



LUNDS UNIVERSITET

Medicinska fakulteten

Arbetsterapeutprogrammet

Samboende partners upplevelser av aktiviteter i en gemensam vardag

Författare: Karin Björnerhag

Malin Troedsson

Handledare: Ragnhild Cederlund

December 2015

Kandidatuppsats

Adress: Institutionen för hälsovetenskaper, Arbetsterapi och aktivitetsvetenskap, Box 157, S-221 00 Lund



LUNDS UNIVERSITET

Medicinska fakulteten

Arbetsterapeutprogrammet

December 2015

Samboende partners upplevelser av aktiviteter i en gemensam vardag

Karin Björnerhag & Malin Troedsson

Arbetsterapi har som mål att utifrån individens egna behov främja delaktighet genom utförandet av aktiviteter. Det finns få studier som riktar sig mot samboende partners gemensamma kontext, syftet med studien var därför att undersöka hur samboende partners upplever och beskriver aktiviteter i en gemensam vardag. En kvalitativ ansats användes för att fokusera på deltagarnas subjektiva upplevelser av sin vardag. Fyra samboende par deltog i studien; datainsamlingen genomfördes med strukturerade kvalitativa intervjuer bestående av frågor med öppna svarsalternativ. Data analyserades genom en innehållsanalys vilken ledde fram till fyra kategorier: perspektiv på tid i olika livsfaser, variation av grunder för aktivitetsutförande, olika uppfattningar om aktivitetsutförande och ansvar för hemmet. Resultatet visade att vardagen utformades olika beroende på var deltagarna befann sig i livet och att det fanns olika orsaker till varför deltagarna utförde aktiviteter. Studiens resultat har skapat en större förståelse för den vardagliga kontext samboende partners befinner sig i och vilken inverkan partnernas aktiviteter har på varandra.

Nyckelord: Aktivitetsvetenskap, samboende partners, roller, genus

Adress: Institutionen för hälsovetenskaper, Arbetsterapi och aktivitetsvetenskap, Box 157, S-221 00 Lund



LUND UNIVERSITY
Faculty of Medicine

Arbetsterapeutprogrammet

December 2015

Cohabiting partners' experiences of activity in a shared living

Karin Björnerhag & Malin Troedsson

Occupational therapy focuses on the individual's own needs by promoting participation in occupations. However, there are few studies that target cohabiting partners' mutual context, therefore the purpose of the study was to investigate how cohabiting partners experience and describe occupations in their everyday life. A qualitative approach was used to focus on the participants' own experiences of everyday life. The participants consisted of four cohabiting couples; data collection was conducted by structured interviews consisting of questions with open answers alternatives. Data were analyzed by a content analysis which led to four categories: perspectives of time in different phases of life, variation of reasons for occupational performance, different perceptions of occupational performance and household responsibilities. The results showed that daily life was designed differently depending on where the partners found themselves in life and that there were various reasons for why they were performing occupations. The results have also created a greater understanding of the everyday context in which cohabiting partners exist, and what impact their occupations have on each other.

Keywords: Occupational science, cohabiting partners, roles, gender

Bachelor thesis

Department of Health Sciences, Occupational Therapy and Occupational Science, Box 157,
S-221 00 Lund

Innehållsförteckning

Introduktion.....	3
Arbetsterapi och aktivitetsvetenskap.....	3
<i>Arbets terapeutisk teoretisk modell - Model of Human Occupation (MOHO).....</i>	4
Identitet och roller	4
Upplevelse av aktivitet.....	5
Syfte	6
Metod.....	6
Design.....	6
Urval	6
Datainsamling	7
Procedur	8
Dataanalys	8
Etiskt övervägande	9
Resultat.....	10
Perspektiv på tid i olika livsfaser	10
Variation av grunder för aktivitetsutförande	12
Olika uppfattningar om aktivitetsutförande.....	13
Ansvar för hemmet	14
Diskussion	16
Metoddiskussion	16
Resultatdiskussion	18
<i>Perspektiv på tid i olika livsfaser</i>	18
<i>Variation av grunder för aktivitetsutförande</i>	19
<i>Olika uppfattningar om aktivitetsutförande</i>	20
<i>Ansvar för hemmet</i>	20
Konklusion	21
Tillkännagivande	22
Bilaga 1	26
Bilaga 2	28

Introduktion

Aktiviteter är allt det vi gör i vår vardag, allt från att exempelvis borsta tänderna till att klippa gräset. Vissa aktiviteter är sådana vi känner oss tvungna till att utföra, andra utför vi för att vi tycker om dem, vilket uppmuntrar ett fortsatt utförande. Detta är en del av individens aktivitetsidentitet som är den uppfattning vi har om oss själva och vår utförandeförmåga (Kielhofner, 2012). Den innefattar även vilka vi är utifrån våra roller och relationer samt de uppfattningar vi har kring den omgivande miljöns krav och förväntningar, den står för vilka vi är och önskar att vara som aktiva människor.

Occupations have dimensions related to where they are done and under what circumstances, thus forming an important part of our experiences and life stories. In this sense, occupations also have dimensions related to their personal importance and meaning. They shape our identity and contribute to our sense of self (Christiansen & Baum, 2005, s. 5).

Aktiviteterna i vår vardag bildar rutiner och vanor. De rutiner vi har i vår vardag utformas bland annat utifrån miljömässiga faktorer som innefattar förväntade beteenden (Christiansen & Baum, 2005). Rutiner är även den del i vårt aktivitetsmönster som ger vardagen en struktur och stabilitet, de förekommer också i en definierad kontext vid utförande av bestämda aktiviteter (Bond & Feathers, 1988). Somliga aktiviteter förekommer så pass regelbundet att de blir till vanor vilket innebär att aktiviteterna utförs per automatik. Dessa vanor underlättar vid utförande av andra mer påfrestande aktiviteter som innefattar större krav.

Sammanfattningsvis är både vanor och rutiner sådant vår vardag består av och som påverkar vårt välmående (Christiansen & Baum, 2005).

Arbetsterapi och aktivitetsvetenskap

Arbetsterapi har som mål att utifrån individens egna behov främja aktivitet och delaktighet för att bidra till ett så gott liv som möjligt, med hänsyn till hinder och möjligheter i omgivningen (Moyers, 2005). För att kunna förstå individen som aktiv varelse behövs kunskapen om människan i aktivitet, detta fås genom aktivitetsvetenskap (Clark et al, 1991).

Aktivitetsvetenskap fokuserar på de aktiviteter som individer väljer och utför i sitt liv samt de olika faktorer som påverkar de val individer gör. Inom aktivitetsvetenskap anser man att människan inte är förprogrammerad till att utföra vissa planerade aktiviteter utan att vi varje dag ställs inför beslut om vad vi ska göra och inte göra, samt hur det i så fall ska ske. Det finns en oändlig variation när det kommer till organisering av våra aktiviteter. Vår hälsa,

anpassningsförmåga och vårt välmående påverkar organiseringen av vardagens aktiviteter. Aktivitetsvetenskap fokuserar på de multidimensionella faktorer som aktiviteter består av och den kontext de utförs i (Clark et al, 1991). Genom denna kunskap kan arbetsterapeuten förstå en klients vardag och de aktiviteter den innefattar.

Arbetsterapeutisk teoretisk modell - Model of Human Occupation (MOHO)

Enligt Kielhofner (2012) väljer, organiserar och utför människor aktiviteter utifrån tre delar; viljekraft, utförandekapacitet och vanebildning. Vi har ett behov av att agera och detta gör vi genom aktiviteter. Vår upplevelse av den egna kapaciteten, vad vi tycker är intressant och vad vi tycker är viktigt är faktorer som påverkar våra val och hur vi upplever aktiviteter. Dessa faktorer har betydelse för vår viljekraft som anses vara motivationen till aktivitet. Aktiviteter påverkas av vår utförandekapacitet, vilken innefattar våra fysiska och psykiska förmågor, men även av den subjektiva upplevelsen av aktivitetsutförandet. Många aktiviteter gör vi vid upprepade tillfällen, i samma kontext och på samma sätt. Dessa skapar halvautonoma beteendemönster som blir en del av vår vanebildning. Dessa beteendemönster gör att vi agerar på ett visst sätt beroende på vilken kontext vi befinner oss i. Vårt agerande speglas även av olika roller vi införlivat, vi agerar på ett sätt som vi associerar till en identitet eller en social position. Vissa roller är sådana vi själva definierar, vi tillskriver rollerna uppgifter som vi känner oss ansvariga för. Dessa utvecklas beroende på personliga omständigheter och/eller måsten. Aktiviteter måste förstås i förhållande till miljön då den både kan hämma och främja vårt utförande beroende på de begränsningar och möjligheter som finns. Miljöns påverkan baseras på interaktionen mellan individen och de tidsmässiga, fysiska och sociokulturella sammanhang denne befinner sig.

Identitet och roller

De handlingar vi gör påverkas av att vi tillhör sociala system (Kielhofner, 2012). Mycket av det vi gör, gör vi i egenskap av partner, förälder, vän och så vidare.

När vi har internaliserat sådana roller agerar vi på sätt som avspeglar vår rollstatus. Att internalisera en roll betyder att vi axlar en identitet, antar ett synsätt och utför vissa handlingar som hör till rollen. Följaktligen är en internaliserad roll ett införlivande av en socialt och/eller personligt definierad position och en relaterad uppsättning attityder och handlingar (Kielhofner, 2012, s. 60).

Vår identitet och de roller den innefattar skapas av våra egna personliga tolkningar men också av samhällets syn på rollens innebörd (Fein, 1990). Våra roller förändras under livets gång och är en ständigt pågående process, dessa förändringar är komplexa eftersom de förändrar våra relationer, de uppgifter vi utför, vår livsstil och även vår identitet (Kielhofner, 2012). West och Zimmerman (1987) menar att det görs sociala kategoriseringar utefter individens biologiska kön och att man till följd av den kategoriseringen tilldelas olika mängd av makt och möjligheter i samhället. De introducerar ett begrepp som kallas ”doing gender” vilket innebär de skillnader som människor gör på flickor/pojkar och kvinnor/män. De menar även att dessa skillnader likt en ond cirkel förstärker de sociala konstruktioner och den hierarki som kategoriseringarna skapar. Detta beror på att ”doing gender” är något som tar sig i uttryck genom människors handlingar. De föreställningar och idéer som finns om vad som anses kvinnligt och manligt benämns i det svenska språket som genus vilket är det sociala könet (Nationalencyklopedin, u.å). Det är därför relevant utifrån både ett aktivitetsvetenskapligt och arbetsterapeutiskt perspektiv att beakta hur bland annat våra egna tolkningar och samhällets syn påverkar människors vardagliga aktiviteter.

Upplevelse av aktivitet

I en undersökning från Libanon där heterosexuella par studerades, visades det att mäns delaktighet i hushållssysslor påverkar kvinnans psykosociala hälsa (Khawaja & Habib, 2007). När mannen var minimalt delaktig i sysslorna ledde detta till en större risk för sämre mående för kvinnan. En annan liknande studie gjordes i USA där man undersökte mängd och uppdelning av hushållsarbete mellan män och kvinnor. Resultatet visade att uppdelningen av hushållssysslorna hade en större påverkan på måendet än den faktiska mängden av sysslor som utfördes (Bird, 1999). Ytterligare en studie gjord av Berntsson, Lundberg och Krantz (2006) visade att det finns traditionella könsskillnader när det kommer till uppdelning av sysslor i hemmet och mängden av tid som män respektive kvinnor lägger på dessa aktiviteter. En annan studie har undersökt hur individer genom livet har upplevt mening genom deras roller i aktiviteter (Ikiugu, Pollard, Cross, Willer, Everson & Stockland, 2012). De faktorer som bidrog till upplevd mening var utförande av aktiviteter som gagnade familjelivet och andra betydelsefulla relationer. En känsla av kontroll och välmående i livet och att man genom aktivitet kunde delta i ett större sammanhang bidrog också till upplevd mening. Tillfredsställande fritidsaktiviteter beskrevs också som mycket viktigt. Även en annan studie visade på att tillfredsställande fritidsaktiviteter är en viktig faktor för välmående (Håkansson, Björkelund & Eklund, 2011). Det saknas forskning som undersöker de aktiviteter som finns i

den gemensamma kontext samboende partners befinner sig i och hur partnernas aktiviteter influerar varandra. Tidigare studier har inte riktat sig mot hur samboende partners upplever och beskriver sin vardag, de flesta studier som finns är dessutom genomförda i andra kulturella kontexter än den svenska. Detta motiverar en studie för att utöka kunskapen inom området.

Syfte

Syftet med studien var att undersöka hur samboende partners upplever och beskriver aktiviteter i en gemensam vardag.

Metod

Design

Studien har en kvalitativ ansats vilken inriktar sig mot att framhäva olika egenskaper och djupgående mönster i en individs livsstil (Hansagi & Allebeck, 1994), den fokuserar också på en individs upplevelser, beskrivningar och uppfattningar (Kristensson, 2014).

Urval

Inklusionskriterier för studien var att deltagarna skulle ha bott tillsammans i minst fyra år och vara i åldrarna 30-60 år. Valet av kriterier motiverades med ett antagande om att deltagarna då befinner sig i arbetsför ålder och att samboende partners efter fyra år har skapat sig en gemensam vardag. Fyra samboende par, vart och ett bestående av en man och en kvinna, med gemensam vardag inom åldersgruppen 30-60 år deltog i studien. Medelåldern för kvinnor var 44 år (34-54), medelåldern för män var 45 (34-58), de hemmaboende barnens medelålder var 8.4 år (0.5-21). Deltagarna hade bott tillsammans mellan 8-33 år, samtliga deltagare hade hemmaboende gemensamma barn, två par hade även barn som flyttat hemifrån. Antalet hemmaboende barn varierade från ett till tre. Sju av åtta deltagare hade eftergymnasial utbildning. Fyra av åtta arbetade heltid medan tre arbetade från 55 procent till 90 procent och en var föräldraledig. Fem av åtta deltagare hade skiftarbete där både dag- och nattpass förekom. Deltagarna bodde i Skåne, boendeformen var villa med tillhörande trädgård. Ett bortfall skedde då ett par valde att avbryta sin medverkan på grund av personliga anledningar,

de ersattes därför av ett nytt par. Exklusionskriterier för studien var personer med omfattande funktionshinder/sjukskrivning som påverkade deras vardag och aktiviteter.

Datainsamling

Strukturerade kvalitativa intervjuer bestående av frågor med öppna svarsalternativ utfördes vid personliga möten. Deltagarna valde själva plats för intervjun, samtliga personer valde sin hemmiljö. En egenkonstruerad intervjuguide, innehållande sju frågor och tillhörande följdfrågor (se bilaga 1) användes tillsammans med en egenkonstruerad skiss (se bilaga 2) över en kategorisering av vardagens aktiviteter (hushåll & underhåll, fritid, avkoppling & återhämtning). Skissen användes för att belysa intervjuens fokus men fungerade även som ett diskussionsunderlag för vissa deltagare. Intervjuerna hade ett mindre standardiserat format för att likna ett vanligt samtal (Hansagi & Allebeck, 1994). Intervjusituationen såg lite olika ut beroende på vilken deltagare som intervjuades eftersom de själva valde plats för intervjun. Intervjuerna genomfördes med var och en i respektive par för att minska eventuell påverkan partnerna emellan och därför också resultatet. Intervjun startades utifrån intervjuguiden (se bilaga 1) med att studiens syfte, en arbetsterapeuts arbetsområde och ordet aktivitet beskrevs. Därefter förklarades skissen på kategoriseringen av vardagens aktiviteter (se bilaga 2), det berättades sedan kort om intervjuens upplägg. Deltagarna fick tillfälle att ställa frågor kring det som sagts, därefter uppmanades deltagarna till att beskriva en typisk vardag. Efter detta ställdes olika följdfrågor kring aktiviteterna som till exempel ”Hur upplever du denna aktivitet?” där ordet aktivitet byttes ut mot den aktuella aktiviteten som deltagarna valde att lyfta. Deltagarna gavs vid vissa tillfällen förslag på aktiviteter att fundera kring. Det ställdes även frågor om aktivitetens betydelse för deltagarna och vad de upplevde att anledningen till det var. Sedan diskuterades bland annat en typisk helgdag, hur fördelningen av hushållssysslor och underhållssysslor kring boendet såg ut och vad partnerna gör gemensamt. Följdfrågor som till exempel ”Vad tror du är anledningen till det?” och ”Upplever du det som betydelsefullt att ni gör det tillsammans?” ställdes kontinuerligt. Deltagarna fick också reflektera kring aktiviteter som de utförde delvis/enbart för sin partners skull, om de önskade ändra något i sin gemensamma vardag eller på sin lediga gemensamma tid. Till sist gavs deltagarna tillfälle att lyfta frågor eller funderingar som uppkommit under intervjun. Intervjuerna spelades in och tog mellan 40-60 minuter.

Procedur

För att komma i kontakt med aktuella deltagare till studien skedde ett bekvämlighetsurval (Kristensson, 2014), det vill säga att tillgängliga personer i bekantskapskretsen tillfrågades att delta, dessa togs sedan kontakt med per telefon eller via bekanta. Även ett snöbollsurval (Kristensson, 2014) tillämpades då personer i bekantskapskretsen tillfrågades, dessa ombads i sin tur att tillfråga möjliga deltagare. Därefter gavs kort information per telefon gällande studiens syfte och deltagarna bekräftade sitt intresse för deltagande i studien. Tid och plats för intervju bestämdes per telefon efter deltagarnas önskemål. Informationsblanketter och samtyckesblanketter skickades per post, med bekanta eller medtogs vid intervjutillfället. Innan genomförandet av intervjuerna gjordes testintervjuer med testpersoner som motsvarade studiens urvalskriterier. Testpersonerna bidrog med konstruktiv kritik kring intervjuguidens upplägg och dess frågor, intervjuguiden redigerades därefter. Båda intervjuerna deltog vid varje intervju, de utfördes med ett delat ansvar för att ställa frågor/följdfrågor och föra intervjun vidare. Intervjuerna spelades in och anteckningar togs vid behov. Resultatet som framkom genom intervjuguiden transkriberades ord för ord. Information gällande deltagarnas utbildning och sysselsättningsgrad kompletterades i efterhand per telefon.

Dataanalys

Av resultatet gjordes en kvalitativ innehållsanalys inspirerad av Graneheim och Lundman (2004) och Kristensson (2014) för att belysa mönster i texten likväl som skillnader och likheter. Till en början lästes materialet igenom av författarna var för sig, därefter skedde en diskussion kring huvuddragen i materialet och de tankar som uppstått vid genomläsningen. Ett tillvägagångssätt då arbetet med materialet sker individuellt för att sedan mötas i en diskussion kallas forskartrianglering (Kristensson, 2014). Därefter plockades meningsbärande enheter ut gemensamt ur den transkriberade texten, de enheter som inte svarade på syftet plockades bort. Därefter kondenserades de meningsbärande enheterna, vilket menas med att data kortas ner (Kristensson, 2014), kondenseringen skedde individuellt med efterföljande gemensam diskussion. Sedan sorterades materialet i huvudkategorier och subkategorier som sammanfattade betydelsen av de meningsbärande enheterna (se tabell 1) vilket kan kallas abstraktion, analysen tar då en mer latent inriktning (Kristensson, 2014). Materialet analyserades flertalet gånger gemensamt för att hitta huvudkategorier och subkategorier som stämde överens med de meningsbärande enheternas innehåll. Dessa huvudkategorier och subkategorier diskuterades fram gemensamt.

Tabell 1. *Exempel på analys av meningsbärande enhet.*

Meningsbärande enhet	Kondensering	Subkategori	Huvudkategori
”Hade jag kunnat köpa tid hade jag gjort det, för att ge mig själv egen tid. Det diskuterar vi ofta, egen tid, tänk att få ha tid bara vi två eller själv.”	Vill ha mer egen tid och tid med partner	Egen tid och tid med partner	Perspektiv på tid i olika livsfaser

Etiskt övervägande

Enligt informationskravet (Vetenskapsrådet, 2002) gavs deltagarna information både skriftligt och muntligt kring studiens upplägg och syfte, de fick också chans att ställa frågor vid intervjutillfället. Den informationsblankett och samtyckesblankett som deltagarna erhöll granskades av handledaren innan utskick, den innehöll information kring studien, intervjuens omfattning samt kontaktinformation till handledare och författare. De informerades även om att de hade möjlighet att avbryta medverkanen i studien när de helst ville, vilket stämmer överens med samtyckeskravet (Vetenskapsrådet, 2002). Samtliga deltagare skrev på en samtyckesblankett för studien där de garanterades konfidentialitet (Forsman, 1997) och samtyckte till att intervjun spelades in. Insamlad data förvarades på ett sätt som gjorde att ingen obehörig hade möjlighet att ta del av materialet vilket sammantaget är i enlighet med konfidentialitetskravet (Vetenskapsrådet, 2002). Materialet användes enbart för att svara på studiens syfte vilket möter nyttjandekravet (Vetenskapsrådet, 2002), det förstördes efter att studien slutförts. De data som framkommit avkodades genom att namn uteslöts till hänsyn för personens rätt till sekretess på personuppgifter (WMA, 2013). Deltagarna gavs istället kodnamn som exempelvis ”Kvinna 5” eller ”Man 1”.

Resultat

Hur samboende partners upplever och beskriver aktiviteter i en gemensam vardag redovisas nedan genom fyra huvudkategorier: perspektiv på tid i olika livsfaser, variation av grunder för aktivitetsutförande, olika uppfattningar om aktivitetsutförande och ansvar för hemmet. Dessa är i sin tur är indelade i subkategorier som tydliggörs med citat från studiens deltagare där deltagarna är numrerade från ett till åtta. Kategorierna tydliggörs i en tabell nedan.

Tabell 2. Redovisning av huvudkategorier och subkategorier

Huvudkategori	Subkategori
Perspektiv på tid i olika livsfaser	<ul style="list-style-type: none">- Egen tid och tid med partner beroende på fas i livet- Tid med familjen- Roller vid olika tidpunkter i livet
Variation av grunder för aktivitetsutförande	<ul style="list-style-type: none">- Uppväxt och tidigare upplevelser av aktivitet- Prioriteringar i vardagen- Reflektioner över egna val av aktiviteter och i jämförelse med andras
Olika uppfattningar om aktivitetsutförande	<ul style="list-style-type: none">- Upplevelse av aktivitet och syn på utförandet- Behov av kontroll
Ansvar för hemmet	<ul style="list-style-type: none">- Ansvarsfördelning och funderingar kring den- Måsten i vardagen

Perspektiv på tid i olika livsfaser

Utifrån intervjuerna framkom det att deltagarnas vardag präglades av den fas i livet de befann sig. Deltagarnas upplevelser av aktiviteter i vardagen präglades av bland annat barnens ålder. Deltagare med små barn beskrev att de prioriterade aktiviteter för barnens skull och tid med sin partner före egen tid. Deltagare med vuxna och i vissa fall utflyttade barn betonade vikten av att ha möjlighet till egen tid.

Egen tid och tid med partner beroende på fas i livet

Deltagare med små barn upplevde det svårt att hitta tid för sina egna intressen, deltagare som

hade äldre barn upplevde att de hade större möjlighet till egen tid. En deltagare upplevde att det var viktigt att skapa tid för varandra:

”Det är väl det att det känns att ju äldre man blir desto viktigare blir det att man har något gemensamt. Det tror jag alla vuxna med barn känner, att när barnen håller på att flytta ut, att det nog är bra att ha något man kan samlas runt vi två.” – Man 2

Ett samboende par hade konst som en gemensam aktivitet, de intresserade sig för varandras hobbyer och utbytte kunskap. En man uttryckte att det utöver gemensamma aktiviteter också var viktigt med tid för egna intressen. Båda deltagarna i ett par yttrade att de brukade promenera och åka på utflykter tillsammans, vilket var något de tyckte om. En man upplevde att han och partnern brukade vara väldigt trötta när de väl hade tid att spendera tillsammans. Han beskrev att det var mycket arbete med flera barn men att det handlade om en tillfällig period i livet och att det skulle bli bättre.

Tid med familjen

Deltagare som hade små barn upplevde att det var lättare att umgås med familjer som hade barn i samma ålder, dels för att det fanns en förståelse föräldrarna sinsemellan kring oväntade situationer och för att de upplevde att de hade mycket gemensamt. En man upplevde att ju fler barn de fick, desto mindre vänner hade de. De kvinnliga deltagare som hade utflyttade barn, upplevde att en fortsatt kontakt var viktig för att kunna stötta barnen i deras liv och veta att de hade det bra. Deltagare med små barn uttryckte att de gjorde mycket för barnens skull, en deltagare reflekterade över det:

”De är lediga från dagis och hemma med oss det måste räcka, det kan inte vara så att vi ska styra upp vårt liv och bara göra saker som de tycker är roligt.” – Man 4

En kvinna uttryckte att det hade varit skönt att kunna göra det hon själv ville men att tiden inte räckte till och att hon var mån om att prioritera barnen.

Roller vid olika tidpunkter livet

En kvinnlig deltagare uttryckte att eftersom tiden för varandra blivit mindre när man fått barn var det viktigt att få tid med sin partner där de kunde prata med varandra i rollen som ett par och inte som föräldrar. En annan kvinna berättade att hon just nu bara kände sig som en mamma. Hon reflekterade kring att hon saknade att känna sig som kvinna och önskade sig mer komplimanger av sin partner. En annan kvinnlig deltagare tyckte att det var viktigt att hon ibland kunde gå promenader med sin kompis:

”... lever lite det livet som jag levde innan jag fick barn och ja det är skönt att vara med henne och känna att jag är x också. Jag är inte bara den här morsan liksom.” – Kvinna 3

Båda deltagarna i ett par uttryckte behovet av att kunna fortsätta sitt resande varje år som de gjorde innan de fått sina barn, resandet anpassades däremot efter barnens behov när det gällde till exempel resmål och boende.

Variation av grunder för aktivitetsutförande

Det framkom att deltagarna av olika orsaker valde att utföra aktiviteter, partnernas uppväxt och tidigare erfarenheter kunde vara sådana orsaker. Vissa aktiviteter som deltagarna växt upp med fortsatte de att utföra, andra hade de förändrat. Prioriteringar gjordes till exempel i form av att tid med familj och barn prioriterades före andra aktiviteter.

Uppväxt och tidigare upplevelser av aktivitet

En kvinna uttryckte att det var väldigt viktigt för henne att utöva yoga eftersom det var något hon gjort sedan länge. Hon upplevde att det var väldigt viktigt för hennes välmående. En manlig deltagare hade länge haft löpning som intresse men kunde numera inte utöva detta på grund av sitt knä, han valde därför att ta långa promenader som kompensation. En kvinna uttalade att hon ville att familjen skulle äta tillsammans på morgnarna eftersom hon upplevde att det sammansvetsade familjen. Det hade också varit en del av hennes uppväxt. En annan deltagare uttryckte liknande värderingar kring gemensamma måltider:

”När man äter tillsammans skapar man en bättre relation till varandra.” – Man 6

Denna deltagare förklarade också att måltiden var den enda tiden på dagen då familjen samlades och pratade, något han saknat under sin uppväxt. En kvinnlig deltagare uttryckte att hela familjen gick i kyrkan på grund av deras tro, det hade också varit en del av hennes uppväxt och det var något hon ville föra vidare till sina barn.

Prioriteringar i vardagen

Deltagarna uttryckte på olika sätt att de prioriterade vissa aktiviteter, en kvinna tyckte det var viktigt att planera in träningen varje vecka för att hålla sig i form. Vissa deltagare upplevde det svårt att kunna spendera tid med sina vänner på grund av avstånd, arbetstider och att man prioriterade tid med familjen först. En deltagare visste inte om han saknade den bortprioriterade fritiden eftersom han upplevde sig nöjd. En annan deltagare beskrev prioriteringar i vardagen på ett annat sätt:

”Ibland struntar jag i yogan bara för att gå ner och äta frukost tillsammans. Jag ska inte skylla på honom det är inte det, men visst gör jag saker som jag inte skulle gjort om jag var själv.” – Kvinna 1

En kvinnlig deltagare uttryckte att de i vissa perioder prioriterade att ordna med huset och att de i andra perioder lade mer tid på annat. En annan kvinna berättade att hon kände ett behov av att ta med barnen på något en ledig dag, hon kände då att hon hade åstadkommit något den dagen. Hennes partner upplevde att det räckte med att bara vara hemma en hel dag och koppla av.

Reflektioner över egna val av aktiviteter och i jämförelse med andras

En kvinna upplevde att deras liv ibland kunde kännas tråkigt jämfört med andras på grund av brist på stora händelser. Hon uttryckte också att det var så hon ville att deras liv skulle vara.

”Man kan ju tänka, oj så mycket roligt dom hittar på och så gör vi ingenting Gräset ser alltid grönare ut på andra sidan, det är så. Man tror alltid att alla andra har det mycket bättre och roligare...” – Kvinna 7

En man berättade att han upplevde att han och hans partner nog gjorde mer saker på tu man hand jämfört med andra par i samma situation. En kvinna uttryckte också att hon upplevde att hon och hennes partner gjorde fler saker tillsammans än andra par. En annan kvinnlig deltagare funderade kring att hennes liv lät fattigt, att hon sällan reflekterade över hur de levde sitt liv och att det är något hon borde göra oftare.

Olika uppfattningar om aktivitetsutförande

Det har framkommit skillnader mellan deltagarna gällande synen på hur en aktivitet ska utföras. Många av de kvinnliga deltagarna uttryckte att de hade ett stort behov av kontroll, vilket även några av de manliga deltagarna uppmärksammat hos sina partners.

Upplevelse av aktivitet och syn på utförandet

En av de kvinnliga deltagarna beskrev att utförandet av städningen var något som hon och hennes partner hade olika syn på.

”... han städar kanske inte lika ofta för att han kan tycka att det räcker en gång i veckan, det tycker inte riktigt jag, där ser vi lite olika på det.” – Kvinna 7

En kvinna berättade att hon och partnern hade olika syn på städningen, hon berättade att hon aldrig klagade på partnern men att de någon gång hade diskuterat det. Hon upplevde att

partnern städade snabbare och att det då blev hyfsat rent, hon tyckte att hon gjorde det grundligare. En manlig deltagare upplevde inte shopping som en fritidsaktivitet men han uttryckte att hans partner tyckte det var roligt, han tyckte också att han handlade mer rationellt än partnern. En annan man upplevde inte matlagningen som något påfrestande eftersom han tidigare hade arbetat med det, han förklarade att han hade förståelse för om hans partner inte kände likadant.

Behov av kontroll

Flertalet kvinnor uttryckte att de hade ett behov av att ha kontroll över tvätten på grund av tidigare incidenter då de tyckt att partnern gjort fel och att de då ville ha kontroll över att aktiviteten blev gjord på deras sätt. Flertalet män var också medvetna om att deras partners hade ett behov av kontroll som yttrade sig genom att partnern tog över ansvaret för en aktivitet. Behovet av kontroll uttrycktes även när det kom till barnen:

”Jag är lite kontrollfreak. Jag brukar köra dem med bilen även om det inte är så jättelångt, för då känner jag mig mindre stressad...” – Kvinna 5

En kvinna berättade att hon under de år barnen var små blev stressad och irriterad om hon inte hade kontroll över alla situationer. Hon menade också att hon med tiden lärde sig att acceptera situationen eftersom det inte alltid funnits möjlighet till att ha full kontroll. En man uttryckte att han gärna hade mest kontroll över hushållets ekonomi för att han tyckte det var roligt. Han gjorde det också för partnerns skull och för att veta att familjen skulle kunna ha möjlighet till att resa för de pengar som sparades.

Ansvar för hemmet

Vid frågan om varför ansvarsfördelningen såg ut som den gjorde svarade de flesta deltagarna att de inte visste och att det bara hade blivit så. Deltagarna uttryckte även att det kanske berodde på olika kunskapsområden eller intresse. Beroende på omständigheter kring aktiviteten kunde deltagarna till exempel uppleva aktiviteten som ett måste eller som något lustfyllt. Överlag upplevde deltagarna att fördelningen fungerade bra.

Ansvarsfördelning och funderingar kring den

Ansvaret för att betala räkningar såg olika ut, i flertalet par var det mannen som hade huvudansvaret för trädgården och bilarnas underhåll. Deltagare i två par upplevde sig ha en gemensam fördelning kring trädgården men där det ofta var männen som utförde de tyngre uppgifterna. De flesta kvinnor hade huvudansvaret för tvättningen. Några deltagare

reflekterade kring anledningen till ansvarsfördelningen och om detta berodde på manliga och kvinnliga egenskaper eller om det var kopplat till deras olika personligheter. En kvinna upplevde deras ansvarsfördelning som väldigt könsstereotyp när hon reflekterade kring den under intervjun.

”... men jag förlitar mig på att hon gör det för att hon har tagit det ansvaret och jag har sluppit tänka på det. Jag är väl mer så att jag blir tillsagd att du ska på utflykt med barnen på dagis, okej det fixar jag.” – Man 4

En kvinna var medveten om att hon lagt över en hel del ansvar på sin partner när det gällde deras gemensamma barn och reflekterade kring att partnern kanske inte var helt nöjd med situationen. En man uttryckte att han gjorde inköpen på grund av praktiska skäl eftersom han gjorde det på väg hem från jobbet. Han ogillade det starkt men gjorde det ändå för att partnern inte skulle behöva göra det, han upplevde sig också mer medveten om vad som behövde köpas in.

Måsten i vardagen

Flera deltagare upplevde vissa aktiviteter som måsten i vardagen, de flesta beskrev matlagning och städning som två av dem. En man uttryckte att matlagning på en vardag kunde ses som ett måste medans matlagning på en ledig dag kunde ses som något roligt att göra tillsammans med familjen. En kvinna uttryckte att ett nytt recept på en maträtt kunde göra matlagningen till något roligt. En annan kvinna uttryckte att det var viktigt att städningen blev gjord, hon upplevde det som en skön känsla när det blev rent och städningen var klar. En manlig deltagare beskrev att det var skönt när städningen blev färdig och att han brukade lyssna på musik medan han städade eftersom det gjorde att aktiviteten upplevdes lättare. En deltagare upplevde ibland trädgårdsarbete som ett måste i vardagen:

”Första tre gångerna är det skoj, då känns det skönt, sen är det nej nu har det växt igen. Det växer väldigt mycket, då längtar man efter torka och sådant. Så ja det blir ju en belastning till slut.” – Man 8

Diskussion

Metoddiskussion

Den kvalitativa forskningen har en holistisk ansats och antar därmed att alla människor är unika, även deras upplevelser av vardagen (Kristensson, 2014). En kvalitativ ansats valdes därför för denna studie, vilket gör det möjligt att studera deltagarnas egna funderingar och erfarenheter. Enligt Graneheim och Lundman (2004) är ett varierat urval gällande deltagarnas erfarenheter bra för tillförlitligheten då deltagarna har olika perspektiv på det som efterforskas. Flertalet av deltagarna arbetade skift vilket kan anses inverka negativt på tillförlitligheten eftersom det påverkar urvalets variation. Urvalet har däremot en variation gällande kön, ålder och familjesituation, även om detta inte var ett medvetet val kan variationen ses som främjande för tillförlitligheten. Den typ av urval som användes var bland annat ett bekvämlighetsurval. Detta kan vara en nackdel då deltagarna rekryteras från liknande sammanhang vilket kan göra att urvalet inte blir lika varierat, det är däremot tidseffektivt (Kristensson, 2014) vilket stämde överens med studiens tidsramar. Deltagarna och intervjumiljön beskrivs i urvalet så utförligt det är möjligt utan att röja deltagarnas identitet.

De genomförda testintervjuerna bidrog till en redigering av intervjuguiden och dess tillförlitlighet stärktes då intervjuerna erhöll träning av materialet under dessa testintervjuer (Patel & Davidson, 2011). Vid en gruppintervju är det möjligt att den mest pratglada och framträdande personen i gruppen dominerar intervjun vilket kan skapa problem (Trost, 2010). Intervjuerna utfördes därför med deltagarna var för sig för att samtliga deltagare skulle kunna berätta självständigt kring sin vardag och känna sig bekväma. Det är möjligt att deltagarna hade kunnat påverka varandra om intervjuerna genomförts gemensamt och att då viss information uteblivit av den anledningen. Båda partnernas närvaro vid intervjun hade möjligen också kunnat bidra till trygghet och en utvecklad diskussion kring deras gemensamma vardag. Deltagarna fick själva välja plats för intervjun och samtliga valde sitt hem. Enligt Trost (2010) kan deltagarens hemmiljö skapa trygghet, men det kan också finnas störningsmoment som påverkar intervjun. Detta var något som förekom under flertalet intervjuer då barn och/eller partner dök upp vilket ledde till att intervjun ibland fick en kort paus. Det är svårt att veta om detta har påverkat deltagarnas berättelser.

Användandet av en intervjuguide ökar giltigheten (Kristensson, 2014), det vill säga stabiliteten i resultatet. Intervjuguiden gjorde att deltagarna fick samma frågor ställda till sig,

däremot blev följdfrågorna inte alltid desamma. Beroende på hur öppna deltagarna var om sin vardag tog intervjuerna olika riktning. Intervjuernas längd redovisades vilket stärker tillförlitligheten hos de data som framkommit (Kristensson, 2014). Att vara två intervjuare kan för deltagaren upplevas som att den är i underläge, däremot kan två samspelta intervjuare leda till en större mängd information (Trost, 2010). Upplägget för intervjun och fördelningen av frågor mellan intervjuarna diskuterades innan intervjuerna för att öka samspelet under intervjun, ansvaret för att ställa följdfrågor och hålla fokus på ämnet var delat. Enligt Trost (2010) är det i en samkönad intervju möjligt att vissa kvinnliga och manliga företeelser tas för givet hos intervjuaren eller deltagaren. Det faktum att intervjuarna båda var kvinnor blev påtagligt under en intervju då deltagaren refererade till sig själv och intervjuarna som ”vi” angående könsskillnader. Detta skulle kunna leda till att informationen som framkommer blir mindre utförligt beskriven eller att den helt utelämnas (Trost 2010), eftersom vissa företeelser kan upplevas som underförstådda deltagare och intervjuare emellan och därför inte uttalas.

Med hjälp av forskartrianglering då analysens huvudkategorier och subkategorier gemensamt diskuterades ökade resultatets tillförlitlighet (Lincoln & Guba, 1985), detta tillvägagångssätt styrker också legitimiteten i de tolkningar som leder fram till resultatet (De Poy & Gitlin, 1999). Analysprocessen exemplifierades i en tabell vilket ökade studiens överförbarhet (Kristensson, 2014). För att förstärka detta ytterligare har citat använts för att illustrera och exemplifiera varje subkategori. Analysen skedde efter att samtliga intervjuer genomförts vilket enligt Trost (2010) är att föredra då man skapar sig en distans till materialet.

Att innan intervjun postat frågor som uppmanat deltagarna till att reflektera kring sin vardag hade möjligtvis varit till sin fördel för resultatet då deltagarna ibland hade svårt att svara på vissa frågor. Det gällde framförallt frågor kring fördelning av aktiviteter och anledningen till den. Deltagarnas omedvetenhet kring exempelvis sin fördelning är däremot ett resultat i sig. På grund av att ett bekvämlighetsurval användes gjordes det subjektiva avvägningar angående deltagarnas lämplighet för att intervjumiljön skulle upplevas så professionell och bekväm som möjligt för både deltagare och intervjuare. Personer som befann sig i den närmsta bekantskapskretsen tillfrågades därför inte.

Resultatdiskussion

Syftet med studien var att undersöka hur samboende partners upplever och beskriver aktiviteter i en gemensam vardag. Det framkom att deltagarnas användning av tid ser olika ut när det kommer till tid med partner, egen tid och tid med familjen och att detta beror på vilken fas i livet deltagarna befinner sig. Den fas de befinner sig i speglar också valet av aktiviteter. Även synen på hur man utför en aktivitet skiljer sig åt deltagarna emellan, deltagarna har också olika stort behov av kontroll. Resultatet visar också att deltagarna medvetet eller omedvetet har fördelat vardagens sysslor.

Perspektiv på tid i olika livsfaser

Det framkom i resultatet att deltagare med äldre eller utflyttade barn har fler tillfällen att utöva egna intressen, deltagare med små barn upplever att mycket av deras vardag handlar om barnen, att egen tid och tid med partnern inte förekommer på samma sätt som tidigare. Enligt Edwards och Christiansen (2005) kan man allt eftersom föräldraansvaret för barnen minskar ges större möjlighet att delta i sociala aktiviteter. Det kan då även vara lättare att utveckla och genomföra de intressen man tidigare inte haft tillfälle att göra. Våra aktivitetsmönster förändras alltså i förhållande till var vi befinner oss i livet och vår tidsanvändning ändras då vissa aktiviteter blir mer eller mindre framträdande i vår vardag (Erlandsson & Christiansen, 2015). Detta skulle kunna relateras till det faktum att deltagarna med äldre och/eller utflyttade barn uttryckte fler gemensamma aktiviteter som de utförde tillsammans med sin partner. Enligt studiens resultat spenderade deltagarna med små barn mycket tid med familjen, detta skulle kunna förstås som att utförande av aktiviteter som gagnar betydelsefulla relationer bidrar till upplevd mening (Ikiugu, Pollard, Cross, Willer, Everson & Stockland, 2012). Det skulle även kunna förstås som att de flesta deltagare ändå är nöjda trots att andra aktiviteter får stå åt sidan. En annan tänkbar orsak till att merparten deltagare med små barn upplever sig nöjda med sin vardag skulle kunna vara att de är medvetna om att det är en tillfällig period i livet där vissa aktiviteter inte kan prioriteras lika högt eller måste väljas bort.

Individer axlar olika roller och känner sig tvungna utifrån dessa roller att agera på ett sätt som associeras med just de rollerna (Kielhofner, 2012). Att deltagare med små barn enbart upplever sig som föräldrar i denna fas i livet skulle kunna förklaras av att det finns många plikter som är kopplade till föräldrarollen och att dessa kräver tid. Beroende på hur familjekonstellationen ser ut är rollen som förälder olika framträdande i relation till andra roller (Moyers, 2005). Detta verkar speglas i resultatet eftersom deltagarna upplevde att rollen som vän minskade i takt med antal barn. Enligt Moyers (2005) kan de olika rollerna som en

individ har hamna i konflikt med varandra eftersom de tvingar individen att göra prioriteringar bland aktiviteter. Förändringar när det gäller prioriteringar av aktiviteter kan uppstå för att man själv vill eller på grund av psykosociala miljöfaktorer. Det framkomna resultatet visar även att vissa deltagare upplever att dessa prioriteringar förändras över tid beroende på familjekonstellationens utformning.

Variation av grunder för aktivitetsutförande

Deltagarnas uppväxt visar sig också påverka vardagens utformning i deras vuxna liv, detta kan exemplifieras med hur deltagare fortsatt att utföra aktiviteter som varit en del av deras vanor sedan de var små. Detta stöds av Kielhofner's (2012) uppfattning om att vissa vanemönster förblir varaktiga genom hela livet. Ett antagande skulle kunna vara att deltagare väljer att engagera sig i aktiviteter utifrån olika könsroller vilka har ett stort inflytande över hur vi lever våra liv och därför också det vi gör. Redan som barn växer vi in i dessa strukturer och det finns flertalet mönster för både maskulinitet och femininitet (Connel, 2002). Dessa mönster av vad som anses maskulint och feminint skulle kunna vara faktorer som påverkar vad deltagarna upplever sig vilja eller behöva göra och därmed hur deltagarna väljer att utforma sin vardag. Även Padilla (2015) nämner att interaktionen mellan individen och den sociala miljön styr individens val av aktiviteter och delaktighet.

Individens val av aktiviteter påverkas även av vad man tycker om att göra, vad man värdesätter och upplever som meningsfullt samt vad man tänker sig kunna göra på ett effektivt vis (Kielhofner, 2012). Detta skulle kunna stämma överens med studiens resultat då deltagarna formar sin vardag och prioriterar aktiviteter utifrån vad de tycker om att göra. Det framkommer också att deltagarna kontinuerligt gör aktivitetsval, det vill säga kortsiktiga beslut att välja och utföra aktiviteter (Kielhofner, 2012). Det visar sig även att deltagarna gör aktivitetsval i form av prioriteringar beroende på yttre omständigheter där tid med familjen väljs före många andra aktiviteter. Detta är också i enlighet med Clark (1991) som menar att vi varje dag ställs inför beslut kring utförandet av aktiviteter. Det skulle kunna vara så att vår uppväxt och tidigare erfarenheter påverkar de prioriteringar och aktivitetsval som formar vardagen. Möjligen skulle aktivitetsvalen också kunna påverkas av omgivande faktorer som partners och familjemedlemmars mående, individens eget mående, ekonomiska faktorer och så vidare.

Det fanns en tendens bland deltagarna att reflektera kring sin egen vardag och att jämföra den med andras. Enligt Kielhofner (2012) kan bland annat sociala normer och andra människors

förväntningar påverka våra handlingar. Även den kultur som våra egna värderingar influeras av skapar förutbestämda beteenden i förhållande till den miljö vi befinner oss i. Detta skulle kunna vara en av anledningarna till att vissa deltagare jämför sig med andra par då det skulle kunna finnas föreställningar om hur ett pars vardag bör se ut. Möjligtvis kan en deltagares beskrivning av sin vardag som fattig förklaras utifrån dessa föreställningar.

Olika uppfattningar om aktivitetsutförande

Det visade sig att deltagarna har sina egna föreställningar om hur en aktivitet ska utföras. Detta skulle kunna bero på att deltagarna utifrån dessa föreställningar upplever att de gör aktiviteten mer effektivt än sina partners. Det skulle också kunna bero på att aktiviteterna är kopplade till deltagarnas roller vilket är en del av aktivitetsidentiteten, som skapas av det vi önskar vara och våra tidigare erfarenheter (Kielhofner, 2012). Individer upplever sig ha plikter som bestäms av den egna personen men även av könsroller som är kopplade till sociala normer. Dessa plikter skapas av vad man värderar och de framkallar en känsla av att man måste göra det som anses rätt ur både samhällets och individens egen synvinkel (Wicks & Whiteford, 2005). En tänkbar förklaring till det skulle kunna vara att deltagarna väljer aktiviteter som är i enlighet med dessa upplevda plikter och att utförandet av dessa aktiviteter ger en viss form av tillfredsställelse, vilket kan påverka hur de utformar sin vardag.

Resultatet i denna studie visar att flertalet kvinnor upplever ett stort behov av kontroll, detta kan relateras till det framkomna resultatet i Berntsson, Lundberg och Krantz's (2006) som nämner att kvinnor hade större kontroll över hushållet än vad männen hade. Om behovet av kontroll även manifesteras i att ta kontroll kan det finnas en risk att partnern inte blir lika delaktig. Möjligtvis skulle detta kunna leda till att partnern känner att han/hon inte har lika stor möjlighet att påverka vardagens utformning vilket skulle kunna inverka negativt på individens viljekraft. Flertalet män hade uppmärksammat deras partners kontrollbehov. Ett antagande skulle kunna vara att den ena partnern låter den andra med kontrollbehov ta ansvaret för vissa aktiviteter och att detta kvarstår på grund av bekvämlighet och/eller vanemönster. Sannolikt bidrar detta till en ojämn fördelning av hushållssysslor.

Ansvar för hemmet

Vissa deltagare uttryckte att de funderat kring varför deras ansvarsfördelning såg ut som den gjorde. Tidigare litteratur tar upp att individens egen uppfattning av könsroller påverkar den egna synen på vilka aktiviteter man förväntas utföra och vilka roller man förväntas uppfylla (Wada, Backman & Forwell, 2010). Detta skulle möjligtvis kunna vara en av anledningarna

till att deltagarnas fördelning såg ut som den gjorde, att de valt att ta sig an vissa hushållssysslor utifrån sina egna föreställningar kring könsroller. Deltagarna uttryckte överlag en nöjdhet med fördelningen av sysslor. Enligt Bird (1999) är det viktigare för individens psykiska välmående att fördelningen av hushållssysslorna upplevs som rättvis än de antal timmar individen lägger på utförandet av dessa sysslor. Att deltagarna överlag upplever sig nöjda gällande fördelningen skulle därför kunna kopplas till detta antagande. Vidare stämmer resultatet kring deltagarnas ansvarsfördelning delvis överens med Berntsson, Lundberg och Krantz's (2006) studie där det framkom att männen hade störst ansvar för bilarnas underhåll och kvinnorna för tvätten. De tar också upp att männen har huvudansvaret för hushållets ekonomi och att kvinnorna ansvarar för att göra inköp och laga mat. Detta stöds inte av det framkomna resultatet i denna studie då deltagarnas fördelning kring dessa sysslor inte var uppdelad på detta sätt utan visar på variationer mellan individer som inte enbart är styrda av könstillhörighet. Rimligtvis skulle det kunna vara så att samhället förändras över tid och att synen på vilka aktiviteter mannen och kvinnan bör utföra i ett hushåll gör detsamma. Möjligen skulle det även kunna vara så att individer har och har haft olika förebilder som påverkar hur individer fördelar och tar/lämnar över ansvar för hemmet.

Konklusion

Sammanfattningsvis har studien visat att samboende partners upplever att deras gemensamma vardag utformas i förhållande till en mängd olika faktorer. Bland annat har barnens ålder stor betydelse för mängden tid som ges åt olika aktiviteter. Det sker också prioriteringar när det gäller valet av aktiviteter till följd av dessa faktorer, deltagarnas uppväxt och värderingar påverkar också utformningen av deras vardag. Flertalet kvinnliga deltagare har beskrivit ett kontrollbehov som påverkar deltagarnas vardag i viss mån. Studiens resultat har skapat en större förståelse för den vardagliga kontext samboende partners befinner sig i och hur de upplever den, samt vilken inverkan partnern och familjemedlemmarnas aktiviteter har på varandra. Studien har också tillfört kunskap till den bas som aktivitetsvetenskap utgör för arbetsterapi. Det krävs mer framtida forskning kring hur partners, familjemedlemmarna och olika könsroller influerar det dagliga görandet.

Tillkännagivande

Vi vill rikta ett stort tack till samtliga deltagare som har delgett sina upplevelser och tankar kring sin vardag. Vi vill även tacka vår handledare Ragnhild Cederlund för all positiv uppmuntran och stöttning längs vägen.

Referenser

Berntsson, L., Lundberg, U., & Krantz, G. (2006). Gender differences in work-home interplay and symptom perception among Swedish white-collar employees. *Journal of Epidemiology and Community Health*, 60(12), 1070-1076.

Bird, C. E. (1999). Gender, household labor, and psychological distress: The impact of the amount and division of housework. *Journal of Health and Social Behavior*, 40(1), 32-45.

Bond, M. J., & Feathers, M. T. (1988). Some correlates of structure and purpose in the use of time. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55(2), 321-329.

Christiansen, C. H., & Baum, C. M. (2005). The complexity of human occupation. I C. H. Christiansen & C. M. Baum (Red.), *Occupational therapy: Performance, participation and well-being* (s. 3-24). Thorofare, NJ: SLACK Inc.

Clark, F., Parham, D., Carlson, M., Frank, G., Jackson, J., Pierce, D., & Zemke, R. (1991). Occupational science: Academic innovation in the service of occupational therapy's future. *The American Journal of Occupational Therapy*, 45(4), 300-310.

Connel, R. W. (2002). *Gender*. Malden: Polity/ Blackwell.

De Poy, E., & Gitlin, L. N. (1999). *Forskning – En introduktion*. Lund: Studentlitteratur

Edwards, D., & Christiansen, C. H. (2005). Occupational development. I C. H. Christiansen & C. M. Baum (Red.), *Occupational therapy: Performance, participation and well-being* (s. 43-70). Thorofare, NJ: SLACK Inc.

Erlandsson, L.-K., & Christiansen, C. H. (2015). The complexity and patterns of human occupation. I C. H. Christiansen, C. M. Baum & J. D. Bass (Red.), *Occupational therapy: Performance, participation and well-being* (s. 113-127). Thorofare, NJ: SLACK Inc.

Fein, M. L. (1990). *Role change: A resocialization perspective*. New York: Praeger.

Forsman, B. (1997). *Forskningsetik - En introduktion*. Lund: Studentlitteratur.

- Graneheim, U.H., & Lundman, B. (2004). Qualitative content analysis in nursing research: concepts, procedures and measures to achieve trustworthiness. *Nurse Education Today*, 24(2), 105-112.
- Hansagi, H., & Allebeck, P. (1994). *Enkät och intervju inom hälso- och sjukvård: Handbok för forskning och utvecklingsarbete*. Lund: Studentlitteratur.
- Håkansson, C., Björkelund, C., & Eklund, M. (2011). Associations between women's subjective perceptions of daily occupations and life satisfaction, and the role of perceived control. *Australian Occupational Therapy Journal*, 58(6), 397-404.
- Ikiugu, M., Pollard, N., Cross, A., Willer, M., Everson, J., & Stockland, J. (2012). Meaning making through occupations and occupational roles: A heuristic study of worker-writer histories. *British Journal of Occupational Therapy*, 75(6), 289-295.
- Khawaja, M., & Habib, R. (2007). Husbands' involvement in housework and women's psychosocial health: Findings from a population-based study in Lebanon. *American Journal of Public Health*, 97(5), 860-866.
- Kielhofner, G. (2012). *Model of Human Occupation: Teori och tillämpning* (C. Falk, K. Falk & H. Stedman övers.). Lund: Studentlitteratur (Originalarbete publiceras 2008).
- Kristensson, J. (2014). *Handbok i uppsatsskrivande och forskningsmetodik för studenter inom hälso- och vårdvetenskap*. Stockholm: Natur och Kultur.
- Lincoln, Y. S., & Guba, E. G. (1985). *Naturalistic inquiry*. Beverly Hills: Calif Sage.
- Moyers, P. (2005). Introduction to occupation-based practice. I C. H. Christiansen & C. M. Baum (Red.), *Occupational therapy: Performance, participation and well-being* (s. 220-240). Thorofare, NJ: SLACK Inc.
- Nationalencyklopedin. (u.å.). *Genus*. Hämtad 2014-12-20, från <http://www.ne.se/uppslagsverk/encyklopedi/enkel/genus>.

Padilla, R. (2015). Environment Factors - culture. I C. H. Christiansen, C. M. Baum & J. D. Bass (Red.), *Occupational therapy: Performance, participation and well-being* (s. 335-358). Thorofare, NJ: SLACK Inc.

Patel, R., & Davidson, B. (2011). *Forskningsmetodikens grunder*. Lund: Studentlitteratur.

Rosengren, K. E., & Arvidson, P. (1983). *Sociologisk metodik*. Stockholm: Esselte Studium AB.

Trost, J. (2010). *Kvalitativa intervjuer*. Lund: Studentlitteratur.

Vetenskapsrådet. (2002). *Forskningsetiska principer inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning*. Vetenskapsrådet: Elanders Gotab.

Wada, M., Backman, C. L., & Forwell, S. J. (2010). Theoretical perspectives of balance and the influence of gender ideologies. *Journal of Occupational Science*, 17(2), 92-103.

West, C., & Zimmerman, D. H. (1987). Doing Gender. *Gender and Society*, 1(2). 125-145.

Wicks, A., & Whiteford, G. (2005) Gender, occupation and participation. I G. Whiteford & V. Wright-St Clair (Red.), *Occupation & practice in context* (s.197-212). NSW: Elsevier.

WMA. (2013). *Declaration of Helsinki - Ethical Principles for Medical Research Involving Human Subjects*. Hämtad 07-01-15, från

<http://www.wma.net/en/30publications/10policies/b3/index.html>.

Bilaga 1

INTERVJUGUIDE

Introduktion: Vi har valt att göra denna studie för att skapa förståelse för hur den gemensamma vardagen ser ut när man bor tillsammans och hur detta påverkar vardagens utformning.

Som arbetsterapeut fokuserar man på det människor gör, i vilken miljö man befinner sig i och de förutsättningar man har som person, för att kunna skapa möjligheter till att klara av det man vill i sin vardag.

Du kommer få beskriva vad du gör i vardagen utifrån cirkelarna och vi kommer anteckna lite av det du säger. Sen kommer vi ställa frågor kring din upplevelse av aktiviteterna, hur det känns och på vilket vis det är betydelsefullt för dig.

Definition av aktivitet: För oss är aktivitet allt vi väljer att göra i vår vardag, allt från att borsta tänderna till att cykla.

Begrepp: fritid = aktiviteter som upplevs som tillfredsställande, tillfälligt strunta i normer och regler, ger utrymme för fantasi och frihet. För vuxna, mindre seriösa aktiviteter. Leka med barnen, måla, pyssla, skriva.

Avkoppling, återhämtning = självvalda, mer avslappnande och vilsamma tillstånd. Bara vara. Äta middag med vänner, läsa en bok. Motsats till arbete.

- Hur länge har ni bott tillsammans? Har ni barn, hur många, ålder?

(Visa och förklara bild på teman)

- Beskriv en typisk vardag utifrån cirkelarna, kategorisera (bild)
 - Hur upplever du själva görandet av *aktiviteten* (byt ut mot t ex matlagning)?
 - positivt/negativt?
 - Är den aktiviteten betydelsefull för dig?
 - På vilket sätt är *aktiviteten* betydelsefull för dig?
 - Gör ni det gemensamt?
 - Vilket föredrar du? Varför?
 - Är det viktigt att ni gör det gemensamt/ självständigt?
-
- Hur ser fördelningen av hushållssysslorna/underhållet ut? Ge exempel
 - Vad tror du är anledningen till det?
 - uppfostran, intresse, genus
 - Hur känner du kring det?
 - Hur kom ni fram till den?

- Har den förändrats med tiden? Orsak till det?
- Beskriv en typisk helgdag. (Beskriv en dag när ni båda är lediga)
(Om personerna inte har så många gemensamma lediga dagar) Hur känner ni kring det?
 - Skillnad på utförande vardag/helg?

Planering av inköp, inköp, bakning,
 Städning, disk, tvätt, strykning, lagning av kläder
 Underhåll bostad, trädgård, cyklar, bilar, leksaker
 Ekonomi, betalning av räkningar
 Barnen, skolan, viktiga datum, planering, sporter
 Utflykter på helger, planering, slätkkalas
 Träning, promenader, hobbies

- Utöver det du tidigare nämnt, vad gör ni gemensamt?
- På vilket sätt är det viktigt/betydelsefullt?

- Finns det saker du gör enbart/delvis för din partners skull?
 - Vad är anledningen till det?

- Finns det något du skulle vilja förändra, lägga mer/ mindre tid på i vardagen eller på lediga dagar?
 - Göra fler saker gemensamt?
 - Vad? Hur kommer det sig? Berätta mer?

- Vill du tillägga något?

Extraord

På vilket sätt?

Hur menar du då?

Kan du berätta mer?

Hur gick det?

Kan du ge ett exempel?

Det låter intressant, kan du förklara mer?

Hur kändes det?

Bilaga 2

Egenkonstruerad skiss över vardagens aktiviteter som vid intervjuerna användes som diskussionsunderlag. Cirklarnas storlek representerade intervjuernas fokusområde.

