



# Den sensitiverte kroppen: en fenomenologisk studie av småbarnsmødres omsorgserfaringer og helse

## The Sensitised Body: A Phenomenological Study of Caring Experiences and Health Among Mothers of Young Children

Sunniva Rivedal

*Forskningsassistent, Avdeling for tverrfaglig helsevitenskap (HELSEVIT), Institutt for helse og samfunn, Universitetet i Oslo*

[sunnivarivedal@gmail.com](mailto:sunnivarivedal@gmail.com)

Hilde Bondevik

*Professor, Avdeling for tverrfaglig helsevitenskap (HELSEVIT), Institutt for helse og samfunn, Universitetet i Oslo*

[hilde.bondevik@medisin.uio.no](mailto:hilde.bondevik@medisin.uio.no)

Lisbeth Thoresen

*Førsteamanuensis, Avdeling for tverrfaglig helsevitenskap (HELSEVIT), Institutt for helse og samfunn, Universitetet i Oslo*

[lisbeth.thoresen@medisin.uio.no](mailto:lisbeth.thoresen@medisin.uio.no)

Gunvor Aasbø

*Førsteamanuensis, Avdeling for tverrfaglig helsevitenskap (HELSEVIT), Institutt for helse og samfunn, Universitetet i Oslo / Forskningsavdelingen Kreftregisteret*

[gunvor.aasbo@medisin.uio.no](mailto:gunvor.aasbo@medisin.uio.no)

### Sammendrag

Kvinner som gjennomlever graviditet og spebarnstid har særskilte kroppslige erfaringer. Tidligere forskning på hvordan småbarnsmødre balanserer arbeid ute og hjemme, har på ulike måter belyst dette som en psykososiale konflikter med helsemessige implikasjoner. Målsettingen for denne studien er å benytte kroppsfenomenologiske perspektiver til å utvikle kunnskap om hvordan yrkesaktive småbarnsmødre erfarer sine kropp i den daglige omsorgen for sine barn, og på hvilke måter disse erfaringene kan bidra til større forståelse for småbarnsmødres helse og sårbarhet. Studien er basert på ni kvalitative dybdeintervjuer med utvalgte mødre som arbeidet tilnærmet fulltid og hadde to barnehagebarn hver. Vi studerte det empiriske materialet ved hjelp av en tematisk analyse. I artikkelen utforskes kroppen som omsorgsgrunnlag og kroppslig krysspress gjennom måter «å gjøre» og «å kjenne» kroppslige omsorgserfaringer på. Småbarnsmødrenes kroppslige erfaringer fortolkes som *sensitivert kroppslighet* overfor barna, og den slitne kroppen fremstår som spesielt sårbar. Den kontinuerlig tilstedeværende og beredte kroppen, sammen med bestrebelse for å likestille foreldrekroppen, betraktes som avgjørende for denne sårbarheten. Gjennom fortolkning og begrepsutvikling i denne studien synliggjøres og økes bevisstheten om forholdet mellom kroppslige omsorgserfaringer, kjønn og helse.

Nøkkelord

Kroppslig erfaring, fenomenologi, helse, småbarn, yrkesaktive mødre, kjønn

## Abstract

Women experiencing pregnancy and maternity have distinct bodily experiences. Existing research addressing how mothers of young children balance domestic and professional work provides an insight into different mental, social and cultural conflicts which may have health-related implications. Drawing on an embodied phenomenological perspective, the aim of this study is to develop knowledge about how working mothers of young children experience their bodies in the act of caring daily for their children, and in what ways these experiences may illuminate health and vulnerability of mothers of young children. The study is based on nine qualitative in-depth interviews with selected mothers who each worked approximately full-time and had two children in kindergarten. The empirical material was analysed using thematic analysis. This article explores the body as the basis of care and conflicts regarding ways 'to do' and 'to sense' embodied experiences of care. The mothers' bodily experiences are interpreted as *sensitised bodies* towards their children. The exhausted body is understood as particularly vulnerable. The body as continuously present and prepared, and efforts to equalise the parenting bodies are understood as crucial for this vulnerability. Through interpretation and concept development, this study highlights and generates new awareness about the relationship between bodily experiences of care, gender and health.

## Keywords

Embodied experience, phenomenology, health, young children, working mothers, gender

## Innledning

Ifølge Maurice Merleau-Ponty (1968) er den åpne, relasjonelle kroppen selve fundamentet for vår menneskelige evne til å ta innover oss egne og andres erfaringer. En slik tenkning gir gjenklang til enkelte tradisjoner innen feministisk teori, hvor man blant annet har vært opptatt av å belyse *kjønne* erfaringer som kroppslig situerte (se for eksempel Beauvoir [1949] 2000; Young 2005). Radikalfeminister som Shulamith Firestone (1971) og Adrienne Rich (1979) har riktignok argumentert for at særlig kvinnekroppen og kvinners reproduktive rolle er undertrykkende og et hinder for likestilling i en patriarkalsk kultur, mens andre feministiske forskere har teoretisert kvinners og menns erfaringer som ulike. Eksempelvis er kunnskap om morskapserfaringer utviklet innen en rekke fagfelt som kulturstudier (Martin 1987), psykoanalyse (Chodorow 1978) og psykologi (Hollway 2020). Videre argumenterer forskere for at kvinner har særskilte *kroppslige* erfaringer gjennom graviditet og amming (Ellingsæter 2012; Huopainen og Satama 2018; Young 2005). Det har imidlertid ikke vært tilsvarende oppmerksomhet omkring kvinners kroppslige erfaringer etter at graviditet og amming er tilbakelagt, eller om hvordan slike erfaringer har betydning for kvinners helse. At yrkesaktive småbarnsmødre strekker og tilpasser seg, er kjent fra tidligere studier innen helseforskning, men hva dette innebærer av kroppslige erfaringer, og hvorvidt slike erfaringer «passer inn i» eller utfordrer det likestilte foreldreskapet, er i liten grad studert. Målsettingen med denne studien har derfor vært å utvikle kunnskap og nyanserte forståelser som bidrar til å tette dette kunnskapshullet.

## Morskap, arbeidsliv og helse

Bedre helse og økt deltakelse i arbeidslivet blant kvinner er uttalte politiske målsettinger i Norge (Arbeids- og sosialdepartementet 2019; Regjeringen 2021). Velferdsordninger som lang og betalt foreldrepermisjon og lovfestet rett til barnehageplass er viktige rammebetingelser (Halrynjo og Teigen 2016). Tidsbruksundersøkelser viser at mødre bruker om lag én time mer enn fedre på hus- og omsorgsarbeid per dag, og i overkant av én time mindre per dag til yrkesaktivitet (Kitterød og Rønsen 2016). I tidsrommet 2006 til 2016 økte andelen mødre i fulltidsjobb med 11 prosentpoeng (Sandvik 2017). I 2016 var om lag 80 prosent av mødre med barn i alderen 1–5 år i jobb med en gjennomsnittlig arbeidstid på cirka 32 timer i uken. Parallelt med denne utviklingen har den prosentvise kjønns-

forskjellen i det legemeldte sykefraværet økt fra 49 prosent i 2001 til 68 prosent i 2018 (Nossen 2019).

Mye er uforklart når det gjelder kvinners helsebelastninger (Rødland 2018). Det er usikkert hvorvidt redusert arbeidstid og overgang til mindre krevende stillinger bør forstås som reelle valg eller som strategier for å ivareta egen helse og/eller ivareta omsorgsbehovet i familien (Egeland og Drange 2016). Nyere forskning peker på at kvinner i større grad tar ansvaret for og belastes med familiens *tredje skift*: planleggingen og det administrative arbeidet på kveldstid (Smeby 2017). Andre forskere belyser kvinners merbelastning og tidsklemme ved hjelp av begreper som *intensiverte* eller *grenseløse normer for foreldreskap* og viser til at dagens krav til tilstedeværelse med barna er uendelige og belaster mødre i større grad enn fedre (Ellingsæter 2004; Hays 1996).

Når yrkesaktive småbarnsmødres erfaringer og helse studeres, belyses ofte balansegangen mellom lønnsarbeid ute og omsorgsarbeid hjemme med utgangspunkt i psykologiske, sosiologiske og eksistensielle perspektiver (Alstveit, Severinsson og Karlsen 2011; Elgar og Chester 2007; Erlandsson og Eklund 2004; Millward 2006; Nærde 2005). I disse studiene finner en gjerne en konfliktfylt balansegang mellom arbeidstid og barneomsorg på den ene siden og belastninger, stress, utbrenthet og depresjon på den andre. Marit Alstveit, Elisabeth Severinsson og Bjørg Karlsen (2011) peker for eksempel på det konfliktfylte ved å balansere sensitivitet/ansvar for barnets beste og arbeidsmengde/intensitet. I disse studiene blir mestring i livsfasen med småbarn gjerne forstått som psykososiale tilpasninger som kan optimaliseres.

Studier av morskaps erfaringer med et tydelig kjønnsperspektiv har bidratt til kunnskap om hvordan morsidentiteten oppleves som konfliktfylt for middelklasse mødre i overgangen til morskapet (Hollway 2020), hvordan medikaliserte forståelser av kropp og reproduksjon fremmedgjør kvinner fra egne kroppslige erfaringer (Martin 1987; Young 2005), samt hvordan amming forstås som begrensende for kjønnslikestilling i nye foreldreskapsdiskurser (Henriksson og Rubertsson 2021).

For å utvikle mer kunnskap om kvinners helse og sykdom etterlyser flere et tydeligere kjønnsperspektiv også innen helseforskningen (Regjeringen 2021; Rødland 2018). Subjektive kroppslige erfaringer er en viktig kilde til kunnskap om kjønn (se for eksempel Beauvoir 2000; Young 2005) og om sykdom og helse (Carel 2016; Leder 1990; Svenaeus 2005). Kroppsfenomenologiske perspektiver kan forstås som å overskride kjente dualismer som fysiologi versus psykologi, og biologi versus kultur (Beauvoir 2000; Merleau-Ponty [1945] 2012; Young 2005), og kan bidra til å belyse småbarnsmødres sårbarhet for helsebelastninger på nye måter. Artikkelenes målsetting er derfor å utvikle ny og nyansert kunnskap med utgangspunkt i følgende forskningsspørsmål: Hvordan erfarer småbarnsmødre med høy yrkesaktivitet sine kroppene i den daglige omsorgen for sine barn, og på hvilke måter kan disse erfaringene belyse småbarnsmødres sårbarhet og helse?

## Kroppen som erfaringsgrunnlag

Fenomenologiens ontologiske utgangspunkt er at verden finnes for oss gjennom våre erfaringer av den, og at verden blir til for oss gjennom våre meningsskapende aktiviteter med verden, andre og oss selv (Merleau-Ponty 2012). Denne forståelsen situerer den fenomenologiske kunnskapsproduksjonen i subjektive erfaringer og i det intersubjektive (Svenaeus 2005). Begrepet *livsverden* brukes om vår hverdagsverden, en verden vi tar for gitt, ikke stiller spørsmål ved, og som vi hele tiden er i relasjon til. Livsverdenen kan forstås som et meningsmønster. Vår menneskelige væren veves inn i mønsteret, og dette strukturerer våre

erfaringer. For Merleau-Ponty (2012) er kroppen selve grunnlaget for intersubjektivitet – vår måte å blande oss med og dele vår livsverden med andre på. Den sansende og bevegelige kroppen er uløselig sammenvevd med tid og rom; kroppen er den veven som både *er* oss og er verden *for* oss.

Sett fra et fenomenologisk perspektiv er småbarnsmødres kroppslige erfaringer subjektive og situerte. Samtidig belyses kjønnede erfaringer fra graviditet og overgang til morskapet som overskridende og relasjonell subjektivitet (Hollway 2020; Young 2005) på måter som er intersubjektive og felles. Ifølge Simone de Beauvoir (2000) bør kjønnede erfaringer også forstås i lys av den kroppslige, kulturelle og kontekstuelle *situasjonen*. Mødres relasjoner til barnet gjennom graviditet og amming er ifølge Beauvoir eksempler på mors kroppens særskilte situasjon. En norsk samfunnskontekst utgjør en situasjon hvor mødres og barns kropp ofte lever tett på hverandre gjennom permisjonstiden, og deretter er adskilt gjennom det meste av tiden etter mødrenes overgang til arbeidslivet. Barneomsorgen endrer seg dermed både temporært, romlig og relasjonelt. Iris Marion Young (2005) vektlegger at *situasjonen* også omfatter kroppen som måter å gjøre i relasjon til, og som situert i, en livsverden. Kulturelle forventninger til morskroppen som trygg og nær, og strukturelle forhold som barnehagetilbud og arbeidstid, setter premisser for måter å gjøre morskap på.

I relasjon til både oss selv og andre får vi gjennom kroppen og sansene tilgang til fornemmelser, avspenning eller uro som har betydning når vi utfører daglige aktiviteter og gjøremål. I likhet med livsverdenen bør kroppslig væren i verden forstås som elementære deler av det meningsmønsteret og de grunnstrukturene våre erfaringer er bygget opp av (Merleau-Ponty 2012). Fenomenologiske perspektiver forstår erfaringer som *intensjonelle* i den forstand at vår bevissthet alltid er rettet *mot* noe. Merleau-Ponty belyser på sin side den førebvisste kroppens bevegelse og sansning med sin egen form for *intensjonalitet* – som åpen og samtidig rettet mot sine prosjekter i verden. Kroppen reduseres altså ikke til et objekt eller til sine fysiologiske funksjoner, men forstås som å ha sin egen meningsskapende kraft.

Innen fenomenologisk tenkning forstås helse gjerne i tråd med en selvfølgelig måte å være i verden på. Fredrik Svenaeus (2005) og Drew Leder (1990) beskriver helse som en hverdagslig tilstand der inntrykk og erfaringer bare strømmer på, uten at vi egentlig legger merke til dem. Sykdom beskriver de derimot som et dissonant fenomen som forstyrrer erfaringsstrømmen og bevisstheten på måter som hindrer oss i vårt daglige liv. Det kroppslige og sanselige kan anvendes som utgangspunktet for å utforske kontinuitet eller brudd i subjektets erfaringsstrøm (Leder 1990; Svenaeus 2005). Slike brudd er ikke nødvendigvis det samme som sykdom, men kan også forstås som del av livsoverganger. Videre vil den enkeltes erfaring ha sammenheng med hvorvidt hun opplever sin måte å være i verden på som forståelig, anerkjent og trygg. Ved å studere småbarnsmødres erfaringer som relasjonelle, kjønnede kroppssubjekter og som situerte i en livsverden kan helse og sårbarhet for helsebelastninger forstås mer helhetlig.

## Metode

Studien har et kvalitativt forskningsdesign og er basert på dybdeintervjuer med et utvalg yrkesaktive småbarnsmødre. Kvalitativ fortolkende metode og analyse gjorde det mulig å utvikle en dypere forståelse av småbarnsmødrenes subjektive erfaringer samt å forstå disse erfaringene i lys av kroppsfenomenologiske perspektiver.

Vi som er forskere i denne studien, er eller har selv vært yrkesaktive småbarnsmødre og har slik sett et nært forhold til det vi studerer. I tillegg bærer vi med oss våre faglige blikk fra tverrfaglig helsevitenskap, filosofi og sosiologi samt kjønnsperspektiver i arbeidet med

å belyse problemstillinger innen helse- og omsorgsforskning. Vår nærhet til studiens tematikk fordret at vi forholdt oss aktivt og reflekstivt til våre egne erfaringer, faglige interesser og forforståelser gjennom hele forskningsprosessen (Green og Thorogood 2018). Vi antok for eksempel at mødrene strevde med erfaringer knyttet til tidsklemme og stress, og ønsket derfor å åpne opp for å utforske kroppslige betydninger av stress i ulike situasjoner. Dette bidro til å belyse stress som begrenset kroppslig relasjonell tid og som begrensede muligheter til å innrette seg etter barnas behov eller tempo. Våre forforståelser har slik sett vært fruktbare både i en kritisk og i en meningskapende forstand.

Studiens deltakere bestod av ni cis-kjønnede småbarnsmødre som levde i heteroseksuelle parforhold uten au pair, arbeidet tilnærmet 100 prosent og hadde to barnehagebarn hver. Samtlige deltakere var hvite og hadde norsk majoritetsbakgrunn. Manglende representasjon av andre kjønn, samlivsformer og kulturbakgrunner begrenser mangfoldet av mammakroppslige erfaringer i studien. Kvinnene ble likevel rekruttert med tanke på å kunne representere en viss bredde av erfaringer, for eksempel variasjon i utdannings- og yrkesbakgrunn og med bosted i storbyer og mindre tettsteder. Vi rekrutterte deltakerne via barnehager og våre egne nettverk. Syv av deltakerne hadde middelklassebakgrunn, og to hadde arbeiderklassebakgrunn. Alle hadde ulike yrker. Deltakerne ble anonymisert i det skriftlige materialet.

Data for studien er individuelle semistrukturerte dybdeintervjuer. Selv om det kroppslige ifølge Merleau-Ponty (1968) grunnleggende sett tilhører det førbevisste, er det likevel ofte gjennom språket og samtalen at det kroppslige kan reflekteres. Vi gjennomførte intervjuene våren/sommeren 2019.<sup>1</sup> Hvert intervju varte fra én til to timer. Intervjuspørsmålene kretset hovedsakelig rundt omsorgserfaringer i dagliglivet, for eksempel hvordan mødrene opplevde en vanlig dag før og etter jobb og barnehage. Oppfølgingsspørsmålene utdypet blant annet deltakernes kroppslige erfaringer knyttet til situasjonene de selv beskrev.

I analysen av det empiriske materialet anvendte vi tematisk analyse. Tematisk analyse er egnet til å fortolke latente temaer og er kompatibel med kritiske og fenomenologiske perspektiver (Braun og Clarke 2006). I den fortolkende fasen av analysen utviklet vi tre hovedtemaer som gjenspeiles i studiens funn: *strever med kroppen*, *strever med tid* og *strever med tilstedeværelse*. Konseptualiseringen *strever med* får fram kompleksiteten i erfaringene. I presentasjonen av studiens resultater har vi inkludert lengre sitater fra fire ulike deltakere fordi de på en konkret og beskrivende måte viser erfaringer som er typiske, og samtidig viser kompleksiteten i kroppslige erfaringer spesielt godt. Det overordnede begrepet *sensitivert kroppslighet* utviklet vi i analysens slutfase. Begrepet konseptualiserer småbarnsmødrenes erfaringer og det samfunnet de er en del av, og drøftes i artikkelens diskusjonsdel.

## **Strever med kroppen som gjør og kroppen som kjenner**

De kroppslige og sanselige erfaringene som mødrene selv beskrev, var relatert til å streve med kroppen som *gjør* og kroppen som *kjenner*. Disse måtene å forstå kroppen på utforsker vi videre i temaene om *tid* og *tilstedeværelse*. Kroppslig sårbarhet reflekteres gjennom mødrenes beskrivelser av strev for å få mammakroppen til å strekke til og for å balansere kroppslig tilstedeværelse overfor barna. Mødrene i vår undersøkelse forteller at de strever med å fordele og sette grenser for hvor mye deres kropp skal gjøre eller burde gjøre med barna. Når begge barna søker mammakroppen, øker strevet for å fordele gjøringen rettferdig. Stine forteller det slik:

De er jo begge to veldig sånn, altså: «Skal ha mamma!», begge to. Sånn har det egentlig vært lenge nå. Det er jo ofte krangling ved middagsbordet: «hvem skal sitte ved siden av mamma?» Og så krangler de om det. Så jeg har jo liksom prøvd at jeg bytter på, da, hvem jeg sitter ved siden av. Altså annenhver gang. Og noen ganger har jeg sittet i midten mellom de to alene, mens Johan [pappaen] har sittet helt alene på andre siden av bordet. Altså bare krangling! (ler) Og så sånn i leggesituasjoner. Der også praktiserer vi jo annenhver, da, at vi bytter på hvem vi legger. Men der òg er det sånn da: «Åh, hvem skal mamma legge i dag?» Og så er det liksom sånn at den som pappa skal legge: «Neeei!» At det er sutring over det, da.

Stine strever for at kroppen som gjør, skal strekke til når barna krangler om hvem som skal «sitte ved siden av» eller legges av henne. Nattevåk og henting eller levering i barnehagen er andre situasjoner hvor mødrene opplever at barna søker deres kropp mer eller på en annen måte enn fedrenes. Kroppen som gjør, havner i et krysspress når begge barna søker den. «Veldig sånn: Skal ha mamma!» sier Stine. Noen beskriver «kampen om mor» og barna som «sulteforet» eller «sugemaller» på dem, mens andre opplever at dette har jevnet seg ut. Det er likevel et fellestrekk at mødrene på ulike måter strever med å fordele og sette grenser for hva de skal gjøre sammen med barna for å ikke slite ut seg selv, for at fedrene skal ta sin del, eller for at begge barna skal få sitt. De praktiserer «annenhver gang / bytter på» eller forbereder barna på hvem som skal gjøre hva. Én av mødrene er svært bevisst på å aldri løfte opp barna oftere enn pappaen, mens en annen forteller at hun i en periode endte opp med å gjøre «alt» for å unngå at barna skulle bli helt hysteriske, og fordi hun selv var så sliten av å sette grenser og omfordele.

Den aktive grensesettingen og omfordelingen av nærværende kropp opplever ikke alltid som noe negativt, men nødvendigheten av dette knyttes ofte til kjønn, altså betydningen av mammakroppen. Samtidig beskrives det å begrense sin egen kroppslige nærhet, spontanitet og uforbeholdenhet for å i større grad likestille foreldrekroppene som noe krevende og som en dimensjon ved det å strekke seg kroppslig. Denne håndteringen og forsøkene på å likestille kroppene synes likevel å bli oppfattet som et personlig strev og et personlig nederlag hvis man opplever å ikke få det til.

I mødrenes forståelser av barnas behov står kroppen som *kjenner*, relasjonelt og fortolkende sentralt i flere fortellinger. Når Karianne på veien hjem fra barnehagen må si «nei» til eldstebarnet fordi hun må ta seg av det yngste, og ser sårheten i blikket hans, forteller hun det slik:

Kjenner det littegrann i brystet når du må si «nei» til en som vil ha nærhet og oppmerksomhet. Da gjør det litt sånn vondt i mammahjertet, da. På den ene siden tenker jeg liksom at sånn er det, og sånn har sikkert alle det. Og jeg er jo i utgangspunktet overbevist om at jeg er en god mor og at... (blir tydelig berørt, får tårer i øynene). Jeg tenker at jeg er ikke en hjemmeværende mor, men det er litt, det er jo vondt å snakke om, og det er jo liksom vondt å tenke og grave for mye i det. For det er jo en følelse av å ikke klare å møte det aller, aller viktigste behovet i et annet menneske da. Men, ehm..., ja hva skal jeg si? Men, det går jo stort sett greit. Det er jo emosjonelt da, å føle at du kanskje ikke når til og sånn. Men så tenker jeg i mine mer rasjonelle stunder at ja, ja: «men jeg er en mor som jobber 100 prosent», og det har på en måte en verdi, det også, å gi videre til barnet. At mamma og pappa er likestilte, selv om det gjør vondt, da, hvis man ikke føler at man når til.

Karianne beskriver å kjenne det litt i brystet og «vondt i mammahjertet» når hun er i en nærværende situasjon og må avvise eldstebarnets behov for nærhet. Andre forteller om kropp-

lige fortolkninger når de er fysisk fraværende og opplever at barna trenger ro eller nærhet. Å kjenne barnas behov, omsorg eller dårlig samvittighet som kroppslige fortolkninger oppleves krevende for mødrene, men også berikende. For eksempel gir de beskrivelser av å gå rundt på jobb med en «klump i magen» eller «uro i kroppen», men også av å kjenne seg fylt av kjærlighet. Kroppslige fornemmelser settes opp mot følelser og tanker om å være gode nok mødre, og det å stå i disse opplevelsene krever mye mobilisering som det egentlig ikke snakkes om. Karianne erfarer seg selv oftest som en god mor. For andre synes det mer fremtredende å «ikke føle at man når til», å ha dårlig samvittighet eller oppfatte seg selv som mindre bra.

Mødrene beskriver et slags kroppslig krysspess mellom å kjenne barnas behov relasjonelt og fortolkende og å kjenne på sine egne behov. Kariannes ambivalens mellom å kjenne barna «emosjonelt» og seg selv i «rasjonelle stunder», altså hvem hun er og tenker som seg selv: «en mor som jobber 100 prosent», beskrives på ulike måter også av andre. Fedrene beskrives derimot som flinkere til å ikke kjenne kroppslige fortolkninger av barna, og dette forstås som en mer legitim, bedre eller mer hensiktsmessig måte å erfare på, og noe som mødrene selv ønsker seg. I et omsorgsperspektiv er det interessant at det å kjenne seg kroppslig sammenvevd og fortolkende, som avgjørende for omsorg og for å ta innover seg barnas behov, er en krevende erfaringsmåte som mødrene selv strever med å se verdien av.

## Strever med tid

Mødrene beskriver hvordan de håndterer tidspress og stress i hverdagslogistikken. De fleste forteller at den ene forelderen tar morgenen og leveringen i barnehagen, mens den andre henter og lager middag. Den kroppslige relasjonen og interaksjonen med barna må gjøres innen stramme tidsrammer. Samtidig beskriver de kroppslig sårbarhet knyttet til å kjenne relasjonelle dimensjoner ved stress.

Mødrene hadde flere strategier for å rekke hverdagens mange gjøremål med jobb og barneomsorg parallelt med andre oppgaver hjemme. Erfaringene synliggjør et intensivt krysspess for kroppen som gjør, når kroppen innen bestemte tidsrammer skal fordeles mellom barna og egne daglige gjøremål. Mødrene med minst tid til rådighet forsøker å redusere krysspesset ved å skape små lommer av tid, som Karianne forteller her:

Jeg prøver stort sett å gjøre klar matpakkene kvelden før. Kanskje sette frem de tingene jeg skal lage, sette frem klær. Fordi da, da er det ikke så mye for meg å gjøre, og da kan jeg være litt mer med de, da. For det er jo ikke så mange stunder i hverdagen, det er jo den tiden på morgenen og et par timer på ettermiddagen man er sammen som familie, og jeg har jo lyst til å gjøre det til gode opplevelser da. Og jo større gjøremålsliste jeg har samtidig som de har våknet opp, jo mer stress og... Ja.

Med kroppen som gjør forberedelser og tilrettelegging, skaffer Karianne til veie mer tid. Å stille seg selv ferdig før barna våkner, å bruke iPad eller Barne-TV for å få unna egne gjøremål og ukeplaner eller matkasser til middagen er andre måter å gjøre dette på som mødrene beskriver. Krysspesset for kroppen som gjør, håndteres slik sett ved å skape *tidslommer* som i mindre grad krever at mødrene må være kroppslig rettet mot sine egne gjøremål og barna parallelt. I disse tidslommene synes ofte mammakroppen litt mer tilgjengelig for barna. Mødrene kan for eksempel koble seg til gjøremålene sammen med barna, «litt mer med dem», som Karianne sier.

Å gjøre noe sanselig åpent og tilgjengelig for barna kan forstås som en måte å gjøre tiden mer tålmodig og tolerant på, for eksempel ved at mødrenes kropp i større grad kan rette seg etter og gjøre ting i barnas tempo. Slik muligjgjøres tid til barna og rammer for «gode opplevelser» i stedet for en lang «gjøremålsliste» og «stress». Flere mødre beskriver seg selv som mer tålmodige etter at de fikk barn, men samtidig strever de med tålmodighet med barna i morgnens og ettermiddagens ut-av-døra-situasjoner. I ukedagene synes det kroppslige gjøremålsstrevet og tidslommene helt avgjørende for å skape tid som er tålmodig, relasjonell og tilkoblet barna. Helgene beskrives gjerne som tid til å gjøre ting «med» barna, i deres tempo, og uten at kroppen står i krysspress med andre samtidige oppgaver.

Kvinnene kjenner tidspres og stress. For flere synes slike tidserfaringer å henge tett sammen med kroppslige fortolkninger av barnas tidsopplevelser. Krysspresset mellom kroppen som kjenner barnas behov, og kroppen som kjenner deres egne behov eller forpliktelser, kan slik sett forstås som forsterket, spesielt for mødre som har lite fleksibel arbeidstid. Elisabeth var fulltidsstudent. Om tiden i full jobb før studenttilværelsen forteller hun dette:

Kaos, stress og et helvete, hvis jeg skal være helt ærlig (ler). Jo, og det mener jeg! (...) Og så er det det å komme hjem og barna er slitne for de har vært i barnehagen 8–9 timer, og så skal du lage middag. Jeg følte at jeg ikke fikk sett de like mye, jeg føler på en måte at den hverdagen for de blir litt sånn stressende, det blir lange dager for dem. (...) Når han [pappaen] var hjemme [i permisjon], så hadde jeg det bra på jobb, for det var noe helt annet. Da visste jeg at Lise og Sofie kunne bli hentet tidligere, jeg visste at det ikke var fulle dager for dem.

Elisabeth beskriver sterke stressopplevelser: «kaos, stress og et helvete». Dette er gjenkjennelig i fortellingene til de andre mødre som har eller har hatt lite fleksibel arbeidstid. Elisabeth «føler» at hverdagen blir slitsom for barna, «det blir lange dager for dem», og hun får ikke «sett dem like mye». Nødvendigheten av eller behovet for tid til egen jobb kommer i konflikt med å kjenne fortolkninger av barnas tidsopplevelser i egen kropp; det er som om de kjenner stress dobbelt opp. Beskrivelsene reflekterer sammenvevd kroppslighet og kroppslig sensitivitet ovenfor barnas behov og synliggjør samtidig hvordan deres egne behov for å avgrense seg og for å redusere stress begrenses. Vissheten om at «han var hjemme» og kunne sørge for mindre hektiske dager for barna, ble av flere mødre trukket frem som noe som reduserte deres egne kroppslige stressopplevelser: Elisabeth opplevde å ha det bra på jobb, «for det var noe helt annet».

Å kjenne barnas behov relasjonelt og fortolkende kan likevel synes å gå på bekostning av tid til egen jobb og dermed som utfordrende for det likestilte foreldreskapet. Elisabeth begynte å studere, andre forteller om endrede arbeidstider, hjemmekontor eller litt lavere stillingsprosent, selv om dette ikke var tenkt slik på forhånd. En mer fleksibel arbeidshverdag kan forstås som måter å skape tidslommer på, og dermed avlaste krysspresset og kroppen som kjenner relasjonelt stress. Flere beskriver helgene som tid til å kjenne *ro* for seg selv og for barna.

## Strever med tilstedeværelse

Mødrene forteller detaljert om slitenhet knyttet til at de hele tiden er kroppslig rettet mot barna. Samtidig beskriver de sårbarhet og belastning fordi det å gjøre og å kjenne på måter som er kroppslig rettet mot barna, kompliserer den avkoblingen de mener er nødvendig for å oppnå hvile, fokus, tilstedeværelse og et mer likestilt foreldreskap.



Mødrene opplever at avkobling og tilstedeværelse i egne gjøremål avbrytes. Avbruddene skjer når barna søker deres kropp, men også når mødrene selv, på tross av egne strategier for å koble av eller gjøre noe for seg selv, retter sin kropp mot barna og gjør den tilgjengelig for dem. Dette gjelder om dagen så vel som om natten. Karianne sier:

Jeg sover også dårligere, jeg har lettere for å våkne. Jeg sover mye lettere. Det er jeg som ofte våkner, og jeg kan godt dytte i han [pappaen] og si; «nå må du gå», og så gjør han det. Men når jeg går, så kan han sove gjennom hele operasjonen, på en måte. Så han har et mye bedre sovehjerte enn det jeg har, og jeg tror at det er mye som da kommer litt enklere. Så jeg tror det har mest med det å gjøre [hvorfor hun er så sliten]. Jeg våkner relativt lett av andre ting også, selv om barna nok registreres på en litt ekstra sensitiv radar.

Samtlige mødre forteller at de våkner først av barna om natten. Karianne bruker metaforen «bedre sovehjerte» om pappaen. Flere omtaler på lignende vis fedrene som bedre til å sove og flinkere til å koble av gjennom dagen. Mødrenes sanselige årvåkenhet rundt barna beskrives derimot ofte som unødvendig eller uønsket. Mammakroppen synes å fange opp alle barnas kroppslige uttrykk automatisk og registrerer dem på en «ekstra sensitiv radar». Slik mister mødrene tilstedeværelsen i samvær med andre, i relasjonen til det ene barnet på grunn av det andre barnet eller i egne gjøremål. Selv om strevet med tilstedeværelse ofte beskrives som kjønnet, og idealet for kroppslig tilstedeværelse og avkobling kan forstås som å tilhøre fedrenes kropp, forstås og håndteres også dette som et personlig problem og en personlig svakhet av mødrene.

Å streve med tilstedeværelse belyser kroppens forhold til rommet i øyeblikket. Før fordelingen, grensesettingen og byttingen annenhver gang, eller «dytte i ham», som Karianne sier, synes mødrenes kroppslige tilstedeværelse i rommet og i øyeblikket (for eksempel hvile) allerede å være brutt. Mammakroppens forhold til det utvendige rommet kan altså forstås som kontinuerlig relasjonell og sammenvevd i barna på måter som undertrykker mødrenes egne behov for tilstedeværelse, avkobling eller hvile. Samtidig reflekterer dette en sensitivert kroppslighet overfor barna som de opplever at står i veien for et likestilt foreldreskap, og for opplevelsen av bevisst kontroll over dette.

Mødrenes fortellinger handler også om å kjenne slitenhet i kroppen på måter som fører til at det blir vanskelig å holde fokus, konsentrere seg og være til stede på jobb. Randi er sykepleier, og etter sin andre permisjon begynte hun å streve med tilstedeværelse og ekstrem slitenhet på jobb:

Jeg klarte ikke å følge med, være ehm ..., liksom oppfatte endringer hos pasientene mine. Jeg ble redd for å gjøre feil, redd for å ikke se at de ble dårlige. Sånn at jeg brukte utrolig mye krefter på å tenke at jeg ikke burde vært der, og at jeg ikke, klarte det, da. Jeg tror jeg var veldig redd for at jeg var så sliten, at jeg aldri har opplevd å være sliten på en sånn måte før, sånn at jeg tenkte at det her kan ikke gå. (...) Jeg hadde veldig problemer med å være, eller ha liksom den tilstedeværelsen og empatien og omsorgen som jeg har hatt før da. Jeg klarte ikke å ta innover meg alt. Jeg hadde ikke noe sånn filter på hva jeg tok inn eller sånn, så jeg måtte stenge det helt, da. For hvis jeg ikke gjorde det, så gikk jeg under, liksom, og sånn har det ikke vært tidligere. Jeg tror det er det der energinivået som har vært så lavt at jeg ikke har hatt kapasitet sånn emosjonelt, til ting som jeg har håndtert fint før da.

I likhet med Randi strever de mødrene som er mest slitne, med manglende konsentrasjon på jobb. Også mødre uten omsorgsyrker beskriver denne slitenheten som en helsebelastning i

vår undersøkelse. Den slitne kroppen kommer i forgrunnen, slik at de blir bevisst kroppene sine på en negativ måte som forstyrrer deres tilstedeværelse eller fokus, for eksempel at de ikke klarer å «se, følge med og oppfatte endringer» hos pasientene. Slitenhet gjør det vanskelig å holde den sanselige kontakten med omgivelsene og arbeidsoppgavene påslått. Å streve med fokus og tilstedeværelse på denne måten synliggjør en dragkamp i deres egen kropp. Den slitne kroppen forsøker å slå seg av og lukke seg, og mødre kjemper imot for å mestre arbeidsoppgavene sine. Noen forstår tanker om å ikke klare og om at de «ikke burde vært der» som å kaste bort krefter på unødvendig tankespinn. Samtidig kan slike tanker tolkes i lys av det kroppslige behovet for hvile og avkobling og som et bidrag til at det sanselige, utoverrettede søkelyset brytes og vendes innover.

Betydningen av krysspresset mellom å kjenne kroppslige fortolkninger av barnas behov og å kjenne på egne behov forsterkes når det å kjenne relasjonelt står i veien for avkobling også på jobb. Randis tilstedeværelsesstrategi – å «stenge av» et sanselig filter – gir den slitne kroppen en form for hvile og avkobling. Ulempen med denne strategien er at hun ikke opplever seg selv som like empatisk og omsorgsfull som før; hun klarer ikke ta pasienter og pårørende «innover seg». De mødre som jobber med mennesker, synes å streve mer med den vedvarende påkoblingen ovenfor menneskene de jobber med. Opplevelsen av at det å kjenne tilkobling til andre krever et visst kroppslig overskudd, «kapasitet sånn emosjonelt», eksemplifiserer det å kjenne relasjonelt som et krevende og nødvendig kroppslig omsorgs-aspekt. Samtidig problematiserer Randi at strategier for relasjonell avkobling er lite bærekraftige fordi det er belastende å kjenne på at man ikke gjør en god jobb eller ikke er en god omsorgsperson. At det kroppslige rommet for relasjonell avkobling og hvile marginaliseres hjemme og på jobb, er viktige forståelser som belyser kjønnet kroppslig slitenhet og sårbarhet for helsebelastninger på nye måter.

## Sensitivert kroppslighet

Mødrene opplever på ulike måter sine kropper som sensitiverte ovenfor barna. Å streve med å kombinere egne gjøremål og tid med barna, ikke klare å koble seg selv fra barna og streve med kroppen som kjenner barnas stress eller behov for nærhet som kroppslige fortolkninger, er eksempler på slike opplevelser. For å utvikle en forståelse av småbarnsmødres kroppslige erfaringer som sammenvevde, tilgjengelige og åpne overfor barna introduserer vi begrepet *sensitivert kroppslighet*. Alle mødre, også de som ikke hadde ammet, og de som hadde delt permisjonstiden likt med fedrene, beskriver på ulike måter sensitivert kroppslighet overfor barna.

Sensitivert kroppslighet overfor barna kan forstås som en endret relasjonell kroppslig *grunnstruktur* og som et endret *meningsmønster* (Merleau-Ponty 2012). Mødrenes væren i verden som kontinuerlig sensitiverte kropper fører til at mødre sanser barna og tar dem innover seg på måter som er mer åpne, grenseoverskridende, overlappende og blandende enn det Merleau-Ponty (1968) beskriver som et allmennmenneskelig grunnlag for intersubjektivitet. Den kroppslige sensitiviteten forsterker intersubjektiviteten på måter som kan forstås i tråd med erfaringer fra graviditeten og inngangen til morskapet som overskridende og relasjonell subjektivitet (Hollway 2020; Young 2005). Sensitivert kroppslighet kan forstås som selve omsorgsgrunnlaget og som avgjørende for å ta innover seg barnas behov. Samtidig reflekterer denne sensitiverte kroppsligheten opplevelser av krysspres, relasjonelt stress og ekstrem slitenhet, men også sårbarhet og ambivalente forståelser av egne opplevelser. Sagt på en annen måte: Den *selvfølgelige* og *kontinuerlige erfaringsstrømmen* forstyrres, slik Leder (1990) og Svenaeus (2005) forstår sykdom og livsoverganger.

Samtidig er situasjonen, slik Beauvoir (2000) og Young (2005) legger vekt på, ofte en marginalisert situasjon for det levde livet som sensitivert kropp. Selv om den enkelte mors situasjon varierer, for eksempel med hensyn til yrke, arbeidstid og fleksibilitet, strever mødrene med å håndtere knapphet i tid og rom til kroppslig relasjon og avkobling. Strevet med å håndtere subjektive og ambivalente forståelser av den kjønnete sensitiverte kroppen kan i tillegg peke på usikkerhet og skam. Manglende bevissthet om og anerkjennelse av den sensitiverte kroppslighetens betydning for både småbarnsomsorg og hvile bør slik sett forstås som avgjørende for at sensitivert kroppslighet som et endret meningsmønster (Merleau-Ponty 2012) og som livsovergang (Leder 1990; Svenaeus 2005) også innebærer en kjønnet kroppslig sårbarhet for helsebelastninger.

I tidligere studier som har belyst småbarnsmødres helse, blir utfordringer knyttet til å ivareta egne behov sett i sammenheng med psykososiale, eksistensielle eller kulturelle forhold (Elgar og Chester 2007; Erlandsson og Eklund 2004; Millward 2006; Nærde 2005). For eksempel vanskeliggjør konflikter knyttet til egen rolle, identitet og psykososiale forhold ivaretagelsen av egne behov. For å forstå viktige aspekter ved sårbarhet og helsebelastninger knyttet til det å balansere lønnsarbeid ute og omsorgsarbeid hjemme mener vi at det bør utvikles mer kunnskap om kroppslige erfaringer og kroppens betydning som omsorgsgrunnlag. Denne studiens resultater viser at konflikt, slitenhet og stress, samt redsel og tanker om å ikke strekke til, kan forstås som uttrykk for overbelastede kropper. Slitenheten kan også forstås i tråd med det Ulla-Britt Lilleaas og Karin Widerberg (2001) beskriver som en slags moderne normaltilstand som skal tåles. Den relasjonelt sensitiverte kroppen, en mammakropp som minner om Jorun Solheims (1998) beskrivelser av den *åpne* kvinnekroppen og Alstveits mfl. (2011) sine forståelser av overgangen til morskapet som økt sensitivitet, kan også belyse hvorfor mødrenes egne behov for hvile nedprioriteres.

Vår artikkel viser at rolle- og identitetskonflikter og ambivalens knyttet til å oppleve seg selv som gode nok mødre og samtidig strekke til på jobb reflekterer et kroppslig krysspress. Dette krysspresset handler om relasjonell påkobling på den ene siden og avkobling til egen hvile på den andre. Småbarnsmødrene opplever med andre ord en krevende *kroppslig* balansegang som ikke nødvendigvis er psykososialt eller kulturelt optimaliserbar, og som er viktig for å forstå sårbarhet for helsebelastninger og sykdom. Strevet for å skape kroppslig tilgjengelighet og relasjonelle lommer i tid og i rom harmonerer med forståelsen av et *intensivert foreldreskap*, hvor hensynet til barnas behov er grenseløst på måter som i større grad belaster mødrene (Ellingsæter 2004; Hays 1996). Samtidig virker marginalisert relasjonell og tålmodig tid som tar hensyn til barnas eget tempo, reell på måter som ikke bør avskrives som noe utelukkende normativt. Mødrenes innsats for å skape tidslommer om morgenen og ettermiddagen, og for å oppleve seg selv som gode nok mødre, handler ofte om minutter tilpasset barnas tempo og til relasjonen, ikke endeløse krav til tilstedeværelse. Det «endeløse» i denne sammenheng synes å være mammakroppen som gjør «alt» for å skape og fordele et minimum av relasjonell tid.

Videre er kroppen som kontinuerlig tilgjengelig, fortolkende og relasjonell overfor barna sentral for å forstå nye aspekter ved morskapet som intensivert og grenseløst. Det felleskroppslige knyttet til å streve med tilstedeværelse, og kroppen som gjør og kjenner utenfor mødrenes bevisste kontroll, er uutforskede kjønnete omsorgserfaringer. Sensitivert kroppslighet som en *intensivert* og *grenseløs* blandende måte å være i verden på, foregår nødvendigvis også samtidig med andre gjøremål både i hjemmet og på jobb og i våken så vel som i sovende tilstand. Dette forsterkende og uavbrutte kroppslige omsorgsgrunnlaget kan belyses av Merleau-Pontys (2012, 1968) forståelse av kroppens førbevisste intensjonelle og menings-

skapende kraft, en intensjonell kroppslig kraft som undergraver den slitne mammakroppens behov for hvile og avkobling.

Mødre med både middel- og arbeiderklasseyrker i denne studien oppfatter det kjønnslikestilte foreldreskapet som et ideal og en selvfølge. Samtidig strever mødrene med å håndtere og forstå kjønnslikestillingen i praksis. Selv om den sensitiverte kroppsligheten overfor barna og deres kroppslige slitenhet fremstår som kjønnnet, forstår mødrene dette som et personlig problem, og de tar selv ansvar for å håndtere det, tåle det og holde ut i det stille. Dette kan ses i sammenheng med nyliberalistiske forestillinger om at alle er ansvarlige for sin egen lykke, for eksempel at mødre må lære seg å senke kravene til seg selv, ta bedre vare på seg selv og balansere ut forventninger eller normer knyttet til morskap (Mykltun 2014). Å streve med å sette grenser for sin egen kropp, bytte på og dele med fedrene handler nettopp om å ta ansvar for å ikke slite seg ut og forsøke å *gjøre* og å *kjenne* på måter som balanserer ut de opplevde kjønnsforskjellene. Mammakroppens betydning i omsorgen for barna synes slik sett å være noe mødrene aktivt jobber for å jevne ut. Uansett om det er fordi barna søker deres kropp eller fordi mammakroppen konstant er påkoblet og i beredskap, synliggjøres en dissonans mellom mammakroppslige erfaringer og opplevelsen av å lykkes med kjønnslikestilling i praksis.

Beskrivelsene av hvordan fedrene balanserer avkoblethet og påkoblethet, og at de er bedre til å sove, holde fokus og skille mellom det å kjenne for seg selv og kjenne for barna, kan tyde på at pappakroppen i vårt samfunn forstås som en riktigere og mer balansert kropp med normativ gyldighet i livsverdenen og for det levde livet som foreldrekropp. Slik sett må den forsterkede intersubjektiviteten eller den overskridende og relasjonelle subjektiviteten (Hollway 2020; Young 2005) disiplineres for å oppnå et kjønnslikestilt foreldreskap. Liten bevissthet og lite kunnskap om mammakroppslige erfaringer kan sees i sammenheng med at kvinnene fremmedgjøres for sine kroppslige erfaringer (Martin 1987), og at mødres sensitivitet forstås og til en viss grad stigmatiseres som hysterisk, hønemor, selvforskyldt eller sykkelig.

Slik sett kan det i lys av vår studie argumenteres for at samfunnet i for liten grad forstår, anerkjenner og inkluderer slike erfaringer i arbeidet for likestilling og i tilretteleggingen av det moderne foreldreskapet. Dette gir ny relevans til spørsmålet om hvorvidt arbeids- og familieliv i for stor grad fortsatt er innrettet etter patriarkalske samfunnsstrukturer og institusjoner (Firestone 1971; Rich 1979), og bekrefter en samtidsdiskurs der likestilling synes å være ensbetydende med kjønnslikhet (Henriksson og Rubertsson 2021). Resultatene fra vår studie viser at mammakroppen erfares og forstås som noe som kompliserer kjønnslikestilling også etter at graviditet og amming er tilbakelagt. For at småbarnsmødres sårbarhet og helsebelastninger kan forstås, håndteres og forebygges, oppfordrer vi dermed til en ny diskusjon om hvordan mammakroppslige erfaringer kan anerkjennes, inkluderes og støttes i det moderne arbeidslivet og i et likestilt samfunn.

Det fenomenologiske og kroppslige perspektivet bidrar til å belyse sårbarhet for helsebelastninger på nyanserte måter. Dette åpner opp for nye forståelser av kvinnehelse og det likestilte foreldreskapet. Mammakroppen er sensitiv; den er et knapphetsgode som står i spenn, strekkes, fordeles og begrenses. Likevel mangler disse kroppslige erfaringene et språk og en forståelsesramme; de leves i det personlige og i det tatt-for-gitte. Denne studiens kunnskapsbidrag er bedre forståelser og kunnskap om et utvalg småbarnsmødres komplekse kroppslige og kjønnede erfaringer og om slike erfaringers implikasjoner for helse og likestilling. Vårt håp er at denne studien gjennom sin empiri, fortolkning og begrepsutvikling kan bidra til at kjønnede kroppslige omsorgserfaringer relatert til daglig småbarnsomsorg og høy

yrkesaktivitet løftes frem, diskuteres og får egne stemmer i det offentlige ordskiftet om småbarnsmødres helse og likestilling.

## Noter

- 1 Førsteforfatteren (Sunniva Rivedal) gjennomførte intervjuene i forbindelse med sin masteroppgave som ble levert ved Universitetet i Oslo i 2020.

## Litteratur

- Alstveit, Marit, Elisabeth Severinsson og Bjørg Karlsen 2011. «Readjusting one's life in the tension inherent in work and motherhood», *Journal of Advanced Nursing* 67 (10): 2151–2160. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2648.2011.05660.x>
- Arbeids- og sosialdepartementet 2019. *Målene om et mer inkluderende arbeidsliv – status og utviklingstrekk. Rapport 2019*. Oslo: Regjeringen. <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/malene-om-et-mer-inkluderende-arbeidsliv-status-og-utviklingstrekk.-rapport-2019/id2683744/> (Lastet ned 01.09.2021.)
- Beauvoir, Simone de [1949] 2000. *Det annet kjønn* (B. Christensen, Overs.). Oslo: Pax Forlag.
- Braun, Virginia og Victoria Clarke 2006. «Using thematic analysis in psychology», *Journal of Qualitative research in psychology* 3 (2): 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Carel, Havi 2016. *Phenomenology of illness*. Oxford: Oxford University Press.
- Chodorow, Nancy 1978. *The reproduction of mothering: psychoanalysis and the sociology of gender*. Berkeley: University of California Press.
- Egeland, Cathrine og Ida Drange 2016. «Deltidsvalgets ideologiske dimensjon Begrunnelser for deltidsvalget i Norge». I: Sigtona Halrynjo og Mari Teigen (red.): *Ulik likestilling i arbeidslivet*. Oslo: Gyldendal Norsk Forlag.
- Elgar, Karen og Andrea Chester 2007. «The mental health implications of maternal employment: working versus at-home mothering identities», *Journal of Advances in Mental Health* 6 (1): 47–55. <https://doi.org/10.5172/jamh.6.1.47>
- Ellingsæter, Anne Lise 2004. «Tidskrise i familien?» I: Anne Lise Ellingsæter og Arnlaug Leira (red.): *Velferdsstaten og familien. Utfordringer og dilemmaer*. Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Ellingsæter, Anne Lise 2012. «Det norske ammeregimet – grense for likestilling?». I: Hilde Bondevik og Anne Kveim Lie (red.): *Rødt og hvitt – om blod og melk i fortid og samtid*. Oslo: Unipub Forlag.
- Erlandsson, Lena-Karin og Mona Eklund 2003. «The Relationships of Hassels and Uplifts to Experience of Health in Working Women», *Journal of Women & Health* 38 (4): 19–37. [https://doi.org/10.1300/JO13v38n04\\_02](https://doi.org/10.1300/JO13v38n04_02)
- Firestone, Shulamith 1971. *The dialectic of sex: the case of feminist revolution*. New York: Bantam.
- Green, Judith og Nicki Thorogood 2018. *Qualitative Methodology and Health Research*. (4.utg). Los Angeles: Sage.
- Halrynjo, Sigtona og Mari Teigen 2016. *Ulik likestilling i arbeidslivet*. Oslo: Gyldendal Norsk Forlag AS.
- Hays, Sharon 1996. *The cultural contraindications of motherhood*. New Haven: Yale University Press.
- Henriksson, Helena W. og Christine Rubertsson 2021. «Bodies get in the way: breastfeeding and gender equality in Swedish handbooks for new parents», *NORA - Nordic Journal of Feminist and Gender Research* 3 (17): 1–13. <https://doi.org/10.1080/08038740.2021.1888791>

- Hollway, Wendy 2020. «Gender and Maternal Identities», *Studies in the Maternal* 13 (1): 4.  
<https://doi.org/10.16995/sim.282>
- Huopalainen, Astrid S. og Suvi T. Satama 2018. «Mothers and researchers in the making: Negotiating 'new' motherhood within the 'new' academia», *Human Relations* 1 (1): 98–121. <https://doi.org/10.1177/0018726718764571>
- Kitterød, Ragni Hege og Marit Rønsen 2016. «Innebærer den moderne farsrollen et 'second shift' for far? Samlet arbeidstid blant foreldre med ulike yrkestilpasninger». I: Sigtona Halrynjo og Mari Teigen (red.): *Ulik likestilling i arbeidslivet*. Oslo: Gyldendal Norsk Forlag.
- Leder, Drew 1990. *The absent body*. Chicago, London: The University of Chicago Press.
- Lilleaas, Ulla-Britt og Karin Widerberg 2001. *Trøtthetens tid*. Oslo: Pax Forlag.
- Martin, Emily 1987. *The Woman in the Body: A Cultural Analysis of Reproduction*. Boston: Beacon Press.
- Merleau-Ponty, Maurice 1968. *The Visible and the Invisible*. (red.): Claude Lefort. (A. Lingis, Overs.) Evanston: Northwestern University Press.
- Merleau-Ponty, Maurice [1945] 2012. *Phenomenology of Perception* (D. A. Landers, Overs.). Abingdon, Oxon: Routledge.
- Millward, Lynne J. 2006 «The transition to motherhood in an organizational context: An interpretative phenomenological analysis», *Journal of Occupational and Organizational Psychology* 79 (3): 315–333. <https://doi.org/10.1348/096317906X110322>
- Mykltun, Arnstein 2014, 2. oktober. «Kronikk: Økte kjønnsforskjeller utfordrer likestillingen», *Aftenposten*.
- Nossen, Jon Petter 2019. *Kjønnsforskjellen i sykefravær: hvor mye er det mulig å forklare med registerdata?* NAV. <https://www.nav.no/no/nav-og-samfunn/kunnskap/analyser-fra-nav/arbeid-og-velferd/arbeid-og-velferd/kjønnsforskjellen-i-sykefravaer-hvor-mye-er-det-mulig-a-forklare-med-registerdata> (Lastet ned 05.08.2020.)
- Nærde, Ane 2005. *Mental health among mothers of young children. A longitudinal study*. Doktoravhandling, Institutt for psykologi, Universitetet i Oslo.
- Regjeringen 2021. *Mandat til utvalg om kvinners helse og helse i et kjønnsperspektiv*. <https://www.regjeringen.no/no/dep/hod/org/styrer-rad-og-utvalg/utvalg-om-kvinnens-helse-og-helse-i-et-kjønns-perspektiv/mandat-til-utvalg-om-kvinnens-helse-og-helse-i-et-kjønns-perspektiv/id2870812/>. (Lastet ned 10.09.2021.)
- Rich, Adrienne 1979. *Of woman born: Motherhood as Experience and institution*. New York: Norton.
- Rødland, Anne Winsnes 2018. *Hva vet vi om kvinners helse?* Rapport for forprosjekt til kvinnehelseportalen.no (2018: april). Oslo: Kilden kjønnsforskning.no og Norske kvinners Sanitetsforening.
- Sandvik, Ole 2017. *Hvordan deler småbarnsforeldre på arbeidet – hjemme og ute?* Oslo: Statistisk sentralbyrå <https://www.ssb.no/arbeid-og-lonn/artikler-og-publikasjoner/hvordan-deler-smabarnsforeldre-pa-arbeidet-hjemme-og-ute-325443> (Lastet ned 06.04.2020.)
- Smeby, Kristine Warhuus 2017. *Likestilling i det tredje skiftet? Heltidsarbeidende småbarnsforeldres praktisering av familieansvar etter 10 uker med fedrekvote*. Doktoravhandling, Institutt for sosiologi og statsvitenskap, Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet.
- Solheim, Jorun 1998. *Den åpne kroppen om kjønnsymbolikk i moderne kultur*. Oslo: Pax Forlag.
- Svenaesus, Fredrik 2005. *Sykdommens mening*. Oslo: Gyldendal.
- Young, Iris Marion 2005. *On female Body Experience: «Throwing like a girl» and other essays*. New York: Oxford University Press.