangsmødrene at hun ikke kjente til noe særlig med smerter i etterkant av keisersnittet hun hadde gjennom fødsel, hun brukte tiden hun egentlig skulle hvile på dermed til å forberede barnerommet. I dette tilfelle trekker jeg konklusjoner om at hun kan ha en

bakenforliggende tanke om at det er hun som er nødt til å gjøre disse tingene for å være en god mamma. Jeg antar at hun kunne bedt om hjelp av partner til dette, men trangen for å dekke barnets behov på egenhånd vil være med på å overskygge muligheten for å be om hjelp.

Flere av mødrene viser hint av en intensiv foreldremodell ettersom deres egne behov i overgangsfasen ofte blir bagatellisert og satt til side ettersom barnets behov- eller hva de oppfatter som er barnets behov oppleves som betydelig viktigere (Faircloth, Hoffman, et al., 2015; Hays, 1996; Tveit & Söderhamn, 2015). Noen av førstegangsmødrene viser dette tydeligere enn andre, som for eksempel i «Utsagn 7, Video 3», «Utsagn 5, Video 5» og «Utsagn 1, Video 5». I «Utsagn 7, Video 3» reflekterer hun for eksempel rundt det at hun som mor opplever at barnet har behov for nye handlingsformer og oppdragelsestiler i de ulike fasene av oppveksten. I utsagnet belyser hun hvordan hun oppfatter foreldrerollen- mer spesifikt morsrollen, på den måten at hun ser på denne rollen som noe som alltid må være i utvikling. Her kan det tenkes at trangen til å holde seg oppdatert på det nyeste innen barneoppdragelse og på barnets utvikling vil være stor (Douglas & Michaels, 2005; Hays, 1996).

5.2. Morsidentitet

Dette underkapittelet handler om hvordan overgangen til morsrollen preger førstegangsmødre som individ. Denne overgangen blir beskrevet som omfattende ettersom mødrene opplever at det tok tid å bli trygg i den nye rollen. Møtet med morsrollen gjorde at mødrene erfarte en gradvis endring i seg selv som person. Flere forteller at de var bevisst på at alt ikke kan være perfekt i begynnelsen, men at det oppleves som vanskelig ettersom de ønsker å være en best mulig mamma. Her kommer det tydelig frem at- barnets behov blir satt fremfor egne, intuisjon og morsinstinkt er fremtredende og andres innvirkning påvirker deres rolle som mamma.

5.2.1. Barnets behov i sentrum

Alle utenom en av mødrene (*en var adoptivmor*) hadde gått igjennom ett svangerskap og en fødsel, i etterkant av dette erfarte de en del tretthet og smerter. Behovet for å hvile og ta det med ro i starten er det flere av mødrene som presiserer som viktig selv om de nødvendigvis ikke fulgte dette rådet selv. Som nevnt tidligere i «Utsagn 1, Video 5» opplevde en av

mødrene mye smerter ettersom hun sto for lenge og fikset sengen til baby som igjen gjorde at hun la for mye press på såret sitt. Hun forteller videre at selv med disse smertene så fortsatte hun å gjøre andre oppgaver knyttet til barnestellet dagene etterpå, ettersom hun ville at det skulle bli gjort *ordentlig*. Eksempelvis fikk hun først hjelp til å bade barnet sitt, men opplevde at barnet kun ble skylt med vann, ikke vasket og massert slik hun hadde ønsket. Her valgte hun dermed å stå i sine økende smerter slik at barnet skulle få det badet hun mente det hadde behov for. Hun forteller;

I wanted to give her a very good bath for her first time [...], she was afraid of touching the baby or what [...]. [...], I guess they do it differently. Because what I know, the way they bath children, it's quite different, you need to like massage their body [...], I didn't see any of that. So, I had to do it myself the next day. [...], the incision area was actually swollen because I stood for too long, I was bending down to bath the baby, as in sitting on the stool and using the baby bath to put her on my lap and massage her better [...], I was straining myself and sitting on my tummy at the same time. [...], that night I couldn't help it, I didn't know when I broke down.

Utsagn 14, Video 5

En av mødrene unnlot å fortelle noe i videoen om hvordan hun erfarte smertene knyttet til fødsel og tiden etter, fokuset hennes viste seg kun å være på hvilke behov barnet hadde i etterkant. Det eneste hun nevner som er knyttet til hennes behov er at hun selv ville bli utskrevet fra sykehuset før legene ønsket det, men dette var også med bakgrunn i at hun ville registrere datterens navn. Videre forteller noen av mødrene at deres behov og ønsker ble i overgangen til morsrollen litt til side satt. De uttrykker at så lenge barnet er fornøyd så er de selv fornøyd. Eksempelvis hadde flere av mødrene et ønske og behov for egentid, at partner kunne ha barnet noen stunder alene. Ettersom barnet foretrakk å være med mor, var dette behov de erfarte at de måtte legge til side. Noen av mødrene understreker at det ble veldig mye å ha på seg, men at dette var de nødt til å stå i og at de måtte være sterke.

[...], she didn't want to be with daddy, and that was a whole lot for me [...], it was quite sad. [...]. I had no other option than to be strong. They say "you will never know how strong you are, until being strong is the only option". And man, that was the only option. I had to be really strong for myself. So I had to be strong for myself, I had to be strong for everybody, okay. [...], sometimes I just had to like be alone [...], but the girl will cry and cry.

Utsagn 15, Video 1

5.2.2. Intuisjon og morsinstinkt

Førstegangsmødrene forteller at i overgangen til morsrollen lå det mye usikkerhet og tanker som fikk de til å tvile på seg selv. Disse usikkerhetene opplevdes som belastende for flere av mødrene. De stilte spørsmål til seg selv om de utøvde morskap på den *riktige måten*, om barnet elsket de eller visste hvem som var mammaen deres. Mødrene opplevde å tvile på seg selv og sine instinkter både når det gjaldt store og små ting. En av mødrene erfarte at jo mer tid som gikk og jo mer fotfeste hun fikk i rollen som mamma, desto mer lærte hun å stole på egen intuisjon og egne instinkter.

The beginning of motherhood was so filled with self-doubt for me. [...]. Like, there was just a lot going on in my head, pretty much around the clock and that was exhausting [...], when I took a step back [...], I really realized that like, I know more than I thought I did. [...], no one knows your baby better than you.

Utsagn 16, Video 3

Når det kommer til oppfatningen av morsinstinktet, var det noen av førstegangsmødrene som fortalte at dette var helt naturlig anlagt hos dem. En av mødrene sa det så enkelt: «*when a baby is born, a mom is born too*» (Utsagn 17, Video 4). En annen fortalte at det tok ikke lange tiden før hun klarte å lese barnet sitt, hva han tenkte i visse situasjoner og hvilke behov han hadde. Hun beskriver at ved å høre på sine egne intuisjoner når det kommer til barnet sitt så opplever hun en større trygghet i rollen som mamma. Sin erfaring med å gjøre ting i sitt tempo og hva hun selv følte er riktig, oppfattet hun som positivt og ufarlig.

[...], I took a step back and went, what's the harm in waiting four weeks or three weeks to introduce him to something? [...]. It's not going to decrease his chances of getting into a good college [...], like nothing is going to be different, okay. [...], I waited three weeks longer to give him a solid food than you know, somebody else on my Instagram timeline. It's not a big deal, do things when you're ready [...].

Utsagn 18, Video 3

5.2.3. Drøfting av funn

Førstegangsmødrenes opplevelse av å endre atferd og identitet samsvarer i stor grad med hva Hwang & Nilsson beskriver i sin presentasjon av *rolleteori* (2015), ettersom selve morsrollen viser seg å styre atferden og delvis former personligheten til mødrene. Dette kommer til uttrykk på den måten at mødrene oppfatter barnets følelser og behov som mer enn sentrale

den første tiden som mor, flere hadde en innstilling som tilsa at så lenge barnet oppleves som fornøyd erfarte de å være dette selv.

Som nevnt tidligere er en av mødrene bosatt den første perioden som mor i ett annet land enn hvor hun vokste opp, og hvor familien hennes befinner seg. Hva hun anser som viktige deler av morsrollen kan dermed antas at vil være kulturelt betinget, og kan avvike fra hvordan nærsamfunnet rundt henne ser på morsrollen og morsidentiteten. I «Utsagn 14, Video 5» viser hun tydelig preg av skuffelse knyttet til hvordan hun hadde ønsket at barnestellet og bading av barnet skulle foregå. Det kan antas at hun hadde en forutbestemt forestilling om hvordan utøvelse av barnestell og morskap skulle være som ikke ble realisert ved hjelpen hun mottok. Morsidentiteten og atferden hennes virker som den er tydelig preget av kultur, hvor funksjonene og rollene er satte (*systemteori*) (Hwang & Nilsson, 2015; Røkenes & Hanssen, 2012). Hun påpekte at hun måtte bade barnet på nytt dagen etter første badet, ettersom barnet ikke ble massert under vaskingen. For denne førstegangsmoren virker det som at det å massere barnet utgjør en viktig del av det å dekke barnets behov. Det kan tenkes at hun føler seg som en dårlig mor eller oppfatter seg selv og situasjonen som mislykket, om hun ikke får gjennomført barnestellet slik hun hadde forestilt seg. For henne virker denne delen som essensiell, ettersom hun velger å presse seg selv og kroppen sin til de grader for å få gjennomført badet- som igjen utløser store smerter som hun der å da velger å ignorere (Faircloth, Hoffman, et al., 2015; Hays, 1996). Dette tilfellet er med på å belyse tankegangen om at morsrollen er et sosialt konstruert begrep, hvor holdningene som hun har til rollen antydes å stamme fra tilknytningen hun har til sin kultur (Hays, 1996, s. 19).

Selv om noen av førstegangsmødrene legger til uttrykk for at morsidentiteten er noe som kommer helt naturlig, fremheves det i analysen at tvil og usikkerhet rundt seg selv som mamma den første tiden oppleves som tilstedeværende og slitsomt. En faktor som bidrar til denne usikkerheten, kan være den overveldende mengden av informasjon man som mor ønsker å holde seg både oppdatert og informert på. Er man i tvil om hvordan man skal foreta deler av barnestellet kan man tilegne seg informasjonen i ulike bøker, forskningsartikler, sosiale nettverkssider eller ta kontakt med helsepersonell og nære relasjoner (*familie og venner*) m.m. (Tveit & Söderhamn, 2015). Har man en forforståelse eller en oppfatning om hvordan man helst ønsker at utøvelsen av det man lurer på skal foregå, vil man som regel alltid kunne finne en eller annen kilde som støtter opp om denne. Det kan antas at all denne informasjonen kan oppfattes som overveldende for førstegangsmødre, spesielt ettersom mye

av informasjonen kan være motstridende fra kilde til kilde (Aston et al., 2018; Guerra-Reyes et al., 2016).

En av førstegangsmødrene i studien erfarte at det foregikk mye i hode hennes til enhver tid den første tiden som mor, noe som kan tenkes at kan ha en sammenheng med mye ny og potensiell motstridende informasjon samt mange nye følelser (Aston et al., 2018). I «Utsagn 16, Video 3» beskriver hun denne erfaringen som slitsom og realiserte gradvis at hun trengte å ta ett skritt tilbake, i tillegg til å stole på seg selv samt sine intuisjoner når det kom til morsrollen og utøvelse av morskap. Slik jeg ser på det, så fant hun seg selv i rollen som mor ved å kjenne etter på situasjonen hun sto i. Morsidentiteten hennes oppfattes som å bli styrket av å skru ned bakgrunnsstøyen fra andre og fortelle seg selv at det er hun som kjenner barnet sitt best. Hun forteller videre i «Utsagn 18, Video 3» om hvordan hun etter hvert velger å gjøre ting i sitt eget tempo og det som føles naturlig for henne, fremfor å følge det hun sammenligner seg selv med på sosiale nettverkssider (*Instagram*). I dette tilfellet kan man se preg av ideologien om «*new momism*» ettersom denne førstegangsmoren har et ønske om å ikke bite på kjendismødres og internettmødres glorifisering av morsrollen, eller å la seg overbevise om å følge deres rutiner og tempo (Douglas & Michaels, 2005; E. Lee et al., 2023). Selv om hun poengterer at det ikke er en «*big deal*» å gjøre ting relatert til barnestell senere enn andre, kan det tenkes at det å se andres barn utvikle seg raskere enn sitt eget oppfattes som et tidvis sårt tema. Dette bunner mye i at man som mor som oftest ikke ønsker å være aleine om et tema og mange har et behov for bekreftelse på at det man gjør eller opplever er noe lunne normalt (Frey et al., 2022; Guerra-Reyes et al., 2016; Lupton, 2016). Som nevnt velger hun å ta ting i sitt tempo og gjøre det som føles naturlig for henne. Denne fremgangsmåten og innstillingen kan tenkes å ikke være passende for alle førstegangsmødre, ettersom ikke alle opplever at morsintuisjonen kommer naturlig. Noen kan behøve litt hjelp for å identifisere seg selv som mor og kjenne etter på det så kalte morsinstinkt (Miller, 2007).

George (1993) presenterer *rolleteori* på den måten at roller er noe man trer inn og ut av. Her presiseres det at det å kunne veksle mellom ulike roller har positiv effekt for de ulike funksjonene i rollene man har (George, 1993). Noen av førstegangsmødrene opplevde å ha et ønske om å kunne tre ut av morsrollen engang iblant, en av mødrene uttrykte også hvor mye hun hadde et behov for egentid. I noen av tilfellene kan det virke som om morsidentiteten tar helt overhånd og oppleves som altopplukende for mødrene. I «Utsagn 15, Video 1» er det

tydelig at mangelen på avlastning i foreldrerollen samt mangelen på egentid er noe som preger hun både som individ og i rollen som mor. Denne førstegangsmoren tilbrakte de første seks månedene borte fra partneren sin, noe som kan tenkes at er med på å legge grunnlaget for hvorfor barnet ikke ønsket å være med far da de kom hjem. Identiteten til hun som mor vil dermed antas å være såpas preget av morsrollen, at følelsen av å miste seg selv kan komme snikende. Det at hun ikke får vekslet nok mellom sine sosiale roller, men har tilsynelatende kun hvert i morsrollen det første halvåret som mamma- vil trolig være en av grunnene til at hun beskriver sine erfaringer rundt dette som trist og tøft. Det oppfattes som om hun ikke ser noen andre muligheter for å få avlastning, det at barnet mistrivdes med far overgikk hennes behov for å tre ut av rollen (*intensive mothering*) (Hays, 1996). Hennes fraværende anledninger for sosiale interaksjoner og egentid kan antas at vil føre til ensomhet i morsrollen, selv om hun ikke er fysisk aleine med barnet sitt (K. Lee et al., 2019).

5.3. Støtteapparat

Det kommer tydelig frem i analysearbeidet at alle mødrene i studien hadde mange tanker og følelser rundt hva de kaller «*supportsystem*», som jeg har valgt å kalle «støtteapparat». Det ble identifisert tre undertemaer til hovedtema «støtteapparat»; betydningen av et støtteapparat, mangel på støtteapparat og hvem som oppleves som støtteapparat (*familie, venner, sosiale medier, religion mm.*). Det er ulikt hvilke betydninger støtteapparatene rundt har for hver av mødrene, men likt er viktigheten av å bare ha ett. De fleste opplevde en mangel på støtte, som flere poengterte at ikke var slik de hadde forventet møtet med morsrollen skulle bli. En erfarte til og med at deres støtteapparat kunne virke forstyrrende og hadde tidvis en negativ innvirkning på deres egen intuisjon. Mødrene reflekterte også rundt hvem de hadde forventninger til, hvem som var deres støtteapparater og hvordan nære relasjoner opplevdes som fungerende eller ikke-fungerende støtteapparat.

5.3.1. Betydningen av et støtteapparat

Hver og en av førstegangsmødrene poengterte at det å ha et bra «*support system*» rundt seg er viktig den første tiden som mamma. En av mødrene valgte å reise til et annet land uten partneren sin etter hun var utskrevet fra sykehuset for å besøke sin mor og gravide søster. I hennes kultur beskriver hun at det er vanlig at moren til kvinnen som har født skal oppvarte datteren sin og det nye barnebarnet. For henne var det viktig å reise dit kort tid etter fødsel for

å motta denne støtten i tillegg til å kunne være der for sin egen søster. Hun beskriver støtteapparat på denne måten;

[...], you can't downplay the importance of support system [...], it's very important that you are supported. That you are supported in every area of, you know, the whole motherhood thing.

Utsagn 19, Video 1

Som nevnt er støtteapparat noe som blir beskrevet som viktig for førstegangsmødrene. Det blir også poengtert av flere av mødrene at det ikke bare er noe man bør ha, men noe man *må* ha. De er tydelige på at deres erfaringer har vist dem at et godt støtteapparat er nødvendig, det er noe man absolutt trenger for å komme seg på beina og bli trygg i rollen som mamma.

Because after the long nine months the woman's body has actually passed through a lot and needs to heal to get back to the way it was. Although it's quite difficult to get back to the way it was [...]. But you can try to heal yourself and to rest, you need a support system. What I mean with support system is people that would come to assist you during that period [...].

Utsagn 20, Video 5

5.3.2. Mangel på støtteapparat

Selv om alle førstegangsmødrene poengterer viktigheten av å ha et godt støtteapparat rundt seg, er det flere av mødrene som opplevde en mangel på dette. Noen av mødrene opplevde en mangel på støtte rundt seg ettersom at deres nære relasjoner (*familie og venner*) var bosatt i et annet land. Andre erfarte at selv om de hadde partner, familie og/eller venner rundt seg så fikk de ikke tilstrekkelig med støtte fra dem. Flere av mødrene fortalte at de hadde forventninger spesielt til familien sin i etterkant av fødsel og/eller tidlig i overgangen til morsrollen, som de opplevde som ikke god nok.

[...], I had envisioned that my stay with my mom was going to be a very soothing and relaxing time. Because she was going to do more of the work, you know, like what mothers do and everything. Truthfully, I didn't have all of that.

Utsagn 21, Video 1

Denne førstegangsmoren reiste til et annet land for å få støtte og hjelp av moren sin, det at moren ikke sto til forventningene hennes den første tiden etter fødsel opplevde hun som en av faktorene som til slutt førte til en fødselsdepresjon. Hun forteller at søsteren hennes fødte rundt samme tid og moren hennes skulle egentlig fungere som støtteapparat for de begge.

The attention was divided, I was kind of feeling barred, you know? [...], I needed to see my husband, and all the uncertainty of leaving, that also contributed to a whole lot of things. I was always angry at any slight provocation, anything annoyed me. I was, I went into postpartum blues [...], I was depressed.

Utsagn 22, Video 1

Selv om partneren hennes motiverte henne og støttet henne via telefon, følte hun et stort savn ovenfor det å være rundt han fysisk. I tiden hun var borte, så drømte hun om hvordan tilværelsen rundt partneren skulle bli da hun kom hjem igjen. Hun drømte om støtten hun kunne få i han.

So guys, returning home yeah. The home I've always wanted to go back to, the home I've always, you know, desired [...], I go back home and the support I've always wanted, the support I needed. Nobody finds me, nobody wants me. [...], I didn't have the needed support that I wanted.

Utsagn 23, Video 1

Hun erfarte at selv om hun hadde familien fysisk rundt seg, så ville det derimot ikke si at de fungerte som et bra støtteapparat. I hennes tilfelle var mangelen på god nok støtte i overgangen til morsrollen veldig fremtredende.

Selv om det ble tilrettelagt for ekstra støtte og hjelp i barselperioden, opplevde en av de andre mødrene at det var tøft og krevende å ikke ha familien sin rundt seg. I hennes tilfelle hadde partneren hennes planlagt at hun skulle få hjelp fra ett av hans kirkemedlem i den første tiden som mamma. Dette opplevde hun som vanskelig ettersom denne personen ikke møtte hennes forventninger og behov til denne perioden.

[...], I wouldn't really call that help, yeah, she did her best, she helped in the little ways she can, but as a foreigner and me being an African, you know, we do things differently.

Utsagn 24, Video 5

Videre forteller hun at hun er veldig takknemlig for den assistansen hun fikk, men at den type støtte og hjelp hun egentlig trengte og hadde behov for ikke ble noe av. Ett annet tilfelle hun refererer til når det gjelder mangel på støtte er;

I remember my mom called once [...], she never even said okay as a first-time mom let's do a video call when you're bathing the baby, so I can teach you one or two things, no she didn't do that. For her to just come and start correcting after a while was like, it was a bit late [...].

Utsagn 25, Video 5

Her påpeker hun at støtte og hjelp kom etter hvert, men at for henne opplevdes det ikke som hjelpsomt ettersom det kom på feil tidspunkt. Mangelen på det hun oppfattet som riktig støtte, fra riktige støtteapparater var fremtredende. Utelatende støtte fra nærere relasjoner var det som sakt flere av mødrene som erfarte. En av mødrene fortalte at hennes nære relasjoner ikke viste noe særlig til hverken interesse eller støtte i overgangen til morsrollen.

[...], my close friends are not yet moms. [...], I have quite a number of friends, but not the type of friends that have been asking me questions about how is life after birth or during pregnancy.

Utsagn 26, Video 4

En av de andre førstegangsmødrene erfarte at både nære relasjoner, helsepersonell og fremmede ville tilby henne råd og veiledning i form av støtte. I hennes tilfelle opplevde hun dermed ikke en mangel på støtteapparater, men hun forteller at hjelpen og rådene hun fikk ofte var hverken ønsket eller relevant for henne. I noen tilfeller opplevde hun at andre presset på henne måter hun skulle oppdra barnet sitt på, noe som hun ikke var komfortabel med.

The second you become a parent, you kind of become bombarded with people's kind of opinions and their unsolicited advice [...], I kind of just take everything with a grain of salt [...]. You kind of just have to smile and nod. [...]. Like, they mean well, they're trying to help, it just might not be helpful to you [...], people are like "oh when I had kids this is how we did it", and I'm like, I mean there are reasons that things change. Because you know, doctors and science and you know, we've learned that maybe that wasn't the safest way or like that wasn't the best way to do that.

Utsagn 27, Video 3

Selv om rådene hun fikk var lite tilfredsstillende for henne, førte det ikke til en opplevelse av mangel eller savn knyttet til «riktige» råd. Hun forteller at alle har sin egen foreldrestil og måte å oppdra barn på, i lys av dette understreker hun at man må bare prøve å gjøre det som funker for seg selv og sin familie- fremfor hva andre forteller at man skal gjøre.

5.3.3. Hvem oppleves som støtteapparat?

Hvem eller hva som oppfattes som støtteapparater er veldig individuelt hos førstegangsmødrene i studien. Noen er veldig tydelige på at de refererer til nære relasjoner (*familie og venner*) eller religion når de snakker om sine opplevelser rundt støtteapparater, eller hva de kaller «*support systems*». Andre er mer diskre på hvordan de snakker om hvem som oppleves som støtteapparat for dem i den forstand at de søker støtte i informasjon fra bøker, helsetjenester eller sosiale nettverkstjenester som f.eks. Instagram og/eller YouTube. En av mødrene fortalte at hun brukte mye tid på å se videoer på YouTube når hun var gravid og den første tiden etter fødsel. Hun fant ro og støtte i andres erfaringer, men samtidig hadde hun en opplevelse av at mye hun egentlig søkte etter på denne plattformen ikke var til å finne.

[...], I started just looking for channels that I can watch about being a first-time mom for sure, in Kenya I didn't find a channel that I could watch everything I wanted to know. Everything from conceiving, to giving birth, what I was expecting, what I was to expect after giving birth. [...]. I just used to search online sometimes, and most of these videos are done by Americans, there are not many videos done by Africans.

Utsagn 28, Video 4

Hun forteller videre at hun fikk informasjon både igjennom det å se på andres videoer samt fra nære relasjoner, men slik hun opplevde mye av informasjonen så var den ikke helt tilstrekkelig for henne. Fysisk støtte og hjelp til barnestell o.l. er ikke noe som hun vektlegger i sin video når det kom til støtte i morsrollen. Derimot vektlegger hun at informasjonen rundt overgangen til morsrollen må være god nok, og at informasjonen må komme fra noen som hun kan relatere til. I likhet med hennes video vektla en av de andre mødrene lite informasjon rundt dette med fysisk hjelp og støtte fra andre i møtet med morsrollen. Det hun derimot erfarte var at det å ha tiltro til barnelegen i tillegg til å være opplyst på nyere forskning, var noe hun lente seg på for å oppnå trygghet og støtte i valg hun gjorde knyttet til morsrollen. Eksempelvis når det kom til bekymringer tilknyttet mangel på tenner og barnets utvikling sa hun; “*Doctors also said, you know, she doesn't get concerned about this kind of thing until*

around the 18th month mark. So, until we get to that point I'm not going to worry about it"
(Utsagn 29, Video 3).

Noen av førstegangsmødrene refererer til religion og Gud som støtte i overgangen til morsrollen. En forteller at når tips og triks relatert til barnestell og utøvelse av morskap ikke fungerte, gikk tankene og håpet hennes til religion. Det at Gud ville hjelpe henne igjennom de vanskelige fasene opplevde hun som en viktig støtte.

[...]. When that was not working, people told us in different methods it was not working. In the midst of this I was praying, I always told you that prayers was like my go to. Always, I was always praying. I did not take anything for granted. I was always, you know, telling God everything, my struggles and all. That he should come through for me, should give me wisdom, should direct me to what to do.

Utsagn 30, Video 2

Her er hun tydelig på at det er religion hun søkte til i form av støtte, men hun poengterte også i videoen at nære relasjoner (*familie og venner*) fungerte som støtteapparater i overgangen til morsrollen for henne. Når hun reflekterte rundt dette med fysisk og emosjonell støtte erfarte hun at de leddene man hadde sett for seg som støtteapparater, ikke alltid var fungerende støtteapparater- slik hun illustrerer i «Utsagn 23, Video 1».

Når det kommer til fysisk støtte blir nære relasjoner beskrevet som viktig for flere av førstegangsmødrene. Som nevnt tidligere var det flere av mødrene som hadde erfaringer med smerter i etterkant av fødsel, noe som kan gjøre behovet for fysisk støtte og hjelp betydelig større. Slik det ble beskrevet i «Utsagn 1, Video 5», var det en av mødrene som erfarte så intense smerter i etterkant av fødsel at hun hadde ikke noe valg om å ty til fysisk hjelp fra partneren sin.

5.3.4. Drøfting av funn

Hvordan man oppfatter og opplever overgangen til morsrollen og erfaringene som kommer med kan vise seg å være veldig individuelt. Noen opplever ensomhet, smerter og vanskeligheter med å omstille seg den nye tilværelsen- mens andre erfarer en forbedret sosial status og en naturlig overgang. Funnene i analysen tyder på at gode støtteapparater rundt seg den første tiden som mor er noe alle førstegangsmødrene opplever som spesielt viktig, noe

som kan stemme overens med tidligere forskning (Aston et al., 2018; O'Connor & Madge, 2004; Plantin & Daneback, 2009; Roy et al., 2014; Tarkka et al., 1999). Selv om mødrene rådet og understrekte i videoene viktigheten av sosial støtte den første tiden, opplevde flertallet av dem å kjenne på en eller annen form for mangel knyttet til støtte i overgangen til morsrollen. For eksempel forteller en av mødrene i «Utsagn 19, Video 1» hvor viktig det er å være betrygget og støttet i alle sider av morsrollen. Hun forteller videre i «Utsagn 21, Video 1» om hennes opplevde mangel på sosial støtte. Her trekker hun også inn forventningene hun hadde ovenfor sin egen mor når det kom til avlastning og hjelp av barnestell, og hvordan disse ikke ble nådd. Denne opplevde mangelen på sosial støtte kan potensielt gi negative konsekvenser både for mor og barn, ettersom tidligere studier poengterer at sosial støtte spiller en så viktig rolle når det kommer til førstegangsmødres fysiske og mentale helseutfall i overgangen til morsrollen (Guerra-Reyes et al., 2016). Religion som alternativ støtte i overgangen til morsrollen virker for henne å være noe fungerende i lys av mangelen på sosial støtte, hun refererer til Gud som støtte i «Utsagn 30, Video 2».

Funnene i analysen tyder på at behovene de nye mødrene har for støtte i møtet med morsrollen varierer i noen grad. Hvor kvinnene kommer fra- er bosatt, hvilke kulturer de er omringet og sosial klasse de har tilhørighet til kan tenkes å spille en betydelig rolle i tilknytning til hvilke tjenester, handlinger og resurser de uttrykker et behov for (E. Lee et al., 2023). I denne studien er to av mødrene bosatt og/eller oppvokst i Nigeria, en er fra Kenya og en er fra USA. Ut fra videoene som er analysert kan det virke som at det som går igjen hos mødrene fra de afrikanske landene, er at flertallet oppfattes som å være den primære omsorgspersonen for barnet i den første tiden. Dette er vanskelig å si om er tilfeldigheter eller om det er kulturelt anlagt. En av de afrikanske mødrene reflekterte rundt dette med støtteapparater i overgangen til morsrollen, det hun definerer som fungerende «*support system*» er knyttet til det å få fysisk hjelp av andre. Hun beskriver i «Utsagn 20, Video 5» viktigheten av å motta ytterligere hjelp, slik at hun kan fokusere på å lege seg selv og ivareta egen helse etter fødsel- noe som tidligere forskning viser er hensiktsmessig (Tarkka et al., 1999; Tveit & Söderhamn, 2015). I dette utsagnet kan det virke som om partneren hennes ikke går under denne kategorien av støtteapparater. Jeg antar at dette ikke nødvendigvis vil si at han er utelukkende fraværende i hennes oppfatning av støtteapparater. Denne antagelsen gjør jeg med bakgrunn i at han tilrettela for ekstern støtte for henne i form av hjelp av et av kirkemedlem. Videre påpeker hun i «Utsagn 24, Video 5» på tross av dette at den tilrettelagte hjelpen ikke fungerte som støtte for henne. Hun legger vekt på at de kulturelle forskjellene

mellom henne og personen som skulle hjelpe henne, var for vesentlige til at hjelpen kunne bli oppfattet som støtte. Jeg regner dermed støtten som hun mottok som ikke god nok, og kan derfor gå under det jeg vil kalle mangel på sosial støtte. Det kan med dette tenkes at mangelen hun har på opplevd sosial støtte, ikke fører til at behovet hennes for hjelp blir noe mindre (Plantin & Daneback, 2009).

I «Utsagn 22, Video 1» og «Utsagn 23, Video 1» blir det uttrykt en lengsel etter det trygge og kjente hos partneren sin, dette med bakgrunn i at hun tilbrakte den første tiden i morsrollen vekkeist fra partner (*barnefar*). Som nevnt tidligere erfarte hun at tiden etter fødsel og i overgangen til morsrollen ikke sto til forventningene hun hadde satt på forhånd. Hun tilbragte de første seks månedene av barnets liv hos sin egen mor i håp om positiv energi og omsorg, noe som viste seg at hun oppfattet som manglende. Det virker som om at omgivelsene og tilstedeværelsen av sin egen mor ga hverken en trygghet eller komfort i overgangen til morsrollen, i hvert fall ikke på lik linje som hun hadde forestilt seg. Dette kan være noe motstridende til tidligere forskning som viser at det å bo med egen mor etter fødsel kan stimulere positiv energi og gi førstegangsmødre en følelse av god omsorg (Gupta et al., 2024). En opplevelse av usikkerhet og mangel på god nok støtte virker som å være faktorer som hun føler at påvirker hennes mentale helse til det negative (Guerra-Reyes et al., 2016). I analysen oppfattes det som om hun hadde mange stressfaktorer og kjente på store og ukontrollerbare følelser rundt morsrollen og sine støtteapparater. Hun forteller at hun gjennomgikk en fødselsdepresjon, noe som kan tenkes at kan ha en sammenheng med ensomhet i morsrollen (K. Lee et al., 2019; Miller, 2007) og en mangel på et riktig og fungerende støtteapparat (Beggs et al., 2021; Guerra-Reyes et al., 2016; Roy et al., 2014). Hun erfarte å idealisere og drømme om hvordan støtten fra nære relasjoner i overgangen til morsrollen kunne ha hvert, noe som kan tenkes at bygde opp forventningene hennes til partner når hun reiste hjem. Når disse forventningene da ikke ble møtt med hjemkomst, virker det i ut ifra analysen som at hun kjente seg betydelig aleine i rollen som forelder (K. Lee et al., 2019; Miller, 2007).

Selv om en mangel på fungerende støtteapparater rundt mødrene den første tiden er fremtredende, ble det også gjort flere funn i analysen tilknyttet førstegangsmødrenes oppfatning av fungerende støtteapparater. Flere erkjente støtten de fikk fra nære relasjoner rundt seg, i tillegg til en opplevd støtte fra andre diverse støtteapparater (*sosiale nettverkstjenester, nærsamfunn, religion og helsetjenester*). Hva som er fungerende og ikke fungerende støtte i møte med morsrollen, varierer mellom førstegangsmødrene. I «Utsagn 27,

Video 3» ble det understreket at informasjonen og rådene hun fikk fra venner og familie oppfattes som noe utdatert, noe som tidligere forskning viser at flere førstegangsmødre kjenner på (Plantin & Daneback, 2009). Det kan antas at hun følger en noe ekspertveiledet foreldrestil ettersom hun poengterer at ting endrer seg for en grunn, hun antyder også at leger og forskning har større troverdighet hos henne fremfor hva hennes nære relasjoner/nær-samfunn har (Faircloth, 2023; Hays, 1996). Her blir det vektlagt at hun opplever at de rundt henne hadde et ønske om å hjelpe og støtte henne i overgangen til morsrollen, hun uttrykker dermed ikke noe mangel ovenfor støtte- selv om hun ikke anser støtten hun mottok som hjelpsom. Ettersom hun ikke velger å fortelle sine nære relasjoner om at meningene og rådene deres ikke oppfattes som fungerende støtte for henne, kan det antas at hennes behov for støtte i overgangen til morsrollen blir dekket andre steder. Det kan også tenkes at hun ikke ønsker å være til bry, virke uhøflig og/eller utakknemlig ovenfor de som har tilbydd henne denne støtten som hun oppfatter som ikke fungerende. Fra et annet synspunkt kan også sårbarheten rundt det å ikke bli oppfattet som en god nok mor fungere som en barriere for å ta til seg støtte generelt (K. Lee et al., 2019).

Archer & Kao (2018) legger frem i sin studie at tilgang til andre mødres erfaringer med overgangen til morsrollen og utøvelse av morskap, er noe mange førstegangsmødre viser stor interesse for. Funnene fra min analyse støtter oppom dette standpunktet, da som det reflekteres for eksempel i «Utsagn 28, Video 4» rundt det å finne informasjon og støtte i andre mødres opplevelser og erfaringer med fødsel og forventninger til rolleovergangen. Her uttrykkes det et ønske over å kunne finne noen å relatere til, helst med samme kulturelle bakgrunn og verdier. I et tidligere utsagn påpeker samme førstegangsmor i «Utsagn 26, Video 4» at hun var den første i vennegjengen hennes til å få barn, dette kan antas å være en faktor på hvorfor hun søker støtte i sosiale nettverkstjenester som YouTube fremfor hos nære relasjoner. I samme utsagn legger hun til at vennene hennes ikke har spurt henne om hvordan livet etter fødsel er, det kan dermed tenkes at hun opplever en frykt ovenfor å dele egne følelser knyttet til fødsel og rolleovergangen ettersom de ikke har spurt henne om det (Aston et al., 2018). Tidligere forskning har vist at store geografiske avstander mellom støtteapparater kan føre til at alternative støtteapparater blir viktigere (O'Connor & Madge, 2004). Her kan det tenkes at en mangel på nære relasjoner som kan relatere samt forskjeller i livssituasjon, kan føre til et større behov for å søke støtte i diverse støtteapparater selv om de geografiske avstandene er korte.

5.4. Hensikt

Et annet hovedtema som går igjen hos førstegangsmødrene er hensikten deres til å dele deres erfaringer med morsrollen. Alle førstegangsmødrene fortalte at de hadde en eller annen form for trang til å dele deres opplevde erfaringer tilknyttet møtet de selv hadde med morsrollen. De uttrykker ulike grunnlag til denne trangten, men de har hver for seg et ønske om å være til nytte for noen. Hovedtema er «hensikt», jeg har valgt å dele inn hva som begrunner deres hensikt inn i følgende undertema; hva ønsker de å formidle? og hvilke formidlingsbehov blir uttrykt?

5.4.1. Hva ønsker de å formidle?

Hva kvinnene ønsket å formidle innebar blant annet detaljert informasjon om den første tiden i rollen som mamma og etterkant av en fødsel, en forståelse rundt egen opplevelse og egne følelser, åpenhet rundt følelser og erfaringer som mange kan kjenne på og sist men ikke minst, at alt ikke trenger å være perfekt. Noen uttrykker også et håp og ønske om at andre kan kjenne seg igjen i deres opplevde erfaringer. En av mødrene ville også spesielt få frem at innad hennes kultur trengtes det en del forbedring når det kommer til å støtte hverandre igjennom slike livsoverganger. Hun understreker opptil flere ganger igjennom sin video at man trenger et fungerende støtteapparat, spesielt retter hun dette mot Afrikanere- spesifikt Nigerianere.

[...], please be that rock that your friends and family needs when they have just given birth, because they need it. [...]. Everybody is built differently, some are strong but the smallest thing will bring them down. Some are weak but even very big problems they will fight it and they survive, so we need to do better, we Africans especially. Nigerians we need to do better, we need to do better, be there for your family and friends when they need it the most.

Utsagn 31, Video 5

For henne er det ikke bare viktigheten av et godt støtteapparat som hun ønsker å formidle til sine seere. Hun reflekterte også en del over sine egne opplevelser i overgangen til morsrollen, som førte til en forståelse over at ting går over og det blir alltid bedre etter hvert. *“So, guys, it’s not easy, those first periods, it gets better though, it gets better”* (Utsagn 32, video 5). Denne erfaringen med at ting går over og at man kommer seg igjennom tunge ting var en gjenganger hos flere av mødrene. En av mødrene reflekterte rundt hva hun slet med i overgangen til morsrollen og hvilke kamper hun måtte kjempe.

Hun ønsket med videoen sin å oppfordre andre mødre til å stå i det, samt være med å oppmuntre dem. *“I just want to say that you’ll come out strong [...]. I think those things comes to make us stronger and better”* (Utsagn 33, Video 1).

En av førstegangsmødrene presiserer i begynnelsen av videoen sin at hun skal ta for seg ting hun lærte selv det første året som mamma. Videre forteller hun at det som er viktig for henne å formidle med videoen er at det er greit om alt ikke er perfekt når det kommer til foreldrerollen, morsrollen og utøvelse av morskap. Hun forteller;

If you don’t take anything else away from this video, take this away, and that is that it’s okay if it’s not perfect. And, when I say “it’s not perfect”, I mean that goes for like everything. It’s okay if the baby’s not perfect, it’s okay if that baby cries a lot, and it spits up a lot, and it’s not sleeping very well, and it’s not what you envisioned your baby to be like. It’s okay if your house isn’t perfect, it’s okay if that house is a hot mess, it’s okay if you’re a hot mess girl. It is okay to not have everything be perfect.

Utsagn 34, Video 3

Flere av mødrene støtter oppom denne tankegangen om at det er greit at ikke alt er perfekt, de ønsker også å formidle at det er viktig å ta vare på seg selv i denne tiden. Spesielt refererer en av mødrene til dette om å være snill med seg selv når det kommer til det kroppslige og selvbildet. Hun sa det så greit;

You birthed a whole human being [...]. So please take it easy on yourself [...]. You have to take it easy, one step at a time. You have a baby to take care of, your body shape and everything should be the least of your worries. [...]. If you’re not snapping back so quickly, please relax, don’t kill yourself. [...], embrace that body as it is. [...], that was not really a struggle for me, I just needed to bring that in to encourage people, because I still know how mothers put pressure on themselves [...].

Utsagn 35, Video 2

Det er også viktig for noen av mødrene å presisere at de ikke ønsker å male et glansbilde av overgangen til morsrollen og morsrollen i seg selv. For en av førstegangsmødrene er det å kunne presentere seg selv og sine opplevelser som de er, essensielt.

[...], I'm not all about coming here and showing you how I'm a perfect mom, how I have everything figured out, things are not all figured out, I have not figured out everything, because balancing a business, a full-time job, family, marriage, everything, has been a lot. [...]. Sometimes I try to be so raw and authentic with you guys, and I know that even you for example, if you want to get to know what to expect, sometimes I may not like, articulate it in the best way or maybe tell you the best way that you would want to hear.

Utsagn 36, Video 4

5.4.2. Hvilke formidlingsbehov blir uttrykt?

Førstegangsmødrene uttrykker at de har mange av de samme formidlingsbehovene. Flere av dem snakker om at informasjonen de deler selv om sine opplevelser i møte med morsrollen, at den ikke var tilgjengelig når de selv var gravid eller søkte etter slik informasjon. De ønsker dermed å være med å fylle hullet på hva de opplever som en mangel på informasjon. Det blir også presisert at delingen av sine opplevde erfaringer blir gjort med andre mødre, kommende mødre og andre familier i tankene. En av mødrene hadde eksempelvis ikke snakket med noen om sine erfaringer og følelser tidligere rundt temaene hun tok opp i videoen, hun understreker hvor personlig denne delingen av erfaringer er for henne.

[...], I'm going to be talking about a very personal thing today. It's so very personal. I haven't shared it with anybody since I became a mother or since my baby was born. I'm doing this with you for the first time [...]. Well, I'm actually doing this for some mothers out there, that's currently going through some stuff. Some struggles for would be mothers and families that with such mothers that are going through some challenges and some struggles. This is for you.

Utsagn 37, Video 1

En av mødrene uttrykker at videoen hun opplastet ble laget og publisert med bakgrunn i både etterspørsel fra seere, samt et behov for å tilgjengeliggjøre ekte opplevelser tilknyttet overgangen til morsrollen. Hun forteller også i «Utsagn 28, Video 4» hvilken informasjon hun selv skulle ønske var tilgjengelig. Videre presiserer hun hvilken mangel hun selv opplevde;

I would have wanted someone to tell me how giving birth is like [...]. [...]. Getting to know exact things like how your period will be like after giving birth, you know? [...], Yeah, so I would have wanted to know exactly how it feels after giving birth.

Utsagn 38, Video 4

Det at andre stiller henne spørsmål om tema rundt morsrollen og overgangen til denne beskriver hun som bærende og er med på å gi henne en følelse av ydmykhet.

[...], the other day as I was thinking about making this video, I was reading some of your questions [...], and first of all thank you to everyone who normally come to my DM (*direct message*) to ask me personal questions. I don't know what I can say, but you thinking that it's safe using me, it humbles me [...]. And I thank God for allowing me to be sharing this journey with you.

Utsagn 39, Video 4

I «Utsagn 34, Video 3» blir det påpekt at det er okay at ting ikke er perfekt i denne perioden av livet, videre presiserer hun at hun ønsker å være en påminnelse for andre mødre om dette. Hun påpeker at vi nå til dags lever veldig tett opptil sosiale media hvor målet stadig blir rettet mot perfektjonisme. Behovet hennes for å dele sine egne opplevelser stammer fra hennes erfaringer rundt det å sammenligne seg selv med andre mødre på ulike plattformer.

[...], we live in a very social media and Pinterest perfect society, where this idea of like perfection is constantly, like, almost being forced down our throats. You know? Every time you're scrolling through that Instagram feed and you see that mom holding her newborn baby for the first time, and she literally has her lashes filled and her eyeliner is on point and her hair is perfect beach waves. And we're like "that's not what I look like" [...]. I'm here to remind you that, that is okay. [...]. And it might not look to the outside like you're doing your best, but you know deep down that you are. And I just need to remind you that, that is okay.

Utsagn 40, Video 3

5.4.3. Drøfting av funn

Alle førstegangsmødrene har noen variasjoner i temaene de ønsker å formilde i sine videoer, i tillegg har de ulike erfaringsgrunnlag og formidlingsbehov. Trangen til å dele deres egne erfaringer og et ønske om å være til nytte for noen andre vises å være til felles for alle mødrene. Det som også viser seg å være en gjenganger hos førstegangsmødrene i studien er en mangel eller ikke/fungerende støtte fra nære relasjoner (*familie og venner*). Her kan det tenkes at behovet deres for å dele egne opplevelser kan ha blitt større av å erfare en mangel på- eller ikke/fungerende støtte i overgangen til morsrollen (Frey et al., 2022; Kantrowitz-Gordon, 2013). Det økte behovet deres for alternative støtteapparater kan også tenkes at kan være en faktor på hvorfor de selv ønsker å dele deres egne opplevde erfaringer (Beggs et al.,

2021). En av mødrene forteller i «Utsagn 36, Video 4» at hun ønsker å utlevere så «rå» informasjon som mulig, hun vil ikke rose-male morsrollen eller pynte på hennes erfaringer med rolleovergangen. Her kan man anta at hun har et ønske om at seerne hennes kan stole på henne og at hennes delte erfaringer er ekte. Slik jeg ser det, fremmer «Utsagn 34, Video 3» og «Utsagn 40, Video 3» mye av det samme som blir sakt i «Utsagn 36, Video 4». Selv om det ikke blir sakt med ord i «Utsagn 34, Video 3» og «Utsagn 40, Video 3» at hensikten hennes er å unngå å glamorisere morsrollen, så ligger det imellom linjene at hun ønsker å fremme ekte erfaringer samt normalisere at ikke alt er perfekt i morsrollen og rolleovergangen.

Opplevelsen hennes med å se andre mødre som etter hennes oppfatning prøver å pynte på morsrollen på sosiale nettverkstjenester som Instagram, virker å være en medvirkende faktor i hennes avgjørelse om å dele sine egne erfaringer med morsrollen. Det kan virke som at disse førstegangsmødrene jobber imot ideologien om «*new momism*», ettersom de legger uttrykk for at de ikke ønsker at man skal streve etter perfektjonisme og denne idealistiske standarden om en intensiv foreldrestil som det «*new momism*» er (Faircloth, 2023).

I analysen kommer det frem at flere av førstegangsmødrene opplevde en mangel på tilstrekkelig informasjon om hva de hadde i vente når det kom til overgangen til morsrollen. Det poengteres eksempelvis i «Utsagn 38, Video 4» at detaljrik informasjon om de kroppslige forandringene under- og etter fødsel var noe som hun som førstegangsmor ettertraktet. Her kan det tenkes at mangelen hun opplevde av denne informasjonen er medvirkende i avgjørelsen hennes til å dele sine egne opplevelser. Videre antyder hun at seerne sine spørsmål via «DM» (*direct message*) også spiller en rolle, når det kommer til formålet hennes for å belyse ulike tematikker i videoen hun deler. Hun føler seg ydmyk og beæret når de velger å dele sine tanker og spørsmål med henne. Dette kan tenkes at vil gjøre henne mer villig til å dele fra egne erfaringer ettersom forskning viser at støtten fra andre i samme båt kan for mange oppleves som nødvendig for å takle overgangen til morsrollen (Tveit & Söderhamn, 2015).

For de førstegangsmødrene som uttrykte mest misnøye ovenfor nære relasjoner som støtteapparat, ble det desto viktigere å poengtere at man kommer seg igjennom alle de tøffe fasene som morsrollen medbringer. Det kan virke som at førstegangsmødrene snakker til kamera i «Utsagn 32, Video 5» og «Utsagn 33, Video 1», med et håp om å nå ut til andre som går igjennom tunge faser tilknyttet overgangen til morsrollen. De understreker at tunge tider gjør en sterkere, og antyder at man kommer seg igjennom dem uten fungerende

støtteapparater- selv om de tidligere har poengtert viktigheten av et fungerende støtteapparat i overgangsfasen. For disse førstegangsmødrene kan det virke som at hensikten med å dele sine opplevde erfaringer med morsrollen, er å; forberede andre mødre og kommende mødre, samt å oppmuntre nære relasjoner til å være et fungerende støtteapparat den første tiden i morsrollen. Dette kommer også til uttrykk i «Utsagn 31, Video 5» og «Utsagn 37, Video 1». I «Utsagn 37, Video 1» legges det frem at erfaringene og oppfatningene hun som førstegangsmor har med morsrollen og overgangen til denne, ikke har hvert uttrykt eller diskutert med andre tidligere. Som nevnt understrekes det at hun velger å dele sine opplevde erfaringer med andre mødre eller vordende mødre i tankene. Det kan også tenkes at det å dele sine egne erfaringer og følelser med andre, kan ha en positiv effekt på hennes mentale helse samt bidra til at hun selv kan føle seg mindre alene i morsrollen (Law et al., 2021). Denne åpenheten disse mødre ønsker å vise kan utfra Law et al., (2021) sine funn også bidra med å hjelpe andre mødre å stå i mot urealistiske morskapsidealer. Videre kan det også virke som at en av motivasjonene for å dele sine erfaringer i «Utsagn 31, Video 5», er å få et søkelys på det hun oppfatter som en mangel på støtte spesifikt hos sine landsmenn; nigerianere. Det kan antas at hun opplever sitt kulturelle samhold som svekket, og ønsker å bidra til å styrke dette.

Positivitet rundt forhold til egen kropp, eget selvbylde og egne morskaps ferdigheter er noe flere av førstegangsmødrene ønsker å fremme. Dette kommer spesielt til uttrykk i «Utsagn 35, Video 2» og «Utsagn 40, Video 3». De forteller og impliserer at samfunnets morskapsidealer og normer danner et bilde for førstegangsmødre om hvordan morsrollen og overgangen til denne skal være. Sammenligning av egne erfaringer rundt endringene som kommer med morsrollen og overgangen til denne, kan ifølge tidligere forskning både ha positive og negative utfall (Elliott et al., 2022; Law et al., 2021). De nevnte mødre understreker viktigheten av å ta et skritt tilbake og ikke sammenligne seg for mye med andre mødre slik at det river i eget selvbylde. Funnene i analysen antyder at førstegangsmødrene vektlegger både mors mentale helse ettersom de fremmer å normalisere det uperfekte, samt barnets velvære den første tiden i morsrollen med å poengtere at utseende er det siste man skal tenke på i denne overgangsfasen. Det kan virke noe motstridende for andre mødre som skal ta innover seg de delte erfaringene, med tanke på om de selv har vanskelige følelser knyttet til kropp og selvbylde. I verstefall kan de føle seg mislykket eller dårlig om de selv har bekymringer rundt utseende og kropp, så selv om hensikten bak de delte videoene virker å være god vil det ikke nødvendigvis si at andre mødre oppfatter det de ønsker å formidle på tenkt måte.

6. Oppsummerende drøfting og avslutning

I dette oppsummerende og avsluttende kapittelet skal jeg presentere hovedtrekkene fra analysens funn som vil være med å belyse forskningsspørsmålene til denne studien. Jeg vil gå igjennom forskningsspørsmålene hver for seg for å skape en bedre oversikt, før jeg deretter reflekterer rundt styrkene og begrensningene til prosjektet. Videre vil jeg presentere min avsluttende konklusjon, før jeg til slutt reflekter rundt det jeg anser som veien videre innenfor forskningsfeltet; «forståelsen rundt morsrollen og overgangen til denne».

6.1. Hvordan oppfatter og erfarer førstegangsmødre møtet med morsrollen?

I analysen kommer det frem at førstegangsmødre i stor grad opplever overgangen til morsrollen og morsrollen i seg selv annerledes enn hva de hadde forestilt seg. Selv med god planlegging og mye variasjon i ulike forberedelser til rolleovergangen, måtte det tas mange uforventede omstillinger i møtet med morsrollen. Et gjennomgående tema i studien er behovet for fungerende støtteapparater og sosial støtte i overgangen til morsrollen. Selv om flere av førstegangsmødrene erfarte noe støtte i overgangen, belyser førstegangsmødrene problematikken rundt ikke-fungerende støtte. Det ble uttrykt kjennskap til ensomhet den første tiden som mor og vanskeligheter med å tilpasse seg den nye tilværelsen. Ulike oppfatninger av rollen viser seg å være en faktor på hvordan førstegangsmødrene i studien erfarer rolleovergangen, noe som støtter oppom tidligere forskning om at forståelser av morsrollen både er kulturelt og historisk forankret (E. Lee et al., 2023). Flertallet av førstegangsmødrene i studien er afrikanere og er bosatt i Nigeria og Kenya. Deres oppfatning av morsrollen gir en antydning om at den innebærer å være den primære omsorgspersonen for barnet den første tiden. Utfra deres erfaringer er isolasjon og ensomhet sterkt knyttet til rolleovergangen, noe som et fungerende støtteapparat mulig kunne hvert med å forhindre. Det synes som at behovet for å ha noen å relatere til og bli betrygget i rolleovergangen forsterkes med å være den primære omsorgspersonen. I tillegg skaper avstand til partner og familie samt kulturelle forskjeller vanskeligheter med å finne fjes til fjes støtte som er fungerende for dem. I analysen virker den amerikanske førstegangsmoren å ha et noe annet syn på møtet med morsrollen sammenlignet med de afrikanske førstegangsmødrene. En av forskjellene på amerikanerens oppfatning versus afrikanernes oppfatning av overgangen til morsrollen, ser ut til å være synet hennes på parforholdet og far som omsorgsperson. Selv om hun fremmer frustrasjon ovenfor partner og poengterer at hun tar til foreldrerollen lettere og raskere enn hva han gjorde, så er det tydelig i måten hun formulerer seg på at han er et fungerende

støtteapparat for henne. Hun verken legger til uttrykk for at hun er den primære omsorgspersonen eller føler seg aleine i morsrollen, noe som flertallet av de afrikanske førstegangsmødrene både antyder og poengterer. Vi må her åpne opp for at behovet for økt ekstern sosial støtte (*ikke nære relasjoner*) i overgangen til morsrollen må ses i sammenheng med førstegangsmødres kulturelle bakgrunn. Det vil potensielt kunne være gunstig å tilrettelegge ulike hjelpemidler og ressurser i henhold til kulturell bakgrunn i eksempelvis barnevernstjenesten og helsestasjonstjenesten, slik at de individuelle behovene for å bli trygget i morsrollen har en større sjanse for å bli dekket- som igjen kan føre til positive helseutfall og mer positivitet knyttet til overgangen til morsrollen (Germic et al., 2021; Guerra-Reyes et al., 2016).

Førstegangsmødrene i studien er alle noe preget av ulike bekymringer og utfordringer knyttet til selve morsrollen og utøvelse av morskap. De opplever spesielt helserelevante bekymringer og utfordringer knyttet til partner og samliv. Tiden virker å være knapp for mødrene til å følge opp andre aktiviteter, utøve omsorg for andre enn barnet og fokusere på egen helse. Selv om flere poengterer viktigheten av å hvile og ta tiden til å lege egne sår, uttrykker de at de har hverken tid, kapasitet eller mulighet til å gjøre det. Eksempelvis så velges det heller å holde inne tanker og følelser, stå i smerter, og ofre mental helse fremfor å la andre utføre deler av barnestellet. En intensiv foreldrestil virker å være gjengangeren, om ikke alle jobber mot akkurat de samme idealene så er alle mødrene betraktelig barnesentrerte. De fleste av førstegangsmødrene legger uttrykk for at egen intuisjon og magefølelse trumfer det meste, selv om ekspertveiledning fra ulikt helsepersonell er betydelig vektlagt for flere.

Som førstegangsmødre uttrykker de igjennom studien at de går inn i noe de ikke har hvert i før, de påpeker at alt morskapsrelatert er nytt for dem- foruten forberedelsene de hadde gjort på forhånd. Dermed oppleves sosiale normer og samfunnets forventninger som tyngende for de fleste av førstegangsmødrene. På tross av dette er det fremtredende i analysen at målsettingen til mødrene ikke er å oppfylle samfunnets forventninger til morsrollen. Flere poengterer viktigheten av å ikke la seg påvirke av hvordan andre møter morsrollen og utøver morskap, samt sammenligne seg selv og barnets utvikling med andre mødre og barns utvikling. Ved å påpeke dette understreker de at det ikke er noe mål å jobbe mot perfektjonisme når det kommer til overgangen til morsrollen.

Videre fant jeg at overgangen til morsrollen oppfattes som et stadium av livet som preges mye av det å tvile på seg selv og hva man er kapabel til. Samtidig erfares morsrollen i seg selv å være en rolle man stadig blir tryggere og stødigere i. Generelt sett er det overaskende lite positivitet som kommer frem i analysen knyttet til møtet med morsrollen. Kjærligheten til barnet er innlysende og blir beskrevet som ubeskrivelig stort, men utenom dette vises det å være en begrenset mengde av positive erfaringer førstegangsmødrene deler om rolleovergangen. Selv om førstegangsmødrene oppfatter store deler av møtet med morsrollen som tungt, ensomt, isolerende og full av tvil, understrekes det tydelig at man kommer seg igjennom det og kjærligheten til barnet overgår det aller meste.

6.2. Hvilke motivasjoner har førstegangsmødre for å dele sine opplevde erfaringer?

Informasjonen og erfaringene som førstegangsmødrene fra studien har valgt å dele på plattformen YouTube, er deres egne opplevelser og oppfatninger av morsrollen og overgangen til denne. Når man velger å dele slik privat og følsom informasjon offentlig kan man stille seg spørsmål om; hva som er grunnlaget deres, hvilke motivasjoner de har og med hvilken hensikt deler de disse erfaringene. I analysen kommer det frem at deres opplevde erfaringer ønskes å bli sett på som et bidrag til å normalisere ekte opplevelser i overgangen til morsrollen. Som nevnt tidligere ønsker de ikke selv å streve etter samfunnets uoppnåelige morskapsidealer og perfektjonisme, noe som virker motstridende til ideologiene om *intensive mothering* og *new momism* (Douglas & Michaels, 2005; Faircloth, 2023; Hays, 1996). Dermed er mye av motivasjonene deres for å dele sine opplevde erfaringer preget av å fremme og normalisere ekte opplevelser, fremfor å rose-male morsrollen og rolleovergangen. Førstegangsmødrene beskrev på ulike måter at behovene og spørsmålene de selv hadde i overgangen til morsrollen, hadde en vesentlig betydning for hvilke tematikker og erfaringer de selv valgte å dele om rolleovergangen. Flere av mødrene opplevde eksempelvis mangel på sosial støtte den første perioden som mor, og legger dermed stor vekt på viktigheten av et godt støtteapparat. Deres motivasjon er å hjelpe andre mødre, kommende mødre og familier til mødre/kommende mødre til å kunne være fungerende støtteapparater i rolleovergangen, med å fremme ulempene av å ikke ha et fungerende støtteapparat. De realistiske fremstillingene som førstegangsmødrene i studien presenterer på plattformen YouTube kan tenkes at kan være med å forbedre førstegangsmødres velvære, samt unngå at møtet med morsrollen oppleves som ensomt. Støtte og behandling kan også antas at blir mer akseptabel

for mødrene å oppsøke, dersom de opplever andres erfaringer som troverdig og ekte (Kantrowitz-Gordon, 2013).

Flertallet av førstegangsmødrene fremhevet hvor viktig det er å ta vare på seg selv og egen helse i overgangen til morsrollen. De selv oppfattet rolleovergangen som altoppslukende å det å skulle prioriterte seg selv ble utelukkende vanskelig for dem. Erfaringene deres med ensomhet, fødselsdepresjon og nedprioritering av egen helse virker som at skal fungere som en oppfordring til andre mødre der ute, om å søke hjelp og støtte til å kunne ta tiden til å hvile og lege sår den første tiden som mor. Deres negative helseutfall med å ikke prioritere seg selv, støtter oppom den tidligere forskningen som tilsier at å ivareta egen helse øker sjansen for positive helseutfall. Forskningen peker på at om man tar vare på egen fysisk og mental helse den første tiden som mor, vil man kunne redusere sjansen for fødselsdepresjon og stress, samt få et bedre selvbilde og positive helseutfall (Germic et al., 2021; Guerra-Reyes et al., 2016; Tveit & Söderhamn, 2015).

Andre motivasjoner som skiller seg ut i analysen er måtene førstegangsmødrene utlyser et behov for å betrygge seerne sine. Gjentatte ganger påpekes det at man kommer seg igjennom de tunge tidene, om man er aleine eller om man har et godt støtteapparat rundt seg. Budskapet om å ikke være for hard mot seg selv er helt klart innlysende både når det gjelder utøvelse av morskap, kroppslige forandringer, selvbilde og det å ikke nå opp til andres forventninger er utslagsgivende. Her kan det tenkes at det å fremme en slik beskjed, kan være med å påvirke en selv til å også ta til seg samme beskjeden som de ønsker andre skal ta til seg. Selv om de poengterer at det er viktig å ikke være for hard med seg selv, vil ikke det nødvendigvis si at de ikke har hvert det på et tidspunkt selv. Det at de velger å dele sine erfaringer og fremmer en slik beskjed, kan føre til at de selv også kan oppnå direkte støtte og/eller henvisning til diverse støtteapparater i fremtiden (Law et al., 2021).

6.3. Hvordan erfarer førstegangsmødre at familierelasjoner fungerer som støtteapparat rundt seg de første månedene etter å ha blitt mor?

Som nevnt tidligere uttrykte førstegangsmødrene i denne studien en mangel på fungerende støtteapparater i overgangen til morsrollen. De refererte hovedsakelig til nære relasjoner (*venner og familie*) når de snakket om «support systems» som jeg har kalt «støtteapparater». Noen av førstegangsmødrene reflekterte rundt alternative støtteapparater som; religion,

sosiale nettverkstjenester og helsepersonell o.l. Mens støtte fra nære relasjoner var klart det de opplevde som mest nødvendig i overgangsfasen, og som flest oppfattet som ikke-fungerende eller fraværende.

Fire av fem førstegangsmødre i studien refererer til en mangel på sosial støtte fra nære relasjoner. Behovet deres for både fysisk og mental støtte er innlysende stort, behovet oppleves gjerne også som økende når støtten de mottar ses på som ikke-fungerende. Flere av førstegangsmødrene refererer til store geografiske avstander, som står i veien for at familie og/eller partner kan fungere som støtteapparat rundt seg i overgangen til morsrollen. I følge tidligere forskning setter førstegangsmødre familien sin høyt på rangstigen å foretrekker å bli oppvartet, samt få støtte og hjelp spesielt fra egen mor (Guerra-Reyes et al., 2016; Gupta et al., 2024). I analysen ble det gjort funn som strider litt imot den tidligere forskningen, støtte fra egen familie og mor ble for flere av førstegangsmødrene oppfattet som ikke-fungerende. Noen oppfattet informasjonen og hjelpen de fikk som utdatert og andre opplevde at forventningene de hadde til støtten ikke ble møtt, noe som resulterte i en opplevelse av mangel på støtte. Denne ikke-fungerende støtten fra nære relasjoner opplevdes som vanskelig ettersom flere av førstegangsmødrene erfarte å ikke bli trygget i rolleovergangen. Noen ga uttrykk for at tanken på å få hjelp og støtte av egen mor var positiv og fylt med store forventninger, men i realiteten opplevdes som skuffende og ikke-fungerende. To av førstegangsmødrene i studien som refererte til en mangel på sosial støtte, fortalte grovt at de ble mor i starten eller under Covid-19 pandemien. Hvordan de opplevde sin partner og sine familierelasjoner som støtteapparater rundt seg denne tiden, kan tenkes at kan ha hatt et totalt annet utfall om de ikke hadde reiserestriksjoner på det tidspunktet. Den opplevde mangelen på fungerende støtte fra familierelasjoner gjorde at alternative støtteapparater som religion og helsepersonell ble viktigere for å få dekt førstegangsmødrenes behov for støtte i morsrollen (O'Connor & Madge, 2004).

Når det gjelder fysisk støtte i rolleovergangen til morsrollen og de første månedene som mor, lener flere av førstegangsmødrene seg på partner. Utenom dette er det hovedsakelig hjelp til avlastning og barnestell, samt råd og veiledning til å utøve morskap førstegangsmødrene utlyser et behov for når det kommer til støtte i rolleovergangen. Flere av mødrene opplevde skuffelser knyttet til hvordan de hadde sett for seg at familierelasjonene skulle opptre i denne fasen av livet. Selv om det var en betraktelig geografisk avstand mellom flere av førstegangsmødrene og familien deres, hadde det hvert muligheter for å dekke noe av

behovene de hadde for sosial støtte. Funnene viser at førstegangsmødrene erfarte en mangel på støtte via telefon, en opplevelse av at støtten kom for sent og at rådene ofte oppfattes som utdatert og irrelevant. Oppsummert erfarte flertallet av førstegangsmødrene i studien familierelasjonene sine som ikke-fungerende støtteapparater i overgangen til morsrollen og den første tiden som mor. De viser en takknemlighet ovenfor de som tilbudte hjelp og råd, men understreker at behovet for støtte ikke ble dekt.

6.4. Avslutning

I denne masteroppgaven har jeg undersøkt, analysert og diskutert førstegangsmødres delte erfaringer med overgangen til morsrollen og hva denne rollen innebærer. Formålet med prosjektet har vært å tilegne meg en bredere forståelse rundt førstegangsmødres erfaringer med rolleovergangen fra barnløs til mor, å utforske nye mødres motivasjoner for å dele sine opplevde erfaringer, samt se på hvordan de erfarer familierelasjoner rundt seg som fungerende eller ikke-fungerende støtteapparater i rolleovergangen. Morsrollen er en såpass viktig rolle kvinner har i samfunnet vårt at økt kunnskap om hvordan rolleovergangen til morsrollen oppfattes av nye mødre, kan være med å opplyse og berøre flertalls faggrupper. I den forbindelsen gjennomførte jeg en tematisk analyse av YouTube-mødres historier, med totalt fem historier fordelt på fire førstegangsmødre. Ved å innhente datamateriale via plattformen YouTube har jeg fått en spesiell innsikt i urørt data, som gir meg en dybde i materialet jeg ikke ville fått tak i ved eksempelvis et forskningsintervju. Målet for studien var ikke å trekke store konklusjoner, men å få en bredere forståelse av morsrollen samt belyse ulike oppfatninger av morsrollen og overgangen til den.

Jeg har i denne studien søkt etter en bredere forståelse over hvordan førstegangsmødre oppfatter og opplever møtet med morsrollen og den første tiden som mor. I studien fant jeg at førstegangsmødrenes oppfatning av rollen før de ble mødre var med å legge et grunnlag for hvordan de ville møte morsrollen. Rolleovergangen var preget av mange forventninger både til seg selv og til andre. Det kan virke som at de så på morsrollen som en sosial rolle hvor atferden deres synes å være totalt styrt av den nye rollen de inntok (Hwang & Nilsson, 2015).

Flertallet av førstegangsmødrene viste seg å ha lagt for høye forventninger til sine nære relasjoner, noe som oppfattes som en påvirkende faktor i graden av ensomhet de opplevde i rollen den første tiden. Studien viser at førstegangsmødres delte erfaringer med morsrollen er

med på å gi et innblikk i hvilke behov nye mødre har for støtte i morsrollen, samt overgangen til den. Behovet for støtte varierer noe hos førstegangsmødrene, samtidig kommer det frem at deres oppfatning av morsrollen i seg selv styrer behovene de har for støtte den første tiden som mor. Analysens funn tyder eksempelvis på at behovet for sosial støtte er noe mer fremtredende hos kvinner med ikke vestlig kulturell bakgrunn. Dette ettersom førstegangsmødrene i studien med nigeriansk og kenyansk bakgrunn legger til uttrykk for at morsrollen skal innebære å være den primære omsorgspersonen for barnet den første tiden. Dette kan ses i sammenheng med at de oppfatter morsrollen som noe mer ensomt og isolerende enn for eksempel den amerikanske førstegangsmoren, som ikke antyder at hun er hverken ensom i morsrollen eller ser på seg selv som den primære omsorgspersonen til barnet. Ut fra mine funn om førstegangsmødres ulike oppfatninger av morsrollen kan det være nyttig å tilrettelegge og vektlegge forskjellige ressurser og hjelpemidler i ulike faggrupper, med utgangspunkt i kulturell bakgrunn. Dette kan eventuelt føre til at flere av førstegangsmødres behov i møtet med morsrollen kan bli dekket, samt gjøre det lettere for førstegangsmødre å takke ja til støtte fra eksterne støtteapparater (*ikke nære relasjoner*).

En opplevelse av mangel på fungerende støtteapparater i overgangen til morsrollen og den første tiden som mor var noe alle førstegangsmødrene hadde til felles. Noen uttrykte at mangelen på sosial støtte var totalt fraværende, mens andre opplevde å motta støtte som de selv oppfattet som ikke-fungerende. Familierelasjoner ble uttrykt som spesielt viktige støtteapparater, men som de fleste opplevde mye skuffelse over uavhengig av geografisk nærhet eller stor avstand til familien. Noen av førstegangsmødrene som hadde sett for seg at familierelasjoner skulle dekke store deler av behovet for støtte i møtet med morsrollen, viste seg å etter hvert lene seg på eksterne støtteapparater som eksempelvis helsepersonell, religion og sosiale nettverkstjenester. Selv om de tok til eksterne støtteapparater uttrykte de et savn og skuffelse ovenfor familien, behovet de hadde for den sosiale støtten forsvant ikke. Dette samsvarer med Choi et al., (2005) og Plantin & Daneback (2009) sine funn om at mange mødre opplever en mangel på å få dekt sine behov for sosial støtte i overgangen til morsrollen. En variasjon av støtteapparater rundt seg den første tiden kan dermed tyde på at vil kunne dekke flest mulig behov for støtte i rolleovergangen.

Erfaringene som førstegangsmødrene valgte å dele i YouTube videoene sine var tematikker hovedsakelig rundt rolleovergangen, støtteapparater, og morsidentitet. Samtidig som de kontinuerlig fremmet ulike beskjeder og formeninger om morsrollen og overgangen til denne.

Informasjonen de delte var ønsket at skulle nås ut til andre mødre, kommende mødre og/eller øvrig familie og venner til andre mødre og kommende mødre. Motivasjonene deres for å dele egne erfaringer virker å stamme fra et ønske om å kunne være til nytte for noen, bidra til en åpenhet rundt det mange opplever som vanskelige tema og dekke et hull i hva de oppfatter selv som manglende informasjon på nett.

Et inntrykk som jeg deler med flere av førstegangsmødrene i studien, er at å bli mor i dagens samfunn er på mange måter krevende i den forstand at man hele tiden skal jobbe mot et urealistisk morskapsideal. De forklarer hvordan de opplevde en mangel på støtteapparater samtidig som de ønsket å utøve barnestell selv på sin måte til enhver tid. Barnets behov ble satt fremfor egne behov og instinktet om å være oppdatert og opplyst om barnets utvikling var betydelig. Førstegangsmødrene sprer en åpenhet rundt veldig private tematikker samt jobber imot glamoriseringsen av morsrollen og urealistiske morskapsidealer. Jeg mener det er verdifullt og sunt for kommende mødre som søker støtte i sosiale nettverkstjenester å se og høre ekte opplevelser fra slike kvinner.

6.5. Styrker og begrensninger

I dette prosjektet har formålet vært å få en bredere forståelse av førstegangsmødres erfaringer med morsrollen gjennom å se på deres egne delte opplevelser på YouTube. Datautvalget vil ha kunnet påvirket funnene jeg har gjort i studien, på den måten at videoutvalget totalt består av fem videoer foretatt av fire førstegangsmødre. Fire førstegangsmødres opplevede erfaringer kan ikke generalisere andre førstegangsmødres oppfatninger av morsrollen og overgangen til denne (Anker, 2020, s. 110–111; Kvale & Brinkmann, 2009). Men tross videoutvalgets størrelse mener jeg at utvalget er tilfredsstillende nok til å kunne svare på forskningsspørsmålene i studien. Det kan også være hensiktsmessig å si at kunnskapen jeg har tilegnet meg om førstegangsmødres erfaringer med morsrollen er overførbart og kan videre være nyttig for andre (Kvale & Brinkmann, 2009).

I analysen var det mye negative oppfatninger og opplevelser knyttet til morsrollen som kom til syne, det vil dermed ikke si at førstegangsmødrene i studien ikke hadde positive erfaringer med rolleovergangen. En av begrensningene med studien er nettopp det å ikke kunne få helhetsopplevelsen til førstegangsmødrene. Tidligere forskning viser at amming utgjør store deler av mestringsfølelsen knyttet til barnestellet den første tiden (Tveit & Söderhamn, 2015), samt at førstegangsmødre har et stort behov for ammestøtte (Beggs et al., 2021). Amming er

for eksempel et tema som ingen av mødrene reflekterte noe rundt. Flere av førstegangsmødrene nevnte så vidt at de ammet barnet sitt, noe som tilsier at de hadde egne erfaringer med tema selv om de unnlot å ta opp tematikken. Det samme kan gjelde mødrenes fødselsopplevelser, ettersom forskning viser at mødres opplevelser med fødsel kan ha en påvirkning på vanskelighetsgraden de har i overgangen til morsrollen (Roy et al., 2014, s. 30–31).

Formålet med førstegangsmødrenes YouTube videoer var ikke deltagelse i forskningsprosjekter, noe som kan anses som en begrensning i studien. Her blir det da spesielt viktig at meningsinnholdet til mødrene kommer frem i den konteksten de selv produserte, og at jeg tar etiske hensyn i måten jeg fremstiller førstegangsmødrene (A. Johannessen et al., 2016). Det jeg vil anse som en styrke i prosjektet er at alle førstegangsmødrene i studien var relativt nye førstegangsmødre (*ikke mer enn ett år mellom møtet med morsrollen og publisering av video*), noe som gjorde at overgangen til morsrollen var fortsatt ferskt i minne for mødrene.

Min egen subjektivitet og forforståelse ovenfor morsrollen er med på å forme forskningen gjennom prosjektet (Nilssen, 2012). Erfaringen jeg har som ny mor har medført at jeg har kunnet kjenne meg igjen i flere av førstegangsmødrenes historier, noe som jeg anser som en styrke ettersom jeg opplever å kunne lese imellom linjene å fange meningsinnholdet i historiene deres (Malterud, 2017; Nilssen, 2012).

6.6. Videre forskning

Det finnes allerede en betydelig andel forskning og informasjon om morsrollen og overgangen til morsrollen på feltet. I motsetning til dette er studier som går ut på hva førstegangsmødre selv deler om rollen og rolleovergangen på sosiale medier og sosiale nettverksplattformer svært begrenset. Kjennskapen jeg har til tidligere forskning på feltet viser at det er en mangel på studier som tar for seg hva førstegangsmødre selv deler om sine opplevde erfaringer med møtet med morsrollen. Dette prosjektet vil kunne være hensiktsmessig for andre i mer omfattende studier som også ønsker å forske på hva førstegangsmødre deler om sine opplevde erfaringer med morsrollen. Videre forskning bør undersøke hva førstegangsmødre deler om sine opplevde erfaringer på andre plattformer enn YouTube. Ettersom sosiale nettverkssider varierer i popularitet og bruksnytte fra år til år bør

nye studier ta for seg hva førstegangsmødre deler om sine opplevde erfaringer med morsrollen på plattformer som eksempelvis Instagram eller TikTok, for å få en mye bredere forståelse over hva førstegangsmødre deler om sine erfaringer med morsrollen og rolleovergangen på nett. Videre kan det virke som at sosiale nettverkssider som fungerende støtteapparater blir mer betydningsfullt for førstegangsmødre, forskning på YouTube eller andre sosiale nettverksplattformer som fungerende støtteapparat i morsrollen kan dermed være interessant.

Samtidig bør det forskes mer på hvordan partner og familierelasjoner opplever førstegangsmødre som mottakelig for sosial støtte i rolleovergangen. Dette kan potensielt være med å bidra til nye perspektiver på overgangen til morsrollen, samt være med å synliggjøre faktorer på hvorfor så mange førstegangsmødre opplever en mangel på sosial støtte i rolleovergangen.

7. Litteraturliste

Ajayi, K. V., Harvey, I. S., Panjwani, S., Uwak, I., Garney, W., & Page, R. L. (2021).

Narrative Analysis of Childbearing Experiences During the COVID-19 Pandemic.

MCN: The American Journal of Maternal/Child Nursing, 46(5), 284–292.

<https://doi.org/10.1097/NMC.0000000000000742>

Alrubaiaan, R., Nair, B., Amir-Rad, F., Aljanahi, M., Kumar S, V., & Prasad, S. (2024).

Presurgical Infant Orthopedic Videos on YouTube™: A Thematic Analysis of

Caregiver Narratives. *The Cleft Palate Craniofacial Journal*, 10556656241233115.

<https://doi.org/10.1177/10556656241233115>

Alstveit, M., Severinsson, E., & Karlsen, B. (2010). Obtaining confirmation through social

relationships: Norwegian first-time mothers' experiences while on maternity leave.

Nursing & Health Sciences, 12(1), 113–118. <https://doi.org/10.1111/j.1442->

2018.2009.00508.x

- Anker, T. (2020). *Analyse i praksis: En håndbok for masterstudenter*. Cappelen Damm Akademisk.
- Archer, C., & Kao, K.-T. (2018). Mother, baby and Facebook makes three: Does social media provide social support for new mothers? *Media International Australia*, 168(1), 122–139. <https://doi.org/10.1177/1329878X18783016>
- Aston, M., Price, S., Monaghan, J., Sim, M., Hunter, A., & Little, V. (2018). Navigating and negotiating information and support: Experiences of first-time mothers. *Journal of Clinical Nursing*, 27(3–4), 640–649. <https://doi.org/10.1111/jocn.13970>
- Baker, B., & Yang, I. (2018). Social media as social support in pregnancy and the postpartum. *Sexual & Reproductive Healthcare*, 17, 31–34. <https://doi.org/10.1016/j.srhc.2018.05.003>
- Bartholomew, M. K., Schoppe-Sullivan, S. J., Glassman, M., Kamp Dush, C. M., & Sullivan, J. M. (2012). New Parents' Facebook Use at the Transition to Parenthood. *Family Relations*, 61(3), 455–469. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2012.00708.x>
- Beggs, B., Koshy, L., & Neiterman, E. (2021). Women's Perceptions and Experiences of Breastfeeding: A scoping review of the literature. *BMC Public Health*, 21(1), 2169. <https://doi.org/10.1186/s12889-021-12216-3>
- Bingham, A. J., & Witkowsky, P. (2022). Deductive and inductive approaches to qualitative data analysis. I C. Vanover, P. Mihas, & J. Saldana (Red.), *Analyzing and interpreting qualitative data: After the interview* (Bd. 1, s. 133–146). SAGE Publications.
- Boothby, E. J., Clark, M. S., & Bargh, J. A. (2014). Shared Experiences Are Amplified. *Psychological Science*, 25(12), 2209–2216. <https://doi.org/10.1177/0956797614551162>

- Boyd, D. M., & Ellison, N. B. (2007). Social Network Sites: Definition, History, and Scholarship. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 13(1), 210–230.
<https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2007.00393.x>
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Bryant, L. S., Leath, S., Billingsley, J., & Moseley, S. (2024). “She Has a Village”: The Intergenerational Benefits of Social Support Networks for Black Mothers and Daughters. *Psychology of Women Quarterly*, 03616843241233289.
<https://doi.org/10.1177/03616843241233289>
- Chodorow, N. (1979). *The reproduction of mothering: Psychoanalysis and the sociology of gender* (1. paperback print). Univ. of California Press.
- Choi, P., Henshaw, C., Baker, S., & Tree, J. (2005). Supermum, superwife, supereverything: Performing femininity in the transition to motherhood. *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, 23(2), 167–180. <https://doi.org/10.1080/02646830500129487>
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2023). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (Sixth edition, international student edition). Sage.
- Douglas, S. J., & Michaels, M. W. (2005). *The mommy myth: The idealization of motherhood and how it has undermined all women*. Free Press.
- Dow, K. (2013). Building a stable environment in Scotland. I C. Faircloth, D. M. Hoffman, & L. L. Layne (Red.), *Parenting in global perspective: Negotiating ideologies of kinship, self and politics* (s. 36–50). Routledge.
- Elliott, G. M. C., Letvak, S., Côté-Arsenault, D., Wallace, D. C., & Smith, J. M. (2022). First-Time Mothers’ Invisible Presence Using Social Networking Sites. *MCN: The American Journal of Maternal/Child Nursing*, Publish Ahead of Print.
<https://doi.org/10.1097/NMC.0000000000000861>

- Everett, E. L., & Furseth, I. (2004). *Masteroppgaven: Hvordan begynne-og fullføre* (3. utg.). Universitetsforlaget.
- Eyde Warembourg, N. (2022). *Ipsos SoMe-tracker Q1 '22*. Ipsos All Rights Reserved.
<https://www.ipsos.com/nb-no/ipsos-some-tracker-q122>
- Faircloth, C. (2021). When equal partners become unequal parents: Couple relationships and intensive parenting culture. *Families, Relationships and Societies*, 10(2), 231–248.
<https://doi.org/10.1332/204674319X15761552010506>
- Faircloth, C. (2023). Intensive Parenting and the Expansion of Parenting. I E. Lee, J. Bristow, C. Faircloth, & J. Macvarish, *Parenting Culture Studies* (s. 33–67). Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-031-44156-1_2
- Faircloth, C., Hoffman, D. M., & Layne, L. L. (2015). *Parenting in global perspective: Negotiating ideologies of kinship, self and politics*. Routledge.
- Faircloth, C., Layne, L. L., & Hoffman, D. M. (2015). Introduction. I *Parenting in global perspective: Negotiating ideologies of kinship, self and politics* (s. 1–17). Routledge.
- Frey, E., Bonfiglioli, C., Brunner, M., & Frawley, J. (2022). Parents' Use of Social Media as a Health Information Source for Their Children: A Scoping Review. *Academic Pediatrics*, 22(4), 526–539. <https://doi.org/10.1016/j.acap.2021.12.006>
- George, L. K. (1993). Sociological Perspectives on Life Transitions. *Annual Review of Sociology*, 19(1), 353–373. <https://doi.org/10.1146/annurev.so.19.080193.002033>
- Germic, E. R., Eckert, S., & Vultee, F. (2021). The Impact of Instagram Mommy Blogger Content on the Perceived Self-Efficacy of Mothers. *Social Media + Society*, 7(3), 205630512110416. <https://doi.org/10.1177/20563051211041649>
- Gjellestad, A. (2024, mars 23). Hvorfor får vi så få barn? *KRS - Avisen Kristiansand*.
<https://www.krs.no/hvorfor-far-vi-sa-fa-barn/o/5-157-177456>

- Guerra-Reyes, L., Christie, V. M., Prabhakar, A., Harris, A. L., & Siek, K. A. (2016). Postpartum Health Information Seeking Using Mobile Phones: Experiences of Low-Income Mothers. *Maternal and Child Health Journal*, 20(S1), 13–21. <https://doi.org/10.1007/s10995-016-2185-8>
- Gupta, M., Patra, M., Hamiduzzaman, M., McLaren, H., & Patmisari, E. (2024). Social Support Postpartum: Bengali Women from India on Their Coping Experiences following Childbirth. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 21(5), 557. <https://doi.org/10.3390/ijerph21050557>
- Hatch, J. A. (2002). *Doing qualitative research in education settings*. State University of New York Press.
- Hays, S. (1996). *The cultural contradictions of motherhood*. Yale University Press.
- Hwang, P., & Nilsson, B. (2015). *Gruppesykologi: En innføring i gruppesykologiske prosesser i barnehage, skole og fritid* (1. utg.). Fagbokforlaget.
- Jackson, D., & Mannix, J. (2004). Giving voice to the burden of blame: A feminist study of mothers' experiences of mother blaming. *International Journal of Nursing Practice*, 10(4), 150–158. <https://doi.org/10.1111/j.1440-172X.2004.00474.x>
- Johannessen, A., Tufte, P. A., & Christoffersen, L. (2016). *Introduksjon til samfunnsvitenskapelig metode* (5. utg.). Abstrakt forlag.
- Johannessen, L. E. F., Rafoss, T. W., & Rasmussen, E. B. (2018). *Hvordan bruke teori? : Nyttige verktøy i kvalitativ analyse*. Universitetsforlaget.
- Johnson, S. A. (2015). 'Intimate mothering publics': Comparing face-to-face support groups and Internet use for women seeking information and advice in the transition to first-time motherhood. *Culture, Health & Sexuality*, 17(2), 237–251. <https://doi.org/10.1080/13691058.2014.968807>

- Kantrowitz-Gordon, I. (2013). Internet Confessions of Postpartum Depression. *Issues in Mental Health Nursing*, 34(12), 874–882.
<https://doi.org/10.3109/01612840.2013.806618>
- Kiehl, E. M., & White, M. A. (2003). Maternal adaptation during childbearing in Norway, Sweden and the United States: Maternal adaptation during childbearing. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 17(2), 96–103. <https://doi.org/10.1046/j.1471-6712.2003.00116.x>
- Kvale, S., & Brinkmann, S. (2009). *Det kvalitative forskningsintervju* (2. utg., 2. oppl). Gyldendal Norsk Forlag.
- Kvale, S., & Brinkmann, S. (2015). *Det kvalitative forskningsintervju* (T. M. Anderssen & J. Rygge, Overs.; 3. utg). Gyldendal akademisk.
- Ladd-Taylor, M., & Umansky, L. (Red.). (1998). «Bad» mothers: *The politics of blame in twentieth-century America*. New York University Press.
- Law, S., Ormel, I., Babinski, S., Plett, D., Dionne, E., Schwartz, H., & Rozmovits, L. (2021). Dread and solace: Talking about perinatal mental health. *International Journal of Mental Health Nursing*, 30(S1), 1376–1385. <https://doi.org/10.1111/inm.12884>
- Leahy-Warren, P., McCarthy, G., & Corcoran, P. (2012). First-time mothers: Social support, maternal parental self-efficacy and postnatal depression. *Journal of Clinical Nursing*, 21(3–4), 388–397. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2702.2011.03701.x>
- Lee, E., Bristow, J., Faircloth, C., & Macvarish, J. (2023). *Parenting Culture Studies*. Springer International Publishing. <https://doi.org/10.1007/978-3-031-44156-1>
- Lee, K., Vasileiou, K., & Barnett, J. (2019). ‘Lonely within the mother’: An exploratory study of first-time mothers’ experiences of loneliness. *Journal of Health Psychology*, 24(10), 1334–1344. <https://doi.org/10.1177/1359105317723451>

- Longhurst, R. (2009). Youtube: A New Space for Birth? *Feminist Review*, 93(1), 46–63.
<https://doi.org/10.1057/fr.2009.22>
- Lupton, D. (2016). The use and value of digital media for information about pregnancy and early motherhood: A focus group study. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 16(1), 171.
<https://doi.org/10.1186/s12884-016-0971-3>
- Malterud, K. (2017). *Kvalitative forskningsmetoder for medisin og helsefag* (4. utg.). Universitetsforlaget.
- Mangeli, M., Rayyani, M., Cheraghi, M. A., & Tirgari, B. (2017). Exploring the Challenges of Adolescent Mothers From Their Life Experiences in the Transition to Motherhood: A Qualitative Study. *Journal of Family & Reproductive Health*, 11(3), 165–173.
- Mansour, A., & Francke, H. (2017). Credibility assessments of everyday life information on Facebook: A sociocultural investigation of a group of mothers. *Information Research*, 22(2), 1–16.
- Miller, T. (2005). *Making Sense of Motherhood: A Narrative Approach* (1. utg.). Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511489501>
- Miller, T. (2007). “Is This What Motherhood is All About?”: Weaving Experiences and Discourse through Transition to First-Time Motherhood. *Gender & Society*, 21(3), 337–358. <https://doi.org/10.1177/0891243207300561>
- Montgomery, H. (2018). *Miraklenes tid 0-2 år: Syv enkle steg for å lykkes med oppdragelsen*. Pilar.
- Nilssen, V. L. (2012). *Analyse i kvalitative studier: Den skrivende forskeren*. Universitetsforlaget.
- NOU 2009: 5 *Farskap og annen morskap. Fastsettelse og endring av foreldreskap*. (2013). Barne- og familiedepartementet.

<https://www.regjeringen.no/contentassets/b4e3f366a4a443dd91b6d5a94f967ed6/no/pdfs/prp201220130105000dddpdfs.pdf>

- O'Connor, H., & Madge, C. (2004). «My mum's thirty years out of date». *Community, Work & Family*, 7(3), 351–369. <https://doi.org/10.1080/1366880042000295754>
- Parsa, B., Parsa, P., Boojarzadeh, B., & Mohammadi, Y. (2019). Prediction of postpartum depression based on women's quality of life. *Family Medicine & Primary Care Review*, 21(4), 343–348. <https://doi.org/10.5114/fmPCR.2019.90165>
- Phoenix, A., Woollett, A., & Lloyd, E. (Eds.). (1994). *Motherhood: Meanings, practices and ideologies* (1. publ., reprint). Sage Publ.
- Plantin, L., & Daneback, K. (2009). Parenthood, information and support on the internet. A literature review of research on parents and professionals online. *BMC Family Practice*, 10(1), 34. <https://doi.org/10.1186/1471-2296-10-34>
- Punch, K. F. (2013). *Introduction to social research: Quantitative and qualitative approaches* (3. utg.). Sage.
- Ramaekers, S., & Hodgson, N. (2020). Parenting apps and the depoliticisation of the parent. *Families, Relationships and Societies*, 9(1), 107–124. <https://doi.org/10.1332/204674319X15681326073976>
- Redshaw, M., & Martin, C. (2011). Motherhood: A natural progression and a major transition. *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, 29(4), 305–307. <https://doi.org/10.1080/02646838.2011.639510>
- Reis, H. T., O'Keefe, S. D., & Lane, R. D. (2017). Fun is more fun when others are involved. *The Journal of Positive Psychology*, 12(6), 547–557. <https://doi.org/10.1080/17439760.2016.1221123>

- Reupert, A., Straussner, S. L., Weimand, B., & Maybery, D. (2022). It Takes a Village to Raise a Child: Understanding and Expanding the Concept of the “Village”. *Frontiers in Public Health*, *10*, 756066. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.756066>
- Riessman, C. K. (2008). *Narrative methods for the human sciences*. Sage Publications.
- Rossi, A. S. (1968). Transition to Parenthood. *Journal of Marriage and the Family*, *30*(1), 26. <https://doi.org/10.2307/350219>
- Roy, R. N., Schumm, W. R., & Britt, S. L. (2014). *Transition to parenthood*. Springer.
- Røkenes, O. H., & Hanssen, P.-H. (2012). *Bære eller breste: Kommunikasjon og relasjon i arbeid med mennesker* (3. utg). Fagbokforlaget.
- Scheibling, C., & Milkie, M. A. (2023). Shifting toward intensive parenting culture? A comparative analysis of top mommy blogs and dad blogs. *Family Relations*, *72*(2), 495–514. <https://doi.org/10.1111/fare.12824>
- Tarkka, M., Paunonen, M., & Laippala, P. (1999). Social Support Provided by Public Health Nurses and the Coping of First-Time Mothers with Child Care. *Public Health Nursing*, *16*(2), 114–119. <https://doi.org/10.1046/j.1525-1446.1999.00114.x>
- Tjora, A. (2018). *Viten skapt: Kvalitativ analyse og teoriutvikling*. Cappelen Damm akademisk.
- Tveit, G. N. I., & Söderhamn, U. S. U. (2015). Hva gjør førstegangsmødre for å mestre barnestellet i tidlig barseltid? *Nordisk sygeplejeforskning*, *5*(2), 151–164. <https://doi.org/10.18261/ISSN1892-2686-2015-02-07>
- Vivekananthan, M. (2011, april 14). *Sosial konstruksjon av «mor»*. <https://www.utrop.no/live-plus/20305/>
- Walker, L. O., Mackert, M. S., Ahn, J., Vaughan, M. W., Sterling, B. S., Guy, S., & Hendrickson, S. (2017). e-Health and new moms: Contextual factors associated with

sources of health information. *Public Health Nursing*, 34(6), 561–568.

<https://doi.org/10.1111/phn.12347>

Aalen, I. (2015). *Sosiale medier*. Fagbokforlaget.