

Pirmą kartą mamomis tapusių moterų santykis su savo vaikais pirmaisiais metais: kokybinė naratyvo analizė

Barbora Skirgailaitė

Vilniaus universitetas, Filosofijos fakultetas, Psichologijos institutas
skirgailaiteb@gmail.com
<https://ror.org/03nadee84>

Greta Kaluževičiūtė

Vilniaus universitetas, Filosofijos fakultetas, Psichologijos institutas
greta.kaluzeviciute@fsf.vu.lt
<https://orcid.org/0000-0003-1197-177X>
<https://ror.org/03nadee84>

Santrauka. Mamos ir vaiko santykis yra pagrindas tolesnei vaiko raidai bei mamos psichologinei gerovei. Tai, kaip mamos išgyvena šį santykį, priklauso nuo įvairių asmeninių, socialinių ir kultūrinių veiksnių. Šio tyrimo tikslas – išsiaiškinti, kaip pirmą kartą mamomis tapusios moterys išgyvena santykį su vaiku praėjus metams nuo jo gimimo, susitelkiant į naratyvus, formuojančius jų požiūrį į motinystę. Tyrime dalyvavo 8 moterys (27–39 metų), kurių pirmagimiams tyrimo metu buvo 12–18 mėnesių. Tyrimas atliktas taikant kokybinių pusiau struktūruotų interviu metodą ir naratyvo analizę. Naratyvas šiame tyrime suprantamas kaip asmeninių patirčių pateikimas, kuris formuojamas tiek individualių požiūrių, tiek platesnių socialinių ir kultūrinių veiksnių. Analizuojant duomenis išskirtos penkios temos, kurios reprezentuoja jaunų mamų tapatybės aspektus ir naratyvų, formuojančių motinystės suvokimą, šaltinius: 1) *santykio vystymasis nuo tam tikro konkretaus momento*; 2) *vaiko asmenybė ir charakteris*; 3) *pokyčiai tapus mama*; 4) *aplinkinių palaikymo svarba motinystės pradžioje*; 5) *buvimas gera mama – besąlyginis vaiko priėmimas ir meilė*. Tyrimo dalyvės sakė, kad motinystės patirtis yra reikšmingas jų gyvenimo įvykis, sukeliantis tapatybės kaitą, susijusią su džiaugsmu, savęs praradimo jausmu ir susiliejimu su vaiku. „Tapimo mama“ patirtis buvo suvokiama skirtingai – nuo nėštumo laikotarpio iki momento, kai vaikas pirmą kartą pavadino moterį „mama“. Rezultatuose išryškėjo įvairūs motinystės naratyvai: motinystė kaip pilnatvė, kaip instinktas ir visuomenėje kuriamas „geros mamos“ įvaizdis. Tyrimas papildė psichologinę literatūrą apie motinystės patirtis, pabrėždamas glaudų ryšį tarp jaunų motinų individualių išgyvenimų ir platesnių socialinių bei kultūrinių motinystės naratyvų.

Pagrindiniai žodžiai: mamos ir vaiko santykis, pirmą kartą mamomis tapusios moterys, naratyvo analizė, kokybinis tyrimas.

First-Time Mothers' Relationship with their Child during the First Year: A Qualitative Narrative Analysis

Abstract. The mother-child relationship is fundamental to both the child's development and the mother's psychological well-being. How mothers experience this bond is shaped by a range of personal, social, and cultural factors. This study explores how first-time mothers experience their relationship with their child one year after birth, focusing on

Received: 2025-05-07. **Accepted:** 2025-06-27.

Copyright © 2025 Barbora Skirgailaitė, Greta Kaluževičiūtė. Published by Vilnius University Press. This is an Open Access article distributed under the terms of the [Creative Commons Attribution Licence \(CC BY\)](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original author and source are credited.

the narratives that shape their perceptions of motherhood. Eight women aged 27 to 39 participated in the study; at the time of data collection, their firstborn children were between 12 and 18 months old. A qualitative approach was employed, using semi-structured interviews and narrative analysis. In this study, narrative is understood as a personal account of experience, shaped by individual meaning-making and broader socio-cultural influences. Analysis revealed five central themes reflecting different aspects of maternal identity and the narrative sources shaping motherhood: (1) *the development of the relationship from a specific point in time*, (2) *the personality and character of the child*, (3) *the changes after becoming a mother*, (4) *the importance of the support of those around you at the beginning of motherhood*, and (5) *being a good mother – accepting and loving the child unconditionally*. The participants described motherhood as a transformative experience that reshaped their sense of identity, often involving joy, a sense of self-loss, and fusion with the child. The process of ‘becoming a mother’ was interpreted in various ways – from pregnancy to the moment the child first addressed them as a ‘mom’. The study also reflects diverse motherhood narratives: motherhood as fulfilment, as instinct, and as shaped by cultural ideals of the ‘good mother’. This study contributes to psychological literature by illuminating the interplay between personal maternal experiences and the broader social and cultural narratives that influence how motherhood is understood and lived.

Keywords: mother-child relationship, first-time mothers, narrative analysis, qualitative research.

Įvadas

Mamos vaidmuo pirmaisiais vaiko gyvenimo metais yra itin svarbus. Moterys vis dar dažniau nei vyrai atlieka namų ruošos ir vaikų priežiūros darbus (Sayer, 2015). Dažniausiai būtent mamos gimus vaikui išeina vaiko priežiūros atostogų, todėl su kūdikiu praleidžia daugiau laiko nei tėvai. Mamos tapsmo procesui įtaką daro įvairios asmeninės, socialinės ir kultūrinės aplinkybės, o motinos tapatybės (angl. *maternal identity*) susiformavimo kokybė turi reikšmės tolesniam tiek moters, tiek vaiko gyvenimui (Kurincová ir kt., 2018). Motinystės vaidmuo ir mamos santykiai su naujagimiu, partneriu ir kitais vaikais yra svarbūs pasitenkinimo šaltiniai laikotarpiu po gimdymo (Lutz ir kt., 2009). Teigiamų emocijų patyrimas yra reikšmingas prierašumo raidai ir bendram gyvenimo kokybės pojūčiui praėjus šešiams mėnesiams po gimdymo (Valla ir kt., 2022). Glaudus mamos ryšys su naujagimiu ir artimaisiais siejamas su patiriamu džiaugsmu, kuris prisideda prie santykių kokybės ir jų tolesnės raidos – o ši, savo ruožtu, turi įtakos vaiko vystymuisi. Taigi mamos ir vaiko santykis glaudžiai susijęs su įvairiomis kitomis motinystės patirtimis.

Yra nemažai teorijų, kurios bando apibendrinti motinystės patirtis, tačiau literatūroje trūksta tyrimų, ką pačioms moterims reiškia tapti mamomis, kurti santykį su savo vaikais (Laney et al., 2015). Atsižvelgiant į ankstyvojo motinos ir vaiko santykio svarbą vaiko raidai, labai svarbu ištirti, kas (t. y. kokie procesai) gali būti susiję su šio santykio kokybe (Behrendt et al., 2019). Lutz ir kiti (2009) teigia, kad dėl vykstančių socialinių ir demografinių pokyčių, sveikatos priežiūros sistemos pakitimų, naujų medicininių technologijų vystymosi tėvų ir vaiko santykio dinamika pirmaisiais metais nėra stabilus reiškinys, todėl labai svarbu nuolat tirti tėvų suvokimą ir patirtis, susijusias su tėvų ir vaikų santykiu. Lietuvoje gyvenančių pirmakarčių mamų pasakojimų apie santykį su vaiku ir jų patirčių analizė gali padėti geriau suprasti, su kuo šiuo metu susiduria mamos, susilaukusios pirmo vaiko.

Mamos ir vaiko santykis

Literatūroje apie tėvų ar mamos ir vaiko santykį dažnai kalbama neapibrėžiant šios sąvokos (pavyzdžiui, Kristensen et al., 2017; Zdolska-Wawrzekiewicz et al., 2019; Behrendt et al., 2019), tačiau paminėtuose straipsniuose *santykis* tiriamas naudojant tokius konstruktus kaip *prierašumas*, *prisirišimas* ir *sąveika*. Psichologijoje *prierašumas* (angl. *attachment*) dažniausiai apibūdina vaiko emocinį ryšį su globėju, kuris užtikrina saugumo jausmą ir palaiko sveiką psichosocialinę raidą (Bowlby, 1969; Ainsworth et al., 1978). O *prisirišimas* (angl. *bonding*) dažniau vartojamas kalbant apie tėvų – ypač mamos – emocinį ryšį su kūdikiu; tas ryšys formuojasi pirmaisiais gyvenimo mėnesiais ir yra svarbus tėvystės motyvacijai bei rūpestingumui (Klaus & Kennell, 1982). *Sąveika* suprantama kaip tėvų ir vaikų diados veikla, vykstanti „čia ir dabar“ (Pridham et al., 2010). Šis apibrėžimas yra svarbus, nes būtent tiesioginis tėvų ir vaikų sąveikos – pavyzdžiui, su vaiko priežiūra susijusio elgesio – stebėjimas leidžia tyrėjams vertinti santykio kokybę. Tai – matomas elgesys situacijose, kai tėvai ir vaikai yra kartu: žaidžia, bendrauja, rūpinasi vieni kitais ar reaguoja į vaiko poreikius. Tokios sąveikos metu pasireiškia į tikslą orientuotas elgesys, kuris ilgainiui, vystantis santykiui ir augant vaikui, tampa vis sudėtingesnis (Pridham et al., 2010). Vienas dažniausiai vertinamų sąveikos aspektų – motinos jautrumas kūdikio signalams. Jis apibrėžiamas kaip gebėjimas pastebėti šiuos signalus, teisingai juos interpretuoti ir greitai bei tinkamai į juos reaguoti (Leerkes et al., 2009). Kai motina reaguoja jautriai, kūdikis ima suvokti ją kaip prieinamą ir atliepiančią jo poreikiams, o tai sukuria saugumo jausmą (Ainsworth, 1979) ir sudaro pagrindą saugaus prisirišimo formavimuisi.

Prierašumas formuojasi vykstant sąveikai su mama – kaip mamos pirmaisiais metais reaguoja į kūdikio signalus (Ainsworth, 1979). Vienas iš kriterijų, pagal kuriuos galima apibūdinti vaiko prierašumo elgesį, yra tai, ar jis reiškia prieštaravimą, kai mama jį trumpam palieka, ir kaip stipriai jis tai daro (Bowlby, 1969). Ainsworth (1979), analizuodama tyrimų rezultatus, išskiria tris prierašumo tipus. Pirmoji grupė – tai vaikai, kuriems mama (ar kitas prierašumą įkūnijantis asmuo) yra „saugi bazė“, leidžianti tyrinėti aplinką. Atsiskyrus nuo mamos jų tyrinėjimas sumažėja, gali pasireikšti stresas, o motinai grįžus – siekiama artumo. Šie vaikai pasižymi saugiu prierašumu. Antroji grupė – vaikai, kurie reaguoja dideliu nerimu mamai atsiskyrus, o jai grįžus – rodo ambivalentišką elgesį: siekia artumo, tačiau kartu ją atstumia. Trečioji grupė – vaikai, kurie retai verkia motinai išėjus, vengia jos grįžus ir vengia fizinio kontakto. Tai atitinka vengiantį prierašumo tipą. Vėliau teorija papildyta ketvirtuoju – dezorganizuotu – prierašumo tipu, kuris pasireiškia tada, kai globėjas kartu yra ir saugumo, ir baimės šaltinis (Main & Solomon, 1986). Taigi prierašumas formuojasi vykstant mamos sąveikai su vaiku: kaip mama reaguoja į vaiko signalus, atliepia poreikius, ar vaikas suvokia mamą kaip saugų asmenį.

Kiekybiniuose tyimuose mamos ir vaiko santykis analizuojamas tiriant prisirišimą, prierašumą, mamos ir vaiko sąveiką, taip pat kaip mamos pačios vertina šį santykį. Mamos ir vaiko santykis formuojasi jau nėštumo metu – santykio kūrimas yra viena iš svarbiausių nėščios moters užduočių (Meireles & Costa, 2019). Autoriai nėštumo metu mamos ir vaisiaus santykį apibrėžia kaip intensyviausias mamos emocijas, susijusias su vaiku,

ir savęs kaip vaiko globėjos suvokimą. Šiame tyrime pastebėta, kad teigiami jausmai, susiję su savo kaip nėščiosios kūnu, stiprina teigiamą vaiko įsivaizdavimą, mamos daugiau sąveikauja su vaisiumi, tai palengvina mamos tapatybės priėmimą.

Nors kokybiniuose tyrimuose mamos ir vaiko santykis yra mažai tiriamas, dažniausiai tai atsiskleidžia kaip tema tiriant įvairias motinystės patirtis. Pavyzdžiui, Bell ir kiti (2007) tyrė mamų ir tėčių požiūrį į jų santykio su kūdikiu tarpusavio priklausomybę. Analizuojant, kaip keičiasi santykių dinamika šeimoje gimus vaikui, atsiskleidė ir šio konkretaus santykio ypatumai, pavyzdžiui, mamos savo vaikus pažįsta ir santykį kuria rūpindamosi jų fiziniais poreikiais. Javadifar ir kitų (2016) kokybiniame pirmakarčių mamų patirčių tyrime moterys pasakojo, kad svarbi to dalis – santykis su vaiku. Moterų patirtys rodo, kad mamos ir vaiko santykis vystosi palaipsniui: pirmaisiais metais yra labiau susijęs su fizinių poreikių patenkinimu, tačiau su laiku tai pereina į emocinį ryšį. Tiriamosios sakė, kad meilė, kurią jaučia savo vaikams, yra nepalyginama su jokia kita meile, kurią jos iki tol yra patyrusios. Naratyvo apie jaunų moterų iš globos namų patirtis tapus mamomis analizė (Ethier, 2022) atskleidė, kad mezgant santykį su vaiku formuojasi mamų tapatybė: tiriamosios, kalbėdamos apie savo vaikus, šypsojosi, rodė pasididžiavimą, reiškė džiaugsmą galėdamos stebėti savo vaikų vystymąsi ir šitaip patirti save kaip mamas.

Svarbu paminėti, kad tiesioginis šių kokybinių tyrimų tikslas nėra tirti mamos ir vaiko santykį, tačiau tai tampa svarbia tema tyrinėjant kitas mamų patirtis. Iš šių tyrimų galima matyti, kad mamos santykio vystymąsi suvokia kaip procesą ir kitokią meilės formą. Santykis su vaiku joms padeda pačioms geriau suvokti save kaip mamas. Kadangi santykis iškyla kaip svarbi tema kalbant apie daugelį motinystės patirčių, svarbu tirti, kaip mamos apskritai patiria santykį su savo vaiku ir kaip šis veikia jų motinystės tapatybę.

Mamos tapatybė

Tapimas mama yra svarbus moters gyvenimo etapas, dažnai atnešantis daugybę pokyčių. Tai yra sudėtingas mamos ir vaiko santykio kūrimo procesas, apimantis moters asmenybės transformaciją (McLeish et al., 2021). Svarbūs pokyčiai vyksta ir moters socialinių santykių srityje (Ethier, 2022). Kaip teigia Gilligan (1982), tapatybė formuojasi santykiuose su kitais, o moterys yra linkusios save matyti santykių su kitais kontekste, todėl kalbant apie kuriąsą santykį su vaiku svarbu atsižvelgti į tai, kaip keičiasi moters asmenybė tapus mama.

Kai kuriose teorijose aptariama, kaip pasikeičia moters mąstymas tapus mama. Ruddick (1980) pristatė motiniško mąstymo (angl. *maternal thinking*) modelį. Autorė išskiria tris svarbiausius motiniško mąstymo aspektus: vaiko gyvybės išsaugojimas, vaiko fizinio augimo puoselėjimas ir tinkamas vaiko formavimas. Mamos turi daryti viską, kad išsaugotų vaiko gyvybę, atpažinti galimas grėsmes. Kad vaikas augtų sveikas, svarbus mamos gebėjimas daryti pokyčius ir prisitaikyti prie aplinkybių. Tačiau lygiai taip pat reikšminga užduotis yra užauginti tokį vaiką, kuris būtų priimamas visuomenėje, atitiktų socialines normas. Ruddick teigimu, būtent šie trys klausimai tampa svarbiausi tapus mama. Stern (1995) teigia, kad su vaiko, ypač pirmojo, gimimu motina pereina į

naują ir unikalią psichikos organizaciją – motinystės konsteliaciją (angl. *motherhood constellation*). Tai nulemia naujas elgesio tendencijas, atsiranda naujų fantazijų, baimių ir troškimų. Nors ši motinystės konsteliacija yra laikina, trunkanti nuo kelių mėnesių iki kelerių metų, motinystės pradžioje tai yra dominuojanti psichinė organizacija. Šis procesas prasideda jau nėštumo metu, kai moteris fantazuoja apie save kaip mamą, apie savo vaiką ir jų santykį, apmąsto santykį su savo pačios mama. Motinystės konsteliacija apima keturias temas: dvi temos apima fizinį ir emocinį rūpinimąsi vaiku ir jo gerove (gyvybės palaikymas, augimas, pakankama meilė ir prierašumas); trečia tema yra susijusi su tuo, kokios aplinkos ir santykių su aplinkiniais reikia mamai, kad ji galėtų įgyvendinti šiuos uždavinius; paskutinė tema – asmenybės transformacija ir reorganizacija į naują, mamos, asmenybę. Stern (1995) teigimu, tai veikia mamos savijautą, elgesį, asmenybę ir tarpusavio santykius. Apibendrinant šias teorijas galima matyti, kad moters mąstymas, asmenybė bei socialiniai santykiai pasikeičia, nes ji tampa atsakinga už savo vaiko gyvybę ir vystymąsi.

Naratyvai apie motinystę

Tai, kaip pirmą kartą mamomis tapusios moterys kalba apie įvykusius pokyčius ir kokią prasmę jiems suteikia, atskleidžia asmeninį motinystės naratyvą. Nors kiekviena mama ir jos motinystės patirtys yra unikalios, tyrimuose išskiriamos bendros moterų patirtys tapus mamomis – kontrolės praradimo jausmas ir ambivalentiškos emocijos (McLeish et al., 2021). Autoriai teigia, kad pirmakartės mamos jaučiasi neužtikrintos ir kartais prislėgtos naujų sunkumų tapus mama intensyvumo. Tapimo mama pradžioje moterys išgyvena savęs praradimo jausmą: sunku išlaikyti turimą savo tapatybės suvokimą, tačiau mamos teigė, kad bėgant laikui jos jaučiasi atgavusios save, tik įgyja papildomą mamos tapatybę (Laney et al., 2015). Susilaukusios pirmo vaiko moterys apmąsto gyvenime įvykusius pokyčius, sunkumus, su kuriais susidūrė, ir juos įprasmina. Patirti sunkumai siejami su tapimo mama procesu, naujos tapatybės formavimusi.

Mamos kultūrinė ir socialinė aplinka daro įtaką tam, kaip mama suvokia motinystę, kokią prasmę suteikia sau, kaip mamai. Tai leidžia suprasti, koks yra viešasis motinystės naratyvas – kokia „turėtų“ būti mama. Hays (1996) apibrėžė terminą „intensyvi motinystė“ (angl. *intensive mothering*) kaip dominuojantį tinkamo vaikų auklėjimo supratimą šiuolaikinėje visuomenėje: mama yra pagrindinė, svarbiausia vaiko globėja. Vaiko poreikiai yra iškeliami aukščiau savo, vaiko auginimui mamos skiria beveik visą savo laiką, energiją. Taip pat tikimasi, kad mamos nuolatos gilins savo žinias apie vaikų auklėjimą. Liss ir kitų (2012) tyrimo metu išryškėjo penki svarbiausi įsitikinimai dėl intensyvios motinystės: moterys yra geresnės tėvystėje nei vyrai, tėvystė turėtų teikti pilnatvės jausmą, tėvai turėtų su vaikais užsiimti kognityvine veikla, motinystė yra sunki, tėvams labiausiai turėtų rūpėti vaiko poreikiai. Viešajame naratyve dominuoja tam tikras motinystės įvaizdis, kuris atspindi tai, kokia mama yra gera mama ir koks turi būti mamos ir vaiko santykis.

Motinystės įvaizdis svarbus analizuojant ir tarpasmeninius naratyvus. Moterys, besidalindamos savo motinystės patirtimis, galvoja apie pašnekovą, jo galimas reakcijas ir

stengiasi pateikti tam tikrą savo įvaizdį. Pavyzdžiui, visuomenėje, kurioje yra priimta, kad mamos turi žindyti vaikus, mamos, kurios kūdikį maitina mišinuku, pasakodamos apie to priežastis, bando pateisinti šį pasirinkimą ir apginti savo, kaip geros mamos, įvaizdį (Ludlow et al., 2012). Taigi mamos, kurių pasirinkimai ne visai atitinka visuomenėje vyraujantį požiūrį, paaiškina savo veiksmus. Šitai parodo, kad toks neatitikimas turi tam tikras priežastis, ir išsaugomas įvaizdis. Siekiant suprasti motinystės naratyvus svarbu atsižvelgti į kontekstą, kuriame moterys dalinasi savo motinystės patirtimis.

Tyrimo tikslas, klausimai

Motinystės įvaizdis yra glaudžiai susijęs su kultūra, kurioje moteris gyvena. Tapimas mama yra sudėtingas procesas, kurio metu mama išgyvena ambivalentiškus jausmus, mamos jaučiasi praradusios save, kontrolę. Analizuojant įvairias motinystės patirtis santykis su vaiku iškyla kaip viena iš svarbiausių temų. Tyrimai patvirtina, kad jau nuo nėštumo kuriamas santykis su vaiku yra svarbus vaiko raidai ir mamos gerovei, tačiau Lietuvoje ši tema yra retai tiriama. Mamų, ypač pirmakarčių mamų, patirtys kuriant santykį su vaiku gali padėti geriau suprasti sunkumus ir iššūkius, su kuriais jos susiduria. Todėl svarbu išsiaiškinti, kaip moterys, pirmą kartą tapusios mamomis, išgyvena santykį su vaiku, kaip skirtingi naratyvai formuoja jų požiūrį į motinystę. Tai būtų naudinga rengiant prevencijos strategijas ar intervencijas, kurių tikslas yra gerinti mamų psichologinę savijautą bei stiprinti mamos ir vaiko santykį. Šio tyrimo tikslas – išsiaiškinti, kaip pirmą kartą mamomis tapusios moterys išgyvena santykį su vaiku praėjus metams nuo vaiko gimimo, susitelkiant į naratyvus, formuojančius jų požiūrį į motinystę.

Metodika

Tyrimo strategija ir epistemologija

Kokybinė paradigma

Kokybinė tyrimų paradigma remiasi tikrovės, kaip subjektyvios ir daugiaprasmiškos, samprata. Ji siekia giliau suprasti žmonių patirtis, prasmes ir išgyvenimus konkrečiame kontekste, o ne kiekybiškai išmatuoti reiškinius (Denzin & Lincoln, 2018). Ši paradigma leidžia tyrėjui analizuoti kompleksinius reiškinius, tokius kaip tapatybė, emocijos ar santykiai, atsižvelgiant į kontekstą ir tiriamųjų perspektyvą (Creswell & Poth, 2016). Kokybinio tyrimo metu tyrėjai siekia suprasti, kokią prasmę patys tiriamieji suteikia tam tikriems įvykiams (Creswell & Poth, 2007), šie tyrimai taip pat leidžia išsamiai susipažinti su tiriamųjų patirtimis, gyvenimo ypatumais ir yra tinkamiausias metodas žvalgomajam tyrimui (Braun and Clarke, 2019). Šiam tyrimui pasirinkta kokybinė tyrimo paradigma, nes tyrimas orientuojasi į kompleksinę ir individualią pirmakart mamomis tapusių moterų patirtį, kuri psichologinėje literatūroje dar menkai nagrinėta. Pagrindinis šio tyrimo klausimas – kaip pirmą kartą mamomis tapusios moterys išgyvena santykį su vaiku praėjus metams nuo vaiko gimimo?

Naratyvinė epistemologija ir naratyvo analizė

Kokybinė paradigma glaudžiai susijusi su naratyvine epistemologija, kuri pabrėžia, jog realybė yra socialiai konstruojama, o žmonės kuria prasmę pasakodami savo istorijas (Bruner, 1990). Naratyvo analizė yra kokybinio tyrimo metodas, leidžiantis tirti, kaip asmenys struktūroja ir perteikia savo patirtis pasakodami – tai padeda atskleisti ne tik individualias prasmes, bet ir kultūrinius bei socialinius naratyvus, veikiančius asmens – šiuo atveju motinystės – tapatybę (Riessman, 2008).

Naratyvo analizė pasirinkta kaip kokybinė strategija, kuri gali padėti geriausiai atskleisti pirmakarčių mamų patirtis kuriant santykį su savo vaiku. Pasakojimo kūrimas yra žmogaus būdas įprasminti pasaulį – šis procesas žmogui padeda suteikti prasmę nuolatiniams pokyčiams, vykstantiems jo gyvenime (Murray, 2000). Wong ir Breheny (2018) teigia, kad pasakojant savo gyvenimo įvykius naudojami du pasakojimo elementai: *struktūra* (kuri apima įvykių pasakojimo būdus, pavyzdžiui, eiliškumą) ir *supratimas* (kaip veikia ir turėtų veikti socialinis gyvenimas, t. y. naratyvai, supantys asmeninius pasakojimus). Naratyvai leidžia analizuoti ir žmonių tapatybes, todėl yra ypač vertingi tiriant tokias sritis kaip šeima (Stephens & Breheny, 2012). Naratyvo analizė leidžia atskleisti, kaip pirmą kartą motinomis tapusios moterys konstruoja ir perteikia savo tapatybės pokyčius ir prasmes pasakodamos: kaip jos apmąsto savo motinystės patirtį, kaip ją įprasmina ir kaip ši patirtis susijusi su platesniais kultūriniais motinystės naratyvais (Riessman, 2008; Phoenix et al., 2010). Ši analizės forma pasirinkta siekiant tyrinėti ne tik pirmakarčių mamų asmeninius išgyvenimus, bet ir tai, kaip motinystės tapatybė yra socialiai ir kultūriškai konstruojama pasitelkus šias patirtis.

Naratyvo analizė nėra konkrečiai įformintas, vientisas analizės metodas; veikiau ši analizės strategija apima įvairius būdus, kuriais galime nagrinėti pasakojimo vaidmenį tiriamųjų tapatybės formavimo ir socialinio gyvenimo procesuose (Riessman, 2008). Metodologiškai naratyvo analizė iš pirmo žvilgsnio primena teminę (Braun ir Clarke, 2006): duomenys yra iteraciniu būdu analizuojami, skirstomi į kodus, kol galiausiai tyrėjai suformuluoja temas ir potemes, atspindinčias duomenų rinkinį. Tačiau svarbu pabrėžti, kad naratyvo analizės objektas labai skiriasi nuo teminės analizės objekto. Teminė analizė orientuota į tai, *ką* dalyviai sako, – ji siekia identifikuoti pasikartojančias ir (ar) reikšmingas temas, prasmes ar modelius visame duomenų rinkinyje (Braun & Clarke, 2006). Analizės vienetu čia tampa atskiri sakiniai ar frazės, kad ir koks būtų pasakojimo kontekstas ar struktūra. O naratyvo analizė daugiausia dėmesio skiria tam, *kaip* dalyvis pasakoja savo patirtį *pasakojimo ar istorijos kontekste* – kaip kuriama prasmė, kokia yra pasakojimo struktūra, tonas, siužetas ir koku būdu pasakojant kuriama tapatybė (Riessman, 2008). Čia analizuojamas visas pasakojimas kaip vientisas naratyvas, leidžiantis giliau suprasti, kaip asmuo interpretuoja savo patirtį platesniame socialiniame ir kultūriniame kontekste. Taigi teminė analizė atsako į klausimą „ką žmonės sako?“, o naratyvinė analizė padeda suprasti, kaip žmonės kuria prasmę pasakodami ir ką tai atskleidžia apie jų tapatybę. Dėl šios priežasties temos ir potemės taip pat dažnai atspindi ne pasikartojančias patirtis, o naratyvus (arba jų šaltinius, pavyzdžiui, visuomenę, artimieji, socialinę žiniasklaidą).

Tyrimo dalyvės

Tyrimė dalyvavo 8 moterys. Tyrimo dalyvių amžius interviu metu buvo nuo 27 iki 39 metų (amžiaus vidurkis 32 metai). Septynios mamos turi vieną vaiką, vienai mamai (Lina; žr. 1 lentelę) gimė dvynukai. Vaikai gimę nuo 2022 metų rugsėjo mėnesio iki 2022 gruodžio mėnesio, tyrimo metu jie buvo maždaug nuo 13 mėnesių iki 18 mėnesių. Visos tyrimo dalyvės lietuvės, iš jų šešios gyvena Lietuvos didmiesčiuose, dvi miestuose. Kiti demografiniai tyrimo dalyvių duomenys pateikti 1 lentelėje.

Šio tyrimo temai yra svarbūs įvairūs nėštumo ir gimdymo aspektai, todėl tyrimo dalyvių buvo klausta, koku būdu jos pastojo ir kaip vyko gimimas. Šešios mamos pastojo natūraliai, Lina ir Daiva pastojo dirbtinio apvaisinimo būdu. Pusei mamų buvo atliktas cezario pjūvis: Lina ir Daiva nenurodo, dėl kokių priežasčių, teigia, kad operacija buvo sklandi; Kristinai gydytojai rekomendavo cezario pjūvį, operacijos metu kūdikiui trūko deguonies; Monikai cezario pjūvis atliktas, nes neprasivėrė gimdos kaklelis. Kitos mamos gimdė sukėlus joms epidūrinę ar kitą nejautrą, kiekviena mama susidūrė su skirtingomis gimdymo komplikacijomis: sustojusi gimdymo veikla (Erika), netaisyklingai įsistačiusi galvytę ir silpnėjantys tonusai (Ieva), sukilusi mamos temperatūra, sustojusi gimdymo veikla ir vaiko tachikardija (Rasa), gimdymo skatinimas vaistais (Karolina).

1 lentelė.

Tyrimo dalyvių demografiniai duomenys

Tyrimo dalyvė	Amžius	Išsilavinimas	Šeiminė padėtis
Erika	29	Aukštasis universitetinis	Ištekėjusi
Lina	39	Aukštasis universitetinis	Ištekėjusi
Kristina	33	Aukštasis universitetinis	Ištekėjusi
Daiva	36	Aukštasis universitetinis	Ištekėjusi
Ieva	26	Vidurinis	Netekėjusi
Rasa	27	Aukštasis universitetinis	Ištekėjusi
Monika	35	Aukštasis universitetinis	Ištekėjusi
Karolina	31	Aukštasis universitetinis	Ištekėjusi

Procedūra ir analizė

Tyrimo dalyvių atranka buvo vykdoma tikslinės patogiosios atrankos būdu. Tyrimo dalyvių paieškai buvo pasitelkti socialiniai tinklai: kvietimu dalyvauti tyrime buvo pasidalinta Facebook socialiniame tinkle, kvietimas įdėtas įvairiose mamų grupėse ir forumuose. Į kvietimą atsiliepė 16 mamų. Kai kurios mamos nebuvo įtrauktos į tyrimą dėl to, kad neatitiko tyrimo kriterijų: vaikas gimė anksčiau nei 2022 metų rugpjūčio mėnesį ar vėliau nei 2023 metų sausį arba mamos pažįsta vieną iš tyrimo autorių. Viena mama iš dalyvavimo tyrime pasitraukė dėl vaiko ligos, o kita mama nedalyvavo dėl sunkumų suderinti tinkamą laiką tyrimo interviu. Galiausiai tyrime dalyvavo 8 mamos. Kaip minėta anksčiau, viena mama, Lina, buvo susilaukusi dvynių. Šio tyrimo objektas yra mamos santykio su vaiku

patirtis praėjus metams nuo vaiko gimimo ir naratyvai, kurie formuoja jų požiūrį į motinystę. Nuspręsta įtraukti Liną į tyrimą, nes svarbiausia šio tyrimo kontekste yra tai, kaip ji patiria santykį su savo vaikais, o ne pats santykis su vaiku. Prieš interviu buvo gautas visų tyrimo dalyvių informuotas sutikimas dalyvauti tyrime. Kartu su sutikimu pateikta ir trumpa demografinė anketa.

Naratyvinis pusiau struktūruotas interviu yra tinkamas metodas tirti pirmą kartą motinomis tapusių moterų tapatybės formavimąsi, nes jis leidžia dalyvėms laisvai ir prasmingai papasakoti savo asmeninę patirtį. Šis metodas atveria galimybę tyrėjui ne tik išgirsti, *ka* moterys išgyvena, bet ir suprasti, *kaip* jos pasakoja savo istoriją, kaip konstruoja tapatybę pasakodamos (Chase, 2005; Riessman, 2008). Pusiau struktūruota forma leidžia palaikyti tyrimo tikslą, kartu išlaikant lankstumą ir atvirumą unikaliems pasakojimams, o tai itin svarbu analizuojant motinystę kaip transformatyvią tapatybės atžvilgiu patirtį.

Naratyvinio interviu metu nenaudojamas griežtas klausimų rinkinys. Toks interviu tipas leidžia pateikti papildomų klausimų, kurių iškyla klausant tiriamųjų pasakojimų. Pagrindinis interviu klausimas pateikiamas pradžioje. Klausimas suformuluotas taip, kad leistų mamai laisvai pasakoti savo istoriją apie santykį su vaiku taip, kaip ji nori. Po pagrindinio klausimo užduodama papildomų, siekiant padėti tiriamosioms atskleisti įvairius santykio su vaiku aspektus: kaip mama suvokia savo vaiką, kokį jį mato, ką jai reiškia bendrauti su vaiku ir kaip jie kartu leidžia laiką. Remiantis literatūra, pirmo vaiko atsiradimas yra svarbus įvykis, kuris yra susijęs su naujomis tėvystės užduotimis (Spinelli et al., 2015), besikeičiančiais socialiniais santykiais (Ethier, 2022) ir pan. Todėl svarbūs mamos įvardijami pasikeitimai gyvenime ir kaip jie paveikė santykį su vaiku. Analizuojant tyrimus panašia tema galima pastebėti, kad labai svarbus yra mamos tapatybės klausimas (McLeish et al., 2021). Todėl svarbu klausti ne tik apie santykį su vaiku, bet ir apie patį tapimą mama. Pusiau struktūruoto interviu klausimai pateikti 2 lentelėje.

2 lentelė.

Pusiau struktūruoto interviu klausimai

Pagrindinis interviu klausimas: Prašau papasakoti, kaip formavosi jūsų santykis su vaiku (kalbant nuo pat nėštumo pradžios)?

Papildomos klausimų grupės:

1. Jei reikėtų įvardyti konkrečiau, kaip jūsų gyvenimas atrodė iki vaiko gimimo ir po jo? Papasakokite, kaip jūs jautėtės tapusi mama? Kokie yra svarbiausi jūsų gyvenimo pasikeitimai, įvykę tapus mama?
2. Ką jums reiškia būti mama? Ką jums reiškia būti „gera mama“? Kaip manote, ar jūsų „geros mamos“ sampratai daro įtaką kitų nuomonės ar požiūriai (pavyzdžiui, požiūriai, kuriuos pateikia artimieji, socialiniai tinklai, televizija)? Jei taip (ne), kodėl taip manote?
3. Ką jums reiškia bendrauti su vaiku? Kaip leidžiate laiką kartu su vaiku?
4. Papasakokite plačiau, kaip formuojate šį santykį su vaiku – ar jis vyksta natūraliai, ar domitės literatūra arba patarimais apie bendravimą su vaikais ir vaiko raidą? Jei taip, galbūt galėtumėte įvardyti šaltinius, kurie padeda jums formuoti tokį santykį su vaiku?

5. Papasakokite apie savo vaiką – koks jis (ji) yra, jūsų, kaip mamos, akimis? Papasakokite, kaip jaučiatės santykyje su vaiku šiuo metu?

Baigiamasis klausimas: Gal norite pridurti dar kažką, kas, jūsų manymu, yra svarbu, ko dar nepaklausiau?

Prieš tyrimą buvo atliktas bandomasis interviu. Bandomajame interviu dalyvavo pirmakartė mama, kurios vaikui interviu metu buvo vieneri metai ir kelios savaitės. Transkribuojant ir analizuojant interviu buvo kreipiamas dėmesys į klausimų tinkamumą temai, jų formulavimą. Po bandomojo interviu pusiau struktūruoto interviu klausimai buvo papildyti keliais papildomais klausimais. Bandomasis interviu į tyrimą nebuvo įtrauktas. Į tyrimą įtraukti interviu buvo atliekami 2024 metų sausio–vasario mėnesiais.

Atsižvelgiant į tai, kad mamos gyvena įvairiuose Lietuvos didmiesčiuose ir miestuose, turi nemažą užimtumą (prižiūri vaikus, kai kurios dirba), interviu pasirinkta atlikti nuotoliniu būdu susiskambinant per *Microsoft Teams* programą. Prieš susiskambinant buvo užtikrinama, kad mama yra jai saugioje ir ramioje aplinkoje, kad galėtų atvirai dalintis savo patirtimi. Dviejų interviu metu mamos buvo kartu su vaiku. Su mama, kuri turi dvynius, atliktas vienas interviu, interviu metu buvo klausama atskirai apie santykį su abiem vaikais. Tyrimų temos, susijusios su mamų psichologine sveikata, yra laikomos jautriomis, todėl interviu metu svarbu sukurti saugią aplinką, pasitikėjimu grįstus santykius ir paskatinti kreiptis pagalbos, jei yra poreikis (Silverio et al., 2022). Visų interviu trukmė buvo nuo 40 minučių iki 1 valandos. Įrašai daryti naudojant programą *Free PC Audio Recorder*. Prieš kiekvieną interviu ir po jo tyrėja vedė dienoraštį.

Atlikti 8 interviu garso įrašai buvo transkribuojami pagrindinės tyrėjos. Įrašai buvo sulętinami ir tekstas surenkamas kompiuteriu, vis iš naujo klausant pasakytų frazių ir tikslinant transkribuojamą tekstą. Transkribavimo metu buvo pasižymimos ir reikšmingos neverbalinės detalės: juokas, verkimas, ilgesnės tylos pauzės ir panašiai. Baigus transkribuoti, interviu buvo klausomasi iš naujo peržiūrint transkriptus ir pakoreguojant, jei reikia.

Iš pradžių duomenys buvo analizuojami remiantis Braun ir Clarke (2006) kodavimo ir temų išskyrimo gairėmis. Autorės atkreipia dėmesį, kad šios gairės neturėtų būti naudojamos laikantis griežtos tvarkos: nurodyti analizės etapai gali iš dalies sutapti, galima grįžti prie ankstesnių žingsnių (Braun & Clarke, 2021). Vėliau identifikuotos temos analizuojamos atsižvelgiant į tris naratyvo lygius.

1. *Susipažinimas su duomenimis*. Transkribuojant interviu garso įrašus, pakartotinai klausant įrašų ir skaitant transkriptus buvo siekiama gerai susipažinti su duomenimis. Šiame etape svarbus pasinėrimas į duomenis, turinio gilumo ir platumo pajautimas (Braun & Clarke, 2006). Jau šiame etape kyla idėjų ir nustatomi galimi modeliai būsimai duomenų analizei.
2. *Pradinių kodų kūrimas*. Braun ir Clarke (2006) rekomenduoja koduoti duomenis sistemingai, identifikuojant įdomius duomenų aspektus. Kodai gali būti žodžiai arba trumpos frazės, kurios atspinti konkrečią idėją. Tam tikra ištrauka gali būti priimta kaip svarbi, nes kartojasi, stebina, patys tiriamieji nurodo, kad tai svarbu,

duomenys primena ankstesnę literatūrą ar teoriją. Šiame tyrime koduojant buvo priskiriamas kodo pavadinimas, spalva ir atskirame dokumente išrenkamos citatos, kurios sudaro kodą. Kodų formulavimo ir kodų lentelės pavyzdys pateiktas 1 priede.

3. *Pirminių temų identifikavimas*. Naudojant Braun ir Clarke (2006) minčių žemėlapio procedūrą išskirtos penkios temos.
4. *Temų peržiūrėjimas*¹. Peržiūrint temas buvo perskaityti kiekvienos temos kodai su ištraukomis. Kreipiamas dėmesys į tai, ar jos užfiksuoja, kas yra svarbiausia duomenyse ir siejasi su tyrimo klausimais. Siekiama išlaikyti vidinį homogeniškumą (duomenys temoje dera) ir išorinį heterogeniškumą (temos tarpusavyje reikšmingai skiriasi).
5. *Temų apibrėžimas ir pavadinimas*². Peržiūrint kiekvienos temos kodus ir ištraukas, išskirtos potemės. Kiekvienai temai ir potemei sukuriama pavadinimas, kuris geriausiai jas atspindėtų. Temų, potemių ir kodų lentelė pateikta 2 priede.
6. *Rezultatų aprašymas*. Rezultatų dalyje kiekviena tema ir potėmė pristatyta ir aprašyta iliustruojant pavyzdžiais, kuriuose geriausiai atsiskleidžia temos ar potemės esmė.

Vėliau, analizuojant temas ir potemes, buvo atskiriami naratyvo lygiai. Pasakojimas vienu metu veikia keliais susikertančiais lygmenimis: išskiriant šiuos lygmenis galima geriau suprasti, kaip asmeninės istorijos įsiterpia į platesnes visuomenėje egzistuojančias naratyvines struktūras (Wong & Breheny, 2018). Naratyviniai lygiai pasakojimuose nėra aiškiai atskirti, nes dažniausiai naudojami keli lygiai vienu metu – atliekant analizę, stengiamasi šiuos lygius identifikuoti ir kuo aiškiau atskirti (Stephens & Breheny, 2012). Vieni autoriai išskiria keturis naratyvo lygius: asmeninis, tarpasmeninis, pozicinis ir ideologinis (Murray, 2000). Kiti tyrėjai naudoja tris naratyvo lygius: asmeninis, tarpasmeninis ir viešasis naratyvas (kuris apima pozicinį ir ideologinį lygius) (Stephens & Breheny, 2012; Wong & Breheny, 2018). Šiame darbe naratyvai taip pat bus skirstomi į tris lygius. Iš pradžių iš naujo peržiūrimos temos, skaitomi kodai ir atskiriami naratyvo lygiai temoje. Vėliau įvardijamas ryškiausiai išsiskiriantis naratyvo lygis temoje ir analizuojama, ką tai atskleidžia konkrečioje temoje.

1. *Asmeninis naratyvas*. Pasakojimai leidžia žmonėms pateikti kontekstą, svarbias detales, kurios leidžia geriau suprasti istorijas (Wong & Breheny, 2018). Žmogus atskleidžia savo suvokimą, socialinės aplinkos vertinimą ir savo elgesį aplinkoje (Murray, 2003). Asmeninis naratyvas šiame tyrime atskleidžia, kaip mamos aiškina ir suvokia savo pačių patirtį, kokią prasmę įvykiams ir patirtims teikia.
2. *Tarpasmeninis naratyvas*. Pasakodamas istoriją žmogus dalyvauja pokalbyje, kurio metu pasakojimą koreguoja atsižvelgdamas į klausytojo reakcijas, stengiasi pateikti tam tikrą savo įvaizdį (Murray, 2003). Interviu imantis žmogus, net jei stengiasi būti neutralus, savo reakcijas ir klausimus kuria naudodamasis socialinėje erdvėje

¹ Vienas iš kodų (*Vaiko laukimas*) pateko į dvi skirtingas temas, kuriose buvo aktualus nėštumo laikotarpis iš skirtingų pusių: kada mamos pradėjo jaustis mamomis ir kada mamos pajuto užsimezgušį santykį su vaiku.

² Kodas *Santykis su vaiku* peržiūrint temą ir išskiriant potemes buvo priskirtas dviem potemėms. Vienoje potemėje šis kodas svarbus dėl santykio pradžios nurodymo, kitoje – dėl vaiko prisirišimo prie mamos apibūdinimo.

esančiais naratyvais (Stephens & Breheny, 2012). Pasakojimui įtaką gali daryti ir įvairūs tyrėjo bruožai: amžius, lytis, profesija ir panašiai (Wong & Breheny, 2018). Šiame lygyje veikia ir suvokiamos auditorijos įtaka (Murray, 2003). Tarpasmeniniame naratyve dėmesys kreipiamas į tai, kaip mamos konstruoja pasakojimą, kokias raiškos priemones naudoja ir kokią įtaką pasakojimui daro tyrėja ir tyrimo kontekstas.

3. *Viešasis naratyvas*. Tai yra viešai žinomi bendri socialinio gyvenimo naratyvai, kurie apima moralinių ir socialinių tapatybių nuostatas (Stephens & Breheny, 2012). Šis lygis atspindi suvokimą, kaip viskas „turėtų būti“ visuomenėje: kas yra gerai, kaip žmonės turėtų elgtis ir kaip mes suprantame, kodėl žmonės elgiasi taip, kaip elgiasi (Wong & Breheny, 2018). Žmonės pasakodami taip pat geba peržengti įprastas normas arba net joms pasipriešinti (Stephens, 2011). Viešasis naratyvo lygmuo leidžia geriau suvokti, kaip suprantama motinystė ir santykis su vaiku visuomenėje.

Tyrėjų santykis su tema ir tiriamosiomis

Tyrimą atliko dvi tyrėjos: pagrindinė tyrėja buvo baigusi edukacinės ir vaiko psichologijos krypties magistrantūros studijas, o antroji tyrėja yra psichoanalitinių studijų daktarė. Pagrindinė tyrėja atliko interviu ir pirminę duomenų analizę magistrantūros studijų metu, o antroji tyrėja atliko antrinę duomenų analizę ir vadovavo tyrimo procesui. Pagrindinė tyrėja turi praktinės darbo su vaikais patirties, o antroji tyrėja jau kelerius metus dirba vaikų psichoanalizės akademiniuose programose įvairiuose universitetuose.

Viso tyrimo metu pagrindinė tyrėja vedė dienoraštį. Tyrėjos dienoraštis kokybiniuose tyrimuose yra svarbus, nes padeda apmąstyti tyrėjo vaidmenį, stebėti asmenines prielaidas bei emocines reakcijas, kurios gali turėti įtakos duomenų rinkimui ir interpretavimui. Tokia refleksija padidina tyrimo skaidrumą, patikimumą ir interpretacinį sąžiningumą (Lincoln & Guba, 1985; Berger, 2015). Tyrėjo dienoraštis taip pat leidžia fiksuoti metodologinius sprendimus, svarbias įžvalgas ir tyrimo proceso eigą, todėl tampa vertingu šaltiniu analizei ir rezultatų pagrindimui.

Prieš atliekant šį tyrimą, pagrindinė tyrėja turėjo tam tikrų žinių apie mamos ir vaiko santykį, kurios galėjo daryti įtaką tyrimo klausimų formulavimui, interviu eigai bei interpretacijai, nes ankstesnių tyrėjos darbų temos bent iš dalies buvo susijusios su šia tema. Tuo pat metu pagrindinė tyrėja turėjo ir asmeninės patirties, nes aplinkoje buvo kelios neseniai pirmo vaiko susilaukusios mamos, kurios dalindavosi savo kasdienybe ir patirtimis.

Kalbant apie santykį tarp pagrindinės tyrėjos ir tyrimo dalyvių interviu metu, tiriamosios buvo informuotos, jog tyrėja yra būsima psichologė, atsiskleidė ir kiti galimai reikšmingi ypatumai (pavyzdžiui, amžiaus skirtumas tarp pagrindinės tyrėjos ir tiriamųjų). Visa tai galėjo turėti reikšmės interviu pokalbiams tiek iš pagrindinės tyrėjos, tiek tiriamųjų perspektyvos: kaip tyrėja bendrauja su mamomis, kaip ir kokius klausimus pateikia; kaip tiriamosios reaguoja į tyrėją ir kaip pasirenka save reprezentuoti ir pateikti interviu metu (turint omenyje tyrimo susitelkimą į naratyvus). Su dauguma tiriamųjų interviu metu

pavyko užmegzti kontaktą, jautėsi ir jų pasitikėjimas pagrindine tyrėja: tiriamosios atviraai atsakydavo į klausimus, dalinosi skaudžiomis patirtimis, laisvai reiškė emocijas, dvi mamos interviu metu susigraudino. Pateiktoje pagrindinės tyrėjos dienoraščio ištraukoje galima matyti, kad mamų asmenybės, jų kalbėjimo maniera, aptariamų temų turėjo reikšmės tam, kaip pati tyrėja jautėsi interviu metu:

Interviu jautėsi labai didelė mamos ramybė, ji labai ramiai kalbėjo, greičiausiai dėl to, kad neseniai užmigdė vaiką, bet jos visa kalbėjimo maniera rami, pakankamai lėta. Jaučiau, kad mane tai irgi veikia, norisi ramiau, lėčiau kalbėti, neskubėti su klausimų uždavimu. <...> Labai rezonavo ir atliepė mano pačios motinystės supratimą ir kokia aš norėčiau būti mama.

Tyrimo patikimumas

Siekiant užtikrinti tyrimo patikimumą, pasitelktos kelios strategijos, detalai aprašytos Hadi ir Closs (2016). Pateikiamas išsamus tyrimo aprašymas: suminimos tiriamųjų įtraukimo į tyrimą ir charakteristikų detalės, plačiai aprašoma tyrimo eiga, kontekstas. Duomenys analizuojami induktyviai (netaikant iš anksto numatytų kategorijų), taip stengiasi pažinti tiriamųjų gyvenimą, patirtis, jas vertinti iš dalyvių pozicijos. Savirefleksija leidžia tyrėjams kalbėti apie savo vaidmenį tyrime, požiūrį į tyrimo temą, turimą patirtį ir kokią tai įtaką gali turėti tyrimui ir jo rezultatams. Šiuo tikslu pildomas tyrėjo dienoraštis. Tyrimą atliko dvi tyrėjos, taip užtikrinamas skirtingas žvilgsnis į tuos pačius duomenis – trianguliacija.

Rezultatai

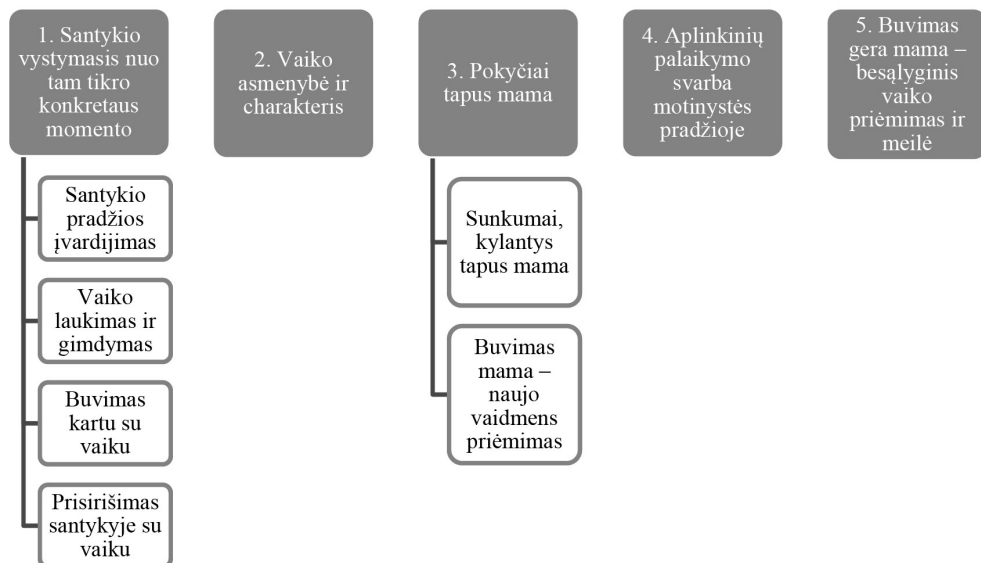
Šio tyrimo tikslas yra tirti, kaip pirmakartės mamos patiria santykį su vaiku pirmais metais po vaiko gimimo, susitelkiant į naratyvus, formuojančius jų požiūrį į motinystę. Buvo išsikelti trys klausimai: *Kaip vystosi šis santykis? Kas mamoms santykiuje su vaiku yra svarbu? Kas daro įtaką šiam santykiui?* Analizuojant duomenis identifikuotos penkios temos: (3.1) *santykio vystymasis nuo tam tikro konkretaus momento*; (3.2) *vaiko asmenybė ir charakteris*; (3.3) *pokyčiai tapus mama*; (3.4) *aplinkinių palaikymo svarba motinystės pradžioje*; (3.5.) *buvimas gera mama – besąlyginis vaiko priėmimas ir meilė*. Gautos temos su joms priklausančiomis potėmėmis pavaizduotos paveiksle. Toliau plačiau aptariamų temų su pavyzdžiais ir jose atsiskleidžiantys naratyvo lygiai.

Santykio vystymasis nuo tam tikro konkretaus momento

Paklaustos apie santykį su vaiku, tiriamosios kalbėjo apie tai, kada ir kaip vystėsi santykis, ką veikia kartu su vaiku. Šioje temoje atsispindi asmeninis naratyvo lygis: suteikiama prasmė įvairiems įvykiams ir aplinkybėms ir atsakoma į klausimą, kaip vystosi santykis su vaiku ir kas svarbu šiame santykiuje.

Paveikslas

Naratyvinės analizės būdu išskirtos temos su joms priklausančiomis potemėmis



Santykio pradžios nurodymas

Santykis su vaiku užsimezga skirtingu metu. Kai kurios mamos ryšį su vaiku pajausdavo būdamos nėščios. Šis santykis išgyvenamas kaip pokalbis su vaiku, Kristina papildo, kad santykiui užmegzti pasitelkė ir muziką. Kai santykio nėštumo metu nepavyksta išgyventi, išreiškiamas nusivylimas.

Monika: *Aš visą laiką jo laukiau, su juo šnekėdavau net kol jisai nebuvo netgi dar net pradėtas, tiesą sakant. Aš jam sakydavau: [mažybinis vardas], palauk, mamai dar reikia tą padaryti, tą padaryt. Nu čia aš nežinau [nusijuokia], tikrai kažkoks kosmosas.*

Karolina: *Norėjau, jaučiau ir norėjau, kad viskas būtų sklandu ir gerai, o tokio maksimalaus išjautimo, kokį idealizavau savo galvoje, tokio kaip ir nebuvo.*

Kitos mamos ryšį su vaiku patirdavo praėjus daugiau laiko. Pastaruoju atveju Erika ir Karolina paaiškina, kodėl, jų nuomone, santykį su vaiku išgyvena vėliau. Pavyzdžiui, santykis su vaiku pasikeitė įveikus po gimdymo apėmusią depresiją: *supratau, kad čia mano visgi vaikas* (Erika). Karolinai santykiui svarbus buvo vaiko asmenybės pamatymas.

Daiva: *Ir tą sekundę, kai jį padėjo – jis nurimo. Aš nemoku pasakyt, koks tas jausmas. Nu, jis jaučia tave, nu viskas čia, reiškia, nu tu esi jam svarbus ir vienintelis, kas jį nuramina. Nu tai man šitas, jaučiu, viską atrišo, aš nežinau. Labai labai surezonavo, kad ant tiek gali būti kažkieno toks ryšys su tavim.*

Karolina: *Pirmas šiltas kontaktas 5–6 mėnesių, labai kažkaip tada stipriai smagu buvo. Po to apie pirmus metus, jau kai tokie vaikščiojimas ir toks individualumas, ir vaiko tokie*

pirmieji nu tokie, sakykim, IQ stipresni pasimato [nusijuokia]. Ir aišku jau dabar, kai dabar irgi jau visai cute, nes atsiranda jau asmenybinių tokių dalykų gal. Ir jau jauti, kad žmogus šalia tavęs, toks jau visai su savo labai stipriais norais ir dalykais.

Vaiko laukimas ir gimdymas

Daugelis mamų pačioje pasakojimo pradžioje apie santykį su vaiku pasakydavo, kad vaikas buvo lauktas, planuotas, trumpai paaiškindavo vaiko atsiradimo aplinkybes. Tai rodo, kad mamoms svarbu pabrėžti, jog vaikas buvo lauktas ir planuotas, tuo paaiškinamas geras santykis su vaiku ar kitos teigiamos pasekmės.

Rasa: Buvo planuotas, lauktas labai ir dėl to taip viskas yra tiesiog... Natūralu, svarbu ir teikia tą džiaugsmą, negu, labiau negu kažkokį tai negatyvų dalyką.

Kalbėdamos apie santykio su vaiku kūrimą, mamos prisiminė gimdymo patirtis. Tais atvejais, kai gimdymas dėl tam tikrų priežasčių buvo labiau komplikotas, mamos patyrė daugiau streso, kuriuo paaiškina santykio su vaiku ypatumus. Pavyzdžiui, nors Kristina cezario pjūvio operacijos metu ir dėl kūdikio sveikatos būsenos patyrė daug streso, tai vėliau ją skatino dar labiau rūpintis kūdikiu. Karolina savo motinystės ir santykio sunkumus sieja su epidūrinės nejaunos poveikiu gimdymo metu.

Kristina: Tai tokį, nu, turėjau tokį, kaip pasakyt, išgyvenimą vidinį. Kad aš čia, o jis kažkur, nežinau kur, tėčio neleidžia pas jį, tėčio neleidžia pas mane. <...> Tai buvo gan ilgas laiko tarpas ir man, sakau, užsidegė, užsikūrė kažkokia, matyt, motiniškumo lemputė, ir aš pasakiau, kad aš viskas, jis pas mane gulėjo lovoj, tikrai ne savo lovytėj, ir ir aš tiesiog jį visada glaudžiau.

Karolina: Man tada padidino epidūrą ir staiga viskas finalizavosi ant epidūro, sakykim. Tai aš nejaučiau tos kulminacijos, to didžiausio skausmo, kada, nu, moterys išgyvena tą patį jau išstūmimo momentą. Aš jį tokį maždaug, nu sako stumt, kažką ten darau ir tas vaikas išlindo ir maždaug: nu va, prašau. Ir man toks what?! Man atrodo, mano smegenys nesuprato, kas čia įvyko.

Buvimas kartu su vaiku

Santykį su vaiku mamos daugiausia kuria atliekant bendras veiklas ir įgyjant patyrimo. Vaikai yra įtraukiami į įvairius buitines darbus, tėvai eina pasivaikščioti kartu su vaikais, važiuoja į gamtą ar kultūrinius objektus, kad vaikas pažintų pasaulį. Kai kurios mamos sako, kad bendraudamos su vaiku gali būti savimi – tai Erikai ir Ievai svarbus santykio su vaiku aspektas.

Kristina: Aš jam tiesiog leidžiu dalyvauti apskritai ir buityje [nusijuokia] ir... Ir žodžiu, ir žaidimai, ir lauke mes leidžiame laiką. Ir... jei kai jau išeina jam pačiam ir leidžiu ir stovėti virtuvėj man padėti, ir šluoti, ir siurbti.

Erika: Man su ja bendrauti reiškia būti savimi, nes jinai irgi tokia pilietė [...] mano kompanionė, visur su manimi eina, su visais kartu bendrauja.

Sprendimai dėl vaiko aplinkos daro įtaką mamos ir vaiko santykiui. Mamos, kurios neleidžia vaikų į darželį, visą laiką būna kartu: *Va, mano rankinukas. Visą laiką kartu* (Erika). Kitos mamos, kurios nusprendė grįžti į darbus, leidžia vaikus į darželį arba palielia namuose su tėčiu. Tokiu atveju tiek jos pačios pasiilgsta vaikų, tiek vaikai jų labiau pasiilgsta.

Prisirišimas santykiuose su vaiku

Moterys savo santykį su vaiku vertina pagal tai, kiek vaikas yra prie jų prisirišęs ir kiek jos pačios vaiko pasiilgsta.

Rasa: *Nueina miegoti pietukų ir, tarkim, ilgiau miega, sakom, atrodo, kad jau pasiilgau nu, <...>. Jau galėtų keltis, aš jau pasiilgau, jau norėčiau eiti kartu žaisti, kažką veikti.*

Karolina: *Santykis mūsų geras [abejojančiu balsu] ta prasme, kad aš vertinu jį kaip jį saugiai reaguojau, kai manęs nebūna: ar jį saugiai jaučiasi, kaip jis reaguoja į svetimą aplinką. Tai pagal visus tuos ženklus, atrodo, kad viskas gerai. Nes jis svetimoje aplinkoje prisiglaudžia ir kvestionuoja dalykus, bet paskui pamato, kad viskas gerai, ir tiesiog būna laisvai, explorina. Tai aš manau, kad tas yra gerai.*

Pirmakartės mamos santykį su vaiku apibūdino įvairiai – tai individualūs naratyvai, parodantys, kaip vystosi ryšys su vaiku. Nėštumo metu kai kurios mamos jį jautė kalbėdamosi su vaisiumi, po gimdymo – per pirmąjį kontaktą. Jei ryšys užsimezgė vėliau, pateikiamos to priežastys. Pasakojimuose išryškėjo konteksto detalės: ar vaikas planuotas, kaip praėjo gimdymas, kokios bendros veiklos stiprina santykį. Taip pat buvo minimi sprendimai dėl vaiko priežiūros (pavyzdžiui, darželis) ir jų poveikis santykio išgyvenimui. Mamos atkreipė dėmesį į vaiko prierašumą ir pasiilgimą – šie nurodomi kaip svarbūs ryšio aspektai.

Vaiko asmenybė ir charakteris

Kalbėdamos apie santykį su vaiku, mamos pasakoja, koks yra jų vaikas. Tai, kaip mama pasakoja apie savo vaiką, kaip jį pristato, taip pat yra svarbi mamos ir vaiko santykio dalis. Analizuojant, ką ir kaip kalba tyrime dalyvavusios mamos, galima pastebėti sąveiką su klausytoju (tiek tyrėja, tiek suvokiama straipsnio auditorija). Šioje temoje analizuojamas tarpasmeninis naratyvo lygis.

Pasakojant apie savo vaikus pasikeisdavo tiriamųjų intonacija, kalbos raiška: atrodė smagesnės, žaismingesnės, daugiau juokavo. Mamoms yra svarbu, kad vaikai yra panašūs į jas ar abu tėvus, todėl vaikas yra *pats gražiausias, pats geriausias* (Daiva). Mamos naudoja humorą (pavyzdžiui, *gausiu rėkt, man atrodo, kai užaugs [nusijuokia]* (Ieva), *jeigu tas vaikas bus bent pusė tiek yra manęs ir tavęs, sakau, mums šakės* (Monika), vartoja vaizdingus apibūdinimus (pavyzdžiui, *terminatorius 3000* (Erika), *mažas niekšelis* (Monika)). Taip pat beveik visos mamos mini tuos vaikų bruožus, kurie kelia joms sunkumų (pavyzdžiui, aktyvumas, stiprus norų reiškimas, išdykavimas), tačiau vėliau lyg

pateisina savo vaikus – vaiko apibūdinimą užbaigia geromis savybėmis. Tai atsiskleidžia toliau pateiktoje ištraukoje.

Erika: Šiaip tai ji tokia, sakau, teroristinė asmenybė. Jau jos norai tokie yra labai aiškiai išreikšti, nu va matosi, kad ji iškart aiškiai rodo, parėkia, krenta, nu va tokia. Bet kartu ir labai miela, moka prisiglausti, tokia... Nepiktybinė.

Dauguma mamų pabrėžė vaiko asmenybės savybes, kurios, jų teigimu, yra svarbios santykiui. Vaikai apibūdinami vaizdingai, dažnai pasitelkiant humorą ar palyginimus. Panašu, kad atsakymams į šį klausimą įtakos turėjo tyrėjos ar suvokiamos auditorijos vaidmuo (naratyvinio interviu ir analizės ypatumas – nuolatinis dėmesys poveikiui, kurį daro auditorija tiriamųjų pasakojimams): mamos dažniau juokauja, stengiasi vaizdingai perteikti savo vaikų charakterį, pateikdamos sunkumų keliančias vaiko savybes, jas at-sveria teigiamomis savybėmis. Mamoms svarbu pabrėžti, kad jų vaikas yra geras, o tam tikros sunkumų keliančios savybės nėra piktybinės.

Pokyčiai tapus mama

Ši tema apima moterų išgyvenimus pirmą kartą tapus mama: tai yra įvairūs gyvenimo pokyčiai gimus vaikui, naujo vaidmens priėmimas. Šis virsmas kelia įvairių iššūkių ir sunkumų. Tai, kaip mama suvokia savo motinystę, kaip išgyvena naujo vaidmens priėmimą, dažnai daro įtaką santykiui su vaiku. Kalbėdamos šia tema tiriamosios įprasmina savo patirtis, todėl čia svarbiausias asmeninis naratyvo lygis. Kadangi tema plati, išskirtos šios potėmės: (3.3.1) sunkumai, kylantys tapus mama; (3.3.2) buvimas mama – naujo vaidmens priėmimas.

Sunkumai, kylantys tapus mama

Šiuo jautriu laikotarpiu moterys patiria įvairių sunkumų. Nėra lengva priimti gyvenime vykstančius pokyčius, kyla ir kitų sunkumų. Vienai mamai kilo sunkumų dėl žindymo, kita mama sakė, kad *pirmasis mėnuo toks pragariškas yra* (Monika), kol priprato prie rūpinimosi vaiku. Daugelis mamų paminėjo, kad pirmais mėnesiais ar net metais per daug apleido save ir santykį su vyru.

Beveik visos mamos susidūrė su socializacijos ar savirealizacijos trūkumu. Daiva teigė, kad *socializacijos gal irgi nu trūksta, nes tu sėdi namuose*, mamos kalbėjo, kad labai sunku išgyventi rutiną, todėl stengiasi prisigalvoti įvairių veiklų, kad *nesėdėt namuose* (Erika).

Trys mamos patyrė rimtą emocinių išgyvenimų, kurie sąlygojo ir santykio su vaikais kūrimą. Erika sirgo depresija po gimdymo. Rūpinimasis vaiku tuo metu buvo lyg darbas, Erika turėjo suicidiškų minčių, norėjo atsiriboti nuo vaiko. Tai truko 7–8 mėnesius. Mama kreipėsi pagalbos į kolegę draugę, įsitraukė į įvairias veiklas, kursus, darbus, tai jai padėjo *viską išsispręsti be vaistų*.

Erika: *Tai tada tam, kad išbrisčiau iš to, <...> aš tiesiog pasinėriau į darbą. Kada jinai miega, aš dirbu. Arba aš kursuose kokiuose nors. <...> buvau priėmus visokius vaikų miego kursus, dar visokius kursus, kad tik tai kažką turėčiau veiklos, kad ausyse per ausines kažkas su manim kalbėtų.*

Lina sakė, kad jai motinystėje trūksta apčiuopiamumo, aiškaus rezultato, todėl, kai pasidarė sunku, kreipėsi pas psichologą. Nusprendusi, kad nori pabandyti susitvarkyti su situacija be medikamentų, dvynius pradėjo dvi dienas per savaitę leisti į darželį – taip ji rado laiko sau, darbams, galimybę pailsėti ir tai jai padėjo įveikti sunkumus.

Karolina daugiausia sunkumų patyrė dėl jausmo, kad praranda save, kad gaišta laiką būdama namie. Pati mama sako, kad tokia jos savijauta darė įtaką santykiui su vaiku.

Karolina: Aš nesu iš tų mamų, kuri labai jau ten idealizuoja ir yra prisirišusi, ir negali vaiko paleisti. Aš kaip tik norėčiau, kad biškį man dar man erdvės duotų, nes aš jaučiu, kad aš save labai prarandu ir ir man tas kažkaip nepatinka ir netiesiogiai persikelia į kažkokią nekantrybę, pyktį ant vaiko, nors iš tikrųjų čia viskas yra apie mane, o ne apie vaiką.

Išskirtinė Ievos situacija – pirmaisiais motinystės metais išsiskyrė su vaiko tėčiu ir pakeitė gyvenamąją vietą. Ieva sako, kad skyrybos labiau nei grįžimas į darbą paveikė santykį su vaiku, nes jautė, kad dėl emocinių išgyvenimų nebegali visiškai savęs atiduoti vaikui ir dėl to labai pergyveno.

Ieva: Iš šono vienas žmogus pasakė, kad vat kai aš buvau mažas ir mano tėvai skyrėsi, sako, ko man labiausiai trūko, tai, sako, ką aš labiausiai jaučiau, kad mama yra šalia, bet jos kaip ir nėra mintimis. Jinai nebe visa mano, sako. Ir man tas tokį skausmą sukėlė, mane tie žodžiai palietė ir aš stengiausi jau, nu kai esu savo dukra, atidėti ten visas problemas, kažkaip, stengtis bent jau kiek įmanoma į šoną ir būti mintimis ir kūnu su savo vaiku.

Tiriamosios dalinasi tokiais išgyventais sunkumais kaip pasikeitusios gyvenimo ir darbo aplinkybės, depresija po gimdymo, skyrybos, su šiais sunkumais sieja savo ir vaiko santykio ypatumus.

Buvimas mama – naujo vaidmens priėmimas

Įvyksta svarbus moterų asmenybės pokytis – naujo vaidmens priėmimas. Moteris tampa mama, žmona ir vyras tampa tėvais, atsiranda naujas savęs suvokimas.

Paklausus, kaip jautėsi tapusios mamomis, tiriamosios dažnai pradėdavo svarstyti, kada atėjo šis suvokimas. Vienos jautėsi mamomis nėštumo metu, ypač šis jausmas mamoms sustiprėdavo pajutus pirmuosius vaisiaus judesius: *Nuo tada, kai pradėjo judėti ir kai pradėjom ir bendrauti, tai pirmoji mamų diena, buvo mamos diena* (Kristina). Tačiau ne visos moterys jautėsi mamomis sužinojusios, kad laukiasi: *<...> su teigiamu nėštumo testu mamytės jausmelis, ne, nesakyčiau, kad labai pasijautė [nusijuokia]* (Karolina). Daugeliui tokia naujiena kėlė abejonių dėl savo gebėjimų būti mama: *Pati jaučiausi tokia vėjavaikė [juokiasi], nežinau net, kaip pasakyti. Nu tiesiog buvo abejonių, kaip man seksis* (Ieva). Abi mamos, kurios vaikų susilaukė dirbtinio apvaisinimo būdu, sakė, kad džiaugsmas nėštumo metu ilgą laiką buvo santūrus, atsargus.

Daiva: Pradžioj buvo kažkaip iš viso sunku, sunku patikėti. Mes atlikinėjom pagalbinį apvaisinimą ir tai buvo nebe pirma procedūra. Prieš tai buvusios buvo nesėkmingos. Tai kai... Paaiškėjo, kad, kad šita nu sėkminga, tai, aišku, pradžioj labai toks atsargus buvo

tas jausmas, nes... Niekada negali nu žinoti, kaip ten viskas. Tai pradžioje tas džiaugsmas toks rezervuotas ir... Nu šiaip nelabai ten tikisi.

Daugeliui mamų stiprus motinystės patyrimas būdavo iškart po gimdymo arba po pirmo artimo kontakto su vaiku.

Ieva: Nu man buvo labai didelis ryšys, iš po, iš karto. <...> Na, jaučiau labai stiprų ryšį iš karto, man tai pasidarė svarbiausias ir mylimiausias žmogeliukas [juokiasi] pasauly.

Erikos ir Karolinos motinystės suvokimas, kaip ir santykio su vaiku mezgimas, prasidėjo vėliau, praėjus šiek tiek laiko po vaiko gimimo. Karolina sako, kad mama pradėjo jaustis, kai vaikas pradėjo jį išskirti iš kitų, vadinti „mama“ ir kai paties vaiko asmenybė pradėjo skleistis. Erikos atveju savo kaip mamos suvokimas buvo sutrikdytas depresijos po gimdymo.

Erika: Pradžioj realiai aš jį vertinau kaip savęs tąsą. Kas nėra labai geras vaiko vertinimas, nes tai, nu, atskiras individas, va, matosi [juokiasi]. Bet pradžioj, vat nėštumo metu, taip ir buvo. O po to, kadangi buvo pogimdyvinė, tai aš truputį nesupratau, kas tas vaikas.

Daugelio mamų nuomone, būti mama yra privilegija. Pavyzdžiui, *toks jausmas, kad kažkas priėmė į klubą. Į privatų klubą* (Erika), čia nematoma tokia kaip ir siena prasiveria. Nes tie, kurie neturi vaikų, nu, jie automatiškai neįeina į tą ratą žmonių, kurie turi (Daiva). Ši privilegijos jausmą atskleidžia ir tai, kad mamos jaučiasi galinčios prisidėti prie *mažo žmogaus augimo* (Erika), *perduosi tas vertybes savo ir užauginsi dar vieną žmogų pasauly, kuris atneš kažką gero* (Monika).

Buvimas mama siejamas su pilnatvės jausmu – taip sako visos tiriamosios. Kai kurios teigia, kad dabar, jau turint vaiką, atrodo, jog būtent to ir trūko gyvenime: *iki pilnos laimės man tikrai reikėjo vaiko* (Daiva).

Buvimas mama ne vienos tiriamosios buvo lyginamas su meilės sąvoka. Tapusios mama moterys patiria naują meilės formą, tai prisideda ir prie patiriamo pilnatvės jausmo.

Kristina: Tokios kitokios meilės, kitokios meilės negu kad, tarkim, yra vyro ir mano, ir čia, nu, toks toks kitoks atsirado dar viena meilės sąvoka tikriausiai tapus mama.

Moterys pasakoja, kokius lūkesčius kelia sau kaip mamoms. Šie lūkesčiai atsiranda dar nėštumo metu, kai mamos įsivaizduoja, kokios jos bus, koks bus jų vaikas ir kaip atrodys jų santykis. Jei šie lūkesčiai nėra išpildomi, mamos išgyvena nusivylimą, jaučiasi kaltos.

Karolina: Idealizavau, aišku, aš tą procesą, kad galvojau, kad ten labai jau aš ten viską jausiu ir labai norėsis būti, ten kalbinti tą vaiką, įsivaizduoti, kaip jis atrodys ir panašiai. Bet man buvo gal gan sunku tą daryti.

Kai kurios mamos džiaugiasi, kad joms pavyko susitvarkyti su įvairiais iššūkiais nepaisant to, kad jos yra pirmakartės. Tokiu atveju jų pačių motinystę vertinama labiau teigiamai.

Ieva: Kai pirmą kartą esi mama, tai tu nesupranti nei kodėl, nei ką reikia daryti ir panašiai, bet viską man pavyko daryti puikiai, aš viską greitai išsiskaitinėjau, susiradau, dėl ko gali vaikas verkti, kai verčia visokius būdus išbandau.

Mamos, kurioms motinystė teikia džiaugsmą, pradeda galvoti, *kada čia antrą?* (Erika). Tačiau čia svarbios ir kitos aplinkybės: Karolina aiškiai pasako, kodėl apie antrą vaiką šiuo metu negalvoja: *Jeigu būtų didesnis vyro palaikymas ir dalyvavimas tame, aš nesvarstyčiau, ar turėti antrą vaiką, ar ne.*

Motinystės vaidmens priėmimas siejamas su santykiu su vaiku, meile. Santykio su vaiku patyrimas, atrodo, neatsiejamas nuo savęs, kaip mamos, suvokimo.

Tai, kaip mamos kalba apie kylančius sunkumus tapus mama ir asmenybės virsmą, parodo asmeninį naratyvo lygį. Moterys dalinasi patiriamais sunkumais: socializacijos, savirealizacijos trūkumu, fiziniais sunkumais, sunkiais emociniais išgyvenimais. Mamos taip pat pasakoja, kas padėjo sunkumus įveikti. Kalbėdamos apie tai jos įprasmina savo patirtis ir sieja tai su savo savijauta bei santykiu su vaiku. Paklaustos, kaip jautėsi tapusios mamomis, moterys svarsto, kada pradėjo jausti, kad jos yra mamos, kokios patirtys buvo pradžioje. Kalbėdamos apie tapimą mama moterys pamini abejones, kilusias nėštumo metu dėl to, kaip joms seksis būti mamomis. Tapimas mama tiriamųjų laikomas privilegija, patiriamas pilnatvės jausmas ir siejamas su platesne meilės sąvoka. Pradėjusios lauktis moterys turi įvairių lūkesčių sau – jei šie lūkesčiai nėra išpildomi, mamos jaučia nusi-vylimą. Nuo to, kaip patiriama motinystė, priklauso, ar mama nori turėti daugiau vaikų. Moterys, pasakodamos savo istorijas, bando nusakyti, kada suprato tapusios mamomis, ką šis pokytis atnešė į jų gyvenimus ir kaip tai veikia jų savijautą.

Aplinkinių palaikymo svarba motinystės pradžioje

Mamos aptarė, koks yra svarbus vyro, tėvų palaikymas, santykis su kitomis mamomis, kurios turi panašaus amžiaus vaikų. Aplinkinių palaikymas motinystėje yra vienas iš veiks-nių, kuris daro įtaką santykiui su vaiku: suteikia emocinį palaikymą patiriant sunkumų, pastiprina. Tai, kaip mamos pateikia aplinkinių palaikymo reikšmę santykiui su vaiku, atskleidžia asmeninį motinystės patirčių naratyvo lygį.

Beveik visų tiriamųjų pasakojimuose atsiskleidė vyro palaikymo svarba. Reikia pa-minėti, kad visos mamos, išskyrus vieną, gyvena kartu su vaiko tėčiu. Vyro palaikymo nauda atsiskleidė įvairiais aspektais: palaikymas patiriant depresiją po gimdymo (Erika), atlaikant aplinkos spaudimą (Erika, Monika), susitvarkant buityje pirmaisiais mėnesiais (Lina), auklėjime (Kristina, Ieva), įsitraukiant į dirbtinio apvaisinimo procesą (Daiva) ir apskritai bendradarbiaujant tėvystėje (Monika). Vyro įsitraukimo svarbą iliustruoja toliau pateikta ištrauka.

Monika: Kaip sako, oi, vyras tau padeda, kaip tau faina. Nu ne, jis man nepadeda. Mes auginam vaiką kartu, nes mes kartu ir dalyvavom tam procese, kad jis atsirastų, tai aš natūraliai ir suvokių, kad ir vyras tada kartu augina vaiką, o ne kad aš auginu, o jis, nu, tipo čia tarp kitko padeda. Tai ne, šitas variantas man neveiktų ir labai džiaugiuosi, kad vyras būtent toks yra, kuriam vaikai yra irgi labai svarbi gyvenimo dalis.

Kiek kitokia situacija atsiskleidė kalbantis su Karolina. Viso interviu metu tiriamoji grįždavo prie to, kad jai labai trūko vyro įsitraukimo nėštumo metu, pagalbos ir bendra-darbiavimo jau vaikui gimus.

Karolina: *Didžiausias nepatogumas buvo ne santykių su vaiku, bet santykių su vyru, nes norėjosi didesnio įsitraukimo į procesą. <...> Supratau, kad ne nuo manęs čia vienos tas priklauso ir man tas sukeldavo kaip ir bejėgystės tokį jausmą, kad negaliu kontroliuoti to pati viena. Nes jeigu pati viena, tai žinau, kaip čia viskas būtų, o va, kad čia vat kažkoks žmogus dar šalia, nu ne kažkoks, vyras šalia [nusijuokia], bet vat jis nedaro taip, kaip aš galvoju, kad norėčiau, kad būtų. Tai tas turbūt kėlė didžiausią man gal tokį diskomfortą.*

Tiriamosios kalba ir apie tai, kokia svarbi yra socialinė aplinka: santykis su savo tėvais, jų pagalba ir įsitraukimas, draugų palaikymas. Mamos apmąsto, kaip jas auklėjo tėvai ir kokią įtaką tai daro jų motinystei. Iš vienos pusės, jos vertina besąlyginę meilę ir priėmimą, kurį gavo iš tėvų. Tačiau iš kitos pusės, siekia daugiau domėtis vaikų fizine ir emocine raida nei jų tėvai, kurti šiltą santykį, dažniausiai neklauso tėvų patarimų apie vaikų auginimą, nes suvokia, kad pasikeitė laikai ir žinios apie vaikų auklėjimą bei raidą.

Lina: *Aš, aišku, prisimenu visokių ten dalykų, kurių gal norėčiau nekartoti, ar ne. Aš nebuvau kažkaip labai blogai auginama, ta prasme, jokių būdu. <...> Turėt ten kažkokį ten gilesnį ryšį ar kažką tai irgi ne. Nu tai... Tai kažkaip aš noriu stengtis, nežinau aš, ar man pavyks, bet gal to ryšio šiek tiek daugiau būtų su vaikais, negu kad mano vaikystės šeimoje buvo.*

Kelios moterys pažymėjo, kad tapus mama pasikeitė jų santykis su savo pačių mama. Rasa ir Karolina labiau vertina ryšį su savo mamomis, tapusios mamomis pradėjo geriau suprasti, per ką perėjo jų mamos, ir tai joms kelia dėkingumo ir meilės jausmus. Daiva, pasakodama apie ryšį su savo mama, susigraudino – vaiko atsiradimas šeimoje jai padėjo iš naujo atrasti ryšį su savo mama.

Daiva: *Kai pamačiau, kaip ir su mano mama yra, tai sakau, man kažkas tokio. Ji tiesiog pradėjo jausti, kad kažkas yra. <...> Šiaip jinai nėra iš... tokia šilta, ar ten mūsų tas ryšys kažkoks ten didelis nuo vaikystės, nu tokia jinai nebuvo iš šilčiausių žmonių. Bet šituo klausimu, tai aš parvažiavau ir jos pirmas klausimas: ar tau viskas gerai? [Atsidūsta] Ir aš pasakiau, nu, žodžiu ten... Buvo emocijos, nors realiai dar nieko net neįvyko, bet, bet jinai tiesiog jautė, sako, aš taip ir maniau, kad kažkas vyksta.*

Dar vienas svarbus palaikymo šaltinis motinystėje yra kitų mamų bendruomenė: moterys, kurių vaikai yra panašaus amžiaus. Bendraudamos su kitomis mamomis tiriamosios supranta, kad ne vienoms joms yra sunku, kad tie išmėginimai, su kuriais susiduria, yra normalūs, taip viena kitą palaiko.

Daiva: *O mums pabendrauti su mamom irgi yra reikalinga, nes nu tos socializacijos vis tiek reikia. Ir ir bendravimo, o kai susitinki su tais, kam yra tos pačios problemos ir iššūkiai, nu tai yra lengviau tiesiog išsikalbėti, pabūti, pajuokauti.*

Tačiau tai ne visada naudinga. Kai kurios tiriamosios sako, kad kitų mamų nuomonė gali veikti neigiamai, ypač įvairiuose forumuose, arba kai mamos siekia pasilyginti.

Monika: *Visą laiką labai mėgsta lygintis viena su kita, kaip čia kas. <...> Jinai sako, nu vat mėgsta labai lyginti savo vaiką ir vis klausia, ką padarė [vardas], ką daro [vardas]?*

Nors jos vaikas yra vyresnis. Ir aš galvoju, nu tai kam to reikia. Arba pradeda smerkti kitas mamas už jų pasirinkimus auklėjant vaiką, nu tipo: „kaip taip įmanoma?“

Tiriamosios pabrėžia, kad motinystei labai svarbus vyro, tėvų, draugų ir kitų mamų palaikymas. Vyro pagalba ar kylantys sunkumai santykyje su partneriu yra svarbu visų mamų pasakojimuose. Mamos taip pat apmąsto, kaip buvo auklėjamos pačios, ką nori kartoti, o ką keisti auklėjime. Tapusios mamomis moterys pradeda labiau vertinti ryšį su savo mama. Kalbėdamos apie kitų mamų palaikymą, moterys atskiria, kad naudingas palaikymas yra pasidalinimas savo sunkumais, palaikymas, tačiau jei mamos siekia pasilyginti, tai veikia neigiamai. Šioje temoje ryškus asmeninis naratyvo lygis – kalbėdamos apie savo motinystės patirtis mamos siekia paaiškinti, kokią įtaką tam turi jų socialinė aplinka.

Buvimas gera mama – besąlyginis vaiko priėmimas ir meilė

Analizuojant mamų atsakymus galima pamatyti visuomenėje susidariusį įvaidį, kas šiuo metu yra laikoma „gera“ mama, viešąjį motinystės naratyvo lygį. Pirmiausia, beveik visos mamos akcentavo besąlyginį vaiko priėmimą ir meilę: būti su vaiku, leisti jam santykyje jaustis saugiai, kad bet kada galėtų kreiptis į mamą kaip į patikimą asmenį.

Erika: Būti ta, tuo ramiu uostu, kad vaikas žinotų, kad ir ką padarė, jis gali grįžti namo. Kad ir kas būtų, gali grįžti namo ir aš neteisiu, aš išklausysiu. Jeigu ir nesutiksiu, aš labai norėčiau tokia būti, kai jinai paaugs, kad ir ką prisidirbtų, kad nebijotų man pasakyt.

Kitas aspektas – vaiko poreikiai turėtų būti iškeliami aukščiau savo, mama turėtų suprasti savo vaiko siunčiamus signalus – *pamaitinti kada reikia, suprasti, žinoti ten, nu, būna kartais verkia* (Ieva).

Mamos turi įvairiapusiškai ugdyti vaikus, užsiimti su jais. Nuo paminėtų ar kitų reikalavimų įgyvendinimo priklauso, ar mamos jaučiasi geros mamos, ar ne.

Lina: Nu tai jeigu jau tau pradeda kilti stresas, kad jau vaikams nedavei su kruopom pažaist, nu tai gal biškį per daug, nu ta prasme, nu toks, nu tai nesugadinsi tu tų vaikų, jei jie tų kruopų nepačiupinės tą dieną, ta prasme, ar tą savaitę netgi.

Karolina: man toks jausmas, kad aš turiu padaryti jam tas sąlygas, kad jis augtų pilnaverčiaiškai. <...> Lavinimas, raida, kalba, tualetu įgūdžiai, stalo įgūdžiai, etika, estetika, <...> kažkokios visuomeninės normos, kurias mes patys turim.

Mamos jaučia atsakomybę už savo vaikų gyvenimus, siekia užauginti vaiką kuo geresniu žmogumi. Yra susidaręs požiūris, kad netinkamas tėvų auklėjimas ir vaiko auginimas gali sugadinti vaikus.

Daiva: Nes čia yra ne juodraštis ir negalėsi išsitaistyti, ir ir tų klaidų norisi padaryti kuo mažiau, kad, kad nesu... teisingai kažkaip iš... išauklėti, užauginti tą vaiką.

Mamos susiduria su aplinkinių nuomone, kad per daug laikomas ant rankų, glėbyje, per ilgai žindomas ar lovoje migdomas vaikas pripras ir bus sunku tai pakeisti: *Tai nenešio – pripras. Arba ten kažko nedaryk, nes pripras ir jau viskas, nieko negalėsi paskui*

pakeisti (Rasa). Tiriamosios su tokia nuomone daugiausia susiduria artimojoje aplinkoje, pavyzdžiui, tokia yra vyresnių žmonių nuomonė, arba socialinėse medijose. Bet pačios tokiai nuomonei nepritaria.

Idomu, kad beveik visos tiriamosios apie motinystę kalbėjo kaip apie prigimtinių, natūralų pajautimą, kurį arba turi, arba ne. Kai kurios mamos jau nuo mažens jautė poreikį kuo nors rūpintis, tai įvardija kaip motinišką, globojimo instinktą: *pasirodo, kad va turėjau visgi tą motinišką instinktą* (Ieva). Mamos, augindamos vaiką, vadovaujasi savo intuicija: *Kol nu dar negali suprasti, ko tavo ten vaikelis nori, tai tu tiesiog darai pagal savo motinišką <...> instinktą kažkokį tai* (Kristina). Šis natūralus pajautimas, kaip rūpintis vaiku, beveik visų tiriamųjų yra vertinamas labiau nei literatūra ar kitų patarimai.

Monika: *Yra tų visų pilna knygų psichologinių parašyta apie vaikų auklėjimą, bet aš tiesiog galvoju: <...> kaip žmonės per tiek tūkstantmečių augino vaikus, ar ne, be jokių knygų, literatūrų, ar psichologų pamokymų, tai galvoju kažkaip, matyt, ir mums pavyks tą vaiką užauginti ir su juo sukurti nu santykį.*

Kalbantis su tiriamosiomis apie susiformavusį „geros“ mamos įvaizdį, keliamus lūkesčius ar reikalavimus, jos tai iš dalies priskiria socialinių medijų įtakai. Įtaką daro įvairūs forumai ar mamų grupės socialiniuose tinkluose. Socialinėse medijose sudaromas įvaizdis, kad motinystė yra paprasta: mamos turi grįžti į buvusias kūno formas, sportuoti, vaikas turi būti gražiai aprengtas, ugdomas ir panašiai.

Karolina: *Jaučiu, kad tai bruka man kitas mintis, kad čia per mažai žaislų turim, čia, žodžiu, Montessori, čia, žodžiu, reikia kažkokius tai gražius dalykus daryti, užkandžius, pačiai kažką ten varyti, daryti, lipti, varyti į būrelius visus.*

Erika: *Ir dar kitas dalykas, kas yra su influencerėm, tai tasai kūno kultas, kur, pavyzdžiui, mama, tik ką pagimdžiusi mama, yra verčiama grįžti į formas. Nu, ji niekada negrįš. Nu, nėra taip, kad nebūtų to ženklo, kad buvo lėliukas.*

Apskritai, išsiskiria du požiūriai į motinystę. Iš vienos pusės, motinystė yra laikoma natūraliu pajautimu, kaip auginti vaiką, suprasti jo signalus, svarbu besąlygiškai priimti ir mylėti: *tokio amžiaus vaikui reikia tiesiog tavęs* (Daiva). Iš kitos pusės, keliami lūkesčiai mamoms nesugadinti vaiko, neklysti, įvairiapusiškai ugdyti, kartu rūpinantis savo išvaizda, šeimos įvaizdžiu. Toks požiūris siejamas su neigiamomis patirtimis, kai kuriuose mamų pasisakymuose galima girdėti pasipriešinimą šiam požiūriui.

Monika: *Aš nenoriu vaidinti nei prieš vaiką, nei prieš visuomenę, kad oi, kokia čia esu nuostabi mama, nerėkiu ant vaiko, neduodu saldainio, o ir dar ten kažko neduodu ir televizoriaus neleidžiu žiūrėti ir visa kita. Ir aš ten kažkokia supermamytė esu. Tikrai ne, mano vaikas žiūri ir filmukus, ir jau per Kalėdas ten gavo paragauti ir saldumynų, ir ledą, man atrodo, dar metų nesulaukęs gavo palaižyti, kas ten tai yra.*

Šioje temoje dominuoja viešasis naratyvo lygis – visuomenės požiūris, keliami lūkesčiai ar net reikalavimai mamoms dėl vaiko auklėjimo, santykio su vaiku, motinystės. Gera mama yra ta, kuri besąlygiškai myli ir priima vaiką, supranta ir atliepia jo poreikius, jo

nesugadina. Visuomenėje yra priimta, kad mamos turi išlikti darbingos, sportiškos, aktyvios, kuo įvairiau užimti savo vaikus. Panašu, kad visuomenėje vyrauja požiūris, jog per ilgai nešiojamas, žindomas vaikas pripras ir bus sunku tai pakeisti. Su tokiu požiūriu tiriamosios susiduria bendraudamos su vyresniais žmonėmis. Visos mamos apie motinystę kalbėjo kaip apie instinktą, kažką, ką arba turi, arba ne. Taigi vyrauja požiūris, kad motinystė yra natūrali, įgimta. Mamos teigia, kad prie motinystės įvaizdžio formavimo prisideda socialinės medijos, mamų forumai ir grupės socialiniuose tinkluose. Visuomenės požiūris, kad mama turi įvairiapusiškai ugdyti vaiką, rūpintis savo išvaizda, būti darbinga ir veikli, kelia mamų nepasitenkinimą ir net tam tikrą pasipriešinimą. Mamų pasakojimuose atsiskleidžia visuomenėje vyraujantys požiūriai į motinystę, nes jie yra svarbūs mamoms, veikia jų motinystės patirtis, daro įtaką jų santykiui su vaiku.

Rezultatų aptarimas

Šiuo tyrimu siekta išsiaiškinti, kokios yra pirmą kartą mamomis tapusių moterų patirtys kuriant santykį su vaiku pirmaisiais jo gyvenimo metais, telkiantis į požiūrio į motinystę naratyvus. Rezultatų analizės metu išskirtos penkios temos: 1) *santykio vystymasis nuo tam tikro konkretaus momento*; 2) *vaiko asmenybė ir charakteris*; 3) *pokyčiai tapus mama*; 4) *aplinkinių palaikymo svarba motinystės pradžioje*; 5) *buvimas gera mama – besąlyginis vaiko priėmimas ir meilė*. Kalbant apie savo vaikus pasikeisdavo tiriamųjų intonacija, kalbos raiška – mamos daugiau juokavo, vaizdingiau kalbėjo. Tai leido pastebėti, kokia yra tiriamųjų ir tyrėjos sąveika pokalbio metu. Asmeninis naratyvo lygis leido geriau suprasti, kaip pačios mamos patiria santykį su vaiku, kaip vystosi ryšys su juo: jos pasakojo, ką joms reiškia būti mama, kokius pokyčius tai atneša ir su kokiais sunkumais jos susiduria. Taip pat kokios aplinkybės yra svarbios kuriant šį santykį: partnerio, tėvų ir kitų aplinkinių įtaka, požiūris į motinystę ir „geros“ mamos įvaizdis. Pastarojoje temoje ryškiai atsiskleidė viešasis naratyvas. Mamos, kalbėdamos apie motinystę, perteikia ir visuomenėje vyraujančius požiūrius į motinystę, keliamus lūkesčius ar reikalavimus mamoms. Toliau bus aptariami gauti rezultatai atsižvelgiant į tyrimo klausimus.

Mamos ir vaiko santykio vystymasis pirmaisiais metais

Pirmas tyrimo klausimas yra apie tai, kaip vystosi mamos ir vaiko santykis pirmaisiais metais nuo nėštumo pradžios. Čia galima pastebėti, kad mamos santykio su vaiku pradžia patiria skirtingai. Ryšį su vaiku vienos mamos jausdavo nėštumo metu, bendraudavo su vaisiumi. Literatūroje galima rasti, kad santykio kūrimas nėštumo metu yra viena iš svarbiausių nėščiosios užduočių (Meireles & Costa, 2019). Mamos teigia, kad santykį su vaiku stipriai išgyvena iškart po gimdymo, pirmo kontakto su vaiku metu. Pasaulio sveikatos organizacijos ir UNICEF gairėse (World Health Organization, 2020) teigiama, kad oda prie odos kontaktas yra vienas iš dešimties žingsnių sėkmingam žindymui užtikrinti. Toks kontaktas turi ilgalaikę naudą mamos ir vaiko sąveikai (Bigelow et al., 2018), mamų laikomas svarbiu aspektu ryšiui su vaiku užmegzti po cezario pjūvio operacijos (Machold et al., 2021). Oda prie odos kontaktas po gimdymo yra svarbus veiksnys mamos ir vaiko

santykiui, tai patvirtina ir tiriamųjų pasakojimai. Kelios mamos dėl patiriamų emocinių sunkumų santykį su vaiku pajuto praėjus maždaug pusei metų. Vaikui gimus santykiui vystyti svarbus mamos jautrumas kūdikio signalams (Behrendt et al., 2019), savęs kaip mamos įvaizdis (Zdolska-Wawrzekiewicz et al., 2019). Kai mamos susiduria su emociniais sunkumais nėštumo metu ar po gimdymo, tai gali riboti gebėjimą atliepti kūdikio poreikius, iškreipti savo kaip mamos įvaizdį, o tai savaime apsunkina santykio su vaiku patyrimą. Nors literatūroje galima rasti, kas yra svarbu mamos ir vaiko santykio vystymuisi, tiriamųjų patirtims įtakos galėjo turėti ir kitos aplinkybės. Taigi santykio su vaiku patyrimas yra individualus procesas, mamos santykio pradžią nurodo skirtingu metu.

Santykį mamos mezga kurdamos sąveiką su vaiku, atlikdamos bendras veiklas. Tyrimo dalyvės santykį su vaiku kuria, stiprina žaisdamos su juo, atlikdamos buitines darbus ar kitas veiklas. Tyrimuose gaunami rezultatai rodo, kad kurdamos sąveiką su vaiku mamos geriau pažįsta savo vaiką (Zdolska-Wawrzekiewicz et al., 2019), tai kelia teigiamus jausmus ir didina pasitikėjimą savo gebėjimais (Lutz et al., 2009). Sąveika su vaiku yra svarbi prierašumui (Javadifar et al., 2016). Šio tyrimo rezultatai patvirtina sąveikos su vaiku svarbą.

Tyrimo dalyvavusioms mamoms svarbu pasakyti, kad jų vaikas yra lauktas ir planuotas, tam priskiriamos teigiamos santykio pasekmės. Gimdymo patirtys taip pat yra viena iš pirmakarčių mamų minimų aplinkybių, paaiškinančių jų ir vaiko santykį. Kituose tyrimuose randama sąsajų tarp nėštumo intencijų ir moters psichologinės gerovės (Barton et al., 2017; Moreau et al., 2022), gimdymo patirties ir patiriamų depresijos bei nerimo simptomų (Ahmadpour et al., 2023) ir panašiai. Tačiau šių aspektų sąsajų su mamos ir vaiko santykiu tyrimų nepavyko rasti. Kadangi kokybinių mamos ir vaiko santykio tyrimų taip pat nėra daug, sunku palyginti gautus rezultatus. Nepaisant to, šio tyrimo rezultatai rodo, kad pačios mamos teikia prasmę nėštumo planavimui, kūdikio laukimui ir gimdymo patirčiai kalbėdamos apie santykį su vaiku. Tyrimo dalyvavusių mamų teigimu, nėštumo planavimas ir kūdikio laukimas yra svarbūs gero santykio formavimuisi. Sudėtingomis gimdymo patirtimis paaiškinama sėkminga arba ne santykio mezgimosi pradžia: Karolinos atveju epidūrinė nejautra apsunkino vaiko gimimo momento supratimą, o Kristina sakė, kad būtent vaiko atskyrimas iškart po gimimo „uždegė motiniškumo lemputę“ ir buvo pagrindas santykio kūrimui. Tai patvirtina, kad tokios aplinkybės yra reikšmingos mamoms kalbant apie santykį su vaiku.

Vaiko prisirišimas ir būdo bruožai

Atsakant į antrą tyrimo klausimą, kas svarbu mamoms kalbant apie santykį su vaiku, galima išskirti du dalykus. Mamos, kalbėdamos apie santykį su vaiku, vertino vaiko prisirišimą ir abipusį pasiilgimą po išsiskyrimo. Vaiko charakterio svarba motinos ir vaiko santykiui mokslinėje literatūroje dažnai analizuojama netiesiogiai ir pasislepia po kitomis sąvokomis, pavyzdžiui, temperamentu ar elgesio ypatybėmis. Tad šis tyrimas atkreipia dėmesį į tai, kad mamoms yra svarbu kokybiškai – vaizdingomis metaforomis, epitetais ir emocionali kalba – įrodyti, kad jų vaikas yra geras, „nepiktybiškas“, taip galbūt atsve-

riant kitus vaiko bruožus ar poelgius, kurie mamoms kelia sunkumų, pavyzdžiui, vaiko aktyvumas ar norų reiškimas.

Santykio kokybę mamos vertino apmąstydamos abipusį pasiilgimą ir prieraišumą. Mamoms yra svarbu, kad vaikas jų pasiilgsta, džiaugiasi mamai sugrįžus. Karolina santykį su vaiku analizavo taikydama vieną iš prieraišumo teorijos aspektų: santykis geras, nes vaikas nepažįstamoje aplinkoje iš pradžių būna atsargus, šalia mamos, bet pamatęs, kad saugu – tyrinėja aplinką. Pasak Ainsworth (1979), tai būtų saugaus prieraišumo tipo požymis. Todėl mama santykį vertina kaip gerą. Kitos mamos teigė, kad kai atsiskiria, vaikai jų pasiilgsta, susitikusios siekia artumo. Tai taip pat būtų saugaus prieraišumo požymis. Taigi vaiko prieraišumas pačioms mamoms yra svarbus santykio su vaiku ypatumas.

Motinytė ir vykstantys pokyčiai

Trečiu tyrimo klausimu siekiama atsakyti, kas daro įtaką mamos ir vaiko santykiui. Tapus mama vyksta daug pokyčių: tenka nutraukti darbus, studijas, kitas įprastas veiklas, svarbiausias tampa vaikas ir jo poreikių atliepimas. Dėl vykstančių pokyčių mamos patiria įvairių sunkumų. Moterys, ypač tapusios mamomis pirmą kartą, yra veikiamos naujų sunkumų intensyvumo (McLeish et al., 2021). Vienas iš sunkumų – socializacijos trūkumas. Mamoms sunku būti namuose, norisi bendrauti su kitais, ypač su kitomis mamomis. Kituose tyrimuose mamos taip pat sako, kad jaučiasi vienišos dėl pasikeitusių galimybių palaikyti socialinius santykius (Lee et al., 2019), negali rūpesčiais dalintis su draugėmis, kurios vaikų neturi (Vik & DeGroot, 2021). Dėl šių priežasčių patiriama socialinė izoliacija, apie ją kalbėjo ir šio tyrimo dalyvės. Kitas svarbus dalykas – savirealizacijos trūkumas. Mamos teigė, kad buvo sunku nutraukti darbus ir įprastas veiklas. Šiame tyrime mamos kalbėjo apie depresijos po gimdymo, skyrybų ir kitas patirtis, kurios įvardijamos kaip sunkus ar net tamsus laikas. Tikimasi, kad susilaukusi vaiko moteris bus be galo laiminga, tačiau jei susiduriama su emociniais sunkumais, ši patirtis tampa tik dar sunkesnė (Haga et al., 2011). Taigi reikėtų atkreipti dėmesį į sunkumus, su kuriais susiduria mamos: socializacijos ir savirealizacijos trūkumu, emociniais sunkumais dėl po gimdymo patiriamos depresijos ar kitų priežasčių. Tai gali būti reikšminga kalbant apie tai, kaip mamos patiria santykį su vaiku.

Kaip minėta, tapusios mama moters asmenybė pasipildo mamos tapatybe, nauju vaidmeniu. Tiriamosios nurodo skirtingus etapus, kada pasijautė, kad yra mamos: vienos tai išgyvena nėštumo metu, ypač pajutusios pirmus judesius, kitos motinystės jausmą stipriai išgyvena po gimdymo ir pirmo kontakto su vaiku. Vienu atveju tiriamajai buvo svarbu tai, kai pats vaikas ją pradėjo vadinti mama. Kaip ir santykis su vaiku, tapimas mama yra procesas. Nors yra stengiamasi apibrėžti šio proceso etapus (Mercer, 2004), šis procesas yra individualus. Pavyzdžiui, moterims, patyrusioms priešlaikinį gimdymą, sunkiau jaustis mamomis, priimti mamos tapatybę (Spinelli et al., 2016). Šio tyrimo rezultatai rodo, kad buvimas mama laikomas privilegija, nauja meilės forma, moterys patiria pilnatvės jausmą. Tai rodo, kad šis naujas vaidmuo yra svarbus mamoms. Iš kitos pusės, toks motinystės įvaizdis yra artimas su intensyvia motinyste (angl. *intensive mothering*)

siejamam požiūriui (Liss et al., 2012), taigi čia išryškėja ir motinystės įvaizdžio svarba. Šiam įsitikinimui būdingas požiūris, kad mama yra pagrindinė, svarbiausia vaiko globėja, vaiko poreikiai yra iškeliami aukščiau savo, vaiko auginimui mamos skiria beveik visą savo laiką, energiją, tikimasi, kad mamos nuolatos gilins savo žinias apie vaikų auklėjimą (Hays, 1996). Taigi, nors tapimas mama yra laikomas svarbiu gyvenimo įvykiu, toks požiūris į motinystę gali būti susijęs su dideliais reikalavimais mamoms.

Aplinkinių palaikymas ir motinystė

Mamoms taip pat svarbi socialinė aplinka ir jos parama, kuri daro įtaką mamos ir vaiko santykio formavimuisi. Kaip pati svarbiausia socialinė parama išryškėjo vyro palaikymas. Moterys iš savo partnerių tikisi bendradarbiavimo, palaikymo susidūrusios su sunkumais ar aplinkos įtaka. Vyro palaikymo svarba atsispindi ir kituose tyrimuose (pavyzdžiui, Vik & DeGroot, 2021; Sharifpour et al., 2023). Tiriamosios sakė, kad santykių su vaiku yra svarbus jų pačių tėvų vaidmuo. Gimus vaikui moterys apmąsto, kaip jas auklėjo tėvai, savo vaikystę, tai daro įtaką tam, kaip jos pačios renkasi auginti vaikus. Tyrimuose pastebima, kad teigiami vaikystės prisiminimai yra išteklius, kuris padeda susidūrus su sunkumais (Page et al., 2006), o neigiamos vaikystėje išgyventos patirtys susijusios su daugiau patiriamo streso (Lange et al., 2018). Stern (1995) teigia, kad nėščiosios svarsto apie savo santykį su savo mamomis, tai yra vienas iš motinystės konsteliacijos aspektų. Kelios mamos pabrėžia santykio su mama pokytį: susilaukus vaiko sustiprėjo ryšys, patiriamas dėkingumas savo mamai. Santykis su savo tėvais, ypač mama, teigiami vaikystės prisiminimai gali būti išteklius tapus mama, tačiau daugelis tiriamųjų teigia, kad savo vaiką nori auginti kitaip nei buvo augintos pačios.

Kitos mamos yra irgi svarbus socialinės paramos šaltinis. Visos tyrimo dalyvės kalbėjo apie tai, kad motinystėje yra svarbus panašaus amžiaus vaikus auginančių mamų palaikymas. Tačiau bendraujant su kitomis mamomis svarbu, kokia yra šių santykių dinamika. Teigiamai vertinami santykiai su tomis mamomis, kurios viena kitai pasiguodžia, viena kitą palaiko, pasidalina patarimais. Iš kitos pusės, jei mamos bando lyginti vaikų raidą, kritikuoja kitas mamas, tokie santykiai vertinami neigiamai. Panašūs rezultatai gaunami ir kituose tyrimuose. Mamos tarpusavyje dalinasi rūpesčiais, palaiko viena kitą, neteisina, normalizuoja vienos kitų patirtis (Haga et al., 2011; Vik & DeGroot, 2021; Saether et al., 2023). Mamos taip pat sako, kad bendraudamos su kitomis jaučia bandymą rungtyniauti tarpusavyje, sulaukia kritikos (Vik & DeGroot, 2021), jaučiasi teisiamos, ypač tokiais klausimais kaip žindymas (Lee et al., 2019). Taigi, nors kitų mamų palaikymas yra labai svarbus, moterims mamų bendruomenėje tenka susidurti ir su neigiamomis patirtimis.

Analizuojant rezultatus išsiskyrė du visuomenėje vyraujantys požiūriai į motinystę. Iš vienos pusės, motinystė yra laikoma natūraliu pajautimu, kaip auginti vaiką, suprasti vaiko signalus, užtenka vaiką priimti ir mylėti. Iš kitos pusės, mamos turėtų „nesugadinti“ vaiko, jį įvairiapusiškai ugdyti, kartu rūpindamosi savo išvaizda ar šeimos įvaizdžiu. Toks požiūris mamų vertinamas neigiamai, išreiškiamas pasipriešinimas. Panašios tendencijos pastebimos ir kituose tyrimuose, kurie analizuoja „geros“ mamos sampratą visuomenė-

je. Australijoje į „geros“ mamos apibūdinimą taip pat įėjo tokios savybės kaip mylinti, rūpestinga, jautriai reaguojanti į vaiko poreikius (Brown & Small, 1997). Naujesniame tyrime, atliktame Jungtinėse Amerikos Valstijose, „gera“ mama iškelia vaiko poreikius aukščiau savo, yra visada rūpestinga ir mylinti, suprantanti ir atliepianti vaiko poreikius (Adams & Almonte, 2022). Motinystės instinktas, natūrali motinystė, apie kurią kalba tiriamosios, gali būti siejami su intensyvios motinystės fenomenu: moterys yra geresnės tėvystėje nei vyrai (Liss et al., 2012). Intensyvios motinystės diskursas išryškėjo analizuojant tėvų *Facebook* grupės Latvijoje komentarus. Mama yra natūrali vaiko globėja, o tėčio atsakomybė yra išlaikyti šeimą (Lāma, 2022). Motinystės įvaizdį aktyviai formuoja socialinės medijos. Sudaromas įspūdis, kad mamos turėtų pasirūpinti tiek savo išvaizda, kūno formomis, tiek savo šeimos įvaizdžiu, tačiau šiam požiūriui tiriamosios nepritaria. Nepasitenkinimas tokiu visuomenės požiūriu ar net pasipriešinimas jam atliepia kitose šalyse atliktus tyrimus, kuriuose tradicinis „geros“ mamos įvaizdis yra kvestionuojamas ir keičiamas (Lehto, 2020; Izhak & Aharoni, 2023). Panašu, kad Lietuvos visuomenėje motinystė yra suvokiama kaip intensyvi patirtis. Moterys teigia, kad mama turi būti mylinti, rūpestinga, iškelti vaiko poreikius aukščiau savo, motinystė joms teikia pilnatvės jausmą, jos kalba apie natūralią motinystę. Kai realybė neatitinka motinystės įsivaizdavimo ir lūkesčių, mamos išgyvena nusivylimą, o jei viskas vyksta sklandžiai, savo patirtį ir gebėjimus vertina teigiamai, svarsto apie antrą vaiką. Kad lūkesčių ir realybės neatitikimas yra susijęs su neigiamomis emocijomis ar net depresijos po gimdymo simptomais, patvirtina ir kiti tyrimai (Haga et al., 2011; Sonnenburg & Miller, 2021). Iš kitos pusės, mamos išreiškia pasipriešinimą „geros“ mamos įvaizdžiui, kuriam, kaip pačios teigia, didelę įtaką daro socialinės medijos.

Tyrimo ribotumai ir rekomendacijos

Šis tyrimas turi keletą ribotumų, kuriuos svarbu aptarti. Viena iš tiriamųjų, Lina, buvo susilaukusi dvynių, tad santykį formavo su dviem vaikais. Nors šio tyrimo kontekste svarbiausia yra tai, kaip mamos patiria santykį su savo vaikais ir požiūrį į motinystę formuojantys naratyvai, visgi Linos santykio patyrimas gali reikšmingai skirtis nuo kitų mamų³. Šio tyrimo literatūros apžvalgoje pristatyti tėvų santykio su dvyniais tyrimai rodo, kad patirtys gali skirtis dėl kelių priežasčių. Mamos santykį su dvyniais gali vertinti skir-

³ Nors nedaug, bet yra tyrimų, kuriuose tiriamas moterų, pirmą kartą tapusių mamomis, santykis su dvyniais. Prino ir kitų (2016) tyrime buvo lyginama, kaip pirmą kartą tėvais tapę mamos ir tėčiai suvokia savo dvynius praėjus trims mėnesiams nuo gimimo. Pastebėta, kad skyrėsi, kaip mamos suvokia savo dvynius: mamos linkusios manyti, kad vienas iš dvynių labiau kenčia dėl apribojimų, mažiau geba mėgautis mažo intensyvumo dirgikliais ir pasižymi didesniu aktyvumu, o santykyje su šiuo vaiku pačios mamos patiria daugiau streso. Gowling ir kitų (2021) atliktame kokybiniame tyrime mamos, kurių vaikams buvo nuo 6 mėnesių iki 2 metų, jautė kaltę, kad negali skirti laiko kiekvienam vaikui individualiai, joms sunku matyti vaikus kaip atskirus individus, kurti santykį su kiekvienu iš jų atskirai tuo pačiu metu vienodai elgiantis su vaikais. Nepaisant kylančių sunkumų, mamos sako, kad sukūrė ryšį su savo vaikais, nors tai užtruko ilgiau. Anksčiau atliktame kokybiniame tyrime (Anderson & Anderson, 1987) taip pat išryškėjo motiniško teisingumo (angl. *maternal justice*) tema: mamos patyrė vidinį konfliktą, nes jautė, kad jos turi elgtis su dvyniais skirtingai, bet vienodai ir sąžiningai. Mamų patirtys auginant dvynius pasižymi siekiu kurti skirtingą santykį su kiekvienu iš jų, nes ir patys vaikai yra skirtingi, tačiau tuo pačiu metu su jais elgtis vienodai.

tingai – santykis su vienu iš dvynių mamoms dažniau kelia daugiau streso (Prino et al., 2016), jaučiama kaltė dėl individualaus laiko, skiriamo kiekvienam, skirtumų (Gowling et al., 2021). Tokios patirtys gali iš esmės skirtis nuo motinystės patirčių auginant vieną vaiką.

Tyrimo imties specifiškumas taip pat galėjo turėti įtakos gautiems rezultatams. Beveik visos tiriamosios turi aukštąjį išsilavinimą, yra susituokusios, visos gyvena didmiesčiuose arba miestuose. Jos pačios atsiliepė į kvietimą dalyvauti tyrime, tad buvo motyvuotos kalbėti ir pasakoti apie santykį su vaiku, savo nėštumo, gimdymo ir motinystės patirtis. Įvairesnė imtis (išsilavinimo, šeiminės padėties ar gyvenamosios vietos atžvilgiu) galėtų praplėsti suvokimą apie motinystės ir santykio su vaiku kūrimo patirtis Lietuvoje.

Skyrėsi tiriamųjų nėštumo ir gimdymo patirtis. Kai kurioms tai buvo pirmas nėštumas, kitos prieš tai patyrė bent vieną persileidimą. Dvi tiriamosios pastojo dirbtinio apvaisinimo būdu. Dalis mamų gimdė natūraliai, daliai buvo atlikta cezario pjūvio operacija. Šiame tyrime tik iš dalies atsižvelgta, kaip šios patirtys siejasi su vėliau patiriamu santykiu su vaiku, tačiau tai gali būti svarbu mamos ir vaiko santykiui.

Kadangi tyrimas yra kokybinis, o šia tema kokybinių tyrimų nėra daug, rezultatų palyginimas su ankstesnių literatūroje pristatomų tyrimų rezultatais yra ribotas. Kiekybiniuose tyrimuose tiriant santykį yra vertinami tokie jo aspektai kaip prierašumas ar sąveikos kokybė, tad palyginimas su rezultatais taip pat yra dalinis. Nors yra nemažai teorijų, aiškinančių mamos ir vaiko santykį, keičiantis visuomenei, socialinėms normoms, greičiausiai keičiasi ir motinystės patirtys, tad reikalingi nauji tyrimai šia tema. Būtent naratyvinė analizė leidžia tirti, kokią prasmę moterys suteikia motinystei ir santykiui su vaiku bei kaip kultūriniai ir socialiniai naratyvai veikia šias patirtis.

Išvados

Šis tyrimas parodė, kaip mamos suvokia santykį su savo vaiku ir kaip šį santykį, jų savijautą veikia aplinka. Mamos santykio su vaiku pradžią patiria skirtingai, ryšys užsimezga nėštumo metu, po gimdymo, pirmojo kontakto su vaiku metu arba vėliau. Santykis kuriamas atliekant bendras veiklas su vaiku, juo rūpinantis, įgyjant bendrų patyrimų. Mamoms yra prasminga kalbėti apie tai, ar vaikas buvo lauktas ir planuotas, kokia buvo jų gimdymo patirtis. Svarbus santykio kokybės rodiklis mamoms yra prisirišimas, tai, ar vaikas jų pasiilgsta. Kalbėdamos apie savo vaikus mamos nurodo vaiko asmenybės savybes, charakterio bruožus, mamoms svarbu pasakyti, kad vaikas yra geras. Tuo yra paaiškinami santykio su vaiku ypatumai. Mamos teigia, kad tapimas mama yra reikšmingas įvykis jų, kaip pirmakarčių mamų, gyvenimuose, svarbus kalbant apie santykį su vaiku. Moterys susiduria su įvairiais sunkumais: socializacijos, savirealizacijos trūkumas, emociniai sunkumai dėl susidariusių gyvenimo aplinkybių, depresija po gimdymo. Pirmakartės mamos, reflektuodamos, kada pasijuto esančios mamomis, nurodo skirtingus laikotarpius: nėštumo metu, po gimdymo, kai vaikas pradėjo kreiptis į jas ir vadinti „mama“. Moterims būti mama reiškia privilegiją, pilnatvę, platesnę meilės sąvoką. Galima išskirti dvi mamoms svarbias aplinkos ypatybes: aplinkinių žmonių palaikymas ir visuomenėje vyraujantis

motinystės įvaizdis. Svarbiausias socialinės paramos šaltinis mamoms yra jų partneris, vaiko tėtis. Mamos apmąsto ir savo tėvų svarbą, ypač santykį su savo mama. Svarbi yra ir kitų mamų bendruomenė: su panašaus amžiaus vaikų turinčiomis mamomis moterys gali pasidalinti sunkumais, palaikyti viena kitą. Vyrauja intensyvios motinystės požiūris – motinystė teikia pilnatvę, motiniškas instinktas yra tai, ką turi arba ne. „Gera“ mama yra rūpestinga ir mylinti, suprantanti vaiko signalus ir juos atliepianti, įvairiapusiškai ugdo vaiką, kartu pasirūpindama savimi ir kitais šeimos nariais. Motinystės supratimui įtaką daro artimieji, socialinės medijos. Mamos dažnai nepritaria socialinėse medijose keliamiems reikalavimams.

Praktinės rekomendacijos

Pirmiausia, šio tyrimo rezultatai parodo ir tyrimų šia tema svarbą. Mamos ir vaiko santykis yra svarbus tiek vaiko raidai, tiek mamos psichologinei gerovei, tačiau nedaug tyrimų atsižvelgia į tai, ką pačioms mamoms reiškia šis santykis, kas yra svarbu ir su kokiais sunkumais susiduriama. Tyrimai, atsižvelgiantys į skirtingas populiacijas (pirmo vaiko susilaukusios mamos, mamos, turinčios daugiau vaikų), įvairias nėštumo ir gimdymo patirtis (dirbtinis apvaisinimas, (ne)pirmas nėštumas, cezario pjūvio operacija, komplikacijos gimdymo metu ir panašiai) ir apimantys demografiškai skirtingesnę imtį galėtų papildyti suvokimą, kaip Lietuvoje mamos patiria santykį su vaiku.

Specialistams, kurie dirba su pirmo vaiko besilaukiančiomis mamomis (pavyzdžiui, psichologams, šeimos gydytojams, akušeriams ar tiems, kurie veda paskaitas, kursus nėščiosioms), reikėtų atkreipti dėmesį į motinystės įvaizdį, vyraujančią visuomenėje, ir tai aptarti su būsimomis mamomis, ypač kalbant apie tai, kas yra „gera“ ar „pakankamai gera“ mama, pabrėžiant realistiškų lūkesčių sau, kaip mamai, formavimo svarbą. Čia aktualu aptarti socialinę aplinką ir galimą paramą, pavyzdžiui, paskatinti kursuose, paskaitose dalyvauti ir tėčius, kalbėti apie jų palaikymo svarbą, mamas skatinti ieškoti paramos bendraujant su panašaus amžiaus vaikus turinčiomis mamomis, pagal galimybes įsijungiant į įvairias veiklas, skirtas mamoms su vaikais. Kita tema, kuria reikėtų kalbėti su būsimomis mamomis tokių paskaitų metu, – įvyksiantys pokyčiai. Diskutuoju, kas pasikeis gyvenime tapus mama, gali būti lengviau priimti būsimus pokyčius, ieškoti sprendimų kilus sunkumų, iššūkių.

Sveikatos priežiūros specialistai, kurie rūpinasi mamos ir vaiko sveikata laikotarpiu po gimdymo, yra tie žmonės, kurie gali identifikuoti kylančius emocinius sunkumus. Naujausiame Sveikatos apsaugos ministerijos ir Socialinės apsaugos ir darbo ministerijos veiksmų plane (2024) yra numatyta, kad lankantis dėl profilaktinių vaikų sveikatos tikrinimų, šeimos medicinos paslaugas teikiantis specialistas įvertina besilaukiančios nėščiosios, gimdyvės ar mamos (tėvų) depresijos po gimdymo simptomus, įteikia rašytinę informaciją ir prireikus siunčia pagalbos. Nėra nurodyta, kada, kiek dažnai yra atliekamas toks įvertinimas, tačiau pasiteiravimas apie mamos emocinę būseną gali padėti greičiau identifikuoti kylančius sunkumus ir suteikti reikiamą pagalbą.

Autorių indėlis

Barbora Skirgailaitė: konceptualizacija, tyrimo metodologijos parengimas, tyrimo atlikimas, duomenų analizė, rašymas: originalus straipsnio rankraštis, straipsnio peržiūra ir koregavimas.

Greta Kaluževičiūtė: konceptualizacija, tyrimo metodologijos parengimas, duomenų analizė, rašymas: originalus straipsnio rankraštis, vizualizacija, straipsnio peržiūra, rašymas: originalus straipsnio rankraštis, straipsnio peržiūra ir koregavimas, publikacijos rengimo supervizavimas.

Literatūra

- Adams, M., & Almonte, A. (2022). First time Mothers definition of a 'Good' mother. *American Journal of Qualitative Research*, 6(2), 195–206. <https://doi.org/10.29333/ajqr/12218>
- Ahmadpour, P., Faroughi, F., & Mirghafourvand, M. (2023). The relationship of childbirth experience with postpartum depression and anxiety: A cross-sectional study. *BMC Psychology*, 11(1), Article 58. <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01105-6>
- Ainsworth, M. D. S. (1979). Infant-mother attachment. *American Psychologist*, 34(10), 932–937. <https://doi.org/10.1037/0003-066x.34.10.932>
- Anderson, A., & Anderson, B. (1987). Mothers' beginning relationship with twins. *Birth*, 14(2), 94–98.
- Barton, K., Redshaw, M., Quigley, M. A., & Carson, C. (2017). Unplanned pregnancy and subsequent psychological distress in partnered women: A cross-sectional study of the role of relationship quality and wider social support. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 17(1), Article 44. <https://doi.org/10.1186/s12884-017-1223-x>
- Behrendt, H. F., Scharke, W., Herpertz-Dahlmann, B., Konrad, K., & Firk, C. (2019). Like mother, like child? Maternal determinants of children's early social-emotional development. *Infant Mental Health Journal*, 40(2), 234–247. <https://doi.org/10.1002/imhj.21765>
- Bell, L., Goulet, C., Tribble, D. S., Paul, D., Boisclair, A., & Tronick, E. Z. (2007). Mothers' and fathers' views of the interdependence of their relationships with their infant. *Journal of Family Nursing*, 13(2), 179–200. <https://doi.org/10.1177/1074840707300774>
- Berger, R. (2015). Now I see it, now I don't: Researcher's position and reflexivity in qualitative research. *Qualitative Research*, 15(2), 219–234. <https://doi.org/10.1177/1468794112468475>
- Bigelow, A. E., Power, M., MacLean, K., Gillis, D., Ward, M., Taylor, C., Berrigan, L., & Wang, X. (2018). Mother–infant skin-to-skin contact and mother–child interaction 9 years later. *Social Development*, 27(4), 937–951. <https://doi.org/10.1111/sode.12307>
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment*. Basic Books.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Braun, V., & Clarke, V. (2019). Reflecting on reflexive thematic analysis. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 11(4), 589–597. <https://doi.org/10.1080/2159676X.2019.1628806>
- Braun, V., & Clarke, V. (2021). One size fits all? What counts as quality practice in (reflexive) thematic analysis? *Qualitative Research in Psychology*, 18(3), 328–352. <https://doi.org/10.1080/14780887.2020.1769238>
- Brown, S., & Small, R. (1997). Being a 'good mother'. *Journal of Reproductive & Infant Psychology*, 15(2), 185–200. <https://doi.org/10.1080/02646839708404542>
- Bruner, J. (1990). *Acts of meaning: Four lectures on mind and culture* (Vol. 3). Harvard university press.
- Chase, S. E. (2005). Narrative inquiry: Multiple lenses, approaches, voices. In N. K. Denzin & Y. S. Lincoln (Eds.), *The SAGE handbook of qualitative research* (3rd ed., pp. 651–679). Sage Publications Ltd.
- Clarke, V., & Braun, V. (2017). Thematic analysis. *The Journal of Positive Psychology*, 12(3), 297–298. <https://doi.org/10.1080/17439760.2016.1262613>
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2007). *Qualitative inquiry and research design choosing among five approaches* (2nd ed.). SAGE Publications, Inc.

- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2016). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches*. Sage publications.
- Denzin, N. K., & Lincoln, Y. S. (Eds.). (2011). *The Sage handbook of qualitative research* (5th ed.). Sage.
- Ethier, K. (2022). Relationships to self, baby, others, and system: A narrative analysis of the transition to parenthood for young mothers in foster care. *Child & Adolescent Social Work Journal*, 39(6), 711–734. <https://doi.org/10.1007/s10560-022-00846-4>
- Gilligan, C. (1982). *In a different voice: Psychological theory and women's development*. Harvard University Press.
- Gowling, S. A., McKenzie-McHarg, K., Gordon, C., & Harrison, L. K. (2021). 'Our relationship is different': exploring mothers' early experiences of bonding to their twins. *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, 39(5), 475–485. <https://doi.org/10.1080/02646838.2020.1726307>
- Hadi, M. A., & José Closs, S. (2016). Ensuring rigour and trustworthiness of qualitative research in clinical pharmacy. *International Journal of Clinical Pharmacy*, 38, 641–646. <https://doi.org/10.1007/s11096-015-0237-6>
- Haga, S. M., Lynne, A., Slinning, K., & Kraft, P. (2011). A qualitative study of depressive symptoms and well-being among first-time mothers. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 26(3), 458–466. <https://doi.org/10.1111/j.1471-6712.2011.00950.x>
- Hays, S. (1996). *The cultural contradictions of motherhood*. Yale University Press.
- Izhak, I., & Aharoni, M. (2023). Beyond intensive motherhood: Performing online cross-border motherhood on social media. *Women's Studies International Forum*, 100, Article 102820. <https://doi.org/10.1016/j.wsif.2023.102820>
- Javadifar, N., Majlesi, F., Nikbakht, A., Nedjat, S., & Montazeri, A. (2016). Journey to motherhood in the first year after child birth. *PubMed*, 10(3), 146–153. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28101116>
- Klaus, M. H., & Kennell, J. H. (1982). *Parent–infant bonding* (2nd ed.). Mosby.
- Kristensen, I. H., Simonsen, M., Trillingsgaard, T., & Kronborg, H. (2017). Video feedback promotes relations between infants and vulnerable first-time mothers: A quasi-experimental study. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 17(1), Article 379. <https://doi.org/10.1186/s12884-017-1568-1>
- Kurincová, V., Turzáková, J., & Turzák, T. (2018). First time mother experience in qualitative studies: A literature review. *SGEM International Multidisciplinary Scientific Conferences on Social Sciences and Arts*. <https://doi.org/10.5593/sgemsocial2018/4.1/s18.043>
- Lāma, E. (2022). 'Intensive mothering' discourse in narratives pro and against 'Daddy quota' in Latvia. *Media and Society*, 2022, 61–69. <https://doi.org/10.22364/ms22.07>
- Laney, E. K., Hall, M. E. L., Anderson, T. L., & Willingham, M. M. (2015). Becoming a mother: The influence of motherhood on women's identity development. *Identity*, 15(2), 126–145. <https://doi.org/10.1080/015283488.2015.1023440>
- Lange, B. C. L., Callinan, L. S., & Smith, M. V. (2018). Adverse childhood experiences and their relation to parenting stress and parenting practices. *Community Mental Health Journal*, 55(4), 651–662. <https://doi.org/10.1007/s10597-018-0331-z>
- Lee, K., Vasileiou, K., & Barnett, J. (2019). 'Lonely within the mother': An exploratory study of first-time mothers' experiences of loneliness. *Journal of Health Psychology*, 24(10), 1334–1344. <https://doi.org/10.1177/1359105317723451>
- Leerkes, E. M., Blankson, A. N., & O'Brien, M. (2009). Differential effects of maternal sensitivity to infant distress and nondistress on social-emotional functioning. *Child development*, 80(3), 762–775. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2009.01296.x>
- Lehto, M. (2020). Bad is the new good: Negotiating bad motherhood in Finnish mommy blogs. *Feminist Media Studies*, 20(5), 657–671. <https://doi.org/10.1080/14680777.2019.1642224>
- Lincoln, Y. S., & Guba, E. G. (1985). *Naturalistic inquiry*. SAGE Publications.
- Liss, M., Schiffrin, H. H., Mackintosh, V. H., Miles-McLean, H., & Erchull, M. J. (2012). Development and validation of a quantitative measure of intensive parenting attitudes. *Journal of Child and Family Studies*, 22(5), 621–636. <https://doi.org/10.1007/s10826-012-9616-y>
- Ludlow, V., Newhook, L. A., Newhook, J. T., Bonia, K., Goodridge, J. M., & Twells, L. (2012). How formula feeding mothers balance risks and define themselves as 'good mothers.' *Health, Risk & Society*, 14(3), 291–306. <https://doi.org/10.1080/13698575.2012.662635>

Lutz, K. F., Anderson, L. E., Riesch, S. K., Pridham, K., & Becker, P. T. (2009). Furthering the understanding of parent–child relationships: A nursing scholarship review series. Part 2: Grasping the early parenting experience—the insider view. *Journal for Specialists in Pediatric Nursing*, 14(4), 262–283. <https://doi.org/10.1111/j.1744-6155.2009.00209.x>

Machold, C. A., O’Rinn, S. E., McKellin, W. H., Ballantyne, G., & Barrett, J. F. R. (2021). Women’s experiences of skin-to-skin cesarean birth compared to standard cesarean birth: A qualitative study. *CMAJ Open*, 9(3), E834–E840. <https://doi.org/10.9778/cmajo.20200079>

Main, M., & Solomon, J. (1986). Discovery of an insecure-disorganized/disoriented attachment pattern. In T. B. Brazelton & M. W. Yogman (Eds.), *Affective development in infancy* (pp. 95–124). Ablex Publishing.

McLeish, J., Harvey, M., Redshaw, M., & Alderdice, F. (2021). A qualitative study of first time mothers’ experiences of postnatal social support from health professionals in England. *Women and Birth*, 34(5), e451–e460. <https://doi.org/10.1016/j.wombi.2020.10.012>

Meireles, A., & Costa, M. E. (2019). Body experience and the mother–child relationship in pregnancy: A cross-sectional study of pregnant Portuguese women. *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, 37(5), 527–538. <https://doi.org/10.1080/02646838.2019.1626009>

Mercer, R. T. (2004). Becoming a mother versus maternal role attainment. *Journal of Nursing Scholarship*, 36(3), 226–232. <https://doi.org/10.1111/j.1547-5069.2004.04042.x>

Moreau, C., Bonnet, C., Beuzelin, M., & Blondel, B. (2022). Pregnancy planning and acceptance and maternal psychological distress during pregnancy: Results from the National Perinatal Survey, France, 2016. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 22(1), Article 162. <https://doi.org/10.1186/s12884-022-04496-3>

Motinstę globojančių iniciatyvų sąjunga (MGIS). (2022). *Apklausa „Mano gimdymas“*. <https://mgis.lt/moteru-psichikos-sveikatos-issukiai-po-gimdymo-islieka-tokie-patys/>

Murray, M. (2000). Levels of narrative analysis in health psychology. *Journal of Health Psychology*, 5(3), 337–347. <https://doi.org/10.1177/135910530000500305>

Murray, M. (2003). Narrative psychology and narrative analysis. In P. M. Camic, J. E. Rhodes, & L. Yardley (Eds.), *Qualitative research in psychology: Expanding perspectives in methodology and design* (pp. 95–112). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10595-006>

Riessman, C. K. (2008). *Narrative methods for the human sciences*. Sage.

Ruddick, S. (1980). Maternal thinking. *Feminist Studies*, 6(2), 342–367. <https://doi.org/10.2307/3177749>

Page, T. F., Combs-Orme, T., & Cain, D. S. (2006). New mothers’ psychological experience and behavioral interactions with their infants in the first 12 months. *Journal of Child and Family Studies*, 16(2), 155–167. <https://doi.org/10.1007/s10826-006-9075-4>

Petri, E., Palagini, L., Bacci, O., Borri, C., Teristi, V., Corezzi, C., Faraoni, S., Antonelli, P., Cargioli, C., Banti, S., Perugi, G., & Mauri, M. (2018). Maternal–foetal attachment independently predicts the quality of maternal–infant bonding and post-partum psychopathology. *The Journal of Maternal-Fetal & Neonatal Medicine*, 31(23), 3153–3159. <https://doi.org/10.1080/14767058.2017.1365130>

Phoenix, C., Smith, B., & Sparkes, A. C. (2010). Narrative analysis in aging studies: A typology for consideration. *Journal of Aging Studies*, 24(1), 1–11. <https://doi.org/10.1016/j.jaging.2008.06.003>

Pridham, K., Lutz, K. F., Anderson, L. E., Riesch, S. K., & Becker, P. T. (2010). Furthering the understanding of parent–child relationships: A nursing scholarship review series. Part 3: Interaction and the parent–child relationship—assessment and intervention studies. *Journal for Specialists in Pediatric Nursing*, 15(1), 33–61. <https://doi.org/10.1111/j.1744-6155.2009.00216.x>

Prino, L. E., Rollè, L., Sechi, C., Patteri, L., Ambrosoli, A., Caldarera, A. M., Gerino, E., & Brustia, P. (2016). Parental relationship with twins from pregnancy to 3 months: The relation among parenting stress, infant temperament, and well-being. *Frontiers in Psychology*, 7, Article 1628. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01628>

Saether, K. M., Berg, R. C., Fagerlund, B. H., Glavin, K., & Jøranson, N. (2023). First-time parents’ experiences related to parental self-efficacy: A scoping review. *Research in Nursing & Health*, 46(1), 101–112. <https://doi.org/10.1002/nur.22285>

Sayer, L. C. (2015). Trends in women’s and men’s time use, 1965–2012: Back to the future? In S. McHale, V. King, J. Van Hook, & A. Booth (Eds.), *Gender and couple relationships. National symposium on family issues* (Vol. 6, pp. 43–77). Springer, Cham. https://doi.org/10.1007/978-3-319-21635-5_2

- Sharifpour, F., Javadnoori, M., Moghadam, Z. B., Najafian, M., Cheraghian, B., & Abbaspoor, Z. (2023). Primiparous mothers' perception and expectations regarding social support during the postpartum period: A qualitative study. *Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research*, 28(1), 38–46. https://doi.org/10.4103/ijnmr.ijnmr_383_21
- Silverio, S. A., Sheen, K. S., Bramante, A., Knighting, K., Koops, T. U., Montgomery, E., November, L., Soulsby, L. K., Stevenson, J. H., Watkins, M., Easter, A., & Sandall, J. (2022). Sensitive, challenging, and difficult topics: Experiences and practical considerations for qualitative researchers. *International Journal of Qualitative Methods*, 21. <https://doi.org/10.1177/16094069221124739>
- Sonnenburg, C., & Miller, Y. D. (2021). Postnatal depression: The role of “Good Mother” ideals and maternal shame in a community sample of mothers in Australia. *Sex Roles*, 85(11/12), 661–676. <https://doi.org/10.1007/s11199-021-01239-0>
- Spinelli, M., Frigerio, A., Montali, L., Fasolo, M., Spada, M. S., & Mangili, G. (2015). ‘I still have difficulties feeling like a mother’: The transition to motherhood of preterm infants mothers. *Psychology & Health*, 31(2), 184–204. <https://doi.org/10.1080/08870446.2015.1088015>
- Stephens, C. (2011). Narrative analysis in health psychology research: Personal, dialogical and social stories of health. *Health Psychology Review*, 5(1), 62–78. <https://doi.org/10.1080/17437199.2010.543385>
- Stephens, C., & Breheny, M. (2012). Narrative analysis in psychological research: An integrated approach to interpreting stories. *Qualitative Research in Psychology*, 10(1), 14–27. <https://doi.org/10.1080/14780887.2011.586103>
- Stern, D. N. (1995). *The motherhood constellation: A unified view of parent-infant psychotherapy* (1st ed.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780429482489>
- Sveikatos apsaugos ministerija ir Socialinės apsaugos ir darbo ministerija. (2024). *Veiksmų, stiprinant pagalbą nėščiosioms, gimdyvėms ir mamoms (tėvams), patiriantiems psichikos sveikatos sunkumų*. <https://sam.lrv.lt/lt/veiklos-sritys/psichikos-sveikata/depresija-po-gimdymo/>
- Valla, L., Helseth, S., Småstuen, M. C., Misvær, N., & Andenæs, R. (2022). Factors associated with maternal overall quality of life six months postpartum: A cross sectional study from The Norwegian Mother, Father and Child Cohort Study. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 22(1), Article 4. <https://doi.org/10.1186/s12884-021-04303-5>
- Vik, T. A., & DeGroot, J. M. (2021). “I don’t let everyone see my struggles”: Mothers’ social support and privacy management. *Personal Relationships*, 28(3), 475–494. <https://doi.org/10.1111/pere.12372>
- Wong, G., & Breheny, M. (2018). Narrative analysis in health psychology: A guide for analysis. *Health Psychology and Behavioral Medicine*, 6(1), 245–261. <https://doi.org/10.1080/21642850.2018.1515017>
- World Health Organization. (2020). *Protecting, promoting and supporting breastfeeding in facilities providing maternity and newborn services: The revised Baby-friendly Hospital initiative: 2018 implementation guidance: Frequently asked questions*. <https://www.who.int/publications/i/item/9789241513807>
- Zdolska-Wawrzekiewicz, A., Bidzan, M., Chrzan-Dętkoś, M., & Pizuńska, D. (2019). The dynamics of becoming a mother during pregnancy and after childbirth. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(1), Article 57. <https://doi.org/10.3390/ijerph17010057>

Priedai

1 priedas. Kodų formulavimo ir kodų lentelės pavyzdys

Ištraukos iš interviu su trečiaja respondente pavyzdys:

R3: Kaip aš jaučiaus tapus mama? Aš kartais net dabar pagalvoju, vis sugrįžtu į tai, kad aš – mama, ir bandau suvokt, kaip čia taip (juokiasi). Tai. Nu tikrai labai toksai... Stebuklingas kažkoks jausmas, toksai nemoku net apsaityti. Kai... Tas žmogus kažkada buvo tavyje ir jis dabar yra čia ir toks... Man... Kaip čia įvardinti tą jausmą? Nu tokios kitokios meilės, kitokios meilės negu, kad, tarkim, yra vyro ir mano, ir čia nu toks toks kitoks atsirado dar viena meilės sąvoka tikriausiai tapus mama. Tai... Tikrai, netgi... vat jis, kadangi gimė cezario žodžiu būdu, tai aš tokį jaučiu atsakomybę jam žodžiu suteikti, kad kada jis tik būtų maitinamas pieneliu mamos. Tai aš nežinau, gal aš visą parą tikriausiai nemiegojau ir visada jį laikiau šalia, nes nu, kadangi aš ne pati jį pagimdžiau, ne natūraliu būdu atėjo ir nu gal kas 4 val. taip praėjo, kada aš jį gavau, tai aš tokį jaučiau didžiulį įpareigojimą dabar jį visada turėti šalia, kad jis pajustų, kad kad čia mes esam žodžiu ir kad viskas gerai, nu tai toks nu vat. Nežinau, ne tos kažkoks net nieko nereikėjo, man pačiai kažkokio daryti sau spaudimo, nes taip viskas natūraliai, žodžiu, atėjo. Tas troškimas, toksai tiesiog jį visada turėti, nes aš žinojau, kad jam to reikia. Žodžiu, tai nu tai vat tai kažkaip nuo pat nuo pat gimimo toks. Didžiulis nu ryšys ir tas tokios kitokios meilės pojūtis.

Kodų lentelės, kurioje surašomi kodų pavadinimai, nurodomos respondentės ir išrenkamos citatos iš interviu, pavyzdys naudojant pateiktą interviu ištrauką:

Kodas	Respondentė	Citata
Buvimas mama	R3	Tokios kitokios meilės, kitokios meilės negu, kad, tarkim, yra vyro ir mano, ir čia nu toks toks kitoks atsirado dar viena meilės sąvoka tikriausiai tapus mama.
Atsakomybės jausmas	R3	Jaučiu atsakomybę jam žodžiu suteikti, kad kada jis tik būtų maitinamas pieneliu mamos.
	R3	Jaučiau didžiulį įsipareigojimą dabar jį visada turėti šalia.
Gera mama	R3	Kadangi aš ne pati jį pagimdžiau, ne natūraliu būdu atėjo ir nu gal kas 4 val. taip praėjo, kada aš jį gavau, tai aš tokį jaučiau didžiulį įpareigojimą dabar jį visada turėti šalia, kad jis pajustų, kad kad čia mes esam žodžiu ir kad viskas gerai.
Natūralumas / prigimtinė motinystė	R3	Net nieko nereikėjo, man pačiai kažkokio daryti sau spaudimo, nes taip viskas natūraliai, žodžiu, atėjo. Tas troškimas, toksai tiesiog jį visada turėti, nes aš žinojau, kad jam to reikia.
Santykis su vaiku	R3	Didžiulis nu ryšys ir tas tokios kitokios meilės pojūtis.

2 priedas. Temų, potemių ir kodų lentelė

Tema	Potemė	Kodas
Santykio vystymasis nuo tam tikro konkretaus momento	Santykio pradžios nurodymas	Santykis su vaiku Emocinė būseną nėštumo metu
	Vaiko laukimas ir gimdymas	Gimdymo patirtis Vaiko laukimas
	Buvimas kartu su vaiku	Sprendimai dėl vaiko aplinkos Veikla su vaiku
	Prisirišimas santykyje su vaiku	Santykis su vaiku
Vaiko asmenybė ir charakteris		Mama apie vaiką
Pokyčiai tapus mama	Sunkumai, kylantys tapus mama	Motinytės iššūkiai Savirealizacija Poreikis socializuotis
	Buvimas mama – naujo vaidmens prėmimas	Savo motinytės vertinimas Vaiko laukimas Antras vaikas Buvimas mama
Aplinkinių palaikymo svarba motinytės pradžioje		Tėvų auklėjimas Santykio su savo mama pokytis Palaikymo svarba motinystei Kitos mamos
Buvimas gera mama – besąlyginis vaiko priėmimas ir meilė		Gera mama Natūralumas, prigimtinė motinystė Visuomenės požiūris Atsakomybės jausmas