

“Det ska du inte vara så säker på.”

En kvalitativ studie om barnfria kvinnors upplevelser
och känslohantering

Elin Olsson

SOCK10: Kandidatuppsats, 15 hp

Vårterminen 2026

Handledare: Freja Morris



Abstract

Arbetets art: SOCK10: Kandidatuppsats, 15 hp

Sidantal: 39

Titel: "Det ska du inte vara så säker på.": En kvalitativ studie om barnfria kvinnors upplevelser och känslohantering

Författare: Elin Olsson

Handledare: Freja Morris

Sociologiska institutionen, vårterminen 2026

Sammanfattning: Mot bakgrund av det historiskt låga barnafödsantalet i Sverige och den diskussion som omger detta, intresserar sig studien för hur barnfria individer, särskilt kvinnor, upplever att de blir bemötta i relation till pronatalistiska normer. Vidare ökar i samband med det sjunkande barnantalet, även uppmärksammandet av de som inte vill ha barn, det vill säga barnfria. Studien syftar därmed till att undersöka hur barnfria kvinnor i Sverige upplever att de blir bemötta i ett samhälle där barnafödande uppmuntras, samt vilka eventuella strategier de använder sig av för att navigera detta. Utifrån detta formuleras forskningsfrågorna: (1) *Hur upplever barnfria kvinnor sociala interaktioner och bemötande när de delar med sig av sitt beslut att inte skaffa barn?* och (2) *Vilka strategier använder sig barnfria kvinnor av för att navigera sociala normer och förväntningar kring reproduktion?* Detta undersöks genom sex intervjuer med barnfria kvinnor, vilka tolkas och analyseras tematiskt, med utgångspunkt i Arlie Russel Hochschilds (1979) teori om känsloregler och känslohantering. Resultatet visar att föräldraskap framställs som en självklarhet, vilket leder till att barnfrihet uppfattas som avvikande. Bemötandet de barnfria upplever uttrycks som överhängande negativt, vilket illustreras genom en oförmåga att förstå det barnfria valet eller antaganden om att beslutet är temporärt. Vidare visar studien på hur respondenterna i huvudsak använder sig av två strategier för att hantera detta bemötande, vilket utifrån emotionsteori tolkas som former av känslohantering. Respondenterna anpassar sig antingen till de rådande känsloreglerna kring reproduktion eller utmanar omgivningens bemötande genom att vägra anpassa sig. Studien visar på så sätt hur barnfrihet inte enbart kan förstås som normavvikande, utan även som ett brott mot emotionella och kulturella regler.

Nyckelord: Barnfrihet, Emotionsteori, Känslohantering, Känsloregler, Pronatalism, Reproduktion, Sociala normer

Innehåll

Förord.....	
1. Inledning.....	1
1.1 Bakgrund.....	2
1.2 Syfte och frågeställning.....	3
1.3 Disposition.....	3
2. Forskningsöversikt.....	4
2.1 Barnfrihet som växande fenomen.....	4
2.2 Barnfrihet som normbrott.....	5
2.3 Barnfrias strategier.....	7
3. Teoretisk referensram.....	10
3.1 Operationalisering av begrepp.....	10
3.1.1 Barnfrihet.....	10
3.1.2 Emotion och känslor.....	10
3.1.3 Sociala normer.....	11
3.2 Känslohantering.....	11
3.3 Relevans för studien.....	12
4. Metod.....	13
4.1 Urval.....	13
4.2 Intervjumetod.....	14
4.3 Transkribering och kodning.....	16
4.4 Analysmetod.....	17
4.5 Etiska överväganden.....	18
4.6 Avgränsningar.....	19

5. Resultat och analys.....	20
5.1 <i>Normer kring föräldraskap</i>	20
5.1.1 Reproduktion som norm i förändring.....	20
5.1.2 Moderskap som självklar livsväg.....	22
5.2 <i>Omgivningens bemötande</i>	24
5.2.1 Förvåning och ifrågasättande.....	25
5.2.2 Att inte bli erkänd som legitimt barnfri.....	28
5.3 <i>Känslohantering och social navigering</i>	30
5.3.1 Anpassning och avväpnande strategier.....	30
5.3.2 Direkt motstånd och gränssättning.....	34
6. Diskussion och slutsats.....	36
6.1 <i>Diskussion</i>	36
6.2 <i>Sammanfattning och slutsats</i>	38
Referenser.....	40
Bilagor.....	43

Förord

Jag vill börja med att tacka min handledare Freja Morris för din värdefulla feedback och guidning längs vägen.

Jag vill även rikta ett stort tack till min svägerska Astrid, dels för din feedback, men främst för ditt ständiga peppande och stöd.

Sist men inte minst vill jag tacka mina respondenter, denna studie hade inte varit möjlig utan er. Det har varit ett privilegium att få ta del av era berättelser och jag hoppas att jag gjort dem rättvisa.

Elin Olsson

Lund, maj 2026

1. Inledning

Föräldraskap och barnafödande är ständigt närvarande i samtiden, vilket manifesteras genom politiska diskussioner om sjunkande födelsetal, samt genom synliggörande av familjeliv i realityprogram och sociala medier. En nedgång i barnafödande har observerats under det senaste decenniet i stora delar av Europa, vilket bland annat kan utläsas i en rapport från Statistiska centralbyrån (2026) där födelsetalen i Sverige visar sig vara de lägsta det varit på över två decennier. Föräldraskap, framförallt hos kvinnor, spelar därmed en fortsatt central roll i både offentliga och privata diskurser.

Föreställningar om moderskap som en naturlig del av kvinnors liv förstås i relation till heteronormativa förväntningar, där kvinnors liv ofta förväntas inkludera reproduktion (Ambjörnsson: 2016; Šumskaitė: 2025). Denna föreställning påverkar i sin tur inte bara vilka livsval som framstår som legitima, utan även hur kvinnor bemöts i sociala sammanhang. För dem som identifierar sig som barnfria kan detta innebära att de behöver förhålla sig till frågor, antaganden och normer i vardagliga interaktioner. Med utgångspunkt i Arlie Russell Hochschilds (1979) teori om känslohantering, kan dessa interaktioner förstås som situationer där individen förväntas reglera sina känslor utifrån sociala regler och normer. För den barnfria kan detta bland annat innebära en hantering av ifrågasättanden och antaganden genom att anpassa sina känslor eller formulera socialt accepterade anledningar till valet.

Vidare leder detta till en aktualisering av frågor om hur barnfrihet förstås och bemöts i ett samhälle som fortsatt präglas av normativa föreställningar kring reproduktion.

1.1 Bakgrund

Barnfrihet som fenomen har tidigare varit relativt osynligt, bland annat på grund av svårigheter att kartlägga hur många som är frivilligt barnlösa, närmare bestämt *barnfria* respektive hur många som är ofrivilligt barnlösa (Peterson, 2011:6). Pronatalistiska normer, det vill säga barnafödande som en naturlig del av livet, kan ses som en annan anledning till barnfrihetens osynliggörande (Peterson, 2011:9). Att barnfrihet bryter mot normen är därmed inget nytt påstående. I forskning om barnfrihet refererar pronatalismen till den allmänna kulturella inriktningen som lyfter reproduktion och föräldraskap. Här ses reproduktion som något inte enbart gynnsamt för individen, utan för det sociala välbefinnandet (Peterson, 2014:23). Detta visar sig vara speciellt relevant för kvinnor, då det kan kopplas till moderlighet, de diskurser som hyllar moderskapet och de värderingar som kopplas till rollen i form av omsorg och omvårdnad. Moderskapet ses på så sätt som en central kärna i den feminina identiteten, vilket leder till att kvinnor som inte vill ha barn riskerar att ses som avvikande (Peterson, 2014). Vidare uppmärksammar Engwall och Peterson (2011) utifrån en svensk kontext, hur barnafödande inte enbart bidrar till det egna släktet, utan också ses som ett samhällsansvar, där låg nativitet utgör ett hot mot samhället.

Intresset för fenomenet har sedan Engwall och Petersons (2011) studie ökat, både inom forskning (se exempelvis Watling Neal & Neal, 2025) och inom populärkulturen, exempelvis genom podcasten *Barnfrihet* (Gudmundsson och Walström, 2018). Ett annat exempel på det ökade intresset är boken *Ingens mamma*, skriven av Caroline Adolfsson 2013, där tolv kvinnor delar med sig av sina erfarenheter som barnfria. Återkommande teman av ifrågasättande, normativa förväntningar och behovet att legitimera sitt val framträder i kvinnornas berättelser.

Mot denna bakgrund blir det därmed av intresse att undersöka hur barnfria kvinnor upplever att de blir bemötta i ett samhälle präglad av normer kring moderskap och reproduktion.

1.2 Syfte och frågeställning

Studien syftar till att kvalitativt undersöka barnfria kvinnors upplevelser och erfarenheter av sociala interaktioner i ett samhälle där barnaplanerande förväntas, samt vilka eventuella strategier de använder sig av för att navigera sin omgivning. Studien ämnar därmed att bidra till en förståelse för hur pronatalistiska normer påverkar barnfria kvinnors upplevelser och erfarenheter och hur detta tar uttryck i samspel med omgivningen. För att uppnå syftet med studien har nedanstående frågeställningar formulerats:

1. Hur upplever barnfria kvinnor sociala interaktioner och bemötande när de delar med sig av sitt beslut att inte skaffa barn?
2. Vilka strategier använder sig barnfria kvinnor av för att navigera sociala normer och förväntningar kring reproduktion?

1.3 Disposition

Uppsatsen är indelad i sex avsnitt. Inledningsvis presenteras en kort bakgrund till ämnet, samt studiens övergripande syfte och frågeställning. Därefter behandlas tidigare forskning genom tre huvudteman: (1) Barnfrihet som växande fenomen, (2) Barnfrihet som normbrott och (3) Barnfrias strategier. Det tredje avsnittet presenterar det teoretiska ramverket för studien, samt operationaliserar relevanta begrepp. Avsnitt fyra innefattar den metod som har använts under studiens gång, avgränsningar och de etiska överväganden som tagits. Därefter presenteras resultatet och analysen av studien genom tre huvudteman: (1) Normer kring föräldraskap, (2) Omgivningens bemötande, och (3) Känslöhantering och social navigering. Slutligen förs en övergripande diskussion och sammanfattning av studiens fynd, samt en reflektion över begränsningar och förslag på framtida forskning.

2. Forskningsöversikt

Tidigare forskning visar att barnafödandet minskar och att barnfria utgör en allt större grupp bland icke-föräldrar (Crawford et al., 2026; Watling Neal & Neal, 2025). Trots denna utveckling menar Bays (2017) att barnfrihet fortsatt framställs som normbrytande, vilket medför att barnfria möter ifrågasättande i både sociala möten och organisatoriska miljöer.

Forskningen har främst fokuserat på barnfria och barnlösa kvinnor, samt heterosexuella par (se Bays, 2017; Denson et al., 2025; Höglund & Hildingsson, 2023; Peterson & Tunçer, 2026). Den har även behandlat motiv bakom att inte skaffa barn, samt undersökt attityder gentemot barnfria. Dessutom har barnfrias hantering av omgivningens bemötande genom olika strategier studerats (Bozkanat, 2025; Höglund & Hildingsson, 2023; Park, 2002; Peterson & Tunçer, 2026), däremot är dessa ett fåtal och barnfrias perspektiv och upplevelser ses fortsatt som en relativt utforskad vinkel. Sammantaget synliggör tidigare forskning både barnfrihet som ett växande fenomen och det sociala och kulturella motstånd det möter (Watling Neal & Neal, 2025).

2.1 Barnfrihet som växande fenomen

Samtliga studier är eniga om att barnafödandet minskar, vilket framgår i flera rapporter från västvärlden (Crawford et al., 2026; Peterson & Tunçer, 2026; Watling Neal & Neal, 2025). Dock skiljer majoriteten av mätningarna inte på frivillig och ofrivillig barnlöshet. Watling Neal och Neal (2025) konstaterar att tidigare forskning kring barnfria och barnlösa främst varit kvalitativ, samt att den kvantitativa statistiken ofta varit indelad i föräldrar och icke-föräldrar, vilket kategoriserar icke-föräldrar som en homogen grupp. Studien jämför hur olika typer av icke-föräldrar skiljer sig åt genom att dela in dem i sex grupper; barnfria, biologiskt barnlösa, socialt barnlösa, framtida föräldrar, ambivalenta och osäkra, med hjälp av insamlad data från National Survey of Family Growth. Resultatet visar på att cirka 30% av vuxna i åldrarna 18-44 i USA var barnfria år 2022, vilket är en ökning från 14% år 2002 (Watling Neal & Neal, 2025: 1747 f.).

Vidare presenterar Crawford et al. (2026) statistik från World Economic Forum som visar att födelsetalet minskat med 50% de senaste 70 åren. Även Denson et al. (2025) uppmärksammar genom en studie av 33 länder utförd 2015 att andelen kvinnor utan barn i åldrarna 40-44 varierade mellan cirka 5% i Ryssland, respektive över 20% i Italien och Schweiz (Denson et al., 2025:17). De noterar att datan inte skiljer på ofrivilligt respektive frivilligt barnlösa. Peterson och Tunçer (2026) presenterar det minskade barnafödandet i Sverige, vilket är det lägsta det någonsin varit med 1,43 barn per person 2024. Antalet icke-föräldrar vid slutet av sin fertila ålder visar sig dock vara stabil de senaste åren med 13,5 % av kvinnor och 21,5% av män (Peterson & Tunçer, 2026:2). Trots metodskillnader och svårighet att skilja på ofrivillig och frivillig barnlöshet visar datan på att ett betydande antal vuxna inte har barn i nuläget.

2.2 Barnfrihet som normbrott

Trots att barnfrihet blir alltmer vanligt betraktas det fortsatt som ett normbrott. Föräldraskap ses ofta som en självklar del av vuxenlivet och barnfria individer, speciellt kvinnor bemöts ofta negativt (Bays, 2017; Höglund & Hildingsson, 2023; Peterson, 2011). Bays (2017) uppmärksammar att tidigare forskning visat på att kvinnor utan barn uppfattas mer negativt än mödrar. Genom mätningar där 299 collegestudenter fick besvara frågor om hur de bedömde kvinnor utan barn respektive mödrar undersökte Bays uppfattningar, känslor och beteenden gentemot kvinnor i USA baserat på föräldrastatus. Detta utifrån kategorierna kompetens, värme, känslor och beteende. Resultatet visade på att mödrar och barnlösa kvinnor uppfattades som mer varma än kompetenta medan barnfria kvinnor bedömdes som det motsatta. Vidare visade studien på att mödrar var den mest omtyckta gruppen, barnlösa framkallade medlidande och barnfria framkallade avsky och avund. Färre studier har gjorts på barnfria män men även där ses ett mönster av att de bedöms mer negativt än fäder (Bays, 2017: 139).

Vidare presenterar Peterson och Tunçer (2026) hur barnfria kvinnor förstår åldrande i ett pronatalistiskt samhälle, genom intervjuer med 10 barnfria kvinnor i Sverige. Peterson och Tunçer (2026:4) uppmärksammar hur tidigare forskning om icke-föräldrar visat på att avsaknaden av barn kan bidra till ensamhet, då äldre utan barn generellt har ett svagare skyddsnät och är mer troliga att bo själva. Personer som inte har barn har därmed ofta antagits vara i större risk för att bli ensamma när de blir äldre, vilket Peterson och Tunçer (2026) menar beror på den roll som barn förväntas ta som emotionellt, praktiskt och socialt stöd. Kvinnorna som intervjuas i studien berättar att de ofta mötts av stereotyper om att de skulle vara ensamma, kalla och egoistiska (Peterson & Tunçer, 2026:12). Författarna uppmärksammar i motsats till detta att barn inte är en garanti för att undvika ensamhet vid åldrande (Peterson & Tunçer, 2026:4ff).

Genom 23 intervjuer med fokus på barnfrias uppfattningar och erfarenheter av att leva utan barn i Sverige, stödjer Höglund och Hildingsson (2023) bevisen på att barnfria generellt uppfattas negativt. Medan några av deras intervjupersoner menade att de inte brydde sig om vad andra tyckte om dem, upplevde majoriteten att de blev dömda av omgivningen (Höglund & Hildingsson, 2023:5). Flera av dem uppmärksammade dock att det svenska samhället och deras omgivning sakta börjat acceptera barnfrihet, samtidigt hade majoriteten av dem upplevt press på att skaffa barn och ifrågasättande från både familj och samhället i stort. Studien uppmärksammar även hur det kulturella perspektivet är relevant för hur barnfrihet blir bemött och uppfattat. Informanterna menade att reproduktion inte sågs som lika viktigt i Sverige som i exempelvis Mellanöstern, samt att tradition och religion är drivande faktorer i diskussioner kring reproduktion (Höglund & Hildingsson, 2023:6). Samtidigt menade flertal informanter att barnafödande fortsatt är en kulturell norm i Sverige, där man först betraktas som vuxen när man får barn.

Fortsättningsvis visar Petersons (2011) studie kring barnfrihet, där hon intervjuat 21 barnfria kvinnor i Sverige, på att en majoritet av kvinnorna blev bemötta negativt och uppfattade sig som avvikande från normen. Kvinnorna i Petersons (2011:13) studie uppmärksammade dessutom att avfärdande var vanligt, där ett återkommande antagande av omgivningen var att de skulle ändra sig angående beslutet att inte skaffa barn.

Vidare observerar Veevers (1980, som citeras i Park, 2002) hur brottet mot normerna som barnfria utför inte enbart beror på att de inte har barn, utan främst, och i synnerlighet för kvinnor beror på det faktum att de inte vill ha barn. Majoriteten av deltagarna i Parks (2002) intervjustudie upplevde negativt bemötande och stereotyper om att de var själviska, kalla eller materialistiska. En av de intervjuade kvinnorna menade att särskilt barnfria kvinnor sågs som själviska, då syftet med att vara kvinna är att skaffa barn. I kontrast till detta menade dock några av intervjupersonerna i Parks studie att toleransen för barnfrihet ökat och att stigmatiseringen är mindre. Tre av deltagarna, varav två män och en kvinna, uttryckte att det inte mött negativa stereotyper, utan snarare fått ett positivt bemötande och setts som bekymmerslösa och "smarta" (Park, 2002:30).

2.3 Barnfrias strategier

Utifrån temat ovan har kvalitativ forskning visat på att barnfria personer kan uppleva stigmatisering (se exempelvis Peterson, 2011; Bays, 2017). Som svar på denna stigmatisering utförs enligt Park (2002) ett flertal strategier av barnfria individer. I hennes studie fokuserar hon på vilka strategier av intrycksstyrning som barnfria använder för att förhandla om sina stigmatiserade roller i sociala interaktioner (Park, 2002:39). Utifrån detta uppmärksammar hon huvudsakligen tre strategier; passerande, identitetsbyte och utmanande av normer.

Passerande (*passing*) används ofta av yngre personer, framförallt kvinnor som fortsatt antas vara fertila. Strategin går ut på att barnfria låter omgivningen anta att de kommer få barn senare i livet, genom att exempelvis uttrycka "man vet aldrig, någon dag" (Park, 2002:32). En annan strategi är att ge uttryck för en mindre stigmatiserad identitet, som exempelvis ofrivilligt barnlös för att framstå som mer "normal", vilket Park (2002:33f) benämner som identitetsbyte (*identity substitution*). Slutligen presenterar Park (2002:34ff) en mer aktiv och direkt strategi, där barnfria vänder på ifrågasättandet genom att utmana normer kring föräldraskap, genom att exempelvis ifrågasätta föreställningen av föräldrar som osjälviska och på så sätt skifta fokus.

Därutöver visar Peterson och Tunçers (2026) studie kring åldrande utan barn, hur kvinnorna genom olika neutraliseringstekniker utmanar olika antaganden och stereotypiseringar om åldrande och ensamhet. Forskarna betonar att stereotypa antaganden av barnfria som själviska och kalla är vanliga i den offentliga diskursen medan de barnfrias upplevelser och hantering av dessa antaganden är mindre utforskade (2026:2). Peterson och Tunçer (2026) menar på att en förståelse för de barnfrias erfarenheter ger en insikt i hur ensamhet inte enbart är ett resultat av individuella handlingar, utan även en kulturell och social konstruktion.

En annan strategi som uppmärksammas är den om positiva narrativ, exempelvis genom att använda ordet “fri” istället för “lös” för att visa på hur frånvaron av barn inte ses som en brist (Watling Neal & Neal, 2025: 1750). Genom att sätta valet att inte skaffa barn i ett positivt ljus omformuleras den rådande negativa diskursen. Även kvinnorna i Peterson och Tunçers (2026) studie ställde sig positivt till barnfrihet och berättade hur de kunde förlita sig på vänner istället för barn för att undvika ensamhet (2026:16). I kontrast till detta visar tidigare studier på hur barnfria kvinnor hanterar sin marginaliserade position genom att undvika situationer där diskussioner kring barn förs (Höglund & Hildingsson, 2023).

Skillnaderna i strategier och upplevelser av omgivningens bemötande mellan de två studierna av Peterson och Tunçer (2026) och Höglund och Hildingsson (2023) är av intresse då de båda är utförda i en svensk kontext med enbart tre års skillnad. Att resultaten skiljer sig åt kan tolkas som att erfarenheter av barnfrihet inte är entydiga, utan beror på exempelvis social kontext eller nivån av acceptans i olika sammanhang (Höglund & Hildingsson, 2023; Peterson & Tunçer, 2026). Resultaten kan även indikera att de rådande diskurserna kring barnfrihet är i förändring, där både ifrågasättande och acceptans samexisterar (se Höglund & Hildingsson, 2023; Peterson & Tunçer, 2026).

Slutligen observerar Bozkanat (2025) hur barnfria konstruerar sin identitet på Instagram genom strategier som omdefiniering, humor och bemötande av stereotyper. Genom denna analys betonar Bozkanat hur sociala medier, till skillnad från traditionella medier som ofta vidmakthåller pronatalistiska normer, ger barnfria möjligheten att representera sig själva och bilda en gemenskap. Bozkanats undersökning visar på hur de barnfria använder sig av humor som strategi, där de omvandlar kritiken från omvärlden till olika memes. Genom att använda humor som en social representation bemöter de stereotyperna av att vara självisk, ensam och ångerfull genom att vända kritiken mot de som skaffar barn och illustrerar en bild av barnfrihet som en flexibel och fri livsstil (Bozkanat, 2025:8ff).¹

¹ *Stora delar av forskningsöversikten är från en tidigare examinerande inlämning i delkurs 3 av SOCC02, efter godkännande av delkursansvarig Olle Frödin.*

3. Teoretisk referensram

Följande avsnitt presenterar de teoretiska begrepp som används vid analysen av det empiriska materialet. Avsnittet är uppdelat i tre underrubriker, först operationaliseras begreppen *barnfrihet*, *emotion* och *känsla*, samt *sociala normer*. Därefter presenteras emotionsteori, specifikt teorin om känslohantering och känsloregler. Slutligen följer en sammanfattande diskussion om teorins relevans för studien.

3.1 Operationalisering av begrepp

3.1.1 Barnfrihet

Barnfrihet syftar till valet att inte skaffa barn. Det avser individer som varken har biologiska, adoptiv- eller bonusbarn och som inte vill ha det (Neal & Watling Neal, u.å.). I tidigare forskning används ofta begreppet frivilligt barnlösa, Neal och Watling Neal menar dock att termen barnfri är att föredra då den tydliggör att valet att inte skaffa barn ses som en frihet och inte en uppoffring.

3.1.2 Emotion och känslor

Inom emotionssociologin används ofta emotion och känsla som synonymer, där emotion ses som ett mer akademiskt uttryck. En distinktion mellan begreppen är den om att känslor är något individen upplever inåt medan emotion är det som uttrycks utåt (Wettergren, 2013:16). Emotioner kan förstås som en komplex känsla, alla emotioner är därmed känslor medan känslor inte nödvändigtvis är emotioner. Wettergren förklarar det genom ett exempel på en situation där en person blir sparkad. Den fysiska smärtan som uppstår är en känsla, smärtan i sin tur kan ge upphov till emotionen vrede (2013:17).

Hochschild definierar känsla som ett samspel mellan en individs fysiska intryck och uttryck, tankar och minnen, ett samspel som individen är medveten om (1979:551). Hon menar även på att känslor ofta är mildare än emotioner. I sin reflektion kring känslohantering använder hon dock begreppen emotion och känsla synonymt, vilket även denna studie kommer göra.

3.1.3 Sociala normer

Sociala normer förstås i denna studie som informella förväntningar kring hur individer bör bete sig och känna i sociala sammanhang. Normerna internaliseras och bidrar till vad som anses som accepterat beteende (Engelstad, 2001[1998]: 221).

I relation till barnfrihet är det främst pronatalistiska normer som uppmärksammas i denna studie, då det handlar om föreställningar om föräldraskap och reproduktion som naturligt och önskvärt, framförallt för kvinnor (Peterson, 2011).

3.2 Känslohantering

Emotionssociologi utgår från att känslor inte enbart är privata, utan också formas och regleras socialt. Känslor förstås därmed som sammankopplade med sociala normer och kulturella förväntningar. Hur människor uttrycker, tolkar och hanterar känslor påverkas således av det samhälleliga sammanhang de befinner sig i (Wettergren, 2013). I relation till barnfrihet kan emotionsteorin användas för att förstå hur föreställningar om kvinnlighet, moderskap och reproduktion skapar förväntningar på att kvinnor ska vilja ha barn.

Ett centralt namn inom emotionssociologin är Arlie Russell Hochschild, som i sin studie *Emotion Work, Feeling Rules, and Social Structure* (1979), uppmärksammar hur känslor inte enbart kan ses som privata, utan hur de formas av samhället genom att vi lär oss hur vi bör känna i olika situationer. Genom detta presenterar Hochschild (1979) begreppet känsloregler (*feeling rules*), vilket syftar till de sociala normer som anger vilka känslor som anses lämpliga att känna och uttrycka i olika situationer (1979:563). Dessa regler synliggörs genom hur människor reagerar på både sina egna och andras känslor genom att exempelvis uppleva att de "borde" känna mer sorg eller glädje i en viss situation. Kommentarer eller ifrågasättanden leder i sin tur till att individen påminns om vilka känslor som förväntas i ett visst socialt sammanhang. Dessa regler kring känslor visar hur djupt sociala normer påverkar oss och argumenterar för att känslor inte enbart förstås som privata, utan även som socialt reglerade (Hochschild, 1979:564).

För att hantera dessa känsloregler krävs enligt Hochschild (1979) arbete, vilket hon benämner som känslohantering (*emotion management*). Känslohantering fungerar enligt henne som ett verktyg för att granska jaget, interaktioner och strukturer och på så sätt styra sina känslor efter sociala situationer. Hon uppmärksammar hur olika situationer kräver att individen anpassar eller kontrollerar sina känslor i relation till sociala förväntningar. Detta genom att exempelvis framkalla, hämma eller dölja känslor för att göra dem lämpliga för olika sammanhang och normsystem. Hochschild (1979) visar på detta genom exemplet att vi antas vara glada på bröllop och ledsna på begravningar.

Slutligen presenterar hon två tillvägagångssätt för att hantera känslor som anses olämpliga, vilka hon benämner som *surface acting* och *deep acting*. Surface acting innebär att individen hanterar hur dessa känslor uttrycks rent yttligt genom att dölja sina olämpliga känslor, exempelvis genom att ändra ansiktsuttryck eller anpassa sitt tonläge. Deep acting däremot innebär att individen aktivt försöker ändra sina inre känslor för att anpassa sig till vad hen förväntas känna (Hochschild, 1979:568 ff.).

3.3 Relevans för studien

Studien har till syfte att undersöka barnfria kvinnors upplevelser och erfarenheter av omgivningens bemötande, samt deras egen roll i interaktionen genom att undersöka ifall de använder sig av olika strategier. För att analysera detta är teorier om känslohantering och känsloregler relevanta då de synliggör samspelet mellan sociala normer, emotioner och strategier (Hochschild, 1979).

Hochschilds (1979) teori om känslohantering bidrar till en förståelse för hur individer reglerar eller anpassar sina känslor i sociala sammanhang. I relation till studien ger teorin verktyg till att analysera hur barnfria kvinnor exempelvis kan uppleva eventuella förväntningar på att känna en längtan efter barn. Vidare blir teorin relevant för att förstå de eventuella strategier som intervjupersonerna använder för att hantera potentiellt ifrågasättande. Genom känslohantering kan de exempelvis omtolka situationen eller tona ner sina känslor för att passa in i vad som ses som socialt accepterat (Hochschild, 1979:551).

4. Metod

Följande avsnitt presenterar hur det empiriska materialet samlats in, vilka etiska överväganden som tagits, samt hur materialet analyserats. Studien har genomförts som en kvalitativ intervjustudie baserad på sex semistrukturerade intervjuer och har följt ett abduktivt tillvägagångssätt där viss tidigare kunskap har använts som underlag i intervjuerna. En kombination av emotionsteori och empiri har därmed lett fram till urvalet av tre huvudteman som kom att analyseras tematiskt.

4.1 Urval

Respondenterna rekryterades genom ett inlägg som publicerades i två olika facebookgrupper. Inlägget presenterade en kort sammanfattning av studien och efterfrågade frivilliga deltagare, detta genom ett ändamålsenligt urval, då det fanns ett specifikt kriterium att individen skulle identifiera sig som barnfri (Rubin, 2021:141). Utöver detta sattes inga andra avgränsningar vid rekryteringen. Detta för att öka urvalet, då det kan vara svårt att få tag på barnfria individer som vill uttala sig, i och med att familjebildning kan vara ett känsligt ämne. Tio personer visade intresse för att ställa upp på intervju, sex av dem svarade vid kontakt och bokade in intervjuer.

Då studien undersökte fenomenet *barnfrihet* och inte syftade till att generalisera en större population hölls en öppenhet för kön, ålder och bakgrund (Luker, 2008: 103). Av denna anledning rekryterades även deltagarna genom grupper där fenomenet redan diskuterats för att säkerställa tillgänglighet. Slutligen resulterade detta i en relativt homogen grupp av enbart kvinnor. Dessutom var majoriteten vita, medelklass, bosatta i storstadsområden och nuvarande i relationer med män. En större spridning visades i ålder, där respondenterna var mellan 24 och 52 år, samt en jämn fördelning mellan om de var uppvuxna i en större stad eller mindre by. För en mer nyanserad analys hade en mer heterogen grupp varit fördelaktigt. Däremot var syftet med studien inte att generalisera, utan analysera de diskurser som intervjupersonerna i egenskap av barnfrihet hade erfarenhet av.

4.2 Intervjumetod

Insamlingen av empiriskt material har skett genom sex semistrukturerade intervjuer med en intervjuguide (se bilaga 2) som underlag. Intervjuguiden var uppdelad i tre huvudavsnitt, det första avsnittet innefattade frågor kring intervjupersonens bakgrund, exempelvis genom frågor kring hur reproduktion diskuterats i uppväxten. I det andra avsnittet låg fokus på studiens kärna, det vill säga barnfrihet. Detta avsnitt delades i sin tur in i fyra teman: (1) barn som norm, (2) omgivningens reaktioner, (3) tolkning av reaktioner och (4) upplevelser och känslor. Det tredje och sista avsnittet fungerade som ett avslutande avsnitt, som stöd till en naturlig avrundning av intervjun (Luker, 2008:171), genom att exempelvis fråga om intervjupersonen ville tillägga något.

Valet av intervjuer som metod baserades på studiens syfte, att få en fördjupad förståelse för barnfrias upplevelser och känslor. Semistrukturerade intervjuer gav i sin tur möjligheten för intervjuaren att upptäcka nya teman genom intervjupersonernas personliga utsagor. Utöver de planerade frågorna har därmed stor vikt lagts på vad intervjupersonen berättar och öppnat upp för flexibilitet, vilket i sin tur lett till att frågorna varierat något mellan de olika intervjuerna (Bryman, 2012:487). Flexibiliteten har dock lett till att ledande frågor ställts vid några tillfällen, vilket Bryman (2012) inte rekommenderar. Detta upptäcktes vid transkribering av intervjuerna och är därmed viktigt att uppmärksamma. Ett exempel på detta var när en respondent uttryckte att hon inte anpassade sig i samtal kring barnfrågan och sedan beskrev att hon i vissa sammanhang undvek att uttrycka sina åsikter fullt ut. Intervjuaren tolkade detta som att respondenten anpassade sig beroende på situationen och ställde därefter en följdfråga där denna tolkning uttrycktes. Detta kan förstås som ledande, då tolkningen av respondentens uttalande kan riskera att påverka hur hon vidareutvecklade sitt svar.

I enlighet med Luker (2008) och Bryman (2012) har en förutbestämd ordning av frågor följts, trots metodens flexibilitet. Frågorna gick därmed från introducerande, där frågor kring ålder och uppväxt ställdes, detta för att lära känna intervjupersonen och skapa ett tryggt sammanhang, till mer teoretiska, där begrepp som normer, stereotyper och känslöhantering introduceras. Därefter ställdes mer öppna frågor, exempelvis genom att

fråga om respondenten kunde ge ett exempel eller berätta mer om en viss situation, detta för att lämna utrymme för intervjupersonens egna erfarenheter och känslor (Bryman, 2012:476 ff.). Intervjuguiden utformades enligt Lukers (2008:170) redogörelse för vilken ordning intervjun bör följa, där hon menar att en intervju bör följa den ordning som ett "naturligt" samtal med en främling görs. En ordningsföljd från allmänna frågor till mer specifika och från mindre känslomässiga till mer känslomässiga frågor. Vidare menar Luker (2008:170) att en intervju, precis som ett samtal, bör avslutas genom att sakta ner och förbereda för att konversationen närmar sig sitt slut. Utifrån detta avslutades intervjun genom att uppmärksamma respondenten om att några avslutande frågor skulle ställas, exempelvis om respondenten ville tillägga något. Slutligen tackades respondenten för dennes deltagande och informerades om att samtycke när som helst kunde tas tillbaka.

Innan intervjun fick deltagarna ta del av ett informationsbrev (se bilaga 1) med en kort beskrivning av studiens syfte, information om hur intervjun skulle användas, att den kunde komma att spelas in via ljud, samt att alla identifierande uppgifter skulle anonymiseras. Intervjupersonerna fick själva välja om de ville ha intervjun fysiskt, via video eller mail, delvis för deras bekvämlighet och delvis för plats- och tidsaspekten. Detta resulterade i att fem intervjuer hölls via video och en fysiskt. Fördelaktig hade varit att ha alla intervjuer fysiskt då det ger utrymme till ett mer avslappnat samtal, samt möjligheten att läsa av kroppsspråk. De digitala intervjuerna skedde dock i realtid och både video och ljud var på, vilket gjorde att de påminde om fysiska intervjuer och kroppsspråk och mimik kunde fortsatt analyseras till viss del. Eriksson- Zetterquist och Ahrne (2022) uppmärksammar hur videointervjuer blivit allt vanligare, samt dess fördelar och nackdelar. Författarna menar att en fördel med digitala intervjuer är att intervjupersonen har bekvämligheten att vara i sitt eget hem. Nackdelar kan dock vara att det är svårare att tolka kroppsspråk, att ljud och bild kan störas av tekniska problem, samt större risk för att avbryta eller tala i mun på varandra (Eriksson-Zetterquist & Ahrne, 2022:72), vilket skedde i en av intervjuerna.

Intervjuerna var mellan 30 - 45 minuter långa och spelades efter muntligt samtycke in via mobiltelefon med avstängt internet och molnlagring för att sedan föras över till en extern hårddisk och raderas från telefonen. Detta för att följa GDPR-lagen och undvika risken för spridning av materialet. Handledaren fick ta del av en datahanteringsplan och godkände denna, intervjupersonerna blev informerade om att ljudinspelningen enbart skulle vara tillgänglig för intervjuaren och raderas efter att arbetet blivit godkänt.

4.3 Transkribering och kodning

Intervjuerna transkriberades ordagrant samma eller nästkommande dag för att bibehålla närhet till materialet. Transkriberingen gjordes av etiska skäl utan internetanvändning och alla identifierande uppgifter togs bort, med undantag för ålder och kön. Intervjupersonerna benämns därmed som respondenten följt av en siffra mellan ett och sex. Citaten har redigerats lätt för läsbarhet, där utfyllnadsord har tagits bort i de fall där de stör läsningen. I de fall där det klippts i citaten markeras det med tre punkter inom en hakparentes medan tystnad markeras med enbart tre punkter. När respondenterna lagt vikt på ett ord genom att exempelvis uttrycka det med starkare röst har det markerats med fetstil.

Reflektioner kring intervjuerna skrevs direkt ned i ett dokument, genom kommentarer om vad som stod ut, uttrycktes ofta eller inte alls av respondenten. Exempelvis uttryckte en respondent sig ofta positivt om barnfrihet, en annan uppmärksammade queera familjekonstellationer och en tredje poängterade sin unga ålders påverkan på de reaktioner hon mötte. Genom detta började olika mönster ta form redan innan kodningsprocessen påbörjades (Luker, 2008:175). Mönster som upptäcktes var bland annat upplevelsen av att inte bli tagen på allvar, tydliga könsskillnader, normer och ålderns påverkan. Vidare har kodningsprocessen skett i enlighet med Corbin och Strauss (1990) tre steg: öppen, axial och selektiv kodning. Kodningen skedde abduktivt med närhet till det empiriska materialet, med viss teoretisk bakgrund kring emotionssociologi (Wettergren, 2013) och känslöhantering (Hochschild, 1979). Processen tog avstamp i tematisk analys och påbörjades genom en öppen analog kodning där allt av intresse markerades och liknande händelser och mönster uppstod

som gavs olika etiketter, exempelvis *förväntan på kvinnor* och *du kommer ångra dig*. Nästa steg följde en axialkodning, där en vidareutveckling av etiketterna skedde och underkategorier skapades, exempelvis reducerades etiketten *du kommer ångra dig* och *du är för ung* till ett gemensamt tema om att inte bli tagen på allvar, vilken i sin tur hamnade under kategorin *bemötande*. Detta skedde först efter ytterligare läsning av transkriberingen. Slutligen genomfördes en selektiv kodning (Corbin & Strauss, 1990:12ff.), som resulterade i tre huvudteman; (1) Normer kring föräldraskap, (2) Omgivningens bemötande, och (3) Känslöhantering och social navigering.

4.4 Analysmetod

Empirin analyserades därefter genom tematisk analys enligt Braun och Clarke (2006), där olika mönster identifierades. Tematisk analys ansågs som bäst lämpad för att besvara studiens forskningsfrågor kring barnfrias upplevelser och erfarenheter då den möjliggjorde tolkningen av återkommande teman i deltagarnas uttalanden. Utöver detta har denna analysmetod använts då den är flexibel, vilket har varit fördelaktigt i det abduktiva tillvägagångssätt där emotionsteorins roll i analysen inte varit förutbestämd. Därtill har tematisk analys ansetts lämplig på grund av dess möjlighet att tillämpas på det begränsade empiriska materialet (Braun & Clarke, 2006:78).

Analysmetoden har skett genom de steg som nämnts ovan i form av transkribering och kodning. Processen har på så sätt följt de steg som Braun och Clarke (2006:86ff.) presenterar. Först har intervjuerna transkriberats för att sedan läsas igenom ett flertal gånger för att skapa en helhetsbild. Därefter har materialet kodats i enlighet med Corbin och Strauss (1990). Koderna har sedan undersökts ytterligare för att säkerställa att de hör samman och fortsatt kan kopplas till empirin. Slutligen har samtliga teman definierats och namngetts, kopplats samman med emotionsteori och analyserats med hjälp av referat och citat från intervjumaterialet.

Dispositionen av analysavsnittet har i sin tur följt Rennstam och Wästerfors (2015) redovisning av metoden expert-commentary units. Varje tema har därmed först presenterats genom en analytisk poäng förankrad i tidigare forskning (se exempelvis Höglund & Hildingsson, 2023; Peterson, 2014) eller emotionsteori (Hochschild, 1979; Wettergren, 2013). Därefter har citat från respondenterna presenterats och slutligen har den analytiska poängen utvecklats med stöd i citatet.

4.5 Etiska överväganden

Flera etiska frågor har tagits i beaktande under studiens gång. För att undvika risken för att personlig information sprids så har, som nämnt ovan, intervjupersonernas uppgifter anonymiserats och ljudfilerna har förts över till en säker källa som enbart varit tillgänglig för intervjuaren. Respondenterna blev innan intervjun informerade om hur informationen skulle lagras och anonymiseras, samt att utvalda citat kunde komma att tas med i den slutgiltiga uppsatsen. Detta skedde genom både ett skriftligt informationsbrev och ett muntligt redogörande för att se till att informationen tydligt framgick och därmed undvika risken att respondenterna inte förstod vad deltagande innebar. Alla uppgifter, med undantag för ålder och könstillhörighet, har anonymiserats. Risken för identifikation kvarstår i och med att rekryteringen skedde genom sociala medier, däremot ses denna risk som minimal.

Därtill har hänsyn även tagits till potentiella dilemman och känslor som kunde komma att uppstå, som exempelvis om respondenten skulle uppleva att för personliga frågor ställdes eller bli märkbart berörd. Pascoe (2022) uppmärksammar genom sin forskning om moderskap hur familj och reproduktion kan ses som ett potentiellt känsligt ämne (2022:778). Då barnfrihet passar in i denna kategori har studien tagit detta i åtanke genom bland annat valet av frågor, vilket tonläge och kroppsspråk som använts, samt platsen för intervjuer. Hänsyn har därmed tagits till både explicita och subtila etiska regler. Med explicit etik menas de formella etiska övervägandena som finns i kvalitativ forskning, vilket följts genom bland annat anonymisering och samtycke (Pascoe, 2022: 778). Subtil etik innefattar däremot de oskrivna etiska reglerna om hur man bör agera i olika sociala sammanhang, vilket följts genom att exempelvis le och nicka när

respondenten pratar, tacka för dennes uttalande och lyssna och ta in dennes känslor och upplevelser (Pascoe, 2022: 778, 785).

Vidare tillfrågades respondenterna genom ett informationsbrev vid rekrytering om samtycke för inspelning och användande av citat. Informationen återupprepades även muntligt i början av varje intervju för att säkerställa att respondenterna förstod innebörden av sitt samtycke och kunde ta ställning till vilka uttalanden de kände sig bekväma med att ge. Intervjun avslutades med att ännu en gång informera om hur informationen skulle lagras, samt att respondenterna när som helst kunde ta tillbaka sitt samtycke utan att uppge anledning. Insamlingen av samtycke skedde därmed muntligt eller via Facebook, vilket innebar att inga formella dokument signerades.

Slutligen togs rollen som forskare i åtanke, samt den subjektivitet som är svår att undkomma i kvalitativa metoder. Jag har därför strävat efter ett reflexivt förhållningssätt genom att kontinuerligt reflektera över hur mina egna erfarenheter och värderingar kunnat påverka tolkningen av deltagarnas utsagor. Vid genomgång av ljudinspelningarna och under transkriberingen uppmärksammades exempelvis att vissa frågor var något ledande, som tidigare uppmärksammats i avsnittet om intervjumetoden.

4.6 Avgränsningar

Studien avgränsade till barnfria kvinnor i Sverige och undersökte deras upplevelser och erfarenheter av att inte vilja ha barn i ett samhälle präglad av pronatalistiska normer. Fokus låg på kvinnornas erfarenheter, samt de strategier de använder för att hantera och navigera sociala normer och förväntningar, detta analyserat utifrån emotionsteori med särskilt fokus på känsloregler och känslohantering (Hochschild, 1979). Studien har därmed inte behandlat bakomliggande orsaker till kvinnors barnfrihet då syftet inte var att undersöka själva fenomenet i sig utan de sociala och emotionella processer som sker runtomkring. Datainsamlingen genomfördes genom semistrukturerade intervjuer under två veckor, vilket innebar en begränsning av empiriskt material. Resultatet syftar därmed inte till att generalisera barnfria kvinnor som grupp utan till en fördjupad förståelse för respondenternas upplevelser.

5. Resultat och analys

Genom en kombination av emotionssociologi, specifikt Hochschilds (1979) teori om känslohantering (*emotion management*) och känsloregler (*feeling rules*), samt empiriskt material utförs en tematisk analys. Studien argumenterar för hur bemötandet som de barnfria upplever är kopplat till pronatalistiska normer och känsloregler kring reproduktion, samt att respondenterna i studien använder sig av olika former av känslohantering för att navigera dessa normer och regler. Detta presenteras i kommande avsnitt genom att först analysera vilka normer som kan tänkas ligga bakom det bemötande respondenterna upplever, därefter analyseras deras upplevelser av bemötandet, och slutligen hur respondenterna emotionellt navigerar detta. Utifrån detta är analysen uppdelad i tre huvudteman: (1) Normer kring föräldraskap, (2) Omgivningens bemötande, och (3) Känslohantering och social navigering.

5.1 Normer kring föräldraskap

Följande avsnitt redovisar vilka normer som kan tänkas ligga bakom det bemötande som uppmärksammas nedan. Avsnittet används därmed som bakgrund i analysen då normer frekvent kom på tal, även när det inte explicit frågades om. Alla respondenter visade sig dessutom vara eniga om att reproduktion är en norm. Medan vissa menade att det är en starkt befast norm som ständigt närvarar uppmärksammade andra att en förändring skett där barnfrihet ses som mer accepterat. Detta presenteras genom två teman som framkommer i det empiriska materialet; *reproduktion som norm i förändring* och *moderskap som självklar livsväg*.

5.1.1 Reproduktion som norm i förändring

I enlighet med Höglund och Hildingssons (2023) studie upplevde majoriteten av respondenterna att föräldraskap fortsatt är en starkt etablerad norm. Samtidigt menade två av respondenterna på att normen kring reproduktion börjat luckras upp och barnfrihet ses som mer accepterat, vilket utifrån Höglund och Hildingsson (2023) kan förstås som en förändring av sociala och kulturella strukturer.

[...] Det känns töntigt att säga att det är en norm för att den är, det är en så starkt befäst norm [...] Sen hur det liksom tar sig plats i samhället är väl det att liksom samhället är ju typ uppbyggt och kräver ju också i någon utsträckning att folk skaffar barn. Jag tänker typ såhär, skyddsnät som föräldraledighet, vab och andra saker. Att, alltså samhället är ju uppbyggt så att det finns stödinsatser som gör att man ska vilja skaffa barn, för att det ska liksom underlätta. Ehm, annars tror jag inte att det pratas om så mycket egentligen. Alltså såhär, mer än när det finns normbrytande som liksom antingen väljer att inte skaffa barn eller pratar om det öppet [...] (Respondent 2)

Respondentens berättelse belyser hur samhällsstrukturer reproducerar normer, specifikt utifrån det svenska välfärdssamhället. Hennes uttalande "samhället är ju uppbyggt så att det finns stödinsatser som gör att man ska vilja skaffa barn" visar likt Engwall och Peterson (2011) på synen på barn som bidrag till samhällets överlevnad. Det ifrågasättande som de barnfria möter kan därmed förstås utifrån denna pronatalistiska norm, där de barnfria inte bidrar till samhällets fortlevnad. Reproduktion framstår således inte enbart som ett individuellt val utan som institutionellt förankrat genom välfärdssystem och sociala normer. Därtill uppmärksammar respondenten hur normerna oftast är outtalade, fram till att de bryts, exempelvis när barnfria talar öppet om sina val. Avvikelsen från pronatalistiska normer kan därmed tolkas som ett synliggörande och uppmärksammande av etablerade känsloregler kring reproduktion och föräldraskap som önskvärt.

I kontrast till detta lyfts resonemang kring att normen kring reproduktion förändrats, där valet att inte skaffa barn blivit allt vanligare:

Jag tror att det finns en norm att man ska "ska" skaffa barn. Men det känns som att den håller på att luckras upp nu lite grann. Att det är fler och fler som väljer att inte göra det, men jag tror inte att det har att göra med så mycket att det är en vilja att inte vilja ha barn utan jag tror att det snarare handlar mer om hur samhället ser ut i stort, vad som händer i världen, att man har svårt att få livet att

gå ihop som det är. Med allt som man ska hinna med för egen del, att få alla kostnader att gå ihop. [...] Ehm, så det känns mer som ett, kanske ekonomiskt beslut att kanske inte skaffa barn. (Respondent 1)

Respondent 1 uppmärksammar här hur normen att skaffa barn, trots fortsatt existerande, i nuläget inte är lika stark, samt att valet att inte skaffa barn blir allt vanligare. Detta menar hon dock beror mer på materiella och samhälleliga villkor än förändrade känslor, vilket visar på hur val och känslor även påverkas av sociala och kulturella förhållanden. Att normerna, enligt respondenten "luckras upp", går att tolka utifrån två vinklar. Å ena sidan kan det förstås som att känsloregler kring reproduktion delvis förändrats, där det i större utsträckning blivit möjligt att uttrycka avvikelse från normen om föräldraskap, utan samma grad av ifrågasättande (Hochschild, 1979:567). Å andra sidan visar respondenten att den förändrade normen inte enbart beror på förändrade värderingar, utan snarare på en förändring av sociala och ekonomiska förutsättningar, vilket tolkas som att föreställningen om att vilja ha barn fortsatt ses som emotionellt och socialt legitim.

5.1.2 Moderskap som självklar livsväg

Empirin visar hur föräldraskap och i synnerhet moderskap konstrueras som en självklar och önskvärd livsväg. Respondenternas berättelser präglas av pronatalistiska normer och känsloregler som förutsätter reproduktion som ett naturligt steg i vuxenlivet. I linje med Peterson (2014:23) framträder en heteronormativ föreställning om livsbanan där relation, reproduktion och familjebildning förstås som förväntade livsmål. Detta kan även förstås utifrån den normativa föreställningen om att livet bör följa en viss ordning: födsel, relation, reproduktion och slutligen död (se exempelvis Šumskaitė, 2025:86).

Det synliggörs exempelvis i respondent 5:s beskrivning av hur föreställningen av att ingå i en relation och i förlängningen få barn uppfattas som en självklarhet:

[...] Det var nog en väldigt mycket no-brainer för många, det var liksom det att man träffade någon, man skaffade barn så. Det var liksom, det var väldigt mycket det som förväntades, det var det samtalet som var. Jag hade själv de förväntningarna på mig själv ganska länge, att det var förälder man skulle bli. (Respondent 5).

Respondentens resonemang belyser hur reproduktion ses som självklarhet, där det förväntas att man skaffar barn. Denna förväntan tycks även ha internaliserats hos respondenten, vilket framgår när hon säger "Jag hade själv de förväntningarna på mig själv". Upplevelsen av att det finns en föreställning om barn som den korrekta vägen för ett meningsfullt liv kan utifrån Hochschilds (1979) teori om känslöhantering förstås som att respondenten anpassar sig till sociala normer och känsloregler. Föreställningen om att det är förälder man "ska" bli utvecklas därmed till att inte enbart komma utifrån, utan uppfattas som naturlig även inifrån, då respondenten internaliserar den normativa idén om föräldraskap med sina egna känslor.

Utifrån respondenternas berättelser visas dock ett mönster på att dessa förväntningar inte riktas lika mot alla, utan framförallt gentemot kvinnor, där moderskap kopplas till föreställningar om kvinnlighet. Respondent 3 beskriver exempelvis hur hon blivit bemött av en kille på en efterfest som menade att barn var "det vackraste du kan ha. Det är det finaste. En förlängning av dig." Varpå respondenten resonerade kring detta som att kvinnans viktigaste roll sågs utifrån hennes förmåga att föda barn: "Du som kvinna måste ha barn för att det är så himla vackert typ. Som att jag är en *kuvös*." (Respondent 3). Även respondent 5 visar på hur en större press och förväntan läggs på kvinnor som vårdnadshavare. Detta tolkas utifrån ett exempel som respondenten ger om förskolan som hennes gudbarn gick på, trots föräldrarnas uttryckliga önskemål om att kontakta pappan först vid behov, ändå ringde mamman varje gång. Detta trots att pappan både arbetade närmare förskolan och hade större möjlighet att lämna arbetet. Respondenten menar att detta grundade sig i en underliggande föreställning om att det är mamman som behövs när barnet är sjukt eller ledset: "För att det fanns en förväntan om att "aa men nu är det feber och nu är det gråt och nu är det ditten, då är det nog mamma som behövs"." (Respondent 5).

Dessa berättelser tolkas, i linje med Peterson (2014) som att moderskap ses som en central kärna i feminiteten, där kvinnor som inte vill ha barn riskerar att uppfattas som avvikande. Utifrån emotionsteori om känsloregler kan detta vidare förstås som en form av könade känsloregler (Hochschild, 1979:572), där kvinnor i högre grad förväntas känna längtan efter moderskap och emotionell uppfyllelse genom barn.

Samtidigt innehåller materialet även berättelser som utmanar dessa normativa föreställningar om moderskap, familj och omsorg. Respondent 3 beskriver exempelvis hur hon genom queera forum skapar alternativa former av familjetillhörighet: "Jag är också queer så jag är *community-mamma*, så jag har liksom också massa barn som är äldre än mig och yngre än mig." (Respondent 3). Respondenten uppmärksammar i samband med detta uttalande hur många inom queercommunityn skapar familjer utanför de biologiska ramarna och synliggör därmed att omsorg och familjetillhörighet kan organiseras utanför heteronormativa familjestrukturer. Moderskap framträder här inte som en biologisk funktion, utan som en emotionell och social praktik, vilket kan tolkas som att respondent 3 gör motstånd mot föreställningen om att omsorg främst kopplas till moderskap.

5.2 Omgivningens bemötande

Följande avsnitt redogör för de upplevelser och erfarenheter respondenterna har av bemötande i sociala interaktioner där reproduktion och moderskap framstår som normativa. Utifrån analys av det empiriska materialet framkom två tydliga teman; *förvåning och ifrågasättande* och *att inte bli erkänd som legitimt barnfri*.

Genom intervjuerna blir det tydligt att upplevelsen av att bli ifrågasatt för sitt val att vara barnfri inte enbart är en individuell erfarenhet, utan knyter an till bredare diskurser kring reproduktion och moderskap som normativt (Engelstad, 2001 [1998]; Peterson, 2014). I detta analysavsnitt undersöks hur detta kommer till uttryck, min tolkning av det och vilka konsekvenser det för med sig, kopplat till Hochschilds (1979) teori om känsloregler.

5.2.1 Förvåning och ifrågasättande

Ett återkommande tema som uppkommer i intervjupersonernas utsagor är förvåning, där omgivningen enligt dem har svårt att förstå deras beslut att inte skaffa barn. Utifrån Hochschilds (1979) teori om känsloregler kan detta förstås som ett uttryck för normer kring vilka livsval och känslor som anses naturligt i samtal om barn. Känslor styr på så vis sociala situationer, där ens egna eller andras känslor är moraliskt reglerade kring vad som är rätt eller fel, samt vad vi borde eller inte borde uttrycka (1979:564). I relation till detta kan respondenternas avsaknad av längtan efter barn förstås som regelbrytande mot etablerade föreställningar om moderskap, vilket i sin tur leder till förvåning hos omgivningen.

Förvåning visar sig således vara ett återkommande bemötande, där en av respondenterna dessutom upplever att många väljer att inte säga något för att inte verka otrevliga. “[...] folk blir typ *stunned*, alltså du vet, de har ingenting att säga, de ba [ser chockad ut]. Eller man ser på dem, hur de försöker att inte säga någonting *evil* [skrattar].” (Respondent 3).

Respondenten uttrycker här att den vanligaste reaktionen hon möter när hon säger att hon inte vill ha barn är chock och tystnad, vilket hon visualiserar tydligt i samtalet. Hon menar dessutom att tystnaden sker för att undvika negativa kommentarer. Detta kan förstås utifrån känslohantering och känsloregler på flera plan. Chocken och tystnaden kan i detta fall förstås ur ett normperspektiv, där barnlängtan framstår som en socialt förväntad känsla och där avsaknaden av denna bryter mot känsloregler kring reproduktion och kvinnlighet. Samtidigt kan tystnaden tolkas som en form av känslohantering från omgivningen, där negativa känslor eller uttalanden hämmas till förmån för vad som anses lämpligt i situationen (Hochschild, 1979:551). Omgivningen kan därmed förstås anpassa sitt beteende utifrån sociala normer om artighet och acceptans.

Det är dock viktigt att uppmärksamma att detta bygger på respondentens tolkning av omgivningens bemötande, vilket innebär att det saknas direkt kunskap om hur de som bemött henne faktiskt upplevde situationen. Hochschild (1979:557) menar att för att kunna analysera känslohantering förutsätts det att aktören är kapabel till att känna, bedöma känslors lämplighet, samt reglera känslor. I detta fall blir därför analysen av omgivningens känslohantering delvis spekulativ.

Vidare uttrycker flera av respondenterna, här illustrerat genom två citat, att omgivningen tycks ha svårt att förstå deras beslut, särskilt i de fall där de uppfattas som "bra med barn". En av respondenterna berättar att medan hon upplever att många, däribland hennes vänner respekterar hennes beslut, är ifrågasättande och förvåning ofta återkommande hos utomstående.

[...] Men med folk som inte känner mig, då upplever jag att folk blir ganska förvånade. Jag tror att de blir förvånade framförallt och har väldigt svårt att förstå bara [...] Ofta blir det, såhär folk som kanske känner mig på jobbet, eller har sett mig med typ barn, kanske mina släktingar eller du vet såhär kusinbarn eller vad det nu kan vara. Så tror jag att de blir förvånade och har svårt att förstå för att jag är duktig med barn. Ehm, att det blir liksom en krock, "men du är ju så himla bra med barn, du hade blivit en toppenförälder". Man ba "aa jättefint men jag vill inte vara det" [...] (Respondent 6).

Uttalandet "du hade blivit en toppenförälder" kan förstås som känslohantering i sociala interaktioner, där känslorna inte enbart uttrycks utan även appliceras på den avvikande (Hochschild, 1979). Detta illustrerar hur föräldraskap konstrueras som positivt och önskvärt, där känsloregler bestämmer vilka känslor och livsval som ses som legitima, samt bidrar till föreställningen om att om man är bra med barn borde man vilja ha egna barn. Att inte vilja ha barn kan därmed förstås som ett brott mot dessa känsloregler, vilket även framträder i nedanstående citat:

[...] Jag kommer ihåg när jag var yngre att väldigt många på jobbet var så “men du skulle bli en sån fantastisk mamma” och verkligen så “åh, det är så synd, du skulle varit så fantastisk”. (Respondent 4).

Även här möts respondenten av uttalanden om att hon hade varit en bra förälder. Följaktligen uttrycks även en sorg från omgivningen över att hon inte vill bli det. Uttalandet “åh, det är så synd, du skulle varit så fantastisk”, visar precis som citatet från respondent 6 på hur moderskap ses som önskvärt, samtidigt som avsaknaden av barn ses som något sorgligt. Detta kan tolkas som att omgivningen producerar och applicerar en känslomässig ram på respondenten, där deras känslor inte enbart uttrycks med ord utan även applicerar normer kring vad som anses som lämpligt i situationen (Hochschild, 1979:560). Känslohanteringen sker därmed inte enbart på individnivå, utan i själva interaktionen, där respondentens livsval emotionellt värderas och ges mening genom andras reaktioner. Genom att koppla samman att inte ha barn med sorg blir därmed barnfrihet avvikande, då barnfrihet inte ses som en avsaknad av barn, utan snarare en frihet från dem.

I kontrast till detta menar en av respondenterna att hon sällan upplever ifrågasättande, utan snarare att omgivningen, både barnfria och föräldrar, reagerar positivt på hennes barnfrihet. “Jag kan ändå uppleva att de ibland blir typ taggade på att, att de ba “aa, jag förstår det” [skrattar].” (Respondent 1). Vidare reflekterar hon över hur denna typ av kommentar ofta uttrycks av småbarnsföräldrar, som har barn i trotsåldern eller som upplever sömnbrist. Respondentens reflektion kan tolkas som känslohantering genom att hon känner att den positiva reaktionen måste bero på att något i den andra personens liv är “fel”, vilket jag argumenterar för tyder på en internalisering av barnfrihet som något oacceptabelt.

Sammanfattningsvis kan denna förvåning kring valet att vara barnfri tolkas som en reaktion på brottet mot etablerade känsloregler kring reproduktion och moderskap som önskvärt, snarare än enbart ett individuellt uttryck för oförståelse.

5.2.2 Att inte bli erkänd som legitimt barnfri

Ytterligare ett tema som framkom i empirin vad gäller upplevelser av omgivningens bemötande var att respondenternas val ibland inte togs på allvar eller sågs som legitimt. Flera av respondenterna beskrev hur deras uttalanden om barnfrihet ofta avfärdades i sociala interaktioner, genom hänvisning till ålder, framtida partners eller ett antagande om att de skulle ångra sig. Även Petersons (2011) studie uppmärksammar detta, där flertalet av hennes deltagare menade att de ofta blev avfärdade och antogs ångra sitt beslut.

Som tidigare uppmärksammat kan känsloregler om hur man "borde" känna (Hochschild, 1979:564) påverka synen på barnfrihet. Barnfrihet upplevs ofta som positivt för den barnfria individen, därav uttryckt som "frihet", men möter samtidigt sociala och kulturella normer om reproduktion som önskvärt. Dessa normer kan förstås genom uttalanden om att respondenterna kommer att ångra sitt val, inte träffat den rätta eller är för ung för att veta. Därmed framställs barnlängtan som den "rätta" känslan, medan avsaknad av denna längtan uppfattas som tillfällig eller inkorrekt. Den yngsta respondenten i studien, uttrycker vid flera tillfällen i intervjun hur hon ofta blir avfärdad och inte tas på allvar i sitt val att inte skaffa barn på grund av sin ålder, tjugofyra år.

[...] Eller det här med att liksom typ, inte ignorera det men liksom inte bry sig om det för liksom "aa, du kommer ändå bara ångra dig, så liksom det du säger nu är ändå inte ett liksom legitimt uttalande", eller vad man ska säga.
(Respondent 2)

Citatet illustrerar erfarenheten av att ens uttalande om att inte vilja ha barn inte tas på allvar, där respondenten antas ångra sitt beslut. Detta kan tolkas som att omgivningen försöker reglera vilka känslor som anses socialt accepterade vad gäller föräldraskap. När respondenten blir mött med ett antagande om att hon kommer ångra sig antyds hennes nuvarande känslor därmed inte stämma överens med de etablerade känsloreglerna om moderskap som önskvärt. Genom detta avfärdas hennes uttalande som tillfälligt, då det bryter mot pronatalistiska normer och hon blir på så sätt påmind om vad som är lämpligt att känna (Wettergren, 2013:29).

Ytterligare ett exempel på när barnfrihet avfärdas, illustreras genom respondenternas uttalanden om att omgivningen tillskriver potentiella relationer större betydelse än deras egna beslut och känslor. En av respondenterna, numera i femtioårsåldern, berättar att när hon i tjugooårsåldern besökte en barnmorska för att sätta in en spiral blev hon direkt ifrågasatt:

[...] jag ville sätta in spiral och det ville inte barnmorskan, hon sa "Det är inte så bra, det är bättre att vänta lite och det är alltid mycket bättre att vänta tills du har fått barn" bla bla bla, och jag sa "men jag vill ju inte ha några barn, jag skiter väl i det". Och då sa hon "alltså det ska du inte vara så säker på, för du kanske inte har träffat rätt person än". Och då blev jag bara såhär håll i huvudet liksom, och så sa jag "Nej men då ska jag be om att få boka tid för sterilisering", och då fick jag en spiral [skrattar]. Ehm, så att den där känslan av att liksom [djup inandning, suckar], att mina beslut är avhängande av någon som jag inte ens har träffat än, det är liksom tydligen viktigare än vad jag själv tycker [...] (Respondent 5).

Respondentens uttalande går här i linje med Hochschild (1979) redogörande av att hur man bör eller inte bör känna kan ses som ett normativt manus, format av osynliga känsloregler. I detta fall tolkas barnmorskans kommentar "det ska du inte vara så säker på", riktad mot respondentens uttalande om att hon inte vill ha barn, som ett uttryck för att respondentens känslor inte ses som legitima. Den känsla som framstår som legitim i situationen blir därmed en öppenhet inför framtida barnafödande.

Utöver detta visar respondentens kommentar "att mina beslut är avhängande av någon som jag inte ens har träffat än, det är liksom tydligen viktigare än vad jag själv tycker" på en medvetenhet kring de sociala känsloregler som omger reproduktiva val. Därtill visar hon även på en förståelse för hur olika val värderas socialt. Genom att säga "Nej men då ska jag be om att få boka tid för sterilisering", det vill säga ett permanent ingrepp, intar hon en ännu mer stigmatiserad position och utmanar därmed rådande känsloregler. I detta fall leder det till att barnmorskan ger med sig angående spiralen. Till skillnad från Parks (2002) studie, där strategin handlar om att genom identitetsbyte

(2002:33f) inta en mindre stigmatiserad roll för att framstå som ”normal”, gör respondenten här det motsatta. Genom att hänvisa till sterilisering framstår istället önskan om spiral och att inte vilja ha barn som mindre avvikande, vilket kan förstås som en form av känslohantering där respondenten omförhandlar vad som framstår som socialt avvikande.

5.3 Känslohantering och social navigering

Detta avsnitt behandlar de strategier respondenterna använder sig av för att navigera i de normer och sociala förväntningar som existerar kring reproduktion och moderskap. Liknande tidigare forskning (se exempelvis Park, 2002; Peterson & Tunçer, 2026) visar empirin att respondenterna använder sig av ett flertal strategier för att bearbeta det bemötande och ifrågasättande de upplever. Genom intervjuerna blir det tydligt att strategierna inte enbart kan ses som individuella utan knyter an till rådande normer och känsloregler kring hur man ”ska” känna (Hochschild, 1979). Därmed tolkas respondenternas strategier som en form av känslohantering, där de anpassar sig i vissa sammanhang, döljer sina känslor i andra eller talar öppet om dem och därmed bryter mot rådande känsloregler. Detta resultat presenteras nedan genom två teman; *anpassning och avväpnande strategier*, samt *direkt motstånd och gränssättning*.

5.3.1 Anpassning och avväpnande strategier

En strategi som framkom ur empirin var att respondenterna anpassade sitt beteende utifrån situationen de var i genom att antingen inte säga någonting eller betona sitt val att inte skaffa barn som tillfälligt, även om så inte var fallet. När respondenterna berättar hur de försöker beskriva sitt beslut så diplomatiskt som möjligt, eller väljer att inte prata om det, kan detta förstås som en form av känslohantering där respondenterna anpassar eller kontrollerar sina känslor (Hochschild, 1979:551,555). Detta för att handskas med känsloregler om att man ska vilja ha barn och tycka om att prata om barn.

För att undvika ytterligare ifrågasättande eller få beslutet att inte skaffa barn låta mer socialt accepterat anpassar sig flera respondenter sig till bemötandet “du kommer ångra dig” genom att använda sig av en passerande strategi (Park, 2002:32). Exempelvis uttrycker sig en respondent så här:

[...] Ehm, så det tror jag ändå att jag brukar slänga in som en liten praxis så “aa men, jag känner såhär nu men vem vet, om några år kanske man ändrar sig så får man ta det då”. (Respondent 1)

Genom detta uttalande utförs den form av strategi som Park (2002) kallar *passing*, där specifikt yngre kvinnor som antas vara fertila får omgivningen att tro att de kommer skaffa barn i framtiden. Detta kan tolkas som en form av surface acting, då respondenten anpassar sina känslor och sitt svar utifrån vad hon tror att omgivningen vill höra (Hochschild, 1979:558). Det framgår ännu tydligare när hon i samma uttalande menar på att hon säger detta för att “det kan, kanske klinga bättre i deras öron.” (Respondent 1). Till skillnad från deep acting, den form av känslöhantering där individen ändrar sina inre känslor (Hochschild, 1979:558), känner respondenten tydligt att hon inte vill ha barn, men uttrycker en öppenhet för barn utåt, för att ge ett mer socialt accepterat svar. Denna strategi används även av en annan respondent, som i vissa fall anpassar sig till omgivningens antaganden om att hon kommer ångra sig genom att instämma i deras antagande.

Jag tror jag bara tog det. Jag sa väl typ såhär “ja, det vet man aldrig”. Alltså så. Jag tror också att jag har en väldigt såhär. Lite som jag började denna intervju med, att jag är ung, man vet ju aldrig vad som händer i framtiden.
(Respondent 2).

Till skillnad från respondent 1 kan detta citat tolkas som en form av deep acting, där respondent 2, trots att hon tidigare i intervjun varit tydlig med att hon är säker på sitt val och aldrig känt en längtan efter barn:

“[...] känner jag ju absolut inget sug för det (skaffa barn)” (Respondent 2), här visar på en internalisering av omgivningens antagande genom att hänvisa till sin ålder och att hon inte vet vad som kommer ske i framtiden.

Därutöver framträder strategin kring att anpassa sig till de rådande känsloreglerna genom att respondenterna undviker att uttrycka hur de egentligen känner, utifrån en förståelse om att det skulle uppfattas som “fel”. Flera av respondenterna understryker att de gillar barn, samt att de ofta använder detta för att undvika konflikt; “[...] Ja men jag hoppar väldigt gärna in i typ såhär “jag älskar barn och gillar att vara liksom moster” - rollen [...]” (Respondent 6).

Respondent 6 berättar hur hon ofta känner ett behov av att förklara att hon gillar barn, vilket hon senare även reflekterar över att hon har gjort i själva intervjun, där hon också visar på en medvetenhet om att det ses som “fel” att säga att man inte gillar barn.

[...] Men typ i det här att jag ska vara så himla diplomatisk, även nu liksom såhär “aa men det är inte så att jag inte gillar barn”, utan det är liksom att jag ska, alltså så. För det känns som att det är **fel** att säga “jag gillar inte barn” liksom, “jag är inte intresserad”. För det sätter en så stark stämpel liksom på en på nåt vis. (Respondent 6)

Respondent 6:s uttalande “det sätter en så stark stämpel liksom på en” förstås här som att uttalandet “jag gillar inte barn” bryter mot normer kring föräldraskap som önskvärt och barn som meningen med livet. Hochschild (1979:566) menar på att när känsloreglerna bryts helt kan det leda till oönskat bemötande eller konsekvenser. Dessa konsekvenser är något respondent 4 uppmärksammar då hon menar på att de allra starkaste reaktionerna kommer när hon säger att hon inte tycker om barn.

[...] Alltså och **det** blir ju folk väldigt irriterade på, om jag säger att jag faktiskt inte tycker om barn. “**Hur** kan du inte tycka om barn?”, folk vill visa bilder på barnbarn eller sina bebisar eller så. Jag ba, nej jag tycker inte de är speciellt söta. (Respondent 4).

Här bryter respondenten både mot pronatalistiska normer och känsloregler kring barn som något positivt och önskvärt. Uttalandet "jag faktiskt inte tycker om barn" (Respondent 4) kan här förstås som ett normbrott då barn i det pronatalistiska samhället ofta framställs som meningen med livet. Samtidigt bryter respondenten även mot känsloregler om hur man "ska" känna inför barn. Detta tolkas utifrån Hochschilds (1979:566) argument om att känsloregler skiljer sig från andra sociala regler eftersom de inte främst reglerar handlingar, utan känslor. Då känsloreglerna fungerar som sociala manus för vad man förväntas känna i olika situationer, menar jag på att respondentens uttalande om att inte tycka om barn bryter mot sociala normer medan hennes faktiska känsla av att inte tycka om barn bryter mot känsloregler. Därmed avviker hon i dubbel mening, då hon både känner och uttrycker känslor som uppfattas som olämpliga.

Att barnfrihet kan förstås som avvikande från normen tolkas utifrån hur respondenterna beskriver hur de anpassar sina uttalanden beroende på sammanhang. Genom att undvika att uttrycka sina känslor, tona ned dem eller som respondent 6 betona att man "älskar barn" sker känslohantering i syfte att undvika konflikt eller potentiellt negativa reaktioner.

Hur olika sammanhang påverkar vilka känslor som ses som lämpliga att uttrycka framgår även i respondent 1:s resonemang. Hon beskriver att hon ibland är försiktig med att uttrycka sina åsikter om att kvinnor "tappar sig själv längs vägen" (Respondent 1) i moderskapet. När jag frågar om hon brukar nämna detta till personer som har barn svarar hon efter en stunds reflekterande att hon nog gjorde det mer när hon var yngre men idag skulle "tänkt på det en eller två gånger innan" hon gjorde det. Detta då hon upplever att hon kan tala mer öppet med andra barnfria, där hon känner en större trygghet och acceptans, medan hon undviker sådana uttalanden i samtal med mammor eller ofrivilligt barnlösa då hon menar att det kan uppfattas som "förolämpande". Även respondent 1:s berättelse kan tolkas som känslohantering, där vissa känslor och ståndpunkter regleras och anpassas efter den sociala situationen (Hochschild, 1979:567 ff.). Här förstås detta som att känslan av att mödrar ibland "tappar sig själv längs vägen" är okej att känna och prata om i samtal med andra barnfria, medan det inte ses som lämpligt i samtal med mammor eller ofrivilligt barnlösa.

Därtill menar Hochschild (1979:563) på att man först blir medveten om sin egen känslohantering när ens känslor inte är lämpliga eller ses som legitima i situationen, vilket jag menar att respondent 1 blir när hon uttrycker att hon är försiktig med att uttrycka sin ståndpunkt i samtal med mammor då det kan upplevas som "förolämpande".

5.3.2 Direkt motstånd och gränssättning

En annan strategi som flera av respondenterna har, skiljer sig från de ovan nämnda strategierna på så sätt att respondenterna uttrycker sina känslor öppet istället för att anpassa sig. Detta kan förstås som ett slags utmanande av normer där respondenterna bland annat ifrågasätter de som ifrågasätter dem genom att vända på kritiken eller genom att motbevisa negativa stereotyper.

En av respondenterna som flertal gånger fått höra att om hon inte skaffar barn kommer hon att bli ensam när hon blir äldre, bemöter detta genom att uppmärksamma att barn inte är en garanti för att undvika ensamhet. "Och då sa jag, kontrade jag med att alltså jag jobbar i vården, jag vet ju att bara för att du har barn så är det ju absolut inte säkert att du har någon som bryr sig om dig när du blir gammal." (Respondent 4). Genom detta visar hon på att stereotypen om att barnfria är mer ensamma än föräldrar inte nödvändigtvis stämmer. Därtill ger hon förslag på alternativa lösningar, som att istället för att skaffa barn för att undvika ensamhet kan hon förlita sig på vänner. Dessutom påpekar hon hur det hade varit själviskt att skaffa barn bara för att inte riskera att bli ensam, vilket liknar Bozkanat (2025) presentation av hur barnfria bemöter stereotyper genom att vända på kritiken. Detta tolkas av mig som en indirekt kritik mot föräldraskap.

Denna form av mer direkt bemötande, där respondenten inte hämmar sina känslor kan förstås som ett motstånd, eller förändring av känsloregler. Utifrån Hochschilds (1979: 572 f) reflektion över hur känsloregler förändras i relation till kulturella normer och sociala rörelser kan detta förstås som en förändring av känsloregler, där känslor som tidigare inte varit accepterade sedan blivit det.

Motståndet mot känsloregler kring reproduktion kan på så sätt skapa nya känsloregler, vilket leder till att två motsatta känsloregler kan existera samtidigt. Traditionella känslor om reproduktion kan i förlängningen därmed bli lika utsatta som de barnfrias känslor.

Den sociala ramen inom vilken känsloreglerna existerar kan även trotsas genom att individen som bryter mot reglerna vägrar att utföra den känslohantering som krävs för att känna det som anses som legitimt i situationen (Hochschild, 1979).

[...] Ja men jag har också haft folk som typ försöker argumentera med mig och jag ba “**Nej**, jag vill inte ha barn”. Alltså, du vet NEJ [skrattar]. Jag försöker vara så liksom rak och kort som möjligt. (Respondent 3).

Respondent 3 uttrycker genom att tydligt markera att hon inte vill ha barn, att hon inte kommer att utföra den känslohantering som förväntas. Detta tolkas delvis som ett motstånd mot känsloregler, där hon öppet uttrycker irritation och frustration istället för att anpassa sina känslor till socialt förväntade reaktioner. Det kan dock också förstås som ett svar på förändrade känsloregler, där individen tar kontroll över sitt eget narrativ. Känsloregler som sett olika ut beroende på könstillhörighet, har i takt med den feministiska rörelsen förändrats och en ny uppsättning av regler har utvecklats, vilket förändrat vilka känslor som anses som legitima (Hochschilds, 1979: 567). En kvinna kan därmed lika legitimt som en man uttrycka ilska eller frustration, särskilt när de upplever orättvisa eller ifrågasättande. Att öppet uttrycka sin irritation eller frustration kan därför tolkas som en form av feministisk handling, där den barnfria motsätter sig rådande föreställningar om reproduktion, kvinnlighet och social anpassning.

När vissa ideologier blir accepterade och andra krymper uppstår och försvinner på så sätt konkurrerande känsloregler (Hochschild, 1979:567). Trots att känsloregler kring reproduktion fortsatt består och verkar se annorlunda ut beroende på könstillhörighet verkar de utifrån respondenternas utsagor även utvecklas i takt med förändrade normer. Respondenterna navigerar på så sätt mellan traditionella normer kring reproduktion, där barnfrihet förknippas med egoism, ensamhet eller avvikelse och ett mer samtida ideal som betonar självständighet och feminism.

6. Diskussion och slutsats

I följande avsnitt förs en diskussion om studiens resultat, begränsningar, bidrag till forskningsfältet samt förslag till framtida forskning. Slutligen presenteras studiens slutsatser som avser att besvara syftet och forskningsfrågorna.

6.1 Diskussion

Respondenternas berättelser om sina upplevelser av omgivningens bemötande och hur de hanterar detta bemötande visar genom Hochschilds (1979) teori om känsloregler hur vissa känslor framstår som legitima och andra inte. Detta i relation till normer om reproduktion, där kvinnor förväntas längta efter barn eller ångra sitt beslut att inte skaffa barn. Att flera respondenter blivit bemötta genom antaganden om att de kommer ångra sig ses som ett extra intressant fynd, då respondenterna delar denna erfarenhet oberoende av ålder. Den äldsta respondenten på femtiotvå år har fått höra detta när hon var yngre och den yngsta respondenten på tjugofyra år får höra det nu. Att samma typ av ifrågasättande förekommer under nästan trettio år argumenterar för att pronatalistiska normer fortsatt är djupt etablerade.

Genom att navigera dessa normer genom känslohantering och emotionella strategier, exempelvis genom att formulera sina val som socialt accepterade, kan respondenterna på så sätt undvika konflikt. Studien bekräftar på så sätt tidigare forskning vad gäller normer kring reproduktion (se exempelvis Peterson, 2011) och strategier som de barnfria använder (se exempelvis Park, 2002). Därutöver kan resultatet av studien bidra till en fördjupad förståelse av att barnfrihet inte enbart upplevs som ett normavvikande val utan även som socialt och emotionellt reglerat. Detta utifrån att studien, förutom att visa på hur barnfria upplever att de blir bemötta, samt vilka strategier de använder sig av, även argumenterar för hur dessa upprätthålls och hanteras genom känsloregler och känslohantering. Studien analyserar på så sätt, genom emotionsteori (Hochschild, 1979; Wettergren, 2013) hur pronatalistiska normer reproduceras i sociala interaktioner.

Vidare innefattar studien en rad begränsningar, bland annat på grund av tidsramen för arbetet. Empirin består därmed av ett litet urval, vilket gör att studien går miste om vissa

nyanser och avvikelser inom forskningsområdet. Urvalet omfattar även en relativt homogen grupp kvinnor, där majoriteten var vita, bosatta i större städer och i heterosexuella relationer. Detta leder till en mindre nyanserad bild, där påverkan av upplevelser och erfarenheter utifrån exempelvis könstillhörighet, sexualitet, etnicitet eller relationsstatus exkluderas. Därtill ger metodvalet av intervjuer en begränsad bild av fenomenet, då den förlitar sig helt på respondentens perspektiv, samt tar för givet att det hen säger stämmer, vilket inte går att garantera (Eriksson-Zetterquist & Ahrne, 2022:77). Ett alternativ till denna metod hade kunnat vara en kombination av observation och intervju. Här hade en digital observation varit att föredra då fenomenet som undersöks är svårt att observera fysiskt. Genom att observera och analysera digitala medier, exempelvis podden *Barnfrihet* (Gudmundsson och Walström, 2018) hade forskarens perspektiv framkommit tydligare, vilket kombinerat med respondenternas perspektiv i intervjumetod skulle innebära att studien blev mer perspektivrik (Eriksson-Zetterquist & Ahrne, 2022:77).

Framtida forskning kring barnfrias upplevelser och erfarenheter skulle med fördel inkludera ett större urval med individer från olika sociala och kulturella bakgrunder. Exempelvis skulle de erfarenheter av bemötande som barnfria individer som inte upplever att de blir berörda av pronatalistiska normer kunna utforskas, då detta perspektiv inte synliggjorts lika mycket i forskning. Därutöver hade framtida forskning kring hur barnfrihet upplevs och bemöts inom queera grupper varit intressant; dels för att analysera hur en avvikande grupp, de barnfria, bemöts i en annan avvikande grupp, queera individer och dels utifrån perspektivet att queercommunityt ofta består av alternativa familjekonstellationer, som skiljer sig från de biologiska.

Sammanfattningsvis skulle denna utveckling av studien bidra till ytterligare förståelse för hur bemötande, känsloregler och känslohantering är kopplat till bredare sociala och kulturella diskurser.

6.2 Sammanfattning och slutsats

I relation till det politiska och mediala uppmärksammandet av det historiskt låga barnafödandet i Sverige och de konsekvenser det för med sig, tog denna studie avstamp i ett intresse för hur individer som inte vill ha barn, specifikt kvinnor, upplever att de bemöts av omgivningen.

Därtill väcktes intresset för hur de barnfria kvinnorna navigerar dessa normer i sociala interaktioner, samt vilka eventuella strategier de använder sig av för att göra detta. Detta undersöktes i sin tur utifrån ett emotionsteoretiskt ramverk kring känsloregler och känslohantering (Hochschild, 1979; Wettergren, 2013). Syftet med studien resulterade i nedanstående frågeställningar, som besvaras genom en tematisk analys av respondenternas utsagor om sina upplevelser och erfarenheter.

1. *Hur upplever barnfria kvinnor sociala interaktioner och bemötande när de delar med sig av sitt beslut att inte skaffa barn?*
2. *Vilka strategier använder sig barnfria kvinnor av för att navigera sociala normer och förväntningar kring reproduktion?*

Utifrån den empiriska datan synliggjordes därefter tre huvudsakliga teman: (1) Normer kring föräldraskap, (2) Omgivningens bemötande, och (3) Känslohantering och social navigering. Temat kring normer fungerar på så sätt som en förklaring till vad som kan tänkas ligga bakom bemötandet, vilket sedan kopplas samman med de strategier som de barnfria brukar. Resultatet visar att det framställs som en självklarhet att skaffa barn och därmed framstår föräldraskap som normen. Konsekvensen av denna diskurs blir i sin tur att barnfrihet riskerar att uppfattas som avvikande. Detta uttolkas främst genom respondenternas utsagor om de bemötande de erfar. Medan en av respondenterna menar att hon sällan blir ifrågasatt, illustrerar resten av respondenternas berättelser ett huvudsakligen negativt bemötande när de uttrycker att de inte vill ha barn.

Detta uttrycker sig främst genom förvåning, där omgivningen har svårt att förstå varför kvinnorna inte vill ha barn, samt genom ifrågasättanden i form av antaganden om att beslutet är temporärt och kommer att förändras.

För att navigera i de sociala normer som färgar bemötandet använder sig respondenterna av ett flertal strategier, både medvetet och omedvetet. Resultatet visar på två huvudsakliga strategier, vilka utifrån Hochschilds (1979) emotionsteori tolkas som former av känslohantering, i relation till de rådande känsloreglerna kring reproduktion. Den ena strategin tolkas i likhet med Park (2002) som passerande, där respondenterna genom känslohantering anpassar sig till de känslor som anses som lämpliga genom att exempelvis uttala att det barnfria valet är tillfälligt, trots att så inte är fallet. Den andra strategin uttolkas som det motsatta där respondenterna utmanar omgivningens bemötande, eller ger uttryck för förändrade känsloregler genom att vägra utföra den känslohantering som framstår som lämplig.

På så vis bidrar studien till att synliggöra hur normer om föräldraskap kommer till uttryck i vardagliga möten, samt hur ett barnfritt liv kan kräva både känslomässig hantering och social navigering i relation till omgivningens bemötande.

Referenser

Adolfsson, J. (red.) (2013). *Ingens mamma: tolv kvinnor om barnfrihet*. Stockholm: Atlas.

Ambjörnsson, F. (2016). *Vad är queer?*. (2. utg.) Stockholm: Natur & kultur.

Bays, A. (2017). Perceptions, emotions, and behaviors toward women based on parental status. *Sex Roles: A Journal of Research*, 76(3-4), 138–155.
<https://doi.org/10.1007/s11199-016-0655-5>

Bozkanat, E. (2025). Unveiling childfree voices: representation, humor, and resistance on Instagram. *methaodos.Social Science Journal*, 13(1), m251301a06.
<https://doi.org/10.17502/mrcs.v13i1.861>

Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>

Bryman, A. (2012). *Social research methods*. (4. ed.) Oxford: Oxford University Press.

Corbin, J. M., & Strauss, A. (1990). Grounded theory research. *Qualitative Sociology*, 13(1), 3. <https://doi.org/10.1007/bf00988593>

Crawford, O., McKenna-Plumley, P. E., Millar, R. & Gerlach, T. M. (2026) The social life of non-parents: A systematic review of social networks and social support among adults without children. *Journal of Social and Personal Relationships* 2026, Vol. 0(0) 1–32. <https://doi.org/10.1177/02654075261420845>

Denson, N., Ferreira, D. & Denson, T.F. (2025). Evidence of a negative bias toward people who are childfree by choice. *The Journal of Social Psychology*, 1–21.
<https://doi.org/10.1080/00224545.2025.2573719>

Engelstad, F. (2001[1998]). Norm. I Brante, T., Andersen, H. & Korsnes, O. (red.) (2001[1998]). *Sociologiskt lexikon*. (1. uppl., s.221-222) Stockholm: Natur och kultur.

Engwall, K., & Peterson, H. (2011). Är det privata politiskt? : Barnfri i ett barnvänligt samhälle. *Socialvetenskaplig tidskrift*, 18(2), 126–143.
<https://doi.org/10.3384/SVT.2011.18.2.2466>

Eriksson-Zetterquist, U. & Ahrne, G. (2022) Kapitel 5. Intervjuer. I Ahrne, G. & Svensson, P. (2022). *Handbok i kvalitativa metoder*. (Upplaga 3., s.56-78). Stockholm: Liber.

Gudmundsson, M. & Walström, F. (Programledare). (2018). *Barnfrihet*. Podspace.
<https://barnfrihet.se/podden/>

Hochschild, A. R. (1979). Emotion Work, Feeling Rules, and Social Structure. *American Journal of Sociology*, 85(3), 551–575. <http://www.jstor.org/stable/2778583>

Höglund, B. & Hildingsson, I. (2023). Why and when choosing child-free life in Sweden? Reasons, influencing factors and personal and societal factors: Individual interviews during 2020–2021. *Sexual & Reproductive Healthcare*, Volume 35, 2023, 100809. <https://doi.org/10.1016/j.srhc.2022.100809>.

Luker, K. (2008). *Salsa Dancing into the Social Sciences: research in an age of info-glut*. Harvard University Press.

Neal, Z. P. & Watling-Neal, J. (u.å.). *The Childfree*. Hämtad 4 maj 2026 från <https://thechildfree.org/>

Park, K. (2002). STIGMA MANAGEMENT AMONG THE VOLUNTARILY CHILDLESS. *Sociological Perspectives*, 2002 Mar 01. 45(1), 21-45.

Pascoe Leahy, C. (2022). The afterlife of interviews: explicit ethics and subtle ethics in sensitive or distressing qualitative research. *Qualitative Research*, 22(5), 777-794.
<https://doi.org/10.1177/14687941211012924>.

Peterson, H. (2011). Barnfri: en stigmatiserad position.[elektronisk resurs] *Sociologisk forskning*. (48:3, 2-26). Hämtad från <https://www.jstor.org/stable/41698141>

Peterson, H. (2014) Absent Non-Fathers: Gendered representations of voluntary childlessness in Swedish newspapers, *Feminist Media Studies*, 14:1, 22-37, DOI: 10.1080/14680777.2012.680196

Peterson, H., & Tunçer, M. (2026). 'Will I be lonely when I'm old?' Childfree women's alternative narratives of ageing without children in Sweden. *Journal of Family Studies*, 1–26. <https://doi.org/10.1080/13229400.2026.2615352>

Rennstam, J. & Wästerfors, D. (2015). *Från stoff till studie: om analysarbete i kvalitativ forskning*. (1. uppl.) Lund: Studentlitteratur.

Rubin, A.T. (2021). *Rocking qualitative social science an irreverent guide to rigorous research*. Stanford, California: Stanford University Press.

Statistiska centralbyrån. (24 februari 2026). *Fortsatt lågt barnafödande*. <https://www.scb.se/pressmeddelande/fortsatt-lagt-barnafodande/>

Šumskaitė, L. (2025). Alternative happy endings? A qualitative study of non-mothers in Lithuania. I J. Björklund, D. Kuzminskaitė, & J. Rodgers (Red.), *Negotiating non-motherhood: Representations, perceptions, and experiences* (1st ed., s. 81–101). Palgrave Macmillan. <https://doi.org/10.1007/978-3-031-66697-1>

Watling-Neal, J. & Neal, Z. P. (2025). Tracking types of non-parents in the United States. *Journal of Marriage and Family*, 87, 1747-1762. <https://doi.org/10.1111/jomf.13097>

Wettergren, Å. (2013). *Emotionssociologi*. (1. uppl.) Malmö: Gleerups utbildning.

Bilagor

Bilaga 1: Informationsbrev

Informationsbrev

Lunds universitet, Sociologiska institutionen - Avdelningen för sociologi

Hej! Jag heter Elin Olsson och skriver nu min kandidatuppsats i sociologi på Lunds universitet. Jag skickar detta brev till dig för att du visat intresse för att delta i min intervjustudie.

I studien är jag intresserad av att undersöka hur barnfria, det vill säga personer som inte har barn och inte vill skaffa barn upplever att de blir bemötta av sin omgivning, samt hur de hanterar detta. Jag utför kvalitativa intervjuer delvis för att fördjupa mig i ämnet men också för att ta del av dina erfarenheter och lyfta dem. Det är helt frivilligt att delta i intervjun och du måste inte svara på alla frågor.

Jag kommer att genomföra intervjuer under vecka 14,15 och 16. Intervjuerna kommer att ske individuellt och pågå mellan 30-45 minuter. Intervjun kan ske fysiskt, över länk, telefon eller mail. Jag är flexibel med vad som passar dig bäst. Intervjun kommer att spelas in för att sedan transkriberas, inspelningen och transkriberingen kommer bara vara tillgänglig för mig och raderas så fort arbetet är godkänt. Om du inte vill att intervjun spelas in är det självklart okej. Eventuella citat kommer att vara med i uppsatsen men kommer att anonymiseras.

Jag kommer att följa forskningsetiska råd och GDPR, alla uppgifter som kan identifiera dig kommer att anonymiseras. Du har även rätt att när som helst dra tillbaka ditt samtycke och deltagande utan förklaring. Du har även rätt att ta del av den färdiga uppsatsen efter att den blivit examinerad.

Vid eventuella frågor, tveka inte att höra av dig till mig!

Mvh

Elin Olsson

Sociologiprogrammet, Lunds universitet

elinolsson0@gmail.com

Bilaga 2: Intervjuguide

Intervjuguide:

Denna studie undersöker barnfrihet i dagens samhälle, hur det porträtteras och hur barnfria individer hanterar omgivningens bemötande. Jag är intresserad av hur valet att inte skaffa barn bemöts i sociala situationer snarare än varför man väljer att inte skaffa barn. Därför har jag valt att intervjua dig, tack så mycket för att du ställer upp, du är viktig för denna studie. Jag kommer ställa några frågor kring din bakgrund, sen lite kring valet att inte skaffa barn, hur det uppfattas, hur du uppfattar det etc. Du kan när som helst avbryta intervjun eller ta en paus, säga till om du inte är bekväm med att svara på något. Det finns inga rätta svar, jag är intresserad av dina tankar och upplevelser så som de är.

- ca 40 minuter
- inspelning, anonymitet, transkribering och radering av materialet (fråga om samtycke)
- du kan när som helst ta tillbaka ditt samtycke

Inledande frågor:

- Kan du berätta om dig själv? (*Hur gammal är du? Var kommer du ifrån?*)
- Hur definierar du själv att vara barnfri?

Bakgrund:

- Hur såg diskussionen ut kring att skaffa barn/inte skaffa barn när du växte upp? inom familj/vänkrets/allmänt? (*Håller du med? hur kommer det sig?*)
- När började du känna att du inte ville ha barn? Har det alltid varit självklart? (*Har din inställning förändrats under tiden?*)
- Hur brukar du formulera ditt val när du berättar det för andra?

Tema: barn som norm

- Tror du att det finns en norm i samhället att man ska skaffa barn? (*Varför? Varför inte? Hur uttrycker det sig?*)
- Känner du att normen på att skaffa barn påverkat dig? (*Om den finns, i så fall hur?*)
- Hur upplever du att personer som inte vill ha barn framställs i samhället?
- Finns det några stereotyper du har stött på?

Segway- Sammanfatta vad ni pratat om för IP (bakgrund, valet kring att inte skaffa barn och normer) Nu tänkte jag gå vidare till att fråga lite om hur du upplever att folk reagerar och hur du bemöter det. Känns det okej?

Tema: omgivningens reaktioner

- Hur upplever du att människor reagerar när du berättar att du inte vill ha barn (*påverkar dessa reaktioner dig? hur? vill du ge ett exempel?*)
- Finns det skillnad i hur olika personer reagerar (familj, vänner, kollegor)? (kön, ålder?)
- Har du fått positiva/negativa reaktioner? (*Vill du ge ett exempel?*)

Tema: tolkning av reaktioner

- Hur tolkar du de reaktioner du får av andra?
- Känner du ett behov av att anpassa dig i samtal kring barn? Isåfall hur?
- Hur brukar du bemöta det om du blir ifrågasatt? (*ignorera, humor, argumentation etc*)
- Brukar du anpassa hur du uttrycker dig beroende på vem du pratar med?
- Finns det situationer där du helt väljer att inte prata om det?

Tema: upplevelser och känslor

- Hur känns det i situationer där du blir ifrågasatt eller liknande? (*Dvs. om IP blivit det*)

- Har du någon gång känt att du behöver dölja vissa känslor i sådana situationer?
- Vill/kan du beskriva en sådan situation?
- Påverkar ditt val att vara barnfri hur du ser på dig själv?
- Upplever du att andra kategoriserar dig på ett visst sätt?

Avslutande frågor:

- Var det något i intervjun som du tyckte var extra intressant, eller något som fick dig att reflektera lite extra?
- Vill du lägga till något

Tacka för intervjun, fråga om samtycke en gång till. Du kan höra av dig om du vill lägga till något, ta tillbaka samtycke eller liknande.



LUNDS
UNIVERSITET

LUNDS UNIVERSITET
Sociologiska institutionen
Box 114, 221 00 LUND
www.soc.lu.se