



**LUNDS**  
UNIVERSITET

Institutionen för psykologi

## **Att uppleva en graviditet**

**En intervjustudie om kvinnor och mäns upplevelse av en första  
graviditet och deras funderingar inför det kommande  
föräldrskapet.**

Maja Bång och Stina Ekblad

Psykologexamensuppsats

Handledare: Pirjo Birgerstam

Examinator: Roger Sages

2008-11-21

## Sammanfattning

Studien syftade till att undersöka hur gravida förstagångsföräldrar i tredje trimestern upplever sin graviditet och det kommande föräldraskapet, utifrån kvinnan och mannens perspektiv. Studien hade ett fenomenologiskt förhållningssätt och ett kvalitativt tillvägagångssätt i form av semistrukturerade intervjuer. Analysunderlaget utgjordes av 14 intervjuer med blivande föräldrar och barnmorskor. Resultatet av analysen visade fem huvudområden: *Förhållandet till den gravida kroppen* (tankar och känslor inför kroppens förändring, förlossningen, bärandet av fostret), *Förhållandet till det blivande barnet* (känslor och kommunikation med fostret, föreställningar om barnet), *Förhållandet till den kommande föräldraidentiteten* (tankar kring föräldraskapet, förebilder, skapandet av föräldraidentiteten), *Förhållandet till parrelationen* (graviditeten och föräldraskapets påverkan på relationen, partnernas rollfördelning), *Förhållandet mellan föräldra- och yrkesidentitet* (balansen mellan föräldrarollen och yrkesidentiteten). I en slutdiskussion föreslås vidare forskningsfrågor.

*Nyckelord:* faderskap, fenomenologisk ansats, förlossning, föräldrablivande, föräldraidentitet, föräldraskap, gravida kroppen, graviditet, moderskap, parrelation, prenatal anknytning, yrkesidentitet.

## Abstract

The study's purpose was to explore first time pregnant women and men's experiences of pregnancy and future parenthood, in the third trimester. A phenomenological approach and a qualitative method; semi-structured interviews, were used. The result of the analysis (based on 14 interviews with women, men and midwives) showed five main categories: *Feelings towards the pregnant body* (the changing body, childbirth, carrying the foetus), *Relationship to the future child* (feelings for and communication with the foetus, fantasies about the future child), *Transition to parenthood* (parental identity, role models), *Thoughts and feelings about the partner relationship* (pregnancy's influence on the couple, roletaking), *Relation between parental and work identity* (balance between work and family). A final discussion concludes with new research questions.

*Keywords:* childbirth, maternal identity, maternity, parental identity, parenthood, partner relationship, paternity, paternal identity, phenomenological research, pregnancy, pregnant body, transition to parenthood, work identity.

Den här uppsatsen är resultatet av en intervjustudie av gravida förstagångsföräldrar och barnmorskor som möter denna grupp. Vår nyfikenhet inför graviditeten grundar sig i ett stort intresse för barn och deras familjer och en fascination över processen som ett blivande föräldrapar går igenom. Vi har båda arbetat med barn och deras familjer innan och under utbildningen. Vår tro på vikten av ett förebyggande arbete med barn och familjer har gjort oss intresserade av vad det blivande föräldraparet går igenom redan under graviditeten.

För att förmedla vår egen entusiasm över föräldrablivande vill vi framhäva ett utdrag ur en av de gravida kvinnornas intervjuer:

*Det är en sån bra idé. Det är så bra uttänkt liksom. Man tar någon som man tycker väldigt mycket om och blandar med sig själv. Så blir det en liten söt sak. Det är väldigt kul tänker jag. Det ska bli väldigt spännande att se vad det är för någon.*

Vi vill tacka Er, gravida förstagångsföräldrar, som osjälviskt valde att dela er upplevelse med oss. Vi önskar er lycka till!

Tack även till Er, barnmorskor, som ställde upp på intervjuer och Ni som hjälpte oss att få tag på informanter.

Vi vill också betona hur betydelsefull vår handledare, Pirjo Birgerstam, varit för oss i arbetet med denna examensuppsats. Tack för att Din dörr alltid har stått öppen och för att Du har guidat oss i den kvalitativa metodens mystiska värld!

Tack också till nära och kära som stöttat oss på vår väg.

## INNEHÅLLSFÖRTECKNING

INLEDNING.....	8
Syfte.....	9
METOD.....	10
Metodval.....	10
Förfarande och intervjuer .....	10
Informantgrupp 1 och 2: De blivande mammorna och papporna.....	11
<i>Urvalskriterier</i> .....	11
<i>Förfarande</i> .....	11
<i>Intervjuagenda</i> .....	12
Informantgrupp 3: Barnmorskorna.....	13
<i>Urvalskriterier</i> .....	13
<i>Förfarande</i> .....	13
<i>Intervjuagenda</i> .....	13
Etiska ställningstaganden .....	14
Intervjuare.....	14
Analys.....	14
<i>Analysunderlag och bortfall</i> .....	14
<i>Analysförfarande</i> .....	15
RESULTAT OCH TEORETISK REFLEKTION.....	17
Förhållandet till den gravida kroppen - Resultat .....	18
<i>Kroppens förändring och dess betydelse för förståelsen</i> .....	18

<i>Kroppen som bärare av barnet</i> .....	19
<i>Föreställningar om kroppen vid förlossningen</i> .....	20
Förhållandet till den gravida kroppen – Teoretisk reflektion .....	22
Förhållandet till det blivande barnet - Resultat .....	24
<i>Känslor för fostret</i> .....	25
<i>Kommunikation med fostret</i> .....	26
<i>Föreställningar om det blivande barnet</i> .....	28
Förhållandet till det blivande barnet – Teoretisk reflektion .....	29
Förhållandet till den kommande föräldraidentiteten - Resultat .....	32
<i>Beslutet att skaffa barn och förberedelser inför föräldraskapet</i> .....	32
<i>Föreställningar om första tiden som förälder</i> .....	34
<i>Tankar och känslor inför det gemensamma föräldraskapet med partnern</i> .....	36
<i>Tankar och känslor inför den egna mamma- respektive pappanrollen</i> .....	37
<i>Den egna barndomen och förebilder inför föräldraskapet</i> .....	38
Förhållandet till den kommande föräldraidentiteten – Teoretisk reflektion.....	40
Förhållandet till parrelationen - Resultat .....	44
<i>Beslutet att skaffa barn</i> .....	44
<i>Graviditetens påverkan på relationen</i> .....	45
<i>Stödet från partnern</i> .....	46
<i>Föreställningar om parrelationens förändring</i> .....	47
Förhållandet till parrelationen – Teoretisk reflektion .....	48
Förhållandet mellan föräldra- och yrkesidentiteten – Resultat.....	51
<i>Yrkeslivet under graviditeten</i> .....	51
<i>Tankar kring föräldraledighet</i> .....	52
Förhållandet mellan föräldra- och yrkesidentiteten – Teoretisk reflektion .....	54

SLUTDISKUSSION .....	56
Styrkor och begränsningar i studien .....	59
Förslag på vidare forskning .....	62
REFERENSLISTA.....	66
Bilaga 1.....	70

Att bli förälder är en av de mest naturliga men också största händelserna i en människas liv där själva graviditeten utgör startsträckan inför den nya livssituationen. Det är för många en omvälvande och förväntansfull period där nya funderingar aktualiseras och saker och ting sätts på sin spets. Graviditeten är även en förberedande fas där en identitetsutveckling inför föräldrarollen inleds (Stern, 1999). Denna examensuppsats syftar till att undersöka hur gravida förstagångsföräldrar i dagens Sverige upplever sin graviditet och deras tankar kring det kommande föräldraskapet.

Synen på graviditeten och föräldraskapet har förändrats från att ha framställts som en kris (LeMasters, 1957) till att senare forskning presenterar föräldraskapet i mer positiva ordalag som en normal utveckling och anpassningsprocess (Miller & Sollie, 1980). Den tekniska utvecklingen som skett de senaste seklerna har gett ny kunskap kring fostrets utveckling, dess perceptionsförmåga och även ultraljudsbilder har tydligt påverkat synen på graviditetens betydelse och närheten till fostret (Plantin, 2001). Exempelvis vet vi idag när fostret kan höra och att det nyfödda barnet kan känna igen sina föräldrars röster (Shaw & Paul, 1985, i White, Wilson, Elander & Persson, 1999).

Graviditeten är en mycket viktig tid för att anpassa sig till den nya identitet som väntar i och med föräldraskapet. Forskning visar att modersrollen till stor del skapas redan under graviditeten och att detta mentala arbete är en förberedande fas som sedan fortsätter efter att barnet är fött (Stern, 1999). Utifrån ett psykologiskt perspektiv är det därför intressant att se hur dagens blivande mammor berättar kring sin graviditet och sitt föräldraskap och även undersöka den blivande pappans process. Den biologiska skillnaden att kvinnan bär fostret och genomgår en fysisk förändring ger kvinnan och mannen olika utgångspunkter för att uppleva graviditeten och förbereda sig för föräldraskapet. Detta motiverar denna studies strävan att belysa både mannens och kvinnans perspektiv och de likheter och skillnader som kan finnas.

I Sverige idag har det enskilda paret i större utsträckning än förr möjlighet att själva välja när och om de vill skaffa barn. Även socialpolitiska beslut har påverkat föräldrarollerna. Exempelvis har den förändrade föräldraförsäkringen, i form av tre öronmärkta pappamånader, skapat möjligheter för både mammor och pappor att båda vara delaktiga under



barnets första år. Likaså har det alltmer självklara utnyttjandet av barnomsorg gett möjlighet till båda föräldrarna att kombinera familjeliv med yrkesarbete. Denna familjebild med ett delat ansvar kring både försörjning, hem och familj är en relativt ny företeelse (Plantin, 2001). Samhällsutvecklingen möjliggör således skapandet av nya mamma- och papparoller. Att dessa roller kontinuerligt förändras och omformuleras innebär också att nya frågor och orosområden aktualiseras. Hur detta uttrycks hos blivande föräldrar idag och de hindrande och stödjande faktorer som kan finnas, eftersträvas att undersökas i denna studie. Ökad kunskap kring detta kan på sikt bidra till nya infallsvinklar i det professionella bemötandet av blivande mammor och pappor idag, så att oro och risker fångas upp, under den viktiga förberedelsestid som graviditeten utgör.

### Syfte

Den här studien syftar till att undersöka blivande föräldrars upplevelser av graviditeten och det kommande föräldraskapet utifrån ett psykologiskt perspektiv. För att komplettera och ge en bredd till materialet kommer även barnmorskors erfarenhet av att möta blivande föräldrar undersökas. Denna sammanlagda bild syftar till att problematisera aspekter av graviditeten och föräldrablivandet och generera nya frågeställningar.

## METOD

I detta avsnitt redogörs för studiens metod, tillvägagångssätt för att samla in material, urvalskriterier, samt studiens deltagare och etiska ställningstaganden. Avslutningsvis presenteras analysförfarandet.

### Metodval

Syftet med studien var att undersöka gravida förstagångsföräldrars upplevelser av graviditeten och tankar inför kommande föräldraskap. Avsikten var att göra en bred explorativ studie som snarare problematiserar och genererar hypoteser än ger ett svar på en given hypotes. För detta ändamål valdes ett fenomenologiskt förhållningssätt, vilket lämpar sig för att studera hur en viss grupp människor upplever ett fenomen i en viss kontext (Willig, 2001). Syftet var att studera personernas livsvärld, dvs. de vardagliga erfarenheter som personerna upplever och förhåller sig till (Allwood & Erikson, 1999, Kvale, 1997). Den metod som valdes för att samla information var en kvalitativ forskningsintervju, då det ger en möjlighet att undersöka hur livsvärlden gestaltar sig i vardagslivet på ett förutsättningslöst sätt. Vidare valdes en semistrukturerad intervjuform där en intervjuagenda med en rad teman låg till grund för intervjun. På så sätt skapades en medveten bredd i materialet samtidigt som det var möjligt att följa intervjupersonens berättelse och anpassa intervjun efter denne (Kvale, 1997, Willig, 2001).

### Förfarande och intervjuer

För att uppnå studiens syfte valdes tre informantgrupper; dels blivande föräldrar, dvs. både män respektive kvinnor som väntade barn, dels barnmorskor som arbetar med gravida föräldrar på barnmorskemottagningar. Intervjuerna med barnmorskorna syftade till att ge ett kompletterande perspektiv. Eftersom urvalsförfarandet och intervjuerna såg olika ut för de olika grupperna kommer dessa beskrivas separat nedan.

## Informantgrupp 1 och 2: De blivande mammorna och papporna

### *Urvalskriterier*

De informanter som ansågs kunna ha den kunskap som kunde uppfylla syftet med studien var gravida förstagångsföräldrar i graviditetsvecka 30-40. Urvalskriterierna sattes upp för att informanterna inte skulle ha tidigare erfarenhet av graviditet och föräldraskap och begränsningen till graviditetsvecka 30-40 för att tankar kring barnet och föräldraskap skulle ha aktualiserats (Brodén, 2004). På grund av svårighet med att hitta informanter utvidgades detta kriterium efter hand till graviditetsvecka 26-40. Par bestående av en man och en kvinna som båda var intresserade av att delta i var sin separat intervju söktes.

### *Förfarande*

För att få tag på informanter för studien författades ett informationsblad (se bilaga 1) där studien kortfattat presenterades. Detta informationsblad lämnades ut till barnmorskemottagningar, där det dels hängdes upp på anslagstavlor och dels delades ut till en del blivande föräldrar via barnmorskor. Utöver detta sätt att skaffa informanter sattes samma informationsblad upp på andra anslagstavlor där gravida möjligen kunde finnas. Kort information om studien lämnades också muntligen vid en föreläsning för blivande föräldrar och en föräldragrupp. Informationsbladet mailades även ut till studenter på universitet. Av de fem par som intervjuades rekryterades ett via barnmorska, två via muntlig information vid föreläsning och två via bekanta till författarna. De intresserade paren hörde av sig via telefon eller mail och informerades då ytterligare om hur intervjuerna skulle gå till, att de skulle spelas in och att de skulle vara anonyma. Intervjuerna utfördes separat med kvinnan respektive mannen och varade mellan 45 minuter och 90 minuter beroende på informantens berättelse. Eftersom två samtalsledare fanns kunde intervjuer utföras samtidigt med både mannen och kvinnan i paret vilket gjordes för fyra av fem par. Samtalsledarna turades om att intervjua mannen respektive kvinnan ur de olika paren för att minska risken för påverkan genom personlig stil. Platsen för intervjuerna var informanternas hem, arbetsplatser respektive universitetets lokaler beroende på vad som passade bäst för det enskilda paret.

### *Intervjuagenda*

Inför intervjuerna med de blivande föräldrarna utarbetades en intervjuagenda med fem teman som antogs vara relevanta för att få en uppfattning om informanternas livsvärld med fokus på psykologiskt relevanta aspekter:

*Jag själv* – Detta område avsåg täcka av identitetsutvecklingen, förväntningar inför föräldrarollen och tankar utifrån egen barndom.

*Barnet* – Under detta tema avsågs att prata kring tankar och känslor för fostret och det blivande barnet.

*Parrelationen* – Syftet med det här området var att prata kring partnerskapet, graviditetens påverkan på parrelationen och tankar kring ett gemensamt föräldraskap.

*Människor omkring* – Området syftade till att undersöka intervjupersonernas uppfattning av människor omkring dem i relation till graviditeten och det blivande föräldraskapet, med fokus på rollmodeller och förebilder.

*Arbetsliv & Fritid* – Detta område avsågs undersöka personernas upplevelse av arbetslivet och fritiden under graviditeten, samt föreställningar om hur dessa kommer att påverkas. Här undersöktes även planering och förberedelser inför livet som förälder.

*Professionella kontakter* – Under detta tema avsågs prata kring de upplevelser de blivande föräldrarna hade erfarit med professionella kontakter.

Ovanstående teman utgjorde endast en grund för intervjuerna, för att undersöka individens livsvärld ur olika perspektiv. Trots att dessa teman utgjorde en bas eftersträvades ett förutsättningslöst förhållningssätt i intervjun, där målet var ett spontant berättande d.v.s. att i största möjliga mån följa informanternas berättelse och utforma frågor och följdfrågor efter hand och utifrån intresse. Informanterna informerades om detta inför intervjun och ombads i slutet av intervjun att fundera kring fler tankar och upplevelser som de ansåg vara av vikt.

Sammantaget utfördes 10 intervjuer med blivande föräldrar; fem kvinnor och fem män. Informanterna var i åldrarna 28 till 32 år och var vid tiden för intervjun i graviditetsvecka 26 till 38. Samtliga par var sammanboende varav två var gifta och längden för de olika parrelationerna varierade mellan ca 1.5 år upp till 11 år. Nio informanter var huvudsakligen yrkesarbetare medan en hade universitetsstudier som främsta sysselsättning.

### Informantgrupp 3: Barnmorskorna

#### *Urvalskriterier*

För att vidga bilden av gravida förstagångsföräldrars upplevelser togs även beslutet att intervjua sex stycken barnmorskor. Förhoppningen var att få ett bredare perspektiv på hur det kan vara att bli förälder idag utifrån att barnmorskor följer många gravida par under graviditeten. Några övriga urvalskriterier än att till yrket vara barnmorska och att de skulle arbeta på en barnmorskemottagning fanns inte.

#### *Förfarande*

Inledningsvis kontaktades regionschefen för barnmorskemottagningarna för godkännande att utnyttja barnmorskemottagningarna i studiens syfte, vilket medgavs. Barnmorskor kontaktades sedan via telefon eller via mail och förfrågades om de ville delta i en intervju om gravida förstagångsföräldrar och deras upplevelser. Informationsbladet som skulle användas för att rekrytera de blivande föräldrarna bifogades via mailkontakt. Intervjuerna med barnmorskorna varade i 30-60 minuter. Samtliga intervjuer utfördes på barnmorskornas arbetsplatser.

#### *Intervjuagenda*

Även i intervjuerna med barnmorskorna användes en intervjuagenda med olika teman:

*Det gravida paret* – Detta område avsågs täcka barnmorskemottagningens möte med det gravida paret och hur paret följs under graviditeten. Syftet var även att framhäva vad som är viktigt, betydelsefullt samt orosområden för de blivande föräldrarna och att undersöka om en eventuell skillnad upplevdes mellan männen och kvinnorna.

*Samhällsutveckling* – Syftet med detta var att undersöka barnmorskornas uppfattning av gravida par idag på ett generellt plan, och om möjligt i jämförelse med tidigare generationer.

Liksom vid intervjuerna med de blivande föräldrarna användes denna intervjuagenda främst som en grund och ett så spontant berättande som möjligt eftersträvades.

Sammanlagt intervjuades sex barnmorskor som alla arbetade på olika barnmorskemottagningar. Barnmorskorna hade utövat yrket mellan 1,5 och 31 år.

## Etiska ställningstaganden

Genomgående i studien har hänsyn tagits till de forskningsetiska principer som Vetenskapsrådet (2002) fastställt. Samtliga informanter har på eget initiativ valt att delta i studien. Information om intervjuernas förfarande, dvs. syfte och inspelning, har delgetts informanterna och samtycke har givits, vilket uppfyller de forskningsetiska principerna om samtycke- och informationskrav. I enlighet med konfidentialitetskravet har informanterna upplysts om att intervjuerna kommer att avidentifieras. Delar av intervjumaterialet har i efterhand exkluderats på informanternas begäran, t.ex. speciella omständigheter som gör att intervjupersonen kunde identifieras. Slutligen kommer intervjumaterialet endast användas för denna studie, vilket stämmer överens med nyttjandekravet, som är den fjärde principen i Vetenskapsrådets forskningsetiska principer.

## Intervjuare

Intervjuerna genomfördes av uppsatsförfattarna, som båda är i slutskedet av utbildningen till psykolog och därmed har stor erfarenhet av intervjuer och samtal. Författarna är båda kvinnor, 25 och 26 år gamla, utan egna barn. Båda har personer i sin närhet som nyligen blivit föräldrar och den ena författaren har även varit psykologkandidat inom mödrahälsovården.

## Analys

### *Analysunderlag och bortfall*

Samtliga intervjuer spelades in, men på grund av tekniska missöden kunde enbart fyra av fem intervjuer med männen och fem av sex barnmorskeintervjuer transkriberas. Sammanlagt bestod analysunderlaget av 14 intervjuer: 4 män, 5 kvinnor och 5 barnmorskor.

### *Analysförfarande*

I bearbetningen av materialet togs inspiration av Birgerstams (2000) fenomenologiska analysförfarande. Utifrån denna har en egen stegmodell utvecklats som anpassats till just detta material. Stegmodellen presenteras i korthet nedan:

*Steg I:* Intervjuerna transkriberades ordagrant i sin helhet av samtalsledaren för respektive intervju. Varje intervju försågs med en kod som visar på informantgrupp (M: mamma, P: pappa, B: barnmorska) och ordning, exempelvis barnmorskeintervjuerna: BA, BB, BC osv.

*Steg II:* Den transkriberade intervjun delades sedan in i betydelseenheter. Kriteriet för en betydelseenhet var en innehållsmässigt naturlig avgränsning i form av en tanke eller ett tema. Betydelseenheterna varierade i längd från några ord upp till en längre berättelse och försågs med kod och nummer exempelvis BA.1, BA.2 osv. (Se *Figur 1* nedan)

*Steg III:* Varje betydelseenhet sammanfattades kortfattat i en betydelsekärna i anslutning till betydelseenheten och försågs med samma kod och nummer.

*Steg IV:* För varje betydelsekärna formulerades nyckelord som visade essensen i betydelseenheten. Nyckelorden skrevs bredvid betydelsekärnan.

<b>Betydelseenhet</b> ( <i>Steg II</i> )	<b>Betydelsekärna</b> ( <i>Steg III</i> )	<b>Nyckelord</b> ( <i>Steg IV</i> )
(BA.38) Men då pratar vi om att det är också ett sätt att förbereda sig för att bli pappa. Att bo ordentligt. Och jobba mycket för att tjäna pengar så man kan försörja sin familj och då inser de att "okej, vi gör på olika sätt". Och så kan vi skratta och säga att du får väl säga till honom att vara lite med dig ibland."Jojo, men jag vill ju gärna ha det färdigt". Vi tar upp det flera gånger under graviditeten och vet jag om att de håller på och bygger eller bygger om eller så	(BA.38) Mannens boande kan vara ett sätt att förbereda sig på att bli pappa.	Mannens förberedelse

*Figur 1.* Exempel på analysförfarande *Steg II-IV.*

*Steg V:* Inom varje informantgrupp grovsorterades betydelseenheterna från samtliga intervjuer in under övergripande kategorier som författarna ansåg framträda ur materialet, exempelvis skulle betydelseenheten i *Figur 1* komma att hamna under den mer generella kategorin "förberedelser".

*Steg VI:* Utifrån materialet i varje övergripande kategori delades betydelseenheter sedan in i mindre kategorier och strukturer, exempelvis skulle betydelseenheten ovan komma att hamna i den mindre kategorin ”praktisk förberedelse, man”. Betydelseenheter som vid närmare eftertanke snarare tycktes tillhöra en annan övergripande kategori flyttades i detta skede dit. Under detta arbete förändrades strukturen och de mindre kategorierna efter hand som processen fortlöpte och komplexiteten i materialet framträdde.

*Steg VII:* Samtliga mindre kategorier från de tre informantgrupperna överblickades i sin helhet. Likheter, mönster, variationer och avvikelser i materialet uppmärksammades. Utifrån hela materialet integrerades de mindre kategorierna i en slutgiltig hierarkisk struktur med huvudområden och underrubriker.

*Steg VIII:* De funna mönstren från studien sattes i relation till relevanta andra studier och teorier för att undersöka likheter och skillnader och därigenom öka generaliserbarheten av studien.



## RESULTAT OCH TEORETISK REFLEKTION

Under den kvalitativa analysen av intervjumaterialet framträdde fem huvudområden som ansågs fånga de blivande föräldrarnas upplevelser. Samtliga huvudområden utgjordes av olika förhållningssätt till sig själv och till sin omvärld. Första området *Förhållandet till den gravida kroppen*, handlar om kroppens förändring under graviditeten och hur kroppen påverkar kvinnan respektive mannen. Även tankar kring kroppen som bärare av fostret och funderingar kring den kommande förlossningen tas upp. *Förhållandet till det blivande barnet* är nästa huvudområde, där känslor för och kommunikation med fostret liksom föreställningar om det blivande barnet är centrala. Huvudområdet *Förhållandet till föräldraidentiteten* omfattar föreställningar kring föräldraskapet. Informanternas tankar kring förebilder, egen barndom, uppfostran och synen på sig själv som förälder beskrivs. Ett annat stort område som kom fram i analysen av materialet är graviditetens påverkan på parrelationen, rollfördelning och tankar kring relationens framtida utveckling, vilket presenteras under rubriken *Förhållandet till parrelationen*. Det sista huvudområdet *Förhållandet mellan föräldra- och yrkesidentitet* behandlar informanternas tankar om en balans mellan föräldraroll och yrkesidentitet, föräldraledighet och havandeskapspenning.

Intervjuerna med kvinnorna, männen och barnmorskorna är integrerade i presentationen av resultatet. Denna sammanställning används för att underlätta förståelsen av de huvudområden som framkom och tydligt beskriva de fenomen som framträdde ur olika synvinklar. Endast de områden som ansågs vara intressanta ur ett psykologiskt perspektiv kommer presenteras. Eftersom syftet var att bättre förstå de blivande föräldrarnas upplevelser användes materialet från barnmorskeintervjuerna endast i kompletterande syfte. Inom varje område beskrivs både övergripande mönster och förekommande variationer och eventuella avvikelser. Mönster och variationer konkretiseras och exemplifieras med utdrag ur intervjuerna som är varligt omvandlade från talspråk till skriftspråk.

Efter varje huvudområde följer en teoretisk reflektion för att knyta resultaten till existerande teorier och annan forskning, upptäcka likheter och olikheter, liksom öka förståelsen för materialet. Den teoretiska reflektionen syftar även till att visa på tendenser som tillsammans med andra studier med liknande resultat kan ge resultaten en viss generaliserbarhet. Eventuella nya hypoteser och frågeställningar kommer att presenteras och sedan diskuteras i en övergripande slutdiskussionen. Detta upplägg har valts för att tydligt knyta an teorin till varje område, undvika upprepningar och underlätta för läsaren i förståelsen av materialet.

## Förhållandet till den gravida kroppen - Resultat

Under intervjuerna med de blivande mammorna kom den gravida kroppen att hamna i fokus på många sätt, vilket dock inte var lika framträdande i intervjuerna med de blivande papporna. Förhållandet till den gravida kroppens förändring, kroppen som bärare av barnet och tankar och känslor inför förlossning är saker som upplevs som centrala av de blivande föräldrarna.

### *Kroppens förändring och dess betydelse för förståelsen*

Hur kroppen förändras och vad det innebär fysiskt och känslomässigt i relation till de gravida kvinnorna och männens känslor inför graviditeten tar flera av informanterna upp. Flera kvinnor beskriver att de under första månaderna i graviditeten har känt sig mycket illamående. Denna negativa fysiska känsla gjorde bland annat att det var svårare att uppfatta graviditeten och det kommande barnet som något positivt och vissa kvinnor upplever det som en förlust av kontroll över sin kropp. Kvinnorna beskriver också att de har gått igenom olika perioder av fysiskt och psykiskt mående under sin graviditet.

*Så fort illamåendet släppte då kom sen åtminstone tre månader som var det bästa jag har varit med om. För då hade jag både förstått och jag mådde väldigt bra [fysiskt].*

Männen pratar väldigt lite om sin upplevelse och sina känslor inför partners kropp som gravid men som blivande pappa kan man tycka att det är svårt att ta till sig beskedet om graviditeten i och med att det kommer plötsligt och att man rent kroppsligen inte kan se någon förändring hos sin partner.

*Man såg ju inget, man märker ingen skillnad. Så det är alltid svårt att greppa. Så kommer det [beskedet] ju som en chock, men en rolig chock.*

En mamma liknar graviditeten vid en livskris och menar att de nio månader som graviditeten varar antagligen har en viktig funktion vad det gäller för förberedelse för föräldraskapet och barnets ankomst.

*Just det här chocktillståndet i början och sen kunna ta det till sig och glädjas och vara ganska nöjd med sin mage. Och sen på slutet när man liksom känner för helvete vad tungt det är. Det är nog meningen också att man ska bli ganska trött på det till slut.*

### *Kroppen som bärare av barnet*

Känslor inför den gravida kroppen som en bärare av fostret och vad det innebär tar flera av kvinnorna och männen upp i intervjuerna. Både kvinnorna och männen beskriver lyckokänslor kring graviditeten och vad den innebär. Det uttrycks en fascination av vad den egna eller partners kropp kan göra och en glädje över att graviditeten har gått så bra. Synen på den egna kroppen var något som de havande kvinnorna pratade om. Exempel på det är hur förhållandet till kroppen kan komma att ändras under graviditeten i takt med att man märker att den fungerar som bärare av fostret eller att man under graviditetens gång upplever minskad oro kring hur kroppen rent utseendemässigt påverkas under graviditeten. En naturlig inställning till hur kroppens storlek förändras i takt med att fostret blir större verkar finnas. En kvinna uttrycker också att hennes bild av sig själv förändrats i och med att hennes kropp kan skapa ett barn.

*Jag ser nog annorlunda på mig själv också för att jag gör något som inte han kan. Eftersom jag bär barnet som inte han kan.*

De blivande papporna beskriver att det är svårt att känna att de inte kan dela ansvaret under graviditeten med sin partner, att de skulle vilja bära lika stor del av bördan. Likaså känner vissa av kvinnorna sig väldigt ensamma i sin graviditet, att fysiskt och psykiskt bära ansvaret själv innebär också att bära skulden själv om något skulle hända med barnet. I detta sammanhang kan kontakten med barnmorskan ibland upplevas som förmanande och skuldbeläggande.

*Det finns instruktioner om vad man ska göra och vad man inte ska göra [...] och jag känner mig väldigt ansvarstygnd på något sätt.*

Flera av de blivande mammorna och papporna beskriver också olika känslor och orosområden som mer tydligt har att göra med deras egna historia fram till graviditeten. Exempel på det är ett av paren som länge försökt få barn och hade en lång väg kantad av längtan och besvikelser och blev till slut gravida genom provrörsbefruktning. Den blivande mamman beskriver hur hon lade skulden på sig själv och upplevde att även samhället och personer i deras närhet gjorde samma sak. Ett annat exempel är ett av paren som tidigare varit med om ett missfall, vilket till en början skapade stor oro över graviditeten och funderingar kring den egna påverkan på fostret.

### *Föreställningar om kroppen vid förlossningen*

Både farhågor och positiva föreställningar kring den kommande förlossningen uttryckts av de blivande föräldrarna. I intervjuerna är det väldigt tydligt att kvinnorna har mer fokus på förlossningen än männen och många av tankarna och känslorna handlar om hur man kommer reagera kroppsligen eller mentalt. Speciellt en mamma beskriver att hon fått fler och fler tankar kring förlossningen i slutet av graviditeten trots att hon tidigare inte trodde att det skulle bli så tydligt. Barnmorskorna upplever i kontakten med föräldraparen att de verkar ha väldigt svårt att ta till sig de diskussioner kring det kommande föräldraskapet som barnmorskan ibland försöker aktivera. De beskriver att paren, speciellt de blivande mammorna, är så fokuserade på förlossningen att all deras energi går åt till det och att de upplevs ha svårt för att föreställa sig tiden efteråt.

En blivande pappa ser fram emot att se sin partners reaktioner under förlossningen medan en annan beskriver att han är orolig för sin partner och hur hon ska klara förlossningen. Det är också väldigt individuellt vad förberedelser inför förlossningen kan ge. Flera män och kvinnor beskriver att de inte vill förbereda sig för mycket utan ta förlossningen som den kommer då de ändå inte kan veta hur förloppet kommer se ut.

*Även om vi tränar på massage och andning och så, så kommer det att vara något helt annat väl på plats. Antingen så går det på en kvart och är bara över eller så blir det värsta utdragna som slutar med ett kejsarsnitt*

Andra beskriver istället att de gärna skulle vilja veta mer exakt och tycker att det är jobbigt att allt är så individuellt. Att ha en exakt lista med vad som ska göras, när och hur, efterlyses av en blivande pappa. Att inte längta efter förlossningen finns resresenterat i intervjuerna likväl som att vissa av männen uttrycker en längtan efter den. Barnmorskorna tänker att det är viktigt att låta de blivande papporna prata om sin oro och sina tankar inför förlossningen i föräldragrupperna. Vissa av de blivande papporna tycker att det varit givande att få mer kunskap om förlossningen och kroppens förändring, samtidigt som vissa känner dåligt samvete över att de under föräldragrupperna inte har så många frågor att ställa kring förlossningen.

De blivande mammorna berättelser om tankarna inför förlossningen är mer mångfasetterade än männens. Många berättelser visar på en ambivalens, en skräckblandad förtjusning inför det ögonblick då deras liv kommer förändras så radikalt. De är nyfikna på förlossningen och dess

förlopp. Flera förhåller sig väldigt naturligt till förlossningen och ser fram emot att få uppleva det som så många andra kvinnor har upplevt. En blivande mamma beskriver sin positiva inställning:

*Men jag kan nästan bara se det positivt, jag är väldigt nyfiken på hur det ska kännas, alltså hur jag ska klara det. Jag bara tar för givet att jag ska klara det.*

Barnmorskorna beskriver att förlossningen ofta går som allra smidigast och bäst för dessa kvinnor som inte känner så mycket oro och stress inför förlossningen. Men många av de blivande mammorna har en stor oro kring förlossningen. En upplevelse av att det är svårt att förbereda sig inför förlossningen och också att för mycket förberedelse eller kunskap kan öka oron beskriver några blivande mammor. Vissa upplever en minskad oro efter att ha tillägnat sig mer kunskap och den mentala förberedelsen som föräldragruppen bidrar med kan vara givande. Annars visar intervjuerna med kvinnorna att de är oroliga inför väldigt många olika saker kring förlossningen. Flera av kvinnorna har många tankar inför den utsatthet och förlust av kontroll som förlossningen kommer att innebära. Att släppa kontrollen till någon annan och dessutom den fysiska nakenheten bland främlingar kan skapa oro.

*Det verkar som att det är svårt att jag inte kommer att ha kontroll. Och att det då gör sig gällande i nakenheten. Utan kontroll, utsatthet, ligga naken framför okända är också utsatthet.*

Några nämner att smärtan inte går att föreställa sig och att de undrar över sin egen förmåga att faktiskt handskas med smärtan och föda barnet. Oro inför hur kroppen kan komma att påverkas utseendemässigt och sexuellt på grund av förlossningen är ett annat område som nämns. Att räslorna inför förlossningen kan komma att handla om liv och död är det en av de gravida kvinnorna som upplever.

*På något sätt att jag har t.o.m. fått dödsångest ibland. Tänk om jag dör under förlossningen. Även om jag vet att det händer ju inte, det är extremt sällan något sånt händer, vi har en jättebra förlossningsvård i Sverige och ska man föda barn någonstans så gör man det här. Men de frågorna har liksom kommit upp.*

När barnmorskorna pratar om kvinnors oro inför förlossningen nämns enbart rädsla för smärta. I övrigt beskriver några barnmorskor att oro eller ångest inför andra saker i livet kan komma att kanaliseras som förlossningsrädsla.

## Förhållandet till den gravida kroppen – Teoretisk reflektion

Kvinnorna i vår studie beskriver fysiska problem såsom perioder av illamående och trötthet. Även psykiska svårigheter i form av t.ex. dåligt samvete för att de inte har kunnat glädjas åt fostret och det kommande barnet och oro inför barnets hälsa. Dessa områden av oro utgör en prenatal stress. Stressen som kvinnorna beskriver tycks inte på samma sätt visa sig i männens intervjuer och dessa tendenser i skillnad i stress mellan män och kvinnor har också uppmärksammats i annan forskning (Delmore-Ko, Pancer, Hunsberger & Pratt, 2000). Chou, Aron, Kuo och Fetzer (2008) har visat i en studie att prenatal stress som uppstår pga. illamående kan skapa svårigheter för kvinnan att ta till sig graviditeten. Risken finns att den starka negativa känslan med illamåendet blir kopplat till fostret. Känslan av dåligt samvete gentemot barnet för att illamåendet påverkar glädjen negativt, som förekom bland kvinnorna i vår studie är något som kvinnor i Schmied och Lupton's (2001) kvalitativa studie också upplevde. Behovet av socialt stöd för den illamående gravida kvinnan pekar Chou m.fl. (2008) på. Till skillnad från detta upplever de blivande mammorna som intervjuades i vår studie snarare att de har svårt att bli förstådda i sitt illamående och i den psykologiska stress som illamåendet innebär. Denna negativa påverkan på familjelivet som kan uppstå som en följd av fysiskt illamående har O'Brien och Naber (1992, i Chou m.fl. 2008) funnit stöd för i sin forskning. Flera kvinnor och män som deltog i vår studie uttryckte att det är svårt det var att förstå graviditeten då man under de första månaderna inte alls kunde uppleva någon kroppslig förändring. En liknande frustration över att inte fysiskt uppleva någon skillnad i början av graviditeten beskrev även intervjuade kvinnor i en studie av Smith (1999). Smith drar slutsatsen att den tidiga graviditeten är en tid av osäkerhet vilket även de blivande mammorna i vår studie förmedlade.

I vår studie beskrivs att kvinnor före beslutet att vilja bli gravid kan känna oro inför den kroppsliga förändringen i och med graviditeten och efter förlossningen men att de under den faktiska graviditeten snarare blir glada och stolta över sin kropp. Likaså beskriver en havande kvinna hur hon verkligen uppskattar sin stora mage. Dessa blivande mammors uttalanden stämmer överens med Davis and Wardles (1994) forskning som visade att den vanliga sociala pressen att stämma in på det smala kroppsidealet tycks minska under graviditeten. Likaså beskrev Duncombe, Wertheim, Skouteris, Paxton och Kelly (2008) att gravida kvinnors kroppsideal blir större i takt med att deras egen kropp ökar i vikt. Skouteris, Karr, Wertheim. Paxton och Duncombe (2005) visade dessutom att gravida kvinnor tenderar att vara mindre

nöjda med sina kroppar under början av graviditeten än under senare delen av graviditeten. En känsla av stolthet över att kroppen kan skapa ett barn beskrev kvinnor i vår studie och det är något som Chang, Chao och Kenney (2006) även har erfårit i sin kvalitativa studie med gravida kvinnor. Warren och Brewis (2004) visade också i sin studie att en känsla av stolthet inför kroppens kapacitet kan uppkomma under slutet av graviditeten. I vår studie fanns hos vissa kvinnor explicit uttalade förhoppningar om att kroppen inte skulle påverkas alltför mycket sexuellt efter förlossningen utan skulle återgå till den normala funktionen och utseendet. Chang m.fl.'s forskning visade just att många kvinnor funderar kring om kroppen kommer att återgå till den mer typiskt kvinnliga formen som den hade innan graviditeten. Raphael-Leff (1995, i Warren & Brewis, 2004) visade i sin forskning att det både finns kvinnor som njuter av sin kropp under graviditeten och de som snarare känner att graviditeten invaderar dem och båda dessa sidor framkommer mer eller mindre i intervjuerna med kvinnorna för den här studien. Det starka illamåendet i början av graviditeten hos några av kvinnorna tycktes skapa viss aversion mot graviditeten. Denna känsla kanske kan förstås utifrån Rubins (1984, i Schmied & Lupton, 2001) teori som säger att den gravida kvinnan under de första två trimestrarna känner sig som en enhet och helhet med fostret och därför har svårt att separera vad som tillhör sig och vad som tillhör fostret.

I vår studie hade de blivande mammorna upplevelsen av att graviditeten kan kännas ensam och ansvaret för fostret i magen kan kännas överväldigande, då det finns så många restriktioner kring vad som är tillåtet att äta och göra. Denna känsla av att graviditetens ansvar kan vara betungande och att det kan vara stressande att dela sin kropp med någon annan visade även andra studier (Schmied & Lupton, 2001, Miller, 2007).

Vår studie visade att framförallt kvinnorna pratade om den kommande förlossningen och de beskrev sina tankar om den med många ingående dimensioner. Även Delmore-Ko, Pancer, Hunsberger och Pratt (2000) har i sin studie funnit att männen inte i samma utsträckning som kvinnorna är upptagna av den kommande förlossningen. Några av kvinnorna i vår studie berättade om en oro och rädsla inför förlusten av kontroll, nakenheten och smärtan medan andra beskrev hur de ser fram emot förlossningen som något naturligt, roligt, spännande och ett sätt att känna sig kopplad till alla kvinnor som tidigare fött barn. Denna ambivalens mellan spänning och förväntan och oro och en spirituellt samhörighet med andra kvinnor som fött barn har även annan forskning visat (Smith, 1999, Hilfinger Messias & DeJoseph, 2007) Schmidt m.fl. (1995, i Redshaw & Akker, 2008) har visat att personer med mycket positiv eller mycket negativ bild av den kommande förlossningen riskerar att få posttraumatiskt

stresssyndrom efter barnets födelse för att föreställningarna riskerar att inte införlivas, vid en positiv bild, eller att väl överensstämmer, vid en negativ bild. I Millers (2007) diskursanalys av intervjuer med gravida kvinnor visade det sig att många kvinnor försökte bibehålla tanken på att förlossningen är en naturlig händelse som kroppen kan utföra vilket verkar vara det som kvinnorna i vår studie också försökte hålla fast vid för att lugna sig själva inför förlossningen. Barnmorskorna i vår studie berättade om erfarenheten av att kvinnorna med stora farhågor inför förlossningen riskerar att genomgå en svårare förlossning till skillnad från de kvinnor och många män som hade den naturliga inställningen att man får ta det som det kommer. Flera blivande mammor beskrev ångest kopplad till förlusten av kontroll under förlossningen medan andra upplevde samma förlust av kontroll som något spännande och utmanande. I engihet med detta visade en studie av Shildrick (2002, i Warren & Brewis, 2004) att känslan av att graviditeten får den blivande mamman att känna sig utom kontroll över sin kropp kan skapa ångest. En gravid kvinna i vår studie beskriver hur hennes tankar under graviditeten och inför förlossningen kommit att handla mycket om liv och död och att själva förlossningen har väckt dödsångest. Batailles (1997, i Warren & Brewis, 2004) psykoanalytiska teori om hur graviditeten hos många kvinnor väcker en tydlig känsla av att bara vara en kropp, som ska reproducera sig, blir aktuell i detta sammanhang. Oron inför att reduceras enbart till kropp tycks enligt Bataille vara precis det som skrämmer människor med döden. Denna koppling skulle kunna vara anledningen till att existentiell ångest uppstår under graviditeten precis som en av kvinnorna i vår studie berättar.

#### Förhållandet till det blivande barnet - Resultat

Av intervjuerna med de blivande föräldrarna framgår att de har många tankar kring fostret och många uttrycker att de utvecklat känslor för det blivande barnet. Kontakten med fostret visar sig på olika sätt, ett är fostrets uttryck, t.ex. rörelser och sparkar och en annan viktig del är ultraljudsbilder på fostret. De blivande föräldrarna berättar även om sin kommunikation med fostret och föreställningar och fantasier om vem just deras barn är. Barnmorskorna beskriver att de arbetar för att främja denna anknytning till fostret och är uppmärksamma på när det inte verkar fungera.

Över lag benämner de blivande föräldrarna fostret som *barnet*, *det*, *han* eller *hon*. I denna resultatdel kommer benämningen *fostret* användas i relation till graviditeten och det *blivande barnet* eller *barnet* om föreställningar om barnet i framtiden, men i utdrag ur intervjuerna



används informantens egna ord. Dessa benämningar kan innebära en förlust av en känslomässig komponent men gör det samtidigt lättare att följa de blivande föräldrarnas resonemang.

### *Känslor för fostret*

De blivande föräldrarna har över lag utvecklat känslor för fostret och särskilt de blivande mammorna funderar mycket kring sin kärlek till fostret.

*[...] samtidigt kan jag känna att det har väckts en kärlek inom mig. [...] inte så personlig kärlek för jag kan inte riktigt förstå fortfarande att det är ett barn. Men jag känner att det finns ändå en, vad ska jag säga, ett lagerutrymme eller det finns mycket att ge.*

Andra har emellertid inte utvecklat någon tydlig kärleks känsla till fostret.

*Alla upplever ju det olika, men jag upplever liksom inte det här som vissa säger, att redan när barnet var i magen så kände jag så stark kärlek till det. Men så känner inte jag.*

Flera av de blivande mammorna uttrycker en oro kring graviditeten och fostret. Exempelvis beskriver de en återhållsam inställning till graviditeten i inledningsskedet, som ett slags buffert mot ett eventuellt missfall, och att de tänkte då i termer av ett ”foster” istället för ett ”barn”. De blivande mödrarna tycker att det är märkligt att de inte kan veta hur fostret mår. Någon berättar t.ex. att hon redan nu föreställer sig att det blivande barnet inte skulle vara friskt för att inte senare bli besviken om det skulle vara så. En annan oroar sig för hur hon ska kunna ta sig an ett barn som inte är friskt.

*Om barnet inte är friskt, hur hanterar man det? Tänk om man inte älskar barnet när det kommer ut? Tänk om barnet inte gillar mig.*

Ett sätt att hantera denna oro är att ta extra ultraljud för att försäkra sig om fostrets hälsa, men även mötet med de professionella i sjukvården har i vissa fall skapat en oro. De blivande föräldrarna tycker att de har fått otydliga besked och själva tolkat in att det är något fel på fostret, vilket har lett till en onödig och överdriven oros känsla över fostrets hälsa. Flera blivande föräldrar önskar att de professionella vore mer pedagogiska när de delger resultat och eventuella misstankar.

Kvinnorna beskriver en fascination kring att hela tiden bära fostret med sig och har en upplevelse av att aldrig känna sig ensamma. De har redan utvecklat en påtaglig relation till sitt foster.

*Man känner nog rätt så bra att man känner barnet, ändå, även om man aldrig har träffat det. Och det är en rätt så märklig upplevelse, för man kan ju inte se det eller ta på det. Man kan ju ta på det genom magen, men det är ändå inte riktigt. Nej, men man känner att man har en relation med barnet, så kan man nog säga.*

#### *Kommunikation med fostret*

De blivande föräldrarna beskriver hur de försöker kommunicera mycket med barnet. Kvinnorna pratar högt med fostret, vissa sjunger och tar mycket på magen. Särskilt tydligt blir det när fostret sparkar och den blivande mamman trycker tillbaka utanpå magen, varpå hon ofta upplever en ökad intensitet i sparkarna. Samtidigt tycker flera av kvinnorna att de borde kommunicera mera med fostret och har dåligt samvete för det.

*Ibland kan jag få lite dåligt samvete för att jag inte... [Partnern] undrar:  
”Ska du inte klappa magen mer, barnet känner ju det nu. Och sjunga”?  
Men jag har varken klappat eller sjungit så mycket, jag vet inte varför.*

Kvinnorna berättar att även fostret i sin tur kommunicerar med dem. Exempelvis beskriver de hur fostret blir oroligt och rör sig mycket när de själva är stressade. Ibland upplever de att fostret inte har rört sig på länge, och de skulle vilja ha en signal om att allt är bra.

*Jag kan känna en extremt stor oro till exempel när jag tycker att barnet inte rör sig. Ibland rör det sig jättemycket och ibland rör det sig mindre och när det inte rör sig så mycket kan jag bli otroligt orolig för att det är något som har hänt [med barnet].*

Att sedan åter känna fosterrörelser blir en lugnande bekräftelse från fostret på att allt är som det ska vara.

Att det tar längre tid för de blivande papporna än för mammorna att verkligen förstå att de väntar ett barn är något som tydligt framgår av intervjuerna och även påpekas av barnmorskorna. Oftast verkar det tagna ultraljudet i vecka 18 vara mycket betydelsefullt för männens insikt. Även de av papporna som har fått se många ultraljud tidigt under graviditeten

anser att det var först i vecka 18 som fostret såg ut som ett riktigt barn och först då kändes det verkligt.

*Det var först på det ultraljudet, som är det vanliga i vecka 18, för det är då man ser att det är ett barn. Innan så har det sett ut som en klump på bilderna [...] då har man ju inget att relatera till. Här ser man ju fingrar och skullform och så. Då är det mer verkligt.*

Männen anser även att fostrets sparkar är av stor vikt för deras upplevelse av fostret. De uttrycker en fascination över att de kan känna och se sparkarna på utsidan. För övrigt använder sig de blivande papporna av liknande metoder som kvinnorna för att kommunicera med fostret. De sjunger barnvisor, läser sagor och pratar med fostret. Men framförallt poängterar männen fördelen med att kunna lyssna på partners mage.

*Jag har ju fördelen att jag kan lyssna. Jag kan lägga örat till och höra lite så här, det är ju otydligt, men man hör ljud om den vrider och vänder sig och sparkarna hörs ju, det säger duff rätt in i örat. Och det kan inte [partnern] göra, hon kan ligga och känna hela tiden, men det är bara jag som kan lyssna.*

Barnmorskorna är uppmärksamma på hur anknytningen mellan de blivande föräldrarna och fostret utvecklas, utifrån hur de blivande föräldrarna förhåller sig till fostret och graviditeten. Barnmorskorna pratar med dem om anknytning och har även metoder för att främja denna. Exempel på detta är att känna fosterrörelser, känna på magen och barnmorskorna brukar förklara hur de kan känna utanpå magen hur fostret ligger. En barnmorska berättar t.ex. att hon har en docka som hon lägger på kvinnans mage för att visualisera hur fostret ligger. Redan innan födseln reagerar fostret och kan ta in olika sinnesintryck enligt barnmorskorna, vilket innebär att de blivande föräldrarna kan kommunicera med fostret under graviditeten. Barnmorskorna uppmanar dem att prata med fostret och sjunga för det och betonar att barnet kommer att känna igen rösten och sången när det är fött. Barnmorskornas uppfattning om den blivande faderns insikt i att paret väntar barn stämmer väl överens med den beskrivning som framkom av intervjuerna med männen. Enligt barnmorskorna börjar ofta anknytningen till fostret senare för den blivande pappan än för kvinnan. I regel är det först vid ultraljudet i vecka 18 som mannen känner sig delaktig och riktigt förstår att han ska bli pappa. Även att fostrets sparkar är viktiga för mannens anknytning till fostret, berättar barnmorskorna.

Vid ett fåtal tillfällen stöter barnmorskorna på blivande föräldrar som inte knyter an till sitt foster. Varningstecken kan vara att den blivande mamman är uttryckslös, varken skrattar eller gråter, att hon inte planerar att amma barnet eller om kvinnan tycker att magen och fostrets rörelser är obehagliga. Barnmorskorna försöker då lotsa den blivande mamman och uppmuntra henne till att exempelvis ta på magen eller ge fostret ett smeknamn för att hjälpa henne att utveckla en välfungerande relation till fostret.

### *Föreställningar om det blivande barnet*

Av intervjuerna med de blivande föräldrarna framgår att de egenskaper som de tillskriver barnet redan under graviditeten utgår till stor del från fostrets aktivitet i magen.

*Det känns som att det är en ganska aktiv person, tror jag, för den sparkar ganska mycket.*

Däremot har få av de blivande föräldrarna en bild av hur barnet kommer att vara när det är fött och flera har svårt att förstå att det kommer komma ett barn. Männen tycker i allmänhet att det är dumt att ha för många föreställningar, utan anser istället att det är bättre att se hur barnet är när det väl har kommit. Endast en förälder, en blivande pappa, beskriver att han har visualiserat barnet mycket, t.ex. när det ligger i vaggan, när mamman ammar och när de kör barnet i vagnen.

Föreställningar kring barnets utseende, egenskaper och kön förefaller vara viktiga för de blivande föräldrarna. De blivande föräldrarna spekulerar mycket kring vem i paret som barnet kommer att likna, både gällande utseende och egenskaper. De faktiska bilderna av barnet som ultraljudet utgör är av olika betydelse för de blivande föräldrarna, där vissa anser att de är för konstiga medan andra redan där ser likheter med sitt eget utseende. Flertalet av intervjupersonerna funderar mycket kring om barnet är en pojke eller en flicka, vilket ingen av dem har tagit reda på i förväg. Samtliga intygar att det är oviktigt vilket kön barnet har, även om de är väldigt nyfikna, och de ser det som en motivationsfaktor vid förlossningen att inte i förväg veta barnets kön. De spekulerar kring att det kan vara lättare att relatera till fostret ifall de vet om det är en pojke eller flicka och likaså funderar de på att det kan bli olika dynamik i familjen beroende på barnets kön.

*Det är väl mycket där tankarna är, det är liksom kön. Jag undrar varför man hänger upp sig på det, men det gör man. Jag tror att det är något konkret och enkelt att tänka på, samtidigt som det inte har någon betydelse.*

*Jag kan tänka själv, åh va löjlig du är, varför går du runt och tänker på det hela tiden?*

Barnmorskorna brukar rekommendera de gravida paren att ge fostret ett arbetsnamn under graviditeten för att få det blivande barnet att framstå som en person, men endast få av de intervjuade paren har emellertid något smeknamn på sitt blivande barn.

Männen beskriver i större utsträckning än kvinnorna att de föreställde sig barnet som lite äldre än nyfött. De ser fram emot barnets första ord, när det börjar krypa och när barnet tar sina första steg. En blivande pappa har en bild av när han leker med Lego tillsammans med barnet, medan en annan föreställer sig hur barnet ska gå i skolan och sjöscouterna. Däremot har både de blivande mammorna och papporna en bild av hur deras familj kommer att se ut längre fram i tiden. Många pratar om barn i plural under intervjuernas gång och förklarar det med att de planerar att skaffa syskon till det ännu ofödda första barnet.

I allmänhet uttrycker de blivande föräldrarna en stor spänning och nyfikenhet över att till slut få träffa barnet. Många är nästan otåliga och längtar enormt mycket efter att få veta vem deras barn är och vill lära känna barnet som det är. Genomgående talar de om barnet som en individ som kommer med egna egenskaper och känslor.

*Jag ler när jag tänker på hur det kommer bli att lära känna en ny människa, som ändå är en del av en själv. Jag tror att det här kommer att bli det häftigaste jag är med om i livet.*

#### Förhållandet till det blivande barnet – Teoretisk reflektion

Resultatet inom huvudområdet *Förhållandet till barnet* visade olika aspekter som var centrala för de intervjuade informanterna beträffande fostret och det blivande barnet, vilka bestod av känslor för fostret, kommunikation med det och föreställningar om det blivande barnet. Dessa aspekter kan tolkas som att de blivande föräldrarna redan har inlett en anknytningsprocess, dvs. utvecklat en emotionell relation (Bowlby, 1969), till fostret. Att en sådan prenatal anknytningsprocess inleds under graviditeten är ett faktum inom forskningen, (Alhusen, 2008, Cannella, 2005, Cranley, 1981, Kennell, Slyter & Klaus, 1970, Muller & Mercer, 1993, Siddiqui, Hägglöf & Eismann, 1999, Sjögren, Edman, Wikström, Mathiesen & Uvnäs-Moberg, 2004, Weaver & Cranley, 1983) även om det än så länge inte finns någon enhetligt accepterad definition på begreppet prenatal anknytning (Alhusen, 2008, Sjögren, m.fl., 2004).

Kvinnorna i vår studie upplevde att de redan har utvecklat en relation till sitt foster. Att utveckla ett känslomässigt band till fostret anses också vara en viktig del i den prenatala anknytningen (Muller & Mercer, 1993, Condon & Corkindale, 1998) och när barnet föds finns då en redan existerande relation mellan kvinnan och barnet att utgå ifrån (Brodén, 2004). Kvinnorna i vår studie hade en upplevelse av att aldrig känna sig ensamma och en fascination kring att alltid bära barnet med sig. De uttryckte även en stor nyfikenhet inför att få träffa barnet och kring vilka egenskaper barnet kommer att ha. Det kan därmed konstateras att kvinnorna i vår studie såg barnet som en egen individ och differentierade barnet från sig själva. Möjligtvis kan detta fungera som en förberedelse inför föräldrskapet då kvinnorna redan under graviditeten vände sig vid att aldrig vara ensamma och att ständigt relatera till och förhålla sig till en annan person. Att hela tiden förhålla sig till fostret kan tänkas föra med sig ett ansvar för att fostret mår bra, liksom att vara lyhörd inför fostrets önskningar, vilket är centralt även under spädbarnstiden. Flera av de blivande mammorna uttryckte också en oro för fostret, vilket även kan tolkas som ett sätt att förhålla sig till fostret som en egen individ. Andra studier som behandlar gravida kvinnors förhållande till fostret har kommit fram till liknande slutsatser, dvs. att den blivande mammans differentiering mellan sig själv och fostret är en grundfaktor i anknytningen till barnet (Cranley, 1981, Siddiqui, Hägglöf & Eismann, 1999). En oro för fostret för med sig ansvarskänslor för fostret och för sig själv (Sjögren, Edman, Wikström, Mathiesen & Uvnäs-Moberg, 2004), vilket leder till ett hälsosamt beteende och ett självomhändertagande under graviditeten (Alhusen, 2008).

Männens anknytning, dvs. en emotionell relation till fostret, påbörjades senare än kvinnornas. För männen framstod ultraljudet i vecka 18 som en av de viktigaste delarna i insikten om det blivande barnets existens. Ultraljudet som i detta skede ger en bild på fostret där det ser ut som ett barn, vilket kan ses som ett bevis eller en yttre bekräftelse på barnets existens, är en bra grund för den blivande pappans anknytningsprocess. Andra studier kring ultraljudets betydelse för relationen till fostret visar att ultraljudet har en positiv inverkan särskilt för blivande fäders anknytning (Brodén, 2004), men även för blivande mödrar (Alhusen, 2008). Fosterrörelsernas tydlighet i form av sparkar och möjligheten att känna dem, samt att lyssna på barnets rörelser är också konkreta bevis på att barnet finns och dessa har i vår studie liksom i annan forskning (Brodén, 2004) visat sig vara viktiga för mannens upplevelse av fostret. Männens anknytning till fostret verkar således gynnas särskilt av konkreta bevis på barnets existens.

En skillnad mellan kvinnorna och männen i vår studie var att männen över lag föreställde sig barnet som ett äldre barn, än vad kvinnorna gjorde. Detta fenomen bekräftas även av annan forskning (Barclay & Lupton, 1999, Brodén, 2004, Delmore-Ko, Pancer, Hunsberger & Pratt, 2000) och Brodén tillägger att när barnet hade uppnått fem månaders ålder hade fäderna ändrat sina föreställningar om barnet och såg det inte längre som ett äldre barn, utan beskrev det utifrån konkreta vardagssituationer så som att mata, natta och leka titt-ut. Deras föreställningar om barnet utgick då från en erfarenhetsbasis om det verkliga barnet.

De intervjuade blivande föräldrarna försökte kommunicera mycket med fostret. Detta kan tyda på att de är måna om att utveckla en allt starkare relation till fostret, vilket kan ses som en förberedelse, från de blivande föräldrarnas sida. Barnet får en trygg start i livet då det efter födseln möts av föräldrar som det känner igen genom deras röster och smekningar. Fostrets upplevda svar på de blivande föräldrarnas kommunikation visade på ett växelspel som utvecklats mellan dem. Fostret besvarar då föräldrarnas försök att knyta an och ger också föräldrarna en motivation till att fortsätta. De blivande föräldrarnas prenatala anknytning torde stärkas av fostrets bekräftelse på att det uppfattar denna kommunikation. Även annan forskningen visar att fosterrörelserna är mycket viktiga under graviditeten, då de utgör en tydlig interaktion med barnet (Alhusen, 2008, Cannella, 2005). Fostrets rörelser hjälper den gravida kvinnan att tänka kring det blivande barnet som en egen person och den blivande fadern får en möjlighet att skapa en egen uppfattning av barnet (Brodén, 2004).

De blivande föräldrarna i vår studie tillskrev barnet egenskaper utifrån den aktivitet som fostret visade i magen. Tecken från fostret hjälpte de blivande föräldrarna att föreställa sig barnet efter födseln och utgjorde en förberedelse för vad som väntade. Brodén (2004) skrev utifrån sin kliniska erfarenhet att den prenatala anknytningsprocessen är en kombination av moderns, faderns och barnets personliga stilar och innefattar bl.a. att tillskriva barnet mening och att läsa dess signaler. Vid tredje trimestern har de blivande föräldrarna samlat en mängd komplex sensorisk och interaktiv kunskap om det blivande barnet. Brodén menar att de blivande föräldrarnas tendens att tillskriva barnet egenskaper underlättar för det blivande föräldraparet att prata om barnet och gör det mer meningsfullt och lättare att upprätta en relation till fostret och liknar det vid en arbetsmodell som bidrar till att utveckla det psykologiska föräldraskapet. I vår studie visade det sig även att de blivande föräldrarna fantiserade mycket kring barnets utseende, egenskaper och kön, liksom spekulerade kring

vem barnet skulle komma att likna. I en explorativ intervjustudie upptäckte Stainton (1985) en liknande förberedelseprocess; varje blivande föräldrapar som intervjuades hade samlat så mycket information om sitt foster, att Stainton kunde konstruera en profil om var och ens ofödda barn. Stainton (1990) beskrev fyra parallella nivåer av medvetenhet om fostret under graviditeten; medvetenhet om fostret som idé, medvetenhet om fostrets närvaro, medvetenhet av speciella beteenden hos fostret och en medvetenhet om fostrets interaktiva förmåga. Samtliga dessa nivåer är även tydliga i vår studie, t.ex. beskrev de blivande föräldrarna kommunikationen med fostret och tillskrev det egenskaper, som nämnts ovan. Att ha många fantasier kring barnet under graviditeten har visat sig vara viktigt. Siddiqui och Hägglöf (2000) kom fram till i en studie att blivande mödrar som fantiserar mycket om sitt blivande barn visar generellt ett större engagemang för sitt barn efter födseln än de som inte fantiserade, vilket var en skillnad som fortfarande kvarstod tolv veckor efter födseln. Liknande resonemang för Brodén (2004) och lyfter fram att blivande föräldrars representationer av barnet vid så tidigt som sjunde graviditetsveckan är påfallande stabila fram till ett par månader efter födseln. Föreställningarna om barnet under graviditeten påverkar därför relationen till barnet även efter födseln.

#### Förhållandet till den kommande föräldraidentiteten - Resultat

De blivande mammorna och papporna pratar i intervjuerna mycket om hur den framtida föräldrarollen kan komma att gestalta sig med barnet, familjen och föräldraskapet. Kvinnorna och männen berättar både om tankar kring det gemensamma föräldraskapet och synen på den egna rollen som mamma eller pappa. Förhållandet till den egna barndomen, de egna föräldrarna och andra som föräldraförebilder är också i fokus i berättelserna.

#### *Beslutet att skaffa barn och förberedelser inför föräldraskapet*

Att de vill bli föräldrar är något som många av de blivande mammorna och papporna har vetat sedan tidigare i livet. Anledningarna att de just nu valt att skaffa barn verkar vara flera där en av dem som uttrycks är en allmän känsla av att vara redo, som för kvinnorna verkar ha en mer emotionell betoning än för männen. Flera blivande mammor beskriver detta att vara redo i termer av att vilja sätta sig själv och den egna personen åt sidan till förmån för ett barn. Några mammor beskriver det som att de var färdiga med att bearbeta sig själva och sitt eget liv. En blivande mamma beskriver det så här:



*Jag är så redo för det här att sätta mig själv åt sidan [...] Det tror jag kan vara något av det svåraste, men på något sätt är jag så beredd på det och jag är så villig att göra det för någon annan. Så därför tror jag inte att det kommer att bli något bakslag.*

En blivande pappa berättar att han känner att den kommande nya familjen är ett led i en personlig utveckling. Från de blivande papporna uttrycks också att de kände sig redo att gå in i en ny fas av livet för att de upplevde att de t.ex. har rest tillräckligt mycket för tillfället eller har levt färdigt livet som singel.

*Det är dags för min egen del. Man har provat mycket grejer, känns det som, och jobbat och hållit på. Flyttat och jobbat och flyttat hem igen och jobbat så det känns som ett naturligt steg. Flyttat till någon sorts renoveringsobjekt för några år sen, en bostad för en familj. Det är ju ingen ungarlysya. Det känns som ett naturligt steg på något sätt.*

Både kvinnorna och männen beskriver hur beslutet att skaffa barn tillsammans var ett naturligt led i parrelationen och att man ville förenas med sin partner på ytterligare ett sätt. Även en ekonomisk stabilitet är viktig för både kvinnorna och männen. Vissa blivande föräldrar upplever dock att de parallellt med att känna sig redo delvis även känner sig oförberedda och har svårt att förstå vad de gett sig in på. En kvinna beskriver t.ex. att hon inte har tänkt så mycket kring föräldraskapet men har en känsla av att den förberedelsen sker på ett omedvetet plan inom henne.

Barnmorskorna beskriver hur de upplever att kvinnorna fokuserar på att bära fostret men att männen ”boar”, genom att göra olika praktiska förberedelser i hemmet. I intervjuerna med de blivande föräldrarna tycks dessa praktiska förberedelser vara något som är viktigt för männen men även för kvinnorna. Beskrivningar kring när och hur man ordnade spjålsäng, barnvagn, kläder och barnrummet framkommer både hos kvinnorna och hos männen. Skillnaden som möjligen kan ses är att kvinnorna tydligare tycks koppla ihop den praktiska förberedelsen med den mentala. En kvinna beskriver när hon skulle köpa spjålsäng:

*Det var nog flera saker som föranledde detta akuta shoppingbehov [av spjålsäng]. Dels var det att jag kom på mig själv med att nej, jag är inte förberedd, jag har inte fattat vad som är på gång. Då tänkte jag att ett sätt att lösa det är att köpa en säng [...] så att det blir mer verkligt i det fysiska rummet.*

I sin förberedelse inför föräldraskapet vänder sig de blivande föräldrarna till människor i sin omgivning. De egna föräldrarna, partners föräldrar, vänner och arbetskamrater blir rådgivare och stöd. De intervjuade kvinnorna berättar också hur kontakten med andra runt omkring har varit angående graviditeten. De som inte har vänner i samma livssituation beskriver en saknad av att dela tankar och funderingar kring graviditeten och det kommande föräldraskapet. Att få stöd och råd uppfattas i de flesta fall som positivt men en mamma beskriver också hur andras åsikter kan skapa förvirring och skuld känslor.

*Alltså det tycker jag faktiskt är lite svårt, vem man ska lyssna på av alla råd som dyker upp och vad jag vill i det här och vad jag tror är rätt.*

De blivande mammorna och papporna beskriver hur de har sökt sig till beskrivningar om graviditet, barn och föräldraskap i olika media; tidningar, böcker och internet. Vissa beskriver denna process som något positivt och lärorikt medan det för andra skapar prestationskrav och negativa känslor. Barnmorskorna beskriver att det ökade informationsflödet i dagens samhälle kan vara positivt i viss bemärkelse då alla har tillgång till viktig kunskap men de upplever i mötet med de blivande föräldrarna att detta främst skapar ökad oro både angående graviditeten och inför föräldraskapet.

#### *Föreställningar om första tiden som förälder*

Även om både de blivande mammorna och papporna beskriver att de känner sig redo för barnet, framträder samtidigt svårigheter att föreställa sig tiden efter att barnet har fötts. Flera blivande föräldrar tycker att det känns ofattbart att de helt plötsligt ska komma hem med ett litet barn. Flera av kvinnorna har en föreställning om att allt deras fokus kommer att vara på barnet och allt runt omkring blir oviktigt. Männerna ser fram emot de två första veckorna då de alla tre är hemma tillsammans och kan bara ägna sig åt att lära känna den lilla bebisen och att få saker och ting att fungera. Över lag har föräldrarna en bild av att det ska bli mysigt, flera beskriver att de tror sig ha en romantiserad bild och tänker sig att allt ska falla naturligt. Samtidigt säger de att de också förväntar sig att det kan bli jobbigt och tufft i början och att allt inte kommer att fungera med en gång. En blivande pappa beskriver det så här:

*Plötsligt blir vi tre nybörjare, som ska lösa allting, så där. Hur man ammar, hur man byter en blöja, när vem ska sova och var och sånt där. Det är tre nybörjare som bara kastas in i det, verkligen kastas in i det. Från den ena*

*dagen till den andra, nu ska det bara fungera. Och det kommer det ju inte att göra.*

Brist på sömn oroar de blivande föräldrarna då det kan komma att göra dem irriterade och påverka orken gentemot barnet och varandra. De blivande papporna pratar i allmänhet mer pragmatiskt om tiden som nyblivna föräldrar. De beskriver olika scenarion som kan inträffa med barnet och har olika lösningar på hur de ska kunna sova, hur de ska stötta sin partner genom att ta över när de kommer hem från jobbet och dylikt.

Flera av de blivande papporna uttrycker att de vill prioritera tid med familjen, på bekostnad av materiell status och tid med vänner. Samtidigt säger de att de inte helt vill gå upp i sitt barn utan ha en sund inställning och ge varandra, i paret, utrymme till egen tid. Prioritering av tid är ett annat område som de blivande papporna funderar kring.

*Man ska ju inte se barnen som någon sorts grej som man ska behöva lägga tid på, utan det är ju en del av ens egen tid. Alltså man ska inte säga "Usch, nå, nu får jag välja bort att cykla mountainbike, för jag måste lägga tid på barnen" som något dåligt, utan det kan ju vara att man istället för det cyklar en runda med barnen. Man behöver ju liksom inte se det som ett problem, utan det kan ju istället bara vara en annan vinkel av något som man tycker är roligt.*

En pappa beskriver att han tror att han alltid kommer att ha dåligt samvete för något, jobbet, kompisrelationerna eller husrenoveringen.

Många av kvinnorna och männen bär redan en idealbild av en förälder. De har en föreställning av hur de vill bli som mamma respektive pappa, vad som är rätt och fel och kring olika sätt att agera i olika sammanhang. Samtidigt är de medvetna om att detta kanske är just en utopi och att verkligheten kanske inte alls kommer motsvara fantasin.

*Man observerar andra föräldrar med barn och det är väldigt lätt att vara fördömande; så skulle aldrig mitt barn bete sig och så skulle aldrig jag bete mig mot mitt barn. Och det är ju säkert jättesvårt för man har ju inte varit i den situationen själv.*

Vissa kvinnor saknar dock någon tydlig bild av sig själv som mamma, mer än att de ska försöka ge barnet så mycket kärlek som möjligt. De tror att mammarollen kommer naturligt när barnet väl är fött. Denna inställning till den kommande papparollen och förhållandet till barnet uttrycks också tydligt i intervjuerna med männen. De gör många uttalanden om att

uppföstran och förhållningssättet gentemot barnet får styras mycket av barnet själv och hur det blir som person.

*Men det beror väl på, om barnet är sådant att det behöver uppmärksamhet hela tiden [...], ja då blir man väl sån.*

Samma flexibla syn på sitt eget föräldraskap, med barnet som utgångspunkt, uttrycker inte kvinnorna. Istället beskriver kvinnorna sin föräldraroll främst utifrån egen identitet och egna egenskaper.

Barnmorskorna har olika uppfattningar om de blivande föräldrarnas föreställningar om föräldraskapet. Vissa anser att paren har en realistisk syn på föräldraskapet och en sund inställning till uppföstran och kring att hålla fast vid sitt sätt att uppföstra. Andra menar att det är svårt för blivande förstagångsföräldrar att föreställa sig hur situationen kommer att bli, medan några av barnmorskorna anser att paren är oförberedda och inte förstår hur mycket tid ett barn tar och hur familjesituationen kommer att förändras, utan förväntar sig att det ska vara enkelt.

#### *Tankar och känslor inför det gemensamma föräldraskapet med partnern*

Både de blivande mammorna och papporna har berättat om sina tankar kring det gemensamma föräldraskapet med sin partner. De beskriver hur de framförallt kopplat till olika exempel i vardagen har diskuterat föräldraskapet med sin partner. Denna dialog tycks för vissa par ha förts kontinuerligt både innan och under graviditeten medan det för andra har aktualiserats mer mot slutet av graviditeten. En pappa beskriver också att det är lättare att prata med sin partner om de rent praktiska saker som man behöver tänka på efter förlossningen än att prata om större frågor kring föräldraskapet.

Explicita uttryck om att vilja vara lika delaktig som sin partner i föräldraskapet och att de kommer komplettera varandra kommer bara från männen. För kvinnorna verkar det däremot vara en självklarhet att de har ett stort ansvar för barnet men de ser samtidigt fram emot att dela föräldraskapet med sin partner. Alltså tycks männen och kvinnorna ha olika utgångspunkter inför föräldraskapet, där det för männen verkar finnas ett val att vara delaktig medan kvinnorna tar för givet att de har ett ansvar. De blivande mödrarna beskriver, till skillnad från de blivande fäderna, farhågor inför det gemensamma föräldraskapet. En mamma nämner särskilt att hon kommer behöva tänka på att släppa in partnern i föräldraskapet så att

hon inte helt tar kontrollen själv. Hon beskriver det som att han kommer ta sitt ansvar om han bara blir insläppt. Flera andra mammor beskriver hur de har börjat inse att det gemensamma föräldraskapet förutom positiva sidor även kommer innebära meningsskiljaktigheter.

*Jag tror att vi kommer ha olika uppfattningar om vissa saker [i föräldraskapet]. [...] Jag kan liksom se det framför mig att det kan bli någon slags konflikt mellan ens ideologiska uppfattning om hur det ska gå till.*

En kvinna har också fått mycket tankar kring jämställdheten i sin relation och funderat kring vilken bild av kvinna respektive man de kommer förmedla till sitt barn. Hon beskriver hur de trivs med att dela upp hushållssysslor på vissa sätt som kan uppfattas som könsstereotypa men att hon inte vill föra vidare detta till sitt barn.

#### *Tankar och känslor inför den egna mamma- respektive pappanrollen*

De blivande föräldrarna beskriver sin framtida föräldraroll i generella egenskaper såväl som med specifika detaljer. Exempel på mer generella förhållningssätt som de blivande föräldrarna beskriver är att de vill vara varma och omtänksamma och ge barnet kärlek, bekräftelse och trygghet. Männerna beskriver hur den nya föräldrarollen kommer påverka dem som personer, t.ex. i form av att bli mindre självfokuserad, att ändra uppfattning om sig själv och livet samt att bli mer ansvarstagande och överbeskyddande som person. En blivande pappa tänker sig att barnet kommer att skänka en ytterligare dimension i livet som förväntas skapa lycka men som är svår att föreställa sig. Flera av männen beskriver hur stort detta steg är för dem och en av dem uttrycker sig så här kring detta:

*Vi ska gifta oss, men det här med barnet känns mycket större för mig. Det är mycket större, ett större åtagande. [...] Det här barnet kommer ju finnas med, hela våra liv.*

Kvinnorna uttrycker inte en sådan förväntad påverkan på sin person i och med föräldraskapet.

Mer specifika saker i uppfostran som att sätta gränser för barnet och en balans mellan att vara hård och mesig beskrivs av både männen och kvinnorna. En kvinna beskriver att hon vill sträva efter en bra kommunikation med det kommande barnet:

*Sen i den bästa av världar så hoppas man på att man kan få en så bra kommunikation [med barnet] att man kanske inte behöver vara så hård och så tuff [...].*

De blivande föräldrarna vill även vara aktiva i sitt föräldraskap och hitta på saker med sitt barn.

Både männen och kvinnorna har tankar om hur de vill och inte vill bli som förälder, men kvinnorna berättar i högre utsträckning än männen om hur de *inte* vill vara. En mamma beskriver att hon lättare ser exempel i sin omgivning på hur hon inte vill bli som mamma, eftersom hon redan har en tydlig idealbild för sin mammaroll. Kvinnorna beskriver även en oro inför föräldrarollen som bl.a. handlar om en rädsla för att inte räcka till, att ha onödigt höga krav på sig själv, att inte våga släppa kontrollen till sin partner och att förlora sin spontanitet.

När de blivande papporna pratar om sitt föräldraskap utgår de, till skillnad från kvinnorna, snarare från barnet än en egen föräldraidentitet. Till exempel uttrycker de blivande papporna att uppfostran måste anpassas efter barnets ålder och personlighet. De pratar också om specifika situationer längre fram i barnets liv såsom att ge barnet ett socialt nätverk och att förhålla sig till sitt barn som tonåring. I intervjuerna med de blivande papporna framkom också tankar kring barn i allmänhet, vilket inte aktualiserades i intervjuerna med de havande kvinnorna. Barn beskrivs av de blivande papporna som roliga, spontana, nyfikna och smarta. Utifrån detta beskriver de vikten av att ha ett adekvat förhållningssätt till barn, t.ex. att prata med barn på en jämbördig nivå.

#### *Den egna barndomen och förebilder inför föräldraskapet*

Hos samtliga intervjuade blivande mammor och pappor har tankar kring den egna uppväxten och de egna föräldrarna blivit aktuella under graviditeten. Både kvinnorna och männen berättar om fördelar och nackdelar i sin egen barndom som nu påverkar dem i hur de vill forma sitt föräldraskap. Många av de blivande mammorna och papporna beskriver att de haft bra uppväxter och vill i sin tur ge sitt barn trygghet, stöd och förmedla en känsla av att barnet duger som det är. Denna erfarenhet ger de samtidigt en känsla av trygghet inför det kommande föräldraskapet. Ett exempel på detta är en blivande pappa som säger:

*Jag har nästan bara positiva bilder [från den egna barndomen]. Så därför känns det som att jag aldrig varit orolig för att det inte ska gå bra eller att jag inte ska kunna uppfostra ett barn utan det har jag alltid känt mig rätt så säker på att det fixar jag.*

En blivande mamma och en blivande pappa berättar att det de vill ge andra förutsättningar än vad de själva fick i sin barndom som att se till att barnet har andra barn runt sig i form av t.ex. släktingar eller kompisar. En annan man beskriver att han vill ge sitt barn en materiell trygghet som han inte själv upplevde som barn.

För de blivande mammorna framstår den egna mamman som en viktig förebild för den kommande mammarollen. Vad det gäller den egna mamman beskriver några kvinnor att de vill ta efter mammans egenskaper; att vara avslappnad och lita på barnen, finnas till hands och vara omtänksam och ägna barnen mycket tid. Å andra sidan berättar de blivande mammorna också om dåliga egenskaper hos sin mamma som de skulle vilja ändra i sitt eget kommande föräldraskap. Även vänners mammor utgör rollmodeller i formandet av synen på en mammaidentitet. Två kvinnor nämner båda sina föräldrar som både positiva och negativa rollmodeller och beskriver hur deras tillgångar och brister kommer påverka den egna rollen. En av dem uttrycker sig så här:

*Jag kan tydligt tänka mig flera punkter med både tillgångar och brister hos båda mina föräldrar. Och sen är det ganska djupt rotat inom en att man skulle vilja värdesätta och föra vidare vissa tillgångar som de har visat.*

Endast en blivande mamma nämner att hon har sin egen pappa som separat förebild, men detta görs med viss tvekan. De intervjuade männen har inte i lika stor utsträckning sina egna föräldrar som förebilder. En blivande pappa beskriver hur hans far valde att gå ner i arbetstid och fokusera mer på familjen under lång tid och att han vill göra samma sak. En annan man beskriver hur hans biologiska pappa och styvpappa är väldigt olika men att det kan vara positivt då de kompletterar varandra som rollmodeller. De egna papporna kunde också vara negativa förebilder t.ex. berättar en pappa att hans egen pappa var borta från hemmet mycket och att han själv vill vara en mer närvarande pappa. Endast en av de blivande papporna nämnde den egna mamman som förebild vilket gjordes i ett specifikt vardagsexempel.

Vänner och syskon framstod som viktiga förebilder för alla de intervjuade blivande föräldrarna. Även barnmorskorna lyfte fram hur jämnåriga förebilder på senare tid blivit alltmer viktiga för blivande föräldrar. Då männen i mindre utsträckning än kvinnorna har sina egna föräldrar som förebilder tycks de jämnåriga rollmodellerna vara desto viktigare. De blivande föräldrarna tänker mycket kring sina vänners föräldraskap, hur de prioriterar barnet och sig själva och plockar både positiva och negativa saker ur situationer som uppstår då de

umgås med bekanta och försöker sen pussla ihop det till en bild av hur de själva vill vara. En blivande pappa berättar:

*När det är middagar och så händer det alltid en, två eller tre gånger, när pojkarna springer runt, att han [vännen] flyger upp och går iväg med dem [barnen]in i ett rum och skriker på dem. [...] Det är klart att man får höja rösten ibland, men jag tror inte det är rätt approach, jag tror mer på att ta upp barnen och hålla dem i min famn om de är skrikiga, hjälpa dem att lugna ner sig istället.*

De negativa delarna som de blivande föräldrarna ser omkring sig är de föräldrar som inte är konsekventa mot sina barn, de som skriker på sina barn eller de som låter sina egna problem gå ut över barnen på olika sätt.

#### Förhållandet till den kommande föräldraidentiteten – Teoretisk reflektion

Föräldrarna anger flera anledningar till varför de valt att skaffa barn. Både männen och kvinnorna beskriver att de länge vetat att de vill ha barn men först nu upplevt en känsla av att vara redo. För kvinnorna tycks känslan av att vara redo bestå av flera dimensioner för kvinnorna t.ex. att ha bearbetat sig själv och att vilja sätta sig själv åt sidan. I sin forskning har Hilfinger Messias och DeJoseph (2007) kommit fram till att detta sätt att bearbeta sig själv som person och det man har varit med om är en del av en mental förberedelse för att bli mamma. Utifrån vår undersökning kan det tänkas att denna mer emotionella aspekt är vanligare för kvinnor än för män, vilket även Hilfinger Messias och DeJoseph (2007) spekulerat kring i sin studie. Männens anledningar till att just nu vilja skaffa barn tycks inte ha en lika emotionell utgångspunkt. De beskriver snarare aspekter som är kopplade till livssituationen, som t.ex. att ha rest tillräckligt mycket, att ha varit singel under en period och att känna att de nu funnit en stabilitet i livet gällande jobb och bostad och relationen till den blivande modern. I tidigare forskning om blivande förstagångspappor har snarlika faktorer visats vara viktiga för den blivande pappan i valet att skaffa barn; en känsla av att vilja skaffa barn någon gång i livet, stabilitet i relationen till sin partner, finansiell trygghet och att ha levt klart sitt barnlösa liv (Marsiglio, Hutchinson & Cohan, 2000, May, 1982). Samtidigt har kvinnorna och männen i vår studie berättat att de parallellt med att nu känna sig redo för att bli förälder också har en känsla av att inte vara redo vilket även May visat i sin studie.



Vikten av den praktiska förberedelsen inför barnets ankomst, såsom iordningsställande av barnrum, köp av kläder och inhandling av barnvagn, var något som både kvinnorna och männen i vår studie beskrev. Våra resultat var i detta fall inte samstämmiga med Hakulinen, Paunonen, White och Wilsons (1997) studie som istället visade på att denna praktiska förberedelse är något som framförallt männen ägnar sig åt och de drog slutsatsen att det beror på mannens större emotionell distans till fostret under graviditeten. Våra resultat pekar istället mot att kvinnorna bl.a. gjorde denna praktiska förberedelse som en medveten hjälp för den emotionella förståelsen att det ska komma ett barn. Är den praktiska förberedelsen som hjälp i att nå en mental förståelse för graviditeten och det kommande barnet något som bara kvinnorna upplever eller är det bara kvinnorna som är medvetna om detta samband? Om en skillnad föreligger, vad kan då den skillnaden bero på?

Att på olika sätt söka information om graviditeten och barnet, genom böcker och internet var vanligt bland de blivande föräldrarna som intervjuades för vår studie. Flera föräldrar beskrev detta som positivt att få lära sig mer och det blev på så sätt ett led i en förberedelse för det kommande föräldraskapet. Att informationssökande om föräldraskapet kan vara ett möjligt sätt att förbereda sig för den nya rollen visade resultaten i Deutsch, Ruble, Fleming, Brooks-Gunn och Stangor (1988) i sin forskning om blivande mammor. De drog slutsatserna att de blivande mammorna i studien i och med denna läsning började föreställa sig sitt egna föräldraskap som kunde bidra till en utökad självbild där mammarollen i större utsträckning fanns inkluderad redan under graviditeten. En del blivande föräldrar i vår studie upplevde att förberedelse i form av att läsa om graviditet och föräldraskap snarare ökade oro och farhågor inför framtiden vilket visar att tillgängligheten på information inte enbart kan uppfattas som positiv. Även barnmorskor i vår studie lyfte fram att det ökade informationsflödet kan påverka de blivande föräldrarna på ett negativt sätt.

Vissa av de blivande föräldrarna i vår studie upplevde sig själva ha romantiserade bilder av det kommande föräldraskapet, men sådana överdrivet positiva eller enkla föreställningar kan dock skapa svårigheter om de inte införlivas (Belsky, 1985). De allra flesta av de blivande mammorna och papporna i vår studie tänkte att det kommande föräldraskapet är väldigt komplext, med både positiva delar och eventuella problem som kan uppstå. De blivande papporna i vår studie har med exempel beskrivit sina farhågor inför det kommande föräldraskapet gentemot barnet och har också utarbetat strategier för hur dessa kan hanteras. Kvinnorna beskrev å andra sidan fler farhågor och strategier som är kopplade till det

gemensamma föräldraskapet med partnern och den egna föräldraidentiteten. Studier menar att det är bra för övergången till föräldraskapet att ha nyanserade bilder av framtiden då de blivande föräldrarna kan utveckla strategier för att handskas med svårare delar (Pancer, Pratt, Hunsberger & Gallant, 2000). Delmore-Ko, Pancer, Hunsberger och Pratt (2000) upptäckte i en studie att högre procent av kvinnor än män har en nyanserad bild av sitt kommande föräldraskap och copingstrategier för eventuella problem. Vår studie tyder istället på att både männen och kvinnorna hade en flerdimensionell bild och utarbetade strategier. Dessutom visade resultaten att det finns en kvalitativ skillnad där mannen hade mer fokus på barnet och kvinnan hade mer fokus på sig själv och den egna föräldraidentiteten och det gemensamma föräldraskapet. Forskning som tar hänsyn till denna skillnad har inte påträffats inom ramen för denna studie.

En av kvinnorna i vår studie beskrev hur hon och hennes partner delar arbetet i hemmet på ett könsstereotyp sätt men att hon önskar ändra på detta då det inte är den bilden av könsrollerna som hon vill ge vidare till sitt barn. I sin studie om den svenska familjens övergång till föräldraskapet skrev White, Wilson, Elander och Persson (1999) att det är de familjer som har traditionella sätt att se på kvinnans respektive mannens uppgifter men som försöker ta på sig mer neutrala roller, som riskerar att uppleva störst svårigheter i övergången till föräldraskapet.

Generellt pratade kvinnorna i vår studie om hur de inte vill bli som mammor än hur de vill bli och uttrycker oro inför föräldraskapet. Att föräldraskapet är förknippat med mycket oro för kvinnor pratade även barnmorskorna om. Liknande tendenser uttrycktes inte i männens berättelser i vår studie vilket även Delmore-Ko, Pancer, Hunsberger och Pratt (2000) visat i sin forskning. Dock har ingen forskning, inom ramen för denna studie, påträffats kring kvinnors sätt att snarare utesluta beteenden för att skapa en bild av föräldraskapet, till skillnad från männen vars bild tycktes utgå från en balans mellan positiva och negativa situationer. Kan det finnas någon funktion för de blivande mammorna i att se ner på, istället för att höja upp, andra föräldrars beteende? Är det kanske lättare att tänka sig vad man inte vill göra i en kommande föräldraroll än att bilda sig en exakt uppfattning om vad man faktiskt vill göra? Hur kommer det sig att det finns en skillnad mellan kvinnor och män i detta fall?

Materialet från de blivande föräldrarnas berättelser i vår studie visar att männen i högre grad än kvinnorna beskrev tankar kring ett äldre barn; från förskoleåldern och uppåt. De berättade om vad de vill göra med sina barn som t.ex. gå till lekparken, åka bil och låta barnet gå i

scouterna. Även annan forskning med gravida förstagångsföräldrar har visat att männen tycks tänka sig ett äldre barn då de beskriver det kommande föräldraskapet (Barclay & Lupton, 1999, Brodén, 2004, Delmore-Ko, Pancer, Hunsberger & Pratt, 2000). Delmore-Ko m.fl. spekulerade om att det har att göra med att männen tar för givet att det är mamman som kommer ta hand om barnet den första tiden tycks dock inte överensstämma med resultaten för vår studie, då alla blivande pappor i vår studie avsåg att ta ut minst tre månaders pappaledighet. Däremot kan parens beslut att mamman ska vara föräldraledig först ha påverkat männens tankar kring barnet.

Vikten av att finnas till hands för barnet genom att spendera tid tillsammans, göra saker, vara hemma mycket är något som alla de blivande fäderna i vår studie beskrev på ett eller annat sätt. Vissa av männen berättade att de vill ta på sig denna aktiva papparoll som deras egna pappor inte gjorde under deras uppväxt och beskriver på detta sätt att de försöker hitta en egen personlig föräldraroll. Sättet att beskriva sin fadersroll som att "finnas där" för sitt barn, till skillnad från den egna pappans förhållningssätt var något som även Barclay och Lupton (1999) fann i sin forskning. En avvikelse från detta var en blivande pappa, i vår studie, som berättade att han vill gå ner i arbetstid och finnas till hands för sitt barn precis som hans egen pappa gjorde med honom. Samma man berättade också sina föreställningar om barnet i vaggan och promenader med spädbarnet i barnvagnen vilket visar på ett undantag i vårt material från ovanstående mönster. Kan tendensen att de flesta männen vill vara mer aktiva och närvarande än sina egna pappor tyda på en papparoll i förändring?

Då männen och kvinnorna i vår studie berättade om vilka förebilder de har för sin egen föräldraroll framträder ett mönster av att männen främst såg vänner och syskon med egna barn som rollmodeller till skillnad från kvinnorna som i större utsträckning nämnde sin egen mamma som förebild. Forskning har visat att män inte tydligt har sin egen far som rollmodell (Brodén, 2004, Daly, 1993) och därför istället plockar egenskaper från olika personer, precis som de blivande papporna i vår studie beskrev (Daly, 1993). Daly skrev hur de intervjuades egna pappor snarare agerade negativa rollmodeller och drog slutsatsen att detta berodde på den förändrade bilden av hur en pappa ska vara. Informanterna i Dalys studie beskrev även att de inte bara hade svårt att se sina egna fäder som förebilder utan att de även hade svårt att hitta andra förebilder i sin omgivning men de blivande papporna intervjuade för vår studie verkade inte dela detta problem. Däremot liknade resultaten för vår studie Dalys resultat i den bemärkelsen att männen tycktes lägga ihop flera mäns olika sätt att vara föräldrar för att

försöka skapa en bild av hur de själva vill vara som pappa. Till skillnad från detta har en studie som Gage och Hendrickson Christensen (1991) gjort angående förstagångsföräldrars socialisation in i föräldrarollen, visat att högre procent män än kvinnor har påverkats av att iakttä sina egna föräldrars bemötande av informantens egna syskon. Att kvinnor i högre utsträckning än män pratade med vänner och släktingar med barn är ett annat resultat de har kommit fram till som motsäger våra resultat

### Förhållandet till parrelationen - Resultat

Relationen till partnern är ett viktigt område för de intervjuade männen och kvinnorna. I intervjuerna beskriver de att relationen utgör en grund till beslutet att skaffa barn och vidare berättar de om hur relationen har påverkats positivt under graviditeten. De blivande föräldrarna pratar om hur de försöker stötta varandra men tar även upp situationer som har varit svåra att dela med partnern. Förväntningar om hur relationen kommer påverkas av barnets ankomst och hur de ska arbeta för att fortsätta att ha en bra relation är också viktiga aspekter.

#### *Beslutet att skaffa barn*

De blivande föräldrarna upplever att parrelationen i sig är en viktig grund för den nya livssituationen. Många framhäver sin relation som en betydande anledning till att de ville skaffa barn just nu, t.ex. beskrivs en trygghet i relationen och en känsla av att ha träffat den rätta som avgörande inför beslutet. Flera säger i intervjuerna att de testat sitt förhållande innan de kom fram till att de ville försöka få barn ihop. Det kan t.ex. utgöras av att känna en säkerhet på relationen efter att ha varit tillsammans länge och gått igenom många prövningar, att ha erfarenheter av förhållanden som inte varit bra och därmed veta vad en bra relation bör innehålla, samt att ha gått igenom många faser i den nuvarande relationen som anses vara viktiga, innan beslutet att skaffa barn blev aktuellt.

*Jag tyckte att det var rimligt att man känner varandra kanske i två år eller så innan, [...] så att man var helt övertygad om att den här förälskelsefasen var helt över. Och att man kanske hade varit igenom något som kanske skulle kunna likna en prövning och se hur det höll. [...] Jag ville att vi skulle leva ett vanligt grått liv innan, så det gjorde vi. [...] Och sen tyckte*

*jag att det var dags och då tyckte han också det. [...] Det var nog lite en checklista.*

Att börja försöka få barn kändes för många också som ett naturligt steg i förhållandet.

*Vi hade ju varit gifta ett år då när vi bestämde oss för att börja försöka. Så det var väl ingenting egentligen att vi vill skapa ett liv tillsammans, för det hade vi bestämt oss för redan, det var väl mer att man var redo att ta nästa steg och det romantiska liksom i att se en avkomma som är hälften mig och hälften honom.*

### *Graviditetens påverkan på relationen*

De blivande föräldrarna upplever att deras relation har förstärkts under graviditeten. Flera berättar att förhållandet har blivit djupare och mer romantiskt nu när de, i och med graviditeten, delar en fantastisk upplevelse som andra inte får ta del av och har något att gemensamt längta efter. En man, som länge hade svårt att ta till sig graviditeten, beskriver att han upplever att de har kommit närmare varandra sen han förstått och är på samma plan som sin partner. Parrelationer beskrivs också ha blivit mindre sexuell och fysiskt intim, men istället har det lämnat plats för en mer känslomässig relation.

*Om man tittar på hela graviditeten så har det ju påverkat mycket fysiskt. Man är inte riktigt lika intim lika mycket, men samtidigt har det öppnat upp för en annan typ av närhet, som jag är glad över att vi har funnit. För det hade man kanske inte hittat annars. [...] Det är väl allt som finns kvar om man plockar bort fysiskt sex, så finns det ju faktiskt någonting annat kvar också, som har fått mer utrymme eftersom man har haft mindre sex.*

Det har blivit viktigare för flertalet att ha en bra och väl fungerande relation, då ett barn blir en definitiv bekräftelse på att just de ska leva tillsammans. En kvinna beskriver t.ex. att hon under graviditeten har upplevt att det blivit viktigare att de delar lika på ansvaret i hemmet och att hon är skyldig sitt blivande barn att må bra och leva i en bra relation.

Vikten av att vårda sin relation under graviditeten och att inte glömma bort varandra, betonar barnmorskorna i intervjuerna. De beskriver hur vissa kvinnor helt går upp i sin graviditet till den grad att de stöter bort mannen. Enligt barnmorskorna finns det även kvinnor som tycker att deras man inte är tillräckligt engagerad i graviditeten och inte prioriterar tid med henne.

Barnmorskorna försöker i dessa fall uppmuntra kvinnan att bjuda in mannen, t.ex. att be honom sitta bredvid henne och ta på magen.

### *Stödet från partnern*

De blivande föräldrarna beskriver att de under graviditeten har blivit mer måna om varandra, respekterar varandra och att de känner en större samhörighet. Samtidigt känner flera av kvinnorna en ensamhet i graviditeten. De upplever att männen är omtänksamma, men det finns en hel del saker som de inte kan dela. Ett exempel på detta är ansvaret att bära på barnet. De gravida kvinnorna upplever att det är orättvist att detta ansvar till fullt ut är deras och att de har en stor oro för att skada barnet, vilket är en oro som de inte kan dela med sin partner. En del kvinnor beskriver att de har svårt för att dela jobbiga känslor med sin partner, t.ex. en kvinna som till en början inte kände stor glädje över graviditeten och hade dåligt samvete för detta.

*Där hade han nog lite svårt att förstå min upplevelse tror jag. Att jag hade dåligt samvete för att inte vara glad. Han tyckte nog att det var lite svårt att prata om. [...] Jobbigt att prata om något som inte var så positivt.*

Oron kan också vara svår att prata med sin partner om då den i vissa fall inte är logisk eller rationell. En kvinna beskriver å andra sidan att hon ångrar att hon inte delade med sig mer till sin partner eller andra när hon hade en svår tid under början av graviditeten och att hon hädanefter ska försöka vara mer öppen kring sina känslor.

Männen har funderat mycket på sin roll i relationen och ser sig som den stöttande parten, samtidigt som de uttrycker en maktlöshet över att inte kunna dela ansvaret under graviditeten. Under graviditeten har männen allt mer gått in och tagit ansvar för att visa för sin partner att hon kan förlita sig på honom. För att det ska vara möjligt måste kvinnorna samtidigt släppa in mannen, vilket en kvinna beskriver som en utmaning.

*Det här med hushållsarbetet för att det är något som jag märkte rätt så tidigt i vår relation att i början blev det så att jag tog väldigt stort ansvar för allting hemma och fixade när man skulle iväg och sådant. Av någon anledning släppte jag på det, det var någon yttre omständighet. Jag orkade inte, jag kunde inte. Då tog han automatiskt det och då förstod jag att det är upp till mig att släppa. Om jag släpper fram honom så tar han ansvaret. Så*

*det är mer att jag själv är medveten om att jag måste tänka på det, att inte ställa så höga krav på mig.*

I intervjuerna med barnmorskorna betonar de hur viktigt det är för paret att prata med varandra och delge vad man tänker och känner. Speciellt sades att kvinnan måste släppa in mannen i sin graviditet, att våga be om stöd och tröst. Det finns från föräldrarna en uttalad önskan om att det ska finnas plats för mer känslomässigt utbyte i föräldragrupperna. Många har upplevt att kontakten med barnmorskan har varit bekräftande och att de har känt sig lyssnade till.

#### *Föreställningar om parrelationens förändring*

En mycket positiv syn på hur parrelationen kommer utvecklas efter att barnet är fött uttrycks av de intervjuade föräldrarna. De tror att barnet kommer att föra dem närmare varandra, att de då har ett gemensamt fokus, att få ett barn är det största de kan göra som ett par och att kärleken till barnet kommer att påverka relationen till partnern positivt.

*Alltså det blir ju en annan relation, man har ju något väldigt gemensamt eftersom man har ett barn tillsammans. Det är ju stor skillnad. [...] Det måste göra att man får en tightare relation, tror jag. Man får någonting som är ett gemensamt fokus.*

Flera av männen lyfter fram att barnet kommer ta platsen som nummer ett, och att både hon och han får finna sig i att inte vara högst på listan längre.

Bristen på tid, både i form av mindre tid tillsammans och mindre tid var för sig, tror männen och kvinnorna kan vara påfrestande och påverka relationen negativt. De anser att de måste ge varandra utrymme att ha egen tid och få hålla fast vid fritidssysselsättningar och intressen. De tror att det kommer att bli svårare för dem att ha fritid tillsammans, men att det också är något de måste prioritera i relationen för att inte tappa bort varandra. Kvinnorna betonar även vikten av att prata med varandra om relationen och jobba för att relationen ska fungera.

*Jag tror att det är viktigare än innan att tänka på att jobba på relationen. Att tänka på att inte gräla och så. Liksom att tänka på hur man framför saker när man är trött, t.ex. så är det lättare att man säger saker på ett sätt som man inte menade det.*

Att relationen kommer att bli annorlunda och utvecklas när de får ett barn, tror både männen och kvinnorna, och en kvinna påpekar att det inte vore bra om relationen inte förändrades alls.

Barnmorskorna lyfter fram vikten av att föräldrarna efter barnets födelse måste prata med varandra kring relationen, sex och samliv och bekräfta och stötta varandra. Det är lätt att bli så barnfixerad i sitt föräldraskap att relationen till partnern nästan glöms bort. Barnmorskorna betonar att båda föräldrarna är lika viktiga i relationen, att de måste försöka respektera varandras trötthet och försöka ge varandra utrymme till egen tid, liksom tid tillsammans. Idag är separationer vanliga när barnen är små, vilket barnmorskorna tror kan bero på att kommunikationen föräldrarna emellan inte är tillräcklig.

#### Förhållandet till parrelationen – Teoretisk reflektion

I vår studie visade sig att parrelationen ställs inför nya krav och påfrestningar när paret blir gravida och att parrelationen spelade en betydande roll i beslutet att skaffa barn. Graviditetens påverkan på relationen, stödet från partnern och föreställningar om parrelationens förändring är områden som de blivande föräldrarna funderade kring i övergången till ett föräldraskap.

Parrelationen genomgår olika faser och utmaningar och att bli föräldrar är ett steg som har beskrivits som det största för ett par (Brodén, 2004) som ställer mycket höga krav på relationen och på att de båda utvecklar nya roller och sätt att förhålla sig till varandra och stötta varandra (Belsky & Rovine, 1990, White, Wilson, Elander & Persson, 1999, Wilson, White, Cobb, Curry, Greene & Popovich, 2000). I vår studie har parrelationen lyfts fram som en betydande anledning till beslutet att bli förälder, samtidigt som det upplevdes som ett naturligt steg i förhållandet.

Flertalet par i vår studie ansåg att graviditeten hade påverkat parrelationen positivt. Att dela upplevelsen av denna tid tog relationen till en djupare nivå. Graviditeten framhövdes som mycket privat mellan de båda i paret och de fick en starkare känsla av samhörighet. Den sexuella relationen åsidosattes också ofta under graviditeten, vilket gav paret en möjlighet att lyfta fram och utforska de känslomässiga komponenterna i relationen. Denna tendens har även upptäckts i andra studier, t.ex. Hilfinger Messias och DeJosephs (2007) intervjustudie, som visade att parrelationen blev mer intim och av högre kvalitet under graviditeten. Brodén (2004) beskrev utifrån sin forskning att samlivets förändring under graviditeten bryter ner den



tidigare strukturen i samspelet inom paret, vilket kan leda till ökad gemenskap och lycka, men det kan också föra mannen och kvinnan ifrån varandra. Andra forskare har betonat vikten av att ha en bra relation under graviditeten då det gynnar den psykologiska anpassningen till graviditeten och det kommande föräldraskapet (Figueiredo, Field, Diego, Hernandez-Reif, Deeds & Ascencio, 2008, Weaver & Cranley, 1983), liksom anknytningen till fostret (Cannella, 2005, Siddiqui & Hägglöf, 2000).

Resultatet i vår studie visade att rollerna i relationen förändrades under graviditeten. De blivande föräldrarna blev mer omtänksamma och måna om varandra. För männen blev det tydligt att de tog rollen som den stöttande parten under graviditeten och inför föräldraskapet. Kvinnorna å sin sida blev mer mottagliga för stöd från sin partner och deras rollförändring bestod i att tillåta sig ta emot stöd. Forskning inom detta område visar att mannens upplevelse av att ge stöd och kvinnans upplevelse av att få stöd är grundläggande i de bådas tillfredsställelse i relationen under graviditeten (Rini, Dunkel Schetter, Hobel, Glynn & Sandman, 2006, Simpson, Rholes, Campbell & Wilson, 2003). I vilken riktning denna korrelation verkar är dock oklar i forskningen. Simpson, m.fl. har kommit fram till att gravida kvinnor som får mycket stöd från sin partner, söker också mer stöd från densamme och att både kvinnan och mannen då är mer tillfredsställda och nöjda med sin relation. Rini m.fl. beskrev å andra sidan att ju bättre förhållande paret upplever att de har, ju mer nöjda är kvinnorna med det stöd de får från sin partner. Det kan därför inte dras några slutsatser kring om en bra relation leder till att kvinnan är nöjd med stödet från partnern eller om bra stöd från mannen leder till en bra relation.

I vår studie visade det sig samtidigt att många kvinnor upplevde en ensamhet under graviditeten då endast den gravida kvinnan kan ta fullt ansvar för fostret och att både männen och kvinnorna önskade att de kunde dela detta ansvar och därmed stödja, respektive ta emot stöd. Kvinnorna beskrev även att negativa och jobbiga känslor inför graviditeten, fostret och förlossningen kunde vara svåra att dela med sin partner. Som tidigare nämnts har flera studier visat att en bra relation påverkar anpassningen till graviditeten och anknytningen till barnet positivt (Cannella, 2005, Figueiredo, Field, Diego, Hernandez-Reif, Deeds & Ascencio, 2008, Siddiqui & Hägglöf, 2000). Vilket leder till funderingar kring det omvända sambandet; kan det vara så att känslan av att inte kunna dela negativa känslor med sin partner, gör att kvinnan i större grad utvecklar negativa och jobbiga känslor inför graviditeten, fostret och förhållandet?

Föreställningar om att parrelationen skulle komma att utvecklas till det bättre efter att barnet hade fötts var centrala i vår studie. Det gemensamma fokus som ett barn innebär och det stora i att bli föräldrar tillsammans förväntades påverka relationen positivt. Bristen på tid tillsammans och tid var för sig förväntades dock kunna verka påfrestande på relationen. Den positiva inställningen till parrelationen efter övergången till ett föräldraskap skulle kunna förklaras av att människan generellt tenderar att ha en positiv bias, och torde därmed även ha positiva förväntningar inför denna förändring (Lawrence, Nylén & Cobb, 2007). Det har samtidigt visat sig att över lag stämmer prenatala förväntningar överens med den postnatala upplevelsen av parrelationen, men om de positiva förväntningarna inte uppfylls så påverkas parrelationen negativt (Belsky, 1985). Olika studier visar olika resultat på hur parrelationen påverkas av övergången till föräldraskapet, där vissa resultat pekar på att dynamiken i relationen är stabil och att paret hanterar övergången smidigt (White, Wilson, Elander & Persson, 1999, Wilson, White, Cobb, Curry, Greene & Popovich, 2000), andra att det har en negativ inverkan på relationen (Belsky & Rovine, 1990, Lawrence, Nylén & Cobb, 2007) och ytterligare andra lyfter fram att en relation som från början är positiv generellt inte försämras när paret har blivit föräldrar (Moller, Hwang & Wickberg, 2008). Belsky och Rovine utförde en longitudinell studie där de kom fram till att de par som skattade sin relation som mycket romantisk i den tredje trimestern av graviditeten hade också den största nedgången av romantik i relationen. Belsky och Rovine diskuterar att detta kan bero på en orealistisk uppfattning om ett parförhållande över tid, och att det blir svårt att upprätthålla när paret får ett barn. Sett utifrån resultatet i vår studie kan denna slutsats dock kritiseras, då paret i vår studie vittnar om att deras relation har påverkats positivt under graviditeten. En sådan eventuell förbättring under graviditeten diskuteras inte förhållande till en postnatalförändring i parrelationen i flertalet studier, utan dessa slutsatser baseras på den prenatala relationen i förhållande till den postnatala (Belsky & Rovine, 1990, Figueiredo, Field, Diego, Hernandez-Reif, Deeds & Ascencio, 2008, Lawrence, m.fl., 2007, Simpson, Rholes, Campbell & Wilson, 2003, White, m.fl., 1999, Wilson, m.fl., 2000). Kan det vara så att postnatal nedgång i parrelationens kvalitet till viss del speglar en tillbakagång till den kvalitet parrelation hade innan graviditeten?

## Förhållandet mellan föräldra- och yrkesidentiteten – Resultat

Att hitta en balans mellan föräldrarollen och yrkesrollen har aktualiserats redan under graviditeten för de blivande föräldrarna. Kvinnorna beskriver en upplevd perspektivförskjutning under graviditeten, medan männen förväntar sig att denna kommer när barnet väl har fötts. Att vara ledig från sitt arbete eller sina studier vid slutet av graviditeten anses gynna den mentala förberedelsen och resonemang kring föräldraledighet är centrala.

### *Yrkeslivet under graviditeten*

Att intresset och engagemanget för jobbet sjunker under graviditeten är något som framkommer vid flera intervjuer med de blivande mammorna och vid ett fåtal av intervjuerna med männen. En blivande mamma berättar:

*Jag tycker egentligen att livet är så mycket mer än arbete och då tänkte jag att när man får barn så kommer det där att lösa sig ganska automatiskt. Och det har det väl börjat göra också och det känns faktiskt väldigt skönt. Att jag inte bara är mitt yrke utan också mamma och fru. Så jag ser fram emot den här perspektivförskjutningen.*

Kvinnorna beskriver också att de tack vare graviditeten och dess påverkan på prioriteringar har lyssnat mer på sina egna känslor gentemot jobbet och att våga ta det de själva tycker och känner på stort allvar.

Att de blivande föräldraparen ofta är uttröttade fysiskt och psykiskt, påpekar barnmorskorna, och menar att det är en förändring som har skett på senare år. Enligt barnmorskorna tycker gravida kvinnor ofta att det är jobbigt att de inte orkar lika mycket som tidigare på jobbet, att det är svårt att köra på i samma tempo som före graviditeten. Många upplever även att de är mer sårbara och klarar inte av att ta kritik på samma sätt under graviditeten. Att kvinnor jobbar mer idag och känner sig pressade av sina karriärer tycker barnmorskorna verkar skapa oro angående om man kommer orka med att ha flera barn. Barnmorskorna uttrycker att det finns en norm i samhället kring den gravida kvinnan som stark och frisk och att gravida kvinnor upplever en press på att de ska klara av att jobba under hela graviditeten och inte visa sig svag.

*[...] även när kvinnan känner sig sjuk och har ont så ska man ändå vara den där friska kvinnan för det här är ju det normalaste som finns.*

Barnmorskornas uppfattning är att det är svårt för kvinnor att få bli sjukskrivna och få ut havandeskapspenning. På vissa arbetsplatser är de även väldigt negativa till att blivande mödrar tar ut havandeskapspenning. Barnmorskorna förespråkar att de blivande mammorna behöver ha tid och möjlighet att gå in i sin graviditet och tänka och fundera och varva ner och om denna möjlighet finns mår mamman bättre och riskerar inte att överföra stress till barnet. Att få havandeskapspenning och vara ledig från arbetet vid slutet av graviditeten och därmed få tid att mentalt förbereda sig på det nya livet upplevs vara mycket positivt.

### *Tankar kring föräldraledighet*

Att ta ut föräldraledighet är självklart för både mannen och kvinnan i samtliga intervjuade par. Hur länge och hur de tänker att de ska dela föräldraledigheten varierar dock stort mellan paren. I de flesta par har kvinnan ansökt om föräldraledighet i ungefär ett halvår och tänker efter det utvärdera hur det känns att vara hemma med barnet och då bestämma om hon ska fortsätta vara ledig eller om mannen ska ta vid. Flera av de blivande föräldrarna resonerar kring vem som ska vara hemma först, men anser att barnets möjlighet att få amma går före jämställdhetsstråvan i det fallet. En blivande pappa säger:

*Ja, fast rättvist blir det ju inte eftersom [...] mammorna är alltid hemma först eftersom de bär på maten. Och mamman är då alltid hemma när bebisen är ett kulli. Och sen efter ett halvår förmodligen när det börjar hända något, den börjar krypa, den börjar röra på sig, kanske börjar jollra lite och göra sig förstådd, då är pappan hemma och får allt det roliga. Det är inte schysst, men vad ska man göra?*

Endast ett par beskriver att de ändå skulle föredra att mannen var hemma först, men tycker att folk omkring dem är så negativa till den uppdelningen att de kommer vänta tills barnet har fötts innan de bestämmer detta närmare. Andra idéer för att lösa föräldravarandet vid sidan av arbetet är t.ex. att gå ner i arbetstid för att vara hemma tillsammans vissa dagar, att kvinnan vill arbeta någon dag i veckan under föräldraledigheten eller att båda efter var sin föräldraledighetsperiod arbetar halvtid och täcker upp tiden tills barnet är stort nog att gå på dagis.

Den ekonomiska situationen förefaller inte bekymra de intervjuade paren nämnvärt när det gäller föräldraledigheten. Det varierar i paren om de ekonomiskt sett tjänar på att kvinnan eller mannen är hemma med barnet. Dock är det flera som skulle vilja, men kan inte vara

lediga när föräldradagarna är slut och dessa begränsar därför valfriheten i föräldraledigheten. Av en del intervjuer framgår det dock en oro för den ekonomiska situationen i ett längre perspektiv, t.ex. på grund av ett större försörjningsansvar, oro för att hamna efter i löneutvecklingen eller flera års framtida studier.

#### *Förväntningar kring föräldraroll och yrkesroll*

Att prioritera familjen framför karriären är något som verkar självklart för de flesta i studien. En pappa säger:

*Man kommer nog få helt andra prioriteringar faktiskt. [...] Jag har varit rätt så fokuserad på karriär och sådana grejer och det tror jag kommer svänga. Det känner jag redan nu, att det inte är lika viktigt.*

De blivande papporna tror att inställningen till arbetet kommer att förändras, t.ex. att de vill vara tillgängliga under arbetsdagen för att kunna stötta sin partner som är hemma med barnet, att de inte vill resa så mycket i sitt arbete längre och kommer försöka jobba effektivare för att kunna gå från jobbet i tid.

En rädsla för att bli ensamma och isolerade eller att fastna i ”mammabubblan”, uttrycks av de gravida kvinnorna.

*Jag vet inte hur jag kommer att vara eller hur jag kommer att känna men jag har sett väldigt mycket på andra som har fått barn att riktigt skärpta människor går in i den här mammabubblan, så att det blir ens hela värld. Det kanske är oundvikligt till en viss del, men jag tror också att det är bra att ha en plan eller strategi om hur man ska undvika att fastna där.*

Kvinnorna beskriver hur de på olika sätt kommer att anstränga sig för att hålla fast vid ett eget vuxen- och yrkesliv, t.ex. att arbeta någon dag i veckan även under föräldraledigheten, gå en kvällskurs för att ha något intellektuellt stimulerande eller att försöka träffa sina vänner.

*Och jag tror att det är jätteviktigt att ha en del vuxenliv, och det är också därför jag säger att jag tycker att det är viktigt att komma tillbaka till jobbet så för att man ändå vill ha den biten, att man inte bara blir mamma.*

En del av kvinnorna pratar även om att de kommer att sträva efter att efter föräldraledigheten försöka hitta en balans mellan att vara mamma och yrkeskvinna och att båda dessa roller är viktiga för dem.

## Förhållandet mellan föräldra- och yrkesidentiteten – Teoretisk reflektion

I sitt förhållande till yrkesidentiteten beskrev de blivande föräldrarna att nya prioriteringar i form av familjelivet blev allt mer aktuella under graviditeten. Föräldrarna diskuterade balansen mellan yrkesliv och föräldraroll, föräldraledigheten och strategier för att hålla kvar vid ett vuxenliv. De kvinnor som hade fått havandeskapspenning ansåg att det hade gynnat den mentala förberedelsen.

En perspektivförskjutning av vad som värderades som viktigt i livet var tydlig i de intervjuade männen och kvinnornas förhållande till sin yrkesidentitet. Resultatet av vår studie visar att försök till att hitta en balans mellan föräldra- och yrkesrollen påbörjades och bearbetades redan under graviditeten och de blivande föräldrarna förberedde sig på en förändring av sin egen identitet i och med den nya rollen som förälder. Denna identitetsutveckling kan kopplas till Burns (1979) teori om självkoncept där han hävdade att varje människa testat hypoteser, bildar teorier, utvärderar bevis och drar slutsatser om sig själv för att hitta sin plats i tillvaron (Burns, 1979). Brodén (2004) beskrev graviditeten som en sådan övergångsperiod där den personliga utvecklingen är mer möjlig, vilket kan leda till en identitetsförändring. Nya tankar och värderingar bearbetas då på olika plan för att bli en integrerad del av individens psyke. Att människan genomgår olika övergångsstadier eller utvecklingskriser har länge varit ett område av intresse inom psykologin och den mest framträdande teorin ur ett livslångt perspektiv är Eriksons stadier (1995). Den kris som är relaterat till föräldrablivandet är Eriksons sjunde steg; vuxenåren, vars nyckelord är generativitet, vilket innefattar reproduktion, produktivitet och kreativitet. Den nya dygd som uppstår i stadiet är omsorg, vilket beskrivs som en känsla av förpliktelse att vårda personer, produkter och idéer. En positiv lösning på krisen innefattar en självförnyelse som bidrar till en fortsatt identitetsutveckling. Av resultatet i vår studie kan det hävdas att de blivande föräldrarna har påbörjat arbetet med denna utvecklingskris genom en perspektivförskjutning och tankar kring nya roller och en ny identitet som förälder och yrkeskvinna/man. Troligtvis kommer dessa tankar att bli ännu mer aktuella när barnet väl är fött och att balansen mellan de olika rollerna blir i praktiken ännu tydligare.

I vår studie var det främst kvinnorna som explicit uttryckte sig kring en rollförändring i sina liv. De som hade havandeskapspenning vid tiden av intervjun såg detta som mycket positivt då de hade fått tid att mentalt förbereda sig på det nya livet. Liknande resultat har påträffats i

en annan kvalitativ studie där de kvinnor som inte arbetade mot slutet av graviditeten hade till större del funderat kring sitt barn och var känslomässigt närmare fostret (Stainton, 1985).

Kvinnorna i vår studie funderade redan under graviditeten kring en framtida balans mellan arbete och föräldraskap och flera hade tänkt ut strategier för hur de skulle hantera övergången. Att dessa tankegångar var mer aktuella för kvinnorna än för männen kan handla om att de i de flesta fall skulle vara föräldralediga först. Forskning visar att kvinnor känner en arbetsrelaterad stress även under föräldraledigheten, i form av oro kring framtida arbete och ekonomisk situation (Moller, Hwang & Wickberg, 2008), men även att rollkonflikten troligtvis aktualiseras igen när kvinnan åter börjar arbeta och måste omformulera sina prioriteringar (Wilson, White, Cobb, Curry, Greene & Popovich, 2000).

Männen i vår studie hade förväntningar på arbetet, exempelvis att alltid kunna vara tillgängliga och att inte behöva resa eller jobba över för ofta när barnet är fött, och ville i större utsträckning prioritera familjen. Moller, Hwang och Wickberg (2008) har gjort en svensk studie som visade att många pappor upplever en stress över sitt arbete, vissa över att kraven på arbetet inte tillåter att de är hemma med sitt barn så mycket som de vill, medan andra är stressade över att krav hemifrån gjorde att de inte kunde lägga ner lika mycket tid på arbetet som innan. I förhållande till dessa resultat kan det tänkas att förväntningarna som männen i vår studie uttryckte kan vara svåra att genomföra i praktiken.

## SLUTDISKUSSION

Syftet med studien var att undersöka gravida förstagångsföräldrars upplevelser av graviditeten och tankar inför kommande föräldraskap, så som det ter sig i dagens Sverige. Resultaten av analysen i vår intervjustudie visade på fem huvudområden som var centrala i blivande föräldrars upplevelse vid slutet av graviditeten: *Förhållandet till den gravida kroppen, Förhållandet till det blivande barnet, Förhållandet till den kommande föräldraidentiteten, Förhållandet till parrelationen* och slutligen *Förhållandet mellan föräldra- och yrkesidentiteten.*

Den gravida kroppen var ett område som upptog en stor del av kvinnornas berättelser, men inte i lika stor utsträckning männens. Kroppen och dess förändring kunde både skapa fascination, glädje och bekräfta graviditeten men samtidigt bli ett område för oro och ångest. Även tankarna kring den kommande förlossningen ledde till både negativa och positiva känslor hos kvinnorna. En oro inför förlusten av kontroll och den utsatta situation som förlossningen skulle komma att innebära fanns parallellt med en känsla av fascination och tilltro till den egna kroppens förmåga. En fundering som har väckts är om kroppsliga graviditetssymtom kan vara ett medel för att uttrycka känslor, t.ex. kan illamående tänkas vara ett psykosomatiskt uttryck för andra mer tabubelagda rädslor som aktualiseras under graviditeten, t.ex. Är jag redo att bli förälder? Är min partner den rätte? Kommer jag att kunna älska mitt barn och tillfredsställa dess behov? Kroppens förändring och förlossningen tycks också vara områden som är mer tillåtna att känna oro och ångest kring under graviditeten och en del av denna ångest skulle kunna bestå av mer existentiell oro som inte kan uttryckas på annat sätt.

Under graviditeten kom de blivande föräldrarna i kontakt med professionella instanser. I vissa fall, exempelvis vad gäller strikta kostråd och otydliga besked vad gäller fostrets hälsa, skapade dessa kontakter stor oro. Detta är beaktansvärt då de blivande föräldrarna söker upp t.ex. barnmorskor och läkare för att få stöd och hjälp men i dessa fall har det istället gett motsatt effekt.

Det är tydligt att de blivande föräldrarna hade inlett en anknytningsprocess till fostret. Detta uttrycktes i en emotionell relation som bestod av känslor för fostret och försök till att skapa en



bild av sitt blivande barn genom att tillskriva det egenskaper och fantisera kring utseende och kön. Resultatet visade att männens emotionella insikt om det blivande barnets existens uppstår något senare än kvinnornas. Avgörande för männen förståelse tycktes vara en yttre bekräftelse t.ex. i form av en ultraljudsbild där fostret ser ut som ett barn eller fostrets sparkar. När männen hade nått denna emotionella insikt är deras upplevelse av fostret och det blivande barnet mycket likt kvinnans. Flera av kvinnorna i vår studie beskrev att deras egen emotionella inställning till graviditeten påverkades av mannens förståelse. Hur denna skillnad mellan parterna påverkar deras upplevelse av graviditeten hade varit intressant att undersöka närmare. Att vidare studera hur mannen kan nå en emotionell insikt i ett tidigare skede i graviditeten hade kunnat bidra till bredare kunskap och angreppssätt för hur man kan hjälpa de blivande paren att stötta varandra och dela upplevelsen av graviditeten. Allteftersom fostret växte och kunde ta in och svara på intryck från omvärlden ökade de blivande föräldrarnas kommunikation med fostret vilket eventuellt kan ge bränsle till och motivation för en allt starkare anknytning. Att de blivande föräldrarna uppfattade fostret mer och mer som en individ att relatera till kan tänkas förbereda ett framtida föräldraskap. Ett annat mer implicit sätt att förbereda sitt föräldraskap skulle kunna vara den relation till fostret som kvinnorna beskriver, dvs. en känsla av att aldrig vara ensamma, liksom att kontinuerligt prata med och ta hänsyn till sitt foster.

Redan inför beslutet att skaffa barn hade en förberedelse inför föräldraskapet påbörjats i och med känslan av att vara redo att bli förälder. Kvinnornas beskrivning av detta utgjordes av tankar om att ha bearbetat sig själva och att nu vara redo för att fokusera på någon annan vilket kan ses som en inre psykologisk process. Männen å andra sidan beskrev hur de i sin livssituation hade nått ett stadium av att vara redo att bli förälder, t.ex. att ha levt färdigt singellivet och tidigare ha rest mycket. Både männen och kvinnorna berättade att stabiliteten i parrelationen var viktig inför beslutet att skaffa barn. Den praktiska förberedelsen under graviditeten var en viktig del i föräldraskapet men kvinnorna har i större utsträckning än männen beskrivit denna praktiska förberedelse som ett led i en mental förberedelse. I skapandet av en egen föräldraroll samlade de blivande föräldrarna på sig erfarenheter av andras föräldraskap i form av situationer som hanterats bra eller mindre bra. En intressant iakttagelse var att kvinnorna beskrev fler exempel på hur de inte ville vara i förhållande till hur de ville vara, medan männen hade en jämnare fördelning mellan positiva och negativa exempel. En annan skillnad utifrån våra resultat tycks vara hur männen beskriver sin kommande föräldraroll i förhållande till barnets egenskaper och utveckling, medan kvinnorna

har mer fokus på hur hon vill vara som mamma och vilka svårigheter det gemensamma föräldraskapet kan komma att innebära utan att nämna barnets eventuella behov. Om detta även föreligger i en större population och vad de olika utgångspunkterna kan bero på skulle kunna belysa nya aspekter av kvinnors och mäns skapande av en föräldraidentitet. För kvinnorna framstod den egna mamman som den främsta förebilden för det kommande föräldraskapet medan männen inte lika tydligt beskrev sin egen pappa som förebild. Detta kan vara ett resultat av att papparollen har utvecklats mycket på senare tid. Vänner och syskon med barn var däremot förebilder som både de blivande mammorna och papporna värdesatte högt. I föreställningen om livet med ett barn förväntade sig männen större förändringar hos sig själva som personer än vad kvinnorna uttryckte. Detta skulle kunna bero på att kvinnan redan gjort stora förändringar och uppoffringar i sitt liv i och med graviditeten. Den fysiska närheten till fostret bidrar även till att hon ständigt blir kroppsligen påmind om de uppoffringar som fostret och senare barnet kräver och att hon redan nu under graviditeten tar ett stort ansvar för fostrets välmående.

Ett annat viktigt område för informanterna var parrelationen. Som tidigare nämnts ansåg flertalet blivande föräldrar att en stabilitet i parrelationen var betydande för beslutet att skaffa barn, men även att det sågs som ett naturligt steg i förhållandet. Graviditeten upplevdes ha påverkat parrelationen positivt, bl.a. ansågs det minskade sexuella samlivet ha skapat ett utrymme för en mer känslomässig intimitet. De blivande föräldrarna beskrev även en känsla av en unik gemenskap i att dela upplevelsen av graviditeten och det romantiska i att ha skapat ett barn tillsammans och uttryckte även att de har blivit mer omtänksamma och måna om varandra. Under graviditeten uppstod nya roller i parrelationen, vilka karaktäriserades av att mannen tog en mer stödjande roll och kvinnan minskade kraven på sig själv och tillät sig ta emot mer stöd. Samtidigt upplevde kvinnorna att negativa och jobbiga känslor inför graviditeten och fostret var svåra att dela med partnern. De intervjuade männen och kvinnorna förväntade sig att det gemensamma fokus som barnet ger kommer att påverka relationen positivt, men att bristen på tid för varandra och var för sig kan bli påfrestande för relationen.

I förhållande till sin yrkesidentitet beskrev de intervjuade männen och kvinnorna att de upplevt en perspektivförskjutning, redan under graviditeten, av vad de värderar som viktigt i livet, till fördel för familjen. De blivande föräldrarna beskrev att en balans mellan föräldra- och yrkesroll troligtvis skulle komma att bli än mer viktig när barnet väl är fött. Denna balans tycks för kvinnorna och männen ha olika utgångspunkter, där kvinnorna utöver mammarollen

betonade vikten av att hålla fast vid identiteten som yrkeskvinna, medan männen tog sin yrkesidentitet mer för given och ville göra plats för familjen i sitt liv. Detta stämmer överens med den traditionellt könsstereotypa bilden av familjen där kvinnan förväntas ta det större ansvaret för barnet och familjen medan mannen är försörjare. I vår studie har detta uttryckts som att mannen hade en vilja att dela föräldraskapet med kvinnan, som i sin tur också önskade ett delat föräldraskap men tog till skillnad från mannen för givet att hon redan hade ett stort föräldraansvar. En annan förklaring till detta könsstereotypa förhållningssätt kan vara att kvinnan i de flesta fall skulle vara föräldraledig, och därmed förälder på heltid, först.

Inför barnets ankomst upplever både barnmorskorna och kvinnorna själva att mer ledig tid kan gynna den blivande mammans mentala förberedelse. Barnmorskorna belyser vikten av att kvinnan hinner gå ner i varv inför förlossningen för att minska stressen för både henne och fostret och betydelsen av detta vore intressant att få veta mer om.

De intervjuade kvinnorna och männen var engagerade i att förmedla sina upplevelser och samtliga hade många tankar kring sin situation, även om flera inledningsvis inte själva var medvetna om detta. Sammantaget uppenbarades att männen och kvinnorna beskrev sina upplevelser på liknande sätt men att kvinnorna hade mer fokus kring kroppen och förlossningen. Denna kvalitativa likhet i intervjumaterialet kan tyda på en mer jämställd familjebildning, där kvinnan och mannen delar upplevelsen av graviditeten och blir föräldrar tillsammans.

#### Styrkor och begränsningar i studien

Det fenomenologiska förhållningssättet och det kvalitativa angreppssättet som valdes för studien visade sig vara gynnsamt för studiens syfte då vi anser att informanternas livsvärld och upplevelse framträdde. Ett kvantitativt tillvägagångssätt hade krävt en i förväg välavgränsad hypotes och därigenom begränsat informanternas möjlighet att delge sina upplevelser i bredare spektrum. Studien hade sannolikt gynnats av fler intervjuer, då tydligare och/eller andra mönster skulle kunna ha framträtt. Detta var dock inte möjligt på grund av tidsramarna för studien. Nackdelen med denna typ av studie är låg generaliserbarhet vilket delvis kan kompenseras genom att jämföra med andra studier och existerande teorier. Den teoretiska reflektionen påverkades av materialets stora omfång som innefattade många och breda kunskapsområden. Författarna för denna studie har fördjupat sig inom

kunskapsområdena och fann forskning som ansågs belysa de mest intressanta aspekterna, men tidsramarna kan ha inneburit en begränsning. Både internationell och svensk forskning har använts i den teoretiska reflektionen. Trots att det finns kulturella skillnader mellan de länder som de refererade studierna utförts i, finns stora likheter i blivande föräldrars upplevelse av graviditet och kommande föräldraskap. I de fall där tidigare forskning har motsagt våra resultat kan eventuellt kulturella skillnader föreligga vilket ej har tagits hänsyn till i vår studie.

Valet av semistrukturerade intervjuer gav utrymme för varje persons berättelse och en insyn i dennes livsvärld. Att ha en intervjuagenda med teman hjälpte samtalsledarna att hålla intervjun inom intresseområdet. De teman som utgjorde intervjuagendan visade sig vara verkningsfulla på så sätt att de gav en bredd och belyste informanternas livsvärld ur olika perspektiv. Dock kan valet av teman kritiserars då de baserades på författarnas förståelse av vad som eventuellt kunde vara centralt för gravida förstagångsföräldrar. Det är möjligt att andra aspekter hade framträtt om intervjuagendan hade sett annorlunda ut, dock har samtalsledarna varit uppmärksamma på denna risk och i möjligaste mån undvikit att styra informantens berättelse.

Urvalskriterierna för de blivande föräldrarnas deltagande i studien var blivande förstagångsföräldrar i graviditetsvecka 30-40, där både mannen och kvinnan i paret ville delta. På grund av rekryteringssvårigheter intervjuades även ett par i graviditetsvecka 26, deras berättelser tycks dock inte skilja sig nämnvärt från övriga informanter. Att endast par där både mannen och kvinnan ville bli intervjuade valdes ut baserades på en intention att jämföra upplevelser mellan och inom paren. Detta ansågs dock inte vara fruktbart då antalet informanter blev så litet och variationerna så stora att individuella skillnader troligtvis skulle påverka resultatet för mycket. Att endast intervjuar par visade sig ändå vara fördelaktigt för studien då antalet yttre omständigheter till viss del kontrollerades. De fem paren visade sig trots urvalskriterierna ha genomgått olika processer inför och under graviditeten, vilket gav en intressant bredd i materialet. Möjligtvis hade striktare urvalskriterier skapat en mer homogen grupp och tillåtit vissa mönster att framträda tydligare, men då eventuellt på bekostnad av bredden av upplevelser. Homosexuella gravida par och ensamstående gravida kvinnor uteslöts ur studien, eftersom en jämförelse mellan män och kvinnor avsågs.

Eftersom rekryteringen till studien skedde på frivillig basis från informanternas sida kan det inte uteslutas att det är en viss typ av människor med en viss typ av bakgrund som har sökt sig till studien. Informanterna kan samtidigt ha sökt sig till studien av olika skäl, t.ex. en vilja att bidra till forskningen eller att berätta om sin unika situation. Utöver detta kan det också ha funnits en omedveten eller medveten förväntan om att få delge svåra upplevelser och få stöd i dessa, då intervjuerna utfördes av blivande psykologer, vilket kan ha påverkat studiens resultat. De informanter som slutligen deltog i studien visade sig vara en homogen grupp vad gäller ålder och sysselsättning men om detta påverkat resultaten är oklart.

Intervjuerna med de blivande föräldrarna utfördes i olika miljöer; universitetets lokaler, informantens hem, respektive informantens arbetsplats. Kontexten kring intervjun kan ha haft en inverkan på relationen mellan samtalsledare och informant, atmosfären under intervjun och vilka teman som aktualiserades. En sådan kontextuell påverkan uppfattades inte under intervjuerna och framträdde ej heller i materialet.

Att även intervjua barnmorskor avsåg att ge en bredd till studien i form av deras erfarenhet av att dagligen möta gravida par och ett samhälleligt perspektiv. Det var intressant att få en inblick i barnmorskornas arbete med de blivande föräldrarna och de teman som utsetts för intervjuerna med de blivande föräldrarna bekräftades som aktuella områden. Dock visade det sig att de blivande föräldrarna själva var de bästa informanterna för att bättre förstå de psykologiska aspekterna, därför har inte barnmorskeintervjuerna framträtt i redovisningen av resultaten i lika stor utsträckning.

För att minska samtalsledarens påverkan på intervjumaterialet valdes att utföra varannan intervju med barnmorskorna, liksom varannan intervju med mannen respektive kvinnan i paren. Till följd av tekniska problem gick inte materialet från två av intervjuerna, en intervju med en barnmorska och en intervju med en man, att användas. Tyvärr ledde detta till en snedfördelning i antalet intervjuer med män och kvinnor som låg till grund för analysen. Konsekvensen av detta blev också att tre utav de slutgiltiga fyra intervjuerna med männen hade utförts av en och samma samtalsledare. Möjligtvis kan detta ha påverkat innehållet i intervjuerna, men en sådan effekt har inte observerats.

Det tillvägagångssätt som valdes för analysen upplevdes passande för studiens syfte. Analysförfarandet gav utrymme för en komplex syn på materialet och öppnade upp för olika

infallsvinklar. Den subjektiva komponent som detta kräver kan ses som positiv då forskarna känner materialet, men kan också innebära att vissa aspekter förbises. Informantgruppernas material behandlades separat i analysens första steg och integrerades först senare. Tack vare detta framträdde vissa skillnader och likheter mellan grupperna. Om materialet hade setts som en helhet från början skulle andra mönster kunna ha framträtt.

### Förslag på vidare forskning

Ett av målen med denna studies breda frågeställning och hypotesgenererande tillvägagångssätt var att ställa nya och mer definierade frågeställningar inför vidare forskning. De resultat som framkommit i denna studie har knutits an till teorier som bekräftar resultaten alternativt visar på andra tendenser. I det här stycket kommer områden och frågeställningar presenteras som väckt nyfikenhet och som skulle vara intressant att undersöka närmare. Dessa frågeställningar har vi inom ramen för detta arbete inte hittat specifik forskning kring eller tycks våra resultat pekar i en annan riktning eller visar på fler medierande eller modererande faktorer.

Vår studie har visat att graviditeten väcker många olika känslor och förändrar hela ens livssituation vilket kan göra att man ifrågasätter hur man lever sitt liv, t.ex. om man är redo för att bli förälder och den uppoffringen det innebär, om den valda partnern är den rätta men även existentiella tankar kring liv och död. Utifrån resultatet av våra intervjuer verkar dessa frågor vara svåra att dela med andra och i synnerhet med sin partner. En fråga som har väckts är om ångest över den gravida kroppens förändring och den kommande förlossningen, som i många fall troligtvis är lättare att prata om och att få sympati för, även kan innefatta en del av den mer existentiella ångesten? Om så skulle vara fallet kan en sådan kunskap hjälpa t.ex. barnmorskor och andra professionella i vården att vara uppmärksamma på det här fenomenet och hjälpa de gravida kvinnorna och männen att bearbeta även denna oro.

Männen i vår studie gjorde få uttalanden om sin partners gravida kropp vilket skapade en nyfikenhet kring hur mannens inställning till partners kroppsliga förändring påverkar kvinnan. Mer forskning är önskvärt inom detta område.

Ett annat område av intresse som skulle gynnas av att undersökas vidare är den havande kvinnans upplevelse av graviditeten som ett stort ansvar med många krav och den ensamhet

som kvinnan kan känna i detta. Utifrån vår studie framkom att barnmorskans råd och förebyggande hälsoarbete, t.ex. vad man bör och inte bör äta och göra under graviditeten, i vissa fall kan uppfattas som ett mycket betungande ansvar som kan skapa ångest. Frågan som väcks är hur mycket fostret och den prenatala anknytningen gynnas av att den gravida kvinnan följer den stora mängden råd och krav som ofta ges, i relation till den negativa effekt som den eventuella ångesten skapar.

De blivande föräldrarna i vår studie berättade även om ångest och oro som har uppstått i mötet med professionella instanser, då de fått otydliga besked om fostrets hälsa. Hur detta påverkar det gravida paret och hur de professionella, t.ex. barnmorskor och läkare, kan förbättra sitt bemötande för att minska risken för att i onödan oroa de blivande föräldrarna bör undersökas närmare.

I vår studie har det visat sig att männens prenatala anknytning påbörjas senare än kvinnornas, men när den väl hade påbörjats innefattade den liknande kvalitativa aspekter som den blivande mammans. Resultatet av vår studie tyder på att mannens prenatala anknytning gynnas av yttre bevis t.ex. en ultraljudsbild där fostret ser ut som ett barn och fostrets sparkar. Det hade varit intressant att undersöka om det finns andra faktorer som kan påverka mannens anknytningsprocess och hur den kan påbörjas tidigare under graviditeten. Tidigare forskning visar att den gravida kvinnans prenatala anknytning till fostret påverkar hennes postnatala relation till barnet (Siddiqui & Hägglöf, 2000). Att klargöra om detta samband även gäller för mannen hade ytterligare visat på vikten av mannens delaktighet under graviditeten. Om denna hypotes visar sig stämma kan denna kunskap vara vägvisande för vårdens bemötande av det gravida paret. Forskning visar att en bra parrelation påverkar den havande kvinnans prenatala anknytning positivt (Cannella, 2005, Figueiredo, Field, Diego, Hernandez-Reif, Deeds & Ascencio, 2008, Siddiqui & Hägglöf, 2000), vilket även informanterna i vår studie har berättat om. En del blivande föräldrar i vår studie har samtidigt berättat om att en skillnad i förståelsen inför graviditeten för de båda i paret, tycktes påverka relationen på ett negativt sätt och minska lyckan över graviditeten. Detta väcker frågor kring huruvida mannens respektive kvinnans prenatala anknytning till fostret påverkar parrelationen och hur paret påverkas om mannen och kvinnan har olika stark anknytning till fostret.

Inför föräldraskapet diskuterade männen och kvinnorna exempel på hur de ville respektive inte ville förhålla sig till sitt barn. I analysen framkom att kvinnorna i större utsträckning än

männen beskrev förhållningssätt som de inte ville anamma i sitt föräldraskap. Funderingar väcktes kring om detta kan ha samband med männen och kvinnornas förändrade föräldraroller. Detta verkar dock inte vara ett prioriterat forskningsområde. Fler studier kring blivande mammors och pappors skapande av en föräldraidentitet med hjälp av förebilder är därför önskvärt.

Resultaten av vår studie tyder på att både männen och kvinnorna hade en flerdimensionell bild och utarbetade strategier för föräldraskapet. Lite oväntat visar resultaten att det tycks finnas en kvalitativ skillnad mellan männen och kvinnorna där mannen beskrev sitt föräldraskap utifrån barnet medan kvinnorna hade mer fokus på den egna föräldraidentiteten och det gemensamma föräldraskapet utan att nämna barnets personliga egenskaper och behov. Forskning som påvisar denna skillnad har inte påträffats inom ramen för denna studie och det vore därför intressant att närmare undersöka fenomenet och dess eventuella generaliserbarhet. Det kan funderas kring om detta speglar män och kvinnors olika sätt att förhålla sig till en identitetsförändring, om det är en skillnad i mäns och kvinnors diskurs, eller om det finns ytterligare förklaringar.

Våra resultat tyder på att parrelationen fördjupas under graviditeten. Framtida forskning som behandlar föräldrablivandets påverkan på parrelationen, bör ta hänsyn till graviditetens eventuella positiva påverkan på relationen för att utreda orsaken till en postnatal nedgång i relationens kvalitet. Påvisad skillnad mellan prenatal och postnatal relationstillfredsställelse kanske inte bara beror på barnet och de nya krav som familjelivet innebär, utan även speglar en tillbakagång till hur relationen upplevdes innan graviditeten.

De gravida kvinnorna i vår studie beskrev vikten av en mental förberedelse inför barnets ankomst och de som haft havandeskapspenning upplevde att ledigheten gynnade denna psykologiska process. Att tack vare havandeskapspenning ha tid att helt gå upp i graviditeten och minska den blivande mammans och fostrets stressnivå har även de intervjuade barnmorskorna betonat. Betydelsen av att gå ner i arbetstid eller vara ledig inför förlossningen för den havande kvinnans mående bör därför utforskas vidare.

Par som intervjuades i den här studien hade genomgått olika processer inför graviditeten, bl.a. missfall vid tidigare graviditet, provrörsbefruktning och planerad respektive inte planerad graviditet. Hur olika erfarenheter kan påverka upplevelsen av graviditeten och det



kommande föräldraskapet har inte utretts i denna studie men vore intressant att utforska närmare. Likaså kan forskning kring graviditet och föräldraskap i andra familjekonstellationer t.ex. homosexuella par och ensamstående gravida kvinnor uppmärksamma andra faktorer och processer i upplevelsen av graviditeten och föräldrabildandet som inte framträtt i denna studie som fokuserat på heterosexuella par. Den här studien utfördes i en specifik kulturell kontext och därmed hade studier i andra kulturer fördjupat kunskapen kring den psykologiska processen under graviditeten. Likaså hade jämförande studier mellan t.ex. individualistiska och kollektivistiska samhällen varit intressanta ur ett kulturellt perspektiv.

## REFERENSLISTA

- Alhusen, J. L. (2008). A literature update on maternal-fetal attachment. *Journal of Obstetric, Gynecology, & Neonatal Nursing*, 37(3), 315-328.
- Allwood, C.M., & Erikson, M.G. (1999). *Vetenskapsteori för psykologi och andra samhällsvetenskaper*. Lund: Studentlitteratur.
- Barclay, L., & Lupton, D. (1999). The experiences of fatherhood: a socio-cultural analysis. *Journal of Advanced Nursing*, 29(4), 1013-1020.
- Belsky, J. (1985). Exploring individual differences in marital change across the transition to parenthood: The role of violated expectations. *Journal of Marriage and the Family*, 47, 1037-1046.
- Belsky, J., & Rovine, M. (1990). Patterns of marital change across the transition to parenthood: Pregnancy to three years postpartum. *Journal of Marriage and the Family*, 52(1), 5-19.
- Birgerstam, P. (2000). *Skapande handling: Om idéernas födelse*. Lund: Studentlitteratur.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: attachment Vol. 1*. London: Hogarth Press.
- Brodén, M. (2004). *Graviditetens möjligheter: En tid då relationer skapas och utvecklas*. Stockholm: Natur och Kultur.
- Burns, R.B. (1979). *The Self Concept - theory, measurement, development and behaviour*. New York: Longman Group Limited.
- Cannella, B.L. (2005). Maternal-fetal attachment: an integrative review. *Journal of Advanced Nursing*, 50(1), 60-68.
- Chang, S.-H., Chao, Y.-M., & Kenney, N.J. (2006). I am a woman and I am pregnant: Body image of women in Taiwan during the third trimester of pregnancy. *BIRTH*, 33(2), 147-153.
- Chou, F.-H., Aron, K.C., Kuo, S.-H., & Fetzer, S.J. (2008). Relationships between nausea and vomiting, perceived stress, social support, pregnancy planning, and psychosocial adaptation in a sample of mothers: A questionnaire survey. *International Journal of Nursing*, 45(2008), 1185-1191.
- Condon, J.T., & Corkindale, C.J. (1998). The assessment of parent-to-infant attachment: Development of a self-report questionnaire. *Journal of Reproductive & Infant Psychology*, 16(1), 57-77.
- Cranley, M.S. (1981). Development of a tool for the measurement of maternal attachment during pregnancy. *Nursing Research*, 30, 281-284.
- Daly, K. (1993). Reshaping fatherhood: Finding the models. *Journal of Family Issues*, 14(4), 510-530.

- Davies, K., & Wardle, J. (1994). Body image and dieting in pregnancy. *Journal of Psychosomatic Research*, 38(8), 787-799.
- Delmore-Ko, P., Pancer, S.M., Hunsberger, B., & Pratt, M. (2000). Becoming a parent: The relationship between prenatal expectations and postnatal experience. *Journal of Family Psychology*, 14(4), 625-640.
- Duncombe, D., Wertheim, E.H., Skouteris, H., Paxton, S.J., & Kelly, L. (2008). How well do women adapt to changes in their body size and shape across the course of pregnancy? *Journal of Health Psychology*, 13(4), 503-515.
- Deutsch, F.M., Ruble, D.N., Fleming, A., Brooks-Gunn, J., & Stangor, C. (1988). Information-seeking and maternal self-definition during the transition to motherhood. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55(3), 420-431.
- Erikson, E.H. (1995). *Den fullbordade livscykeln*. Stockholm: Bokförlaget Natur och Kultur.
- Figueiredo, B., Field, T., Diego, M., Hernandez-Reif, M., Deeds, O., & Ascencio, A. (2008). Partner relationships during the transition to parenthood. *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, 26(2), 99-107.
- Gage, M.G., & Hendrickson Christensen, D. (1991). Parental role socialization and the transition to parenthood. *Family Relations*, 40(3), 332-337.
- Hakulinen, T., Paunonen, M., White, M.A., & Wilson, M.E. (1997). Dynamics of families during the third trimester of pregnancy in southwest Finland. *International Journal of Nursing Studies*, 34(4), 279-277.
- Hilfinger Messias, D.K., & DeJoseph, J.F. (2007). The personal work of a first pregnancy: Transforming identities, relationships, and women's work. *Women & Health*, 45(4), 41-64.
- Kennell, J.H., Slyter, H., & Klaus, M.H. (1970). The mourning response of parents to the death of a newborn infant. *New England Journal of Medicine*, 283, 344-349.
- Kvale, S. (1997). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Lund: Studentlitteratur.
- Lawrence, E., Nylén, K., & Cobb, R.J. (2007). Prenatal expectations and marital satisfaction over the transition to parenthood. *Journal of Family Psychology*, 21(2), 155-164.
- LeMasters, E.E. (1957). Parenthood as crisis. *Marriage and Family Living*, 19(4), 352-355.
- Marsiglio, W., Hutchinson, S., & Cohan, M. (2000). Envisioning fatherhood: A social psychological perspective on young men without kids. *National Council on Family Relations*, 49(2), 133-142.
- May, K.A. (1982). Factors contributing to first-time fathers' readiness for fatherhood: An exploratory study. *Family Relations*, 31(3), 353-361.

- Miller, T. (2007). "Is this what mothering is all about?" Weaving experiences and discourse through transition to first-time motherhood. *Gender & Society, 21*(3), 337-358.
- Miller, B.C., & Sollie, D.L. (1980). Normal Stresses during the Transition to Parenthood. *Family Relations, 29*(4), 459-465.
- Moller, K., Hwang, P., & Wickberg, B. (2008). Couple relationship and transition to parenthood: Does workload at home matter? *Journal of Reproductive and Infant Psychology, 26*(1), 57-68.
- Muller, M.E., & Mercer, R.T. (1993). Development of the prenatal attachment inventory. *Western Journal of Nursing Research, 15*, 199-215.
- Pancer, S.M., Pratt, M., Hunsberger, B., & Gallant, M. (2000). Thinking ahead: Complexity of expectations and the transition to parenthood. *Journal of Personality, 68*(2), 253-280.
- Plantin, L., (2001) *Män, familjeliv och föräldraskap*. Umeå: Boréa Bokförlag.
- Redshaw, M., & van den Akker, O. (2008). Editorial: Understanding factors which can influence the experience of pregnancy and childbirth. *Journal of Reproductive and Infant Psychology, 26*(2), 71-73.
- Rini, C., Dunkel Schetter, C., Hobel, C.J., Glynn, L.M., & Sandman, C.A. (2006). Effective social support: Antecedents and consequences of partner support during pregnancy. *Personal Relationships, 13*, 207-229.
- Schmied, V., & Lupton, D. (2001). The externality of the inside: Body images of pregnancy. *Nursing Inquiry, 8*(1), 32-40.
- Siddiqui, A., & Hägglöf, B. (2000). Does maternal prenatal attachment predict postnatal mother-infant interaction? *Early Human Development, 59*, 13-25.
- Siddiqui, A., Hägglöf, B., & Eismann, M. (1999). An exploration of prenatal attachment in swedish expectant women. *Journal of Reproductive and Infant Psychology, 17*(4), 369-381.
- Simpson, J.A., Rholes, W.S., Campbell, L., & Wilson, C.L. (2003). Changes in attachment orientations across the transition to parenthood. *Journal of Experimental Social Psychology, 39*, 317-331.
- Sjögren, B., Edman, G., Widström, A.M., Mathiesen, A.S., & Uvnäs-Moberg, K. (2004). Maternal foetal attachment and personality during first pregnancy. *Journal of reproductive and infant psychology, 22*(2), 57-69.
- Skouteris, H., Carr, R., Wertheim, E.H., Paxton, S.J., & Duncombe, D. (2005). A prospective study of factors that lead to body image dissatisfaction during pregnancy. *Body Image: An international Journal of Research, 2*(4), 347-361.

- Smith, J. A. (1999). Identity development during the transition to motherhood: An interpretative phenomenological analysis. *Journal of Reproductive and Infant psychology*, 17(3), 281-300.
- Stainton, M.C. (1985). The Fetus: A growing member of the family. *Family Relations*, 34(3), 321-326.
- Stainton, M.C. (1990). Parents' awareness of their unborn infant in the third trimester. *Birth*, 17(2), 92-96.
- Stern, D.N. (1999). *En mor blir till – Hur moderskap förändrar dig för all framtid*. Falun: Natur och Kultur.
- Vetenskapsrådet. (2002). Forskningsetiska principer inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning. Stockholm: Vetenskapsrådet. Hämtad 2008-11-05, från <http://www.vr.se/download/18.668745410b37070528800029/HS%5B1%5D.pdf>
- Warren, S., & Brewis, J. (2004). Matter over mind? Examining the experience of pregnancy. *Sociology*, 38(2), 219-236.
- Weaver, R.H., & Cranley, M.C. (1983). An exploration of paternal-fetal attachment behavior. *Nursing Research*, 32, 68-72.
- Willig, C. (2001). *Introducing qualitative research in psychology - Adventures in theory and method*. Berkshire: Open University Press.
- White, M., Wilson, M., Elander, G., & Persson, B. (1999). The Swedish family: Transition to parenthood. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 13(3), 171-177.
- Wilson, M.E., White, M.A., Cobb, B., Curry, R., Greene, D., & Popovich, D. (2000). Family Dynamics, parental-fetal attachment and infant temperament. *Journal of Advanced Nursing*, 31(1), 204-210.

# Graviditet och föräldraskap i förändring

**Är du intresserad av att bidra till ökad kunskap om upplevelse av graviditet och tankar inför föräldraskap?**

Att bli förälder är en av de mest naturliga men också största händelserna i en människas liv. Det påverkar hur man ser på sig själv, sin partner och leder ofta till nya prioriteringar i vardagen. Vad som förväntas av en som mamma eller pappa påverkas samtidigt mycket av de förändringar som sker i samhället. Utifrån detta är Vi intresserade av att få mer kunskap kring de funderingar som väcks under graviditeten hos blivande föräldrar idag.

Vi söker Er, förstagångsföräldrar i graviditetsvecka 30-40, som skulle vilja dela med sig av sina tankar och upplevelser kring graviditet och kommande föräldraskap. Vi önskar att få intervjua Er var och en för sig för att få både mammans och pappans perspektiv. Vi som intervjuar är blivande psykologer. Materialet kommer att användas i vårt examensarbete, där Ni kommer att vara anonyma.

Vi hoppas att Ni tycker att detta verkar intressant och ser fram emot att höra av Er. Kontakta oss så bestämmer Vi tillsammans en tid och plats för intervjun!

Med vänliga hälsningar Maja och Stina!

**Maja Bång: xxxx-xx xx xx, mailadress**  
**Stina Ekblad: xxxx-xx xx xx, mailadress**