



MÄLARDALENS HÖGSKOLA
ESKILSTUNA VÄSTERÅS

Institutionen för hälsa, vård och välfärd

”Det händer inte mig...”

- En hermeneutisk studie om mödrars sorg efter ett förlorat barn

Alexandra Fleur & Nina Holmström

Examensarbete kandidatnivå Vt-2013
Beteendevetenskapliga programmet
Sociologi med socialpsykologisk inriktning
Handledare: Sanja Magdalenic
Examinator: Maria Bennich

Vi vill börja med att tacka de bloggförfattare som upplåtit sina bloggar till vårt förfogande, utan er hade denna studie inte varit möjlig.

Vi vill även passa på att tacka våra respektive Alexander och Daniel för deras stöd, uppmuntran och förståelse för sena studiekvällar.

Ett stort tack till vår handledare Sanja Magdalenic.

Eskilstuna den 14 juni 2013

Alexandra Fleur & Nina Holmström

*-Mattis, du vet att ingen får finnas jämt. Vi föds och vi dör, så
har det ju alltid varit, vad jämrar du om?*

-Men han fattas mej, han fattas mej så det skär i bröstet!

Astrid Lindgren, Ronja Rövardotter

Sammanfattning

Syftet med vår studie är att undersöka mödrars upplevelse av sorg efter att ha förlorat ett barn genom dödsfall och vilken funktion bloggen utgör i sörjande människors vardag. Studien har utgångspunkt i socialpsykologin och studien är genomförd med den hermeneutiska metodansatsen. Vi har använt oss av ett målinriktat urval och bloggtexter som materialtyp. Vår empiri utgörs av åtta mödrars självbiografiska bloggar, där de skriver om sorgen efter deras avlidna barn. Vi har valt att stärka vår studie med tidigare forskning relaterat till syftet och ett teoretiskt ramverk för att förankra resultatet i socialpsykologiska teorier. De teorier som utgör det teoretiska ramverket i den här studien är KASAM, copingteori och socialt stöd. Resultatet som studien genererade var totalt sex teman; *stödet betydelse, familjen, professionella aktörer, upplevda emotioner, existentiella tankar och bloggans betydelse*. I vårt diskussionsavsnitt har vi inkluderat alla de tankar och reflektioner som studien har genererat. Vi har funnit att sorgen är förenad med flertalet behov. Bland annat behovet av att få uttrycka sin sorg och att sätta ord på sina tankar och känslor. Studien har kommit fram till att bloggen utgör en värdefull funktion i sorgbearbetningen. Vårt resultat har visat att behovet av stöd från omgivningen är stort hos de sörjande mödrarna. Vår studie har även visat att det finns flera aspekter gällande forskningsområdet där det bör bedrivas mer forskning, exempelvis är bloggans betydelse i sorgearbetet tämligen outforskad.

Nyckelord

Sorg, förlust av barn, mödrar, upplevelse, blogg, hermeneutik, existentialism, coping, KASAM, socialt stöd.

Innehållsförteckning

1. Inledning.....	7
2. Syfte och frågeställningar.....	8
3. Centrala begrepp och definitioner.....	8
4. Tidigare forskning.....	9
4.1 Upplevelser av sorg och sorgbearbetning.....	10
4.2 Socialt stöd.....	11
4.3 Bloggens betydelse.....	12
5. Metod.....	13
5.1 Hermeneutiken.....	14
5.2 Förförståelse.....	15
5.3 Urval.....	16
5.4 Datainsamling.....	17
5.5 Kortbeskrivning av bloggarna.....	17
5.6 Etiska aspekter.....	18
5.7 Analysprocess.....	19
6. Teoretisk och begreppslig referensram.....	20
6.1 KASAM.....	20
6.2 Copingteori.....	21
6.3 Socialt stöd.....	22
7. Resultat.....	23
7.1 Stödets betydelse.....	24
7.2 Familjen.....	25
7.3 Professionella aktörer.....	28
7.4 Upplevda emotioner.....	29
7.5 Existentiella tankar.....	32
7.6 Bloggens betydelse.....	34
8. Sammanfattning av resultat.....	37
9. Diskussion.....	39
9.1 Metodologiska reflektioner.....	40
9.2 Studiens resultat kopplat till tidigare forskning och teori.....	42
9.3 Egna reflektioner.....	45
9.4 Förslag till fortsatt forskning.....	47
10. Referenslista.....	48

1. Inledning

För många är döden det definitiva slutet, något oåterkalleligt och ofrånkomligt. För vissa är döden väntad medan den för andra plötsligt inträffar och livet får ett abrupt slut. Döden påverkar inte enbart den drabbade utan även de som finns i dess omgivning. Även om döden är väntad kan den upplevas som en chock för de närstående. En utmaning som oundvikligen är förenad med döden är de existentiella frågor som uppkommer (Björklund & Gyllenswärd, 2009, s. 10). Sorgen skapar olika existentiella utmaningar för människan som vi anser borde uppmärksammas, vilket är vår avsikt med studien.

Det faktum att alla människor kommer att drabbas av sorg under sin livstid och att detta trauma kräver någon typ av hantering är upphovet till våra frågeställningar. På grund av att de flesta sorgebloggar bedrivs av kvinnor och att de nya möjligheter för sorgbearbetning som det senmoderna samhället medför har resulterat i att vi har valt att undersöka *mödrars upplevelse av sorg efter att ha förlorat ett barn genom dödsfall och vilken funktion bloggen utgör i sörjande människors vardag*.

Behovet av att uttrycka sin sorg är individuellt och ter sig på olika sätt i det senmoderna samhället. Internet har skapat arenor där människor får möjlighet uttrycka och sprida sina tankar och upplevelser. Bloggar och sociala medier är ett sätt att synliggöra individens mest privata och innersta känslor. Bloggar ger möjlighet att uttrycka och bearbeta den upplevda sorgen vid förlusten av ett barn. Sorgen är något som alla upplever eller kommer att uppleva (Björklund & Gyllenswärd, 2009, s. 7). Detta antagande kan göra att omgivningen och de som bemöter sörjande människor i sitt yrke i stor utsträckning förväntar sig att sorgen är något den sörjande bör kunna hantera på egen hand. Detta menar Björklund och Gyllenswärd (2009, s. 8) kan skapa ett problematiskt synsätt där alla typer av förluster uppfattas och jämförs som likvärdiga. Författarna fastslår att det finns svårigheter i att finna mening i att ett barn dör och att sådana traumatiska upplevelser kan radera allt det som individen byggt upp för att göra sin värld begriplig och förutsägbar (Björklund & Gyllenswärd, 2009, s. 16). En blogg är en typ av aktiv och problemfokuserad coping. Författaren ges möjlighet att dela med sig av sina känslor, sin sorg och ångest. Bloggförfattaren hjälper andra i liknande situation och får tillbaka bekräftelse, stöd och råd (Dag och Natt, 2012, s. 12). Detta kan påvisa vilken funktion bloggen kan utgöra i sörjande människors vardag.

Sorg enligt Fyhr (2003, s. 23) sammankopplas vanligtvis med förlusten av en person genom exempelvis dödsfall eller skilsmässa. Men alla typer av förluster efterföljs av sorg om förlusten upplevs som betydande av den som drabbats. Med det menas att det är av mindre betydelse vad man har förlorat och hur omgivningen värdesätter det som gått förlorat. Det är den sörjandes värdering av det som förlorats som avgör om förlusten frambringar känslor av sorg. Därför kan man med säkerhet säga att om en individ förlorar något som denne värderar högt startas en sorgeprocess (Fyhr, 2003, s. 23). En sorgeprocess kännetecknas enligt Fyhr (2003, s. 31-33) av de känslor som gör att bearbetningen av sorgen utgör en läkningsprocess. Sorgeprocessen behöver inte nödvändigtvis vara av dramatisk karaktär, utan kan vara en sund och effektiv process.

Synen på sorgen och hanteringen av denna har förändrats genom tidsepokerna. Vilket gör sorghanteringen intressant ur ett sociologiskt perspektiv. I det traditionella samhället var sorgen förvisad att hanteras inom familjen och i relation till de närstående. I och med det moderna samhället och det senmoderna samhällets utveckling har familjens funktion i sorgbearbetningen fått ge plats åt de professionellas kunskap inom området. Alla de teorier

inom sorgen med Freuds tankar om psykoanalysen i spetsen har gjort sorgen till ett tillstånd som bör botas med professionellas hjälp. Socialisationen har fått människan att uppleva känslor som är kopplade till sorgen som onormala och onaturliga. Trots att detta är normala och naturliga reaktioner när man drabbas av en förlust. Giddens (1999, s. 173-174) teori om att samhället konfiskerar de naturliga inslag i livet såsom döden medverkar till att sorgen blir en försummad och missförstådd upplevelse. Detta i sin tur gör sorgen enligt James och Friedman (2003, s. 3) svårhanterlig både av de sörjande, men även av dess omgivning.

Vi önskar med vårt arbete att förbättra bemötandet av personer i kris, men även att öka förståelsen för de som upplever sorg när de förlorat barn genom ett dödsfall. Vår forskning utgör ett välkommet bidrag till den redan existerande forskningen då det finns en avsaknad av forskning gällande sorgbloggar. Då vi under datainsamlingsprocessen funnit stort antal bloggar som handlar om sorg menar vi att det finns ett behov av att forska kring bloggarnas betydelse i sorgbearbetningen. Vi anser att bloggen kan vara ett utmärkt sätt att nå människors upplevelse av sorg. Detta baserar vi på de begränsningar som finns när det gäller etik och moral när man utforskar sorgen genom kvalitativa intervjuer. Vi har valt att göra den här studien då vi anser att sorgen är ett socialpsykologiskt relevant ämne att studera. Genom det högteknologiska samhällets utveckling suddas de tidigare gränserna mellan den privata sfären och det offentliga rummet ut. Då bloggen är offentlig och alltid tillgänglig kan den utgöra ett obegränsat stöd för den sörjande, detta kan ha bidragit till att bloggen blivit ett senmodernt sätt att sörja. Trots detta är sorgbloggar ett förhållandevis outforskat område. Vår förhoppning med studien är att den kan utgöra ett bidrag till ett underlag gällande bemötande av människor i sorg för professioner inom socialt arbete. Vi anser studien vara relevant för professioner som bemöter människor i kris som exempelvis psykologer, kuratorer och sjuksköterskor. Men även andra som arbetar med människor såsom personalansvariga, pedagoger och diakoner.

2.Syfte och frågeställningar

Syfte

Syftet med studien är att undersöka mödrars upplevelse av sorg efter att ha förlorat ett barn genom dödsfall och vilken funktion bloggen utgör i sörjande människors vardag.

Frågeställningar

- Vilken typ av socialt stöd upplever mödrarna sig ha tillgång till?
- Hur upplever de sörjande mödrarna familjens betydelse?
- Hur upplever de sörjande mödrarna professionella aktörers bemötande?
- Hur uttrycker mödrarna emotioner och existentiella tankar genom bloggen?
- Vilken betydelse upplever mödrarna att deras självbiografiska bloggar har haft för deras sorgearbete?

3.Centrala begrepp och definitioner

För att underlätta läsningen av vårt arbete har vi valt att redovisa två definitioner av för vår studie relevanta och återkommande begrepp. Baserat på vårt områdesval finner vi det betydelsefullt att klargöra vad sorg är. Vår avsikt med att inkludera begreppsdefinitioner är att tydliggöra vårt syfte med studien.

Sorg; Reaktion på förlust, vanligen av en avhållen närstående. En likartad reaktion kan uppträda efter förlusten av husdjur eller ägodelar med affektionsvärde eller efter amputation av ett bröst, en extremitet eller andra kroppsdelar. Sorg är en form av traumatisk kris, och liksom i andra krisreaktioner kan olika faser urskiljas; chock-, reaktions-, bearbetnings- och nyorienteringsfas (www.ne.se).

En aspekt av sorgen som vi inte anser framgår i begreppsdefinitionen ovan är den individuella aspekten i sorgen. Det är en aspekt som Fyhr (2003, s. 35-36) uppmärksammar då hon menar att trots att man kan finna generella grundmönster i sorgen är upplevelsen av sorgen och förutsättningarna för sorgearbetet individuella. Fyhr (2003, s. 36) menar att samma objektiva förlust kan vara av olika betydelse för varje berörd individ och därmed värderas på olika sätt.

Vårt val av att använda bloggar som datamaterial och det faktum att bloggen är ett relativt nytt fenomen i det senmoderna samhället anser vi det finnas anledning att definiera vad en blogg är.

Blogg; Personlig och öppen dagbok eller logg på webben. En typisk blogg består av regelbundna skriftliga inlägg med personligt hållna iakttagelser och synpunkter på dagsaktuella händelser, vanligtvis med länkar till relaterade webbsidor, artiklar och bloggar samt ibland med bilder och/eller videor. Varje blogginlägg har datumangivelse och bloggans läsare har möjlighet att publicera kommentarer i anslutning till dessa (www.ne.se).

I citatet ovan anser vi inte att den socialpsykologiska förankringen tydligt framgår. Då bloggen kan användas av olika intressegrupper och ha olika syften ger sammantaget ett komplext inflytande på samhälle och individ (www.ne.se). Ovanstående resonemang påvisar bloggans socialpsykologiska relevans och därmed styrker vårt val av datamaterial.

4. Tidigare forskning

Vi har valt att uppmärksamma hur sorgen uttrycks och förmedlas via bloggar, då sorgen är en del av folkhälsan och bloggen kan vara ett verktyg för att hantera den. Nedan kommer vi att redovisa delar av den aktuella forskningen som bedrivits gällande sorg upplevd av föräldrar. Forskningen som vi har valt är av socialpsykologisk karaktär och har i största möjliga mån valt att inkludera forskning som täcker de område vi valt att undersöka bland den tidigare forskningen. För att den tidigare forskningen ska vara relevant för vår studie har vi endast valt forskning med kvalitativa inslag. Vi har valt att endast inkludera forskning som berör föräldrars sorg och vi har därför valt bort forskning som syftar på sorg där anhörig som inte är biologiska barn gått bort, då det är utanför vårt forskningsfält. Denna begränsning menar vi vara en förutsättning när man undersöker ett omfattande forskningsområde som sorg och som gör vår tidigare forskning är relevant för vår studie. Vår valda tidigare forskning utgör en tydlig inramning av det forskningsområde vi avser att undersöka. För att besvara vår frågeställning vill vi undersöka det redan existerande forskningsområdet och trots att sorgen är tämligen utforskad har vi funnit begränsat med forskning kring sorgbloggar gällande föräldrars sorg. Trots bloggarnas omåttliga popularitet finns det ett begränsat utbud av forskning kring bloggar om sorg. Vi har dock lyckats lokalisera en studie där man undersöker en förälders sorg uttryckt i bloggtexter som vi presenterat under rubriken *bloggens betydelse*. Den tidigare forskning som vi valt att presentera i vår studie bekräftar vår studies relevans inom det socialpsykologiska forskningsfältet.

Den forskning vi har valt att redovisa i avsnittet om tidigare forskning har vi funnit i databaser och sökmotorer såsom EBSCO, Google och Sociological abstracts. De sökord som vi har använt oss av för att lokalisera relevant bedriven forskning är; grief, bereaved, coping, sorrow, blog, child, mother, parental, meaning, death. Vi har valt att dela upp den tidigare forskningen i tre teman. Våra teman har vi valt utifrån vårt syfte och våra frågeställningar för att förtydliga vilken relevans den tidigare forskningen har för vår undersökning. Men även för att strukturera upp materialet och för att underlätta läsningen för läsaren. Dessa teman är; *upplevelser av sorg och sorgbearbetning, socialt stöd och bloggans betydelse.*

4.1 Upplevelser av sorg och sorgbearbetning

Lichtenthal et al (2013) har skrivit en rapport om sambandet mellan dödsorsak och meningssökande vid förlust av ett barn. Forskarna har valt ett omfattande urval gällande dödsorsak. Följande dödsorsaker inkluderas i studien; spädbarnsdöd, cancer, hjärtattack, olycka, självmord och mord. Forskarna kom i kontakt med sina respondenter via en stödgrupp för föräldrar som förlorat sitt barn. Respondenterna fick besvara frågeformulär med öppna frågor, både elektroniskt och i pappersformat. Syftet med studien var att fastställa om olika former av ett barns död, antingen våldsamma eller icke våldsamma, var förknippade med olika mönster av meningsskapande när det gäller sörjande föräldrar. Detta grundades i att många föräldrar kämpade med djupa och utdragna komplikationer i deras sörjande av sina barn. I likhet med vår studie har forskarna inkluderat olika dödsorsaker hos barnen. Vi har dock valt att inte fokusera på dödsorsakernas påverkan på föräldrarnas sorg. Anledningen till att vi har valt att inkludera föräldrar som förlorat sitt barn på olika sätt är att vi vill minimera risken att generalisera den upplevda sorgen. Resultatet i studien var att de föräldrar som förlorat barn genom olycka, mord eller självmord upplevde att det var svårare att finna mening i det som inträffat i jämförelse med de föräldrar som mist sitt barn genom spädbarnsdöd, sjukdom eller olycka. Resultaten visade att deltagarna generellt hade mindre svårigheter med att finna fördelar när det gäller deras förlust än att finna mening i det som hänt.

Keese et al (2008) undersökte i sin studie den relativa betydelsen av objektiva riskfaktorer och meningsskapande hos föräldrar som upplever svår och komplicerad sorg då de har förlorat ett barn genom dödsfall. Syftet med studien är att upptäcka riskfaktorer i symptom gällande sorg som kan uppvisa skillnader i svårighetsgraden av sorg. Det vill säga att man vill bidra till att tidigt i sorgprocessen kunna upptäcka de föräldrar som löper störst risk att drabbas av svår och långvarig sorg. För att undersöka detta använde forskarna sig av frågeformulär med både kvalitativa och kvantitativa inslag. Resultatet i undersökningen visade att föräldrar som hade begränsad tid att anpassa sig till sorgen och som förlorade äldre barn i en våldsam död var mer sannolika att drabbas av komplicerad sorg.

Wheeler (2001) har genomfört en kvalitativ studie som har som avsikt att undersöka vilken mening föräldrar vars barn har avlidit finner i sin sorg. För att undersöka detta använde forskaren sig av frågeformulär som baserades på öppna frågor. Forskaren har valt att studera två aspekter av mening i föräldrarnas sorg. Den första är sökandet efter den kognitiva behärsningen och den andra är sökandet efter nya meningar med livet. Resultatet redovisade man genom att presentera olika teman: oförmåga att acceptera verkligheten av döden, fokusera på känslomässiga reaktioner och barnet som främsta intresse. Oförmåga att acceptera verkligheten av döden illustrerades av flertalet respondenter genom frågor såsom *varför just jag och varför just mitt barn*. Emotionella reaktioner som beskrevs var: ilska, bitterhet, smärta, rädsla och skuld. Föräldrarna beskrev även fysisk smärta som en del av reaktionen. Den tredje kategorin; barnet som främsta intresse, yttrade sig i reaktioner där man undrade om

barnet hade lidit, känslor av att vilja beskydda sitt barn och en önskan att känna fysisk närhet av barnet.

I en kombinerad kvalitativ och kvantitativ studie av Arnold och Buschman Gemma (2008) har man undersökt föräldrars sorg som en fortsatt utvecklande process. De har konstruerat ett eget undersökningsinstrument för att undersöka de livslånga effekter ett barns död innebär för sina föräldrar. Resultaten i denna studie stödjer förståelsen för föräldrars sorg som komplex, pågående och icke-linjär. Resultaten tyder på att föräldrarnas sörjande fortsätter och kan vara associerade med en myriad av andra känslor, inklusive de som är positiva och livsförändrande. Det fortsatta sörjandet kan förknippas med ökad och varierade emotioner, livstillfredsställelse och förbättrade relationer med kvarlevande barn dock är detta mycket individuellt. Flertalet av respondenterna beskrev sorgen som något ständigt närvarande och att de försökte hitta en mängd sätt att bevara barnets närvaro, med hjälp av bland annat bilder och ritualer. De ansåg sig även ha tydliga minnen av barnets liv och död oavsett tid som passerat sedan dödsfallet inträffade. Genom att prata om barnet uttryckte föräldrarna att deras minnen hölls levande och därför uppskattar föräldrarna att berätta om barnet för sin omgivning. Föräldrarna upplevde att den här typen av behov inte alltid blev tillfredsställt då omgivningen inte uppmuntrade samtalsämnet.

4.2 Socialt stöd

Bosticco och Thompson (2005) skriver om behovet av att förmedla sin historia som en del av bearbetningen av sin sorg. Med berättandet som utgångspunkt ges man möjlighet att få en klarhet i det som inträffat. Målet med forskningsartikeln är att presentera diskussionen om berättandets helande egenskaper mer än att fokus ligger på de aktuella upplevelserna. Man vill undersöka varför människan känner ett behov av att berätta och hur berättandet fungerar. Forskarna använde sig av narrativa analyser baserade på intervjuer med föräldrar som förlorat barn. Studien gav resultat som visade att berättandet hade flera funktioner, bland annat om man upplever något som man inte är bekant med kan det vara svårt för personen ifråga att tala om det inför andra. Är man inte bekant med det man har upplevt anpassar man sin historia efter den som lyssnar och därmed speglar berättandet inte alltid det som har hänt. Detta gör berättandet kontextbundet vilket gör att berättelsen kan variera beroende på var den berättas, vem som berättar den och varför. Deras undersökning visar även att berättandet kan ge minnesfragment sammanhang och helhet. Berättandet kan få familjens olika berättelser att förena familjen i sorgen och därmed vara betydelsefullt under sorgprocessen. Familjens olika berättelser kan hjälpa en professionell aktör såsom en terapeut att hjälpa dem att undvika att upprepa ohälsosamma mönster i sorgprocessen. Resultatet uppvisade skillnader gällande deras sociala nätverk några föräldrar inkluderade endast den närstående familjen medan andra ansåg att även sjukvården, vänner och kollegor i sitt sociala nätverk. Forskarna menar att variationen indikerar i vilken utsträckning barnets död har kapacitet att påverka individer som inte är en del av familjen. Vilket även illustrerar i vilken utsträckning människor antingen kan stötta eller belasta de sörjande föräldrarna

Barrera et al (2009) studerade i sin undersökning föräldrars sorg och anpassning sex månader efter att de förlorat ett barn i cancer. Forskarna har använt sig av en modell innehållande tre domäner. Den första domänen är perception av barnet, som innehåller beskrivningar av sorg och anpassning före och efter förlusten. Perception av Andra innefattar partnerrelationer, överlevande barn och deras sociala nätverk. Den tredje domänen utgörs av uppfattningen av världen, där man utforskar föräldrars upplevda betydelser av erfarenheter inom ramen för deras världsbild. För att illustrera dessa domäner har forskarna valt att använda sig utav citat från kvalitativa intervjuer, vilket analyserades med hjälp av grundad teori. Resultaten i studien

visade att möjligheten att uttrycka sin sorg och tala om sjukdomen var värdefull för respondenterna. I första domänen av modellen fann man att föräldrarna såg aspekter av livet ur barnets perspektiv, att barnet inte fick möjlighet att njuta av livet på grund av sjukdomen eller behandlingen. Föräldrarna sörjde det faktum att deras barn inte skulle få uppleva framtida erfarenheter såsom examen, giftermål eller möjlighet till föräldraskap. I relationen med signifikanta Andra ansåg majoriteten av föräldrarna att det kunde finnas stabilitet och stöd i deras partnerrelation. Man kunde även uppskatta skillnaderna i deras individuella sätt att sörja och merparten av föräldrarna upplevde att de kommit närmare varandra i processen. I likhet med deras studie är vi intresserade av respondenternas livsvärld, då vi använder oss av den hermeneutiska metodansatsen som lämpar sig för att undersöka detta. Vår frågeställning gällande familjen överensstämmer med den frågeställning Barrera et al (2009) har undersökt.

Reilly et al (2008) har valt att undersöka erfarenheter hos mödrar som har förlorat ett barn med intellektuella funktionshinder. Personer med utvecklingsstörning löper högre risk att dö i förtid i jämförelse med individer som inte lider av någon utvecklingsstörning. Därför är sannolikheten att föräldrar till barn med utvecklingsstörning överlever sina barn. Detta är en anledning till att forskarna valt att bedriva forskning i ämnet. I den fenomenologiska analysen av de semi-strukturerade intervjuerna fann man fem teman; förlust, fördel, coping, stöd-källor och relation till sjukvården. Man fann bland annat att få stöd från föräldrar som i likhet med dem själva förlorat ett barn med en utvecklingsstörning var ett betydelsefullt stöd trots att det inte alltid fanns tillgängligt. Slutsatsen som forskarna kom fram till var att samhället bör tillhandahålla stödgrupper för föräldrar som förlorat ett barn med en utvecklingsstörning, för att på så sätt underlätta för föräldrar att komma i kontakt med andra föräldrar som är i liknade situation.

När det gäller långsiktiga effekter för föräldrar som förlorat sitt barn har Rogers et al (2008) gjort en studie med medelålders föräldrar som respondenter. För att undersöka detta har forskarna använt sig av longitudinell studie, vilket är en förutsättning för att undersöka långsiktiga effekter och analyserat materialet med hjälp av en kvalitativ innehållsanalys. Studien visar att behovet av stödjande insatser var minst lika påtagligt flera år efter dödsfallet. Forskningen visade även att återhämtning från sorgen inte kunde relateras till den mängd tid som passerat sedan dödsfallet. Deras slutsats uppmärksammar behovet av att upptäcka de föräldrar som upplever varaktig sorg och erbjuda stödinsatser. I diskussionen nämner de även svårigheterna i att upptäcka sorgen då symptomen inte alltid är av den kliniska typen utan kan uttrycka sig i sämre livskvalitet.

Laakso och Paunonen-Ilmonen (2002) har gjort en studie där de analyserat mödrars sorg och sorghantering. Respondenterna i studien är mödrar som har förlorat sitt barn som har en ålder under sju år. I undersökningen har man använt sig av kvalitativ innehållsanalys och i resultatet fann man att make/maka, barn, mor/farföräldrar, anhöriga, vänner och kollegor utgjorde stor betydelse gällande stöd. Stödet bestod av känslomässigt, informativt och instrumentellt stöd men även tröst och omsorg. Respondenterna hade förväntningar på professionella insatser, där de bland annat ville ha god kommunikation med professionella utövare, råd om praktiska frågor, information om krisgrupper och ett bra bemötande med ett genuint intresse för deras sorg. Mödrarna upplevde att möjligheten att tala om barnets död var ett av de bästa sätten att genomgå sorgearbetet och de uppfattade stödet från sorg och stödgrupper vara oerhört viktigt.

4.3 Bloggens betydelse

Bloggens betydelse i sorgbearbetning är ett utforskat ämne. Dock har vi funnit en forskningsartikel som liknar vår studie. Degroot och Carmacks (2013) studie som bygger på

en kvinnas berättelse som är publicerad på hennes självbiografiska blogg om sin sorg efter förlusten av sina två barn. Syftet med studien är att undersöka hur sorg förmedlas via internet. I studien har de använt sig av en instrumentell fallstudie där ett speciellt fall har undersökts på djupet för att kunna förstå det unika i fallet men även för att skapa insikt i ett specifikt fenomen eller ompröva ett teoretiskt synsätt. Instrumentella fallstudier bygger på redan utvecklade instrument och förutfattade kodningssystem, i syfte att undersöka hur teorier och tillvägagångssätt förändras över tid. I enlighet med vår studie finns det en grundläggande tanke om att det i bloggtexter finns en typ av naturlighet som kan vara svår att nå i annan typ av data. Resultatet i studien visade hur mångfacetterad sorg kan vara och hur den framställs genom diskurser och fysiska beteende. I undersökningen av bloggen upptäckte man svårigheter att anpassa sig till livet efter traumat vilket visade sig i känslor av skuld och ifrågasättande av sin identitet som förälder. I studien uppmärksammar forskarna bloggen som ett nytt sätt att bearbeta sorg och lyfter fram kommunikationen som en del av sorgprocessen.

5. Metod

Vi har valt att utgå ifrån kvalitativ metod då vi inte är intresserade av att finna generaliserande och statistiska resultat utan är snarare intresserade av upplevelsen. Forskningsprocessen inom kvalitativ metod grundar sig i öppenhet där planering och inriktning kan förändras under processens gång (Langemar, 2008, s. 47). Förförståelse är den förståelse som vi lärt oss genom social interaktion där man inte behöver göra någon större tolkning, då vi redan har en uppfattning om vad det är (Ödman, 2007, s. 58). Frågeställningen inom kvalitativa undersökningar växer fram i processen, vilket kan leda till att man kommer fram till frågeställningen istället för att utgå ifrån den (Langemar, 2008, s.48). Teman eller kategorier skapar man utifrån data, istället för att ha skapat dem innan man påbörjar analysprocessen. Används begrepp ska även dessa grundas genom data och ses som en del av resultatet. Analysarbetet i den kvalitativa processen är den del av forskningen som är tidskrävande och tar stort engagemang i anspråk, vilket resulterar i att analys och diskussionsavsnitten blir omfattande (Langemar, 2008, s. 49).

En fördel inom kvalitativ forskning är att forskaren systematiskt dokumenterar sina tankar och reflektioner i en loggbok under hela forskningsprocessen (Bryman, 2002, s. 154). Vi har valt att föra loggbok under vår forskningsprocess för att på så sätt medvetandegöra vår förförståelse. Vilket möjliggör att upptäcka hur tankar och hypoteser påverkar analysen. Loggboken möjliggör även att metodbeskrivningen överensstämmer med genomförandet. Bauman (2008, s. 53) menar att erfarenheter, åsikter och värderingar hos den som tolkar påverkar tolkningen av det som studeras och därför är det omöjligt att se underlaget som en allmän vedertagen sanning. Vi har valt att delge läsaren vår förförståelse för att tillkännage vår påverkan på forskningsresultatet och för att vi själva ska kunna se vår eventuella utveckling och våra upptäckter.

Då vi följt Ödmans (2007, s. 111) råd om att jämföra våra tolkningar med råmaterialet anser vi oss ha ökat studiens validitet. Det faktum att vi även diskuterat de brister som finns gällande resultatet i vårt diskussionsavsnitt menar vi ökar validiteten i vår studie. Vi har medvetandegjort de brister som finns i studien exempelvis gällande professionella aktörers bemötande då vi själva ifrågasätter validiteten gällande detta resultat. Vi anser inte att vårt resultat kring detta område vara fullständigt valid, eftersom vi inte har tillräckligt med material för att säkerställa detta som ett givet mönster. Detta kan uppfattas som en diskrepans i resultatet. Vi anser att vi har ökat validiteten i vår studie då vi genomgående har relaterat vårt resultat till aktuell och relevant tidigare forskning.

5.1 Hermeneutiken

Hermeneutiken som forskningsmetod skapar ett förhållningssätt som kan möjliggöra att undersöka existentiella frågor som kan vara svåra att undersöka med traditionella metoder (Ödman, 2004, s. 71). Vilket gör att hermeneutiken blir en passande metodansats till vår frågeställning eftersom sorg är en dimension av existentiell karaktär och som är svår att undersöka. Hermeneutiken intresserar sig framförallt för det språkliga sammanhanget, då de anser att förståelse och språk utgör en grund i människans livsvärld vilket även inkluderar förhållandet mellan individer. Inom hermeneutiken menar man att individen skulle gå under som människa om man inte skulle ha förmågan att förstå eller kunna formulera sig genom språket (Ödman, 2004, s. 72). Vi har valt att tolka texter ifrån bloggar vilket stämmer överens med det intresse för språk som hermeneutiken har. Vi kommer att göra vår tolkning enligt den hermeneutiska spiralen vilket vi återkommer till i analysavsnittet. I en analysdel som har fokus på innehållet i materialet men som är av tematisk karaktär, ska fokusera på de gemensamma teman som går att finna i texten. Det finns inga restriktioner om huruvida dessa teman är av snäv eller vid natur (Fejes & Thornberg, 2009, s. 204). Detta tillvägagångssätt kommer vi att använda oss av när vi genomför analysen. Som forskare enligt den hermeneutiska ansatsen utgör kommunikation en förutsättning för att nå förståelse (Birkler, 2008, s. 108). Man vill därför skapa sig en dialog med det man studerar. I dialogen är man inte intresserad av att nå någon absolut sanning utan man vill skapa sig en förståelse för det som uttrycks, vilket ska skapa en reviderad förståelse hos forskaren (Birkler, 2008, s. 108).

Hermeneutiken grundar sig i att förstå och tolka (Ödman, 2007, s. 13). Tolkning och förståelse är i ständig dualistisk interaktion (Ödman, 2007, s. 26). Man är inom hermeneutiken intresserad av möjliga innebörder i de studieobjekt man använder sig av, och det är i den lingvistiska kontexten som hermeneutiken som metod tar sig an (Ödman, 2004, s. 72). Förståelsen är ett svårbegripligt begrepp men Ödman (2007, s. 25) menar att förståelsen är delar av den förklaring vi söker för att förstå något större. Han menar att de villkor och möjligheter som den mänskliga existensen är innehavare av kan ge dessa förklaringar. Ödman (2007, s. 25) skriver om Heideggers tankar om att förståelse är starkt sammankopplade med vår existens, och det går inte att separera förståelsen från vår existens.

Tolka enligt Ödman (2007, s. 57-58) är att tyda tecken och tolkning och används när något är tvetydigt och när vi upplever att vi inte begriper något. Vi människor vill förstå för att kunna veta och för att kunna föra oss i världen skriver Ödman (2007, s. 59). Tolkningsakten är innehavare av två aspekter, att tilldela mening och frilägga mening. Dessa aspekter går inte att skilja från varandra och den här tolkningsakten finns i relationen mellan den som tolkar och det som tolkas (Ödman, 2007, s. 59). Tolkningens uppgift är att man ska nå en ömsesidig förståelse i ett samförstånd, menar Ödman (2007, s. 23). Tolkningen berövar alltid en viss mängd utav den mening det man tolkar innehar. Dock menar man i hermeneutiken att vi människor är dömda att tolka, eftersom inget annat är möjligt. Därför skulle denna aspekt inte vara något allvarigare problem (Ödman, 2004, s.74) och därför skulle detta inte påverka validiteten i undersökningen. Hermeneutiken genom tolkningen avser att finna intentionen både bakom det som sägs och det som inte sägs. Alvesson och Sköldberg (2008, s. 333) skriver att en lyckad tolkning betvingar människor att tänka till och omvärdera. Men det menar författarna att tolkningen ska utveckla och bekräfta människors förförståelse, men även problematisera och utmana denna.

5.2 Förförståelse

I processen där man försöker förstå något måste alltid grundas i den egna förståelsehorisonten som vi betraktar världen utifrån. Förståelsehorisonten påverkar inte bara de tolkningar man gör utan även individens existens (Birkler, 2008, s. 103). För att öka förståelsen för något krävs att den redan existerande förståelsen ifrågasätts vilket öppnar upp för omtolkning (Dahlberg et al, 2001, s. 76-77). Förutsättningen för tolkning är att man inte förstår men att man vill förstå. När förförståelsen bekräftas eller motbevisas skapas en ny förståelse som i sin tur utgör den nya förförståelsen som ligger till grund för nästa tolkningsprocess (Birkler, 2008, s. 101). Detta medför att förförståelsen utgör en förutsättning för tolkningen och är en grund till den nya förståelsen (Birkler, 2008, s. 106). Förförståelse är den förståelse som vi lärt oss genom social interaktion där man inte behöver göra någon större tolkning, då vi redan har en uppfattning om vad det är (Ödman, 2007, s. 58). Förförståelsens betydelse är något centralt när det gäller reflektion men man bör medvetandegöra att förförståelsen inte endast inbegriper forskarens personliga erfarenheter och fördomar, utan att förförståelsen även inkluderar kollektiva och paradigmatiska inslag (Alvesson & Sköldberg, 2008, s. 487). Deras tolkning av reflexivitet innebär att man som forskare bör reflektera över de förutsättningarna för sitt eget tänkande, observerande och språkanvändande. Det finns ett intresse från vår sida att utveckla vår förförståelse i ämnet. Vår nuvarande förförståelse i ämnet sorg kommer att redovisas under avsnittet *förförståelse*. Förförståelsen är grundläggande för både hermeneutiken och förståelsen i sig (Ödman, 2004, s. 75), och det är vår förförståelse vi vill utveckla och revidera med hjälp av den här undersökningen.

Här kommer vi att redogöra för vår förförståelse, då förförståelsen ses som en viktig del av den hermeneutiska metodansatsen. Avsnittet kommer att redogöra för hur vår förförståelse såg ut innan forskningsprocessen startade, men även för hur vår förförståelse har utvecklats i samband med att vi som forskare har diskuterat ämnet i inledningsfasen. Den slutliga utveckling som vår förförståelse genomgått kommer vi att presentera i diskussionsavsnittet.

Eftersom förförståelsen är personlig och vi är två forskare som genomför studien har vi olika förförståelse som berör ämnet. Vi har dock försökt att sammanställa vår förförståelse i detta avsnitt. Ingen av oss är förälder och har därigenom inte upplevt den typen av sorg som vi avser att undersöka, det vill säga sorgen av att förlora ett barn. En utav oss har upplevt förlust av en närstående och har i och med det upplevt ett behov av att uttrycka sig för att bearbeta sorgen. Vi upplever att sorgen är något som upplevs emotionellt och är svåråtkomlig för omgivningen om den inte uttrycks på något sätt. Vi ser sorgen som ett ämne som kan vara svår för omgivningen att bemöta på grund av dess känsliga karaktär. Sorgen är starkt kopplad till existentialistiska frågor såsom döden och därmed berörs alla någon gång av sorg. Trots att sorgen finns närvarande kan den vara svår att tala om och hantera. Sorg behöver inte bara innehålla sorg i relation till vad man har förlorat som exempelvis identitet eller arbete. Det kan även vara insikten av något man aldrig kommer att få uppleva. Exempel på detta kan vara ofrivillig barnlöshet eller att gå miste om ålderdomen. Detta påvisar sorgens mångfacetterade innebörd.

Bloggen utgör ett etablerat senmodernt samhällsforum där spridningen av det som skrivs sker fort och det finns inga begränsningar i det som publiceras igenom bloggen. Bloggen som privat arena har inga gränser när det gäller vad som skrivs och vem som skriver det, dock ska det ske inom juridiska ramar. Bloggen kan fundera som en hyllningssida eller minnessida för att hedra eller uppmärksamma någon och på så sätt hålla kvar den avlidne. Genom skrivprocessen kan sorgen upplevas mer verklig vilket kan vara en del av sorgbearbetningen. Vi är medvetna om att det ämne vi studerar kommer att påverka oss på ett känslomässigt plan.

Vilket säkert stundtals kommer att upplevas som påfrestande men vi är fast besluta att studera ämnet trots dess känslomässiga innehåll. Vi anser att bloggen kan fungera som en mötesplats där man får möjlighet att komma i kontakt och interagera med andra människor som har liknande erfarenheter och tankar. I och med detta kan man finna stöd och även tillhandahålla stöd genom bloggen. Vi tror att familjen utgör det största stödet för den sörjande, vilket vi anser borde resultera i att samtliga familjemedlemmar nämns i blogginlägg.

5.3 Urval

Uppsatsens syfte är att undersöka: *mödrars upplevelse av sorg efter att ha förlorat ett barn genom dödsfall och vilken funktion bloggen utgör i sörjande människors vardag*. Vilket påverkar vilka respondenter vi har valt att inkludera i vårt urval. Kriterier för vårt urval är att det ska vara kvinnor, att de ska ha förlorat ett barn och att de ska skriva om sin sorg efter det förlorade barnet på en blogg på internet. Vi har valt att endast inkludera blogginlägg som är skrivna under första året efter att mödrarna börjat blogga om barnets dödsfall. Anledningen till varför vi valt att begränsa vårt urval är på grund av det rika datamaterial vi funnit i de bloggar vi valt att undersöka.

Vi har valt ett målinriktat urval, där vi har tagit hänsyn till ovanstående kriterier i vårt urval. Ett målinriktat urval är ett sätt att strategiskt välja ut vissa typer och mängd data utifrån vad undersökningen avser och har resurser till (Patton, 2002, s. 243). Patton (2002, s. 230) skriver att en anledning till varför man väljer ett målinriktat urval är att det ger möjlighet att välja ut detaljrika material som möjliggör att studera något på djupet. Att undersöka det data material som innehåller mest information ger mer djupgående förståelse än den empiriska generaliseringen som mängden ger (Patton, 2002, s. 230). En kritik som vi kan komma att möta i vår undersökning gällande urvalet, kan vara ett målinriktat urvals komplikationer där den praktiska nyttan och trovärdigheten kan ifrågasättas (Patton, 2002, s. 245). Den kritiken kommer vi om den blir ett faktum bemöta med samma försvar som Patton (2002, s. 245) tillhandahåller, det vill säga att urvalet bör bedömas utifrån vårt mål och vår bakgrund till undersökningen. Det vill säga att vi inte vill generalisera sorg som något som upplevs på samma sätt av alla. Utan vi vill endast undersöka hur den kan upplevas och hur den kan uttryckas i bloggar. Vi har inte för avsikt att komma fram till ett resultat som är representativt för alla kvinnor som upplever sorg efter ett förlorat barn och som skriver om det i sin blogg. Vi ser även en fördel med att kunna välja de bloggar vi vill undersöka då kvaliteten på bloggarna är mycket varierande. Man måste ha i åtanke att bloggar är privat skrivna texter utan krav på innehåll eller språk. Men man bör även se fördelarna med detta då materialet är naturligt och inte begränsat av formalia. Då blogginläggen redan är författade löper vi som forskare ingen risk att påverka respondenterna, vilket vi ser som en positiv aspekt. För att kunna tolka texterna som vi avser genom hermeneutisk metodansats, behöver vi ha tillgång till ett rikt datamaterial. För att nå det djup vi avser med undersökningen anser vi att ett målinriktat urval är det bäst lämpade urvalet för vår undersökning. Vi har valt att enbart analysera bloggtexter och därmed valt bort bilder och videoinlägg.

Vi har valt bloggtexter som vår materialtyp. Både för att det är ett senmodernt, högaktuellt fenomen men även på grund av dess höga socialpsykologiska relevans. Bloggtexter är sociologiskt förankrade i den bemärkelsen att bloggar har stor påverkan på massmedia, och är en internetportal med stor och snabb spridning. Dess popularitet är en given anledning till ovanstående aspekter. Den psykologiska förankringen som bloggtexter har är att den når många individer och påverkar många i stor utsträckning på en individuell nivå. Privata texter som författas av privatpersoner kan generera kunskap om hur den enskilda individen uppfattar och hanterar sin vardag (Fejes & Thornberg, 2009, s. 141-142). För att koppla an till vår

hermeneutiska metodansats kan man beskriva det som att bloggar kan påverka en människas livsvärld. När man forskar om livsberättelser ska forskarens syfte vara att skapa förståelse kring människors liv (Fejes & Thornberg, 2009, s. 199)

5.4 Datainsamling

Då vi använder oss av internet som datainsamlingskälla och dessutom använder oss av generella sökord är vi medvetna om att detta kommer generera ett stort antal träffar. Men vi har valt att begränsa omfattningen i flera faser. Detta för att underlätta datainsamlingen.

I början av vår datainsamling har vi valt att använda oss av sökmotorn Google. Vi utgick från att använda oss av sökord såsom *blogg* och *förlora ett barn*. Utifrån sökningen har vi själva granskat materialet överskådligt för att bloggarna skulle stämma överens med våra kriterier som vi fastställt i urvalet. Det vill säga att bloggarna uppfyller kriterier som att de ska vara skrivna av en kvinna, att hon har förlorat ett barn och att hon beskriver sin upplevelse av sin sorg i sin blogg.

Utifrån de träffar som vi fick har vi manuellt valt ut de bloggar som var aktiva, det vill säga att blogg användarna vid söktillfället uppdaterade bloggen kontinuerligt, vi fann då fjorton bloggar. I nästa fas valde vi bort tre bloggar på grund av att bloggarna inte enbart författades av en person, vilket inte överensstämde med vår frågeställning. De kvarstående elva bloggarna gick vi igenom individuellt och fann att ytterligare tre bloggar inte genererade de innehållsrika material vi behövde för att genomföra studien. Detta resulterade i totalt åtta bloggar. Vi valde att kontakta dessa blogg författare för att få ett samtycke till deras medverkan i vår forskning.

När det kommer till fasen där vi väljer ut de inlägg som ska inkluderas i studien har vi valt inlägg som skrivits inom ett år från att blogg användaren började skriva om sorgen efter barnets dödsfall på sin blogg. För att undvika problem i analysfasen har vi varit noggranna i vårt val av bloggtexter och valt längre och innehållsrika inlägg för att texterna ska göra både vår problemformulering och de personer vars upplevelser vi tolkar rättvisa (Ödman, 2004, s. 83). Allt material har vi valt att skriva ut till papperskopior, materialet genererade 140 datorskrivna sidor i A4-format. Vi har var och en noggrant och systematiskt bearbetat materialet flera gånger. Parallellt med genomläsningen har vi kommenterat de delar av materialet som varit återkommande, detta med utgångspunkt ifrån våra frågeställningar.

5.5 Kort beskrivning av bloggarna

Då vi har tillgång till begränsad personlig information om blogg författarna och deras barn har vi valt att endast redovisa barnets ålder och dödsorsak. Vi har även valt detta sätt att redovisa våra respondenter på grund av etiska aspekter, men även för att vi anser att personlig information inte är relevant för studiens syfte och frågeställningar.

De dödsorsaker som finns bland de avlidna barnen är olycka, suicid och sjukdom. När det gäller barn som avlidit på grund av sjukdom finns det både sjukdom med väntad dödlig utgång men även sjukdom med oväntad plötslig död representerad i vårt urval. Åldern på barnen vid dödsfallen är mellan 18 månader och 18 år.

5.6 Etiska aspekter

Vi avser att följa de etiska principer som gäller inom svensk forskning, vilka är följande; *informationskravet*, *samtyckeskravet*, *konfidentialitetskravet* och *nyttjandekravet*.

- *Informationskravet* är det krav på forskaren att denne i etiskt känsliga situationer har skyldighet att informera sina respondenter om studien och få samtycke till medverkan (Hermerén, 1996, s. 242).
- *Samtyckeskravet* handlar om att forskaren ska informera respondenten om den rättighet deltagarna har att själva bestämma över sin medverkan i undersökningen. Det vill säga att respondenten har rättigheter att bestämma på vilka villkor denne ska medverka (Hermerén, 1996, s. 244).
- *Konfidentialitetskravet* innefattar bland annat deltagarens rätt att vara anonym, om informationen som publiceras går att härleda till respondenten krävs dennes godkännande (Kvale & Brinkmann, 2009, s. 88).
- Det datamaterial som samlas in får enbart användas i aktuella forskningen, vilket är den sista utav de fyra etiska principerna; *nyttjandekravet* (Bryman, 2002, s. 441). Det vill säga att de uppgifter forskaren har fått tillgängligt via sina respondenter endast får användas för forskningsändamål. Datamaterialet får inte användas eller utlånas till andra studier eller kommersiellt bruk (Hermerén, 1996, s. 244).

När vi har tolkat informationskravet och samtyckeskravet har vi valt att kontakta blogg författarna och be om deras tillåtelse att använda deras material till vår forskning. Respondenterna har blivit informerade om undersökningens syfte (Bryman, 2002, s. 440) vilket är i enlighet med informationskravet. Vi har informerat respondenterna om deras rättigheter och till vad vi avser att använda deras bloggar. För att vår forskning ska uppnå det som konfidentialitetskravet innebär har vi valt att ta bort namn på personer och orter i citaten, för att på så sätt skydda våra respondenter och upprätthålla deras anonymitet i den mån det går. Vi är medvetna om att det är möjligt för läsare att spåra upp deras bloggar genom att söka på citaten via sökmotorer, detta är en brist som vi bemöter genom att poängtera det faktum att bloggar är offentliga dokument. Vi har valt att använda oss av citat trots ovanstående brist, detta för att göra blogg författarna rättvisa när vi tolkar deras material. Vi har informerat blogg författarna gällande att det är vi som forskare som är de enda som får tillgång till deras material och att materialet kommer att behandlas med respekt. Kontakten med samtliga blogg författare skedde via deras kontaktuppgifter som var publicerade på deras bloggar. I kontakten med blogg författarna informerade vi om vår studie och om deras eventuella medverkan. Vi fick tillåtelse att använda samtliga respondenters blogginlägg i vår studie. Genomgående i studien har vi haft med i beaktning att det område vi valt att undersöka är av mycket känslig karaktär, vilket vi anser kräva ett respektfullt förhållningssätt av oss som forskare.

Efter noggrann övervägning har vi valt att inte offentliggöra vilken respondent som skrivit vad. Detta då vi inte anser att det skulle ha någon betydelse för vårt resultat. Anledningen till det grundar vi i vårt syfte och vår frågeställning där vi inte har för avsikt att undersöka skillnader eller likheter mellan blogg författarna. Vi vill gärna inkludera de skillnader som kan uppkomma i materialet, men vi finner inga belägg i att härleda skillnaderna till individerna i studien. Detta för att det inte är vår avsikt med studien, men vi grundar även vårt resonemang i de etiska aspekterna som vi upplever gör sig gällande i ett känsligt ämne som sorg. Vi har valt det här tillvägagångssättet för att visa respekt gentemot våra respondenter. Trots att vi fått tillåtelse att använda oss av materialet anser vi att respondenterna inte ska uppleva sig

utpekade i jämförelse med andra sörjande. Vi har istället lagt fokus på de mönster som vi funnit i texterna.

5.7 Analysprocess

Grunden i den hermeneutiska analysen är att man pendlar mellan del och helhet, och texten kring det man studerar har stor betydelse (Ödman, 2007, s. 99). Eftersom tolkningsprocessen inte har några tydliga riktlinjer ligger stort ansvar på varje forskare att själv utforma sin tolkningsprocess (Ödman, 2007, s.112).

Vår analys började med datainsamlingen där vi valde ut de texter som var relevanta som vi tidigare beskrivit. Vår bearbetning av texterna har föregåtts av att vi tydliggjorde och dokumenterade vår förförståelse. Förförståelsen innefattar erfarenheter, tidigare upplevelser och känslor (Ödman, 2004, s. 75). Eftersom förförståelsen är en förutsättning för att vi ska kunna förstå något (Ödman, 2004, s. 75) och dess avsaknad av neutralitet ger upphov till fördelar eller nackdelar när vi tolkar. Därför valde vi att tydligt och grundligt redogöra för vad vår förförståelse var för att sedan kunna se hur den har utvecklats men även för att reflexivt kunna se hur den kan ha påverkat vår tolkning. Här fanns det även möjlighet för oss att medvetandegöra vår kunskapsbrist, vilket Ödman (2007, s. 106) menar kan vara ett sätt att se en riktning i texten och möjliggöra för en utvecklad förförståelse. Vår kunskapsbrist är för oss även en grundläggande anledning till vår forskning och dess problemformulering, vilket vi anser utgöra ett bevis på att vi vill utveckla vår förförståelse. Vår förförståelse påverkar hur vi tolkar något och hur vi ser på det vi undersöker. Förförståelsen utgör även en del i den tolkningsprocess som följer och hjälper oss genom tolkningsprocessen (Ödman, 2007, s. 99).

Tolkningsprocessen började med att vi båda två bearbetade texterna genom att läsa dem grundligt. Fejes och Thornberg (2009, s. 74) rekommenderar att man ska läsa igenom sitt material i sin helhet flera gånger och samtidigt försöka att åsidosätta sin förförståelse för att ge texten möjlighet att synliggöra sig för forskaren. Detta är ett sätt att inse sin kunskapsbrist som vi nämnt tidigare. Tolknigen gör att vår förståelse hela tiden utvecklas och därmed skapar ny förförståelse (Ödman, 2007, s. 103). Den nya förförståelsen kan göra att man ändrar riktning i sin förståelse och när man läser materialet med en hel annan utgångspunkt, kan nya insikter upptäckas. På så sätt fungerar den hermeneutiska spiralen som den här tolkningsprocessen är baserad på. Ödman (2007, s. 103) beskriver den hermeneutiska spiralen som bestående av förförståelse, förståelse och intentionalitet och deras växelverkan mellan varandra. Intentionaliteten som gör att vi vill få klarhet i hur saker och ting är, och driver oss till att omorganisera vår verklighetsuppfattning och som får oss att förstå den på ett nytt sätt (Ödman, 2007, s. 103). Man kan alltså säga att intentionaliteten gör att vi hela tiden omformulerar vår förförståelse. Tolknings och förståelseprocessen det vill säga den hermeneutiska spiralen har inget slut och ingen början (Ödman, 2007, s. 107) och med det menar han att det inte finns någon slutgiltig tolkning. För att underlätta tolkningsprocessen har vi fört loggbok, detta för inte missa något eller låta det som ibland kan vara svårt att upptäcka i tolkningen gå till spillo. Vi valde att ha loggboken tillgänglig under hela forskningsprocessen för att föra minnesanteckningar.

Vi började analysprocessen genom att noggrant läsa igenom det utskrivna datamaterialet. Vi valde att markera sådant som var utmärkande och återkommande i blogginläggen. Utifrån detta skapade vi mängder av kategorier som vi sammanställde. I nästa fas exkluderade vi de kategorier som inte var relevanta för våra frågeställningar eller som inte utgjort total mättnad. De kvarstående kategorierna sorterades in i sex huvudteman där några av kategorierna fick utgöra underkategorier. För att strukturera upp vårt resultat använde vi oss av våra

frågeställningar i kombination med vad vårt material genererat. Utifrån detta fann vi teman som vi anser illustrerar vårt resultat.

För att kontrollera vårt resultat i analysdelen har vi valt en metod som Ödman (2007, s. 111) presenterar där man som forskare ska gå tillbaka och jämföra våra tolkningar med vårt råmaterial, det vill säga våra insamlade bloggtexter. Detta moment ger möjlighet till att göra finjusteringar i tolkningarna. Vi kommer även att korrekturläsa våra tolkningar för att undvika att det ska förekomma tolkningar som är motsägelsefulla. Detta anser vi vara viktigt i respekt mot våra respondenter.

6. Teoretisk och begreppslig referensram

Det empiriska materialet har inte lika avgörande status som exempelvis den teoriskapande metoden Grundad teori, och därför blir den teoretiska referensramen av stor betydelse för den forskning som bedrivs (Alvesson & Sköldbberg, 2008, s.331). Detta fungerar enligt Alvesson och Sköldbberg (2008, s. 331) som en tydlig motvikt gentemot empirin, vilket gör att forskaren undviker att stirra sig blind på sitt insamlade material.

Nedan har vi presenterat tre typer av teorier som vi har valt att använda oss av vid tolkningen av vår empiri. Vi har valt tre teorier som vi anser komplettera varandra på ett konstruktivt sätt och som med fördel berikat den undersökning som vi bedriver för att föra vår undersökning framåt. Antonovskys (2005) teori känsla av sammanhang KASAM och Lazarus och Folkmans (1984) Copingteori. Vi har även valt Sarafinos (2008) teori om socialt stöd, som vi har valt att komplettera med Dyregrovs (2008) forskning och teori gällande socialt stöd. KASAM handlar om att vår motståndskraft mot problem och motgångar beror på individens känsla av sammanhang vilket Antonovsky (2005) beskriver som i vilken omfattning vi finner vår tillvaro vara meningsfull, begriplig och hanterbar. Lazarus och Folkmans (1984) copingteori belyser hur en individ bedömer sin situation och sina resurser som behjälpliga i hanteringen av uppkomna stressorer. Vi har valt att använda oss av copingteorin då sorg kan utgöra en stressor. Teorin om socialt stöd innefattar synen om socialt stöd som en dynamisk process. Både Sarafino (2008) och Dyregrov (2008) diskuterar komponenterna i socialt stöd och dess funktioner. Teorierna anser vi stämma överens med våra frågeställningar och vårt syfte med studien. Dessa teorier täcker de område som våra frågeställningar avser att undersöka. Teorierna kan även styrka den socialpsykologiska relevans som vår studie grundar sig på. Vi finner den psykologiska förankringen i de psykologiska teorierna om coping och KASAM. Teorin om socialt stöd utgör den sociologiska aspekten i forskningen genom att man framställer stödet på både mikro och makronivå.

6.1 KASAM

KASAM är den förmåga människan besitter, att i alla sammanhang ha en känsla av att detta kan jag oberoende av vad som händer klara av situationen (Lindström, 1998, s.18). KASAM går att tillämpa på individ, grupp och samhällsnivå och är något som förändras under livets gång. KASAM är i grunden ett kognitivt begrepp där Antonovsky (2005, s. 38) har funnit tre genomgående teman som han menar utgör centrala komponenter i KASAM. Dessa benämner han som *begriplighet*, *hanterbarhet* och *meningsfullhet*. Begriplighet utgör en kognitiv komponent, hanterbarhet en beteendekomponent och meningsfullhet är den motiverade komponenten i KASAM (Lindström, 1998, s. 18).

Begriplighet är hur man upplever inre och yttre stimuli som sammanhängande och strukturerade. Om en individ har en hög känsla av begriplighet, förväntar denne sig att de framtida stimuli hon eller han möter är i någon utsträckning förutsägbara. Detta är inte något mått på stimulus önskvärdhet, exempelvis kan stimuli såsom sorg förekomma, men en person med hög känsla av begriplighet kan göra det begripligt utan att därför anse att sorgen skulle vara något positivt (Antonovsky, 2005, s. 41).

Hanterbarhet är hur man upplever att det finns resurser till individens förfogande som man kan använda sig för att hantera det stimuli man kommer i kontakt med. Dessa resurser är sådana resurser som står under egen kontroll eller som kontrolleras av anhöriga som man anser sig ha förtroende för. Vid en hög känsla av hanterbarhet upplever man sig inte som ett offer för omständigheterna eller får känslan av att livet behandlar en orättvist (Antonovsky, 2005, s. 41).

Den sista komponenten *meningsfullhet* som syftar till i vilken utsträckning man upplever att livet har en känslomässig innebörd. Det kan även vara att man ser de problem eller krav som man möter är värda att engagera sig i. Det vill säga att man inte nödvändigtvis ser dem som bördor. Antonovsky (2005, s. 41) förtydligar att om man är innehavare av ett högt värde på meningsfullhet inte betyder att man blir glad om någon närstående dör, men däremot är inställd på att finna en mening i det som hänt. Meningsfullheten är den viktigaste komponenten i känslan av sammanhang och att den utgör även motivation (Nilsson, 2002, s. 5).

Antonovsky (2005, s. 188) skriver att egenskaper som att finna det instrumentella problemet och dimensioner som finns kopplade till det och benägenhet att se problemet som en utmaning och även använda sig av ändamålsenliga och rationella resurser identifierar personer med stark KASAM. Antonovsky (2005, s. 188) menar att det finns ett orsak-verkan samband mellan KASAM, hälsobeteende och hälsa. Detta menar han innebär att individer som har stark KASAM i större utsträckning förefaller att anpassa sitt hälsobeteende till den stressor som uppstått i större utsträckning än de som har ett svagt KASAM, under förutsättning att samtliga andra faktorer är konstanta. Det är erfarenheter som avgör om en människa utvecklar en stark eller svag KASAM (Antonovsky, 2005, s. 139). Flertalet av de erfarenheter som livet innebär är förutsägbara och balanserade trots att vi själva inte har valt dessa. Dock är det avgörande för en individs KASAM i vilken utsträckning man accepterar de erfarenheter som man kommer att möta och att man själv är ansvarig för sitt eget handlande och vad man väljer att göra eller inte göra påverkar utfallet (Antonovsky, 2005, s. 130).

6.2 Copingteori

Vi har valt att utgå ifrån Lazarus och Folkmans (1984) definition av coping. Deras definition av coping är:

Coping är ständigt föränderliga kognitiva och beteendemässiga strategier som en person använder sig av för att hantera specifika yttre och/eller inre krav som individen i fråga upplever som påfrestande eller överskrider de resurser individen har tillgängliga” (Lazarus & Folkman, 1984, s. 141).

Teoretikerna menar att den här typen av definition av coping är processororienterad vilket motsäger sig den tidigare psykoanalytiska synen på coping där man ansåg coping vara mer fokuserad på egenskaper. Inom copingteorin kan man inte se individen isolerad ifrån miljöpåverkan utan menar att det finns en ömsesidig påverkan mellan miljö och individ

(Lazarus & Folkman, 1984, s. 140). Det är inte individens personlighetsdrag som coping är baserat på. I den här typen av teori handlar det om individens bedömningar om de egna resurserna och vad omgivningen genererar (Kallenberg & Larsson, 2004, s.164).

Vid undersökning av copingprocesser fokuserar man endast på vad individen gör, och man bortser därmed från vad personen i fråga brukar göra, borde göra eller skulle kunna göra. För att kunna få klarhet i en persons coping måste man ha klart för sig vilken kontext personen befinner sig i (Lazarus & Folkman, 1984, s. 157-158). Då coping är en föränderlig process kan en person ibland behöva förlita sig mer på en typ av coping exempelvis försvarsstrategier när relationen mellan personen och omgivningen förändras (Lazarus & Folkman, 1984, s. 142-143). Det finns tre begrepp som utgör Lazarus copingmodell, dessa är tolkning, bemästring och emotion. Tolkningen kan vara omedveten eller medveten och en händelse bedöms utifrån vilka handlings alternativ som finns tillgängliga. När man har tolkat situationen försöker man hantera och bemästra vilket fyller två funktioner. Det ena är bemästring som innebär att försöka påverka själva problemet, detta utgör den *probleminriktade stresshanteringen*. Det andra är emotion som har för avsikt att hantera de känslor som uppkommer vilket benämns som den *känsloliktade stresshanteringen* (Kallenberg & Larsson, 2004, s. 138).

Inom copingteori finns det två olika typer av copingstrategier. Individen kan välja att använda sig av *känsloliktade stresshanteringen* eller *probleminriktade stresshanteringen* men även kombinera dessa två strategier (Lazarus & Folkman, 1984, s. 153). Lazarus och Folkman (1984, s. 142) menar att oavsett om resultatet av copingstrategierna är positiva eller negativa är det fortfarande coping. *Probleminriktad stresshantering* är en uppgiftsorienterad strategi som inriktar sig på yttre problem (Lazarus & Folkman, 1984, s. 152-153). Denna strategi är konkret och inriktad mot ett mål. Man använder sig av probleminriktad stresshantering när man upplever att situationen man befinner sig i går att påverka och i stor utsträckning sker detta genom direkt handling (Lazarus & Folkman, 1984, s. 152-153). Vår förmåga att utöva problemlösningar utvecklas genom våra erfarenheter men även individens allmänna begåvningsnivå påverkar. Varje person har individuella möjligheter att bemästra en och samma situation och en individ har varierande god förmåga i olika typer av situationer. (Kallenberg & Larsson, 2004, s. 139). Den *känsloliktade stresshantering* innefattar hanteringen av obehagliga känslor genom att exempelvis försöka lokalisera något positivt i det som hänt eller att man lever ut sina känslor (Lazarus & Folkman, 1984, s.150-152). Känsloliktad stresshantering används då en situation upplevs vara för svårhanterlig eller omöjlig att påverka och då individen försöker styra sina känslor. Exempelvis är situationen av sådan typ att den inte går att förändra försöker individen att förändra de känslor som uppkommit, som att exempelvis försöka se en mening i det som skett (Lazarus & Folkman, 1984, s.150-152).

När det gäller copingresurser finns dessa att tillgå både hos individen men även i omgivningen. Exempel på bra resurser som kan finnas hos individen är positiv tro på sig själv, en god förmåga att tillgodogöra sig information och att finna alternativa lösningar. Dessa resurser kan bidra till hanteringen av svåra uppkomna situationer (Lazarus & Folkman, 1984, s. 159-160). Resurser som omgivningen kan tillhandahålla kan exempelvis vara materiella tillgångar och socialt stöd (Lazarus & Folkman, 1984, s. 164).

6.3 Socialt stöd

Sarafino (2008, s. 125) skriver att det sociala stödet är en process av dynamisk karaktär, han menar att människors behov av att ge och ta emot stöd förändras över tid. Sarafino (2008, s.

125) menar att människor kan öka sin förmåga i att ge och ta emot socialt stöd genom att gå med i grupper med likasinnade som exempelvis stödgrupper. Han menar att dessa grupper har förmåga att samla individer med liknande problem eller intressen som kan utgöra grunden till ett utbyte, hjälp och vänskap. Författaren menar att det finns en koppling mellan stigmatiserad upplevelse och medlemskap i en stödgrupp. Kopplingen mellan dessa är att de som har varit med om en stigmatiserad upplevelse har större sannolikhet att gå med i en stödgrupp. Vilken typ av stöd som är den mest betydelsefulla för individen beror på omständigheterna. Sarafino (2008, s. 88) presenterar fyra basala funktioner i socialt stöd:

Känslomässigt stöd som förmedlar empati, omtanke och uppmuntran gentemot den person som tar emot den här typen av stöd. Den här typen av stöd genererar trygghet och känslan av att vara älskad även under perioder av stress.

Instrumentellt stöd är när människor gör konkreta handlingar för individen, så som utförande av sysslor eller ekonomisk support.

Kunskapsstöd som är när en person får råd, förslag eller feedback angående hur personen hanterar och agerar i stressfyllda situationer.

Nätverksstöd är stöd som skapar gemenskap med andra genom att man delar intressen eller sociala aktiviteter.

Även Dyregrov (2008, s. 151-152) menar att dessa ovanstående typer av stöd är de vanligaste formerna av stöd. Författarna har även funnit att emotionellt stöd, samtal och praktisk hjälp är de viktigaste typerna av stöd som omgivningen kan bidra med. Dyregrov (2008, s. 178) menar att stödet ifrån familjen är det mest naturliga stöd men då föräldrars sorg kan vara överväldigande finns det risk att de kvarlevande barnen får mindre uppmärksamhet än tidigare. Det är vid sådana tillfällen som stödet ifrån närstående till familjen är av stor betydelse, detta för att avlasta föräldrarna men även för att underlätta vardagslivet för den kvarvarande familjen. Författarna poängterar att trots att hjälpen från närstående kan vara välmenande finns det inga garantier att dessa motsvarar vad de sörjande vill ha och behöver, vilket resulterar i att hjälpen inte värdesätts. Med det menas att all hjälp och stöd måste tillhandahållas enligt de sörjandes premisser (Dyregrov, 2008, s. 145). Dyregrov (2008, s. 236-237) har i sin forskning funnit att de som har en komplicerad sorgeprocess behöver få god professionell hjälp kombinerad med stöd ifrån sin omgivning för att kunna hantera sin sorg.

7. Resultat

Efter att vi har läst igenom vår empiri noggrant har vi funnit flera genomgående teman som vi har sammanställt nedan. De teman vi har funnit har i stor utsträckning varit tydligt sammankopplade med varandra och har därför varit svåra att särskilja. Därför är vissa delar av materialet presenterade under flera teman. De teman vi har funnit utifrån våra frågeställningar är; *stödet betydelse, familjen professionella aktörer, upplevda emotioner, existentiella tankar och bloggans betydelse*. För att förtydliga för läsaren de aspekter vi funnit under varje tema kommer varje tema att innehålla underrubriker. Varje tema kommer vi utförligt beskriva nedan. För att styrka vår tolkning har vi valt att inkludera bloggförfattarnas citat. Vår förhoppning med våra temans utformning är att de ska besvara våra frågeställningar och fullfölja studiens syfte.

7.1 Stödets betydelse

Vi har under genomgången av materialet funnit att socialt stöd i alla dess former är en viktig del under sorgbearbetningen och att de påverkar den sörjande i stor utsträckning. Vi har funnit flera typer av socialt stöd i vårt material och kommer att presentera dessa i underrubriker. Det mest återkommande sociala stödet som nämns i texterna är stödet ifrån de som står de sörjande närmast.

Praktiskt stöd

En typ av det stöd som erbjuds består av konkreta praktiska göromål såsom handling, matlagning, barnpassning och skjutsning. Ingen utav blogg författarna uttrycker något behov av denna typ av stöd, med stödet är dock väldigt uppskattat av de sörjande mödrarna. Detta uttryckte blogg författarna genom att de dedikerat delar av inlägg till dem som ställt upp. Några uttryckte dock känslor av skam i samband med hjälp från utomstående.

Jag försöker hela tiden att orka med allting och vara glad. Men vet du (barnets namn)? Vet du vad jag gör när andra kommer och tar hand om barnen? När andra kommer hit och lagar mat? När andra kommer med mat? Vet du vad jag gör då (barnets namn)? Då skäms jag. Jag skäms för att jag inte alltid orkar. Det är tur att pappa har garaget (barnets namn).

Citatet ovan illustrerar att trots att handlingen är uppskattad av den sörjande gällande praktiskt stöd i vardagen, kan känslor av skam uppkomma som en bieffekt. Vi tolkar det som att skammen blir ett faktum när den sörjande upplever att hon inte kan klara av de uppgifter som hon tidigare har förmått och förväntas kunna genomföra.

Emotionellt stöd

Den typ av socialt stöd som vi tolkar att blogg författarna uppskattar mest och har störst behov av är möjlighet att få ventilera de tankar och känslor som finns i och med förlusten av sitt barn. En utav blogg författarna uttrycker att när hon får möjlighet att prata om det hon känner får hon känslan av att hon inte är ensam. Ensamheten är något som samtliga bloggskrivare ständigt uttrycker att de upplever. Detta är en utav de känslor som vi kommer att återkomma till under avsnittet *upplevda emotioner*. De menar att de kan uppleva ensamheten trots att socialt stöd finns tillgängligt.

I ett rum med människor kan man ändå känna sig ensam. När ingen förstår utan bara anar. När ingen kan hjälpa. Då är ensamheten som störst.

Vi har funnit ett mönster hos de sörjande att de inte riktigt kan ta till vara på det sociala stödet från de som inte delar liknande erfarenheter. Blogg författarna uttrycker i stor utsträckning i materialet att det är omöjligt för personer som inte genomlidit förlusten av ett barn att kunna förstå de känslor som den sörjande upplever. Samtliga bloggskribenter uttrycker därför betydelsen av att komma i kontakt med andra sörjande föräldrar. Bloggen kan vara ett sätt för mödrarna att komma i kontakt med föräldrar med liknande erfarenheter, vilket vi kommer att gå in på närmare på avsnittet *bloggens betydelse*. Vissa utav blogg författarna finner förståelsen som de upplever sig ha ett stort behov av i form av stödgrupper som inriktar sig mot föräldrar som har förlorat sina barn genom dödsfall.

Vänner

Många utav blogg författarna nämner vänners betydelse i sina blogginlägg. Deras stöd och det faktum att de tar sig tid att lyssna värdesätts högt av de sörjande. Många använder bloggen som en möjlighet att tacka de vänner som visat sitt stöd och att hylla de vänner som vågat vara närvarande, trots sorgens känsliga karaktär.

Vänner. Vad vore man utan sådana? Vänner som orkar lyssna, som finns där för en. [...] Våra barn har busat och vi har pratat, gråtit och skrattat. Lite god mat blev det oxå. Älskar er, ni är underbara!!!!

Citatet styrker det mönster vi funnit gällande att bloggförfattaren att de uttrycker tacksamhet för att deras vänner finns där trots den känslighet och det obehag som kan finnas i bemötandet av människor i sorg. Vi tolkar det även som att vännerna ger henne möjlighet att få utlopp för olika typer av känslor och möjlighet att gråta, men även att skratta.

Genomgående i materialet finner vi att möjligheten att få prata om det som hänt är en stor del av sorgbearbetning och ger utlopp för de känslor de sörjande bär på. Flertalet uttrycker att möjligheten att ventilera sina tankar och känslor ger en tillfälligt lindrande känsla av den oerhörda sorg de upplever.

Omgivningen

Det är inte bara den närmaste familjen och vännerna som bloggförfattarna nämner i sina inlägg som stöd, utan även omgivningen i stort. Flertalet av de mödrar vars bloggar vi har studerat visar en förståelse för omgivningens svårigheter att bemöta dem i deras sorg.

Jag känner mej så fruktansvärt gräslig, speciellt mot mina närmaste. jag ser ju bara det svarta framför mej. Vill inte prata, vill inte se någonting annat. Är totalt innesluten i min bubbla. Jag har ju aldrig varit i närheten av sorg innan och jag hade aldrig i min vildaste fantasi kunnat gissa att det var hälften av detta.

Citatet illustrerar den förståelse vi nämnt ovan som finns gentemot omgivningens svårigheter i att bemöta en människa som upplever sorg. Förståelsen grundas i de mönster vi funnit att sorgen efter ett förlorat barn endast går att förstå om man upplevt det själv. Några av respondenterna ger råd i hur de önskas att bli bemötta av sin omgivning. De nämner bland annat att de vill bli behandlade som de blev behandlade före dödsfallet. Och att de önskar själva föra sorgen på tal om de känner att de vill prata om den. De önskar även en ärlighet i bemötandet ifrån omgivningen, det vill säga de vill inte bli erbjudna stöd om stödet inte kommer att tillhandahållas. Det finns även respondenter som i motsats till det som uttrycks ovan inte vill bli bemötta som om inget inträffat. De uttrycker även att de vill att omgivningen erkänner barnets bortgång och bemöter den sörjande därefter.

7.2 Familjen

Den förändrande vardagen som tragedin har inneburit för mödrarna beskriver samtliga bloggförfattare som mer svårhanterlig än innan. Det som tidigare gått förbi nästintill obemärkt har efter barnets bortgång upplevs som omöjlig att utföra. Då bloggförfattarna nämner orkeslöshet och brist på energi i sina bloggtexter blir vardagsbestyren endast plikter där det inte finns något spår av njutbarhet. Flera av mödrarna skriver om att de känner stress gällande att återgå till tidigare vardagsrutiner, där bland annat arbetet nämns i stor utsträckning. De upplever sig inte vara kapabla till detta, då denna inte längre är densamma som innan barnet dog och därmed inte heller önskvärd av mödrarna. Familjen påverkar därmed den sörjande genom att både tillhandahålla stöd men skapar även oundvikligen krav på den sörjande.

Parrelation

När det gäller parrelationen har vi funnit att den har varierande utrymme i bloggtexterna. Några bloggförfattare beskriver sin partnerrelation som förändrad och svårhanterlig. Några uttrycker tacksamhet gentemot sin partner för det stöd denne utgör för henne i vardagen och sorgen. Men även rädsla för att förlora sin partner då partnerrelationen fått mindre

uppmärksamhet efter dödsfallet. Majoriteten av bloggförfattarna nämner sällan eller inte alls någon partner i sina blogginlägg, vilket vi tolkar som att bloggförfattarna använder bloggen som sin egen arena där fokus ligger på hennes egna tankar och känslor.

Föräldraskapet

De barnen som finns kvar får desto större utrymme i bloggen. Här inkluderar mödrarna de kvarlevande barnen och sin relation men de skriver även om relationen mellan de kvarlevande barnen och det avlidna barnet. Mödrarna uttrycker oro för de kvarlevande barnen och de svårigheter som finns att se sitt barn behöva hantera sorg. Återkommande i flertalet av bloggarna är mödrarnas önskan om att de kvarlevande barnen ska få ett långt och lyckligt liv.

[...] Men jag har även dåligt samvete för min dotter. Vad för liv kan jag ge henne nu? Kan vi bli hela igen? Kommer vi att kunna njuta av livet igen? Allt det där vill man ju ge sitt barn, allt vill man ge dem. Självklart vill jag att (syskonets namn) också ska få allt det, ett helt liv fullt med glädje och lycka.

Vi tolkar det som att bloggförfattarna uttrycker svårigheter i att ge sina kvarlevande barn det bästa liv de möjligen kan då mödrarna befinner sig i sorg. De svårigheter som uppkommer i och med att hantera sorgen påverkar deras föräldraskap och därmed möjligheten att ge sina barn det som de önskar att ge dem. Vi tolkar det som att mödrarna även känner ett ansvar för hur barnens liv kommer att vara framöver. Eftersom sorgen tar sig i uttryck på varierande sätt för olika personer kan det finnas svårigheter för mödrarna i att bemöta sina barns sorg. Följande citat bevisar att olika familjemedlemmar hanterar sorgen på olika vis och vilka svåra situationer modern kan komma att möta när det gäller bemötandet av sina barns sorg.

[...](syskon 1 namn) kommer ner till mig och hon gråter (barnets namn). Hon säger...mamma...om jag hoppar i poolen kommer jag få träffa (barnets namn) då? Kommer jag upp till himlen då? Jag vill till himlen för jag vill träffa (barnets namn) då ska jag klippa av hennes vingor så hon trillar ner till oss. Jag vill rädda henne. Åh älskade (barnets namn)...ge mig styrka. Hon var så ledsen (barnets namn) och pappa var inte hemma. (syskon 2 namn) hör att (syskon 1 namn) gråter...han kommer ner och provocerar mig (barnets namn) medans (syskon 1 namn) fortfarande gråter. Han är så arg...arg på mig (barnets namn). Varför dog våran (barnets namn)?!!Varför passade du inte henne?!! Om du hade saknat henne...då hade du varit mer ledsen!!Om jag dör...hade du varit ledsen då?!! Du tycker väl att det är bra att (barnets namn) är död nu?!!Du var ju arg på henne ibland!!Detta hade aldrig hänt om pappa hade varit hemma!!Älskade (barnets namn)...ge mig styrka.

Citatet illustrerar att det är en utmaning för mödrarna att hantera sina kvarlevande barns sorg när de själva befinner sig i sin egen sorgprocess. Med det menar vi att hanteringen av de olika starka känslor som sorgen innebär för barnen, som exempelvis ilska och ledsamhet, är svårt för någon som själv bär på dessa känslor. Vi tolkar det även som att det uppstår en krock mellan den stöttning man bör ge i rollen som förälder och det stöd som man själv är i behov av. I citatet tycker vi även att bloggförfattaren uttrycker ett behov av stöd av sin partner då hon tillkännager att han inte var där.

Att utöka familjen

När det gäller syskon finns det en annan aspekt nämligen att addera ett barn till familjen. I några av bloggarna uttrycks en önskan om att få fler barn men även här gör sig sorgen påmind med tankar om att barnet inte ersätter det avlidna barnet.

[...] Men hennes och (syskonets namn) önskan om att få ett litet syskon kanske uppfylls till våren. Inget barn som ersätter (barnets namn), för (barnets namn) var och förblir (barnets namn) och är unik och saknaden försvinner inte, den är fortfarande lika stor och vi gråter fortfarande som förr, längtar fortfarande efter henne som vi hela tiden gjort. Vi valde att försöka uppfylla (barnets

namn) och (syskonets namn) önskan så snart vi kände oss redo. Inte när omgivningen tycker att vi är redo och måste gå vidare för vidare går vi varje dag, med sorgen som en vän i familjen.

Vi har tolkat det som att det finns mönster i bloggarna gällande att det är viktigt för de bloggare som planerar att utöka familjen att tydliggöra att det kommande barnet inte på något vis ersätter de barn de förlorat. Det faktum att modern nämner omgivningen i citatet tolkar vi som att hon vill lägga en tyngdpunkt på att valet att utöka familjen måste utgå ifrån familjens egna tankar och känslor.

Högtider

Medvetenheten om att framtiden inte kommer bli densamma gör sig påmind vid högtider så som julafton och födelsedagar. Specifika tillfällen kan utgöra en påminnelse om att barnet inte längre är närvarande, vilket påverkar den upplevda sorgen hos modern. Detta är något som finns representerat i samtliga bloggar.

Många beskriver dessa högtider som mycket smärtsamma och efter dödsfallet betydelselösa. Flertalet bloggare väljer att fira dessa endast för sina kvarlevande barns skull, vi tolkar det som att mödrarna vill att deras barn ska få en så ljus och vanlig högtid som möjligt trots familjens förlust.

På julafton åker vi runt. Först hos farfar, sen hos gammelmormor där många släktingar är samlade, en riktigt "billerby" jul. Sen åker vi till (ortens namn) på kvällskvisten och firar med släkten där. Hur orkar ni flänga runt så har många frågat. Men vi skulle nog inte velat göra på något annat sätt. Men i år vill jag ingenting. Jag vill helst riva hela december ut almanackan. Vi ska göra som vi brukar, för (syskonets namn) skull. Han måste ju få fira jul fast livet är så eländigt. (barnets namn) jag tror att det är jul även i himlen, att du och de andra små änglarna där får träffa tomten (som du inte tror på, men vill ha ändå) att du får en fin jul, och att du tittar till oss ibland, när du ser att vi är ledsna. Vi älskar dej så mycket och saknar dig alltid!!

Vi tolkar det som att de finns en vilja hos den sörjande föräldern att fortsätta enligt familjens tradition, trots att familjens konstellation har förändrats. Vi tolkar bloggarens beskrivningar av högtider på sina bloggar som innehållande känslor av dåligt samvete gentemot de kvarlevande barnen och därför väljer att fira trots att de själva helst hade velat undvika något som helst firande. Det finns även mönster i bloggtexterna som tyder på att barnets frånvaro blir extra utmärkande kring högtider. Några utav föräldrarna väljer att fira högtider genom att försöka inkludera det avlidna barnet genom att i enlighet med tidigare högtider köpa julklappar och duka fram mat till det frånvarande barnet.

Barnets födelsedag

Genomgående i bloggarna finner vi att barnens födelsedagar innebär mycket tankar och känslor. Många börjar sina inlägg gällande födelsedagen efter barnets bortgång med att gå tillbaka till dagen då barnet föddes. De skriver om de minnen de har från den dagen då barnet kom till världen. Många upplever en besvikelse över att inte kunna göra något för sitt barn som att exempelvis köpa tårta eller presenter som de brukade göra. Flera av bloggarna skriver om viljan och tanken om att barnet blir firat i himmelen, att de får det kalas som föräldrarna inte längre har möjligheten att erbjuda.

Vi har firat 11 födelsedagar med dej (barnets namn), men i år blev det inte som vi tänkt. Din tolfte födelsedag firar du med dom andra änglarna i himlen. Jag kan tänka mej att du har många barn kring dej.. du älskar ju barn. Och gammelmormor (namn) och gammelmorfar (namn) ser nog efter dej på bästa sätt. Och (namn) och (namn).. min farmor och farfar, och pappas farmor och farfar ja det finns många som är där du är. Ändå är allt så fruktansvärt fel... man SKA inte fira sin tolvårsdag med änglarna.[...] I dag tänker vi ljuset som vanligt och tänker på dej (barnets namn).

Vi tänker på dej dygnet runt. Jag hoppas att du har en underbar födelsedag bland änglarna! Här nere hos oss står din present, sparkcykeln, på verandan.. ensam och övergiven...tur att du fick den i förskott.. du kan ju bruka den i fyra dagar i alla fall. Vi Älskar dej för alltid!!!

Citatet stärker vår tolkning att föräldern har en tro och en önskan om att barnet blir firad i himmelen. Citatet visar även att man tror att barnet inte är ensamt och att det finns någon eller några som gör det man själv inte längre kan. Det faktum att man nämner närstående som de som är tillsammans med barnet, tolkar vi som att man upplever en trygghet när barnet är tillsammans med familj eller nära och kära. Vi finner i bloggtexterna att föräldrarna vill göra något konkret för barnet på jorden och eftersom de inte kan ge någon present eller fira dem som vanligt, skriver merparten av föräldrarna att de tänder ljus eller att på något annat sätt hyllar det avlidna barnet.

Datumet då de blev änglamammor

Vi har funnit tydliga mönster i att datumet då barnet gick bort har stor betydelse för de mödrar vars bloggar vi undersökt. Många uppmärksammar datumet och den påminnelse om dödsfallet som datumet innebär. Vi finner i många utav bloggtexternas texter att just det datumet som barnet dog medför att sorgen känns särskilt påtaglig. Ett tydligt mönster som vi ser i bloggarna är att datumet skapar ett stort behov av att skriva om dagen då det hände, men även att skriva om dagarna innan och efter då dödsfallet skedde.

Det gör så ont att återuppleva allt som hände, att sätta tanka i ord. Jag fryser och skakar efter ett tag, får ont i kroppen. Men jag ska fortsätta, känns viktigt att Ni vet vad som hände. Och kanske någon läser som har upplevt något liknande, någon som kan ge mig hjälp att tänka. Vad vet jag, man får inget om man inte ger något. Så jag ger Er en bit av mig, jag ger er en glimt av (barnets namn). Men först ska jag skriva klart allt det jobbiga, innan jag kan gå in på hur underbar hon var, är.. för i min värld finns hon kvar.. i en annan form.

Citatet illustrerar vår tolkning att modern känner ett behov av att skriva om det som hänt i ett försök att få läsaren att skapa någon typ av förståelse för det hon upplevt och upplever. Vi tolkar det som att bloggtexterna genom sina inlägg vill finna stöd hos läsarna men även att det är en del av sorgprocessen att gå tillbaka i sina minnen och återberätta dessa minnen.

7.3 Professionella aktörer

Eftersom dödsfallen inträffat på olika sätt, har mödrarna varit i kontakt med olika myndigheter som polis, försäkringskassan och rättsväsende. Men även olika vårdinstanser såsom sjukvården och BUP. De olika instanserna innehåller olika utbildade professionella aktörer där en del av deras roll är att bemöta människor i kris, som exempelvis sorg. Erfarenheterna av de professionellas bemötande är varierande, flera upplever att de blivit positivt bemötta och hyllar sjukvården och vissa myndigheter. Majoriteten av de bloggtexterna som vi inkluderat i studien upplever dock att de blivit negativt bemötta och beskriver brister i deras professionella bemötande.

En annan sak jag tänkt på sista dagarna...vad olika vi människor är...speciellt när det gäller känslor som tex. sorg och hur vi bemöter detta. Jag var ju på försäkringskassan häromdagen.... Och min handläggare är helt otrolig på att sköta sitt jobb utan känslor. [...] Det ända hon vill med vårt möte är att förvissa sej om att jag är på väg tillbaka till mitt arbete, varför jag sitter där skiter hon fullständigt i. Visst hon behöver inte det men jag hade hellre haft en dator framför mej.

Citatet vittnar om att det finns briser i bemötandet av människor i sorg och det vittnar även om det behov som människor i sorg upplever angående att få ett gott bemötande. Några utav bloggtexterna efterfrågar utbildning gällande bemötande av de professionella aktörer som kommer i kontakt med människor i sorg. De ansåg inte att de professionella aktörer som de

kommit i kontakt med hade den kompetens som de sörjande ansåg vara behjälplig i deras krissituation. Vissa blogg författare kritiserar även det byråkratiska reglemente som styr den professionella samtals terapin. Detta gällde bland annat att få tillgång till de professionella samtals stöd som de upplevde vara i behov av. Några av blogg författarna upplevde att krishantering en de blev erbjudna och som fanns tillgänglig inte alltid utgjorde det professionella stöd som mödrarna upplevde sig vara i behov av.

7.4 Upplevda emotioner

Sorgen är ett trauma förenat med många starka känslor. Känslorna som uttrycks i bloggarna beskrivs ofta som något de aldrig tidigare upplevt och att känslornas styrka är något för dem främmande. Vi har endast inkluderat ett begränsat antal emotioner som finns representerade i bloggarna. Vi har valt de emotioner som utmärkt sig i vårt datamaterial och som varit ständigt återkommande. Anledningen till vår begränsning är det omfång av emotioner som finns förmedlade genom bloggarna.

Skuld och dåligt samvete

Känslor av skuld och dåligt samvete finns i stor utsträckning representerade i flera av bloggarna. Känslorna tar sig till uttryck i olika former, känslorna riktar sig bland annat mot familj, vänner och det avlidna barnet. Här har vi valt att fokusera på det dåliga samvetet och skulden som de känner gentemot det avlidna barnet. I citatet nedan använder blogg författaren sig av en metafor för det dåliga samvetet hon känner gentemot sitt barn.

Det dåliga samvetet som hållit sig borta ett tag har sakta men säkert börjat smyga sig tillbaka igen och gjort sig till känna. Likt en svart väsande orm slingrar den sig kring tankarna och fyller dem med dåliga scenarion om hur det kunde varit och vad vi kunde gjort annorlunda. Det sunda förnuftet försöker förgäves så sig in och göra sig hörd, skrikandes att vi absolut inte skall lyssna till denna demon, för det fanns ju inget vi hade kunnat ändra på och påverkat. Eller?

Författaren beskriver att det inom henne pågår en ständig kamp mellan det dåliga samvetet och hennes sunda förnuft. Genom att blogg författare använder sig av tydliga metaforer tolkar vi som att hon vill beskriva en ond och en god sida i den mentala kampen. Den onda sidan, det dåliga samvetet beskrivs målande för att läsaren ska få en inblick i hennes känslor. Vi tolkar det även som att hon beskriver en ojämn makt fördelning mellan de två olika parterna inom henne, då hon beskriver den goda sidan sunda förnuftet som förgäves kämpar mot det dåliga samvetet. Ytterligare ett citat som beskriver de skuldkänslor som kan vara förenade med sorgen beskrivs i följande blogginlägg:

Om jag inte gråter varje dag. Om jag gör saker utan dig. Om jag inte tänker på dig varje sekund. Sviker jag dig då? Gör jag fel? Överger jag dig? Det känns så. Men jag glömmer dig aldrig.

Citatet vittnar om de mönster vi funnit om att skuldkänslor har blivit en del av vardagen för bloggskibenterna. Vi har kopplat de skuldkänslor som blogg författarna beskriver till känslan av ansvar gentemot sitt avlidna barn där de uttrycker rädsla av att göra fel och därmed svika de barn som de förlorat.

Ensamhet

Trots socialt stöd upplever flera av blogg författarna att sorgen skapar känslor av ensamhet. Många beskriver att de upplever sig som ensamma i sin sorg även om de är många människor som har drabbats av barnets bortgång.

Har kommit fram till... att det är väldigt ensamt att sörja. Hur många vänner man än har runt om sig som kan stötta och hjälpa, så är det väldigt ensamt i dom tunga stunderna. Då sitter man ensam

med tårarna som rinner och hjärtat som värker och ingen som kan hjälpa en att ta bort det onda, ingen som kan fixa så att allt blir bra igen. Då har man bara sig själv, och de stunderna vill man bara slippa.

Vi har funnit att bloggskribenterna menar att ensamheten inte går att göra något åt, utan den finns där utan att man kan påverka den. Som de ovan beskriver är ensamheten närvarande när man har många personer runt om kring sig, vilket tyder på att ensamheten i det här fallet är en stark känsla mer än ett konkret faktum. Vi tycker oss se spår av de tankegångar som vi tidigare lokaliserat i texterna gällande att omgivningen inte kan förstå vad man går igenom om de inte har upplevt det själva. Detta tolkar vi som att avsaknad av förståelse skapar en distans som i sin tur ger upphov till känslor av ensamhet.

Glädje i sorgen

När vi bearbetat bloggmaterial har vi funnit att trots alla negativa känslor som är förknippade med sorgen kan bloggförfattarna finna ljusare stunder i vardagen. Många beskriver det i termer som att vissa dagar är bättre än andra, dock är sorgen alltid närvarande på något sätt. Några av bloggförfattarna uttrycker att glädje kan förenas med skuld, detta beskrivs som att man känner skuld när man mår lite bättre.

Ett annat typ av mönster som vi funnit i bloggarna är att bloggförfattarna önskar att de njutit ännu mer av vardagliga händelser, nu när de vet att dessa gått förlorat.

[...] Sen kommer det dagar när allt känns lättare, jag kanske t.om. upptäcker att det finns energi att laga någon mat eller om jag har riktigt tur så kanske jag bäddar sängen och städar lite. Dagar när jag skrattar åt något på TV eller ännu bättre något vi säger till varandra.

Citatet beskriver de mönster vi funnit att det finns ljusare stunder för den sörjande även om stunderna inte är många eller speciellt tydliga. Vi tolkar det som att sorgen inneburit en förändring när det gäller upplevelsen av värdet av små saker i vardagen.

Flera av bloggförfattarna uttrycker att det sociala stödet kan vara en källa som ger upphov till stunder av glädje.

I dag mår jag äntligen något bättre. Känner inte mej helt slut. Orkar faktiskt vara lite social. I gårkväll var vi hos goda grannar och blev ompysslade [...] Det är så oerhört skönt när vänner orkar lyssna och samtidigt även prata om annat så man kan skratta lite. I dag har farmor och farfar gjort samma sak. Men den största näringsinjektionen är när jag har något 19 åringar här hemma. Förlåt alla enormt goa vänner men när (barnets namn) vänner är här så mår jag bra långt in i själen. Kan inte förklara det mer än att då känns (barnets namn) nära.

Vi finner i texterna att det finns positiva stunder, men att det är den sociala omgivningen som bidrar till att det upplevs positivt. Sorgen känns stundtals lättare, dock inte fullständigt frånvarande. Vi tolkar det som att sorgen inte är en konstant linjär process, utan att den är något mer oförutsägbart. Vi finner tecken på att sorgen är olika kraftfull och varierar i uttryck. Vi har i bloggtexterna även funnit att sorgen pendlar mellan olika sinneslägen, vilket resulterar i varierande emotionella uttryck.

Fysisk smärta och sömnsvårigheter

Samtliga bloggförfattare skriver om att sorgen ger sig i uttryck i form av fysiska besvär. Tydligast och mest frekvent finner vi smärta och sömnsvårigheter. Flertalet av bloggförfattarna beskriver det som att de får ont i hjärtat, men även ont i kroppen på olika vis.

[...] Den här smärtan (barnets namn)...det går inte att beskriva...det är det hemskaste jag någonsin varit med om. Jag tänker på dig hela tiden...varje dag...varje timme...varje minut och varje sekund. (barnets namn)...tror du man kan bli sjuk av sorg? Jag har haft ont i kroppen och i nacken så jag gick till doktorn. Det var ingen fara. Det är sorgen älskade (barnets namn) sa han. Jag har fått ont för att jag är så ledsen och har sorg.

Som citatet ovan visar uttrycks sorgen inte bara emotionellt, utan även genom fysisk smärta. Den här typen av smärta skriver samtliga blogg författare om och alla uttrycker att den är förknippad med sorgen. Genomgående skriver alla bloggsribenter att sorgen har påverkat deras sömn. Några av mödrarna beskriver att sömnproblemen varit svårhanterliga till den grad att de varit tvungna att ta hjälp av sömntabletter.

[...] Inte en natt till. Jag är så trött...så himla trött. Jag ligger på soffan och stirrar på tv`n som står på. Åh vad tiden går sakta. Klockan blir 00.30....02.45 och 03.30. Alla (barnets namn)...alla ligger och sover. Men jag...jag ligger och längtar efter dig....min älskade lilla (barnets namn).

Citatet visar i likhet med många andra inlägg bland bloggarna att tankarna håller den sörjande vaken om nätterna trots att tröttheten finns där. Vi har även funnit att flera av blogg författarna publicerar sina blogginlägg på nätterna. Vilket vi tolkar som att behovet av att delge sina tankar till någon även finns på natten då vanligtvis det sociala stödet inte finns tillgängligt.

Rädsla att glömma

Rädslan för att omgivningen ska glömma deras avlidna barn finner vi hos flertalet av blogg författarna. Men även att blogg författarna själva skulle glömma detaljer runt sitt avlidna barn såsom barnets skratt, röst och doft.

[...] Ibland saknar jag den tiden för då var det inte så längesedan som (barnets namn) var här hemma. Jag var så rädd, rädd att jag skulle glömma (barnets namn), glömma hur han såg ut, hur han lät. Var rädd att omgivningen skulle glömma honom som om han aldrig hade funnits.

Vi tolkar citatet som att det finns en rädsla för vad tiden gör med minnet. Och i synnerhet att omgivningen som inte ständigt blir påminna om det avlidna barnet på samma sätt som barnets moder blir, tenderar att gå vidare med sitt liv och därmed riskerar att glömma det avlidna barnet då det inte längre är en del av vardagen. Det finns även i enstaka bloggar tydligt uttryckt att man inte vill gå vidare och skapa sig en ny vardag. Detta menar vi att styrker vår tolkning om att det finns en rädsla med tidens påverkan på sorgen.

Närhet i drömmen

I sitt sökande efter närhet till sitt avlidna barn kan man finna någon typ av närhet genom drömmar. Drömmarna kan både vara realistiska genom att det är gamla minnen som man återupplever genom drömmar, men även orealistiska drömmar om saker som inte tidigare har hänt. I drömmarna beskriver några av blogg författarna att de fysiskt kan känna närhet till det avlidna barnet, vilket i sin tur skapar blandade emotioner hos mödrarna. Exempel på emotioner som nämns är glädje och ledsamhet.

Jag drömde om dig. Ett helt orealistiskt senarium men så fint. Det innehöll dagis, karuseller och ditt favoritgodis. Men det var så underligt för du var död, men helt plötsligt såg jag dig, skrattandes, busandes med kompisarna. Först var det barnen från skolan men sen ändrades det till okända barn. (syskonets namn) var med ett tag men även han försvann. Jag var den enda som kunde se dig. Du sprang runt i snön och sen ville du åka karusell tror jag. (namn) sjöng med barnen. Ja, massor hände, lite luddigt så här efteråt. Med det viktigaste var att jag såg dig, du var så glad. Saknar dig mitt <3

Vi har funnit att de flesta blogg författare upplever att det mest betydelsefulla var att barnet fanns där och att detaljerna i drömmen inte var signifikanta. Vi tolkar det som att detta tyder på att modern kände någon typ av närhet till sitt barn genom drömmen, vilket upplevs vara betydelsefullt för mödrarna.

7.5 Existentiella tankar

Sorgen skapar existentiella tankar och frågor vilket finns representerat genomgående i bloggtexterna. Livsavgörande förändringar såsom dödsfall kan göra att existentiella tankar får en annan innebörd och får större fokus än tidigare.

Varför?

I samtliga bloggtexter har vi funnit att frågan varför detta drabbat just dem och deras familj är frekvent återkommande i blogginläggen. De nämner i och med detta att det upplevs orättvist utan att dock för den delen önska någon annan deras öde. Flertalet inlägg är av ifrågasättande karaktär där föräldrarna omöjligen kan finna någon mening i det som har hänt.

Varför - ett litet ord. Vet inte hur många gånger jag tänkt eller sagt detta ord de senaste två månaderna. Varför hände olyckan? Varför hände det (barnets namn)?, (barnets namn) som alltid varit en oerhört snäll, försiktig, klok, aldrig gjort någon illa, varken kroppsligen eller språkligt. (vad jag vet) Varför hände det oss?, Vad har vi gjort för nåt ont som måste få detta "straff"?

I de bloggtexter vi har analyserat har vi funnit som ovanstående citat beskriver att blogg författaren upplever stor orättvisa då hennes barn inte gjort sig förtjänt av att drabbas av döden i tidig ålder. Vi tolkar att det finns en önskan från modern om att få svar på sina frågor då det för henne inte finns någon mening i det som har hänt. Ett annat citat som styrker vår tolkning är:

Men i stället för att leva det liv som du borde ha levt, ligger du på en snöig kyrkogård. Bortryckt allt för tidigt från denna jorden alldeles i onödan. Det är så bedrövligt och orättvist. Jag förstår inte varför, och den frågan får jag nog aldrig besvarad så länge jag lever hur mycket jag än tänker.

Citatet ovan styrker det vi tidigare nämnt gällande att frågan varför och känslan av orättvisa är starkt sammankopplade. Och att det är en fråga man ställer trots medvetenhet om att den inte kommer att bli besvarad. I ett försök att underlätta hanteringen av dödsfallet har vi funnit mönster i att några av mödrarna använder sig av andliga och teologiska tillvägagångssätt. Kontakt med medium och tankar kring återfödelse är några utav de existentiella tankegångar som kommit att bli aktuella i samband med barnets bortgång.

Just nu är jag i en period då jag fastnat i "vad händer efter man har dött frågor". Där har jag visserligen varit förut men inte som nu, nu är det på ett helt annat plan.

Citatet stärker de mönster vi funnit gällande att sorgen efter ett barn gör existentiella tankar mer framträdande än tidigare. Vilket inte nödvändigtvis behöver betyda att dessa tankar inte tidigare existerat utan snarare att de har blivit av större betydelse då de kan utgöra något betydelsefullt i sorgehanteringen.

Det var för tidigt

Flertalet av blogg författarna skriver om känslan de upplever att dödsfallet inträffade för tidigt, och att en förälder inte ska överleva sitt barn. Genomgående skriver de att ingen förälder ska behöva begrava sitt barn. Detta tolkar vi som att de inte bara anser att detta inte borde ha drabbat dem, utan att det heller inte borde drabba någon annan förälder.

Det ska ju vara du och (syskonets namn) som ska begrava mej och pappa sen om många år. Vi skulle ju uppleva så mycket mer tillsammans, och du hade så mycket kvar här på jorden. Nu missar du ju allt, tack vare den där jävla idioten!! Hur kan det få vara så jävla grymt?

Citatet styrker vår tolkning om att mödrarna upplever att det faktum att barnet gått bort före dem strider mot den syn man har på livet. Det vill säga att det finns tankar om att man inte dör förrän man är gammal. Bloggförfattaren lägger även tonvikt på den korta tiden barnet haft i livet då hon upplever att barnet inte har hunnit med det man bör under en livstid. I de fall då barnets död orsakats av någon annan skapas det ilska och viss frustration då det finns någon som berövat barnet att uppleva det liv som låg framför henne.

Ett annat citat som vittnar om det resonemang gällande svårigheter att acceptera sitt barns död är följande.

Hjärtat värker. Det här är inte sant. Det är äckligt, och fel. (barnets namn) ska inte ligga död i ett bårhus med andra gamla människor som levt sina liv mer eller mindre färdigt. (barnets namn) är ju bara ett barn.

Bloggförfattaren uttrycker att döden är förpassad till äldre människor då de har fått möjlighet att leva ett längre liv. Hon uttrycker även att det är ”äckligt och fel” och vi tolkar det som att hon anser att ett barn inte hör hemma i döden som kontext.

Det som gått om intet

Saknaden är efter det avlidna barnet är återkommande i samtliga bloggar. Saknaden uttrycks med många olika typer av känslor, så som ilska, ledsamhet och förtvivlan. Vi har även funnit två typer av saknad i bloggtexterna där den ena saknaden är att man inte får återuppleva sådant som man gjort med eller för sitt barn när barnet levde. Ett exempel som en av bloggförfattarna skriver om är saknaden av att inte få möjlighet att laga gröt till sin son varje morgon. Hon uttrycker frustration och förtvivlan över att detta inte längre är möjligt och att hon inte någonsin igenom kommer att få uppleva det. Den andra aspekten av saknad är det faktum att de går miste om framtida upplevelser tillsammans med barnet, men även att barnet inte kommer att få uppleva framtida upplevelser så som student, ta körkort, bröllop och att se sitt barn bli förälder. Flera utav bloggförfattarna nämner mer vardagliga händelser som exempelvis konserter, lära sig att cykla, sova över med kompisar eller få veckopeng som händelser som de inte kommer att få ta del av och saknaden som de upplever vara förenad med detta.

Jag kommer inte:

Någonsin att ”sörja klart” min dotter.

Få fira hennes födelsedag med glädje.

Kommer inte att få vara med om fler skolaktiviteter, se henne börja på en ny skola.

Vänta i kö på toa medans hon gör sig fin.

”Bråka” om att få ha mina kläder och skor i fred.

Höra henne berätta om killar hon tycker om.

Se henne på ett lastbilsflak när hon tar sutenten.

Göra fler resor med henne.

Hjälpa henne flytta hemifrån.

Stötta henne genom livet.

Bli mormor.

Se henne gifta sig, om hon valt att göra det.

Få se henne leva och vara lycklig.

Jag kommer aldrig att sluta sörja min dotter, sluta sakna.

Jag kommer alltid att få leva utan henne.

Det gör så ont.

Citatet visar att blogg författaren i likhet med flertalet andra blogg författare uppmärksammar det faktum att de inte kommer att få uppleva ovanstående händelser, och vi tolkar det som att de uttrycker en typ av saknad att detta aldrig kommer att inträffa. Vi tolkar det här inlägget och de liknande inlägg som vi funnit i vårt material som att det finns en viss förväntan på vad ett liv kommer att innehålla. När ett barns liv går förlorat uppkommer starka känslor av saknad och förtvivlan över att dessa händelser aldrig kommer att bli verklighet.

Oro och rädsla

Oro uttrycks på olika sätt i samtliga bloggar. Ett exempel på typer av oro är den oro blogg författaren upplever inför framtiden, oro gällande att förlora sin familj, att drabbas av något liknande igen, oron om att det avlidna barnet ska glömmas bort och även oron för att sorgen blir för övermäktig. En blogg författare likställer orons påverkan med sorgens påverkan på henne. Hon beskriver svårigheter i att hantera den förändring som förlusten av hennes barn innebär gällande kvarlevande familjemedlemmar. Hon beskriver sina tankar om oro i följande inlägg.

Jag oroar mig för min man, mina barn, mina svärföräldrar, för mig och för (barnets namn). Vill att hon har det bra där hon är. Denna oro åter upp mig lika mycke som sorgen. Snart finns det inget kvar av mig. Vill ha tillbaka min familj, hel och glad. Men vi är alla förändrade i grunden på något sätt. Men ett nytt liv där (barnets namn) finns i våra hjärtan och lite av glädjen har återvänt. En ny familjekonstellation men en ny och stark sådan. Jag vill leva, för (barnets namn) och mina andra barn, för min familj. Jag tänker överleva och leva. Och jag blir skit förbannat om du sviker det du lovade mig. Då förlåter jag dig aldrig.

Vi har funnit att flera blogg författare upplever oro för familjemedlemmarnas välmående, då det har skapats en medvetenhet om att livet är skört och att det inte alltid blir som man har förutspått. Blogg författaren i likhet med andra bloggskribenter uttrycker även en oro för det avlidna barnets välmående nu när barnet inte längre är fysiskt närvarande. Ett annat citat som visar på den oro som mödrarna upplever är:

...hur rädd jag är att min älskade son inte har det bra, att han kanske ångrar sej att han gasade på i backen, att han vill tillbaka men inte kan. Tänk om han är ensam i en konstig evighet och jag kan inte hjälpa honom. Jag som är hans mamma och ska skydda mina barn från allt ont.

Citatet tyder på att blogg författaren upplever oro och rädsla gällande sin ovisshet kring döden. Vi tolkar det som att modern känner sig maktlös då hon inte har möjlighet att finnas där för sin son. Sista meningen i citatet tolkar vi vara en indikation på att modern upplever det som att hon inte längre kan tillmötesgå de krav som föräldrarollen innefattar. Det vill säga att skydda sina barn och tillhandahålla den trygghet som en moder kan ge. Detta är ett mönster vi funnit representerat i samtliga bloggar.

7.6 Bloggens betydelse

Som vi tidigare nämnt i avsnittet *socialt stöd* finns det ett behov av att prata, men vi har även funnit att skriva kan underlätta sorgbearbetningen. Många har valt att skriva på en blogg som ett substitut för professionellt samtalsstöd. De beskriver bloggen som en form av ventilationskälla eller ett terapeutiskt verktyg, då skrivandet upplevs som en tillfällig lindring av sorgen. Det finns även de som skriver att de har rekommenderats av andra att skriva om sin sorg som en del av sorgbearbetningen. En utav blogg författarna skriver i ett inlägg att det inte finns någon eftertänksamhet i orden hon skriver utan beskriver det som tankar som bara måste komma ut. Skrivandet är ett sätt att få berätta om det som har hänt och vilka tankar som kommer förenat med det. Många upplever ett behov av att få berätta för omvärlden vad som

har drabbat deras familj. Bloggen blir ett lätt sätt att nå ut till många läsare med sin historia, på grund av dess tillgänglighet.

Bloggen som mötesplats

Bloggen kan även vara ett sätt att få stöd och hjälp av andra i sin sorgeprocess, både av de som upplevt liknande händelser men även av andra som på något vis kan tillhandahålla stöd. En typ av stöd som bloggen ger möjlighet till är de kommentarer som bloggens läsare kan tillhandahålla. Flertalet av bloggskrivarna tackar sina läsare för deras stöd som de visar i kommentarsfältet på bloggen.

Jag läser alla kommentarer, Ni stärker mig och hjälper mig orka. Jag kanske inte svarar på allt, för det finns inte alltid svar eller ord som räcker till. Jag känner att ni finns där och det gör gott. Tack
<3 <3 <3

I ovanstående inlägg och andra bloggförfattares inlägg har vi uppmärksammat att bloggen möjliggör ett större stöd som de annars inte skulle få. Vi tolkar även det som att det finns fördelar med att bedriva en blogg då mötet inte sker ansikte mot ansikte utan i en virtuell atmosfär. Detta medför att bloggskrivaren inte nödvändigtvis behöver ge några egna kommentarer på det som deras läsare skrivit. Bloggen blir därmed en typ av envägskommunikation, där det varken förväntas eller krävs svar på de kommentarer som ges. Många bloggskrivare uttrycker tydligt att de vill hjälpa andra i och med att de delar med sig av sin historia genom sin blogg. Då de själva upplever att stöd ifrån andra är betydelsefullt kan de ha en förståelse för vilka behov som kan finnas. Flertalet förmedla känslan av att man inte är ensam om att ha drabbats av den här typen av tragedi.

Dessutom vill jag nå ut till någon som kanske behöver läsa om det som har hänt oss. För ibland kan det ge tröst att hitta någon som man kan dela sin upplevelse med. [...] jag hoppas ni respekterar denna sida, den är till för att jag ska orka gå vidare, och för att kunna stötta någon annan i samma situation.

Citatet vittnar om den vilja bloggskrivaren har att tillhandahålla stöd till andra människor som går igenom något liknande. Vi tolkar det som att bloggskrivarna i lika stor utsträckning vill ge och ta emot stöd och skapa en utbytesrelation mellan de som drabbats av liknande tragedi. Vi tolkar att det kan grunda sig i den oförståelse som många drabbade kan uppleva när det blir bemötta i sin sorg.

Negativa kommentarer

I vårt bloggmaterial har vi upptäckt att en blogg om sorg inte alltid genererar stöd och förståelse utan även kan vara upphov till negativa kommentarer ifrån läsare. Vi tolkar författarnas inlägg gällande den negativa responsen i vissa läsares kommentarer som att det påverkar bloggskrivarens motivation till att fortsätta att skriva om deras sorg på bloggen. Vi har även tolkat att dessa kommentarer har en negativ påverkan på bloggens terapeutiska syfte.

Jag brukar inte riktigt göra slag i mina bloggpauser då bloggen varit en skön ventilationskälla det senaste året. Men efter att fått ett riktigt lågt mail av en nu mera fd. bekant så har jag på riktigt tappat motivationen. Att få det där mailet fick mig att ifrågasätta varför jag gör det här. Enligt denna elaka människa bloggar jag bara för att jag aldrig tyckte om (barnets namn) och nu vill jag döva mitt dåliga samvete när hon är död och det är DÄRFÖR det är därför jag bloggar, jag skötte henne aldrig som sjuk och jag bloggade bara om (syskonets namn). Det är så fullt att min man har sagt att jag borde gå till polisen med det då det är en rejäl kränkning mot mig och min familj som person och fråga dom om man får göra så där, men de gör väl ingenting ändå åt det samt att man skall orka själv. Därför kommer jag att ta en paus härifrån på riktigt. Jag har gett och gett och gett

er läsare, majoriteten av er är vanliga människor med ett hjärta men det här sista som kom, det fick mig att tappa modet helt.

Inlägget bevisar att den här typen av kommentarer påverkar bloggskrivandet i den utsträckningen att blogg författaren väljer att göra uppehåll i sitt skrivande på sin blogg. Detta trots att det strider mot blogg författarens vilja. Inlägget ger även en indikation på att det inte alltid finns någon motståndskraft gentemot liknande kommentarer. I citatet har vi tolkat det som att en negativ kommentar kan ha stor påverkan på blogg författaren, det vill säga att grova negativa kommentarer har större genomslagskraft än vad positiva kommentarer när det gäller stöd eller avsaknaden av stöd när man befinner sig i sorg. Vi har funnit att negativ respons är förekommande, men dock har vi inte funnit denna typ av mönster i samtliga bloggar.

Att kommunicera genom bloggen

Genomgående i samtliga bloggar finner vi att stor del av bloggtexterna är direkt tillägnade det bortgångna barnet och där man väljer att skriva personligt till barnet, detta kan vara meningar med enkla konstruktioner såsom ”jag älskar dig”, ”jag saknar dig”, ”jag tänker på dig.” Men även längre inlägg så som redogörelser för minnen, händelser och kärleksförklaringar. Vi tolkar blogg författarnas intentioner med bloggen som både riktade mot läsarna men även till det avlidna barnet.

God morgon (barnets namn). I dag verkar det som att solen tänkte skina. Ska ta med hundarna till skogen och gå en sväng. Det är skönt att vara i skogen. Där kan man andas och tänka. Tankarna är alltid hos dej. I morgon är det precis tre månader sedan du for från oss. Jag kan inte förstå att dagarna bara går och att ingen (barnets namn) kommer hem. Jag vill att det smäller i dörren och jag vill höra din röst – Hej, jag är hemma nu! Jag skulle gladeligen plocka upp jackan och ryggsäcken från golvet och hänga upp.. bara du kom hem!!!!Undrar om hjärtat verkligen klarar denna smärta utan att gå sönder? [...] Nu ska jag prova att få något gjort.. känner mig inte så inspirerad. Men du är nog inte så glad över röran vi har ställt till på ditt rum så jag ska prova att städa upp lite där. Älskar dej så mycket (barnets namn)!

I ovanstående citat ser man att blogg författaren skriver till sitt avlidna barn, hon väljer att berätta om sin dag och de tankar hon har. Hon sätter sig även in i hur barnet hade resonerat om sitt stökiga rum, vilket vi tolkar som att hon vill berätta för sitt barn att hon har som avsikt att städa och därmed göra det som barnet hade uppskattat. Hon vill även förklara för sitt barn att det som hon förut tyckte var ett irritationsmoment, inte längre skulle vara något negativt utan snarare uppskattat. Detta tolkar vi som att hon vill visa barnet sin ömhetsbetygelse och att hon ser vardagsbetingelser ur ett annat perspektiv nu när barnet inte längre finns närvarande. Med det menar vi att blogg författaren uppskattar sådant som hon tidigare inte varit medveten om att hon uppskattat. Blogg författaren använder därmed bloggen för att kommunicera med barnet då den tidigare kommunikationen med barnet inte längre är möjlig. Ett annat citat som visar att många använder bloggen för att tala till sitt barn är följande.

(barnets namn)...sover du? Får jag lägga mig bredvid dig och hålla om dig? Du....snart fyller du år. Tänk att du fyller åtta år. Min stora tjej. Jag ska baka en tårta åt dig. En likadan tårta som jag bakade förra året och du ska få blåsa ut alla åtta ljusen. Precis som du gjorde förra året. Här (barnets namn)...här har du tigern. God natt....sov så gott nu....vi ses i morgon. Jag älskar dig gumman.

Detta inlägg indikerar i enlighet med många andra inlägg att det finns ett behov hos blogg författarna att kommunicera med sitt avlidna barn. Det ovanstående inlägget i likhet med flera andra inlägg skrivna av samma författare har även adresserat och rubricerat inlägget till sitt barn. Eftersom att skriva till sitt barn är vanligt förekommande i flertalet bloggar tolkar vi det som behovet är stort att få berätta och dela de som är med sitt barn, trots att de längre inte

finns närvarande. Vi tolkar även att det här sättet att skriva är ett försök i att hålla kvar sitt barn, även om verkligheten är en annan.

8. Sammanfattning av resultat

Socialt stöd

Resultatet av vårt material gällande socialt stöd är att alla typer av socialt stöd har en signifikant funktion i sorgearbetet. Det sociala stödet kan utgöras av familj, vänner, professionella och andra personer i omgivningen. Det sociala stödet kan även vara av både praktiskt och emotionell karaktär. Det praktiska stödet utgörs av utförandet av vardagliga sysslor som omgivningen bidrar med, såsom matlagning, städning och hämtning av barn. Denna typ av stöd är sådant som bloggarna inte uttrycker något behov av men dock uttrycker stor uppskattning av i bloggen. Det emotionella stödet är när de sörjande får möjlighet att prata och ventilerar om sina tankar och känslor, denna typ av stöd uttrycker bloggarna vara av störst behov av. Detta för att det ger lindring, om än en tillfällig lindring av den oerhörda sorg de upplever. I analysen har vi funnit att mödrarna trots starkt socialt stöd upplever känslor av ensamhet. Vi har funnit att ensamheten ofta grundar sig i oförståelse ifrån omgivningen, vilket vi har sett resultera i ett stort intresse av att komma i kontakt med människor med liknande erfarenheter. Bloggen har för många blivit ett sätt att komma i kontakt med människor som delar dessa erfarenheter. De som varit med om liknande erfarenheter utgör ett mer betydelsefullt stöd för de sörjande än de som inte varit med om något liknande. Omgivningens bemötande är även en typ av socialt stöd som aktualiserats i bloggarna, där mödrarna uttrycker en förståelse för omgivningens svårigheter att bemöta en moders sorg när hon har förlorat ett barn. De sörjande har kommit i kontakt med olika myndigheter som polis, försäkringskassa och rättsväsende men även olika vårdinstanser som sjukvård och BUP beroende på vad som förorsakat dödsfallet. Erfarenheterna av sjukvården har bland bloggarna varit varierande då vissa uppfattar sig vara positivt bemötta men majoriteten beskriver brister i bemötandet av professionella.

Familjen

Samtliga bloggare beskriver att det finns svårigheter i att få vardagen efter dödsfallet att fungera, då sorgen har en omfattande påverkan på ork och viljan att återgå till vardagen. Flera av mödrarna skriver om att de känner stress gällande att återgå till sina tidigare vardagsrutiner, där bland annat arbetet nämns i stor utsträckning. Parrelationen är en aspekt som fått mycket begränsat utrymme i bloggen, vi har tolkat det som att det beror på att bloggen används som en egen arena där fokus ligger på mödrarnas egna känslor och tankar. Föräldraskapets relation till de kvarlevande barnen har vi funnit kantas av känslor som oro och skuld, då man upplever att det finns svårigheter att upprätthålla sin roll som en god moder. Mödrarna uttrycker svårigheter gällande att bemöta sina kvarlevande barns sorg och de känslor som är förenade med denna. När det gäller familjens önskan att utöka familjen har vi funnit ett stort behov av att tydliggöra att det kommande barnet inte på något vis ersätter det barn de har förlorat. Traditionella högtider såsom jul och födelsedagar är enligt många av bloggarna mycket smärtsamma och efter dödsfallet betydelselösa. Många väljer dock att fira julafton, påsk och liknande för sina kvarlevande barns skull. När det gäller födelsedagar uttrycker flertalet bloggare en vilja och tanke om att barnet blir firad i himlen. Deras födelsedag uppmärksammas trots denna tanke i den mån det går på jorden, genom att till exempel besöka graven och tända ljus för barnet. Vi har funnit att datumet då barnet gick bort har stor betydelse för de mödrar vars bloggar vi undersökt. Vi har tolkat att datumet som barnet dog på medför att sorgen känns extra påtaglig och att det skapar ett stort behov av att skriva och berätta om dagen då dödsfallet inträffade. Många bloggare

uttrycker två typer av saknad i sina bloggtexter. Den ena saknaden är att man inte får återuppleva saker som man gjort med eller för sitt barn när barnet levde. Den andra aspekten av saknaden är att de går miste om framtida upplevelser tillsammans med sitt barn exempelvis student, bröllop och att se sitt barn bli förälder. Även mer vardagliga händelser som exempelvis konserter, lära sig cykla eller få veckopeng är sådana som föräldrarna uttrycker saknad för.

Upplevda emotioner

Det dåliga samvetet och det sunda förnuftet är motstridiga emotioner som mödrarna kämpar med. Gällande det dåliga samvetet finns det bland annat tankar kring om man kunde gjort något annorlunda medan det sunda förnuftet förnekar att så skulle vara fallet. Många beskriver att de upplever sig som ensamma i sin sorg även om det är många människor som drabbats av barnets bortgång. Vi har funnit mönster i texterna att ensamheten oftast handlar om en stark känsla mer än ett konkret faktum. Trots att sorgen är förknippad med negativa känslor kan man finna ljusare stunder i sin vardag. Några utav bloggförfattarna uttrycker att glädje kan förknippas med skuld och detta kan bland annat vara att man upplever skuld-känslor när man mår lite bättre. Vi har även funnit att samtliga bloggförfattare skriver om att sorgen uttrycker sig genom fysiska besvär, där fysisk smärta och sömnsvårigheter utgör en del av dessa. Många utav bloggförfattarna publicerar sina blogginlägg på nätterna vilket vi har tolkat som att behovet av att dela med sig av sina tankar till någon även finns på natten, då det sociala stödet vanligtvis inte finns tillgängligt i samma utsträckning som på dagen. Det finns en rädsla hos bloggförfattarna för att omgivningen ska glömma bort det avlidna barnet, men även att bloggförfattarna själva ska glömma detaljer gällande sitt avlidna barn så som doft, skratt och röst. I sitt sökande efter närhet med sitt avlidna barn kan man finna någon typ av närhet genom drömmar. I dessa drömmar beskriver bloggförfattarna att de finner en typ av fysisk närhet till sitt barn, vilket ger upphov till blandade emotioner så som exempelvis glädje och ledsamhet.

Existentiella tankar

Tankar som är gemensamma för bloggförfattarna är att en förälder inte ska överleva sitt barn och att döden borde vara förpassad till äldre människor då detta upplevs vara mer naturligt. I samtliga bloggar vi har undersökt har frågan varför haft en central del och varit frekvent återkommande i blogginläggen. Frågan *varför* tar sig i uttryck i frågor som; varför hände det mig? Varför just mitt barn? Varför så tidigt? Detta tolkar vi som att de har svårt att finna någon mening i tragedin och upplever att det är orättvist då deras barn inte förtjänat att dö så ung. Mödrarna uttrycker en oro och rädsla för familjemedlemmarnas välmående men även för det avlidna barnets mående. Vi har funnit två typer av saknad i bloggtexterna. Den ena är att man inte får återuppleva stunder som man upplevt då barnet levde. Den andra aspekten av saknad är att mödrarna går miste om framtida upplevelser tillsammans med barnet som exempelvis student och bröllop. Men även att barnet berövats dessa upplevelser.

Bloggens betydelse

Skrivandet på bloggen kan för mödrarna upplevas som en tillfällig lindring av sorgen. Vi har funnit behov hos de sörjande av att få berätta för omvärlden om den tragedi som drabbat deras familj där bloggen underlättar spridningen av den sörjandes historia på grund av bloggns tillgänglighet. Vi har funnit i bloggarna att det finns en vilja att både tillhandahålla stöd men även att ta emot stöd ifrån andra, vilket vi tolkar som att de vill skapa en utbytesrelation mellan de som drabbats av en liknande tragedi. Trots att bloggen utgör en stödjande funktion för bloggförfattaren, har vi även funnit att några av bloggförfattarna bemöts med negativ respons. Vilket vi har tolkat som att dessa kommentarer har en negativ påverkan på bloggns

terapeutiska syfte. Bloggen har för många bloggförfattare varit ett sätt att skriva personligt till sitt avlidna barn, det kan vara ömhetsbetygelser, minnen och kärleksförklaringar som de längre inte har möjlighet att förmedla till barnet som tidigare.

9. Diskussion

Denna studie har haft som syfte att undersöka mödrars upplevelse av sorg efter att ha förlorat ett barn genom dödsfall. Syftet med studien är även att undersöka bloggans funktion i sörjande människors vardag. De områden vi avsett att undersöka är *stödet betydelse, möte med professionella, upplevda emotioner och existentiella tankar* som de sörjande uttrycker.

Vi fann att *stödet* hade en betydande del i föräldrarnas sorgprocess. De människor som utgör stödet är familj, vänner, professionella aktörer och andra personer i omgivningen. Det sociala stödet kan även vara av både praktisk och emotionell karaktär. *Emotionella stödet* var det stöd som vi fann vara mest signifikant för de sörjande, och det var detta stöd som den sörjande själv efterfrågade. Vi har även funnit att det mest betydelsefulla stödet kom ifrån människor som själva upplevt liknande tragedier. Detta resulterade även i att denna samhörighet inte gick att finna hos de som utgjorde det sociala stödet men inte hade förlorat ett barn.

När det gäller *stödet betydelse* har resultatet visat att bloggen ger mödrarna utrymme att fokusera på sina egna känslor och tankar, då hennes fokus i vardagen ligger på familjen och se till dennes behov. Även om familjen ges utrymme i bloggen är det ändå hennes upplevelser och känslor som är centrum. Vi tror att bloggen ger kvinnorna möjlighet att få uttrycka identiteten *sörjande moder*, vilket det inte alltid finns utrymme för att uttrycka i det vardagliga livet då kan vara sorgen är ett hinder för detta. Bloggen utgör därmed en del av det stöd kvinnorna är i behov av.

Det finns både positiva och negativa erfarenheter gällande sjukvården och de *professionella aktörer* respondenterna kommit i kontakt med. Men då majoriteten beskriver brister i bemötandet kan man ana att det kan finnas anledning till att de underlag professionella använder i bemötandet av människor i sorg skulle kunna förbättras. Gällande professionella aktörers stödjande betydelse anser vi att det finns brister i vårt besvarande av detta område. Detta beror på bristen på material gällande professionellas bemötande.

När det kommer till att besvara syftet gällande den sörjandes *emotioner* kan vi även här finna brister i vår undersökning. Detta grundar sig i att vi funnit stora mängder känslor uttryckta i blogginläggen och detta i relation till tidsbrist har gjort att vi endast haft möjlighet att välja ut några av de mest förekommande känslor som bloggförfattarna uttrycker. Vår ambition med frågeställningen gällande emotioner har inte varit att inkludera alla de känslor den sörjande bär på, men vi upplever själva att vårt resultat endast utgör en liten del utav de emotioner som finns representerade i bloggarna. Detta är en aspekt som vi anser vara viktig att tydliggöra för läsaren.

Döden skapar oundvikligt existentiella tankar hos de kvarlevande. De mest utmärkande existentiella tankarna som vi har funnit i vårt resultat är av ifrågasättande karaktär så som; varför just mitt barn? Varför skulle just vi drabbas? Men även frågor som ifrågasätter meningen med att ett barn avlider. I resultatet har vi funnit frågor gällande vad döden inneburit för deras barn. Mödrarna uttrycker en vilja att veta hur barnet har det, om barnet är ensamt, om barnet kan se dem och om barnet fortsätter att vara en del av livet trots döden. Viljan resulterar även att mödrarna ser tecken av barnets närvaro. Genom barnets bortgång

har mödrarna upplevt döden på nära håll vilket medvetandegjort att döden inte alltid är väntad då den kan drabba vem som helst, när som helst. Detta kan vi se i vårt resultat då mödrarna uttrycker en oro för att någon annan närstående ska drabbas av döden.

9.1 Metodologiska reflektioner

I vårt syfte har vi haft som avsikt att undersöka *hur kvinnor som förlorat ett barn genom dödsfall upplever och uttrycker sin sorg*. Vi har även velat undersöka *vilken betydelse deras självbiografiska bloggar har haft för deras sorgearbete*. För att besvara vårt syfte ansåg vi att kvalitativ metod varit mest lämpad för att undersöka dessa socialpsykologiska fenomen. Då vi ville grunda vår forskning i empirin har vi valt att induktivt undersöka och därmed har den kvalitativa metoden varit för oss ett självklart val. Då vi inte har som avsikt att generalisera sorgbearbetningen hos mödrar som har förlorat ett barn har vi valt den kvalitativa metodansatsen.

Vårt val av hermeneutiken har vi baserat på dess metodologiska utgångspunkter. En positiv aspekt inom hermeneutiken är dess anpassning till att studera texter, detta är något vi har tagit i beaktning när vi i början av forskningsprocessen valde att studera bloggtexter. Då vi är intresserade av upplevelsen som beskrivs i bloggtexterna finner vi fördelar med den tolkningsmöjlighet som hermeneutiken ger. En utav hermeneutikens grundtankar är att skapa en dialog med materialet, vilket vi anser kan bidra till att skapa den förståelse som vi avser med undersökningen. Vi har upplevt att vi under analysens gång har känt en oro för att inte göra bloggförfattarnas tankar och upplevelser rättvisa, detta har vi hela tiden haft med i beaktning då vi utfört analysprocessen och varit noggranna med under hela analysens gång. Ett konkret ställningstagande som vi har gjort i ett försök i att göra bloggförfattarna rättvisa är att vi har valt att publicera något längre citat för att dessa inte ska tas ur sitt sammanhang. I början av forskningsprocessen redogjorde vi för vår förförståelse, både för att synliggöra vår egen utveckling av vår förförståelse men även för att visa hur vår förförståelse kan ha påverkat materialet. Vi har valt att tydligt redogöra för vår förförståelse i vårt metodavsnitt för att läsaren ska kunna se vilken eventuell påverkan vi haft på forskningens resultat. Vi anser att genom att tydliggöra vår förförståelse har underlättat för oss och öppnat upp för omtolkning. Vår frågeställning grundar sig i ämnet *sorg* och därmed anser vi att hermeneutiken varit en passande metod, då den möjliggör för forskaren att undersöka existentiella frågor. Den typ av sorg som vi har valt att grunda vår frågeställning i är förenad med döden, vilket utgör ett existentiellt och känsligt forskningsområde.

Vårt intresse för bloggar som datamaterial grundar sig i sin tydliga socialpsykologiska relevans. Bloggens massmediala påverkan och dess spridning och tillgänglighet påvisar den sociologiska förankringen. Den mer psykologiska aspekten av bloggtexter är det faktum att den i likhet med annan media kan påverka en människas livsvärld. Vi har funnit många fördelar med att använda bloggar som datamaterial, förutom dess socialpsykologiska relevans har vi funnit fördelar med att ha distans till våra respondenter. Då sorgen är ett känsligt ämne finns det betydande fördelar med att ha tillgång till färdigproducerade texter, då man som forskare inte riskerar att påverka sina respondenter. Vi valde att be bloggförfattarna om lov att använda deras material i enlighet med forskningsetiska rådets samtyckeskrav. Men för att få ett material som inte är påverkat av det faktum om att bloggförfattarna har en vetskap om att deras texter används i forskning, har vi valt att använda oss av äldre inlägg. I de bloggar som vi har funnit var överlägset majoritet kvinnor författare till bloggarna, detta har påverkat våra ställningstaganden gällande urvalet. Vårt val att använda oss av ett målinriktat urval upplevde vi vara en förutsättning då det inte finns något krav på vad en blogg ska innehålla. För att kunna skapa den djupgående förståelse som vi avsåg valde vi att själva välja ut de blogginlägg

som vi ansåg vara innehållsrika. Vi upplever att bloggmaterialen varit naturligt, då vi finner många likheter mellan bloggen och en dagboksfunktion. Ett problem som uppstår när det gäller att ta del av privat information via internet är att vi inte har några garantier för att personen bakom bloggen är den hon utger sig för att vara. Detta har varit en aspekt som vi har varit tvungna att åsidosätta, då det är omöjligt att säkerställa vem författaren till bloggen är. Under datainsamlingen upplevde vi svårigheter att begränsa antal bloggar som underlag för vår undersökning, denna svårighet grundar sig i det faktum att det finns en stor mängd bloggar av denna karaktär.

I enlighet med den hermeneutiska metodansatsen har vår studie resulterat i en omfattande analys/resultatdel och ett innehållsrikt diskussionsavsnitt. Vi har valt att använda oss av något längre citat i vår analys, vilket har påverkat resultatdelens omfattning. Anledningen till detta är för att vi anser att detta reducerar risken för feltolkningar och för att respondenterna inte ska uppleva att det de skrivit tas ur sitt sammanhang. Vi anser det vara mycket viktigt att våra respondenter inte upplever att de blivit missförstådda och att det de skrivit får fel innebörd. Då man i hermeneutiken använder sig av tolkningar finns det alltid en risk att forskaren presenterar ett missvisande resultat, vår förhoppning är att ovanstående beslut gällande studien minimerar risken för sådana feltolkningar. Diskussionsavsnittets omfattning beror på att vi har utgått ifrån flera frågeställningar och haft ett brett syfte med vår undersökning. Detta innebär att vi funnit ett omfattande resultat vilket i sin tur genererar utrymme för diskussion. Det faktum att diskussionsavsnittet både innehåller resultatets relation till syfte, teori och tidigare forskning och även kritiska reflektioner kring hela vår studie genererar följaktligen ett innehållsrikt diskussionsavsnitt.

En generell begränsning med hermeneutiken är de svårigheter som finns i hur man förmedlar sin förståelse och kunskap i sin undersökning. Om man är oaktsam i sitt ordval uppstår svårigheter för läsaren som kommer att uppfatta detta som en otydlighet och en begränsning i undersökningen. Detta har vi försökt att undvika genom att vi vid flertalet tillfällen kritiskt granskat vår egen undersökning, med betoning på språket.

Det finns stora fördelar i samband att man får tolka och använda sin förförståelse. Men det kan vara svårt som forskare att förhålla sig neutral gentemot det material man studerar vilket medför en risk för feltolkningar, dessa feltolkningar kan generera ett missvisande resultat. Då man inom hermeneutiken vill tolka och förstå respondentens perspektiv, finns det alltid en risk att man gör en feltolkning av dennes perspektiv och upplevelser vilket även det kan vara en svårighet med den hermeneutiska metodansatsen. Problem kan även uppstå när man ska tydliggöra sin förförståelse då det man förmedlar av sin förförståelse kan styras av sociala regler och normer, eller begränsas av sin egen förmåga att vara öppen mot sig själv. Det kan även bidra till att man ifrågasätter validiteten när en subjektiv förförståelse är det som driver forskningen framåt. Vi har försökt att vara så ärliga som möjligt i redogörelsen av vår förförståelse.

En annan svårighet med hermeneutiken är att det i analysen inte finns några tydliga riktlinjer. Man måste själv vara reflexiv och ta noggrant genomtänka beslut om hur man ska gå tillväga. Detta kan både få forskaren och för läsaren uppfattas som otydligt och oklart. Vilket kan göra att man ifrågasätter hur pass valida det resultat man fått är. Därför är det viktigt att vi som forskare guidar våra läsare genom analysprocessen för att läsaren ska få en chans att förstå hur forskningen har gått till, men även för att vi som forskare ska kunna försvara och argumentera för vårt arbete.

9.2 Studiens resultat kopplat till tidigare forskning och teori

I detta avsnitt har vi förankrat vårt resultat i den valda tidigare forskningen och teorin. Vi har utgått från de teman som vi funnit i resultatet, för att tydliggöra kopplingen till syfte och frågeställningar.

Stödets betydelse

Vi har funnit att socialt stöd är viktigt i vårt resultat vilket överensstämmer med stor del av den tidigare forskning som vi funnit. I flertalet forskningsrapporter har vi funnit olika typer av stöd som en viktig del av sorgebearbetningen. Bosticco och Thompson (2005) har även funnit att berättandet har haft stor betydelse i sorgebearbetningen, vilket man kan relatera till det resultat vi har funnit, att skrivandet av bloggen tillfredsställer samma behov. Bosticco och Thompson (2005) kom fram till att den sörjandes berättande är kontextbundet och att berättandet anpassas efter den som lyssnar. Då blogggläsarna är anonyma kan bloggförfattaren uppleva att denna inte behöver anpassa det hon skriver efter någon speciell läsare. Vilket kan vara en bidragande anledning till blogggen popularitet, i synnerhet när det gäller ett så pass känsligt och privat ämne som sorg.

Reilly et al (2008) har likheter i sina teman gällande resultat med vår studie. Ett resultat som finns i starkt representerat i båda studierna är att deras erfarenhet av att förlora ett barn förenar mödrar i sorg och att den typ av stöd man kan finna hos varandra utgör ett mer betydelsefullt stöd än det stöd man kan få av andra som inte delar samma typ av erfarenheter.

Laakso och Paunonen-Ilmonen (2002) har genomfört en studie där de har analyserat mödrars sorg och sorgehantering. I sin studie har de i likhet med vår studie funnit att man som sörjande kan finna stöd i både familj, vänskrets och omgivning. Resultatet visade även att stödet kunde utgöras av känslomässigt, informativt och instrumentellt stöd, vilket vi även funnit i vårt resultat.

Vi har funnit att den sörjandes behov av stöd kan utgöras på flera sätt. Exempel på stöd kan vara känslomässigt stöd eller praktiskt stöd. Vårt resultat bekräftas av Sarafinos (2008) teori om att stödet är en dynamisk process och där behovet styr vilken typ av stöd som är uppskattat av den sörjande. I vårt resultat fann vi att de sörjande framförallt efterfrågade och uppskattade det känslomässiga stödet. Vilket till viss del motsäger sig det resultat Dyregrov (2008) funnit, där man menar att utöver emotionellt stöd är även praktisk stöd en av de viktigaste typerna av stöd som omgivningen kan tillhandahålla. I vårt resultat fann vi även ett behov hos bloggförfattarna att finna samhörighet med andra sörjande föräldrar och att de upplevde det som en fördel att både kunna tillhandahålla stöd men även att kunna finna stöd hos andra. De menade att bloggen tillfredställde dessa behov.

Familjen

Resultatet som Barrera et al (2009) funnit i sin studie om föräldrars sorg och anpassning har visat att möjligheterna att uttrycka sin sorg var viktig för respondenterna. Här fann man även att barnet inte fått möjlighet att njuta av livet och uppleva framtida upplevelser såsom examen eller giftemål. Detta är resultat som även vi har funnit i vår undersökning. Dessa forskare har till skillnad från oss kommit fram till ett mer omfattande resultat gällande partnerrelationen. Vi tror att detta är på grund av skillnader i datamaterial mer än att det skulle bero på att personerna upplever skillnader i att värdesätta sin partnerrelation.

Mödrarna uttrycker svårigheter att kunna hantera den nya vardagen som kommit i och med förlusten av sitt barn. Många utav bloggförfattarna upplever att de själva borde kunna

anstränga sig mer för att kunna få vardagen att gå ihop, men att de trots försök inte lyckats med detta. Detta kopplar vi till Lazarus och Folkmans (1984) copingteori och den strategi som kallas probleminriktad stresshantering. Vi menar att det finns en medvetenhet om att vardagsbestyren är något som går att påverka med direkt handling. Vi menar dock att den känslolinriktade stresshanteringen kan uppkomma då man måste hantera de obehagliga känslor som kan uppkomma när vardagslivet påminner en om att barnet inte längre är delaktig. Detta styrker det Lazarus och Folkman (1984) skriver att dessa två typer av copingstrategier kan uppkomma samtidigt.

Möte med professionella

Behovet av stödjande insatser finns representerade i vårt resultat, vilket man även funnit i Rogers et al (2008) studie. Deras studie visade att behovet av stödjande insatser var minst lika stort flera år efter dödsfallet. Detta är ett resultat som vi inte kan bekräfta med hjälp av vår studie, då vi inte har undersökt långsiktiga effekter av föräldrars sorg.

Då vårt resultat inte har varit fulländat när det gäller att finna vilken betydelse de professionella aktörerna har haft för blogg författarna, har vi inte kunnat stärka vårt resultat med hjälp av någon teori. I det resultat som vi lyckats framställa kan vi dock se att ett bra bemötande ifrån professionella aktörer underlättar för den sörjande. Detta går att styrka med Dyregrovs (2008) resultat gällande att professionellt stöd i kombination med omgivningens stöd kan underlätta sorgebearbetningen.

Upplevda emotioner

När det gäller resultatet i Lichtenthal et al (2013) har vi funnit likheter med vårt resultat gällande meningskapande och meningssökande i förlusten av sitt barn. Resultaten visar att det finns stora svårigheter i att finna mening i det som har hänt. En skillnad i resultatet är att Lichtenthal et al (2013) funnit skillnader i meningskapande beroende på barnets typ av dödsfall, vilket vi varken har haft avsikt att undersöka och heller inte funnit.

Keese et al (2008) har i sin studie funnit att tiden har haft en betydelsefull påverkan på föräldrarnas upplevda sorg vilket även vårt resultat visar tecken på. Vi har funnit mönster i vårt resultat att tiden har en påverkan på upplevelsen av sorg. Med det menas inte att upplevelsen av sorgen har förändrats, utan att sorgen blivit mer lätthanterlig.

Vi har i vårt resultat lokaliserat mängder av känslor och svårigheter i att hantera dessa. Vilket vi kopplar samman med Lazarus och Folkmans (1984) känslolinriktade stresshantering, där man använder sina inre förmågor att försöka styra sina känslor i situationer som upplevs vara svårhanterliga eller omöjliga att påverka. Vi anser att vi i materialet funnit att det finns en stark vilja hos blogg författarna att hitta något för dem fungerande sätt att hantera de starka känslor som de upplever i och med sorgen. Att finna alternativa lösningar att hantera svåra uppkomna situationer är enligt Lazarus och Folkman (1984) ett exempel på en bra copingresurs hos individen.

Existentiella tankar

I Wheelers (2001) studies resultat har vi funnit flertalet likheter med vårt eget resultat. De tre kategorier som presenteras i studien överensstämmer med de kategorier som vi funnit i vårt material. Den skillnad som vi funnit här mellan dessa två studier är att vi har inkluderat fler kategorier och därmed kommit fram till ett mer omfattande resultat. Wheelers (2001) kategori *oförmåga att acceptera verkligheten av döden* motsvarar vår resultatkategori *existentiella tankar*. Gemensamt för båda resultatkategorierna är att de baseras på föräldrarnas existentiella frågor såsom *varför just jag* och *varför just mitt barn*. I likhet med vår studie har Wheeler

(2001) lokaliserat emotionella reaktioner såsom ilska, smärta, rädsla och skuld. Men även den fysiska smärtan som de kopplar till sorgen är en likhet i studierna. I Wheelers (2001) studie fann man att föräldrarna hade känslor av att vilja beskydda sina barn och en önskan av att känna fysisk närhet till sina barn. Detta resultat förenar våra studier, men vi har även valt att inkludera vad som påverkar dessa känslor i våra kategorier.

Gällande vårt resultat om existentiella tankar i sorgprocessen har vi funnit att mödrarna har svårigheter att finna mening i det som har hänt. I relation till Antonovskys (2005) teori om KASAM i komponenten meningsfullhet har vi funnit att vårt resultat kan påverkas av det faktum att vi vid vår datainsamling endast inkluderat blogginlägg som är skrivna under det första året från dödsfallet. Vi menar att detta skulle kunna vara bidragande till att respondenterna uppvisar lägre känslor av meningsfullhet. Därför menar vi att vårt resultat inte med säkerhet kan säga att respondenterna skulle ha låg känsla av sammanhang. Ett annat argument som vi menar styrker vårt resonemang om att våra respondenter inte nödvändigtvis skulle ha en låg känsla av sammanhang är att de emellanåt upplever ljuspunkter i vardagen. Detta skulle i stället kunna vara en indikation på att blogg författarna upplever meningsfullhet med livet. Detta skulle även kunna vara ett bevis på förekomsten av de andra komponenterna som utgör KASAM, det vill säga begriplighet och hanterbarhet. Då samtliga mödrar återkommande ställer frågor om varför detta har hänt, kan vi koppla denna del av vårt resultat till känsla av hanterbarhet. Antonovsky (2005) menar att om man upplever känslor av att livet behandlar en orättvist innebär detta en låg känsla av hanterbarhet.

Bloggens betydelse

Behovet av att berätta om det avlidna barnet finns representerad i Arnold och Buschman Gemmas (2008) resultat men även i vår studies resultat. Då vår studie är baserad på bloggar finner vi det naturligt att skrivandet på bloggen utgör en typ av berättande. Arnold och Buschman Gemma (2008) har funnit att deras respondenter använder berättandet som ett sätt att hålla barnet levande. Här finner vi likheter med vårt resultat att bloggen är en typ av minnessida som kan bevara barnets närvaro. Vi har även funnit i båda studiernas resultat att bilder och ritualer utgör försök i att känna barnets närvaro. I båda studierna fastställs att sorgen är förknippad med mängder av varierande känslor där man även kan inkludera känslor av positiv och livsförändrande karaktär.

I Degroot och Carmacks (2013) studie har de studerat en kvinnas självbiografiska blogg om sorgen efter förlusten av sina två barn. De har i resultatet uppmärksammat bloggen som ett nytt sätt att bearbeta sorg och lyfter fram kommunikationen som en del av sorgbearbetningen. Detta stämmer överens med vårt resultat gällande bloggens betydelse för sorgbearbetning. I enlighet med vår studie finns det en grundläggande tanke om att det i bloggtexter finns en naturlighet som kan vara svår att nå i annan typ av data.

Den teori som vi har valt att koppla till bloggens betydelse för sorgprocessen är Lazarus och Folkmans (1984) copingteori. Detta för att vårt resultat visar att bloggen är ett sätt för dem att hantera och bearbeta sina känslor och tankar som uppkommit i och med sorgen. I vårt resultat finner vi en tydlig koppling mellan den respons som bloggen genererar och Lazarus och Folkmans (1984) copingteori, där de menar att det finns en ömsesidig påverkan mellan miljö och individ. Vi menar att den typ av respons som blogg författaren får via bloggen påverkar i vilken utsträckning bloggen fungerar som en copingstrategi. Det tydligaste exemplet i resultatet har vi funnit då en blogg författare uttrycker att hon inte längre vill blogga om sin sorg då responsen ifrån läsare av bloggen varit av negativ karaktär. Därmed anser vi att denne

bloggförfattare inte längre kan använda bloggen som en fungerande copingstrategi, utan istället utvecklas till ytterligare en stressor.

När det gäller att bedöma en individs KASAM anser vi oss inte besitta de kunskaper som krävs för att göra en korrekt bedömning. Därför ger detta avsnitt endast en möjlig koppling mellan de teorier vi valt att inkludera och vårt resultat.

9.3 Egna reflektioner

När det gäller det sociala stödet vill vi bygga vidare på Kallenberg och Larssons resonemang (2004, s. 159) att den familjesociala strukturen har förändrats under det senaste seklet, ett exempel för att illustrera denna förändring är det faktum att det i dagens senmoderna samhälle finns fler enpersonshushåll i jämförelse med tidigare. Författarna menar att i och med denna förändring har människan blivit mer sårbar och utlämnad i svåra livssituationer. Vår utveckling av resonemanget är att vi menar att bloggen har tagit över den funktion som den tidigare familjekonstellationen utgjorde. Det vill säga att bloggen har som virtuellt stöd gett möjlighet till en typ av senmodernt socialt stöd.

Vi finner även att Kallenberg och Larsson (2004, s. 162) har en intressant tankegång angående döden i relation till det senmoderna samhället där de menar att den senmoderna människans förhållande till döden har ändrats drastiskt. Förändringen innebär att döden som tidigare anses vara naturlig och rimlig numera skapar känslor av orättvisa. Här finner vi kopplingar till Giddens teori om konfiskering av erfarenhet, vilken innebär att man förvisar våra upplevelser av döden till institutioner och därmed inte upplever döden på nära håll i samma utsträckning (1999, s. 173-174). Kallenberg och Larsson (2004, s. 162-163) skriver att den orättvisa vi upplever gällande döden i det senmoderna samhället grundar sig i tankar om att livet ska vara rättvist, vilket de illustrerar med att exempelvis unga inte drabbas utav döden. Dessa tankar existerar trots att man inte vet vem eller vad som ska säkerställa denna rättvisa. Författarna menar att det kan vara gynnsamt för samhället att än en gång lyfta fram det givna faktumet att livet förändras och att livet inbegriper sjukdom, lidande och ytterst död. De poängterar att hur varje individ sedan väljer att hantera denna insikt är en individuell existentiell fråga.

Vid samhällskatastrofer som exempelvis tsunamin i Thailand 2004 där många människor omkommit ställer kvar på samhället att tillhandahålla akuta insatser men även uppföljande insatser för att hjälpa de drabbade. Ju fler människor som omkommer desto större blir samhällsinsatserna och blir mer uppmärksammade. Tillskillnad från det individuella traumat där den enskilda familjen drabbas. Detta resonemang stärker vi med Kallenberg och Larssons (2004, s. 162-163) tankar om att den uppmärksamhet som större katastrofer frambringat kan hjälpa de människor som berörs av detta. De menar att de drabbade får tillgång till mer omfattande stöd och att de drabbade tillsammans skapar en samhörighet. Detta menar vi kan styrka vårt resonemang om att bloggen utgör det stöd som de sörjande av det individuella traumat inte får tillförfogande av samhället. Att finna andra som upplevt liknande tragedier kan bli ett substitut för den samhörighet som samhället annars är med och skapar.

Då vår utgångspunkt har varit att utveckla vår förståelse kring ämnet sorg kommer vi nedan att redovisa den utveckling som skett i enlighet med den hermeneutiska spiralen gällande vår förförståelse. Det faktum att vår förförståelse har utvecklats anser vi vara ett bevis på att den hermeneutiska spiralen fullgjort sitt syfte, men även att vi lyckats i vår användning av den hermeneutiska metodansatsen. När det gäller den respons som bloggen genererat har vi

utvecklat vår förförståelse då vi tidigare inte trott att den sörjande skulle bemötas med negativ respons. I vår tidigare förförståelse trodde vi att stödet genom bloggen endast var av positiv karaktär, vilket vår studie motbevisade. Detta var en aspekt som vi inte uppmärksammat i vårt avsnitt gällande vår förförståelse. Vi anser att det är positivt att vi synliggjort denna aspekt gällande bloggen då detta resultat kan ifrågasätta i vilket egentligt terapeutiskt syfte bloggen utgör för den sörjande. Med det menar vi att responsen kan påverka vilka tankar och känslor som blogg författarna väljer att offentliggöra på sin blogg. Vilket då kan reducera den betydelse bloggen har för sorgebearbetningen.

När det gäller resultatet gällande parrelationen motsvarade den inte de förväntningar som vi hade om förekomsten av partnerrelationens betydelse i bloggen. Vi trodde att partnerrelationen skulle utgöra en större del i datamaterialet än vad den kom att göra. Detta resultat var dock av betydelse när det gällde vår tolkning, då detta kunde utgöra betoningar i andra tolkningar såsom att bloggen utgjorde en egen arena för blogg författarna. En fördel med att en förförståelse inte bekräftas är att det öppnar upp för andra tolkningar som klargör andra aspekter.

9.4 Förslag till fortsatt forskning

Som vi tidigare nämnt är bloggans betydelse i sorgbearbetningen ett förhållandevis outforskat område, därför skulle vi gärna se att mer forskning bedrivs kring ämnet. En intressant aspekt gällande den här typen av studier är att undersöka varför kvinnor är överrepresenterade när det gäller att skriva om sin sorg på internet. Det skulle därför vara intressant att inkludera någon form av genusperspektiv gällande användningen av sorgebloggar. Vi har inte avsett att studera de olikheter som eventuellt finns gällande skillnader i barnens dödsorsak, detta då det inte överensstämmer med våra studiers frågeställningar. Därför anser vi att det skulle vara intressant med sådan forskning. Stödets betydelse har getts överlägset störst uppmärksamhet i bloggarna vilket vi anser utgöra en anledning att undersöka vilka stödjande insatser som de sörjande upplever sig vara i behov av och hur det ska tillhandahållas av samhället. Vi skulle gärna se fler forskningsbidrag baserade på den hermeneutiska metodansatsen som riktar sig mot att undersöka sorgen och de sörjandes blogg användning. En studie som skulle vara av relevans i ett senmodernt samhälle med socialpsykologisk utgångspunkt skulle vara att jämföra bloggans terapeutiska syfte med traditionell psykoterapi. Det vore intressant med en studie som har som syfte att undersöka hur förlusten av ett barn påverkar föräldrars identitet, vilket är en aspekt som gjort sig ständigt påmind i vårt arbete.

10. Referenslista

Böcker

- Alvesson, M. Sköldböck, K (2008) *Tolkning och reflektion- vetenskapsfilosofi och kvalitativ metod*, Studentlitteratur AB, Lund
- Antonovsky, A (2005) *Hälsans mysterium*, Bokförlaget Natur och Kultur, Köping
- Bauman. Z (2008) *Konsumtionsliv*, Bokförlaget Daidalos AB, Göteborg
- Birkler. J, (2008), *Vetenskapsteori – en grundbok*, Liber AB, Stockholm
- Björklund. L, Gyllensvärd. G, (2009), *Vägar i sorgen*. Natur och Kultur, Stockholm
- Bryman. A, (2002), *Samhällsvetenskapliga metoder*, Liber AB, Malmö
- Dag och Natt, S (2012) *Den bloggande patienten- Hur påverkas patient, anhörig och vård?.* Gothia förlag, Göteborg
- Dalberg, K. Dalhberg, H. Nyström, M. (2001) *Reflektive lifeworld research*, Studentlitteratur, Lund
- Dyregrov, A, Dyregrov, K (2008) *Det sociala nätverkets stöd vid plötslig död – när livet måste gå vidare*, Studentlitteratur: Lund
- Fyhr. G, (2003) *Hur man möter människor i sorg*. Natur och Kultur, Stockholm
- Giddens, A, (1999) *Modernitet och självidentitet- självet och samhället i den senmoderna epoken*, Bokförlaget Daidalos AB, Göteborg
- Hermerén, G (1996) *Kunskapens pris-Forskningsetiska problem och principer i humaniora och samhällsvetenskap*, Tryckeri AB Federativ, Stockholm
- James. J W, Friedman. R, (2003) *Sorgbearbetning*. Grahn's Tryckeri AB, Lund
- Kallenberg. K, Larsson. G, (2004) *Människans hälsa - livsåskådning och personlighet*, Bokförlaget Natur och kultur, Stockholm
- Kvale. S, Brinkmann. S (2009) *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Studentlitteratur AB, Lund
- Langemar. P, (2008), *Kvalitativ forskningsmetod i psykologi – att låta en värld öppna sig*. Liber AB, Stockholm
- Lazarus, Richard S, Folkman, Susan (1984): *Stress, Appraisal, and Coping*. Springer Publishing Company, New York.
- Nilsson, B, (2002) *Vad betyder känsla av sammanhang i våra liv? – Aspekter på stabilitet, kön, hälsa och psykosociala faktorer*. Solfjäders Offset AB, Umeå
- Patton. M Q (2002) *Qualitative research & evaluation methods*, Sage publications s. 230-246, London
- Sarafino, E, P (2008) *Health psychology: biopsychosocial interaktions*. Wiley: San Francisco.

Ödman. P-J, (2004) *Hermeneutik och forskningspraktik*. I Gustavsson, B. (red.), Kunskapande metoder inom samhällsvetenskapen. 3:e upplagan, Studentlitteratur, Lund

Ödman. P-J, (2007), *Tolkning, förståelse, vetande-hermeneutik i teori och praktik*, Norstedts akademiska förlag, Stockholm

Rapporter

Lindström. B, (1998) Antonovsky och salutogenesen i den postmoderna folkhälsovetenskapen. I Kumlin, T (red), *Känsla av sammanhang i teori, empiri och kritik*. Rapport 98:9, Forskningsnämnden, Ord & Form AB, Uppsala

Artiklar

Arnold. J, Buschman Gemma. P (2008) The continuing process of parental grief, *Death studies*, 32: s. 658-673.

Barrera. M, O'Connor. K, Mammone D'Agostino. N, Spencer. L, Nicholas. D, Jovcevska. V, Tallet. S, Schneiderman. G, (2009) Early parental adjustment and bereavement after childhood cancer death, *Death studies*, 33: s.497-520.

Bosticco. C & Thompson. T L, (2005) *Narratives and storytelling in coping with grief and bereavement*, *Omega*, Vol.51 (1) 1-16.

Degroot. J M, & Carmack. H J, (2013) "It may not be pretty, but it's honest": Examining parental grief on the Callapitter blog. *Death studies*, 37: s.448-466.

Keesee. N J, Currier. J M, Neimeyer. R A, (2008) Predictors of grief following the death of one's child: The contribution of finding meaning, *Journal of clinical psychology*, Vol. 64(10), s. 1145-1163.

Laakso. H & Paunonen-Ilmonen. M (2002) Mothers' experience of social support following the death of a child, *Journal of clinical nursing*, 11: s. 176-185.

Lichtenthal. W G, Neimeyer. R A, Currier J M, Roberts K, Jordan N, (2013) Cause of death and the quest for meaning after the loss of a child. *Death studies*, 37:s. 311-342.

Reilly. D E, Huws. J C, Hastings. R P, Vaughan. F L (2008) "When your child dies you don't belong in that world any more"- Experiences of mothers whose child with an intellectual disability has died, *Journal of applied research in intellectual disabilities*, 21, s. 546-560.

Rogers. C H, Floyd. F I, Mailick Seltzer. M, Greenberg. J, Hong. J (2008) Long-term effects of the death of a child on parents' adjustment in midlife, *Journal of family psychology*, vol. 22, no 2, s. 203-211.

Wheeler. I (2001) Parental bereavement: The crisis of meaning, *Death studies*, 25: s. 51-66.

Internetkällor

[http://www.ne.se/lang/blogg, 130522](http://www.ne.se/lang/blogg,130522)

[http://www.ne.se/lang/sorg, 130522](http://www.ne.se/lang/sorg,130522)