

«Foreldre for første gang»

Førstegangsforeldres erfaring med overgangen til
foreldrerollen

May-Lene Isaksen

VID vitenskapelige høgskole

Oslo

Masteroppgave

Master i sykepleie med et kommunehelsetjenesteperspektiv

Antall ord: 24 300

01.02.2023

© Forfatter

År: 2023

Tittel: «Foreldre for første gang»

Forfatter: May-Lene Isaksen

Veileder: Trude Haugland

Forord

Da er denne utviklingsreisen i vitenskapen og forskningens verden snart over. Jeg ønsket å skrive en masteroppgave da egenutvikling og utfordringer er noe jeg liker. Når jeg nå ved reisens slutt sammenlikner meg selv med hvor jeg stod i starten av denne prosessen, kjenner jeg på en ydmyk stolthet. All utvikling jeg har vært igjennom, både opp- og nedturer gjør hele reisen verdt det.

Det er mange som fortjener en takk for at denne reisen har vært mulig.

Først og fremst vil jeg rette en stor og ydmyk takk til alle mødrene og fedrene som har bidratt til denne studien. Takk for at dere tok meg med på deres reise i overgangen til å bli foreldre.

Takk til min leder og mine kollegaer ved helsestasjons- og skolehelsetjenesten i Alta, for tilrettelegging og oppmuntring. En spesiell takk til Hanne Rosted for all hjelp med språkvask.

Takk til min tålmodige og alltid tilgjengelige veileder Trude Haugland. Du har dratt meg med i motvind og oppmuntret meg i medvind. Tusen takk!

Takk til mine fire flotte og tålmodige barn; Astrid Kristine, Anna Josefine, Ragnhild Irene og Jørgen Henry. Dere er min mening i livet og nå har dere min hele og fulle oppmerksomhet.

Sist, men ikke minst takk til min bedre halvdel i livet, Sondre. Du har fylt rollen som både mor, far og støttespiller i innspurten av masterforløpet og du har gjort en strålende jobb!

«Å vite når man vet noe og å vite når man ikke vet noe – det er kunnskap» - Konfucius

Sammendrag

Introduksjon: Som mennesker gjennomgår vi flere overganger i livet. Overgangen til foreldrerollen er en stor utviklingsmessig overgang som fører til endringer på mange områder. Norske myndigheter har et stort fokus på arbeid rettet mot barn og unge for å forebygge psykisk uhelse. Foreldre utgjør de viktigste personene i barns liv, nettopp derfor kan vedvarende belastninger hos foreldre og innad i familien øke risikoen for at barn utvikler psykiske vansker senere i livet. Erfaringene foreldrene har i overgangen til foreldrerollen kan ses i sammenheng med hvordan foreldrene knytter seg til barnet og finner mening i en ny rolle. Hvordan tilknytningen utvikler seg mellom foreldre og barn vil igjen påvirke barnets utvikling i positiv eller negativ retning.

Hensikt: Denne studien ser nærmere på hvilke erfaringer norske mødre og fedre har med overgangen til foreldrerollen i et moderne samfunn.

Metode: Det er gjennomført semistrukturerte intervju av fire førstegangsmødre og fire førstegangsfedre. Analysen av datamaterialet er inspirert av Tjoras (2017) stegvis deduktiv-induktive modell. Resultatet av studien er diskutert opp mot tidligere forskning og forståes ut ifra overgangsteorien til Meleis et al. (2010).

Resultat: Studien identifiserer tre hovedtema som beskriver erfaringene førstegangsmødrene og -fedrene hadde med overgangen til foreldrerollen.

«Ny bevissthet» beskriver: Foreldrenes erfaring med motstridende følelser i vissheten om at de skulle bli foreldre. Foreldrenes opplevelse av et skifte av fokus i livet. Foreldrenes opplevelser av at familierelasjoner fikk større betydning.

«Reorganisering av identitet» beskriver: Foreldrenes erfaringer med å identifisere seg som mor og far. Foreldrenes følelse av å miste noe av kontrollen på eget følelses- og tankeliv. Foreldrenes erfaringer med å søke støtte hos partner og andre foreldre.

«Tilpasse ny rolle» beskriver foreldrenes erfaringer med å være i konstant utvikling, og en opplevelse av et vendepunkt preget av en mestringsfølelse i foreldrerollen.

Oppsummering: Denne studien viser at overgangen til foreldrerollen erfares som en utviklingsmessig reise for foreldrene, der graviditeten representerer startpunktet og opplevelsen av mestring representerer destinasjonsmålet. Kvinner og menn starter på reisen

ved ulike tidspunkt, erfarer reisen relativt likt og når destinasjonen på samme måte, men til ulike tider. Det sosiale støttenettverket, samfunnsmessige forhold og utvikling påvirker hvordan foreldrene erfarer overgangen til foreldrerollen.

Implikasjoner for praksis og framtidig forskning: Helsepersonell må ha fokus på hvordan samfunnsmessige forhold og utvikling kan påvirke foreldrenes erfaringer i overgangen til foreldrerollen, for slik å kunne tilby individtilpasset støtte og bidra til en sunn og vellykket overgang. Framtidig forskning bør undersøke nærmere hvordan sosiale medier brukes av helsestasjonene til å formidle informasjon til foreldre, og hvordan digitale plattformer kan gjøre helsetjenester mer tilgjengelig for foreldre.

Nøkkelord: «overgang til foreldrerollen», «førstegangsmødre» «førstegangsfedre» «erfaring» «mestring»

Abstract

Introduction: As humans, we go through several transitions in life. The transition to parenthood is a major developmental transformation that leads to changes in many areas. The state of Norway has a large focus on work aimed at children and young people to prevent mental illness. Parents are the most important people in the children's lives, which is precisely why persistent stress on the parents, and within the family, can increase the risk of children developing psychological difficulties later in life. The experiences the parents have in the transition to parenthood can be observed in the context of how the parent's bond with the child and how they find meaning in a new role. How the bond develops between parents and children will in turn influence the child's development in a positive or negative direction.

Purpose: This research takes a closer look at the experiences Norwegian mothers and fathers have with the transition to parenthood in a modern society.

Method: The study was conducted with four first-time mothers and four first-time fathers using semi-structured interviews. The analysis of the data material is inspired by Tjora's (2017) stepwise deductive-inductive model. The results of the study is compared against previous research and are interpreted based on the transition theory of Meleis et al. (2010).

Result: The study identifies three main themes that describes the experiences the first-time mothers and fathers had with the transition to parenthood.

"New consciousness" describes the parents' experience of conflicting feelings in the knowledge that they were to become parents, the parents' experience of a shift in focus in life and the parents' experiences of family relationships becoming more important.

"Reorganization of identity" describes the parents' experiences of identifying themselves as a mother or a father, the parents' feeling of losing some of the control over their own thoughts and emotional life. It also describes the parents' experiences of seeking support from partners and other parents.

"Adapting to a new role" describes the parents' experiences of being in constant development. It is also described as a turning point in life characterized by a sense of coping with - and controlling the parental role.

Summary: This study shows that the transition to parenthood is experienced as a developmental journey for the parents. Where the pregnancy represents the starting point and the experience of coping represents the destination goal. Women and men start their journey at different times, experience the journey relatively similarly and reaches their destination in the same way, but at different times. The social support network, societal conditions and development influences how the parents experience the transition to the parenting role.

Implications for practice and future research: Public health nurses must focus on how societal conditions and development can affect parents' experiences in the transition to the parenting role, in order to be able to offer individual support and contribute to a healthy and successful transition. Future research should examine in more detail how social media are used by family health care centre's to distribute information to parents, and how digital platforms can make health services more accessible to parents.

Keywords: "transition to the parenting role", "first-time mothers" "first-time fathers" "experience" "coping"

Innholdsfortegnelse

Forord	III
Sammendrag.....	IV
Abstract	VI
1 Innledning	1
1.1 Hensikt og problemstilling	3
1.2 Monografiens struktur.....	4
2. Kunnskapsstatus	5
2.1 Overgangen fra par til foreldre	5
2.2 Overgangen til morsrollen	7
2.3 Overgangen til farsrollen	11
2.4 Mors- og farsrollen i et kjønnsrolleperspektiv	15
2.5 Foreldrerollen i et samfunnsperspektiv	16
3 Teoretisk rammeverk.....	18
3.1 Overgangsteori	18
Figur 1: Overganger: A middel-range theory.....	19
3.1.1 Nature of Transitions	19
3.1.2 Transition Conditions: Facilitators and Inhibitors.....	22
3.1.3 Patterns of response	24
4 Gjennomføring av studien	26
4.1 Kvalitativ forskningsmetode	26
4.2 Det kvalitative forskningsintervju.....	27
4.3 Utvalg og rekruttering	27
4.4 Datainnsamling	29
4.5 Analyse.....	30
4.5.1 Transkribering	30
4.5.2 Analysemetode	30
4.6 Etske overveielser	35
4.6.1 Informert samtykke	36
4.6.2 Anonymitet og konfidensialitet	36
4.7 Metoderefleksjon	37
4.7.1 Forskerrollen og forforståelse	37
4.7.2 Reliabilitet	38
4.7.3 Validitet	39
4.7.4 Overførbarhet	39
5 Resultater	40

5.1 Ny bevissthet	41
5.1.1 Motstridende følelser	41
5.1.2 Forberedelser og forventninger.....	42
5.1.3 Skifte av fokus	43
5.2 Reorganisering av identitet	45
5.2.1 Tilhørighet og støtte	45
5.2.2 Erfaring og kunnskap	46
5.2.3 Foreldreegenskaper	47
5.3 Tilpasse en ny rolle	48
5.3.1 Kroppslige reaksjoner	49
5.3.2 Hverdagsstruktur	50
5.3.3 Vendepunkt.....	52
6 Diskusjon.....	54
6.1 Ny bevissthet	54
6.2 Reorganisering av identitet	59
6.3 Tilpasse ny rolle	63
7 Oppsummering	70
Referanseliste	72
Vedlegg	75

1 Innledning

Mennesker gjennomgår flere overganger i løpet av livet. Disse overgangen er med på å forme hvem vi er og blir som mennesker. Å gå fra å være barnløs til å bli forelder er et eksempel på en overgang mange kvinner og menn gjennomgår i livet. Å få et barn er en stor begivenhet, men å få et barn kan ikke i seg selv defineres som en overgang. «Life Transitions», oversatt til norsk som «overganger» defineres av Van Genneep (1960) som en bevegelse igjennom livet og som er preget av tre faser. Første fase kjennetegnes ved at personen fjernes fra det som da defineres som det «normale» sosiale livet. Andre fase refererer til personens vaner og rutiner mens personen befinner seg i en uoversiktlig tilstand og muligens føler seg forvirret og fremmedgjort. Tredje fase kjennetegnes ved at personen returnerer til det sosiale livet og gjenopptar sin rolle og nye status (Kralik et al., 2006; Van Genneep, 1960). Tilnærmingen med å forstå overganger i livet som en prosess bestående av ulike faser preger også nyere definisjoner av overganger. Bridges (2004) definerer overganger som en prosess, bestående av en avslutning med løsrivelse fra tidligere liv, en nøytral fase preget av forvirring og utforsking, og en ny begynnelse med opplevelse av kontroll og mestring (Bridges, 2004). Både Van Genneep (1960) og Bridges (2004) definisjon beskriver overganger som en lineær prosess med en tydelig start og slutt (Bridges, 2004; Van Genneep, 1960). Denne framstillingen utfordres av Kralik (2002) og Paterson (2001) som beskriver overganger som en pågående prosess med skiftende perspektiver og en opplevelse av bevegelse fram og tilbake (Kralik, 2002; Paterson, 2001). Meleis et al (2010) definerer overganger som en prosess, preget av bevegelse over tid, og som innebærer en reorganisering av indre og ytre forhold i livet. For at denne prosessen skal være mulig hevder Meleis et al. (2010) at personen må være bevisst på at endringen finner sted. Denne bevisstheten etterfølges av et aktivt engasjement i prosessen, hvor personen søker ny informasjon og støtte, identifiserer nye måter å leve på, modifierer tidligere aktiviteter og skaper en ny mening med tilværelsen (Meleis et al., 2010).

Flere internasjonale og nordiske studier har sett på de ulike erfaringene mødre og fedre har i overgangen til foreldrerollen (Korukcu, 2019; Mortensen et al., 2012; O'Reilly Treter et al., 2021; Pålsson et al., 2017). Wheaton (1990) har gjennomført gjentatte tverrsnittundersøkelser hvor han ser nærmere på hvilken betydning konteksten mennesket

befinner seg i, har for opplevelsen av stress i en overgang. Resultatet viste at stress i livet før overgangen, førte til at selve overgangsprosessen påvirket den mentale helsen i mindre grad. Med bakgrunn i dette understrekes behovet for å kartlegge og spesifisere de sosiale omstendighetene rundt mennesket før en kan definere en overgangshendelse som stressfull eller ikke (Wheaton, 1990).

I løpet av de siste årene har den norske regjeringen hatt et økt fokus på, og prioritert det forebyggende arbeidet rettet mot barn og unge. I opptrappingsplanen for barn og unges psykiske helse poengteres det at foreldre er de viktigste personene i barns liv. Nettopp fordi familien er så viktig for barns utvikling, øker risikoen for psykiske vansker hos barnet dersom belastningene i familiene er store og varer over tid. Å støtte opp om familien i overgangsprosessen er derfor et satsningsområde for regjeringen (Helse- og omsorgsdepartementet, 2018).

Barnets sosio-emosjonelle utvikling påvirkes i stor grad av foreldre-barn samspillet. Alle barn knytter seg til sine omsorgspersoner uavhengig av hvordan de blir behandlet. Dette er en nødvendighet for at barna skal overleve. Forskning viser imidlertid at barn knytter seg til omsorgspersonene på forskjellige måter på bakgrunn av hvordan de blir møtt. Der omsorgspersonene til barnet er sensitive vil barna utvikle en trygg tilknytning. Der omsorgspersonene ikke er i stand til være sensitive i foreldre-barn samspillet utvikler barna en utrygg tilknytning. På bakgrunn av tidligere samspill med omsorgspersonene utvikler barna en oppfatning av seg selv, sine omsorgspersoner og hva de kan forvente i samspill med andre mennesker. At barn utvikler en trygg tilknytning til sine omsorgspersoner utgjør ingen garanti for at barnet ikke utvikler psykiske og atferdsmessige utfordringer senere i livet. Tidligere forskning viser imidlertid at en trygg tilknytning kan utgjøre en beskyttelsesfaktor for barnet i møte med ulike utfordringer og belastninger (Killén, 2003).

Flere studier viser at overgangen fra barnløs til foreldre for de fleste par medfører en nedgang i graden av tilfredshet i parforholdet, økt konfliktnivå og færre positive samhandlinger paret seg i mellom (Doss et al., 2009; Lawrence et al., 2008). Parkonflikter har igjen blitt sett i sammenheng med foreldreadferd som kan føre til barns tilpasningsvansker senere i livet (Stocker et al., 2003).

Etter at barnet er født og de nybakte foreldrene står i startgropen for sin utvikling av mors- og farsrollen har familien etter helsestasjonsprogrammet jevnlig kontakt med helsesykepleier på helsestasjonen. En av helsesykepleiers funksjoner er å støtte og veilede nybakte foreldre igjennom å styrke foreldrenes mestring i foreldrerollen i den hensikt å forebygge psykiske vansker hos barnet. (Helsedirektoratet, 2017).

Foreldrerollen og konteksten den utøves i har gjennomgått store endringer igjennom tidene. Morsrollen og farsrollen har utviklet seg fra å baseres på fedre som forsørgere til å bli et toforsørger-system. Kvinner og menn er begge yrkesaktive, noe som endrer grunnlaget for morsrollen kun som omsorgsinstitusjon og farsrollen kun som forsørgerinstitusjon (Brandth & Kvande, 2003). Den teknologiske utviklingen representere kanskje det området i samfunnet hvor foreldrerollen praktiseres, som har vist størst utvikling på kortest tid. Digitale verktøy og sosiale medium har fått stadig større plass i foreldres og barns hverdag. Foreldre bruker mer tid på sosiale medier og henvender seg oftere til sosiale medier i søken på helserelatert informasjon angående barnet. Sosiale medier representere videre en mulighet for foreldre å danne støttende relasjoner med andre foreldre uavhengig av geografiske avstander. Sett fra en annen vinkel så stiller dette stadig høyere krav til dagens foreldre om kunnskap til å skille forskningsbasert informasjon fra udokumentert informasjon (Frey et al., 2022).

1.1 Hensikt og problemstilling

Menn og kvinner utvikler og utforsker foreldrerollen på ulike måter, men også på ulike tidspunkt og ut fra ulikt perspektiv. Forklaringene til dette er mange og endres i takt med utviklingen i samfunnet. Cowan et al., (1985) beskriver dette billedlig ved at menn og kvinner starter reisen mot foreldrerollen til forskjellige tider, på forskjellige tog, kjørende på ulike spor med et håp om å nå samme destinasjon – formingen av en familie (Cowan et al., 1985). Overgangen til foreldrerollen er et interessefelt hvor det er utarbeidet store mengder forskning. Forskingen er bred og belyser mange ulike perspektiver. Derimot viser søk i tilknytning til denne studien, et begrenset utvalg av forskning på norske foreldres erfaringer med overgangen til foreldrerollen. Hensikten med studien er derfor å studere hvilke forventninger og erfaringer norske mødre og fedre har i utviklingen av en ny rolle i dagens moderne samfunn.

Studiens forskningsspørsmål formuleres slik:

Hvilke erfaringer har norske førstegangsmødre og -fedre med overgangen til foreldrerollen i dagens samfunn?

1.2 Monografiens struktur

Denne studien presenteres i form av en monografi. I del en presenteres studiens tema, hensikt og problemstilling. I del to presenteres kunnskapsstatus og forskning som er relevant for studien. I del tre presenteres det teoretiske rammeverket som danner bakteppet for studiens design og som resultatene av studien kan forstås ut ifra. I del fire redegjøres det for valg av forskningsmetode og vurderinger som er gjort.

Forskningsprosessen fra start til slutt beskrives i detalj. Kjentegn ved forskningsdeltakerne samt eksempel på analyse og kodegruppering presenteres i tabelloversikt. I del fem presenteres studiens resultater og understrekes med sitater fra forskningsdeltakerne. I del seks diskuteres studien resultater opp mot tidligere forskning og etablert teori på overganger. Del syv oppsummerer studien, peker på studiens styrker og svakheter, synliggjør implikasjoner for praksis og presenterer forslag til tema for fremtidig forskning.

2. Kunnskapsstatus

I dette kapitlet gjennomgås tidligere forskning på overganger, overgangen til foreldrollen, overgangen til mors- og farsrollen, samt forskning på mors- og farsrollen med et kjønnsrolle- og samfunnsperspektiv. For å få oversikt på forskningsfeltet er det gjort litteratursøk i databasene CINAHL, Idunn, Oria og Google Scholar. Det er brukt engelske og norske søkeord. Eksempel på søkeord som er brukt er: «transition», «motherhood», «fatherhood», «expectation», «first-time mother», «first-time father», «førstegangsmor», «førstegangsfar», «foreldrerollen». Da det finnes mye forskning på overgangen til foreldrerollen er oversiktsartikler og artikler fra år 1999 og som er vurdert som relevant for denne studien tatt med i presentasjonen under.

2.1 Overgangen fra par til foreldre

Allerede på 1950-tallet beskrev LeMasters (1957) foreldreskapet som en krise mennesker gjennomgår i overgangen fra par til foreldre. Studien er har kvalitativ tilnærming hvor det ble innhentet data ved gjennomføring av semistrukturerte intervju av 48 par som var blitt foreldre for første gang. Hensikten med studien var å finne svar på om å bli foreldre for første gang medfører en reorganisering av familieidentiteten på lik linje som ved tap av et familiemedlem. Om det så var tilfelle, ønsket studien å belyse om å bli foreldre for første gang kan betegne som en krise foreldrene gjennomgår. Nesten alle parene i studien rapporterte om krisereaksjoner i deres tilpasninger til foreldrerollen. LeMasters (1957) fant imidlertid at krisereaksjonene foreldrene gjennomgikk ikke var et resultat av at barnet var uønsket eller uplanlagt, tvert imot var majoriteten av graviditetene enten planlagt eller høyt ønsket. Studien finner videre at kvaliteten på forholdet før parene fikk barn ikke var av betydning for om paret erfarte krisereaksjoner eller ikke. Forfatteren argumenterer for at årsaken til at mange av parene opplevde krisereaksjoner skyldtes samfunnets romantiserte syn på hva det innebærer å få barn (LeMasters, 1957). Det er ingen overdrivelse å si at det foreligger flere forskjeller enn likheter mellom det å få barn på 1950-tallet og det å få barn i dagens moderne samfunn. Nyere studier støtter imidlertid funnene i studien til LeMasters (1957), og viser at overgangen til foreldreskapet fortsatt kan ses i sammenheng med utfordringer i parforholdet (Belsky & Rovine, 1990; Belsky et al., 1983; Cowan et al., 1985; McHale & Huston, 1985; O'Reilly Treter et al., 2021).

Studien til Lawrence et al. (2008) bygger på en sammenlikning av barnløse par med par som har fått barn. Studien har en kvantitativ tilnærming og består av data fra gjentatte tverrsnittsundersøkelser på en periode over fire år. Hensikten med studien er tredelt. 1) å undersøke hvordan parets første barn påvirker tilfredsheten i parforholdet, 2) å undersøke menn og kvinners forventninger til overgangen til foreldrerollen, og i hvilken grad de ble innfridd og 3) å undersøke om forventninger i den grad de ble innfridd eller ikke, kunne ses i sammenheng med opplevelsen av tilfredshet i forholdet i før og etter det tredje trimester. Ett av studiens resultater viser at par med barn opplever betydelig nedgang i grad av tilfredshet i parforholdet. Forfatterne av studien beskriver denne nedgangen om et direkte resultat av overgangen til foreldrerollen (Lawrence et al., 2008).

Studien til Mortensen et al. (2012) bygger på tall fra den norske mor, far og barn undersøkelsen (MoBa, 2003). MoBa er en av de største helseundersøkelsene i verden, der 114500 barn, 95000 mødre og 75000 fedre deltar (Folkehelseinstituttet, 2003). Studien har et longitudinelt studiedesign og består av gjentatte tverrsnittsundersøkelser. Data er innhentet blant svarene fra 71 504 kvinner. Data ble innhentet i fire omganger over en periode på to år, med start fra seks måneder før fødsel. Mortensen et al. (2012) har som hensikt og undersøke tilfredshet i parforholdet hos gifte kvinner og kvinner som lever i samboerskap i overgangen til foreldrerollen. Undersøkelsen viser at gifte kvinner og kvinner som lever i samboerskap opplever tilsvarende lik nedgang i tilfredshet i parforholdet etter at barnet er født. Forskjellen er at kvinner som lever i samboerskap starter ut med lavere tilfredshet enn gifte kvinner, og denne utviklingen fortsetter videre i overgangen til foreldrerollen. Selv om forskjellen viste seg å være relativt liten, var den merkbart også etter å ha kontrollert for variabler som varighet på forholdet, alder, utdanningsnivå og om graviditeten var planlagt eller ikke (Mortensen et al., 2012).

Studien til Moller, Hwang og Wickberg (2008) undersøkte sammenhengen mellom kvaliteten på parforholdet og arbeidsmengde i hjemmet i overgangen til foreldrerollen. Studien benytter en kvantitativ tilnæringsmåte og innhenter data ved en tverrsnittsundersøkelse av et utvalg på 251 førstegangs- og flergangsforeldre. Studien viste en signifikant sammenheng mellom opplevelsen av arbeidsmengden i hjemmet og kvaliteten i parforholdet for kvinner som har fått sitt første eller andre barn. Studien viste i tillegg at

graden av tilstedeværende stress hadde sammenheng med kvaliteten på parforholdet for mennene i utvalget. Forfatterne av studien indikerer videre at i samfunn der graden av likestillingen mellom kvinner og menn er stor, kan arbeidsmengden i hjemmet og opplevd stress være indikatorer for hvor godt kvinnen og mannen trives i forholdet etter å ha fått barn sammen (Moller et al., 2008).

I studien til Sheedy og Gambrel (2019) benyttes en kvalitativ tilnærming for å skape en forståelse for hvordan par forholder seg til hverandre i overgangen til foreldrerollen. Data i studien er innhentet gjennom semistrukturerte intervju av åtte heteroseksuelle som hadde blitt foreldre for første gang. Forskerne fokuserte i studien på hvilke erfaringer førstegangsforeldre har i prosessen med å utvikle foreldrerollen sammen som par. Ved analyse av datamaterialet åpenbarte det seg faktorer som både la til rette for og som forstyrret utviklingen av et vellykket medforelder-forhold. I tillegg ble det tydelig at det forelå kjønnsforskjeller mellom menn og kvinner når det kom til forventninger knyttet til utviklingen av et medforelder-forhold (Sheedy & Gambrel, 2019).

2.2 Overgangen til morsrollen

Studien til Hwang, Choi og An (2022) hadde som hensikt å undersøke og analysere konseptet «overgangen til morsrollen». Studien har en kvalitativ tilnærming. Data i studien består av en gjennomgang av 27 publiserte artikler om konseptet «overgangen til morsrollen». Søket ble begrenset til artikler publisert i tidsperioden mellom 1999 og 2020. Forfatterne av studien argumenterer med at selv om termen «overgang til morsrollen» er ofte brukt innen forskning, foreligger det ikke en klar forståelse av hva termen innebærer. Hovedbudskapet i studien innebærer en tydeliggjøring av hva konseptet «overgangen til morsrollen» innebærer, samt en definering av egenskapene med overgangsopplevelsen. «Overgangen til morsrollen» blir definert som fysiske, psykologiske, sosiale og relasjonelle endringer som kvinner går igjennom etter fødsel: Redefinering av egen identitet og opplevelse av egen kropp, å sørge for eget velbefinnende, mor-barn tilknytning og selvtillit i morsrollen beskrives som naturlige konsekvenser av overgangen til morsrollen. Det første møte med det nyfødte barnet anses å være den forutgående hendelsen i overgangen til morsrollen (Hwang et al., 2022).

Studien til Darvill, Skirton og Farrand (2010) har som formål å utforske kvinners perspektiv i overgangen til morsrollen og identifisere hvilke behov kvinnene har for støtte i denne perioden. Studien har en kvalitativ tilnærming. Det ble gjennomført semistrukturert intervju av 13 førstegangsmødre. Ett av funnene i studien viser at mødre begynner overgangen til morsrollen allerede tidlig i svangerskapet. Kvinnene i studien rapporterte tidlig i svangerskapet en følelse av å ha mistet noe av kontrollen i eget liv. Denne tidlige forandringen i kvinnes selvoppfatning og skifte av fokus fra seg selv og over til fosteret, mener forfatterne er en indikasjon på at overgangen til morsrollen kan starte tidlig i svangerskapet (Darvill et al., 2010).

I studien til Cronin-Fisher og Parcell (2019) er forskningsspørsmålet «hvilken framstilling av morsrollen gir mening til mødre som er misfornøyde med overgangen». Data i studien er innhentet i semistrukturerte intervju av 20 førstegangsmødre som erfarte misnøye i overgangen til morsrollen. Studien presenterer to motstridende varianter av morsrollen. Den dominante varianten beskriver morsrollen som medfødt og ønsket. Varianten som utgjør motpolen, er beskrivelser av morsrollen som lært. Den sistnevnte varianten presenterer en oppfatning som tar avstand fra synet på at morsrollen utgjør kvinners hovedmål i livet, eller representerer en naturlig forlengelse av kvinneligheten (Cronin-Fisher & Parcell, 2019).

Smith (1999) hadde i sin studie til hensikt å studere på detaljerte caser for å utforme en teori som beskriver kvinners identitets utvikling i overgangen til morsrollen. Studien har en kvalitativ tilnærming og et casesdesign. Datamaterialet i studien består av detaljerte intervjuer og dagbokinnhold fra fire kvinner i overgangen til morsrollen. Resultatet av studien presenterer en teoretisk modell som illustrer hvordan deler av kvinners identitetsfølelse kan forandres i overgangen til morsrollen. Modellen viser at svangerskapet er en tid hvor kvinner gjennomgår en psykologisk forberedelse til morsrollen. Kvinnens fokus skifter fra et samfunnsfokus som inkluderer jobb og til et indre fokus på egen tilstand og egen relasjon med partner, familie og andre betydningsfulle nære. Interaksjonen med nære relasjoner kan legge til rette for kvinnens oppdagelse av sin egen rolle som mor. På slutten av svangerskapet skifter fokuset utover og kvinnen uttrykker ofte ambivalente følelser knyttet til fødselen og en avslutning på hennes tid som gravid. Etter fødselen og mens kvinnen forsøker å tilpasse seg en ny tilværelse med et lite barn vender hun oppmerksomheten innover mot seg selv og sin nye familie igjen. Modellen indikerer videre

at den prosessen kvinnen går igjennom fra graviditet fram til hun er blitt mor, kan bidra til et langsiktig skifte i kvinnens perspektiv og prioriteringer (Smith, 1999).

Seppälä et al. (2022) studerte førstegangsmødres erfaringer i sosiale interaksjoner med andre mødre i samme nærmiljø. Studien er en kohortstudie som gjennom tre runder med semistrukturerte intervju fulgte hverdagslivet til åtte førstegangsmødre fra Finland. Intervjuene ble gjennomført med seks måneders intervall. Analyse av datamaterialet oppsummerte mødrenes erfaringer i tre typer sosial interaksjon; «sosial integrering», «sosial eksklusjon» og «sosial frakobling». På bakgrunn av disse interaksjonstypene argumenterer forfatterne av studien for at opplevelsen av å ha en felles erfaring, et felles mål og en felles interesse relatert til morsrollen var med på å forsterke utviklingen av en felles identitet og la grunnlaget for integrering med andre mødre i lokalsamfunnet (Seppälä et al., 2022).

Korukcu (2019) utforsket de psykologiske tilpasningene og den psykologiske utviklingen førstegangsmødre gjennomgår. Studien har en kvalitativ tilnærming og samlet inn data ved semistrukturert intervju av 18 førstegangs mødre. Overordnet viser resultatet av studien at mødre går igjennom viktig personlig, adferdsmessig og livsforandrende utvikling. Forfatterne identifiserte åtte ulike kategorier som referer til utviklingen i kvinnes liv etter å ha blitt mor; «endringer i verdier», «endringer i personlighet», «forbedring i håndferdigheter og tidsstyring», «forandring av prioriteringer», «endret problemløsningsevner», «økt selvtillit», «endringer i sosialt liv» og «endringer i relasjoner». Videre antyder studien at sosial støtte utgjør en av de viktigste tilretteleggende faktorene i overgangen til morsrollen (Korukcu, 2019).

Churchill og Davis (2010) sin mixed-method design studie bestod av to deler. Første del av studien har en kvantitativ tilnærming der 181 kvinner som var gravide med sitt første barn, fylte ut spørreskjema og ble vurdert i forhold til optimisme og depresjon i overgangen til forelderrollen. I andre del av studien ble 69 kvinner som ventet sitt første barn intervjuet pre- og postpartum. Ved dataanalyse ble kvinnene kategorisert som enten positiv eller negativt orientert i overgangen til morsrollen. Resultatet av studien utfordrer de tradisjonelle modellene som påstod at en vellykket tilpasning til en ny rolle karakteriseres av et optimistisk, og noen ganger urealistisk positivt syn på seg selv og verden. Som en kontrast til denne modellen hevdet forfatterne av studien at en realistisk orientering i tilpasningen til

morsrollen hvor oppmerksomheten rettes mot både positive og negative muligheter, i større grad forbereder blivende mødre i møte med overgangen til morsrolle. Igjenom sitt datamateriale fant studien støtte for sin påstand. Når overgangen til morsrollen var fulgt av mange uforventede og negative utfordringer, var det de som hadde tenkt igjennom flere negative muligheter i overgangsprosessen som viste færrest tegn på depressive symptomer. De som ikke hadde viet de negative mulighetene mye tid, viste en økning i depressive symptomer. På bakgrunn av dette argumenterer forfatterne for at en tilnærming som inkluderer hyppige refleksjoner rundt negative og positive utfall, fremmer motstandsdyktighet i møte med motgang (Churchill & Davis, 2010).

Powell og Karraker (2019) sin kohorte studie hadde til hensikt om postpartum ønsker utgjør en bedre indikator for hvor godt mødre tilpasser seg morsrollen enn prepartum forventninger og postpartum erfaringer. Innsamling av data ble gjort ved at 132 mødre fylte ut spørreskjema en gang i den prenatal perioden og en gang i den postnatal perioden. Studien fant at kvinner hvor partneren var involvert i omsorgsoppgaver i større grad rapporterte om en positiv tilpasning til morsrollen. Kvinner, og da særlig førstegangsmødre, som ønsket at partneren skulle ta større del i omsorgsoppgaver rapporterte i større grad om en negativ tilpasning til morsrollen. Avslutningsvis argumenterer forfatterne av studien for at mødres postpartum ønsker som omhandler fordelingen av omsorgsoppgaver er viktig å belyse når en skal vurdere i hvor stor grad mødre tilpasser seg morsrollen (Powell & Karraker, 2019).

I en studie av Wilkins (2006) var hensikten å skape en forståelse av erfaringene til førstegangsmødre for å få fram hvilken type støtte mødre opplevde som styrkende og som bidro til en lettere tilpasning til morsrollen. Studien hadde en kvalitativ tilnærming og data ble samlet inn ved dybdeintervju av åtte førstegangsmødre. Resultatet av studien viste at øvelse, støtte og kunnskap delt med likesinnede la til rette for utvikling av ferdigheter og et intuitivt morskap (Wilkins, 2006).

I studien til Haga et al. (2012) undersøker forfatterne hvorfor noen kvinner opplever overgangen til morsrollen emosjonelt utfordrende og kjenner på depressive symptomer, mens andre føler seg tilfredse etter å ha fått barn. Studien har en kvalitativ tilnærming hvor data er innsamlet ved semistrukturerte intervju av tolv førstegangsmødre. På et overordnet

nivå identifiserte studien to ulike tilnæringsmåter i overgangen til morsrollen; «avslappet» og «kontrollert». Disse tilnæringsmåtene påvirket i stor grad hvordan mødrene hadde sett for seg at postpartumperioden skulle bli og hvordan de erfarte den emosjonelt. Mødrenes behov for kontroll og mestring varierte ut ifra hvilken tilnæringsmåte de viste i overgangen til morsrollen. Mødre med en kontrollert tilnæringsmåte viste behov for tett overvåking av næringsinntak og hadde detaljerte forventninger til fødsel. De uttrykte ofte skuffelse dersom fødselen ikke gikk slik det var tenkt. Mødrene tok flere forhåndsregler for å sikre et problemfritt svangerskap, og de brukte mye tid på å forberede praktiske anliggender i forbindelse med fødselen. Mødre med en avslappet tilnæringsmåte stolte på at kroppen ville håndtere påkjenningsene av en fødsel, og kunnskapen hos jordmødrene som overvåket fødselen. De var i tillegg mer åpensinnede i forhold til hvordan tiden etter fødselen ville bli. Uavhengig hvilken tilnæringsmåte mødrene viste i overgangen til morsrollen, ble sosial støtte pekt på som et tema med stor betydning for mødrenes opplevelse av tilfredshet (Haga et al., 2012).

2.3 Overgangen til farsrollen

Höfner, Schadler og Richter (2011) sin kvalitative studie utforsker hvordan overgangen til farsrollen utartes innad i parforholdet og i foreldrepermisjonen. Data ble innhentet ved intervju av ni fedre på to ulike tidspunkt: Første gang før barnet var født og andre gang etter at barnet var født. I tillegg ble åtte kvinnelige partnere av fedrene i utvalget intervjuet etter at barnet var født. Intervjuene ble gjennomført separat. Forfatterne av studien identifiserer tre ulike typer identiteter knyttet til farsrollen. Den tradisjonelle forsørgeridentiteten underbygges av sosiale og biologiske faktorer. Sosiale forventninger til far om å være den som skal bære det økonomiske ansvaret, og biologisk betingede faktorer som amming bidrar til en tradisjonell ansvarsfordeling knyttet til omsorgen for barnet. Den feminine farsidentiteten utgjør et mindretall av fedre i en verden dominert av kvinner. Dette stiller farsrollen i opposisjon til morsrollen som den normale og kompetente omsorgsgiver. Konsekvensen utgjør en sterk følelse av ensomhet hos fedrene. Den distinkte farsidentiteten er preget av positivitet, tar avstand fra all praksis og verdier som anses som absolutt og opptrer merkbart annerledes enn den allmenne oppfatningen av hvordan en far skal være. På bakgrunn av disse identitetstypene antyder forfatterne at utviklingen av den moderne

farsrollen er avhengig av mennenes forhold til sine partnere, jevnaldrende, egen barndom og kvaliteten i forholdet til sin egen far (Höfner et al., 2011).

I en litteraturstudie av Genesoni og Tallandini (2009) knyttes fedrenes erfaringer sammen med de ulike fasene i en overgang. Studien har til hensikt å undersøke menns psykologiske erfaringer i overgang til farsrollen, fra partnerens graviditet og igjennom barnets første leveår. Analysen tar for seg studier fra tidsperioden 1989-2007. Datamaterialet i studien bygger på en analyse av 32 utvalgte artikler. Litteraturen viste at den prenatal perioden utgjorde den mest stressfylte perioden for fedrene. Perioden var preget av ambivalente følelser knyttet til mangelen på fysiske bevis på barnets eksistens og et ønske om å knytte bånd til barnet. Følelsen av ubalanse ble knyttet til forventninger og avvikende behov i parforholdet, samt et krav om skifte av identitet fra partner til forelder. Fødselsopplevelsen aktiverte ambivalente følelser hos fedrene. De hadde ofte et ønske om å være til stede, men var lite forberedt på intensiteten og følelsen av hjelpeløshet. I den postnatale perioden følte fedrene seg ofte dratt mellom hvordan livet var før barn og hvordan livet var i en ny tilværelse som far (Genesoni & Tallandini, 2009).

Oppsummeringsstudien til Chin, Hall og Daiches (2011) hadde til hensikt å sammenfatte funnene i studier fra 2002-2008 som tar for seg fedres erfaringer i overgangen til farsrollen. Utvalget bestod av åtte artikler som representerer seks kvalitative studier. Forfatterne tre overordnede temaer med subtemaer som beskriver fedres erfaringer i overgangsprosessen; 1) emosjonelle reaksjoner i overgangsfasene: «frakoblet, overrasket og forvirret», 2) identifisering av farsrollen: den «tilgjengelige leverandør» og 3) redefinering av selv og parforholdet: det «forente stafettlaget». Emosjonelle reaksjoner i overgangsfasene refererte til fedrenes følelse av å være utenforstående og frakoblet i svangerskapet. I tiden etter fødselen beskrev fedrene en rekke ulike følelser som spenner fra forbløffelse og kjærlighet til overveldelse, forvirring og stor ansvarsfølelse. Erfaringer knyttet til identifisering av farsrollen innebar fedrenes bevisste oppmerksomhet mot egen barndom og måten deres egen far har fylt farsrollen. Refleksjoner rundt dette var med på å bringe innhold til farsrollen slik fedrene ønsket å utøve den. Redefinering av seg selv og parforholdet reflekterte fedrenes oppfatning av seg selv og sin relasjon til partneren etter fødselen. Noen fedre gav uttrykk for en indre utvikling, som resulterte i en endring i personlighet. De rapporterte om en følelse av modenhet, hadde et større fokus på

ivaretagelse av seg selv og viste seg mindre risikovillige. Mange fedre erfarte positive endringer i form av et dypere og mer meningsfylt parforhold. Videre så det ut til at positive erfaringer kompenserte for de negative endringene. Et interessant funn var at endringer i parforholdet ofte kom overraskende på fedrene og de ønsket at de hadde vært bedre forberedt i møte med disse endringene (Chin et al., 2011).

I studien til Solberg og Glavin (2018) studerer forfatterne norske menns erfaringer med å bli far for første gang, og hvordan de oppfatter sin rolle gjennom svangerskap, fødsel og tidlig postpartumperiode. Studien har et kvalitativt design. Data ble samlet inn ved individuelle, semistrukturerte intervju av ni førstegangsfedre. Datamaterialet ble tolket ved bruk av kvalitativ innholdsanalyse. Resultatet av studien tyder på at utviklingen av farsrollen kan ses på som en pågående prosess. Mannen erfarer overgangen til farsrollen ved å forholde seg til det abstrakte i svangerskapet til det konkrete ved fødselen og videre til realisering av en ny fase etter fødselen. En positiv utvikling av farsrollen er avhengig av følelsen av mestring, meningsfullhet, kontroll og håndterbarhet i forhold til barnet, partneren og det nye hverdagslivet (Solberg & Glavin, 2018).

Studien til Gemayel et al. (2021) undersøker hvilke ulike utfordringer fedre møter i den prenatale og den postnatale perioden og som kan være en forløper til nedgang i tilfredsheten hos far i den perinatale perioden. Studien har et kvalitativt forskningsdesign og data ble innsamlet ved semistrukturerte intervju av tolv førstegangsfedre. Datamaterialet ble tolket ved bruk av kvalitativ innholdsanalyse. Studien søker også å finne svar på hvilke av utfordringene som er like og ulike for den prenatale og den postnatale perioden. Studien identifiserer fem hovedutfordringer som merkbart påvirker perinatale fedres følelse av tilfredshet. Det ble funnet utfordringer knyttet til far-morforholdet, far-barn forholdet, livsforandringer, mangel på støtte og fødselsopplevelsen. Det ble funnet likheter mellom prenatale og postnatale fedres utfordringer, men utfordringer som ble betegnet som små i den prenatale perioden, ble betegnet som store utfordringer i den postnatale perioden. Postnatale fedre rapporterte i tillegg utfordringer knyttet til dynamikken i far-barn forholdet (Gemayel et al., 2021).

Pålsson et al., (2017) har som formål å beskrive førstegangsfedres prenatale forberedelser i møte med utfordringer tidlig i overgangen til foreldrerollen og erfaringen med disse. Studien

har en fenomenografisk tilnærming hvor forfatterne av studien søker erfaringer med et fenomen og ikke fenomenet i seg selv. Data ble samlet inn ved individuelle intervju av 15 førstegangsfedre. Datamaterialet ble analysert med en fenomenografisk tilnærming og bestod av syv steg i analyseprosessen. Resultatet av studien identifiserte tre kategorier som beskrev fedrenes erfaringer med forberedelser knyttet til fødselen. Innhenting av kunnskap og utforming av realistiske forventninger viste seg å være avgjørende for utviklingen av strategier i møte med utfordringer i overgangen. Tilrettelegging og støtte forsterket overgangsprosessen. Resultatet viste videre at fedre ønsker veiledning i hvordan forberede seg til farsrollen. Da fedrene manglet erfaring med å bli far, manglet de også grunnlag til å vite hvilke vanlige problemstillinger det er viktig å forberede seg til. Fedrene ønsket tydelig og riktig informasjon om hvordan livet med et nyfødt barn kan komme til å bli, slik at de kan utvikle strategier i møte med vanlige utfordringer. Studien fant videre at fedre ønsket å bli sett på som likeverdige, og de ønsket muligheten til å ta del i foreldrerollen på lik linje med mødrene. Forfatterne av studien argumenterer for at dette kan bidra til å styrke utviklingen av farsrolleidentiteten (Pålsson et al., 2017).

I studien til Solberg et al., (2022) ser forfatterne nærmere på menns følelsesmessige utvikling og reaksjoner i forbindelse med overgangen til farsrollen. Studien har et kvalitativt forskningsdesign og data er samlet inn ved dybdeintervju av 13 norske fedre. Datamaterialet ble tolket i en seks-steps analyseprosess. Resultatet av studien viser at fedrene erfarte betydelige følelsesmessige forandringer og reaksjoner. Overgangen representerer en tid i livet hvor fedrene er sårbare og opplever et spenn av ulike følelser fra farskjærlighet og mestringsfølelse til følelsen av å være ekskludert, sjalu og utmattet. Den følelsesmessige utviklingen er relatert til fedrenes perspektiv i livet, opplevelse av egen identitet og forholdet til barn og sin partner. Fedrene beskrev en betydelig endring i livsperspektivet etter å ha blitt far. Måten fedrenes følelser blir møtt og forstått er av stor betydning. Mange fedre beskrev en følelse av skam knyttet til negative følelser til tross for at de anses å være en naturlig del i overgangen til foreldrerollen. Aksept og forståelse av følelsesmessige endringer så ut til å hjelpe fedrene med å åpne opp om egne reaksjoner, samt normalisere og anerkjenne den følelsesmessige utviklingen. Videre så det ut til at et godt forhold til sin partner og farspermisjon hadde en positiv effekt på fedres psykiske helse (Solberg et al., 2022).

En litteraturgjennomgang av Shorey og Chan (2020) vurderer ulike kvalitative studier for å undersøke fedres erfaringer med og behov knyttet til psykisk helse i den perinatale perioden. Studien er en kvalitativ metasyntese av 14 forskningartikler. Resultatet av studien viser at fedrene erfarer negative følelser og psykologiske utfordringer i forhold til belastningene knyttet til utviklingen av en ny rolle og konflikter i den perinatale perioden. Fedrene beskrev følelser som utilstrekkelighet, bekymring, dårlig samvittighet, uforberedthet og isolasjon. Videre finner studien at til tross for fedrenes utvikling av mestringsstrategier foreligger det et behov for støtte for å styrke fedrenes psykiske helse (Shorey & Chan, 2020)

2.4 Mors- og farsrollen i et kjønnsrolleperspektiv

En studie av Choi, Hensaw, Baker og Tree (2005) har som hensikt å se nærmere på hvordan kvinner forstod og utviklet morsrollen, med henblikk på morsrollen som sosialt konstruert og et aspekt knyttet til feminismen. Studien har en kvalitativ tilnærming. Datamaterialet er innsamlet ved semistrukturerte intervju av 24 førstegangs- og flergangsmødre. Datamaterialet ble analysert ved åpen og aksial koding. Resultatet av studien fant beskrivelser på mødrenes uforberedthet i møte med morsrollen og hvordan deres forventninger kolliderte med ulike myter om hva morsrollen inneholder. Dette medførte at mødre ofte følte seg utilstrekkelig i sin rolle som mor. I draget mellom myter og virkeligheten ble følelsen av utilstrekkelighet noe som ble forsøkt skjult ved at mødre framstilte seg selv som supermødre, superektefeller og supre i alt. Kvinnenes forventninger til morsrollen ble sterkt påvirket av mytene knyttet til morsrollen og studien antyder at mangel på alternative beskrivelser av innhold i morsrollen i dagens moderne samfunn er en medvirket årsak til dette. Det var derfor ikke et overraskende funn at avstanden mellom myte og virkelighet førte til konflikter. Kvinners krav til seg selv om å skulle håndtere omsorg for barnet og andre husholdsoppgaver uten behov for hjelp eller avlastning, reflekterer den kulturelle representasjonen av feminisme ifølge forfatterne av studien. Videre antyder forfatteren at dette kan medføre store konsekvenser for mødrenes mentale helse, da følelsen av å ha mislyktes i rollen som mor kan føre til depressive symptomer som holdes skjult ved at mødre opprettholder fasaden om å være en «supermor» (Choi et al., 2005).

I en tematisk artikkel av Crespi og Ruspini (2014) belyses ulike sider på hvordan kulturelle, strukturelle og sosiale endringer i familien og i henhold til kjønn, er med på å endre fedres identitet. Utviklingen av dagens moderne samfunn viser en endring i forventningene til hva farsrollen skal inneholde. Det stilles krav til far som forsørger, veileder, venn, lekekamerat og omsorgsutøver. Draget mellom de ulike rollene utfordrer menns identitet. I dagens samfunn presenteres ofte to modeller for farskapet: «den forsørgende far» og «den involverte og omsorgsfulle far». Meningen som knyttes til farsrollen og hvordan farsrollen utøves er relatert til kjønnsidentitet og fedres erfaring med deres egen far. Eksempelvis kan det se ut som menn som har hatt tilstedeværende fedre som har tatt en aktiv del i den daglige omsorgen tenderer mot en nærværende og omsorgsgivende farsmodell (Crespi & Ruspini, 2015).

2.5 Foreldrerollen i et samfunnsperspektiv

Samfunnsmessig har familielivet gått fra å basere seg på fedre som forsørgere til å bli et toforsørger-system. Kvinner og menn er begge yrkesaktive, noe som endrer grunnlaget for morsrollen utelukkende som omsorgsinstitusjon og farsrollen utelukkende som forsørgerinstitusjon (Brandth & Kvande, 2003). En medvirkende årsak til denne utviklingen kan tenkes å være utviklingen av foreldrepermisjonsordningen med bakgrunn i likestillingsideologien. Foreldrepermisjonsordningen har en lang tradisjon i Norge. I starten hadde permisjonen hovedsakelig et mor-barn-perspektiv, da intensjonen var å minimere barnedødelighet og sikre bedre helse for mødrene ved holde mor og barn sammen den første tiden etter fødsel. På 1970-tallet ble likestillingstanken presentert inn i omsorgspolitikken i form av «fedrekvoten». Mødre skulle sikres mulighet til å delta i arbeidslivet, men uten at det skulle gå på bekostning av velferden. Det ble innført en ordning der foreldrene kunne dele permisjonen og fedrene fikk en egen rett til to ukers fedrepermisjon. Likestillingstanken stod sterkt i samfunnsutviklingen og medførte en stadig utvidelse av foreldrepermisjonen som per i dag kan deles mellom foreldrene. Målet var, og er fortsatt, at mødre og fedre skal få like muligheter til å delta i omsorg og oppdragelse og på den måten bli likestilte medlemmer av familien (Brandth & Kvande, 2003)

Studien til Lørsensen, Wilson og White (2004) har sett på familiedynamikken i norske familier og avdekte interessante funn knyttet til rollefordeling. Studien har en kvantitativ

tilnærming og et longitudinelt forskningsdesign. Mødre og fedre fylte ut spørreskjema første gang i svangerskapet og andre gang etter at barnet var født. Spørreskjemaene kartla fire ulike områder; familiedynamikk, mor-barn tilknytning, far-barn tilknytning og spebarnets temperament. Overordnet finner studien at familiedynamikken blant norske familier i overgangen til foreldrerollen er mer eller mindre stabile. Funnets som skilte seg ut, var knyttet til rollekonflikt. Mødre rapporterte en økning i opplevelsen av rollekonflikt fra graviditet og til barnet var åtte måneder, mens fedre rapporterte ingen endring i opplevelsen av rollekonflikt i samme periode. Forfatteren peker på to mulige årsaker til denne forskjellen: Mors brutte forventninger om fars deltakelse i rolle og ansvarsfordelingen etter at barnet er født, og samfunnets forventninger og påvirkning om at unge mødre bør ha en jobb og karriere ved siden av familielivet (Lorensen et al., 2004).

3 Teoretisk rammeverk

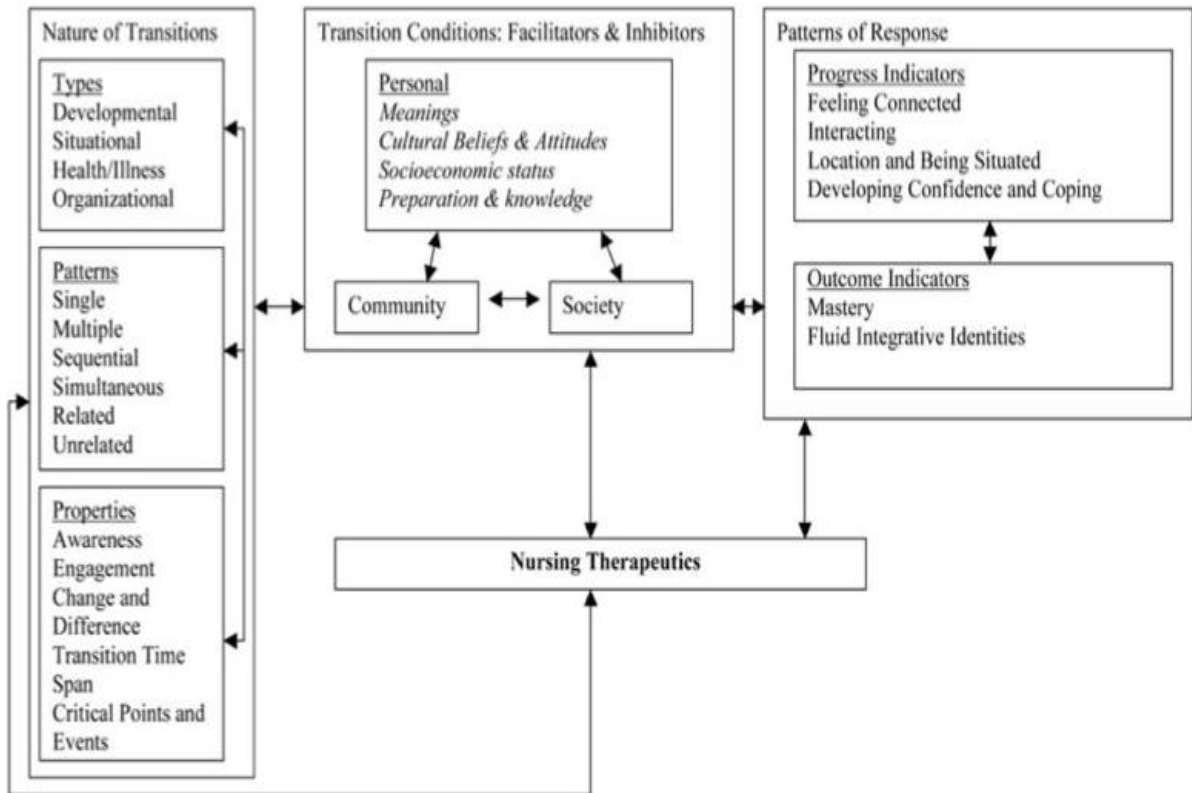
I dette kapitlet presenteres det teoretiske perspektivet som har dannet bakteppet for studien. Teorien som presenteres er Meleis' Transitions Theory (Meleis, 2010), oversatt på norsk til teorien om overganger. Overgangen til foreldrerollen er en utviklingsmessig overgang som medfører en viss form for ustabilitet i livet og dermed også innebærer en risiko for forandring i helse og velvære til både foreldrene, det nyfødte barnet og familien rundt. Denne teorien bidrar til en bredere forståelse av resultatene i denne studien.

3.1 Overgangsteori

Meleis sin teori om overganger ble for første gang beskrevet av Chick og Meleis (Meleis, 2010) og har siden den gang blitt modifisert av Meleis og Trangenstein (Meleis & Trangenstein, 2010), Schumacher og Meleis (Schumacher & Meleis, 2010) og av Meleis, Sawyer, Im, Hilfinger og Schumacher (Meleis et al., 2010).

Det teoretiske perspektivet i denne studien tar utgangspunkt i deler av Meleis sin «Middle-range transitions theory» og deler av modellen som illustrerer egenskapene i en overgangsprosess (Meleis et al., 2010). Begrepet «transitions» defineres som: «a passage or movement from one state, condition, or place to another» (Meleis et al., 2010).

«Transitions» er et multidimensjonalt begrep som består av de tre hovedelementene 1) Nature of transitions, 2) Transition condition og 3) Patterns of response. Modellen under viser hva de ulike elementene inneholder og hvordan de er plassert i forhold til hverandre i en overgangsprosess (Figur 1) (Meleis et al., 2010).



Figur 1: Overganger: A middel-range theory

3.1.1 Nature of Transitions

Meleis et al. (2010) har identifisert ulike typer, mønstre og egenskaper som beskriver fenomenet overganger.

Typer:

- Utviklingsmessige overganger er overganger mennesker går igjennom som en del av den naturlige utviklingen i livets ulike faser. Dette er overganger som innebærer at det enkelte mennesket må redefinere sin rolle i livet. Overgangen fra barn til voksen, eller fra barnløs til forelder er eksempler på utviklingsmessige overganger.
- Situasjonsbestemte overganger er knyttet til spesifikke situasjoner. Denne typen overganger innebærer en endring i en eksisterende sammensetning av mennesker med ulike roller. En situasjonsbestemt overgang krever at alle som er involvert i sammensetningen redefinerer sine roller i relasjon til hverandre.
- Helse-sykdomsoverganger er overganger hvor mennesket får fra å være frisk til å få en diagnose eller sykdom som igjen medfører en endring i hverdagslivet. Dette er

overganger som kan skje gradvis og over lang tid, eller brått og plutselig.

Overgangsprosessen fra mot gradvis sykdom erfares merkbart annerledes enn overgangsprosessen fra frisk til akutt syk.

- Organisatoriske overganger er overganger i organisasjoner som kan påvirke livet til menneskene som på en eller annen måte er tilknyttet dem. Mens utviklingsmessige-, situasjonsbestemte- og helse-sykdoms-overganger er overganger som finner sted i den enkelte person, i relasjon til andre eller i familier, er organisatoriske overganger knyttet til overganger i miljøene rundt mennesket (Meleis et al., 2010).

Overgangen til foreldrerollen kan defineres som en utviklingsmessig overgang da å få barn ofte betraktes som en naturlig utviklingsfase mennesker går igjennom. Det er en overgang som innebærer at mannen og kvinnen må redefinere sine roller i livet, for å tilpasse seg en ny rolle som forelder.

Mønstre:

I teorien pekes det på at overganger er et komplekst fenomen, med dette menes at mennesker kan gjennomgå en eller flere overgangstyper samtidig. De kan opptre som enkelthendelser eller i gjentakende sekvenser. Dersom personen opplever flere overganger, kan disse også være relatert til hverandre (Meleis et al., 2010). Overgangen til foreldrerollen er en utviklingsmessig overgang da det krever at kvinne og mannen redefinerer sine roller. Parallelt med at det er utviklingsmessig overgang, kan det også betraktes som en situasjonsbestemt overgang utløst av fødselen, der kvinnen og mannen må redefinere sine roller i relasjon til hverandre og det øvrige nettverket rundt.

Egenskaper:

Meleis et al. (2010) understreker at opplevelsen av overganger er et personlig og individuelt fenomen hvor ingen mennesker reagerer og håndterer overgangshendelsen likt, hun trekker imidlertid fram noen universelle egenskaper som er synlige hos mennesker som gjennomgår en overgang.

- «Awareness»: Dette er en egenskap ved overganger som handler om opplevelsen av, kunnskap om og anerkjennelse av at mennesket befinner seg i en overgang. Bevisstheten rundt overgangen til foreldrerollen starter allerede i det øyeblikket en graviditet er kjent.

Ulike følelser og tanker gjør seg til kjenne hos både han og henne. Det dannes forventninger og forestillinger om hvordan livet vil bli med et nyfødt barn.

- «Engagement»: Dette er en egenskap ved overganger som reflekterer i hvor stor grad vedkommende engasjerer seg i overgangsprosessen ved å søke ny informasjon, benytte seg av rollemodellens kunnskap og erfaring, aktivt forberede seg på endring og endrer eller modererer nåværende aktiviteter. Når en graviditet er kjent vil de fleste mødre og fedre tilpasse sin livsstil for å hindre uønsket påvirkning av barnet i magen, som å avstå fra alkohol, tilpasse seg fysisk aktivitet og redusere stress. Blivende foreldre vil ofte oppsøke kilder og informasjon om hva som er normalt, men også hva som anses som unormalt og vil kunne kreve handling for å unngå sykdom eller skade. En del av forberedelsene til å bli foreldre er å tilpasse miljøet rundt seg selv og sin familie. Dette innebærer vurdering og tilrettelegging av boforhold, nødvendig utstyr og økonomisk situasjon.
- «Change and difference»: Dette er en egenskap ved en overgang som beskriver en eller annen form for «endring» og «forskjell» i livssituasjonen til mennesket. «Endringer» kommer til uttrykk på to måter i en overgang. Overgangen utløses av en endring i livssituasjonen, samtidig som overgangen fører til en endring. Å få et barn er den utløsende endringen til foreldrerollen, oppnåelse av mestring i en ny rolle fører til en forandring i livssituasjonen. «Forskjeller» er en egenskap ved overganger som kommer til synet ved at mennesket blir bevisst på hva som er ulikt i livet, sammenliknet med før overgangen.
- «Time span»: Dette er en egenskap ved overganger som beskriver hvordan overganger kjennetegnes av at det finner sted en utvikling og en form for bevegelse hos mennesket over tid. En overgang er preget av en generell struktur med en inngang (utløsende hendelse), en gjennomgang (ustabilitet) og en utgang (reorganisering). En kan si at overgangen til foreldrollen er en utviklingsprosess som løper parallelt med utviklingen hos barnet. De fleste foreldre vil oppleve en følelse av kaos og usikkerhet den første tiden etter fødsel. De har fått et nyfødt barn som ikke innehar evnen til å regulere seg selv eller effektivt kommunisere sine behov. Dette krever at foreldrene blir kjent med barnet og dets unike kommunikasjonsmåte. Dette er en prosess hvor feiling og mestring går hånd i hånd over tid.

- «Critical points and events»: Denne egenskapen indikerer at overganger inneholder kritiske vendepunkt eller hendelser som medfører enten økt oppmerksomhet på endringer og forskjeller eller en mer aktiv håndtering av overgangen. Et nyfødt barn gjennomgår en enorm utvikling i løpet av sitt første leveår. Foreldre kan oppleve at tidligere strategier for å trøste barnet ikke lengre er like virkningsfulle. Det skjer endringer og foreldrene må tilpasse seg og endre oppfatning av hva som fungerer. Foreldrene får nye erfaringer og det oppstår nye rutiner som igjen fører til en opplevelse av stabilitet (Meleis et al., 2010).

3.1.2 Transition Conditions: Facilitators and Inhibitors

Mennesker er individer som aktivt søker og knytter en mening til ulike overgangshendelser som blant annet svangerskap, fødsel og overgangen fra barnløs til forelder. Meningene påvirkes av og påvirker igjen forholdene rundt hvordan overgangsprosessen erfares. Meleis (2010) identifiserer i sin teori personlige forhold, samfunnsmessige forhold og samfunnsnormer som kan enten tilrettelegge for eller hemme en sunn overgangsprosess (Meleis et al., 2010).

Personlige forhold:

- Meningen som tilskrives en hendelse som utløser en overgangsprosess kan enten legge til rette for eller hemme overgangsprosessen. Dersom et barn er etterlengtet og planlagt vil dette kunne bidra til en produktiv overgangsprosess. Dersom det motsatte er tilfelle kan hendelsen oppleves som traumatisk og overgangsprosessen kan hemmes eller utvikles i usunn retning.
- Forhold som omhandler kulturell tro og holdninger knyttet til overgangsopplevelsen kan oppleves som støttende eller som stigmatiserende. Graviditet og barn utenfor ekteskap anses fortsatt som tabu i enkelte trossamfunn og det kan igjen medføre en belastning som påvirker overgangsprosessen.
- Lav sosioøkonomisk status utløser flere psykologiske reaksjoner og virker dermed hemmende på overgangsprosessen. Økonomiske utfordringer og mangel på støtte i relasjonsnettverket kan oppleves som en tilleggsbelastning for førstegangsforeldre som skal tilpasse seg en ny rolle. En slik type belastning kan igjen knyttes til flere psykologiske symptomer som blant annet fødselsdepresjon.

- Å aktivt forberede seg og søke kunnskap om hva som er i vente og hvordan håndtere overgangen vil være med på å tilrettelegge og støtte opp om en sunn overgangsprosess. Kunnskap, realistiske forventninger og forberedelser om hva som er normalt i et svangerskap, under fødsel og tiden etterpå vil sørge for at førstegangsforeldre er bedre rustet i møte med utfordringene som måtte komme (Meleis et al., 2010).

Samfunnsmessige forhold:

Ressurser i samfunnet rundt mennesker som gjennomgår overganger kan enten fremme eller hemme overgangsprosessen (Meleis et al., 2010). Førstegangsforeldre som møter et sømløst system av helsetjenester, hvor målet er å styrke deres mestringsfølelse som foreldre vil legge til rette for en sunn overgangsprosess. Kvalitet og kontinuitet i helsetjenesten som tilbys, samt støtte fra familie og venner vil sikre trygghet i overgangsprosessen. Eksempler på forhold som vil hemme en sunn overgangsprosess er utilstrekkelige og utilgjengelige helsetjenester, utilstrekkelig støtte fra familie og venner, uoppfordrede og negative råd, utilstrekkelig og motstridende informasjon samt opplevelsen av å bli satt i bås og bli behandlet som allemannseie.

Samfunnsnormer:

Samfunn som klassifiserer en overgangshendelse som stigmatiserende eller stereotypisk og hvor det er store forskjeller mellom kjønnene medvirker hemmende på overgangsprosessen (Meleis et al., 2000). Det norske samfunnet i dag verdsetter likestilling høyt, noe som har utjevnet mange forskjeller mellom menn og kvinner (Brandth & Kvande, 2003). Denne styrken i et samfunn kan også virke hemmende på en sunn overgangsprosess til foreldrerollen. Mor gjennomgår store fysiske forandringer i svangerskap, fødsel og barsel. Det kan derfor oppleves som en urealistisk forventning fra samfunnet at mor skal raskt ut i jobb og mestre både karriere og familieliv. Historisk sett har også fars deltagelse i barneomsorgen gjennomgått store forandringer. Han har gått fra å være en passiv til en aktiv aktør (Brandth & Kvande, 2003). I møte med samfunnet og dets normer om at mor er viktigst for barnet, kan far føle seg tilsidesatt og mindre viktig i situasjoner som omhandler barnets liv.

3.1.3 Patterns of response

En overgang karakteriseres av selve prosessen og utfallet av prosessen. Da overgang er et fenomen som strekker seg over tid mener Meleis (2010) det er viktig å kjenne til indikatorer som enten er med på styrke menneskets bevegelse mot et optimalt og ønsket utfall eller som fører mennesket mot økt sårbarhet og risiko. I denne delen av modellen beskriver hun responsmønstre som indikerer en sunn overgangsprosess og utfallsindikatorer som reflekterer om mennesket har gjennomgått en sunn og vellykket overgangsprosess.

Responsmønstre:

- «Feeling connected»: Denne typen respons på en overgang beskriver hvordan å være en del av et samhold virker styrkende på overgangsprosessen. Mulighet til å skape nye bekjenskaper med andre foreldre og opprettholde gamle kontakter er en viktig indikator for om overgangen til foreldrerollen oppleves som positiv.
- «Interaction»: Muligheten til å samhandle med andre mennesker i en overgangsprosess fører til at reaksjoner i overgangen blir forstått og anerkjent. Ved at førstegangsforeldre samhandler med familie og andre foreldre fører det til at meningen med overgangen og handlingsmønsteret knyttet til overgangen blir identifisert, tydeliggjort og anerkjent.
- «Location and Being situated»: En av kjennetegnene på en overgang er utviklingen av ny mening og oppfatning av en selv. Sammenlikning er en måte å oppnå dette på. Ved å sammenlikne områder i livet før barn med livet etter barn kan det skapes en ny mening med opplevelsene. Sammenlikning er også en måte å plassere seg selv i forhold til utviklingsprosessen og eventuelle endringer i relasjonen til andre mennesker.
- “Developing Confidence and Coping”; Denne responsen i en overgang beskriver hvordan mennesker utvikler egen selvtillit og mestrer overgangsprosessen og utfallet av overgangen. Å ta i bruk iboende og ytre ressurser for å gradvis tilegne seg ny kunnskap og erfaring som forelder, samt akseptere og anerkjenne forandringer i livet er kjennetegn på selvtillit og mestring hos førstegangsforeldre.

Utfallsindikatorer:

- «Mastery»: Denne utfallsindikatoren beskriver hvordan opplevelsen av mestring oppnås ved å kombinere allerede etablerte evner med nye evner som er utviklet under overgangsprosessen. Opplevelsen av mestring for førstegangsforeldre vil ofte være lav i

starten av overgangsprosessen, da nye evner og kunnskap erverves igjennom erfaring over tid. Når foreldre kommer til punktet hvor de opplever en form for ny stabilitet i livet vil opplevelsen av mestring indikere hvorvidt de har gjennomgått en sunn overgangsprosess eller ikke.

- «Fluid Integrative Identities»: En overgangserfaring kan resultere i en reformulering av ens identitet. Å bli foreldre vil utløse et skifte av fokus og endret perspektiv på livet. En ny identitet som foreldre vil ofte være preget av et bifokalt perspektiv der en prøver å kombinere sin identitet fra livet før barn med identiteten etter barn (Meleis et al., 2010).

4 Gjennomføring av studien

Å bruke en metode innen forskning kan beskrives som å følge en bestemt vei mot et mål. I empirisk forskning belyser metoden hvordan en innhenter, bearbeider samt analyserer og tolker informasjon. De viktigste prinsippene ved metode innen empirisk forskning er systematikk, grundighet og åpenhet (Johannessen et al., 2021). I dette kapitlet presenterer jeg studiens vitenskapsteoretiske forankring og framgangsmåten som er benyttet i arbeidet med å produsere, dokumentere og kvalitetssikre kunnskapen, samt hva som er gjort for å ivareta deltakerne i studien.

4.1 Kvalitativ forskningsmetode

Denne studien er gjennomført med et kvalitativt forskningsdesign. Studiens problemsstilling tar sikte på å oppnå en dypere innsikt i førstegangsmødre og -fedres erfaringer med overgangen til foreldrerollen. En kvalitativ forskningsmetode er derfor et naturlig valg for denne studien. Et typisk kjennetegn ved kvalitative studier er nærkontakten mellom forskeren og de som studeres, hvor målsettingen er å oppnå en forståelse av sosiale fenomener. Blant annet på grunn av nærheten mellom forsker og fenomenet det forskes på er transparens et viktig prinsipp innen kvalitativ forskning. Med dette menes at det foreligger en åpenhet og tydelighet rundt de prosessene som fører til resultatet i den kvalitative forskningen (Thagaard, 2018). Det finnes flere vitenskapsteoretiske perspektiver innen forskning. I kvalitativ forskning er hermeneutikk og fenomenologi de mest tradisjonelle teoretiske perspektivene. Sentralt i fenomenologien står målet om å oppnå en forståelse og en beskrivelse av fenomener slik de erfarer av de som opplever dem. Hermeneutikken handler om å tolke det som studeres ved å søke et dypere meningsinnhold enn det som umiddelbart åpenbarer seg for forskeren (Thagaard, 2018).

Denne studien støtter seg til en fenomenologisk hermeneutisk tilnæringsmetode. Studien søker å få innsikt i hvordan førstegangsmødre og -fedre erfarer fenomenet «overgangen til foreldrerollen». Deretter tar jeg sikte på å beskrive trekkene som er felles for de erfaringene deltakerne i studien gir uttrykk for, for på den måten forsøke å oppnå en generell forståelse for fenomenet «overgangen til foreldrerollen» slik det erfarer for mødrene og fedrene i denne studien. Hermeneutikken legger vekt på at det ikke finnes en endelig sannhet, men at fenomener kan tolkes på flere nivåer og at den mening som skapes alltid må ses i lys av den

sammenhengen vi og det vi studerer er en del av (Thagaard, 2018). I forskningsprosessen vil min forforståelse danne utgangspunktet i fortolkningen av mødrene og fedrenes erfaringer.

4.2 Det kvalitative forskningsintervju

For å samle data om fenomenet «overgangen til foreldrerollen» er det benyttet semistrukturert intervju. Målet med det semistrukturerte intervjuet er å innhente detaljerte beskrivelser av deltakerens livsverden med henblikk på å fortolke betydningen av de beskrivelsene som gjør seg til kjenne. Intervjuet er preget av fleksibilitet når det gjelder rekkefølge og formuleringen av spørsmålene, på den måten får informanten muligheten til å gå i dybden rundt de spørsmålene de selv opplever som viktige, samtidig som det er åpnet opp for muligheten for at temaer som ikke var tenkt ut på forhånd blir åpenbart (Kvale et al., 2015). I utarbeidelse av intervjuguiden er det tatt utgangspunkt i Meleis (2010) sin beskrivelse av strukturen på en overgang bestående av en inngang, en gjennomgang og en utgang (Meleis, 2010). Intervjuguiden er med bakgrunn i dette bygget opp som en tidslinje. Tidslinjen startet fra det tidspunktet mødrene og fedrene fant ut at de skulle bli foreldre, til tiden etter fødsel og videre til tanker om framtiden (vedlegg 1). Målsettingen med intervjuene var å få tak i erfaringer, følelser og tanker deltakerne hadde i overgangen fra å være barnløse til å bli foreldre.

4.3 Utvalg og rekruttering

Mødrene og fedrene som deltok i studien er strategisk utvalgt. Strategisk utvelgelse innebærer at forskeren i første omgang identifiserer målgruppen som innehar de kvalifikasjonene som må til for å kunne si noe om fenomenet som studeres. Deretter velger forskeren ut deltakerne fra denne målgruppen, ofte basert på ulike kriterier (Johannessen et al., 2021). Da fenomenet som utgjør forskningsfokuset i den aktuelle studien er overgangen til foreldrerollen er målgruppen førstegangsforeldre. Bakgrunnen for å intervju førstegangsforeldre er fordi det er i overgangen fra å være barnløs til å bli forelder at fenomenet framtrer.

Ut ifra målgruppen er mødre og fedre valgt ut på bakgrunn av noen inklusjonskriterier. Inklusjonskriteriene var førstegangsforeldre over 18 år, med friske barn mellom 6 uker og 10 måneder. Foreldrene hadde gjennomgått eller vært til stede igjennom et ukomplisert svangerskap, fødsel og barselstid. Vurdering av inklusjonskriteriene er tatt på bakgrunn av

det etiske ansvar forskeren har for å beskytte mennesker som er i en tilstand hvor de kan komme til å utlevere informasjon som de angrep på i etterkant (Tjora, 2017).

I utvelgelsen av deltakere til en studie er det viktig at forskeren tenker igjennom hvor stor variasjon i kjennetegn hos deltakerne som er nødvendig for at utvalget skal kunne være i stand til å belyse problemsstillingen. Er utvalget for ensartet kan det bli utfordrende å trekke fram hvordan ulikhetene mellom deltakerne kan innvirke på fenomenet som studeres. På den annen side, dersom utvalget er for uensartet kan det være utfordrende å finne relevante likhetstrekk (Johannessen et al., 2021). Utvalget i denne studien består av fire førstegangsmødre og fire førstegangsfedre med barn i alderen fra ti uker til åtte måneder. Alle foreldrene var i et parforhold. Tre av mødrene og tre av fedrene i denne studien var i et parforhold med hverandre. En far og en mor ble intervjuet uten at partneren også ble intervjuet. Mødrene som deltok i studien, hadde en gjennomsnittsalder på 25,7 år. Gjennomsnittsalderen på fedrene i studien var 28,2 år. Tre av mødrene hadde høyere utdanning og en hadde fagutdanning. Tre av fedrene hadde høyere utdanning og en hadde fagutdanning (tabell 1).

Mødrene og fedrene ble rekruttert til studien via rekrutteringsposter på Facebook (vedlegg 2), forespørsel fra venner og bekjente og snøballmetoden. Ved bruk av snøballmetoden i rekruttering forholder forskeren seg med informanten om han eller hun kan vise til andre informanter som det kan være aktuelt å intervju (Johannessen et al., 2021). Avslutningsvis i alle intervju ble foreldrene spurt om de kjente til noen som kunne være i målgruppen for studien. Foreldrene informerte aktuelle kandidater om studien og videreformidlet kontaktinformasjon.

To av foreldrene i denne studien ble rekruttert ved hjelp av snøballmetoden, der tidligere informanter rekrutterte nye informanter. Fire av foreldrene ble rekruttert via innlegg på Facebook og to foreldre ble rekruttert ved hjelp av venner og bekjente. To foreldre som tok kontakt via innlegg på Facebook ble ekskludert da barnet ennå ikke var født i tidsperioden da intervjuene ble gjennomført.

Fem av foreldrene var bosatt i Sør-Norge og tre av foreldrene var bosatt i Nord-Norge. Ingen av foreldrene hadde kjennskap til eller relasjon til forskeren før deltakelse i studien. Ingen av

foreldrene var bosatt på samme plass som forskeren eller hadde tilknytning til helsestasjonen forskeren jobber ved.

Tabell 1: Informantene i studien

Kjønn	Alder	Alder på barn	Sivilstatus	Utdanning
Kvinne	26	5 mnd.	Samboer	Høyere utdanning
Kvinne	27	3 mnd.	Samboer	Høyere utdanning
Kvinne	25	8 mnd.	Samboer	Høyere utdanning
Mann	26	8 mnd.	Samboer	Høyere utdanning
Mann	30	3 mnd.	Samboer	Høyere utdanning
Mann	30	3 mnd. + 2 uker	Gift	Høyere utdanning
Kvinne	25	2 mnd. + 2 uker	Samboer	Fagbrev
Mann	27	2 mnd. + 2 uker	Samboer	Fagbrev

4.4 Datainnsamling

Som en del av forberedelsene til intervjuene ble det gjennomført et prøveintervju for å teste intervjuguiden, den digitale kommunikasjonsplattformen og for å prøve ut intervjuteknikker. Datamaterialet fra prøveintervjuet er ikke inkludert i studien.

Intervjuene ble gjennomført i perioden fra september 2021 til januar 2022. På grunn av koronapandemien og økonomiske årsaker knyttet til at foreldrene i studien bodde på ulike steder i hele Norge, ble syv intervju gjennomført over Zoom og et intervju ble gjennomført over telefon. Gjennomføring av intervju på Zoom ble gjort i tråd med retningslinjene til VID vitenskapelig høgskole for bruk av Zoom i forskningsintervjuer (VID vitenskapelig høgskole, u.å). I forkant av intervjuene hadde foreldrene fått tilsendt informasjonsskriv om studien på e-post og samtykket til deltakelse. Lengden på intervjuene varierte fra 25 til 75 minutter. For å sikre dokumentasjon av intervjuene ble det tatt lydopptak av alle intervjuene, samt skrevet notater under og like etter intervjuene. Foreldrene ble i forkant spurt om samtykke til bruk av lydopptaker, samt informert om hvordan opptakene ville bli brukt, oppbevart og når de ville bli slettet. I to av intervjuene ble samtalen stoppet underveis. Årsakene til dette var barnet som krevde oppmerksomhet og tekniske utfordringer knyttet til kommunikasjonsplattformen.

4.5 Analyse

Målet med analyse av kvalitative data er å avdekke en mening, og finne et mønster i datamaterialet for så å trekke en konklusjon som skal svare på forskningens problemsstilling. Tolkning av analysen og konklusjonen er å sette det inn i en større sammenheng. Dette gjøres ved at forskeren søker å forstå og forklare funnene fra analysen opp mot relevant teori på området det forskes på (Johannessen, 2016).

4.5.1 Transkribering

Etter at intervjuene var gjennomført ble umiddelbare refleksjoner og inntrykk skrevet ned i stikkordsform og prosessen med transkribering startet. Intervjuene ble transkribert i sin helhet og så detaljert som mulig av intervjueren selv. Ved at intervjueren selv transkriberer unngår man å miste mye informasjon og visuelle ledetråder i «oversettelsen» fra muntlig språk til skriftlig språk (Tjora, 2017). Ved at intervjueren transkriberte intervjuene førte dette til en større nærhet og kjennskap til datamaterialet.

4.5.2 Analysemetode

Analyseprosessen i denne studien er inspirert av Tjora (2017) sin stegvis-deduktiv induktive metode (SDI-metoden) (Tjora, 2017). SDI-metoden beskriver stegvis hvordan det kvalitative datamaterialet beveger seg i en induktiv prosess fra «rå» data til teori. Parallelt med dette foregår det en deduktiv prosess som kontrollerer data fra et teoretisk mot et empirisk nivå. Det første steget i analysen er koding av det empiriske materialet. Målet med kodingen er å trekke ut essensen av innholdet, redusere materialets volum og legge til rette for idégenerering. For å redusere forventinger og forskerens egen påvirkning i analysen er det viktig å føre en induktiv empirinær koding. Poenget med induktiv empirinær koding er at koden skal være så tett opp mot deltakerens utsagn som mulig for å ivareta det spesifikke i materialet (Tjora, 2017).

Med bakgrunn i at datamaterialet i denne studien er basert på både mødre og fedres erfaringer, er materialet fra utvalget av mødre og utvalget av fedre analysert hver for seg. Ved å gjøre dette tas det utgangspunkt i at de to utvalgsgruppene erfarer overgangen til foreldrerollen ulikt og søker å fange opp nyansene i de to utvalgsgruppene.

Det transkriberte materialet fra intervjuene ble i første omgang lest igjennom i sin helhet. Dette bidro til et mentalt tilbakeblikk på intervjusituasjonen hvor inntrykk og karakteristikker

ved foreldrene ble hentet frem. I neste steg ble tekstene kodet linje for linje og det ble fokusert på å føre en empirinær koding. Ved å sikre empirinær koding beveger analyseprosessen seg i en induktiv retning, fra den transkriberte teksten til detaljerte koder som beskriver hva mødrene og fedrene faktisk sier i intervjuet. For å teste om kodene var empirinære underveis i prosessen ble kodetesten i SDI-modellen benyttet. Ved å teste kodingen i en deduktiv prosess er det ifølge SDI-modellen mulig å avdekke om kodene er basert på sortert empiri eller om kodene reflekterer det empiriske datamaterialet (Tjora, 2017). Dette gjøres ved å stille to spørsmål til hver enkelt kode:

Spørsmål 1: Kunne koden vært laget *før* kodingen?

a: hvis ja: a priori (unødig) koding – lag annen kode!

b: hvis nei: potensielt god empirinær koding – gå videre til spørsmål 2!

Spørsmål 2: Hva forteller *bare* koden?

a: tematiserer datasegmentet (fra intervjuet: hva det ble snakket om):
unødvendig sorteringskode – lag annen kode.

b: gjenspeiler konkret innhold (fra intervju: hva som ble sagt): god empirinær koding! (Tjora, 2017 s. 224)

I prosessen med å kode datamaterialet ble analyseverktøyet hyperRESEARCH brukt. Analyseverktøyet gjorde det lettere å holde en nærhet til datamaterialet og samtidig ha oversikt og system på kodene. I følge SDI-modellen skal kodingen gjennomføres på en slik måte at opprettede koder fra et dokument skal følge med til kodingen av det neste dokumentet, samtidig som det produseres nye koder der det er behov for det (Tjora, 2017). Her avviker analysen i denne studien fra SDI-modellen. Det ble laget nye empirinære koder til hver av de transkriberte tekstene fra intervjuene. Samme koder ble ikke brukt igjen i de ulike transkriberte materialene. Det ble derfor lagt inn et ekstra kodetrinn for å kondensere meningen i kodene ytterligere (tabell 2 og 3, ekstra kodetrinn). Ved å praktisere en detaljert koding er det naturlig å sitte igjen med et stort antall koder til slutt. Et stort antall koder betyr videre at en har bevart det empiriske innholdet fra intervjuene (Tjora, 2017). Prosessen frembrakte 214 koder for utvalget av mødre og 102 koder for utvalget av fedre.

Tabell 2: Eksempel fra analysen fra utvalget av mødre

Empirisk materiale	Emprinær kode	Ekstra kodetrinn	Første kodegruppering
«Så når jeg er med andre personer sånn ... spesielt hvis det er andre som ikke har barn så ... må jeg på en måte anstrenge meg for å ... ehh liksom henge med og klare og komme med noe som ikke er relatert til barn ... hehehe ... for nå er fokuset blitt veldig på det. Så da ... ehhe ... jeg vil jo si at som mamma så er jeg ... jeg er mamma ... ehhe ... hehe ... det er første prioritet».	Kan være vanskelig å tenke på andre ting enn det som omhandler babyen	Følelsen av altoppslukende fokusskifte	Framtidsfokus/skifte av fokus
«Jeg var jo på en måte fortsatt låst ... vil æ si i den situasjonen eller den tilværelsen og være mamma»	Følte meg låst i tilværelsen som mamma	Følelsen av barnets avhengighet	Emosjonelle reaksjoner
«Jeg føler at, av og til er jeg liksom skikkelig engasjert og i godt humør og flirer og har det fantastisk og av og til er jeg ganske lei ... og da er det liksom bare å komme seg igjennom de stundene også sover han kanskje en hvil og så er jeg sånn «åh, nå har jeg savnet deg» ... hehe ... da har han vært borte en halvtime.»	Engasjert og av og til litt lei	Svinger mellom engasjert og sliten mamma	Refleksjoner om hvem jeg er som mamma

Tabell 3: Eksempel fra analysen fra utvalget av fedre

Empirisk materiale	Empirinær kode	Ekstra kodetrinn	Første kodegruppering
«Jeg synes jo også det er litt ... eh... det er litt provoserende av de foreldrene, synes jeg da, som prøver å glorifisere det og romantisere hele denne prosessen her. Som jeg synes, gir et veldig sånn feil inntrykk av hvordan jeg tror de aller fleste har det. Så blir det litt sånn tabu å si at man misliker ungen sin til tider ... eh... hvor jeg ... det er liksom ting jeg har følt på.»	Har opplevd romantiseringen av å bli foreldre som provoserende. Føler det gir feil inntrykk og at det er tabu å si at man misliker babyen av og til	Å ikke kjenne seg igjen i andres erfaringer. Følelsen at egne opplevelser avviker fra samfunnets holdninger	Erfaring og kunnskap
«I det jeg våknet så fikk jeg vite med en gang, eller hun sa at «du skal bli pappa». Eh... og det var på en måte utelukkende en veldig fin opplevelse da for begge to. Eh... fordi det var på en måte noe vi begge to ønsket og vi ... hadde jo gått og tenkt på det en stund, og det var jo også litt sånn ... jeg vet ikke ... Vi hadde jo aldri ... ingen av oss hadde noen gang prøvd å bli gravide før så det var jo en sånn usikkerhet at «OK, funker det? Kan vi det?» og alle de tingene der. Så en blanding av lettelse, glede og litt sånn «oh shit, hva er det vi har gjort?»	Var en utelukkende fin opplevelse å få vite at jeg skulle bli pappa. Men det var en blanding av lettelse, glede og «oh shit, hva har vi gjort?»	Blandede følelser knyttet til å bli pappa. Frykt for noe ukjent og glede over noe nytt.	Motstridende følelser
«Jeg vil si at det har forandret seg mye i form av at alt av «dødtid» er borte ... det er ... hva skal jeg si ... ikke så mye pusterom til å på en måte gjøre ingenting eller lure på hva du skal gjøre og egentlig bruke tid på ... så er det ganske borte.»	All dødtid er borte. Ikke mye pusterom til å gjøre ingenting	Utfordringer med å finne tid i hverdagen til pauser	Hverdagsstruktur

I det neste steget i analysen gjennomføres en gruppering av de ulike kodene.

Kodegrupperingen gjøres induktivt ved at en samler kodene i grupper som har samme tematiske innhold, samtidig som en skiller ut koder som vurderes som ikke relevant for studien. I dette analysetrinn vil studiens retning gjøre seg til kjenne (Tjora, 2017). I arbeidet med å gruppere kodene i denne studien ble dataprogrammet MindNode brukt. MindNode er et «tankekart»-program som gjør det mulig å samle koder i grupper, flytte

koder imellom grupper og opprette nye grupper på en oversiktlig og tidsbesparende måte. Etter første grupperingsfase ble tjuefire koder for utvalget av mødre og tretten koder for utvalget av fedre skilt ut som restkoder. De resterende kodene ble samlet i tretten grupper for utvalget av mødre (tabell 4, første gruppering) og tretten grupper for utvalget av fedre (tabell 5, første gruppering). Etter andre grupperingsfase ble de tretten gruppene for utvalget av mødre og fedre gruppert i ni tema (tabell 4 og 5, undertema). Da ni ulike tema ble et for stort antall tema å forholde seg til, og på grunn av at noen tema var tematisk smale ble det gjort et nytt nivå av kodegruppering. De ni temaene ble gruppert i tre hovedtemaer (tabell 4 og 5, hovedtema). For å kontrollere at kodegruppene har samme tematiske innhold, og samtidig skiller seg ut fra hverandre, benyttes en deduktiv kodegrupperingstest (Tjora, 2017). Hver kode ble koblet til en eksisterende gruppe eller det ble opprettet en ny gruppe dersom det tematiske innholdet i koden ikke kunne plasseres inn under tema i en allerede eksisterende gruppe.

Tabell 4: Gruppering av koder for utvalget av mødre

Første kodegruppering	Andre kodegruppering	Hovedtema	
1. Forventninger	1. Forventninger og forberedelser	1. En ny bevissthet	
2. Forberedelser			
3. Skifte av fokus			
4. Motstridende følelser			
5. Erfaring og kunnskap	2. Skifte av fokus	2. Reorganisering av identitet	
6. Tilhørighet og støtte	3. Motstridende følelser		
7. Refleksjoner om hvem jeg er som mamma	4. Erfaring og kunnskap		
8. Refleksjoner om hvem jeg ønsker å være som mamma	5. Tilhørighet og støtte		
9. Refleksjoner om egne foreldre	6. Foreldreegenskaper		
10. Fysiske reaksjoner	7. Kroppslige reaksjoner		3. Tilpasse en ny rolle
11. Emosjonelle reaksjoner			
12. Vendepunkt			
13. Hverdagsstruktur	8. Vendepunkt		
	9. Hverdagsstruktur		

Tabell 5: Gruppering av koder for utvalget av fedre

Første kodegruppering	Andre kodegruppering	Hovedtema
1. Forventninger	1. Forventninger og forberedelser	1. En ny bevissthet
2. Forberedelser		
3. Skifte av fokus		
4. Motstridende følelser		
5. Erfaring og kunnskap	4. Erfaring og kunnskap	2. Reorganisering av identitet
6. Tilhørighet og støtte	5. Tilhørighet og støtte	
7. Refleksjoner om hvem jeg er som pappa	6. Foreldreegenskaper	
8. Refleksjoner om hvem jeg ønsker å være som pappa		
9. Refleksjoner om egne foreldre		
10. Fysiske reaksjoner	7. Kroppslige reaksjoner	3. Tilpasse en ny rolle
11. Emosjonelle reaksjoner		
12. Vendepunkt	8. Vendepunkt	
13. Hverdagsstruktur	9. Hverdagsstruktur	

4.6 Etske overveielser

I all forskning må det gjøres noen etiske overveielser i forkant og underveis i studien. Dette blir spesielt viktig innen samfunnsvitenskapen ettersom forskningen her direkte berører enkeltmennesket og forholdet mellom menneskene (Johannessen, 2016). Denne studien er utarbeidet og gjennomført i henhold til forskningsetiske retningslinjer vedtatt av Den nasjonale forskningsetiske komité for samfunnsforskning og humaniora. I følge forskningsetiske retningslinjer skal forskeren ha et særlig fokus på: informantens rett til selvbestemmelse, forskerens ansvar for å unngå skade og forskerens plikt til å respektere informantens privatliv (Johannessen, 2016; National Research Ethics Committees, 2021). Før prosessen med å samle inn data til studien kunne begynne var det nødvendig å få en vurdering og godkjenning fra Nasjonalt senter for dataforskning på at behandlingen av personvern ville være i samsvar med personvernlovgivningen. Studien ble godkjent 12.februar 2021, med godkjennings nummer 193613 (vedlegg 3).

Da det i løpet av prøveintervjuet kom fram opplysninger om informantens helsetilstand ble studien lagt til en fremleggingsvurdering til Regionale komiteer for medisinsk og helsefaglig forskningsetikk (REK). Etter veiledning over telefon fra saksbehandler i REK ble det anbefalt å

justere intervjuguiden slik at det ble tydeligere at det var foreldrerollen som skulle undersøkes, og på den måten hindre at opplysninger om foreldrenes helse ble avdekket. Studien ble på bakgrunn av søknad og korrespondanse med saksbehandler vurdert som ikke fremleggingspliktig for REK (vedlegg 4).

4.6.1 Informert samtykke

For å sikre at deltakerne hadde all nødvendig informasjon om studien ble det skrevet et informasjonsskriv på bakgrunn av malen for informasjonsskriv utarbeidet av NSD (vedlegg 5). Her informeres deltakerne om studiens hovedformål, hvem som er ansvarlig for studien, hva det innebærer å delta, frivillighet, personvern og hvordan persondata vil oppbevares og behandles, deltakerens rettigheter og kontaktinformasjon til de ansvarlige for studien.

Da det ikke ville være noen fysiske møtepunkter mellom forsker og forskningsdeltaker ble informert samtykke dokumenter ved at informasjonsskrivet ble sendt til deltakeren på e-post. Da deltakerne hadde lest igjennom informasjonsskrivet, svarte de på e-posten hvor de samtykket til deltakelse, altså et informert samtykke. Et informert samtykke innebærer at forskningsdeltakeren har nødvendig informasjon om studien, frivillig samtykker til deltakelse og er kjent med muligheten til å trekke seg fra deltakelse når som helst i forløpet (Johannessen, 2016; Kvale et al., 2015). Denne måten å dokumentere informert samtykke på er i tråd med anbefalingene om dokumentert samtykke fra NSD (Personverntjenester for forskning, u. å).

4.6.2 Anonymitet og konfidensialitet

Anonymitet og konfidensialitet handler om å sikre at forskningsdeltakerens rett til privatliv blir ivaretatt og at det foreligger en enighet mellom forsker og forskningsdeltaker om hvordan datamaterialet i studien skal brukes (Kvale et al., 2015). I denne studien er det student og veileder ved VID vitenskapelig høgskole som har tilgang til personopplysninger til forskningsdeltakerne. Personopplysninger og e-postkorrespondanse som inneholdt dokumentert samtykke fra forskningsdeltakerne ble oppbevart på en kryptert minnepinne. Ingen opptak ble gjort av intervjuene i den digitale plattformen Zoom. Intervjuene ble dokumentert ved hjelp av en digital diktafon. Lydopptakene ble overført på en kryptert minnepinne og slettet fra diktafonen like etter intervjuene. Krypterte minnepinner ble

oppbevart innelåst i en skuff som kun student hadde tilgang til. All identifiserbar personinformasjon ble fjernet fra det transkriberte datamaterialet.

Forskningsdeltakerne ble informert om muligheten for at studien kan bli publisert i form av en artikkel, samt muligheten for at studiens monografi kan bli publisert på VID vitenskapelig høgskole sine nettsider for faglige og vitenskapelige arbeider. NSD sin godkjenning av studien utgikk i 01.06.2022. All behandling av personopplysninger var da avsluttet, og alle personopplysninger var slettet. Behandlingen av personopplysninger i denne studien er gjennomført i tråd med VID vitenskapelig høgskole sine rutiner for behandling av personopplysninger i forskning og studentoppgaver (VID vitenskapelig høgskole, 2018).

4.7 Metoderefleksjon

Metoderefleksjon handler om å se på studiens design, og kritisk vurdere de valg som er tatt sett opp mot studiens formål og problemsstilling.

4.7.1 Forskerrollen og forforståelse

Alle vurderinger og valg som tas i en forskningsprosess bør være preget av bevisste etiske overveielser. I kvalitativ forskning med intervju som metode for å samle inn data er forskeren selv et verktøy i innsamlingsprosessen. Dette stiller krav til forskeren i relasjon og kommunikasjon med forskningsdeltakeren. Tillit, konfidensialitet, respekt og gjensidighet er viktige aspekt som vil prege relasjonen mellom forsker og forskningsdeltaker, som igjen vil påvirke kvaliteten på forskningen. Et annet viktig prinsipp i forskning er at deltakelse i forskningsstudier ikke på noen måter skal medføre skade på de personene som deltar. (Tjora, 2017). I denne studien er det derfor særlig viktig at jeg som forsker er bevisst symmetriforskjellen i relasjonen forsker-forskningsdeltaker. Som forsker deltar jeg i studien som en fagperson med fagkunnskap innenfor området som studeres, forskningsdeltakerne deltar på grunnlag av sine roller mødre og fedre.

Forskeren vil alltid ha en utgangsposisjon og en forforståelse i møte med fenomenet som studeres. Denne forforståelsen er av vesentlig betydning for at forskeren skal ha en forutsetning for å forstå det som studeres. Den hermeneutisk inspirerte forskeren forsøker å forstå fenomenet som studeres ut ifra menneskets subjektive opplevelse, for så å tolke hvordan de subjektive opplevelsene kan forstås ut ifra en helhet (Aadland, 2011). Min bakgrunn som mor og helsesykepleier på helsestasjonen gjør at min forforståelse av

fenomenet «overgangen til foreldrerollen» er basert på egne levde erfaringer, tilegnet kunnskap i utdanning og erfaring fra praksis i møte med førstegangsforeldre. For å være tro mot deltakernes erfaringer har jeg forsøkt å møte deltakerne med en åpenhet, og vilje til å legge vekk egne tolkninger og konklusjoner under intervjuene. I analyseprosessen deler jeg opp foreldrenes erfaringer, videre tolker jeg de uttalte erfaringene med bakgrunn i en forståelse av hva jeg tror de handler om, til slutt plasserer jeg tolkningene i grupper på bakgrunn av en helhetlig forståelse av fenomenet «overgangen til foreldrerollen» og de teoretiske rammene som er lagt for studien.

4.7.2 Reliabilitet

Reliabilitet beskriver om studien er gjennomført på en pålitelig og tillitsvekkende måte, slik at resultatet kan sies å være troverdig. I kvalitativ forskning vil det ikke være mulig for en annen forsker å komme fram til samme resultat dersom studien ble gjennomført med samme metode. Et viktig prinsipp innen kvalitativ forskning er derfor å gi en detaljert beskrivelse av kontekst og framgangsmåte i alle faser av forskningsprosessen (Thagaard, 2018). For å styrke studiens reliabilitet er alle stegene i forskningsprosessen fra gjennomføring av intervju, til transkribering, til hvordan data er tolket og analysert beskrevet så detaljert som mulig. Videre er det teoretiske rammeverket som datamaterialet forstås ut ifra grundig beskrevet.

På samme måte som forskeren og deltakeren som person kan påvirke datainnsamlingen, har også konteksten intervjuet blir gjennomført i betydning (Kvale et al., 2015). Med bakgrunn i dette kan det tenkes at intervjuet ble preget av at gjennomføringen av intervjuet ble gjort over den digitale plattformen Zoom. På den ene siden kan deltakerne har opplevd det å ikke være i samme fysiske rom med den du har en samtale med som et hinder for deling av egne erfaringer. På den annen side kan det tenkes at avstanden den digitale plattformen skapte mellom dem og forsker bidro til å ufarliggjøre delingen av personlige opplevelser.

Å forske på det motsatte kjønn kan føre til at intervjusituasjonen blir preget av kjønnsdikotomisering, dette kan igjen påvirke datainnsamlingen (Thagaard, 2018). Det at jeg som kvinne søker å få innblikk i erfaringene til fedre om et fenomen, som historisk sett hovedsakelig har vært tilknyttet mødre, kan ha påvirket det fedrene valgte å dele av egne erfaringer under intervjuene.

4.7.3 Validitet

Validitet i kvalitativ forskning reflekterer i hvilken grad studiens framgangsmåte og funn, besvarer studiens hensikt og representerer virkeligheten (Thagaard, 2018). For å undersøke om spørsmål i intervjuguiden besvarte studiens problemsstilling og for å inngå at spørsmål kunne misforstås, ble det gjennomført et prøveintervju. Ved å gjennomføre et prøveintervju fikk i tillegg forskeren prøvd ut egne evner som intervjuer og justert intervjuteknikkene der det var nødvendig. Noen av mødrene og fedrene var i et parforhold med hverandre. For å sikre at datamaterialet representerte den enkeltes opplevelse av overgangen til foreldrerollen, og for å unngå konsensus mellom foreldrene ble mødrene og fedrene intervjuet hver for seg. Ved å benytte SDI-modellen som veileder for hvordan tolke datamaterialet og ved å synliggjøre alle stegene i analyse metoden etterstreber forskeren å oppnå gjennomsiktighet og troverdighet til studiens resultater.

Utvalget av mødre og fedre i denne studien består av relativt få deltakere, og alle deltakerne har relativ lik sosioøkonomisk bakgrunn og livssituasjon. Det kan derfor tenkes at dersom utvalget hadde vært større og representert mødre og fedre med ulik bakgrunn at andre erfaringer med overgangen til foreldrerollen ville gjort seg til kjenne.

4.7.4 Overførbarhet

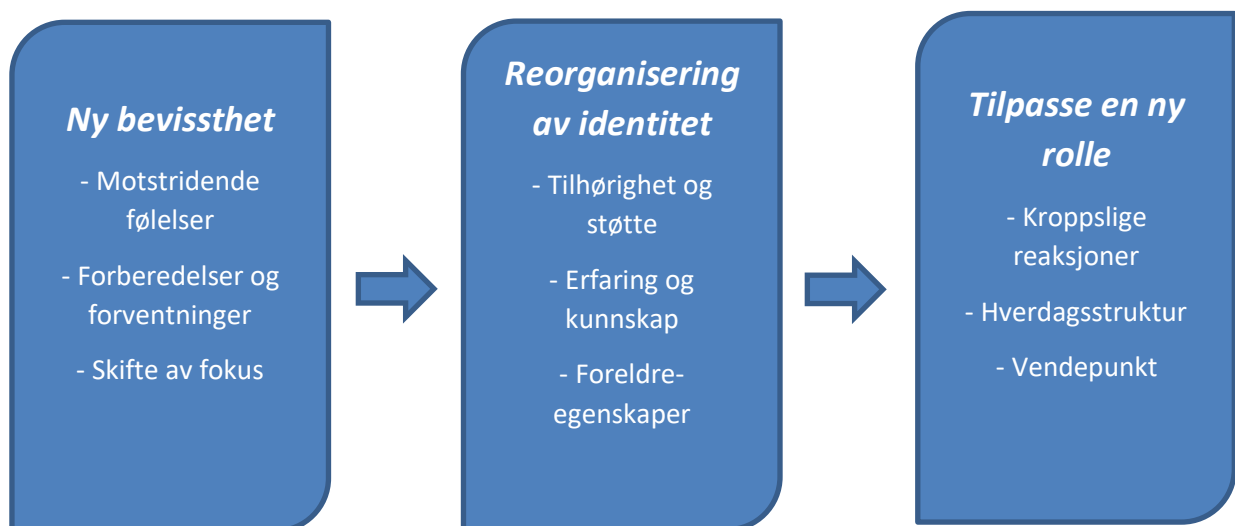
I kvalitativ forskning er det studiens fortolkninger som kan gi grunnlag for overførbarhet, og ikke datagrunnlaget i seg selv. Om en studies fortolkninger er overførbare eller ikke, kan blant annet knyttes til teoretisk generalisering (Thagaard, 2018). Denne studien viser hvordan sentrale trekk ved overgangen til foreldrerollen kan forstås i ut ifra allerede etablert teori om overganger. En kan derfor argumentere for at tolkningen som er gjort i denne enkeltstående studien kan være overførbare til andre overgangshendelser.

5 Resultater

I dette kapitlet presenteres resultatene fra intervjuene med mødre og fedrene. Resultatet presenteres som en gjenfortelling av det transkriberte materialet og understrekes med sitater fra foreldrene. Jeg velger å bruke benevnelsen mødre, fedre og foreldrene da dette vil skape en større nærhet til foreldrenes fortellinger.

Overordnet forteller samtlige av foreldrene som er intervjuet om en fin opplevelse av å bli foreldre for første gang. Noen opplevde imidlertid tilvenningsprosessen til en ny rolle som mer krevende enn andre. Flere av foreldrene forteller at de savnet et mer nyansert blide i samfunnet om hva foreldrerollen innebærer, samtidig ble sosiale medier pekt på som en ressurs i overgangsprosessen til foreldrerollen.

Studiens problemsstilling om å undersøke mødre og fedres erfaring med å bli foreldre for første gang, samt deler av det teoretiske perspektivet til Meleis (2000) om overganger har lagt grunnlaget for analyseprosessen og funnene som presenteres her. Hovedtemaene som åpenbarte seg er som følger: «Ny bevissthet», «Reorganisering av identitet», og «Tilpasse en ny rolle».



5.1 Ny bevissthet

En ny bevissthet handler om den kunnskapen foreldrene har om at de befinner seg i en utviklingsmessig overgangsprosess fra barnløs til forelder. Denne kunnskapen beskrives nærmere i de tre undertemaene 1) Motstridende følelser, 2) Forberedelser og forventninger, og 3) Skifte av fokus.

5.1.1 Motstridende følelser

Alle foreldrene som er intervjuet i studien hadde planlagt graviditeten sammen med partneren og hadde et ønske om å bli forelder. Allikevel kunne alle mødre og fedre fortelle om motstridende følelser når de tenkte tilbake på øyeblikket da de fant ut at de skulle bli foreldre. Foreldrene fortalte om en følelse av glede og spenning til det en far beskrev som «det neste steget i livet». En mor beskrev det slik: «Vi ble kjempeglade. Så raste det ti tusen følelser og tanker igjennom hodet på samme tid, tror jeg. Det var så mye glede og så mye redsel, og alt sammen på engang». Flere av mødre fortalte i tillegg om følelser som frykt og redsel for barnets helse, og om hvordan de selv og barnet skulle håndtere fødselen. Noen av mødre beskrev også tanken på å skulle ha ansvaret for et lite barn som tidvis overveldende.

Spenningen hos mange av fedre var ofte knyttet til usikkerheten om hvorvidt de faktisk var i stand til å få barn. Samtidig fortalte mange om en følelse av alvor da de fikk en positiv graviditetstest og viten om at det ikke var noen vei tilbake.

Det var en utelukkende fin opplevelse å få vite at jeg skulle bli far, men ingen av oss hadde noen gang prøvd å bli gravide før så det var jo en sånn usikkerhet at, «ok, funker det? Kan vi det?» og alle de tingene der. Så det var en blanding av lettelse, glede og litt sånn «oh shit, hva er det vi har gjort?».

En far fortalte også at han opplevde seg litt todelt i følelsene og tankene rundt det å bli far. På en ene siden følte han glede over nye opplevelser og muligheter, men han kjente også på frykten for å miste friheten og muligheten til å være spontan i hverdagen.

5.1.2 Forberedelser og forventninger

Flere av mødrene og fedrene forventet endel endringer i livet etter at barnet var født. Noen av endringene som ble påpekt var en økning i arbeidsoppgaver, et større ansvar og at barnet kom til å kreve mye tid og oppmerksomhet. En mor fortalte at hun og partneren ofte gjorde aktiviteter sammen, både i hverdagen og i helgene. Hun var forberedt på at når barnet ble født måtte de kanskje gjøre aktiviteter mer hver for seg, for å få kabalen til å gå opp.

«Begge kommer til å ha fokus på babyen, og at babyen kommer til å ta mye tid. Det snakket vi jo endel om. Og at, vi har vært veldig sånn, vi har gjort mye sammen og nå har vi skjønt at nå må vi kanskje gjøre litt ting mer hver for oss og, for å få kabalen til å gå opp, med tanke på henne».

Endel av fedrene fortalte at de hadde lave forventninger til spebarnstiden, men forestilte seg at det kom til å bli gøyere etter hvert som barnet ble eldre. De var opptatt av å danne seg et realistisk bilde på hva det vil si å bli foreldre. En far beskrev det slik: «Jeg hadde lave forventninger til den første tiden og forberedte meg på at jeg ikke kom til å føle meg så veldig nyttig som far.»

Alle mødrene og fedrene fortalte at samtale med partneren var en stor del av forberedelsene til foreldrerollen. De snakket om hvordan livet kom til å endres, hva som ble viktig å prioritere, hvordan de skulle være som foreldre og hvordan de ønsket å oppdra barnet.

«Også snakket vi masse om hvordan det her kom til å endre livet, hvordan det her skulle bli og at vi var veldig stolte og glad men redd for liksom at ting ville endre seg veldig, ehhhh, redd for liksom hvem vi ville bli og forholdet vårt og at det skulle komme en ny inn og hvordan det ville prege hverdagen».

Alle fortalte at de var glade for at de hadde gjort denne forberedelsen i forkant. Dels fordi det skapte en felles forståelse for hva som er viktig og dels for at de følte de ble bedre kjent med partneren sin.

Mange av foreldrene hadde i tillegg lyttet til andre foreldres erfaringer og sammenliknet med egne tanker for å prøve å skape en forståelse for hvordan foreldrerollen ville bli. Flere av mødrene reflekterte under samtalen om hvorvidt det er mulig å fullt ut forberede seg til morsrollen. Flere mente at noen aspekter knyttet til rollen krever førstehåndserfaring for å

forstå. En mor trakk fram søvnmangel som et eksempel på dette. Et annet aspekt som mødrene reflekterte over, var det faktum at en ikke kjenner barnet en får. Det kan være ukjente faktorer som gjør det vanskeligere å tyde barnets signaler og dekke dets behov. En mor uttrykte det slik: «Jeg tenker liksom litt sånn at veien blir til mens man går. Man vet jo på en måte ikke hvilken baby man får, og hvor mye de krever. Plutselig har man fått et barn med kolikk.»

En far fortalte at han hadde brukt liten tid på å forbedre seg ved å innhente kunnskap og erfaringer fra andre. Han uttrykte at han hadde et ønske om å oppleve farsrollen ufiltrert og på egne premisser. Dette mente han var i tråd med hvordan han er som person og hvordan han møter hendelser også på andre områder i livet.

5.1.3 Skifte av fokus

Når foreldrene reflekterte rundt den første tiden etter at barnet var født beskriver alle en form for skifte av fokus. Tilværelsen fram til barnet var født var ofte preget av egne følelser, tanker og behov. Etter fødselen forteller mødrene at barnet var det som var i fokus. Dette skiftet opplevde de skjedde instinktivt og uten at mødrene aktivt gikk inn for at denne endringen skulle skje. Å forstå hva barnet til enhver tid trenger og dekke disse behovene ble det som opptok store deler av dagen. Mødrene uttrykte også overraskelse over i hvor stor grad de var i stand til å ignorere egne behov til fordel for å dekke barnets behov.

«Ja, jeg har kanskje vært overrasket over hvor liksom, hvor sliten man kan være, men liksom allikevel, eh, klarer å sette på en måte babyen først, som nå har jeg vært syk og følt meg helt elendig, men allikevel er det på en måte ikke rom til at nå kan jeg ligge på sofaen, nå kan jeg gå og legge meg for at jeg er trett. At du liksom allikevel klarer, at kroppen mobilisere selv om du er helt sliten, så mobilisere du at det er babyen som er viktigst uansett.»

I tillegg forteller noen av mødrene at samtaler med andre voksne ofte omhandlet barnet eller foreldrerelaterte temaer. En mor beskriver det på denne måten: «Det er jo på en måte det jeg bryr meg om. Det jo om hun er mett, ja og hvordan hun har det nå. Det er jo det jeg ... det er jo alt jeg fokuserer på nesten.»

Samtlige av fedrene uttrykte også at barnets behov var det som opptok mesteparten av tiden etter fødselen, samtidig var det mange som trakk fram betydningen av å ha fokus på

parforholdet og samarbeidet. De hadde tanker om at for å kunne være gode foreldre i en hektisk hverdag så var det viktig at de jevnlig prioriterte å være kjærester og ikke bare foreldre.

«Jeg føler det er lett å glemme hverandre, og at man bare fokuserer på at han skal ha det bra og, så er det viktig å se hverandre opp i det hele også. Man skal jo samarbeide om ting.»

Kvalitetstid sammen som familie og sammen med øvrige familie og venner ble også tilegnet større betydning etter at barnet var født. Noen av mødrene fortalte at tid til å leke, spise gode, sunne måltider, gå på tur i naturen og generelt bare være til stede sammen, var noe de ville prioritere høyt framover. I tillegg trakk noen av fedrene fram ønske om å inkludere barnet i aktivitetene som de hadde hatt stor glede av å gjøre sammen som par før barnet ble født.

Noen av fedrene fortalte også at de hadde hatt et større fokus på samfunnsmessige forhold etter at barnet ble født. Tanker rundt hvordan samfunnet er i dag, hvilke rollemodeller barn og unge har og hvordan det vil komme til å påvirke barnet når det vokser opp var noe som opptok oppmerksomheten deres i større grad.

«Også har jeg også tatt meg selv i å reflektere mer over samfunnsproblemer eller liksom retninger samfunnet beveger i, eh, for meg har jeg liksom hatt den veldig unge, litt egoistiske tanken om at «jeg driter nå i alle andre, så lenge jeg kan leve det livet jeg ønsker». Nå så tenker jeg mer sånn «hva vil jeg at A skal vokse opp i og hvordan ser liksom verden ut?» Jeg bryr meg litt mer om de tingene der fordi jeg vet at det kommer til å treffe A når hun begynner i barnehagen og på skolen og skal få seg venner på videregående og få forbilder fra Hollywood med store rumpe og litt sånn, ja, alle de tingene der da som jeg før ikke har fokusert på, tenker jeg mer på nå.»

Å tilrettelegge for en god utvikling, men samtidig ikke definere hvem barnet skal være var også noe fedrene reflekterte rundt, og mente var viktig å ha fokus på etter hvert som barnet blir eldre.

5.2 Reorganisering av identitet

Reorganisering av identitet handler om foreldrenes måte å tilegne seg nye erfaringer og utvide egen identitet igjennom erfaringsutveksling, samhold og refleksjon over hvem jeg er og hvem jeg vil være som forelder. Disse funnene beskrives nærmere i undertemaene 1) Tilhørighet og støtte, 2) Erfaring og kunnskap og 3) Foreldreegenskaper.

5.2.1 Tilhørighet og støtte

På spørsmålet om hvor foreldrene søkte støtte i tiden etter barnet var født svarte alle foreldrene at den de fikk mest støtte av var partneren sin. Mødrene fortalte at det føltes godt å snakke med en som de følte seg helt trygg på. Flere av mødrene fortalte at det var igjennom samtale med partneren at de følte de fikk bearbeidet fødselsopplevelsen. De opplevde også en følelse av større emosjonell tilknytning til partneren etter fødselen. En mor beskrev dette slik:

«Jeg føler absolutt at vi har blitt mer knyttet sammen som par. Altså det er jo kanskje naturlig når man har fått et barn sammen, da er man jo knyttet sammen for alltid, men også sånn på det emosjonelle plan».

I tillegg til å søke støtte hos partneren nevnte noen av mødrene at de hadde opplevd å få et tettere bånd til sin egen mor. Dette mente de kom av at de ofte hadde henvendt seg til henne når de var usikre og hadde behov for å bli trygget i foreldrerollen.

Opplevelsen av at egne følelser og opplevelser ble møtt med forståelse og anerkjennelse den første tiden framstod som viktig både for mødrene og fedrene. Det ble imidlertid av flere påpekt at opplevelsen av støtte ikke var knyttet til hvor tett relasjon de hadde til vedkommende, men hvorvidt vedkommende var i stand til kjenne seg igjen i og forstå situasjonen de selv befant seg i. Mange mødre fortalte derfor at de hadde fått tettere kontakt med personer som tidligere kun var bekjente på grunn av at de nå hadde barn på samme alder og derfor en felles interesse og samhandle ut ifra.

«Plutselig så har vi en så stor felles interesse at vi har god kontakt nå. Og det samme med en jeg studerte sammen med. Vi har liksom ikke hatt så veldig mye kontakt etter studiene, men hun fikk også barn nå i år og vi snakker jo masse nå og har sikkert veldig mye støtte i hverandre»

En far utrykte også at for han var det viktig å gi en åpen og ærlig framstilling på hvordan han hadde det den første tiden som far.

«Også tror jeg likesom ikke at det er så veldig dyptgående eller vedvarende eller det er jo veldig mye mer positive følelser der, totalt sett, enn negative, men jeg kjenner jo absolutt på det negative og det, eh, har jeg vel liksom tatt det på meg å prøve å fortelle det når folk har spurt meg, framfor å liksom fokusere på det positive som det er mye av men ja, for min del så har det bare liksom vært en sånn faen i meg som har villet gå litt i mot den typiske glorifiseringen da.»

Videre gav han uttrykk for at han opplevde mest støtte blant de som var i stand til å møte hans oppriktighet med anerkjennelse og forståelse samtidig som de kom med tilpassede råd og tips.

5.2.2 Erfaring og kunnskap

En viktig kilde til kunnskap som ble påpekt blant foreldrene var erfaringsutveksling med andre foreldre. Både mødre og fedre delte og lyttet til positive og negative erfaringer. En far reflekterte rundt dette og mente at ved å dele erfaringer, og da kanskje spesielt negative erfaringer, ville det bidra til et mer nyansert syn på hvordan foreldrerollen kan oppleves. Dette kan normalisere opplevelsen av å ikke alltid trives i tilværelsen som forelder.

«Det er jo både positive og negative følelser knyttet til det å bli foreldre. For meg har det vært viktig å også belyse de negative. Kanskje for at jeg har villet gå litt imot den typiske glorifiseringen av hva det vil si å bli far.»

Sosiale medier ble trukket fram som et viktig verktøy for innhentning av kunnskap, men også i erfaringsutveksling. Blant mødre ble det nevnt at små filmklipp med informasjon om amming for eksempel, ble som en repetisjon av det som var blitt de fortalt av jordmor eller helsesykepleier tidligere. En mor utrykte også at hun opplevde følelsen av økt selvtillit i sin rolle som mor av å se slike filmklipp. Hun mente årsaken til det var at hun fikk en bekreftelse på at det hun gjorde var riktig, men også fordi det enorme spekteret av normale utfordringer som en kan møte som førstegangs mor ble synliggjort. Det ble også nevnt at når pålitelige kunnskapskilder benyttet sosiale medier til å publisere informasjon så økte det tilgjengeligheten til informasjonen, da sosiale medier var en plattform mødre og fedre ofte brukte.

«Jeg har fått mere selvtillit ... eller følt at jeg gjør det riktige fordi at jeg ser ... det jeg har fått høre kanskje en gang fra en helsesykepleier eller en gang av en jordmor eller en gang av mammaen min...det får jeg se igjen på slike kontoer jevnlig. Jeg vil faktisk si at det har vært en ... at det har vært viktig for meg å se.»

Sosiale medier spilte også en stor rolle i erfaringsutvekslingen mellom foreldre, som igjen førte til en opplevelse av støtte og tilhørighet. En far fortalte at han fant ro og trygghet i å vite at andre også opplevde noen av de samme utfordringene som han. En mor pekte også på at ved å dele opplevelsene sine igjennom dagen med familie og venner så opplevde hun at støtte og anerkjennelse var lett tilgjengelig. Videre mente hun at dette hadde vært svært viktig for henne spesielt på grunn av pandemien og den økte avstanden og isolasjonen den medførte.

5.2.3 Foreldreegenskaper

Felles for alle mødrene og fedrene var opplevelsen av å ha forandret seg på en eller annen måte etter at barnet var født. Noen av mødrene beskrev seg som engasjerte og interesserte mødre som brukte store deler av dagen med fokus på barnet. En mor fortalte at hun merket at hun hadde forandret seg, men syntes samtidig det var vanskelig å peke på en spesifikk endring. Hun uttrykte det slik;

«Jeg vil vel si at jeg har forandret meg, men jeg vet ikke helt hvordan liksom. Men jeg merker jo med meg selv at jeg liksom ... at jeg gir jo mer av meg selv, i hvert fall til henne, og ... og er liksom ... jeg har det generelt veldig bra med meg selv.»

Om lag alle mødrene uttrykte at overgangen til foreldrerollen kunne beskrives som en opplevelse av å være i utvikling, der følelsen av å være mamma var knyttet til nye oppgaver i livet. Etter hvert som omsorgsoppgavene ble flere, ble det lettere for mødrene å identifisere seg som mamma. De fortalte også at det tok tid å identifisere seg med begrepet «mamma», og noen mødre gav uttrykk for at de fortsatt var usikre på hvem de var som «mamma».

Fedrene reflekterte også rundt hvem de var som pappa og hvordan de hadde forandret seg etter at barnet var født. De beskrev seg som mer ansvarsfulle, omsorgsfulle og tilstedeværende. En far gav uttrykk for at han ønsket å være en trygghet for barnet når han vokste opp. Videre fortalte en annen at han hadde forandret seg i den forstand at han var blitt mindre risikovillig.

«Ehhh, ja det vel risiko for meg selv, det tenker jeg annerledes på, som på en måte ... det å ... enten det er å kjøre fort på veien eller om det er hvis jeg for eksempel skulle gjort noe med jobben som skulle ført til risiko. Ehhh, eller liksom utsatt meg selv for ett eller annet. Så tidligere har jeg vært villig til å ta mere risiko på egne vegne fordi at det er ja, et egoistisk perspektiv på det. Nå så er jo selvfølgelig A årsaken til at jeg er mindre villig til å ta risiko på egne vegne.»

Han utrykte også at han tok færre sjanser når det gjaldt egen og barnets helse. Terskelen for å ta kontakt med helsevesenet var lavere. Han var også blitt mindre villig til å ta valg som kunne medføre stor økonomisk belastning og utrygghet. Denne endringen forklarte han med ansvaret han nå hadde om å sikre barnet sitt en trygg og god oppvekst.

Foreldrene var også tydelig på at egen barndom har hatt betydning i utformingen av deres egen rolle som forelder. Flere fortalte at de etter å ha blitt foreldre selv, så tilbake på sin egen barndom med nye øyne og en utvidet forståelse. Samtlige av foreldrene jeg snakket med ønsket å videreføre de egenskapene de anså som positive hos sine egne foreldre. Dette var egenskaper som å være forutsigbar og tydelig, støttende, rettferdige, sosiale og aktive. På den annen side kunne flere av foreldrene også peke på egenskaper de ikke ønsket å videreføre. Dette var egenskaper som utålmodighet, stort fokus på det materialistiske og praktisering av tradisjonelle kjønnsroller der far jobber og mor tar seg av barn og hjem. Videre nyanserer en far dette valget med å påpeke at egenskapene ikke nødvendigvis ble oppfattet av han som negative når han var barn, men som han nå som voksen ikke ønsker å etterligne.

«Så jeg prøver jo så godt jeg kan å skille ut de gode tingene og de dårlige tingene og følge opp det jeg likte selv og droppe det jeg ikke likte, eller det jeg ikke nødvendigvis hadde et dårlig forhold til da, men i hvert fall tenker nå kanskje ikke er det beste å etterligne da.»

5.3 Tilpasse en ny rolle

Tilpasse en ny rolle handler om hvordan overgangen til foreldrerollen har påvirket mødrene og fedrene både fysisk og psykisk. Videre i avsnittet presenteres funn som sier noe hvordan mødrene og fedrenes hverdag har endret seg i praksis. Til slutt beskrives vendepunktet i tilværelsen hvor mødrene og fedrene uttrykker en opplevelse av mestring i sin nye rolle som

forelder. Disse funnene beskrives nærmere i undertemaene; 1) Kroppslige reaksjoner, 2) Hverdagsstruktur og 3) Vendepunkt.

5.3.1 Kroppslige reaksjoner

Å bli forelder for første gang var for alle mødrene og fedrene jeg snakket med en hendelse som hadde preget livet deres på både godt og vondt. Mødrene fortalte om store utfordringer med å få nok hvile og la kroppen rekonvalesere etter svangerskap og fødsel. Det opplevdes som om barnet hadde et konstant behov for nærhet, trygghet og mat. På den ene siden følte de en enorm kjærlighet til barnet, samt et behov og et ønske om å hele tiden være tilgjengelig for barnet. På den andre siden var de utslitte og slet med å få dekket egne basale behov. For de mødrene som ammet opplevdes det også som belastende å ikke ha mulighet til å dele denne oppgaven med noen. En mor beskrev denne tiden slik; «Jeg følte meg fastlåst i tilværelsen som mamma». Det faktum at mødrene ikke hadde en erfaring med lignende opplevelse tidligere, medførte at de ikke hadde et tidsperspektiv på hvor lenge denne tilværelsen ville vare, og om det ville oppleves lettere etter hvert. Dette førte igjen til at den første tiden med barnet ble beskrevet som intens og altopplukende.

Noen av fedrene gav også uttrykk for ambivalente følelser den første tiden etter fødselen. På den ene siden kjentes det veldig givende og meningsfylt å ha et nytt og større ansvar utover seg selv. Det opplevdes positivt å utvikle en ny relasjon til et lite menneske, som hadde helt andre kvaliteter enn tidligere relasjoner. På den andre siden kunne det oppleves slitsomt og frustrerende når barnet gråt og ikke lot seg trøste. Det kom også fram at å bli far innebar en følelse av å hele tiden være i utvikling og forsøke å tilpasse seg en rolle som ikke er statisk. Når en fikk følelsen av å ha fått en forståelse på et område i barnets liv så skjedde det en utvikling og hele forståelsen måtte kanskje redefineres. En far forklarte det på denne måten;

«Så det er det å balansere den fulltidsjobben der og den andre fulltidsjobben man har, også prøve å få litt granne liv ved siden av det også. Så tror jeg det vil variere litt fra periode til periode hvor godt man lykkes på de ulike frontene. Det er egentlig greit også synes jeg. Det er liksom ikke en statisk greie dette her med å ha barn merker jeg jo, du kan finne ut av en ting men plutselig så er det nye utfordringer som dukker opp mens de gamle utfordringene er mere løst men, så det gjelder å bare henge med hele tiden.»

Noen av mødrene og fedrene fortalte at de opplevde å ha mindre kontroll på eget tanke- følelsesliv den første tiden etter at barnet var født sammenliknet med tiden før. En mor fortalte at i situasjoner hvor hun før hadde erfart å ha god kontroll og evnet å tenke rasjonelt, kunne hun i liknende situasjoner oppleve å ikke stole på egne vurderinger lenger.

«Også har jeg liksom vært, hehe, sånn «å herlighet, skal det her gå bra?». Liksom at man klarer ikke det der å tenke rasjonelt. Der er mange sånne ting som har overrasket meg om hvor, eh, på en måte stort det blir eller hvor ja, voldsomt det føles. Selv om man kan jo skjønne det, men når du liksom virkelig kjenner det på kroppen så blir man litt sånn overrasket.»

En far fortalte at han hadde blitt skuffet over egne reaksjoner i situasjoner hvor han opplevde at barnet ikke lot seg trøste. Han beskrev seg som tålmodig og rasjonell før barnet ble født og hadde en forventning om at disse kvalitetene ville bli forsterket når han ble far. Det han erfarte var at han hadde reagert med å bli utålmodig og frustrert. Slik fortalte han det; «Jeg anser meg selv som å være en tålmodig person med relativt god kontroll på egne følelser og føler meg rasjonell. Jeg forventet at dette skulle bli forsterket etter fødselen, men jeg har heller gått i motsatt retning».

Foreldrenes opplevelse av å ha mindre kontroll over eget tanke- og følelsesliv var alltid knyttet til utfordringene med å lese barnets signaler og dekke dets behov. Det var derfor særlig den første tiden etter fødselen at denne opplevelsen var mest framtrødende.

5.3.2 Hverdagsstruktur

Noe mange av foreldrene i studien trakk fram var den merkbare endringen i hverdagen og rutiner etter at barnet ble født. Tid i hverdagen var noe som ble betydelig mer vektlagt og fikk en større verdi. Den tiden foreldrene hadde til rådighet ble brukt mer effektivt. Arbeidsoppgaver og aktiviteter som skulle gjennomføres ble planlagt og organisert slik at de ble gjennomført på en mest mulig tidseffektiv måte. Tid i hverdagen til å ikke ha noen avtaler eller noen ansvarsoppgaver var blitt tilnærmet borte.

«Jeg vil si at det har forandret seg mye i form av at alt av «dødtid» er borte. Det er, hva skal jeg si, ikke så mye pusterom til å på en måte gjøre ingenting, eller lure på hva du skal gjøre og egentlig bruke tid på ... så er den tiden ganske borte.»

Dersom en av foreldrene ønsket denne tiden, krevde det planlegging og samtidig var terskelen høyere enn før for å dra fra partner og barn. Videre påpekte mange av mødrene at alle aktiviteter og gjøremål som tidligere var uproblematisk å gjennomføre, plutselig var blitt noe som krevde mye planlegging og tilrettelegging. En mor eksemplifiserte det slik;

«Alle sier jo sånn; «nå blir det nye tider, nå skal dere bli foreldre og nå blir det ikke slik som før og det er ikke bare å dra å ta seg en fest», men å ta seg en fest er jo på en måte bare en dag i uken, men å bare å dra på butikken liksom, det ble jo vanskelig».

Flere av fedrene fortalte at de prioriterte fritiden sin annerledes etter å ha blitt far. En far fortalte at han tok mindre initiativ til sosiale sammenkomster, og beskrev det sosiale livet sitt som mindre spontant og mer gjennomtenkt og planlagt. Han la til at når han prioriterte hva han skulle bruke fritiden sin på, så var det alltid med tanke om hva som trengtes av han hjemme.

Etter at barnet ble født dreide store deler av hverdagen og helger seg om barnet. Barnets behov var hele tiden i fokus. Egne interesser og tid sammen med partneren ble ofte nedprioritert til fordel for å dekke egne basale behov som mat og søvn. Flere av fedrene påpekte imidlertid at de ønsket å la barnet ta del i de aktivitetene og interessene som de brukte mye tid på før barnet ble født, men at de selvfølgelig måtte tilpasses barnets behov.

«Så synes jeg også det har vært viktig å kunne gjøre ting vi har gjort før. Vi er jo glad i å dra på kafe ikke sant, at han kan være med oss dit synes jeg er veldig greit. At vi føler oss trygg på det og synes det er greit å ha han med også. Ja, og det med reising ikke sant at vi synes det er greit å reise selv om vi må planlegge det litt mer. Det at vi ikke glemmer på en måte det livet vi hadde før at han kom og at det blir et pluss, men at han kan være med på det livet vi hadde. Ja, at han kan bli en del av det.»

Tre av mødrene fortalte om et savn etter en struktur i hverdagen etter at barnet ble født. De savnet noen faste avtaler, og muligheten til å være sosial og endel av et felleskap. Før barnet ble født hadde de en fast rytme i hverdagen som vekslet mellom jobb og fritid. Etter at barnet ble født og de startet sin foreldrepermisjon opphørte denne faste strukturen. De gav uttrykk for at hverdagen kunne oppleves langdryg og at de kunne kjenne seg ensomme og alene med mesteparten av ansvaret mens partneren var på jobb.

5.3.3 Vendepunkt

Et fenomen som kom til uttrykk hos alle foreldrene da de skulle beskrive sin nye hverdag, var opplevelsen av et vendepunkt i utviklingen fra å være barnløs til å bli foreldre. Dette vendepunktet kunne ikke knyttes til et spesielt øyeblikk eller en spesifikk hendelse. Det ble beskrevet som en opplevelse av å bevege seg fra en tid preget av uforutsigbarhet, lite struktur og mye usikkerhet, til en tid preget av opplevelse av mestring, økt selvtillit og rutiner. En faktor som var med på å utløse denne opplevelsen var at det stadig ble lettere å lese og forstå barnets signaler etter hvert som de ble bedre kjent med barnet. Som et resultat av det ble det igjen lettere å dekke barnets behov som førte til at foreldrene satt igjen med en mestringsfølelse.

«Nei, altså fra tre uker til fem uker så tenkte jeg at nå, begynner jeg å få litt mere dreisen på ting. Det tok lang tid å bli kjent med henne, og finne ut hva vi kan gjøre når hun gråter helt utrøstelig på kvelden. Så etter hvert fant ut vi våre teknikker for det, og da ble alt mye lettere.»

Etter hvert som barnet ble eldre opplevde flere av mødrene at barnet ikke var like avhengige av dem. Andre nære omsorgspersoner kunne dekke noen av barnets behov som mat, nærhet og trøst. Dette medførte at mødrene fikk en følelse av frihet og mer tid til seg selv. Flere av fedrene gav videre uttrykk for at etter som barnets behov endret seg ble det også lettere å kombinere familieliv og jobb.

En annen medvirkende faktor til at opplevelsen av et vendepunkt i tilværelsen manifesterte seg var at foreldrene gjorde et tilbakeblikk og sammenliknet tiden like etter at barnet ble født med tiden når barnet var blitt eldre. Det ble da lett for foreldrene å se at de hadde utviklet seg og blitt tryggere i rollen som foreldre. Tre av fedrene gav uttrykk for at de var overrasket over hvor stor betydning deres egen tilværelse og rolle hadde hatt i nyfødttiden. De hadde forventinger om lite søvn, mye uro og følelsen av å være unyttig. De ble positivt overrasket over hvor mye glede de hadde kjent på ved å følge med på utviklingen å se at barnet lærte nye ting.

«Så jeg har på en måte kanskje vært forberedt på mer negativt enn hva det har vært. Og det vil ikke si at det ikke har vært vanskelig og krevende ... det har det jo vært og er det

jo fortsatt, men i forhold til hva jeg hadde sett for meg at det skulle bli, så har det vært veldig mye bedre og det er faktisk veldig godt å kunne si.»

6 Diskusjon

Hensikten med studien var å undersøke hvilke erfaringer norske førstegangsforeldre har i overgangen til foreldrerollen i dagens samfunn. Hovedfunnene i studien er temaene: «ny bevissthet», «reorganisering av identitet» og «tilpasse en ny rolle». Diskusjonen tar utgangspunkt i hovedtemaene, og hovedtrekkene ved hvert tema diskuteres opp mot tidligere forskning og ses i lys av overgangsteorien til Meleis et al. (2010). Foreldrenes erfaringer i denne studien er oppsummert under samme hovedtemaer. Det er allikevel nyanser av ulikheter imellom mødre og fedres erfaringer med overgangen til foreldrerollen. Disse nyansene vil belyses nærmere i kapitlene under.

6.1 Ny bevissthet

Hovedtrekkene i temaet beskriver: Mødrene og fedrenes erfaringer med motstridende følelser i øyeblikket de fant ut at de skulle bli foreldre. Hvilke forventninger foreldrene hadde til tiden etter at barnet var født og hvordan de forberedte seg i forkant. Foreldrenes opplevelse med at barnet ble hovedfokus i livet og at familierelasjoner fikk en større betydning.

Blant mødrene og fedrene som deltok i den denne studien var graviditeten planlagt og barnet ønsket. Allikevel beskrev de opplevelsen av å kjenne på motstridende følelser i vissheten om at de skulle bli foreldre. Følelsene dekket alt fra glede og spenning til redsel, ansvar og følelsen av endelighet. Disse resultatene samsvarer med funn fra Genesoni og Tallandini (2009) som beskriver fedres motstridende følelser som spenningsfølelse parallelt med å håndtere engstelse (Genesoni & Tallandini, 2009). Også mødre forteller om motstridende følelser under graviditet. En kvalitativ studie av Yilmaz et al. (2021) hadde til hensikt å undersøke gravide kvinners følelser og tanker sett fra et psykososialt perspektiv. Ett av resultatene i studien viste at kvinnene erfarer et stort spenn av følelser i graviditeten der glede, spenning og takknemlighet er knyttet til muligheten til å bære fram et barn. Samtidig fortalte kvinnene om en følelse av frykt for at noe skulle skje med barnet eller dem selv og frykt for den kommende fødselen (Yilmaz et al., 2021).

Følelsene mødrene og fedrene i vår studie beskriver og som er knyttet til overgangen til foreldrerollen reflekterer en bevissthet om at en overgang finner sted. I følge Meleis et al.

(2010) kan denne bevissthet forstås som en egenskap ved overgangsprosessen og handler om opplevelsen av, kunnskap om og anerkjennelse av å være i en overgang (Meleis et al., 2010). Foreldrenes motstridende følelser i det øyeblikket de fant ut at de skulle bli foreldre, beskriver foreldrenes opplevelse av å ha startet overgangsprosessen mot å bli forelder. Det at foreldrene registrere disse følelsene i seg selv og i partneren, kan tolkes som en anerkjennelse om at overgangsprosessen finner sted. De ulike følelsene foreldrene erfarte i det de fant ut at de skulle bli foreldre, kan videre speile den meningen Meleis et al. (2010) beskriver som meningen det enkelte mennesket knytter til en overgang. Meningen som tillegges overgangshendelsen kan enten fremme eller hemme en produktiv overgangsporsess (Meleis et al., 2010). Hos en mor og en far i vår studie hadde reisen mot å bli gravid inneholdt flere forsøk og spontanaborter. Å bli gravid og få et barn var svært etterlengtet, og gleden var stor når barnet ble født. Meningene disse foreldrene knyttet til overgangen var preget av positive følelser, som bidro til en vellykket overgangsporsess til foreldrerollen. På den måten kan følelsene foreldrene beskrev knyttet til økt ansvar tolkes i lys av de samfunnsnormene som overgangen skjer i (Meleis et al., 2010). De biologiske forskjellene knyttet til foreldrerollen sammen med et økt fokus på likestilling mellom kjønnene i samfunnet, kan føre til et at mødre og fedre opplever et drag mellom forventninger til deres roller som foreldre og de ulike biologiske betingelsene i foreldrerollen som er særegne for mannen og kvinnen.

Mødrene og fedrene i denne studien fortalte at de hadde hatt forventninger om at livet kom til å forandres etter at barnet var født. Foreldrene pekte på områder som husarbeid, ansvar, tid og oppmerksomhet, samt praktisering av egne interesser. Fedrene fortalte videre at de hadde lave forventninger til den første tiden etter fødsel, men at det kom til å bli gøyere etter hvert som barnet ble eldre, og de kom til å delta mer aktivt i omsorgen for barnet. Disse resultatene samsvarer med funnene i studien til Delmore-Ko et al. (2000) hvor par ble intervjuet for å undersøke forholdet mellom forventningene til det å bli foreldre før fødsel og erfaringene etter fødsel. Imidlertid pekte studien på to områder hvor forventningene hos mødre og fedre skilte seg fra hverandre. Der kvinnene hadde tanker og forventninger knyttet til mer umiddelbare fysiske og emosjonelle endringer etter fødselen, fokuserte mennene oftere på forventninger knyttet til deres utøvelse av farsrollen i fjern framtid (Delmore-Ko et al., 2000).

Foreldrenes tanker om hvordan livet vil endre seg etter at de var blitt foreldre kan forstås ut ifra egenskapen ved overganger som beskriver bevisstheten om at overgangsprosessen er i gang (Meleis et al., 2010). Overgangen til foreldrerollen blir synlig i det foreldrene anerkjenner at livet vil forandres etter at barnet er født.

Forventningene mødre og fedre i vår studie hadde til at et barn ville føre til en forandring i livet kan forstås ut fra egenskapen ved overganger som beskriver «*endring*». «*Endring*» defineres som en essensiell egenskap ved overganger. Endring kommer til uttrykk på to ulike måter i en overgang. Overgangen utløses av en endring, samtidig som overgangen fører til en endring (Meleis et al., 2010). Å få et barn er endringen som utløser overgangen til foreldrerollen. Oppnåelse av mestring i foreldrerollen kan bidra til en større forståelse og dermed en endring i livet.

Fedrene hadde lave forventninger til den første tiden etter fødselen. En far fortalte at han forventet å føle seg unyttig som far den første tiden. Disse forventningene kan forstås som *personlige holdninger* knyttet til overgangen. Personlige holdninger kan enten støtte opp under overgangsprosessen eller hemme den (Meleis et al., 2010). Flere av fedrene fortalte videre at de hadde blitt positivt overrasket over hvor god erfaring de hadde med den første tiden etter at barnet ble født ble. Denne opplevelsen av å bli overrasket kan tolkes som egenskapen ved overganger som blir synlig ved at mennesker blir klar over forskjellene mellom forventninger til overgangen og de levde erfaringene i overgangen (Meleis et al., 2010).

Flere av mødre og fedre i vår studie fortalte at de forberedte seg til foreldrerollen i kommunikasjon og relasjon med partner, og med andre bekjente som var foreldre. Noen av foreldrene leste litteratur på nett og i bøker, andre forberedte seg ved å dele forventninger og erfaringer med andre. Andre foreldre igjen tok et bevisst valg om å møte foreldrerollen på egne premisser og uten å bli farget av andres erfaringer i for stor grad. Disse resultatene samsvarer med funn i studien til Entsieh og Hallström (2016). Her gjennomgår forfatterne tolv kvalitative studier for å bidra til eksisterende forskning på førstegangsforeldres behov i forberedelsen til foreldrerollen. Et av behovene som ble funnet i artikkelen til Svensson et al. (2006), var muligheten til å møte andre førstegangsforeldre både før og etter fødsel for å lære av hverandres erfaringer. Videre finner studien at følelsen og vissheten om at andre

førstegangsførelde erfarer og gjennomgår en liknende situasjon i seg selv utgjør en kilde til støtte og bekreftelse (Entsieh & Hallström, 2016; Svensson et al., 2006).

Forberedelsene foreldrene i vår studie gjorde i forkant av å bli forelder, kan forstås ut ifra egenskapen ved overganger som Meleis et al. (2010) kaller «engagement». «Engagement» på norsk som engasjement, beskriver hvordan mennesket aktivt engasjerer seg i overgangen ved å forberede seg på endringer. Forberedelser i overganger utgjør en tilretteleggende faktor, og er viktig i tilpasningen til en ny tilværelse (Meleis et al., 2010). Foreldrene i studien engasjerer seg og tilpasser seg i overgangen ved å søke ny informasjon, dele erfaringer med nære relasjoner og etterspørre erfaringer fra andre i samme situasjon. Graden av forberedelse til foreldrerollen reflekterer graden av engasjement de viser i overgangsprosessen.

Erfaringene foreldrene beskriver hvor de forberedte seg til foreldrerollen gjennom å dele erfaringer med andre foreldre kan tolkes som et av responsmønstrene i en overgang, som beskriver hvordan mennesker søker forståelse av en ny rolle i samspill med andre (Meleis et al., 2010). Erfaringene foreldrene hadde med å forberede seg til en ny rolle i samspill med andre kan også tolkes som et responsmønster som beskriver behovet for å føle tilhørighet med de som står en nærmest i en overgang. Å føle at man er i en del av et samhold kan styrke overgangsprosessen (Meleis et al., 2010). Ved at foreldrene deler erfaringer og tanker i relasjon til andre foreldre kan det føre til en større forståelse for hva foreldrerollen innebærer og en følelse av tilhørighet og samhold. Å forberede seg til en ny rolle i relasjon med andre kan videre forstås i lys av responsmønsteret i overganger som beskriver hvordan mennesket finner sin plass i livet ved å sammenlikne egne erfaringer, tanker og følelser med andres (Meleis et al., 2010). Det blir klart for foreldrene hvilke verdier og egenskaper de anser som viktig i foreldrerollen ved at foreldrene sammenlikner egne verdier og egenskaper med andres. Erfaringene hvor foreldrene forberedte seg til foreldrerollen ved å søke informasjon og tilpasse seg sin nye tilværelse kan forklares ut ifra personlige forhold hos den som gjennomgår overgangen. Å aktivt forberede seg og søke ny kunnskap om hva som kan forventes og hvordan overgangen kan håndteres er en tilretteleggende faktor for en vellykket overgangsporsess (Meleis et al., 2010)

I tråd med studien til Zaides et al. (2021) viste resultater fra vår studie at deltakerne erfarte et skifte av fokus etter at barnet kom til verden. Før barnet var født fortalte mødre og fedre at fokuset ofte var preget av egne følelser, tanker og behov. Etter fødsel var barnets behov i fokus og opptok tilnærmet all tid og interesse i hverdagen. Mødrene ble overrasket over i hvor stor grad de var i stand til å ignorere egne behov til fordel for å dekke barnets behov (Zaides et al., 2021). Resultatene fra Korukcu (2019) sin studie beskriver en økning i sensitivitet og bevissthet hos mødre i overgangen til morsrollen. Mødrene fortalte at de var mer sensitive på personer som var i nærheten. Hendelser som gjaldt andre personer og som tidligere ikke ble viet mye oppmerksomhet, påvirket dem i stor grad etter å ha blitt mor (Korukcu, 2019). Fedrene i vår studie erfarte å ofte måtte sette barnets behov framfor sine egne, og uttrykte at omsorgen for barnet opptok en stor del av tiden. Dette samsvarer med resultatene i studien til Fägerskiöld (2008).

Det øyeblikket hvor foreldrene ble klar over at de hadde endret fokus i livet kan forstås som egenskapen ved overganger hvor kritiske øyeblikk fører til en økt oppmerksomhet på endringer og forskjeller i overgangen (Meleis et al., 2010). Opplevelsen foreldrene beskriver av et skifte av fokus kan dermed tolkes som en bevissthet og kunnskap om at de er i en overgang (Meleis et al., 2010). Foreldrenes erfaringer med at egne behov og interesser kommer i andre rekke, og at barnets behov prioriteres først, kan forstås som en ny bevissthet i overgangsprosessen (Meleis et al., 2010). Videre kan opplevelsene foreldrene beskriver som en ny oppgave i livet, forstås ut ifra det Meleis et al. (2010) beskriver som meningen mennesker tilegner hendelser i livet som fører til en overgang (Meleis et al., 2010). Å få barn fører til en ny livsoppgave for foreldrene. Betydningen av å være den som kan dekke barnets grunnleggende behov og tilby trygghet og omsorg knytter en større mening til foreldrerollen.

Følelsen av å skifte fokus i livet kan videre forstås med at overganger er et komplekst fenomen, hvor mennesker kan gjennomgå flere ulike typer overganger parallelt (Meleis et al., 2010). Overgangen til foreldrerollen er en utviklingsmessig overgang der mødre og fedre må redefinere sine roller i utviklingen fra å ha ansvar for å dekke egne behov, til å ha ansvar for å dekke barnets og egne behov. Samtidig er det en situasjonsbestemt overgang utløst av fødselen hvor mødre og fedre må redefinere sine roller i relasjon til hverandre og nettverket rundt. Når fokuset skiftes fra en selv og over til barnet krever det ofte at

foreldrene i relasjon til hverandre må fordele ansvarsoppgaver for å få muligheten til å dekke egne behov. Når mødrene forteller at de ble overrasket over i hvor stor grad de var i stand til å settes barnets behov foran sine egne kan det forstås som en økt bevissthet rundt forskjeller i forventninger og erfaringer i praksis (Meleis et al., 2010). Mødrene forventet at barnet ville føre til en endring i prioriteringer, men de ble overrasket over i hvor stor grad disse endringene påvirket muligheten til å dekke sine egen behov.

6.2 Reorganisering av identitet

Hovedtrekkene i temaet beskriver: Foreldrenes opplevelse av å ha forandret seg etter at barnet ble født. Foreldrenes opplevelse av støtte fra partner og andre foreldre i tiden etter fødselen. Foreldrenes opplevelse av hva som er viktig i relasjon til andre for opplevelsen av støtte og anerkjennelse.

I samsvar med resultatene til Korukcu (2019) beskriver mødrene og fedrene i vår studie en opplevelse av å ha forandret seg etter at de fikk barn. Mødrene gav uttrykk for at det tok litt tid før de klarte å identifisere seg som en mor. Etter hvert som barnet ble eldre og omsorgsoppgavene flere, kjente de seg mer igjen i «morsidentiteten». Noe av det som bidro til utvikling av mors- og farsidentiteten blant foreldrene var tilbakeblikk på egen barndom og relasjonen til egne foreldre. Endringene i kvinnens liv, sammen med barnets temperamentstil og kvinnens sosiale støttenettverk kan ifølge Korukcu (2019) være av stor betydning for utviklingen av kvinnens morsidentitet (Korukcu, 2019). Kvinners forestilling av hva morsrollen innebærer har en sammenheng med hvilke oppfatninger av morsrollen som blir framstilt i samfunnet. Dette medfører ofte en diskrepans mellom kvinnenes krav til seg selv som mor og hvordan morsrollen erfares i praksis. Fraværet av alternative framstillinger av morsrollen i samfunnet kan videre bidra til at kvinnene føler seg mislykket i rollen som mor dersom de ikke møter kravene til seg selv (Choi et al., 2005). I motsetning til vår studie, viser resultatene fra studien til Genesoni og Tallandini (2009) at fedre utvikler tilknytning til barnet på ulikt tidspunkt enn mødre. Vanskeligheter i svangerskapet med å forestille seg hvordan far-barn forholdet vil bli og mangelen på identifiserbare bevis på at barnet eksisterer, er faktorer som gjør det utfordrende for fedre å knytte bånd til barnet mens det er i mors liv. I takt med at graviditeten blir synlig på partnerens kropp øker fedres tilknytning til barnet. Der mødrene dekker mesteparten av barnets omsorgsbehov etter fødselen, er

parforholdet svært viktig for fedrenes mulighet til å utvikle farsrollen sin. Mødrene har her en viktig tilretteleggende funksjon slik at fedre kan være nær barnet og på den måte utvikle sin egen farsidentitet (Genesoni & Tallandini, 2009). Fedre reflekterer over egen oppvekst i utviklingen av farsidentiteten, og at denne refleksjonen i stor grad påvirker fedrene i valg av foreldrestil (Chin et al., 2011).

I følge Meleis et al. (2010) kan det foreldrene i vår studie beskriver som en opplevelse av «å ha forandret seg» forstås i lys av egenskapen «*forskjell*» i overganger, eller av følelsen av å være annerledes, å bli oppfattet som annerledes og å se verden og andre på en annen måte enn tidligere (Meleis et al., 2010). Mødrenes erfaringer med at morsidentitet var noe som kom gradvis og vokste i takt med at barnet ble eldre og omsorgsoppgavene flere, kan tolkes som beskrivelsen av hvordan mennesket utvikler seg og er i bevegelse over tid i en overgang (Meleis et al., 2010). Foreldrenes følelse av å og gradvis tilegne seg en ny identitet, kan videre forklares ut ifra utfallsindikatoren i overganger som beskriver hvordan mennesket redefinerer egen identitet (Meleis et al., 2010). Å bli foreldre fører til en opplevelse av endring, og nye perspektiver på livet. En ny identitet som mor eller far vil derfor føre til et bifokalt perspektiv på livet der foreldrene prøver å kombinere sin tidligere identitet med sin nye identitet etter at barnet er født.

Erfaringene foreldrene beskriver hvor de ser tilbake på egen barndom som en strategi i utviklingen av foreldreidentiteten, kan tolkes i lys av det responsmønsteret i overgangen som beskriver hvordan menneskene forstår sin posisjon ved å sammenlikne seg med andre (Meleis et al., 2010). Ved at foreldrene sammenlikner seg i sin rolle, med hvordan deres egne foreldre var i rollen som mor eller far, tilrettelegger det for foreldrenes utvikling av egen foreldreidentitet.

I tråd med resultatene i Korukcu (2019) og Pålsson et al. (2017) sine studier fortalte foreldrene i vår studie at de delte og lyttet til både positive og negative erfaringer med andre foreldre. Foreldrene søkte støtte hos sin partner og erfarte at de knyttet et tettere emosjonelt bånd etter fødselen. Foreldregrupper bidro til refleksjon hos fedrene, både i gruppen, men også hjemme sammen med partner. Studien fant imidlertid også at dersom diskusjonene i gruppen skulle oppleves informative var det av betydning at gruppen ikke hadde for mange deltakere. I tillegg ble det sett på som en fordel at gruppen bestod av både

førstegangs- og flergangsfedre, slik at de kunne dra nytten av ulike perspektiver (Korukcu, 2019; Pålsson et al., 2017). En far i vår studie hadde tro på at å dele negative erfaringer, kunne føre til at oppfatningen av foreldrerollen ble mer nyansert og realistisk. Denne tanken får støtte fra konklusjonen i studien til Churchill og Davis (2010) som utfordrer den tradisjonelle tanken om at en vellykket tilpasning til en ny rolle kjennetegnes ved et optimistisk syn på seg selv og verden. Studien finner at i de tilfellene der mødre opplevde mange uforutsette vanskeligheter i møte med morsrollen, var det mødre som hadde tenkt igjennom flere negative muligheter i overgangsprosessen som viste færrest tegn på depressive symptomer. På bakgrunn av dette mener forfatterne av studien at en realistisk orientering i tilpasningen til morsrollen i større grad forbereder blivende mødre på overgangsprosessen (Churchill & Davis, 2010).

Foreldrene i vår studie fortalte at de søkte støtte hos partner og andre foreldre. Denne interaksjonen beskriver hvordan mennesker oppnår en forståelse for de reaksjoner som kommer til uttrykk i en overgang og gjennom samspill med andre. Når disse reaksjonene blir anerkjent i samspill med andre, kan det føre til en opplevelse av at overgangen får en større og dypere mening (Meleis et al., 2010). Fortellingene foreldrene hadde hvor de delte erfaringer med andre mødre og fedre kan tolkes som et engasjement i overgangen (Meleis et al., 2010). Foreldrene deltok aktivt i samtale med andre, delte erfaringer, lyttet til andres erfaringer og på den måten fikk de ny innsikt og kunnskap om sine nye roller som forelder.

Opplevelsen foreldrene beskriver med å knytte et tettere emosjonelt bånd med partneren sin etter at barnet var født kan forklares som et responsmønster i overganger, hvor mennesket har behov for å føle en tilknytning til sin partner i overgangsprosessen. Å føle tilknytning i overgangsprosessen kan tilrettelegge for en vellykket overgang (Meleis et al., 2010). Videre kan opplevelsen av å få et tettere emosjonelt bånd til partneren i overgangen til foreldrerollen forstås som en større mening i overgangsprosessen (Meleis et al., 2010). At foreldrene erfarte at det å få barn sammen førte til positive endringer i parforholdet, førte igjen til at overgangen til foreldrerollen fikk en betydning utover den meningen barnet tilførte livet deres.

Mødrene og fedrene i vår studie fortalte at kvaliteten på relasjonen til andre ikke var av like stor betydning for om de følte seg forstått eller ikke. Det som framstod som viktig var at

personen foreldrene søkte forståelse hos kunne kjenne seg igjen i å relatere til situasjonen de befant seg i. Dette resultatet samsvarer med funn i studien til Seppälä et al. (2022) om at mødre som deler erfaringer med andre i samme situasjon opplever en følelse av felles identitet, og utvikler nære relasjoner basert på gjensidig anerkjennelse og støtte (Seppälä et al., 2022). I lys av teorien til Meleis et al. (2010) kan følelsen av et felles grunnlag som foreldrene i vår studie erfarte i samspill med andre foreldre, tolkes som behov mennesker har for å føle og å være i tilknytning til andre i en overgangsprosess. Å opprettholde etablerte relasjoner og etablere nye relasjoner utgjør en viktig del i overgangsprosessen (Meleis et al., 2010).

Foreldrenes opplevelse av at støtte og anerkjennelse henger sammen med om personen de søkte støtte hos evnet å sette seg inn i deres situasjon, kan tolkes i lys av samfunnsmessige forhold i en overgang som enten kan fremme eller hemme en god overgangsprosess. Samfunnsmessige forhold i en overgang beskriver de ressursene som er rundt mennesket som gjennomgår overgangen (Meleis et al., 2010). Ved at foreldrene blir møtt med empati hos familie, venner og helsepersonell kan dette føre til at foreldrene føler seg forstått og anerkjent. Dette kan igjen bidra til at overgangen til foreldrerollen blir vellykket.

Sosiale medier ble i denne studien identifisert som et viktig verktøy i innhenting av kunnskap og erfaringsutveksling. Informasjon som var blitt presentert muntlig til foreldrene av helsepersonell og som foreldrene fant igjen på sosiale medier ble sett på som en positiv og nyttig repetisjon. Videre uttrykte en mor at denne repetisjonen i tillegg virket som en påminner på at mange av utfordringene som hun opplevde kunne betraktes som en del av en normal utvikling. Sosiale medier gjorde støtte og informasjon lett tilgjengelig, og ble påpekt som en viktig faktor til at det ble oppfattet som en viktig ressurs. Resultatene samsvarer med resultatene i Lupton (2016) sin studie (Lupton, 2016). En svensk studie av Bäckström et al. (2017) finner imidlertid at mødrene fikk mesteparten av informasjonen fra familie, venner og kollegaer, men de søkte også informasjon på internett og i annen litteratur. Studien finner i tillegg at internett gjorde det lettere for mødrene å finne svar på sensitive spørsmål da den sikret mødrene anonymitet (Bäckström et al., 2017). Studien til Pålsson et al. (2017) finner erfaringer som viser at også fedre bruker internett som kilde til informasjon, men reflekterte i tillegg rundt viktigheten av å kunne kritisk vurdere informasjonen som internett tilbyr, for å kunne sile ut pålitelig informasjon (Pålsson et al.,

2017). Sett i lys av at mødrene og fedrene i vår studie gikk igjennom overgangen til foreldrerollen i løpet av koronapandemien ble støtten de erfarte via sosiale medier ekstra viktig. Ut ifra dette kan en argumentere for at den økende digitaliseringen i ulik grad påvirker erfaringene førstegangsforeldre har i overgangen til foreldrerollen i dag. Økt tilgjengelighet på romantiserte framstillinger av foreldrerollen i sosiale medier, kan medføre en større avstand til foreldrerollen slik den erfares i praksis. Det som umiddelbart kan sies er at den moderne teknologien er kommet for å bli. Ifølge tall fra Statistisk sentralbyrå var andelen mennesker i alderen 9-79 år som hadde brukt internett i 2021 på 97%. Femten år tidligere, i 2006, var andelen 71% (Statistisk sentralbyrå, u.å). Det må derfor åpnes opp for at helsepersonell som har ansvar for oppfølgingen av blivende og nybakte foreldre har fokus på både positive og negative konsekvenser knyttet til sosiale medier i samtale med blivende foreldre. Det er viktig at helsepersonell har kjennskap til pålitelige kilder på nett og samtidig innehar kunnskap om hvordan hjelpe foreldre til å kritisk vurdere informasjonen som er tilgjengelig på internett.

Erfaringene foreldrene hadde med et savn knyttet til sosial støtte, hvor sosiale medier ble en kompensasjon for dette, kan forklares av at overgangen til foreldrerollen under koronapandemien representerer en organisatorisk overgangstype. Organisatoriske overganger er knyttet til overganger i miljøene rundt mennesker, som igjen påvirker menneskene som lever i eller rundt de aktuelle miljøene (Meleis et al., 2010).

Koronapandemien førte til store endringer i samfunnet og hverdagen ble preget av restriksjoner på mange områder. Dette påvirket igjen hvordan foreldrene erfarte sin overgang til foreldrerollen. Behovet for sosial kontakt og støtte ble tydeligere. For å dekke dette behovet ble sosiale medier brukt som et verktøy.

6.3 Tilpasse ny rolle

Hovedtrekkene i temaet beskriver: Foreldrenes opplevelse av å miste noe av kontrollen på tanker og følelser. Endringer i opplevelsen av fritid og tid sammen med partneren.

Foreldrenes opplevelse av et vendepunkt i sin egen tilværelse.

I samsvar med resultatene i Pålsson et al. (2017) sin studie, beskrev flere av mødrene og fedrene i vår studie om opplevelsen av å ikke ha samme kontroll på egne tanker og følelser etter å ha fått barn. En far utdypet at han til tider erfarte å bli skuffet over egne reaksjoner, i

de tilfellene han ikke klarte å leve opp til egne forventninger om hvordan han burde reagere. Andres forventninger til hvordan være en god forelder kan ifølge Pålsson et al. (2017) føre til at forventningspresset blant fedrene om å være en god forelder øker (Pålsson et al., 2017). Resultatene i Solberg et al. (2022) sin studie viser at barnets gråt ofte trigget en følelse av frustrasjon hos fedrene i studien, spesielt dersom far ikke selv klarte å trøste og roe barnet. Fedrene beskriver situasjoner som disse spesielt stressende da de følte en mangel på kontroll og inkompetanse som forelder (Solberg et al., 2022). Opplevelsen foreldrene i vår studie erfarte der de mistet endel av kontrollen på egne følelser og tanker kan forstås som en bevissthet knyttet til hvordan det erfarer å være i en overgang. Erfaringen en far i studien hadde med skuffelse over egne reaksjoner, kan ses i lys av Meleis et al (2010) sin teori som en bevissthet på forskjellen i en overgang (Meleis et al., 2010). Erfaringen førte til at faren ble bevisst forskjellen mellom egne forventninger om hvordan han ville komme til å reagere som far, og hvordan han erfarer å reagere i praksis.

Fortolkninger av resultatene i studien i lys av Meleis et al. (2010) sin teori, viser at ubehaget mødrene og fedrene erfarte med å miste kontroll over tanker og følelser, kan forstås ut ifra både personlige forhold og samfunnsmessige normer knyttet til overganger. De personlige forholdene som kan påvirke overganger er «kulturell tro og holdninger», og beskriver menneskets egen tro og holdninger knyttet til overgangen. Dersom denne troen eller holdningene til egne reaksjoner og følelser er preget av stigmatisering kan dette påvirke overgangsprosessen negativt. De samfunnsmessige normene som kan påvirke overgangen er samfunnets holdninger knyttet til overgangen. Dersom overgangshendelsen eller reaksjoner til overgangshendelsen blir sett på som tabubelagt av samfunnet rundt, kan dette forstyrre overgangsprosessen (Meleis et al., 2010). Foreldrenes erfaring med å ikke ha samme kontroll på områder i livet som før de ble foreldre, kan videre forstås i lys av egenskapen ved overganger som beskriver endringer i en overgang. Foreldrene erfarer en endring i hvordan de håndterer følelser og tanker etter at barnet ble født.

I tråd med Korukcu (2019) sin studie erfarte respondentene i vår studie at det ble mindre fritid og terskelen for å prioritere egne interesser ble høyere etter at barnet ble født. Foreldrene deltok på mindre sosiale sammenkomster og det sosiale livet bar preg av å ha blitt mindre spontant og mer planlagt. Foreldrene fortalte at de ofte nedprioriterte tid sammen med partneren til fordel for å dekke egne grunnleggende behov. Korukcu (2019)

beskrev tilbøyeligheten til å endre prioriteringer i livet som en viktig indikator på at mødre tilpasset seg morsrollen på en vellykket måte og barnet ble hovedprioritet. All tid og energi ble brukt til å sikre barnets trivsel og utvikling (Korukcu, 2019). Førstegangsfedrene i studien til Solberg et al. (2022) beskrev imidlertid hvordan de endret synspunkt på hva de anså som viktig og hva de ønsket å prioritere. Selv om fedrene fortalte at å bli far medførte positive endringer i livet, beskrev flere en følelse av sorg knyttet til å miste en del av identiteten sin. De utdypet dette med at å bli far følte riktig, men allikevel sørget de over det som var tapt (Solberg et al., 2022). Resultatet i vår studie som beskriver foreldrenes forventninger om at å få barn ville påvirke parforholdet og fritiden, står i kontrast til resultatene i studien til Chin et al. (2011). Her beskriver fedrene at de ble overrasket over endringene i parforholdet og uttrykte et behov for at dette ble tatt opp av helsepersonell som en del av forberedelsen til tiden etter at barnet er født (Chin et al., 2011). I motsetning til vår studie fortalte fedrene i studien til Pålsson et al. (2017) at de burde vært mer forberedt på hvor mye oppmerksomhet barnet ville kreve den første tiden (Pålsson et al., 2017). I tråd med resultatene fra vår studie, opplevde noen fedre en følelse av å bli holdt utenfor og ignorert på grunn av mødrenes oppmerksomhet på barnet (Gemayel et al., 2021). Fedrene i studien til Gemayel et al. (2021) fortalte imidlertid at de tilbragte mindre tid sammen med partneren, fordi mødrenes oppmerksomhet var rettet mot barnet.

I vår studie kan foreldrenes fortellinger om mindre fritid, og å ofte måtte nedprioritere tid sammen med partneren for å dekke egne behov, forstås som en økt bevissthet på hva som er egne behov i en overgang (Meleis et al., 2010). Videre kan foreldrenes fortellinger hvor de beskriver hvordan de i større grad la merke til at fritiden og forholdet til partneren hadde endret seg tolkes om et «kritiske punkt» i overganger. Denne egenskapen i overganger beskriver den utløsende hendelsen som starter en overgangsprosess, men den beskriver også hvordan overgangsprosessen består av flere kritiske punkt hvor menneskene blir mer bevisst på endringene i livet, eller begynner å mer aktivt engasjere seg i overgangsprosessen (Meleis et al., 2010).

Erfaringene foreldrene beskriver hvor det kommer fram at det sosiale livet endret seg etter at barnet ble født kan tolkes i lys av egenskapen med overganger som beskriver hvordan mennesker legger merke til endringer i livet, sammenliknet med før overgangen (Meleis et al., 2010). Videre kan foreldrenes erfaringer med at det sosiale livet endret seg til å bestå av

færre sosiale sammenkomster og bære preg av å være mindre spontant, tolkes i lys av samfunnsmessige forhold i overganger som enten tilrettelegger for eller hemmer en god overgangsprosess (Meleis et al., 2010). Dersom samfunnet og det offentlige rom er tilpasset småbarnsfamilier vil det bli lettere for foreldrene å vedlikeholde det sosiale livet etter at barnet er født. Motsetningsvis kan utilstrekkelig tilrettelegging for barnefamilier føre til begrensninger i det sosiale liv. Foreldrenes erfaringer med å måtte endre sitt sosiale liv kan igjen forklares ut fra egenskapen ved overganger som beskriver hvordan mennesker engasjerer seg i overgangsprosessen (Meleis et al., 2010). At foreldrene tilpasset sitt tidligere sosiale liv etter at barnet ble født, reflekterer et engasjement i tilpasningen til en ny rolle.

Opplevelsen av at terskelen for å prioritere egne behov ble større etter at barnet ble født, kan forstås ut fra sosiale normer i overganger som enten kan hemme eller fremme en sunn overgangsprosess. Dersom normene i samfunnet oppfattes som stigmatiserende kan de påvirke overgangen i negativ retning (Meleis et al., 2010). Dersom foreldrene erfarer at å prioritere egne behov, i samfunnet blir sett i sammenheng med egenskapen til en dårlig forelder, kan det føre til at foreldrene opplever negative følelser knyttet til å ivareta sine egne behov i foreldrerollen.

Foreldrene i vår studie fortalte om en følelse av å ha forandret seg, å være i konstant utvikling og samtidig forsøke å tilpasse seg en rolle som ikke er statisk, i tråd med resultatene i Solberg et al. (2018) sin studie. Fedrene beskriver hvordan den første tiden etter barnet var født var preget av usikkerhet. Tilretteleggende og hemmende faktorer for utviklingen av farsrollen ble identifisert. Utviklingen av farsrollen var ikke statisk, men i konstant bevegelse mellom de ulike tilretteleggende og hemmende faktorene. Disse faktorene relaterte til fedrenes opplevelse av å forstå og håndtere sin egen og barnets situasjon (Solberg & Glavin, 2018). Studien til Fägerskiöld (2008) finner imidlertid at fedrene beskrev opplevelsen av å bli far som overveldende og mye større enn det de hadde forestilt seg. I nyfødtperioden gav fedrene uttrykk for at det var vanskelig å ta hånd om og trøste barnet. Dette kunne forklares med at det var utfordrende å forstå signalene til barnet. Det ble erfart som lettere etter hvert som barnet ble eldre og fedrene hadde etablert et tettere forhold til barnet (Fägerskiöld, 2008). I studien til Genesoni og Tallandini (2009) viser resultatene at fedre i utviklingen av en ny rolle ofte føler seg dratt mellom livet de levde før og en ny fase i livet som far. I starten kan dette medføre at fedrene møter på utfordringer i

møte med ønske om å være en tilstedeværende og aktiv far. Dette utløser videre et behov for å skape en egen modell av farsrollen basert på egne ønsker og evner, og som er helt ulik modellen som representerer morsrollen. Studien finner også at fedres måte å håndtere den første tiden som far på er å ta kontroll over situasjonen ved å tilegne seg ferdigheter og kunnskap om hvordan ta seg av barnet, som for eksempel å lese og forstå barnets signaler (Genesoni & Tallandini, 2009). I studien til Pålsson et al. (2017) beskriver fedrene en opplevelse av at situasjonen med barnet kunne endres raskt. Det utløste en følelse av frustrasjon når situasjonen plutselig endret seg akkurat i det de følte at de hadde fått litt kontroll (Pålsson et al., 2017). For å få en forståelse av begrepet «overganger» hevder Kralik et al. (2006) at det er av betydning at konseptet studeres over tid (Kralik et al., 2006). Da foreldrene i vår studie ikke er fulgt over tid, men bygger på foreldrenes tilbakeblikk på egne erfaringer i overgangen til foreldrerollen, kan det tenkes at funnene i studien ikke fullt ut dekker forståelsen av konseptet «overganger» slik det beskrives av Kralik et al. (2006). Foreldrenes beskrivelse av å ha forandret seg og følelsen av å være i konstant utvikling kan imidlertid tolkes som egenskapen i en overgang som beskriver utvikling og en opplevelse av å være i bevegelse over tid. Denne bevegelsen er preget av en generell struktur. Overgangsprosessen starter med en utløsende hendelse, etterfulgt av en periode preget av ustabilitet, hvor prosessen avsluttes med en følelse av reorganisering og tilpasning til en ny hverdag (Meleis et al., 2010). Med bakgrunn i dette kan foreldrenes beskrivelse av å være i konstant utvikling forstås som en overgang.

Foreldrenes fortellinger om at den første tiden etter at barnet ble født var preget av usikkerhet, kan forstås som en bevissthet rundt hvordan overganger erfares (Meleis et al., 2010). Foreldrenes beskrivelser av erfaring med å tilpasse seg en rolle som ikke er statisk, kan forstås som en oppmerksomhet på endringer, og som synliggjøres i kritiske øyeblikk og hendelser (Meleis et al., 2010). En far fortalte at straks han følte han hadde kontroll og klarte å forstå hva barnet uttrykte, så førte den normale utviklingen til barnet at det dukket opp andre behov hos barnet som han måtte forstå på nytt.

Det foreldrene beskriver som en følelse av å ha forandret og utviklet seg, kan forklares ut fra responsmønsteret som beskriver et kjennetegn ved overganger om å utvikle mening og oppfatning av en selv (Meleis et al., 2010). Ved at foreldrene anerkjenner at de er i utvikling og har forandret seg vil det føre til at de endrer måten de ser på seg selv.

I tråd med resultatene til Korukcu (2019), forteller foreldrene i vår studie om en opplevelse av et vendepunkt i tilværelsen. Dette vendepunktet kunne ikke knyttes til et spesielt øyeblikk eller en spesifikk hendelse. Det ble beskrevet av foreldrene som en opplevelse av å bevege seg fra en tid full av usikkerhet og kaos til en tid preget av mestring, selvtillit og rutiner. Resultatet i studien til Wilkins (2006) beskriver imidlertid mødrenes erfaringer med opplevelsen av et vendepunkt under temaet «å gjenfinne balanse». Nøkkelen til å gjenfinne balansen var organisering. Blant kvinnene som hadde vært avhengig av struktur i hverdagen for å oppnå egen trivsel, var tap av rutiner og stabilitet noe som bekymret dem mest i tiden etter fødsel. Etter hvert som mødrene utviklet selvtillit i rollen som mor begynte mødrene å bevege seg framover fra en tilværelse preget av usikkerhet til en tilværelse hvor de følte seg bedre i stand til å forutse barnets behov, dette medførte videre en større mulighet til å planlegge og organisere hverdagen (Wilkins, 2006). Baldwin et al. (2018) beskriver fedrenes opplevelse av økt selvtillit i farsrollen etter hvert som de ble bedre kjent med barnet. Dess mer tid de brukte sammen med barnet, dess mer tro fikk de på seg selv som far. Dette ble beskrevet av fedre som ekstremt givende. Fedre som gjenkjente og aksepterte endringer i livstil tilpasset seg farsrollen lettere (Baldwin et al., 2018).

Opplevelsene foreldrene i vår studie har av et vendepunkt i tilværelsen kan forstås i lys av egenskapen i overganger som beskriver hvordan kritiske hendelser i utviklingen av en ny rolle fører til en økt oppmerksomhet på det som er annerledes (Meleis et al., 2010).

Vendepunktet hos foreldrene kunne ikke knyttes til et spesielt øyeblikk eller en hendelse, men var heller en følelse av å bevege seg fra en tilværelse til en annen. Denne bevegelsen som foreldrene beskriver, kan forstås i lys av definisjonen på hva en overgang er. Et kjennetegn på en overgang er nettopp opplevelsen av å være i bevegelse over tid (Meleis et al., 2010).

Erfaringene foreldrene beskriver som et vendepunkt, kjennetegnet av økt selvtillit i foreldrerollen, kan forstås som et reaksjonsmønster i overganger som «å utvikle selvtillit og mestring». Dette reaksjonsmønsteret reflekterer hvordan mennesker håndterer utfordringer i overgangsprosessen og som bidrar til økt selvtillit og en følelse av mestring. Å utvikle tro på seg selv er en pågående utvikling igjennom hele overgangsprosessen (Meleis et al., 2010). Opplevelsen av mestringsfølelsen foreldrene hadde i en ny rolle kan videre tolkes som en utfallsindikator i overganger. Mestring i overganger beskriver hvordan mennesker opplever

mestring ved å kombinere allerede etablerte evner med nye evner som er utviklet i overgangsprosessen (Meleis et al., 2010). Ved at foreldrene kombinerte sine omsorgsevner knyttet til å ta vare på andre mennesker med nye evner utviklet i overgangsprosessen, som å forstå hva barnets signaler, førte dette til en opplevelse av mestring.

I likhet med studien til Wilkins (2006), beskrev foreldrene i vår studie, faktorer som medvirket til opplevelsen av et vendepunkt: Det ble enklere å forstå barnets signaler. Foreldrene reflekterte bakover i tid og sammenliknet tilværelsen slik den var da med slik den er nå. Mødrene opplevde seg bedre i stand til å reflektere over erfaringer fra tiden der alt var mer uoversiktlig (Wilkins, 2006). Opplevelsen til foreldrene i vår studie av et vendepunkt knyttet til at det var lettere å forstå barnet, kan forklares ut fra responsmønsteret i overganger der mennesker tar i bruk iboende og ytre ressurser for å tilegne seg ny kunnskap som gjøre det lettere å håndtere overgangen. Dette bidrar igjen til en følelse av selvtillit og mestring (Meleis et al., 2010).

Erfaringene foreldrene beskriver og som handler om å sammenlikne tilværelsen før og etter kan forstås som responsmønsteret i overgangen som «*plassering og å være lokalisert*». Responsmønsteret beskriver hvordan sammenlikning er en måte å oppnå ny mening og nytt perspektiv i overgangsprosessen, der det skapes en forståelse av det nye livet ved at mennesket sammenlikner det med det gamle (Meleis et al., 2010). Foreldrenes erfaring med å utvikle en forståelse av sin nye rolle, kan videre tolkes ut fra utfallsindikatoren i en overgangsprosess som beskriver hvordan et endret perspektiv på livet i en overgang ofte er preget av ulike perspektiv (Meleis et al., 2010). Når overgangen til foreldrerollen har nådd sin destinasjon har foreldrene to ulike perspektiver på livet. Ett perspektiv basert på livet før barn og ett perspektiv basert på livet etter barn. Ved at foreldrene kombinerer de to ulike perspektivene vil en ny identitet formes.

7 Oppsummering

Overgangen til foreldrerollen påvirket mødre og fedre i studien på flere områder i livet. Graviditeten var preget av motstridende følelser knyttet til vissheten om å skulle bli forelder. Etter fødselen var barnet hovedfokuset i livet og familierelasjoner fikk større betydning. Foreldrene erfarte at å identifisere seg som mor eller far tok tid. Å reflektere tilbake på egen barndom var en strategi foreldrene brukte for å beskrive hvilke egenskaper de ønsket for sin rolle som forelder. Disse funnene som beskriver en ny bevissthet, kan forklares som en overgang ved at foreldrene får økt oppmerksomhet på endringene i livet etter at barnet er født.

Foreldrene søkte støtte og anerkjennelse for de følelsene og opplevelsene de hadde hos sin egen partner og hos andre foreldre. Foreldrene erfarte å miste endel av kontrollen på eget følelses- og tankeliv etter at barnet var født. De reagerte sterkere i situasjoner som før ikke hadde påvirket dem i like stor grad. Dersom reaksjonene var knyttet til negative følelser førte det ofte til en følelse av skam og skuffelse. Disse funnene som beskriver en reorganisering av identitet, kan forstås som en overgang hvor foreldrene søker ny kunnskap for å oppnå en forståelse for sin nye rolle som forelder.

Foreldrene erfarte en opplevelse av å være i konstant utvikling og et vendepunkt. Vendepunktet var ikke knyttet til et spesielt øyeblikk, men ble beskrevet som en bevegelse fra en tilværelse preget av usikkerhet til en opplevelse av å mestre sin nye tilværelse som forelder. Det at foreldrene reflekterte tilbake til tiden like etter fødsel var en medvirkende faktor for opplevelsen av et vendepunkt. Disse funnene beskriver foreldrenes tilpasning til en ny rolle, og erfaringene foreldrene hadde med opplevelsen av mestring i en overgang.

Resultatene viste også at sosiale medier har en viktig betydning i overgangen til foreldrerollen. Sosiale medier ble pekt på som en viktig kilde for informasjon, sosial støtte og anerkjennelse. Tilgjengeligheten sosiale medier representerer var en viktig faktor til at det ble sett på som et nyttig verktøy. Foreldrene i denne studien erfarte overgangen til foreldrerollen under koronapandemien. Samfunnet var preget av restriksjoner og få sosiale møtepunkter for å hindre smitte. Dette førte til at sosiale medier fikk enda større betydning for foreldrene i overgangen til foreldrerollen.

Mødrene og fedrene erfarte overgangen til foreldrerollen som en utviklingsmessig reise, hvor graviditeten representerer startpunktet og opplevelsen av mestring representerer destinasjonsmålet. Foreldrene erfarte denne reisen ganske likt, med nyanser av ulikheter. Hvis vi videreutvikler «togreise»-metaforen for å forklare hvordan menn og kvinner erfarer overgangen til foreldrerollen, ser vi at menn og kvinner starter reisen på ulikt tidspunkt, reiser på ulike spor og når destinasjonen på samme måte, men til ulike tider. Menn og kvinner erfarer også at det sosiale nettverket, som representerer underlaget toget kjører på, og samfunnet som representerer landskapet toget kjører igjennom, har betydning for hvordan reisen blir og for når de når sin destinasjon.

For å kunne tilby mødre og fedre individuelt tilpasset støtte, er det viktig at helsepersonell som har oppfølging av førstegangsforeldre er klar over at samfunnsmessige endringer og teknologisk utvikling kan prege forelderens erfaringer i overgangen til foreldrerollen.

For å få større innsikt i hvordan den samfunnsmessige- og teknologiske utviklingen påvirker overgangen til foreldrerollen, kan framtidig forskning studere på hvordan sosiale medier brukes i formidling av informasjon og hvordan digitale plattformer kan bidra til at helsetjenester blir mer tilgjengelig for foreldre.

Referanseliste

- Baldwin, S., Malone, M., Sandall, J. & Bick, D. (2018). Mental health and wellbeing during the transition to fatherhood: a systematic review of first time fathers' experiences. *JB database of systematic reviews and implementation reports*, 16(11), 2118.
- Belsky, J. & Rovine, M. (1990). Patterns of marital change across the transition to parenthood: Pregnancy to three years postpartum. *Journal of Marriage and the Family*, 5-19.
- Belsky, J., Spanier, G. B. & Rovine, M. (1983). Stability and change in marriage across the transition to parenthood. *Journal of Marriage and the Family*, 567-577.
- Brandth, B. & Kvande, E. (2003). *Fleksible fedre : maskulinitet, arbeid, velferdsstat*. Universitetsforl.
- Bridges, W. (2004). *Transitions: Making Sense of Life's Changes*. Da Capo Press Cambridge, MA, USA.
- Bäckström, C., Larsson, T., Wahlgren, E., Golsäter, M., Mårtensson, L. B. & Thorstensson, S. (2017). 'It makes you feel like you are not alone': Expectant first-time mothers' experiences of social support within the social network, when preparing for childbirth and parenting. *Sexual & Reproductive Healthcare*, 12, 51-57.
- Chin, R., Hall, P. & Daiches, A. (2011). Fathers' experiences of their transition to fatherhood: a metasynthesis. *Journal of reproductive and infant psychology*, 29(1), 4-18.
- 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.
- Churchill, A. C. & Davis, C. G. (2010). Realistic orientation and the transition to motherhood. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 29(1), 39.
- Cowan, C. P., Cowan, P. A., Heming, G., Garrett, E., Coysh, W. S., Curtis-Boles, H. & BOLES III, A. J. (1985). Transitions to parenthood: His, hers, and theirs. *Journal of Family Issues*, 6(4), 451-481.
- Crespi, I. & Ruspini, E. (2015). Transition to fatherhood: new perspectives in the global context of changing men's identities. *International review of sociology*, 25(3), 353-358.
- Cronin-Fisher, V. & Parcell, E. S. (2019). Making Sense of Dissatisfaction during the Transition to Motherhood through Relational Dialectics Theory. *Journal of family communication*, 19(2), 157-170.
<https://doi.org/10.1080/15267431.2019.1590364>
- Darvill, R., Skirton, H. & Farrand, P. (2010). Psychological factors that impact on women's experiences of first-time motherhood: a qualitative study of the transition. *Midwifery*, 26(3), 357-366.
- Delmore-Ko, P., Pancer, S. M., Hunsberger, B. & Pratt, M. (2000). Becoming a parent: The relation between prenatal expectations and postnatal experience. *Journal of family psychology*, 14(4), 625.
- Doss, B. D., Rhoades, G. K., Stanley, S. M. & Markman, H. J. (2009). The effect of the transition to parenthood on relationship quality: an 8-year prospective study. *Journal of personality and social psychology*, 96(3), 601.
- Entsieh, A. A. & Hallström, I. K. (2016). First-time parents' prenatal needs for early parenthood preparation-A systematic review and meta-synthesis of qualitative literature. *Midwifery*, 39, 1-11.
- Folkehelseinstituttet. (2003, 3. desember 2020). *Om Den norske mor, far og barnundersøkelsen: formål og historie*. Hentet 10. oktober 2022 fra <https://www.fhi.no/studier/moba/hva-er-moba/>
- 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.
- Fägerskiöld, A. (2008). A change in life as experienced by first - time fathers. *Scandinavian journal of caring sciences*, 22(1), 64-71.
- Gemayel, D. J., Wiener, K. K., Nic Giolla Easpaig, B. & Saliba, A. J. (2021). A Qualitative Exploration of Fathers' Antenatal and Postnatal Challenges. *Journal of Family Issues*, 0192513X211030060.
- Genesoni, L. & Tallandini, M. A. (2009). Men's psychological transition to fatherhood: an analysis of the literature, 1989–2008. *Birth*, 36(4), 305-318.
- Haga, S. M., Lynne, A., Slinning, K. & Kraft, P. (2012). A qualitative study of depressive symptoms and well-being among first - time mothers. *Scandinavian journal of caring sciences*, 26(3), 458-466.
- Helse- og omsorgsdepartementet. (2018). *Opptappingsplan for barn og unges psykiske helse* (Prop. 121 S (2018–2019)). <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/prop.-121-s-20182019/id2652917/>
- Helsedirektoratet. (2017). *Nasjonal faglig retningslinje for helsestasjons- og skolehelsetjenesten*. <https://www.helsedirektoratet.no/retningslinjer/helsestasjons-og-skolehelsetjenesten>

- Hwang, W. Y., Choi, S. Y. & An, H. J. (2022). Concept analysis of transition to motherhood: a methodological study. *KJWHN : Korean journal of women health nursing*, 28(1), 8-17.
- Höfner, C., Schadler, C. & Richter, R. (2011). When men become fathers: Men's identity at the transition to parenthood. *Journal of Comparative Family Studies*, 42(5), 669-686.
- Johannessen, A. (2016). *Introduksjon til samfunnsvitenskapelig metode* (5. utg.). Abstrakt.
- Johannessen, A., Christoffersen, L. & Tufte, P. A. (2021). *Introduksjon til samfunnsvitenskapelig metode* (6. utg.). Abstrakt forlag.
- Killén, K. (2003). Barns tilknytning. *Psyke & Logos*, 24(2), 15.
- Korukcu, O. (2019). Psycho-adaptive changes and psychological growth after childbirth in primiparous women. *Perspectives in Psychiatric Care*, 56(1), 213-221.
- Kralik, D. (2002). The quest for ordinariness: transition experienced by midlife women living with chronic illness. *Journal of advanced nursing*, 39(2), 146-154.
- Kralik, D., Visentin, K. & Van Loon, A. (2006). Transition: a literature review. *Journal of advanced nursing*, 55(3), 320-329.
- Kvale, S., Brinkmann, S., Anderssen, T. M. & Rygge, J. (2015). *Det kvalitative forskningsintervju* (3. utg. utg.). Gyldendal akademisk.
- Lawrence, E., Rothman, A. D., Cobb, R. J., Rothman, M. T. & Bradbury, T. N. (2008). Marital satisfaction across the transition to parenthood. *Journal of family psychology*, 22(1), 41.
- LeMasters, E. E. (1957). Parenthood as crisis. *Marriage and family living*, 19(4), 352-355.
- Lorensen, M., Wilson, M. & White, M. (2004). Norwegian families: transition to parenthood. *Health care for women international*, 25(4), 334-348.
- 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), 1-10.
- McHale, S. M. & Huston, T. L. (1985). The effect of the transition to parenthood on the marriage relationship: A longitudinal study. *Journal of Family Issues*, 6(4), 409-433.
- Meleis, A. I. (2010). *Transitions theory: middle-range and situation-specific theories in nursing research and practice*. Springer.
- Meleis, A. I., Sawyer, L. M., Im, E., Hilfinger Messias, D. K. & Schumacher, K. (2010). Experiencing transitions: An emerging middle range theory. I A. I. Meleis (Red.), *Transitions Theory Middle-Range and Situations-Specific Theories in Nursing Research and Practice* (s. 52-65). Springer.
- Meleis, A. I. & Trangenstein, P. A. (2010). Facilitating transitions: Redefinition of a nursing mission. I A. I. Meleis (Red.), *Transitions Theory Middle-Range and Situations-Specific Theories in Nursing Research and Practice* (s. 65-72). Springer.
- Moller, K., Hwang, P. C. & Wickberg, B. (2008). Couple relationship and transition to parenthood: Does workload at home matter? *Journal of reproductive and infant psychology*, 26(1), 57-68.
- Mortensen, Ø., Torsheim, T., Melkevik, O. & Thuen, F. (2012). Adding a baby to the equation. Married and cohabiting women's relationship satisfaction in the transition to parenthood. *Family process*, 51(1), 122-139.
- National Research Ethics Committees. (2021, 26. mai 2021). *Guidelines for Research Ethics in the Social Sciences and the Humanities*. Hentet Januar 2023 fra <https://www.forskningsetikk.no/en/about-us/our-committees-and-commission/nesh/guidelines-nesh/guidelines-for-research-ethics-in-the-social-sciences-humanities-law-and-theology/>
- O'Reilly Treter, M., Rhoades, G. K., Scott, S. B., Markman, H. J. & Stanley, S. M. (2021). Having a baby: Impact on married and cohabiting parents' relationships. *Family process*, 60(2), 477-492.
- Paterson, B. L. (2001). The shifting perspectives model of chronic illness. *Journal of nursing scholarship*, 33(1), 21-26.
- Personverntjenester for forskning. (u. å). *Samtykke som lovlig grunnlag*. Hentet oktober 2020 fra <https://sikt.no/samtykke-og-andre-behandlingsgrunnlag>
- Powell, D. N. & Karraker, K. (2019). Expectations, experiences, and desires: Mothers' perceptions of the division of caregiving and their postnatal adaptation. *Journal of family psychology*, 33(4), 401.
- Pålsson, P., Persson, E. K., Ekelin, M., Hallström, I. K. & Kvist, L. J. (2017). First-time fathers experiences of their prenatal preparation in relation to challenges met in the early parenthood period: Implications for early parenthood preparation. *Midwifery*, 50, 86-92.
- Schumacher, K. L. & Meleis, A. I. (2010). Transitions: A central concept in nursing. I A. I. Meleis (Red.), *Transitions Theory Middle-Range and Situations-Specific Theories in Nursing Research and Practice* (s. 38-51). Springer.

- Seppälä, T., Riikonen, R., Paajanen, P., Stevenson, C. & Finell, E. (2022). Development of first - time mothers' sense of shared identity and integration with other mothers in their neighbourhood. *Journal of community & applied social psychology*, 32(4), 692-705. <https://doi.org/10.1002/casp.2592>
- Sheedy, A. & Gambrel, L. E. (2019). Coparenting negotiation during the transition to parenthood: A qualitative study of couples' experiences as new parents. *The American Journal of Family Therapy*, 47(2), 67-86.
- Shorey, S. & Chan, V. (2020). Paternal mental health during the perinatal period: A qualitative systematic review. *Journal of advanced nursing*, 76(6), 1307-1319.
- Smith, J. A. (1999). Identity development during the transition to motherhood: An interpretative phenomenological analysis. *Journal of reproductive and infant psychology*, 17(3), 281-299. <https://doi.org/10.1080/02646839908404595>
- Solberg, B. & Glavin, K. (2018). From Man to Father: Norwegian First-Time Fathers' Experience of the Transition to Fatherhood. *Health Science Journal*, 12(3), 1-7.
- Solberg, B., Glavin, K., Berg, R. C. & Olsvold, N. (2022). "Opening up a well of emotions": A qualitative study of men's emotional experiences in the transition to fatherhood. *Nursing Open*.
- Statistisk sentralbyrå. (u.å). *Fakta om internett og mobiltelefon* Hentet Hentet 19. januar 2022 fra
- Stocker, C. M., Richmond, M. K., Low, S. M., Alexander, E. K. & Elias, N. M. (2003). Marital conflict and children's adjustment: Parental hostility and children's interpretations as mediators. *Social Development*, 12(2), 149-161.
- Svensson, J., Barclay, L. & Cooke, M. (2006). The concerns and interests of expectant and new parents: assessing learning needs. *The Journal of perinatal education*, 15(4), 18.
- Thagaard, T. (2018). *Systematikk og innlevelse : en innføring i kvalitative metoder* (5. utg.). Fagbokforlaget.
- Tjora, A. H. (2017). *Kvalitative forskningsmetoder i praksis* (3. utg.). Gyldendal akademisk.
- Van Gennep, A. (1960). *The Rites of Passage* (M. B. Vizedom & G. L. Caffee, Red.). University of Chicago Press. <https://books.google.no/books?id=LuEOWytNUhQC>
- VID vitenskapelig høgskole. (2018). *Rutine for behandling av personopplysninger i forskning og studentoppgaver ved VID vitenskapelige høgskole*. Hentet 28.09.20 fra <https://www.vid.no/site/assets/files/16240/rutine-for-behandling-av-personopplysninger-i-forskning-og-studentoppgaver-ved-vid-vitenskapelige-hogskole-vid-1.pdf?nc=1568810185>
- VID vitenskapelig høgskole. (u.å). *Retningslinjer for bruk av Zoom i forskningsintervjuer for studenter*. Hentet 10.10.2021 fra <https://www.vid.no/site/assets/files/21760/retningslinjer-for-bruk-av-zoom-i-forskningsintervjuer-for-studenter-vid-1.pdf?3pl32p>
- Wheaton, B. (1990). Life transitions, role histories, and mental health. *American sociological review*, 209-223.
- Wilkins, C. (2006). A qualitative study exploring the support needs of first-time mothers on their journey towards intuitive parenting. *Midwifery*, 22(2), 169-180.
- Yilmaz, M., Değirmenci, F. & Yilmaz, D. V. (2021). A psychosocial examination of feelings and thoughts about pregnancy: A qualitative study. *Midwifery*, 103, 103106.
- Zaides, J. A., Shuper Engelhard, E. & Federman, D. (2021). Embodiment during the postpartum period: How bodily experience shapes parent's understanding. *Body, Movement and Dance in Psychotherapy*, 16(2), 150-165.
- Aadland, E. (2011). *Og eg ser på deg- : vitenskapsteori i helse- og sosialfag* (3 utg.). Universitetsforl.

Vedlegg

Vedlegg 1

Intervjuguide til masteroppgaven «Forelder for første gang»

Hei, jeg heter May Lene og er masterstudent ved VID vitenskapelige høgskole i Oslo. I min master oppgave ønsker jeg å lære mer om hvilke tanker og erfaringer førstegangsforeldre gjør seg i overgangen fra livet uten barn til livet med barn.

Jeg er derfor veldig takknemlig for at du valgte å stille til intervju og dele din historie om hvordan du opplevde å bli mamma/pappa.

Når oppgaven min er ferdigstilt vil du og alt du forteller være helt anonymisert og det skal ikke være mulig å kjenne deg igjen i teksten. Når vi nå starter intervjuet velger du selv om det er spørsmål du ikke ønsker å svare på. Du kan velge å avslutte intervjuet eller trekke deg fra deltakelse også etter at intervjuet er gjennomført, uten å måtte oppgi begrunnelse.

- Oppsummering om hva vi skal gå igjennom
- Ute etter din fortelling

Bakgrunnsinformasjon:

1. Hvor gammel er du?
2. Hvilken sivilstatus har du?
3. Hvilken utdanning har du?
4. Hva jobber du som?
5. Hvor gammelt er barnet ditt?

FØRSTE FASE: STEGET BORT FRA DET «NORMALE» LIV

Livet før barn

1. Hvordan vil du beskrive deg selv før du fikk barn?
2. Hva var du opptatt av, hvilke interesser hadde du?
3. Hvordan kunne en typisk dag se ut for deg før du fikk barn?

Forventninger

Jeg ønsker at du tenker tilbake til det øyeblikket du fant ut at du skulle bli mor/far.

1. Kan du fortelle meg om det øyeblikket?
2. Hvilke tanker hadde du om det å være mamma/pappa? Gruet eller gledet?
 - a. Hva kjennetegner en «mamma/pappa» for deg?
3. Hadde du noen forventninger om hvordan det ville bli?
4. Hvordan føler du at virkeligheten har stemt overens med disse forventningene?
5. Har du forberedt deg til foreldrerollen på noen måter?

ANDRE FASE: EN UOVERSIKTLIG TILVÆRELSE

1. Hvis du tenker tilbake fra nå og til fødselen, kan du fortelle meg hvordan denne tiden har vært for deg?

TREDJE FASE: GJENOPPTAGELSE AV ET NYTT LIV OG EN NY ROLLE

En ny hverdag

- a. Hvordan ser en typisk dag ut for deg?
- b. Hva har vært viktig for deg å prioritere i hverdagen etter at du fikk barn?
- c. Hvordan finner du tid til deg selv og eventuell partner?
- d. Er det noe du savner i hverdagen din?

Ny rolle

1. Hvordan vil du beskrive deg selv som mamma/pappa?
 - a. Vil du si at du har forandret deg etter at du har blitt mamma/pappa?
 - i. På hvilken måte?
2. På hvilken måte tror du din egen barndom har vært med på å forme deg i rollen som mamma/pappa?
 - a. Hvis du tenker på dine egne foreldre, hvilke egenskaper vil du føre videre og hvilke vil du unngå?
3. Hva er det viktigste for deg i rollen som mamma/pappa?

TILLEGG

Støtte

1. Hvem har vært din/dine rollemodeller i denne tiden?
2. Hvem eller hvor har du søkt støtte/råd hos?
 - a. På hvilken måte har støttet deg?

Til slutt

1. Er det noe du vil legge til som ikke har kommet fram her?
- Tusen takk for deltakelsen

- Adresse – ønsker å sende en liten oppmerksomhet som takk for at du deltok som informant i mitt prosjekt.
- Vet du av noen andre som passer kriteriene og som kanskje kunne tenkt seg å delta?
 - Tlfnr og mailadresse

Vedlegg 2

Deltagere søkes til forskningsstudie om førstegangsførelde



HAR DU BLITT MAMMA ELLER PAPPA FOR FØRSTE GANG?

- ❖ Har du gjennomgått/vært til stede gjennom et ukomplisert svangerskap og fødsel?
- ❖ Er du over 18 år?
- ❖ Er barnet ditt mellom 6 uker og 10 måneder gammelt?
- ❖ Bor du UTENFOR Alta kommune?
- ❖ Kunne du tenkt deg å fortelle om din opplevelse av å bli forelder?

Dersom du kan svare ja på spørsmålene overfor? Da vil jeg gjerne komme i kontakt med deg!

Studien er vurdert av Regionale komiteer for helsefaglig forskningsetikk og godkjent av Norsk senter for dataforskning

FORSKNINGSSTUDIE OM:

Mødre og fedres forventninger og erfaringer med å bli foreldre for første gang

Intervjuene gjennomføres via det digitale verktøyet Zoom og tar omlag 20–40 minutt

Ønsker du å stille til intervju, eller vil du vite mer om studien?

Ta kontakt!

MASTERGRADSTUDENT
v/ VID vitenskapelig
høgskole avdeling Oslo

May-Lene Isaksen

TLF
41163221

MAIL
mayleneisaksen@hotmail.com



VID
vitenskapelige
høgskole
Oslo

Vedlegg 3

NSD NORSK SENTER FOR FORSKNINGSDATA

NSD sin vurdering

Prosjekttittel

"Forelder for første gang"

Referansenummer

193613

Registrert

08.01.2021 av May-Lene Isaksen - mayleneisaksen@hotmail.com

Behandlingsansvarlig institusjon

VID vitenskapelige høyskole / Fakultet for helsefag / Fakultet for helsefag Oslo

Prosjektansvarlig (vitenskapelig ansatt/veileder eller stipendiat)

Trude Haugland, trude.haugland@vid.no, tlf: 22850572

Type prosjekt

Studentprosjekt, masterstudium

Kontaktinformasjon, student

May-Lene Isaksen, mayleneisaksen@hotmail.com, tlf: 41163221

Prosjektperiode

01.01.2021 - 01.06.2022

Status

12.02.2021 - Vurdert

Vurdering (1)

12.02.2021 - Vurdert

Det er vår vurdering at behandlingen vil være i samsvar med personvernlovgivningen, så fremt den gjennomføres i tråd med det som er dokumentert i meldeskjema med vedlegg 12.02.2021, samt i meldingsdialogen mellom innmelder og NSD. Behandlingen kan starte.

MELD VESENTLIGE ENDRINGER

Dersom det skjer vesentlige endringer i behandlingen av personopplysninger, kan det være nødvendig å melde dette til NSD ved å oppdatere meldeskjemaet. Før du melder inn en endring, oppfordrer vi deg til å lese om hvilke type endringer det er nødvendig å melde:

<https://www.nsd.no/personverntjenester/fyll-ut-meldeskjema-for-personopplysninger/melde-endringer-i-meldeskjema>

Du må vente på svar fra NSD før endringen gjennomføres.

TYPE OPPLYSNINGER OG VARIGHET

Prosjektet vil behandle alminnelige personopplysninger og særlige kategorier av personopplysninger om helseforhold frem til 01.06.2022.

LOVLIG GRUNNLAG

Prosjektet vil innhente samtykke fra de registrerte til behandlingen av personopplysninger om seg og eventuelt sitt barn. Vår vurdering er at prosjektet legger opp til et samtykke i samsvar med kravene i art. 4 nr. 11 og 7, ved at det er en frivillig, spesifikk, informert og utvetydig bekreftelse, som kan dokumenteres, og som den registrerte kan trekke tilbake.

For alminnelige personopplysninger vil lovlig grunnlag for behandlingen være den registrertes samtykke, jf. personvernforordningen art. 6 nr. 1 a.

For særlige kategorier av personopplysninger vil lovlig grunnlag for behandlingen være den registrertes uttrykkelige samtykke, jf. personvernforordningen art. 9 nr. 2 bokstav a, jf. personopplysningsloven § 10, jf. § 9 (2).

PERSONVERNPRINSIPPER

NSD vurderer at den planlagte behandlingen av personopplysninger vil følge prinsippene i personvernforordningen:

- om lovlighet, rettferdighet og åpenhet (art. 5.1 a), ved at de registrerte får tilfredsstillende informasjon om og samtykker til behandlingen
- formålsbegrensning (art. 5.1 b), ved at personopplysninger samles inn for spesifikke, uttrykkelig angitte og berettigede formål, og ikke viderebehandles til nye uforenlige formål
- dataminimering (art. 5.1 c), ved at det kun behandles opplysninger som er adekvate, relevante og nødvendige for formålet med prosjektet
- lagringsbegrensning (art. 5.1 e), ved at personopplysningene ikke lagres lengre enn nødvendig for å oppfylle formålet.

DE REGISTRERTES RETTIGHETER

NSD vurderer at informasjonen om behandlingen som de registrerte vil motta oppfyller lovens krav til form og innhold, jf. art. 12.1 og art. 13.

Så lenge de registrerte kan identifiseres i datamaterialet vil de ha følgende rettigheter: innsyn (art. 15), retting (art. 16), sletting (art. 17), begrensning (art. 18) og dataportabilitet (art. 20).

Vi minner om at hvis en registrert tar kontakt om sine rettigheter, har behandlingsansvarlig institusjon plikt til å svare innen en måned.

FØLG DIN INSTITUSJONS RETNINGSLINJER

NSD legger til grunn at behandlingen oppfyller kravene i personvernforordningen om riktighet (art. 5.1 d), integritet og konfidensialitet (art. 5.1. f) og sikkerhet (art. 32).

Zoom er databehandler i prosjektet. NSD legger til grunn at behandlingen oppfyller kravene til bruk av databehandler, jf. art 28 og 29.

For å forsikre dere om at kravene oppfylles, må prosjektansvarlig følge interne retningslinjer/rådføre dere med behandlingsansvarlig institusjon.

OPPFØLGING AV PROSJEKTET

NSD vil følge opp ved planlagt avslutning for å avklare om behandlingen av personopplysningene er avsluttet.

Lykke til med prosjektet!

Kontaktperson hos NSD: Kajsa Amundsen
Tlf. Personverntjenester: 55 58 21 17 (tast 1)

Vedlegg 4

Region:	Saksbehandler:	Telefon:	Vår dato:	Vår referanse:
REK vest	Fredrik Kolstad Rongved	55978498	27.08.2021	321496

May-Lene Isaksen

Fremleggingsvurdering: Masterstudie: "Forelder for første gang"

Søknadsnummer: 321496

Forskningsansvarlig institusjon: VID vitenskapelige høyskole

REK vurderer prosjektet som ikke fremleggingspliktig

Søkers beskrivelse

Norge er kommet langt i arbeidet mot likestilling mellom kvinner og menn, samtidig har vår nasjon som velferdsstat sørget for omfattende permisjonsordninger og programmer som skal gi støtte til barnefamilier blant annet for å sikre barnet en god oppvekst. Jeg anser det derfor som spennende og nødvendig å undersøke i dybden hvilke forventninger og erfaringer mødre og fedre har i utviklingen av en ny rolle.

Problemsstillingen for prosjektet er formulert slik:

"Hvilke forventninger og erfaringer har nybakte mødre og fedre til foreldrerollen?"

For å besvare problemsstillingen skal jeg gjennomføre kvalitative intervju av mødre og fedre hver for seg.

Prosjektet vil kunne føre til en videre forståelse for hvilke behov førstegangsførelde har i forkant av fødsel og i tiden etter. Dette vil igjen kunne være med på å tilpasse den hjelp og støtte førstegangsførelde får fra helsepersonell.

Vi viser til forespørsel om fremleggingsplikt.

REKs vurdering

Om prosjektet:

Problemsstillingen for prosjektet er formulert slik: "Hvilke forventninger og erfaringer har nybakte mødre og fedre til foreldrerollen?" For å besvare problemsstillingen skal det bli gjennomført kvalitative intervju av mødre og fedre hver for seg. Prosjektet vil kunne føre til en videre forståelse for hvilke behov førstegangsførelde har i forkant av fødsel og i tiden etter. Dette vil igjen kunne være med på å tilpasse den hjelp og støtte førstegangsførelde får fra helsepersonell.

Søknadsplikten:

Bare medisinsk og helsefaglig forskning på mennesker, humant biologisk materiale, eller helseopplysninger skal søke REK om forhåndsgodkjenning, jf. helseforskningsloven § 2.

"Medisinsk og helsefaglig forskning" er definert i loven som en "virksomhet som utføres med vitenskapelig metodikk for å skaffe til veie ny kunnskap om helse og sykdom", jf. § 4 bokstav a.

Vurdering:

I dette prosjektet vurderer jeg at prosjektets formål ikke er å skaffe til veie ny kunnskap om helse og sykdom. Prosjektet vil være samtykkebasert og det er foreldrerollen som er fokuset i prosjektet. Hvis fokuset skulle endre seg, og du ønsker å undersøke foreldrenes helse på noen måte, da kan prosjektet bli søknadspliktig for REK. Slik som prosjektet er presentert nå er det imidlertid utenfor vårt virkeområde.

Intervjuguiden forandrer ikke på den vurderingen så lenge det er foreldrerollen og ikke foreldrenes helse som blir undersøkt.

Konklusjon

Jeg vurderer at dette prosjektet ikke er søknadspliktig for REK.

Jeg gjør oppmerksom på at konklusjonen er å anse som veiledning, jf. forvaltningsloven § 11. Komiteen er ikke bundet av de råd som er gitt i dette brevet. Du har fortsatt anledning til å søke om forhåndsgodkjenning og da vil du motta et vedtak i saken.

Med vennlig hilsen

Fredrik Rongved

rådgiver

Kopi til:

VID vitenskapelige høyskole

Vedlegg 5

Vil du delta i forskningsprosjektet

«Forelder for første gang»

Dette er et spørsmål til deg om å delta i et forskningsprosjekt hvor formålet er å få en forståelse for hvordan det oppleves for førstegangsførelse og bli mor eller far for første gang. I dette skrivet gir vi deg informasjon om målene for prosjektet og hva deltakelse vil innebære for deg.

Formål

Norge er kommet langt i arbeidet mot likestilling mellom kvinner og menn. Norge som velferdsstat har sørget for omfattende permisjonsordninger og programmer som skal gi støtte til barnefamilier blant annet for å sikre barnet en god oppvekst. Formålet med dette prosjektet vil være å undersøke nærmere hvilke forventninger og erfaringer mødre og fedre har i utviklingen av en ny rolle i dagens samfunn?

Dette prosjektet gjennomføres som en avsluttende studentoppgave i studie «Master i sykepleie med et kommunehelsetjenesteperspektiv» på VID vitenskapelig høgskole, avdeling Oslo.

Hvem er ansvarlig for forskningsprosjektet?

VID vitenskapelig høgskole, avdeling Oslo er ansvarlig for prosjektet.

Hvorfor får du spørsmål om å delta?

Du får spørsmål om å delta i prosjektet da du oppfylder følgende utvalgsriterier for prosjektet:

- Du er over 18 år.
- Du er førstegangs- far eller mor.
- Du har et barn som er mellom 6 uker og 1 år gammelt.
- Barnet ditt har ingen kjente sykdommer og utvikler seg som normalt.

Hva innebærer det for deg å delta?

Hvis du velger å delta i prosjektet, innebærer det at du stiller til et personlig intervju. Selve intervjuet vil bli gjennomført digitalt. Du vil i forkant av intervjuet motta en mail med link til et digitalt møterom i programmet zoom. Intervjuet kan ta mellom 20 – 60 minutter. Samtalen tas opp på lydband med en diktafon og jeg vil gjøre meg noen notater underveis i intervjuet. Ingen lyd eller bilde opptak vil bli lagret i programmet zoom.

Det er frivillig å delta

Det er frivillig å delta i prosjektet. Hvis du velger å delta, kan du når som helst trekke samtykket tilbake uten å oppgi noen grunn. Alle dine personopplysninger vil da bli slettet. Det vil ikke ha noen negative konsekvenser for deg hvis du ikke vil delta eller senere velger å trekke deg.

Ditt personvern – hvordan vi oppbevarer og bruker dine opplysninger

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

- Det er kun jeg som student som vil ha tilgang til personopplysninger og datamaterialet fra intervjuet.
- I etterkant transkriberer jeg intervjuet og anonymiserer all personidentifiserbar informasjon og situasjonsbeskrivelser som kan gjenkjennes av andre.
- Lydfilen som inneholder intervjuet, vil overføres til en kryptert minnepinne og oppbevares i et låsbar skap som kun jeg har tilgang til.

Hva skjer med opplysningene dine når vi avslutter forskningsprosjektet?

Opplysningene anonymiseres når prosjektet avsluttes/oppgaven er godkjent, noe som etter planen er i juni 2022. Ved prosjektets avslutning vil personopplysninger, lydfilen og notater fra intervjuet destrueres.

Dine rettigheter

Så lenge du kan identifiseres i datamaterialet, har du rett til:

- innsyn i hvilke personopplysninger som er registrert om deg, og å få utlevert en kopi av opplysningene,
- å få rettet personopplysninger om deg,
- å få slettet personopplysninger om deg, og
- å sende klage til Datatilsynet om behandlingen av dine personopplysninger.

Hva gir oss rett til å behandle personopplysninger om deg?

Vi behandler opplysninger om deg basert på ditt samtykke.

På oppdrag fra VID Vitenskapelig høgskole har NSD – Norsk senter for forskningsdata AS vurdert at behandlingen av personopplysninger i dette prosjektet er i samsvar med personvernregelverket.

Hvor kan jeg finne ut mer?

Hvis du har spørsmål til studien, eller ønsker å benytte deg av dine rettigheter, ta kontakt med:

- Prosjektansvarlig og student; May-Lene Isaksen, mailadresse: mayleneisaksen@hotmail.com
- VID vitenskapelig høgskole, avdeling Oslo ved Trude Haugland, mailadresse: trude.haugland@vid.no
- Vårt personvernombud: Nancy Yue Liu, mailadresse; nancy.yue.liu@diakonhjemmet.no

Hvis du har spørsmål knyttet til NSD sin vurdering av prosjektet, kan du ta kontakt med:

- NSD – Norsk senter for forskningsdata AS på epost (personverntjenester@nsd.no) eller på telefon: 55 58 21 17.

Med vennlig hilsen

May Lene Isaksen

Prosjektansvarlig og student ved VID vitenskapelig høgskole, avdeling Oslo.

Samtykkeerklæring

Jeg har mottatt og forstått informasjon om prosjektet «Forelder for første gang», og har fått anledning til å stille spørsmål. Jeg samtykker til:

- å delta i et individuelt intervju

Jeg samtykker til at mine opplysninger behandles frem til prosjektet er avsluttet

(Signert av prosjektdeltaker, dato)