

Spørreliste nr. 179 a

Å BLI MOR

Før fødselen

Hvilke ønsker og forventninger hadde du til det å få barn? Hadde du tenkt på forhånd hvor mange barn du kunne tenke deg, hvilket kjønn, og når i forhold til studier, utdanning, jobb, karriere o.l.?

Hva syntes du om gravide kvinner før du selv ble gravid? Ønsket du deg selv i samme situasjon?

Var dine ønsker og forventninger i samsvar med partnerens ønsker og forventninger? Hva med foreldre og svigerforeldre?

Hvordan stiller du deg til familieplanlegging?

Kjenner du til råd eller alternative behandlinger for den som strever med å få barn?

Hva mener du om bruk av kunstig befruktning, «prøverør», i tilfelle av ufrivillig barnløshet?

Adopsjon

Ikke alle kan eller vil føde egne barn, men velger å adoptere. Også disse foreldrene går gjennom en ventetid med forberedelser, forhåpninger og spenning. Vi ber deg som er blitt mor til adoptert(e) barn om å fortelle om denne opplevelsen.

*Ta utgangspunkt i avsnittene **Før fødselen**, **Etter fødselen** og **Utstyr** og svar på de spørsmålene som er aktuelle for din situasjon. Ellers finnes det også i de andre avsnittene spørsmål om generelle holdninger som alle kan ha meninger om.*

*Vi har formulert dette avsnittet veldig åpent fordi det er **din** historie vi vil ha. Fortell om den første tanken om adopsjon, din partners og dine omgivelsers reaksjoner – planlegging, ønsker og prioriteringer. Noen har kanskje hentet barn i et annet land? Dette er din «fødselsfortelling»!*

Fortell om din opplevelse av å bli mor – i forhold til det du forventet.

Informasjon og kunnskaper

I gamle dager het det seg at kunnskapene om svangerskap og fødsel ble overlevert fra eldre kvinner til yngre, fortrinnsvis fra mor til datter. Vi vil gjerne vite om det var slik, og om det eventuelt har endret seg.

Hvor hadde du kunnskapene dine fra om svangerskap og fødsel? Fra mor, svigermor, søsken, svigerinner, venninner, helsetjenesten, bøker og blad? Fortell hva som var den viktigste informasjonskilden, helst også hvorfor andre ikke var aktuelle for deg.

Ble det utvekslet erfaringer kvinner imellom i form av «fødselsfortellinger», dvs. om opplevelser fra eget svangerskap og fødsel, eller fortellinger som man hadde hørt? Hvilke kvinner delte man slike fortellinger med, og i hvilke sammenhenger. Venninner, kvinnelige slektninger? På jobben, i syforeninger, venninneklubber, familiesammenkomster?

Hva gikk fortellingene ut på? Var det «skrekkhistorier», vanskelige fødsler eller «gladhistorier»? Fortell gjerne som eksempel.

Har du selv fortalt andre din(e) «fødselsfortelling(er)»? Hva fortalte du? Til hvem? Hvem vil(le) du ikke fortelle til?

Hva med «fødselsskrek»? Visste du noe om det? Hvordan så man på det?

Ble/blir det snakket om abort? Hva slags kunnskaper og erfaringer ble/blir formidlet?

Svangerskapet

Hadde du noen «tegn» (symptomer) på at du var gravid før det var medisinsk konstatert? Hvilke? Hvor hadde du i tilfelle lært dem?

Når fortalte du omgivelsene at du ventet barn? Hvis du drøyde, hvor lenge drøyde du, overfor hvem og hvorfor?

Når i svangerskapet begynte du å tenke på fosteret som et individ? Hva med faren? Og resten av familien?

Likte du å gå gravid? Hvordan var helsen? Følte du deg vakker eller stygg? Hadde helsen noen innvirkning på om du følte deg vakker eller stygg?

Var partneren din stolt over å skulle bli far? Syntes han du var vakker?

Kan du beskrive/tegne mammaklærne dine. Hadde de til hensikt å skjule eller å framheve? Ville du være fin, eller ville du helst gjemme deg bort?

Hvordan syntes du omgivelsene så på deg? Ble du behandlet annerledes som gravid enn før? Gi gjerne eksempler.

Ble du noen ganger sjenert av å bli sett på, beglodd? Fortell om situasjoner.

Hvordan så omgivelsene på en ugift mor? Fortell.

Tok du spesielle hensyn under svangerskapet for at du selv skulle ha det godt og/eller for at fosteret skulle ha det godt? Hva gjorde du, og hvordan fikk du vite om hva som var lurt?

Var det noe du ikke burde gjøre, se eller høre? I tilfelle hva og hvorfor?

At røyking og alkohol ikke er å anbefale under svangerskapet vet vi i dag. Hvordan var det da du var gravid. Endret du vaner fordi du var gravid?

Er det annet som det er best å holde seg unna? Hva er det, og hvorfor?

Spiste du spesielle ting under svangerskapet? Hva var det og hvorfor?

Engasjerte dine nærmeste omgivelser seg i din tilstand og levesett? Hvordan?

Gikk du til svangerskapskontroll? Fikk du den hjelpen og de informasjonene du trengte?

Hvordan opplevde du gynekologiske undersøkelser? Hørte du fortellinger om dem?

Gikk du på svangerskapskurs? Hvordan var det?

Gikk du på gymnastikk spesielt tilrettelagt for gravide? Hvorfor?

Ville du/dere vite barnets kjønn på forhånd? Kjenner du til tegn som kan si noe om det?

Betyr ukedagen eller stjernetegnet noe for barnets framtid?

Tenkte du mye på forhånd på hvordan barnet var?

Tenkte du på hvordan du ville reagere om barnet ikke var normalt?

Bruk av ultralyd

Det foregår i dag en etisk debatt om bruk av moderne teknologi i svangerskapet og holdninger til barnet i lys av de muligheter som moderne teknologi gir. Dette er en debatt som angår alle, og vi vil gjerne at du svarer ut fra det ståstedet du selv har.

Hva vet du om bruk av ultralyd i svangerskapet og hvor har du eventuelt lært det du vet?

Har du selv vært med på en slik undersøkelse? Som gravid? Som følge? Hvordan opplevde du det?

Hvis du selv fikk tilbud om ultralydundersøkelse, valgte du å ta imot tilbudet og hvorfor?

Hvilken informasjon fikk du om undersøkelsen på forhånd? Syntes du det var tilstrekkelig?

Hadde du noen motforestillinger mot undersøkelsen? Hvilke?

Hvis du valgte å takke nei, så fortell hvorfor? Betydde denne avgjørelsen noe med hensyn til den videre svangerskapskontrollen? (Ble du grundigere undersøkt, følte du press fra lege o.l.?)

Hva syntes omgivelsene (venner, familie) om at du takket nei? Forsto de deg? Ble du oppfattet som uansvarlig?

Hadde valget noen innvirkning på selve fødesituasjonen, med hensyn til jordmors oppfølging, fødestilling o.l.?

Har du sett bilder/utskrifter fra en slik undersøkelse? Hvem viste deg bildet, søster, datter eller svigerdatter, kollega, nabo? Hvordan opplevde du det?

Tror du ultralydundersøkelsene har innvirkning på forholdet mellom foreldre og barn? Hvordan?

Hva vet du om fostervannsprøve i svangerskapet? Hvilke synspunkter har du på dette?

Utstyr

På utstysfronten skjer det til dels store endringer over tid med hensyn til hva som trengs, hva som kjøpes, arves eller lages selv. I ettertid er det alltid interessant å få vite hva og hvordan.

Hva slags utstyr skaffet du til barnet?

Hva laget du selv?

Var det all right å arve utstyr etter andre?

Var det noen forskjell på hva du hadde lyst til å overta etter andre og hva du ville skaffe selv?

Når begynte du å skaffe utstyr til barnet?

Hvis du ville vente, hvor lenge ventet du og hvorfor?

Hva ventet du lengst med? Hvorfor akkurat det?

Pusset du opp i hjemmet? Hva og hvordan?

Fødselen

Vi vil gjerne at du skal fortelle om selve fødselsopplevelsen. Du kan fortelle fritt om du vil, men helst i tillegg til at du besvarer de konkrete spørsmålene som vi har satt opp.

Hvor fødte du? Hjemme, fødestue, klinikk (sykehus)? Kunne du velge? Har du synspunkter på hva som er best/tryggest?

Var du opptatt av «naturlig fødsel» i motsetning til det å føde på sykehus med alle tekniske hjelpemidler?

Ble det hygget for deg i fødestuen med for eksempel dempet musikk, tente lys eller lignende?

Hvilke ikke-tekniske hjelpemidler, råd, kjenner du til for å stimulere riene? Brukte du dem selv? Har du hørt om slike råd?

Hvilke råd kjenner du til for å slappe av under fødselen? Hvem lærte du dem av? Brukte du dem selv eller har du bare hørt om dem?

Hadde du noen sammen med deg under fødselen? (Partneren, mor, søster, venninne?) Var det i tilfelle noen hjelp, og hvordan?

Kjente du jordmoren på forhånd eller hadde du hørt om henne? Fikk det du hadde hørt noen betydning for om du følte deg engstelig eller trygg?

Hadde du hørt fortellinger på forhånd om mottakelsen på fødestuen eller klinikken, om komplikasjoner, om bestemte leger, eller hva?

Hvordan ble du mottatt av helsevesenet ved innleggelsen? Hva synes du om prosedyrene?

Hvordan ble ugifte mødre mottatt? Fortell.

Hvordan stilte du deg til de tekniske hjelpemidlene som er tilgjengelig på et sykehus? Syntes du det var betryggende? Eller skremmende?

Hvordan stilte du deg til smertelindring? Ble du tilbudt noen form for smertelindring? Ville du ha det? Var det noen former for smertelindring du ikke ville ha? Hvorfor ikke?

For tiden diskuteres det om kvinnen selv skal kunne velge keisersnitt. Hva er din mening?

Har du hørt om uheldige virkninger etter bruk av narkose?

Når fikk du barnet lagt til deg?

Gjorde du, eller ble det gjort noe spesielt, for å ønske det nye barnet velkommen?

Har du selv eller noen i dine nære omgivelser opplevd å få et for tidlig født barn? Fortell om den opplevelsen.

Har du selv eller noen i dine nærmeste omgivelser opplevd at barnet døde i mors liv eller like etter fødselen? Fortell om hvordan det var på klinikken, hvordan familien og du selv opplevde det.

Etter fødselen

Hvor lenge lå du etter fødselen? Fikk du ha barnet hos deg hele tiden?

Fikk du visitter, på fødestuen/klinikken eller hjemme? Fikk du barselmat? Barselgaver? Fortell.

Hvordan var de første dagene/ukene etter hjemkomsten? Fortell.

Hadde du noen erfaring på forhånd om stell av bleiebarn? Hvor hadde du den fra? Fikk du hjelp og gode råd? Av hvem?

Hva med ammingen? Hvordan opplevde du den?

Hvordan opplevde du det å være blitt mor, «morslykken», i forhold til forventningene?