



HÁSKÓLI ÍSLANDS

Félagsráðgjafardeild

BA-verkefni

Foreldrafærni:

Reynsla foreldra af námskeiðinu

Barnið komið heim

Dagbjört Rún Guðmundsdóttir og Dögg Guðnadóttir

Júní 2010

Leiðbeinandi: Dr. Freydís J. Freysteinsdóttir, lektor.

Nemendur: Dagbjört Rún Guðmundsdóttir og Dögg Guðnadóttir

Kennitölur: 101281-4429 og 100276-5699

Útdráttur

Einn af stærstu viðburðum í lífi hvernar manneskju er fæðing fyrsta barns. Þessum lífsskeiðaviðburði fylgja miklar breytingar fyrir parið. Gerð var rannsókn með það að markmiði að skoða upplifun foreldra af námskeiðinu *Barnið komið heim* og hvernig námskeiðið nýttist þeim í uppeldishlutverkinu og í parsambandinu. Með námskeiðinu er reynt að hjálpa væntanlegum foreldrum að öðlast aukna þekkingu og nauðsynlega hæfni til að takast á við þær breytingar sem verða á parsambandinu í kjölfar barneigna. Námskeiðið er forvarnarmiðað og byggt á vísindalegum grunni. Niðurstöður rannsóknarinnar sýndu að þátttakendur voru almennt nokkuð ánægðir með námskeiðið í heild sinni og höfðu nýtt sér það að einhverju leyti í samskiptum sín á milli og við börn sín. Flest pörin lýstu því sem mikilli en jákvæðri breytingu að eignast barn en töldu álagið sem því fylgir meira en þau áttu von á. Þau voru flest meðvituð um þetta aukna álag og reyndu að tileinka sér aðferðir sem kenndar voru á námskeiðinu til að takast á við það. Niðurstöður benda einnig til þess að mikilvægt sé að fræðsla sem þessi sé gjaldfrjál og er það ein forsenda þess að hún sé aðgengileg sem flestum.

Formáli

Ritgerð þessi er unnin sem lokaverkefni í BA námi í félagsráðgjöf við Háskóla Íslands og var skrifuð vorið 2010. Við viljum koma á framfæri sérstökum þökkum til þeirra viðmælanda sem gáfu sér tíma til að setjast niður með okkur og deila með okkur reynslu sinni. Einnig viljum við færa Ólafi hjá ÓB-ráðgjöf kærar þakkir fyrir aðstoðina við vinnslu þessa verkefnis, sem og Heru Björk, félagsráðgjafa hjá Reykjanesbæ fyrir almennt spjall um námskeiðið og ábendingar. Leiðbeinanda okkar, Freydísi J. Freysteinsdóttur færum við einnig kærar þakkir, sem og Maríu Fjólú Björnsdóttur fyrir yfirlestur og góðar ábendingar.

Síðast en ekki síst viljum við þakka fjölskyldum okkar fyrir stuðning og þolinmæði síðastliðin þrjú ár, þá sérstaklega börnum okkar, þeim Bjarti Eldi og Söru Rún sem voru hvatning okkar og innblástur að verkefni þessu.

Efnisyfirlit

Útdráttur	1
Formáli	2
Inngangur	5
1. Fræðilegur kafli	7
1.1 Kenningar	8
1.1.1 Vistfræðilíkan Bronfenbrenners	8
1.1.2 Tengslakenning Bowlby	9
1.1.3 Kenningar um lífsskeið fjölskyldunnar	10
1.2 Fjölskyldan	11
1.3 Samband foreldra og barna	12
1.3.1 Uppeldishættir foreldra	12
1.3.2 Áhrif barns á parsambandið	14
1.4 Samfélagið	15
1.4.1 Bernska og fjölskyldulíf fyrri ára	15
1.4.2 Aðstæður íslenskra fjölskyldna	16
1.5 Staðan á Íslandi	18
1.5.1 Réttindi barna og fjölskyldustefna	18
1.5.2 Fæðingarorlof	19
1.5.3 Stuðningur við barnafjölskyldur á vegum hins opinbera	21
1.6 Barnið komið heim	23
1.6.1 Námskeiðið	23

1.6.2 Uppbygging námskeiðsins.....	24
1.7 Markmið rannsóknar	26
2. Aðferð	27
2.1 Rannsóknaraðferð	27
2.2 Undirbúningur og framkvæmd	28
2.2.1 Þátttakendur	28
2.3 Gagnasöfnun.....	30
2.4 Skráning og úrvinnsla gagna	30
3. Niðurstöður	31
3.1 Námskeiðið	31
3.1.1 Upplifun.....	31
3.1.2 Nýting.....	34
3.1.3 Fyrirkomulag	37
3.2 Parsambandið	39
3.2.1 Foreldrahlutverkið	39
3.2.2 Álag.....	41
3.2.3 Fyrirkomulag eftir barnsburð	42
3.3 Hvati.....	45
4. Umræða	48
Heimildaskrá	51
Fylgiskjöl	56

Inngangur

Einn af stærstu viðburðum í lífi hvernar manneskju er fæðing fyrsta barns. Samband parsins breytist þar sem þau verða foreldrar og þurfa að aðlagast nýjum hlutverkum. Breytingar og aukið álag geta skapað streitu sem skilar sér í verri tengslum við barnið og vandamálum hjá parinu. Rannsóknir hafa sýnt að í kjölfar barneigna kemur oft til hnignunar á ánægju í hjónabandi sem getur jafnvel leitt til skilnaðar. Góð tengsl foreldris við barn er forsenda þess að það fái að þroskast og dafna og verða að heilsteypum einstaklingi. Fjölskyldan er ein mikilvægasta eining samfélagsins og því ber að styrkja hana og veita henni stuðning.

Hugmyndin að verkefni þessu kviknaði eftir að höfundar höfðu kynnt sér þann stuðning sem í boði er fyrir foreldra hér á landi. Eftir nánari skoðun á því efni sem í boði var beindist áhuginn að námskeiðinu *Barnið komið heim*. Hugmyndafræðin á bak við námskeiðið þótti áhugaverð, en áhersla er lögð á forvarnir og fræðslu. Í kjölfarið var ákveðið að rannsaka hvernig það væri að nýtast foreldrum.

Markmið þessa verkefnis er tvíþætt. Annars vegar að skoða upplifun foreldra á námskeiðinu *Barnið komið heim* og hins vegar hvernig það nýtist þeim í uppeldi barna sinna og sambandi sínu.

Verkefni þetta skiptist í fjóra kafla. Í fyrsta kafla verkefnisins er fræðileg umfjöllun, þar sem kenningar sem tengjast fjölskyldunni og þroska barna eru kynntar. Fjallað er um samband foreldra og barna, samfélagslegar breytingar tengdar fjölskyldunni og stöðunni hér á landi varðandi fjölskyldur og barneignir. Í lok kaflans er námskeiðið *Barnið komið heim* kynnt.

Annar kafli fjallar um aðferð rannsóknarinnar og þá þætti sem að henni snúa, svo sem undirbúning og framkvæmd, val á þátttakendum, skráningu og úrvinnslu gagna.

Í þriðja kafla eru settar fram niðurstöður rannsóknarinnar og hafa gögnin verið flokkuð í þrjú þemu. Fyrsta þemað laut að námskeiðinu sjálfu, þar sem undirþemu eru upplifun, nýting og fyrirkomulag námskeiðs. Annað þemað snýr að parsambandinu, þar sem undirþemu eru þær breytingar sem fylgja því að verða foreldrar og fyrirkomulag hjá parinu eftir barnsburð. Síðasta þemað snýr að hvata þess að parið valdi námskeiðið.

Í lok verkefnisins er umræðukafli þar sem dregnar eru saman helstu niðurstöður sem fram komu í rannsókninni. Hafa ber í huga að rannsóknin beinist að fámennum hópi foreldra og varpar því ekki ljósi á almennt viðhorf allra sem sótt hafa námskeiðið *Barnið komið heim*.

Niðurstöðurnar gefa ákveðna vísbendingu um hvernig námskeiðið er að nýtast þöllum sem það sækja þó ekki sé hægt að afhæfa þær niðurstöður yfir á alla sem sótt hafa námskeiðið.

1. Fræðilegur kafli

Við fæðingu fyrsta barns verða miklar breytingar á högum fjölskyldunnar. Hið nýja hlutverk, foreldrahlutverkið, getur bæði valdið gleði og streitu. Þarið þarf að taka að sér nýtt hlutverk þegar ekki er lengur um að ræða einungis þau tvö og um leið þarf það að passa að hlúa vel að ástarsambandi sínu. Spenna getur myndast í sambandinu ef annar aðilinn upplifir að hann leggi meira af mörkum en hinn til skylduverka og barnaupveldis. Mikið álag getur því fylgt þessum breytingum og má rekja suma skilnaði til deilna sem upp koma í kjölfar þess að nýr einstaklingur fæðist og þarið verður að foreldrum (Álfheiður Steinþórsdóttir og Guðfinna Eydal, 1993). Það má því segja að einn áhrifamesti viðburður lífsins sé fæðing fyrsta barns. Við þennan lífsskeiðaviðburð eru ýmsir þröskuldar sem reyna á styrk og aðlögunarhæfni foreldra. Forsenda hamingju og velgengni innan fjölskyldunnar eru talin vera djúp tengsl foreldra og barna. Grunnur að þessum tengslum er lagður þegar barn fæðist. Því er nauðsynlegt að efla fræðslu og aðstoð fyrir fjölskyldur og veita foreldrum stuðning til að hlúa að sambandi sínu en fjölskyldan er talin vera mikilvægasta einingin fyrir tilfinningaþroska og tengslamyndun barns (Sigrún Júlíusdóttir, 2001).

Ein þeirra fagstétta sem aðstoðað hefur fjölskyldur í gegnum tíðina á álagstímum þeirra eru félagsráðgjafar. Í félagsráðgjöf er einstaklingurinn skoðaður út frá heildarsýn eða í vistfræðilegu samhengi, en heildarsýn er leið félagsráðgjafa til að nálgast viðfangsefni sín (Sigrún Júlíusdóttir, 2006). Þá eru aðstæður viðkomandi skoðaðar frá öllum hliðum og í samhengi við umhverfi, aðstæður og þá þætti samfélagsins sem máli skipta (Lára Björnsdóttir, 2006). Svið félagsráðgjafa er vítt, en eitt undirsvið hennar er fjölskylduráðgjöf. Á því sviði er veitt ráðgjöf og fræðsla varðandi uppeldi, eflingu hjónabands og frekari færni í foreldrahlutverkinu. Allt miðar þetta að því að styrkja fjölskyldutengsl og fjölskylduna sem heild. Þekking félagsráðgjafa á tengslamyndun og tilfinningaþroska barns nýtist vel í starfi hans með foreldrum og börnum (Sigrún Júlíusdóttir, 2001). Mikilvægt er að hlúa vel að líkamlegu, tilfinningalegu og félagslegu heilbrigði einstaklinga og er gott fjölskyldulíf og heilbrigð samskipti milli meðlima fjölskyldunnar undirstaða góðrar heilsu (A. Karólína Stefánsdóttir, 2006).

1.1 Kenningar

Ýmsar kenningar hafa verið settar fram sem tengjast ánægju í parsambandinu og tengslasambandi foreldra og barna. Rannsóknir hafa sýnt að samband parsins hefur áhrif á vitsmunalegan og tilfinningalegan þroska barnsins, má þar nefna tengslakenningu John Bowlby. Foreldrar og börn hafa gagnvirkandi áhrif á hvort annað. Parsambandið verður fyrir áhrifum þegar barnið fæðist og hefur parsambandið einnig áhrif á tengsl foreldris og barns, eins og vistfræðilíkan Bronfenbrenners sýnir fram á. Ánægja í parsambandinu tengist lífsskeiðaþróun fjölskyldunnar, en ánægjan er hvað mest þegar konan er ófrísk og svo dregur úr henni á fyrstu árum barnsins (sjá í Belsky, Lerner og Spanier, 1984).

1.1.1 Vistfræðilíkan Bronfenbrenners

Vistfræðilíkan Bronfenbrenners byggir á því að einstaklingurinn tengist mörgum kerfum sem eru samofin hvert öðru. Barnið er því ákveðinn miðdepill stærri heildarmyndar sem skiptist upp í mörg smærri kerfi sem verða fyrir áhrifum af umhverfinu. Hvert þessara kerfa hefur mótandi áhrif á þroska barnsins. Bronfenbrenner skiptir vistfræðilíkani sínu í fjögur svið sem hann nefnir mikro kerfi (e. *microsystem*), meso kerfi (e. *mesosystem*), exo kerfi (e. *exosystem*) og makro kerfi (e. *macrosystem*) (sjá í Berk, 2009).

Innan *mikro kerfisins* eru þeir þættir sem eru í nánasta umhverfi barnsins og vísa til beinna samskipta barna við fjölskyldu sína, skólafélaga, kennara og daggæslufulltrúa. Bronfenbrenner leggur þó áherslu á að mikilvægt sé að gera sér grein fyrir því að samböndin eru gagnvirk, það er foreldrar hafa áhrif á börn sín og börnin hafa áhrif á foreldra sína. *Meso kerfið* tengist samskiptum milli mismunandi mikro kerfa, til dæmis getur samband foreldris og barns haft áhrif á samband barns og daggæslufulltrúa. *Exo kerfið* samanstendur af félagslegum þáttum sem börnin hafa ekki beint með að gera en hafa þó áhrif á reynslu barna í umhverfi þeirra. Í exo kerfinu getur bæði verið um formlegar og óformlegar stofnanir að ræða, eins og sjúkrastofnanir, vinnustaði foreldra og tengslanet foreldra. Að lokum er það *macro kerfið* sem samanstendur af menningarlegum gildum, lögum, reglum og bjargráðum í samfélaginu (sjá í Berk, 2009).

Bronfenbrenner leggur áherslu á að umhverfið hafi ekki áhrif á börn á skipulagðan hátt heldur sé um margbreytilega þætti að ræða sem hafa áhrif á þroska þeirra alla ævi. Börn verða bæði fyrir áhrifum og hafa áhrif á umhverfi sitt (sjá í Berk, 2009).

1.1.2 Tengslakenning Bowlby

Tengslakenningin var upphaflega sett fram af barnageðlækninum John Bowlby og vísar fyrst og fremst til tengsla milli foreldris og barns. Tengslakenning Bowlby fjallar um það að gæði tengsla milli umönnunaraðila og barns hafi áhrif á hæfni barnsins til að mynda traust tengsl og upplifa öryggi í framtíðinni. Bowlby taldi að börn, líkt og aðrir ungir prímatar hafi meðfædd hegðunarmynstur og leitist við að bindast foreldrum sínum ákveðnum böndum. Samkvæmt kenningu Bowlby hefur gæði sambandsins, sem barnið á við umönnunaraðila sinn, áhrif á öryggistilfinningu og getu þess til að skapa traust sambönd í framtíðinni. Bowlby hélt því einnig fram að sú umönnun sem barnið fær á fyrstu æviárum sínum legði grunn að andlegri heilsu þess (sjá í Berk, 2009).

Samkvæmt Bowlby eru geðtengsl talin þróast í fjórum stigum. Fyrsta stigið er *forgeðtengslaskeið*, en það skeið einkennist af meðfæddum merkjum sem barnið sendir frá sér áður en geðtengsl hafa myndast. Þetta tímabil á sér stað frá fæðingu til sex vikna aldurs. Annað stigið er *geðtengsl í mótun* og á sér stað frá sex vikna til sex/átta mánaða aldurs. Á þessum aldri byrjar barn að mynda traust við umönnunaraðila sinn og bregst á ólíkan hátt við umönnunaraðila sínum og ókunnugum. Þriðja stigið er *skeið skýrra geðtengsla* og á sér stað frá sex/átta mánaða til tveggja ára aldurs. Hér eru tengsl barns við umönnunaraðila sinn orðin skýr og ótti við ókunnuga kemur oft í ljós sem aðskilnaðarkvíði. Á þessum aldri álíta börn nærveru við foreldra sína sem örugga höfn og leita þangað eftir stuðningi. Fjórða og síðasta stigið er *myndun gagnkvæms sambands* og á sér stað frá tveggja ára aldri og út lífið. Börn skapa sér ákveðið innra módel sem byggist á reynslu þeirra á þessum fjórum stigum. Það módel hefur svo áhrif á myndun allra nánna sambanda í framtíðinni (sjá í Berk, 2009).

Samkvæmt rannsókn Mary Ainsworth, sem kallast *ókunnugar aðstæður* (e.strange situation) á tengslum móður og barns hefur komið fram að ef þróun tengsla hjá ungbarni hefur gengið vel ætti barnið að nota foreldri sitt sem örugga höfn. Rannsókn þessi sýnir að um tvenns konar tengsl geta verið að ræða, sem eru örugg eða óörygg. Þegar barnið sýnir örugg tengsl þá notar það nærveru við móður sína sem örugga höfn, og skoðar umhverfi sitt út frá henni. Barnið velur móður sína fram yfir ókunnuga og þegar móðirin birtist aftur, eftir að hafa yfirgefið barnið, leitar það strax til hennar. Þegar um óörygg tengsl er að ræða er barnið tortryggið gagnvart umhverfi sínu og bregst jafnan svipað við ókunnugum og móður

sinni. Barn getur einnig sýnt mótþróa þegar móðirin birtist aftur, ekki viljað fara til hennar, eða sýnt engin viðbrögð (sjá í Berk, 2009).

Rannsóknir sýna að hlýlegt og jákvætt samband milli foreldris og barns ýti undir jákvæða eiginleika í þroska barnsins. Barnið þróar með sér öruggari sjálfsmynd, tilfinningalegan skilning og betri félagsfærni. Erfiðar fjölskylduaðstæður, eins og atvinnuleysi og togstreita milli foreldra getur grafið undan tengslum foreldra og barna. Slíkir streituvaldar geta haft áhrif á öryggistilfinningu barna. Geðtengsl sem foreldrar hafa sjálfir mótað gegnum ævina geta einnig haft áhrif á uppeldi og samband þeirra við börn sín (Berk, 2009).

1.1.3 Kenningar um lífsskeið fjölskyldunnar

Kenningar um lífsskeið fjölskyldunnar leggja megináherslu á fjölskylduna og þær breytingar sem fjölskyldan gengur í gegnum sem hópur/stofnun á æviskeiðinu. Áhersla er á þær breytingar sem eru í mikro kerfum, ásamt því að lögð er áhersla á forvarnir og stefnu í fjölskyldumálum. Tími og saga eru mikilvægir þættir innan þessara kenninga þar sem áhersla er lögð á breytingar á félagslegu hlutverki og formgerðarbreytingar innan fjölskyldunnar. Leitast er við að útskýra hvernig fjölskyldur myndast og hvernig þær leysast upp. Jafnframt er leitast við að útskýra álag sem fjölskyldur upplifa við breytingar eins og til dæmis við fæðingu fyrsta barns. Fjölskyldan færir milli skeiða og þroskast á lífsskeiðaferlinu. Það getur valdið streitu og kreppu að færast frá einu skeiði yfir á annað. Dæmi um það er þegar þú eignast sitt fyrsta barn. Margir upplifa hnignun í ánægju hjónabandsins þegar barn fæðist. Helsta ástæða þess er sú að þegar fyrsta barn fæðist breytir það hlutverkum innan fjölskyldunnar. Rannsóknir benda til að við fæðingu fyrsta barns verða hlutverkin meira kynjatengd. Þegar feður taka þátt í uppeldi og heimilishaldi hefur það jákvæð áhrif á ánægju í hjónabandinu (Benokraitis, 2009; White og Klein, 2002).

Fjölskyldan fer í gegnum átta skeið, samkvæmt lífsskeiðakenningunni, það fyrsta hefst með hjónabandi og barnauppeldi og það síðasta þegar foreldrar setjast í helgan stein eða annað fellur frá (Benokraitis, 2009):

Fyrsta skeið þar án barna

Annað skeið elsta barn yngra en 30 mánaða

Þriðja skeið elsta barn milli 2.5 árs og 6 ára

Fjórdða skeið elsta barn milli 6-13 ára

Fimmta skeið elsta barn milli 13-20 ára

Sjötta skeið tímabilið frá því að fyrsta barn flytur að heiman og þar til öll eru farin

Sjöunda skeið öll börn farin að heiman og foreldrar setjast í helgan stein

Áttunda skeið frá því sest er í helgan stein og þar til annað eða bæði falla frá.

Erfitt er að setja íslenskar fjölskyldur í þessa tímaröð þar sem í flestum tilfellum er algengt að það sem flokkað er sem annað skeið í þessari kenningu sé fyrsta skeið hjá Íslendingum. Ekki er heldur gert ráð fyrir mikilvægu skeiði sem felst í því að koma þaki yfir höfuðið sem er mikilvægt í íslensku samfélagi. Fræðimenn eru sammála um það að þegar tímamót eru í lífi fjölskyldna, það er þær færast frá einu skeiði yfir á það næsta, eru fjölskyldurnar viðkvæmastar sökum þess hversu mikið álag og streita fylgja oft þessum breytingum. Fjölskyldan er grunneining í lífi hvers einstaklings og því hefur það sem kemur fyrir einn meðlim fjölskyldunnar áhrif á alla í fjölskyldunni (Nanna K. Sigurðardóttir, 1994).

1.2 Fjölskyldan

Fjölskyldan er hornsteinn samfélagsins og innan hennar lærast gildi og venjur, sem flytjast frá kynslóð til kynslóðar. Mótun barna sem einstaklinga fer að mestu leyti fram innan fjölskyldunnar og öll tilheyrum við fjölskyldu, við fæðumst inn í eina slíka og stofnum svo mörg okkar eigin þegar við eldumst (Newman og Grauerholz, 2002).

Erfitt getur verið að skilgreina hugtakið *fjölskylda* þar sem fjölskyldan er síbreytilegt fyrirbæri. Félagsráðgjafar hafa gjarnan skilgreint fjölskyldu frekar vítt, eða með því að flokka þá sem „búa saman“ sem fjölskylduform (Sigrún Júlíusdóttir, 2001). Samkvæmt skilgreiningu Hagstofunnar teljast hjón og sambýlisfólk vera fjölskylda ásamt börnum þeirra undir 18 ára aldri (Hagstofa Íslands, 2007). Í Bandaríkjunum er kjarnafjölskyldan skilgreind sem tveir eða fleiri einstaklingar sem eru skyldir, giftir eða tengjast saman með ættleiðingu og búa saman á heimili (Newman og Grauerholz, 2002).

Árið 1997 var samþykkt á Alþingi þingsályktun um mótun opinberrar fjölskyldustefnu. Í athugasemdum sem fylgdu frumvarpinu er fjölskylda skilgreind á eftirfarandi hátt:

„Fjölskyldan er hópur einstaklinga sem á sameiginlegt heimili þar sem þeir deila tólmstundum, hvíld, tilfinningum, efnahag, ábyrgð og verkefnum.

Meðlimirnir eru oftast fullorðnar manneskjur af báðum kynjum eða einstaklingur ásamt barni eða börnum (þeirra). Þau eru skuldbundin hvort öðru í siðferðislegri, gagnkvæmri hollustu“ (Þingskjal 692, 1994-1995, bls. 3405).

Misjafnt getur verið hvernig einstaklingar upplifa fjölskyldu sína og hverja þeir telja tilheyra henni. Fjölskyldumynstrið hefur breyst töluvert á síðastliðnum 100 árum. Fyrir um 50 árum síðan var fjölskyldan samsett úr þremur til fjórum kynslóðum en á síðastliðnum áratugum hefur sú eining sem í dag er talað um sem fjölskylda minnkað. Á fyrri hluta síðustu aldar taldi meðalfjölskyldan um sex meðlimi, en í dag telur hún aðeins þrjá til fjóra meðlimi. Með fækkandi meðlimum fjölskyldunnar hefur formgerð hennar einnig breyst. Má þar helst nefna að einstæðum foreldrum og barnlausum pörum hefur fjölgað (Sigrún Júlíusdóttir, 2001).

Fjölskylduformið getur verið margs konar. Kjarnafjölskyldan er eitt algengasta fjölskylduformið, en hún samanstendur af karli, konu og barni eða börnum. Annað fjölskylduform hefur þó orðið algengara síðastliðna áratugi en það er *einforeldrisfjölskyldan* sem, eins og nafnið gefur til kynna, samanstendur af einu foreldri og barni/börnum. Stjúpfjölskyldan er svo enn eitt fjölskylduformið sem er orðið algengara eftir því sem skilnuðum fjölgar, en hún samanstendur af pari þar sem annað eða báðir aðilar eiga eitt eða fleiri hjónabönd að baki. Í flestum tilvikum stjúpfjölskyldna á annað eða báðir foreldrar börn úr fyrra sambandi (Sigrún Júlíusdóttir, 2001).

1.3 Samband foreldra og barna

Samband foreldra og barna er viðkvæmt samband sem verður fyrir margs konar áhrifum. Meðal þess sem hefur áhrif á samband þeirra eru uppeldishættir foreldra. Áhrif barnsins á parsambandið er einnig töluvert og því verður gert grein fyrir þessum atriðum hér á eftir.

1.3.1 Uppeldishættir foreldra

Bandaríski sálfræðingurinn Diana Baumrind rannsakaði tengsl þroska barna við uppeldishætti foreldra (sjá í Sigurður J. Grétarsson og Sigrún Aðalbjarnadóttir, 1993) og skiptir hún uppeldisháttum foreldra í fjóra flokka, skipandi foreldrar (e. *authoritarian parenting*), leiðandi foreldrar (e. *authoritative parenting*), undanlátsamir foreldrar (e. *indulgent parenting*) og afskiptalausir foreldrar (e. *uninvolved parenting*).

Skipandi foreldrar gera miklar kröfur til barna sinna, refsa gjarnan og setja börnum sínum strangar reglur. Þeir ætlast til að börn þeirra hlýði þeim í einu og öllu og án skýringa og nota oft þvingandi aðferðir til að fá börnin til að hlýða. Skipandi foreldrar sýna börnum sínum gjarnan litla hlýju og stuðning. Börn sem alast upp við þessar aðstæður eru skapstór, kvíðin, óörugg og gengur oft illa í námi (Benokraitis, 2009; Berk, 2009).

Leiðandi foreldrar gera raunhæfar kröfur til barna sinna, setja þeim skýrar reglur og mörk fyrir æskilega hegðun. Þeir veita börnum sínum einnig góðan stuðning og eru til staðar fyrir þau. Foreldrar sem notast við þessa uppeldisaðferð hlusta á skoðanir barna sinna og gefa þeim tækifæri á að útskýra sín sjónarmið. Með því eru börn hvött til sjálfstæðrar hugsunar. Jákvæð styrking er notuð fremur en refsing. Foreldrar sem nota þessa uppeldisaðferð eru hlýir, þolinmóðir, næmir fyrir þörfum barnsins og taka tillit til tilfinninga þeirra. Börn foreldra sem notast við þessar uppeldisaðferðir treysta betur á sig sjálf, setja sér markmið og gengur betur í námi (Benokraitis, 2009; Berk, 2009).

Undanlátsamir foreldrar bregðast við þörfum barna sinna, eru hlýir og gera litlar kröfur á börn sín hvað varðar hlýðni og húsverk og setja þeim fáar reglur. Þeir ala börn sín upp við mikið frjálsrcæði, oft á tíðum stjórnleysi. Annað hvort láta þeir of mikið eftir börnum sínum eða veita þeim litla athygli sem getur leitt til stjórnleysis. Börn fá að taka margar ákvarðanir sem þau hafa ekki þroska til að taka, og þurfa enga ábyrgð að bera. Börn sem alast upp við þessar aðstæður gera miklar kröfur til foreldra sinna, og eru mjög háð fullorðnum. Þeim gengur verr í skóla og sýna meiri andfélagslega hegðun (Benokraitis, 2009; Berk, 2009).

Afskiptalausir foreldrar eru hvorki styðjandi né gera kröfur til barna sinna. Þeir sýna börnum sínum lítinn áhuga og eyða litlum tíma með þeim. Afskiptalausir foreldrar geta hafnað börnum sínum og ekki verið tilfinningalega tengdir þeim. Í sumum tilfellum vanrækja afskiptalausir foreldrar börn sín. Börn sem alast upp við þessar aðstæður geta sýnt vandamál í námi, andfélagslega hegðun, eru gjarnan í tilfinningalegu ójafnvægi og eiga erfitt með að tengjast öðrum tilfinningaböndum (Benokraitis, 2009; Berk, 2009).

Rannsóknir hafa leitt í ljós að leiðandi uppeldisaðferðir gefi besta raun af þessum fjórum. Sú aðferð ýtir undir þroska barna og vegnar þeim börnum almennt betur í lífinu (Berk, 2009).

1.3.2 Áhrif barns á parsambandið

Þegar barn fæðist hefur það áhrif á parsambandið sem áður var samband tveggja einstaklinga en verður nú fyrir áhrifum þriðja aðila. Barnið getur þá haft bæði jákvæð og neikvæð áhrif á parsambandið. Hvatning foreldranna í garð hvors annars í uppeldislutverkinu getur skilað sér í betra uppeldi. Neikvæð áhrif geta jafnframt orðið ef mikil spenna og neikvætt andrúmsloft er til staðar. Þannig getur þriðji aðilinn, í þessu tilfelli barnið, bæði stutt tengsl í parsambandinu og dregið úr þeim. Það sama á við um samband foreldrisins við barnið. Samstaða foreldra eflir tengsl milli foreldris og barns. Þeir foreldrar sem eru í góðu sambandi og sýna hvorum öðrum stuðning, hrósa og örva börn sín meir. Þegar sambandið er slæmt bregðast foreldrar verr við þörfum barna sinna og eru líklegri til að sýna þeim andúð og refsa þeim (Berk, 2009).

Þegar foreldrar eignast sitt fyrsta barn ganga þeir í gegnum ákveðna lífsskeiðakreppu. Fjögur megin vandamál eru um að ræða, það fyrsta eru líkamlegar kröfur sem fylgja því að eignast barn. Margir foreldrar upplifa mikið álag sem fylgir andvökunóttum og aukin vinna fylgir því að hugsa um ungarbarn. Annað vandamálið er stirðleiki í parsambandinu en barnið er allt í einu orðið miðdepill athyglinnar og foreldrarnir eyða minni tíma saman sem par. Þriðja vandamálið tengist því að foreldrar efast um hæfni sína til að hugsa um annan einstakling og fjórða vandamálið tengist því að foreldrar upplifa hömlur sem fylgja foreldrahlutverkinu. Þeir hafa ekki lengur eins mikinn tíma til að sinna eigin áhugamálum og þörfum og getur það valdið togstreitu þeirra á milli. Mikilvægt er að foreldrar hjálpist að við heimilishald og barnauppeldi því í þeim fjölskyldum þar sem móðirin fær aðeins aukna ábyrgð, en ekki faðirinn, eru meiri líkur á ósætti hjá parinu. Hlutverkatogstreita milli maka er talin helsta ástæða þess að ánægja í hjónabandinu minnkar (Belsky og fleiri, 1984). Þegar sambandið er gott á milli móður og föður, er faðirinn næmari fyrir þörfum barnsins og meiri þátttakandi í lífi þess (Berk, 2009).

1.4 Samfélagið

Miklar breytingar hafa orðið á íslensku samfélagi og fjölskyldulífi síðastliðna öld. Má þar nefna aðstæður, hlutverk og skyldur foreldra og barna. Þessum breytingum verða gerð skil hér á eftir.

1.4.1 Bernska og fjölskyldulíf fyrri ára

Bernska fyrri ára hér á landi var almennt talsvert ólík því sem nú þekktist. Lítil menntun var í boði allt til ársins 1907 en þá komst á fræðsluskylda. Þess í stað lærðu börn handtök fullorðinna og stunduðu vinnu. Ýmsir telja að börn hér á árum áður hafi ekki fengið að upplifa bernskuskeiðið sem tíma sakleysis og verndunar hinna fullorðnu. Þau hafi þess í stað verið eins konar „litlir fullorðnir“ þar sem mikil ábyrgð og hörð lífsbarátta var daglegt brauð (Símon Jón Jóhannsson og Bryndís Sverrisdóttir, 1990).

Flest hjón áttu í kringum 10-18 börn en þau sem áttu færri voru litin hornauga. Flestir fjölskyldumeðlimirnir þræluðu alla daga til að draga fram lífið. Þar sem börnin nýttust vel til vinnu, voru munaðarlaus eða fátæk börn stundum tekin inn á heimili vandalausra þar sem þau fengu húsaskjól og mat gegn vinnuframlagi. Börn allt niður í fjögurra ára voru notuð til að sinna ýmsum erindum og þyngdust störfin jafnt og þétt eftir því sem aldri þeirra og þroska fleytti fram. Börnunum var gjarnan refsað harðlega ef þau sinntu ekki verkunum. Í kringum miðbik 19. aldar voru vendir algengir á heimilum fólks. Þeir voru notaðir til að flengja börn ef þeim varð eitthvað á. Þetta fyrirkomulag þótti sjálfsagt og átti að hjálpa börnunum að komast til manns (Símon Jón Jóhannsson og Bryndís Sverrisdóttir, 1990).

Viðhorf til uppeldismála fram á 20. öldina virðast almennt hafa verið þau að barn skyldi gera gagn eins fljótt og unnt væri, þau lærðu góða siði og guðsótta. Gott væri fyrir börnin að upplifa mótlæti en það styrkti þau og efldi og gerði þau að nýtari einstaklingum. Þó að allt fram á 20. öldina væri uppeldi barna almennt eins og lýst er hér að ofan fór að bera á annarskonar hugmyndafræði á síðari hluta 19. aldar. Þá kom út á Íslandi lítill uppeldisleiðarvísir þýddur úr hollensku sem nefnist *Foreldrar og börn: Uppeldisleiðarvísir*. Í honum var lögð áhersla á að komandi kynslóð hefði hreinna siðgæði, meiri kærleika, væri námsfúsari og ræktaði trú sína betur. Einnig var lögð áhersla á að fólki bæri að sýna dugnað í hvívetna, virðingu og drengskap. Þegar líða tekur á 20. öldina fer að draga úr hörkulegum uppeldisaðferðum fullorðinna. Í byrjun sömu aldar var vöndurinn einnig tekinn úr umferð þó

gripið hafi verið til hans endrum og eins þegar mikið lá við (Símon Jón Jóhannsson og Bryndís Sverrisdóttir, 1990).

Uppeldisaðferðir hafa breyst mikið hér á landi síðastliðna áratugi í kjölfar aukinnar þekkingar og rannsókna á málefnum barna. Í Barnalögum nr. 76/2003 segir að foreldrum beri að sýna barni sínu virðingu og umhyggju. Þeim ber einnig að hafa hag og þarfir barnsins að leiðarljósi og sinna uppeldisskyldu sinni gagnvart því. Áherslubreytingar hafa því orðið undanfarna áratugi á réttindum barna. Það má sjá í breyttri löggjöf hvað varðar börn, til dæmis með tilkomu Barnasáttmála Sameinuðu þjóðanna nr. 18/1992 og Barnalaga nr. 76/2003.

1.4.2 Aðstæður íslenskra fjölskyldna

Í byrjun 19. aldar blómstruðu lítil fjölskyldufyrirtæki þar sem konan og maðurinn voru efnahagslegir félagar og unnu saman að framfærslu fjölskyldunnar (Newman og Grauerholz, 2002). Hjónabandið snerist fyrst og fremst um gagnkvæmar skyldur og kvaðir þar sem hagsmunir beggja voru í fyrirrúmi. Fólk skipti með sér verkum og deildi ábyrgð. Félagsleg staða og hvernig einstaklingunum reiddi af réðist að miklu leyti af fjölskyldumynduninni (Sigrún Júlíusdóttir, 2001). Vinna konunnar var á þessum tíma metin til jafns á við vinnu mannsins, þó að maðurinn hafi talist vera ofar í goggunarröðinni. Um miðja 19. öldina, kringum 1850, brast iðnbyltingin á. Vinnan færðist þá yfir í verksmiðjurnar og kom það í hlut karlanna að sinna nýju verksmiðjuvinnunni, í kjölfarið lögðu mörg fjölskyldufyrirtæki upp laupana. Þannig varð karlmaðurinn fyrirvinna heimilisins því ekki gátu báðir foreldrarnir eitt löngum stundum fjarri heimili og börnum. Það kom því í hlut mæðranna að sjá um börnin. Sennilega hafa hæfileikar kynjanna ákvarðað skiptinguna í upphafi (Newman og Grauerholz, 2002). En sökum líffræðilegs mismunar karls og konu, eins og er á allra vitorði, er það einungis á valdi kvenna að mjólkurfæða afkvæmin. Þessar líkamlegu skýringar gætu verið ein aðalorsök þess að þær urðu heima meðan karlinn sinnti útivinnunni. Líkamlegur styrkur karlmannsins gæti einnig hafa haft talsvert að segja þegar kom að því að velja fyrirvinnuna en oft á tíðum var vinnan löng og líkamlega erfið. Þannig skapaðist áratugalöng venja og hefð, með félagslegu samþykki fólksins, í þeim samfélögum þar sem þetta fyrirkomulag var haft að leiðarljósi. Urðu til einskonar kynbundin hlutverk sem mætti skilgreina sem félagslega og menningarlega mótaðar hugmyndir og skoðanir um atferli og tilfinningar kynjanna (Lindsey, 1994).

Hjónabönd okkar tíma byggjast fyrst og fremst á tilfinningatengslum tveggja einstaklinga. Þeir leggja mikla áherslu á að mennta sig og fá tækifæri til að þroskast í leik og starfi. Þannig hafa hlutverk og verkaskipting fjölskyldumeðlima gjörbreyst frá fyrri tímum. Mörk kynbundinna hlutverka verða sífellt óljósari og feður taka vaxandi þátt í uppeldi barna sinna ásamt því að sinna heimilinu. Launuð útvinna er í flestum tilfellum á ábyrgð beggja aðila heimilisins en rúmlega 80% kvenna er nú útvinnandi í fullri vinnu eða hlutavinnu hér á landi (Sigrún Júlíusdóttir, 2001). Það er með því hæsta sem sést í OECD löndunum. Íslenskir karlmenn vinna að meðaltali um 48 klukkustundir á viku og konur um 36 stundir. Þrátt fyrir það er tíðni barneigna á Íslandi með því hæsta sem þekktist í Evrópu. Hver íslensk kona á að meðaltali 2,1 barn (Gyða Margrét Pétursdóttir, 2008).

Þrátt fyrir þær breytingar sem raktar hafa verið hér að ofan virðist ábyrgð á barnauppleldi og heimili enn hvíla að miklum meirihluta á mæðrum. Þær virðast oft leggja meira af mörkum en feður þegar kemur að uppeldi barna og virðast þessi hefðbundnu hlutverk vera algeng í sambúð para. Jafnvel pör sem búið hafa við mikið jafnræði í barnslausu sambandi sínu hafa tilhneigingu til að fara í hefðbundin gömul kynhlutverk þegar barn fæðist inn í fjölskylduna (Berk, 2009). Samkvæmt rannsókn einni töldu foreldrar eðlilegt og sanngjarnt að móður og föður bæri að taka jafnan þátt og ábyrgð á heimilisverkum og barnauppleldi. Ákveðins ósamræmis gættir þó í svörum þeirra um þá verkaskiptingu sem gildi á heimilinu. Mæður töldu þátt sinn í uppeldi barna mun meiri en feður skynjuðu. Að sama skapi töldu feður að þeirra þáttur væri mun meiri en mæður skynjuðu. Þetta misræmi skapar óánægju og streitu þar sem foreldrum finnst hitt foreldrið ekki leggja jafn mikið af mörkum og það sjálf (Welch, 2007). Foreldrar geta í kjölfarið upplifað óánægju með hjónabandið en þekkt er meðal fræðimanna að margar hjónakrísur, sem enda með skilnaði, megi einmitt rekja til þess konar deilna (Shapiro, Gottman og Carrére, 2000). Staðreyndin er sú að í dag vinna flestar mæður úti að einhverju leyti og getur það skapað togstreitu hjá þeim að vera ekki 100% til staðar í móðurhlutverkinu. Því meiri sem þátttaka föðurs er í uppalandahlutverkinu því meiri er ánægja móðurinnar með uppeldisaðferðir sínar og innan hjónabandsins (Benokraitis, 2009). Barneignum fylgir mikil vinna og ábyrgð eins og svo margir hafa kynnst. Til dæmis hafa 83% nýbakaðra foreldra upplifað talsverða erfiðleika í sambandi sínu í kjölfar þess að taka að sér nýtt hlutverk sem foreldri. Mikilvægt er að hjálpa foreldrum að öðlast nauðsynlega færni til að takast á við þetta aukna álag á samband þeirra (Gottman, Shapiro og Parthemer, 2004).

1.5 Staðan á Íslandi

Hér á landi virðist ekki vera markvisst mótuð fjölskyldustefna, þó framför hafi orðið á því sviði undanfarin ár. Stuðningur á vegum hins opinbera til handa fjölskyldum er af ýmsu tagi, má þar nefna fæðingarorlof, barnabætur og leikskóla.

1.5.1 Réttindi barna og fjölskyldustefna

Álag á barnafjölskyldur er mikið nú á dögum. Þeim er ætlað að leysa úr sínum málum sjálfar þar sem stuðningur hins opinbera er oft á tíðum lítill. Mikil togstreita getur þá skapast innan fjölskyldunnar með þeim afleiðingum að traustið milli hjóna, sem var forsenda foreldrasamstöðunnar, brestur. Skilnaður er þá oft á tíðum lausnin þegar álagið er orðið of mikið á barnafjölskyldur (Sigrún Júlíusdóttir, 1995).

Fjölskyldustefna tekur mið af fjölskyldu sem heild en ekki af hverjum einstaklingi innan kerfisins. Hana má skilgreina sem „*markvissa aðgerð af hálfu stjórnvalda sem taka á mið af þörfum fjölskyldunnar*“ (Sigrún Júlíusdóttir, 2001, bls. 104). Hér á landi hefur mjakast í rétta átt hvað varðar fjölskyldustefnu. Aðgerðir stjórnvalda til handa fjölskyldunni hafa aukist og fjölskyldan fengið meiri umfjöllun. Fyrirheit stjórnvalda að bæta lífsskilyrði íslenskra fjölskyldna má finna víða en ekki virðist sem um markvisst mótaða fjölskyldustefnu sé að ræða hér á landi, þrátt fyrir að málefni fjölskyldunnar hafi fengið meiri umfjöllun síðastliðin ár (Sigrún Júlíusdóttir, 2001).

Í þingsályktun um mótnun opinberrar fjölskyldustefnu sem lögð var fram á Alþingi árið 1997 var lagt til að mótuð yrði opinber fjölskyldustefna með það að markmiði að efla fjölskylduna í nútímasamfélagi. Helstu áherslur í þingsályktun þessari voru að velferð fjölskyldunnar byggi á jafnrétti karla og kvenna, fjölskyldan væri vettvangur tilfinningatengsla og innan fjölskyldunnar ættu einstaklingar að öðlast tækifæri til að þroskast og finna fyrir öryggi. Í kjölfar þingsályktunartillögu þessarar var fjölskylduráð stofnað. Fæðingarorlof var einnig endurskoðað í kjölfarið og öðluðust feður rétt til fæðingarorlofs (Þingskjal 1230, 1996-1997).

Í 18. grein Barnasáttmála Sameinuðu þjóðanna er kveðið á um að foreldrar beri sameiginlega ábyrgð á uppeldi barna sinna og að koma þeim til þroska. Foreldrar eiga ávallt að hafa hagsmuni barna sinna að leiðarljósi og því sem er þeim fyrir bestu. Í þessari grein er einnig kveðið svo á um að aðildaríki að samningi þessum beri skylda til að veita foreldrum

viðeigandi aðstoð svo þeir geti rækt uppeldisskyldur sínar (Barnasáttmáli Sameinuðu þjóðanna, 1992).

Þann 13. júní 2007 var samþykkt á Alþingi aðgerðaráætlun til fjögurra ára sem miðar að því að styrkja stöðu barna og ungmenna. Byggjast aðgerðir í áætlun þessari á réttindum barna eins og þau koma fyrir í Barnasáttmála sameinuðu þjóðanna. Í þingsályktuninni er lagt til að unnið verði að því að foreldrum standi til boða uppeldisráðgjöf og námskeið í foreldrafærni. Þessi ráðgjöf á að standa öllum foreldrum til boða, með áherslu á foreldra sem eru að eignast sitt fyrsta barn, barna með sérþarfir og unglinga. Lagt er til að heilsugæslan geti komið að þessum uppeldisnámskeiðum (Þingskjal 39, 2006-2007).

Í skýrslu nefndar um stöðu barna í mismunandi fjölskyldugerðum var lögð fram sú tillaga að efla foreldrafræðslu til verðandi foreldra í sambúð/hjónabandi með áherslu á samskipti þeirra á milli. Mikilvægt er að sú fræðsla og upplýsingagjöf sem í boði er fyrir foreldra taki mið af ólíkum fjölskyldugerðum og margbreytileika þeirra. Aukin foreldrafærni og samstarf í nærsamfélagi barnsins er þörf. Lagt er til að fjölskylduráðgjöf verði veitt ókeypis eða niðurgreidd sem hluti af almennri velferðarþjónustu. Ljóst er að íslenskar fjölskyldur þurfa á fjölskylduráðgjöf að halda í auknum mæli með breyttum fjölskylduformum og álagi sem fylgir barnafjölskyldum (Félags- og tryggingamálaráðuneytið, 2009).

Það er því ljóst að stjórnvöld virðast vera meira vakandi en áður fyrir mikilvægi þess að styrkja íslenskar fjölskyldur og efla foreldrafærni.

1.5.2 Fæðingarorlof

Samkvæmt Lögum um fæðingar- og foreldraorlof nr. 95/2000 öðlast foreldrar á innlendum vinnumarkaði réttindi til að taka launað frí frá vinnu í kjölfar barneigna. Móðir og faðir fá þá jafnan sjálfstæðan rétt til fæðingarorlofs eða þrjá mánuði hvort um sig. Þau hafa sameiginlega þrjá mánuði til viðbótar sem þau ráðstafa eftir eigin vilja. Foreldrarnir þurfa að ljúka fæðingarorlofi áður en barnið verður 18 mánaða. Markmið með lögum þessum er að reyna að tryggja barni samvistir við báða foreldra sína. Jafnframt eiga lög þessi að gera mögulegt, fyrir bæði kynin, að samræma atvinnu og fjölskyldulíf.

Sjálfstæður réttur feðra til fæðingarorlofs hefur aukist talsvert síðustu ár. Árið 2001 var hann einungis einn mánuður, 2002 jókst hann í tvo mánuði og árið 2003 var hann orðinn þrjú mánuðir (Hagstofa Íslands, 2008). Þróunin bendir til þess að feður séu farnir að sinna börnum sínum í auknu mæli en 90% þeirra taka sér frí frá vinnu til að sinna nýfæddum

börnum sínum. Samkvæmt upplýsingum frá Tryggingastofnun ríkisins er fæðingarorlofið sem þeir nýta fyrst og fremst bundið við þá þrjá mánuði sem eru óframseljanlegir til móður. Sameiginlegur þriggja mánaða réttur þeirra til orlofs er langoftast nýttur af mæðrunum (Ingólfur V. Gíslason, 2007).

Samkvæmt rannsókn Auðar Örnú Arnardóttur (2008) tóku feður að meðaltali tíu vikur í orlof af sínum þriggja mánaða sjálfstæða rétti og mæður 11,9 vikur. Þannig nýttu 75% feðra fæðingarorlofsrétt sinn til fulls og tóku 12 vikna orlof en 98,1% mæðra. Lítil hluti feðra eða 8,1% nýtti ekki rétt sinn til fæðingarorlofs. Meirihluti feðra eða 83,3% nýtti ekkert af þeim þriggja mánaða sameiginlega rétti sem stendur foreldrum til boða.

Feður töldu að í kjölfar fæðingarorlofsins hafi tilfinningatengsl við barnið aukist ásamt skilningi á þörfum þess. Ánægja þeirra af því að sinna barninu og skilningur þeirra á því hversu krefjandi vinna það er að annast barn jókst einnig. Þessi niðurstaða var greinilegri hjá þeim feðrum sem betur nýttu sér fæðingarorlofið. Samkvæmt þessari rannsókn virðast feður og mæður almennt vera sammála um að umönnun og samvera með barninu, þessa fyrstu mánuði, sé til þess fallin að bæta mikilvæg tengsl milli foreldra og barna (Auður Arna Arnardóttir, 2008).

Í kjölfar efnahagshrunsins hér á landi haustið 2008 þurfti að skera niður í fjárframlögum ríkisins. Almannatryggingar voru ekki undanþegnar þessum niðurskurði. Komið er fram frumvarp um breytingar á lögum um fæðingar- og foreldraorlof (Þingskjal 181, 2009-2010). Lagt er til að frá og með 1. janúar 2010 til 31. desember 2011 verði greiðslum frestað vegnað þriðja sameiginlega mánaðar sem foreldrar eiga rétt á. Frestunin yrði þar til barn hefði náð 36 mánaða aldri. Samkvæmt nefndarátliti kemur fram að nái fyrirætlanirnar fram að ganga kemur til skerðingar á samvistum foreldra og barna þeirra. Mikillar gagnrýni hefur gætt í garð þessara fyrirhugaðra breytinga en gagnrýnendur benda á hversu mikilvægt það er að börn njóti samvistar við foreldra sína á þessu mikilvæga tímasteiði mótunar þeirra (Þingskjal 441, 2009-2010).

Samkvæmt nefndinni eru vísbendingar þess efnis að í kjölfar kreppunnar taki feður síður fæðingarorlof en áður. Erfitt er að meta hvort það er vegna óöruggar stöðu á vinnumarkaði eða vegna þaks sem sett hefur verið á greiðslur úr fæðingarorlofssjóði. Rætt hefur verið á opinberum vettvangi að setja fram sparnaðaráætlun þar sem réttur feðra til fæðingarorlofs væri skertur. Nefndin hafnar þessum tillögum og segir þær ekki vera í samræmi við þær mikilvægu jafnréttishugsjónir sem einkenni fæðingarorlofskerfið hér á

landi. Nefndin bendir á að víðtæk sátt hafi verið um kerfið og mikilvægt sé að byggja það upp og viðhalda því. Stórum áfanga hafi verið náð í jafnréttisbaráttunni þegar kerfið komst í núverandi mynd sem beri að varðveita (Þingskjal 441, 2009-2010).

Ljóst er að með fyrirætluðum breytingum er vegið að réttindum barna til að njóta samvista við báða foreldra sína ásamt möguleikum foreldra á að samræma atvinnuþátttöku og fjölskyldulíf. Þær vísbendingar sem nefndin nefnir um minnkandi fæðingarorlofstöku feðra er áhyggjuefni þar sem djúp tengsl milli foreldra og barns er forsenda þess að barnið upplifi hamingju og gott gengi síðar á lífsleiðinni. Djúp varanleg tengsl myndast þegar foreldrar vinna saman að því að hlúa vel að barni sínu og uppfylla þarfir þess svo það megi þroskast á eðlilegan máta. Til að svo megi verða þurfa ákjósanleg skilyrði að vera fyrir hendi (Sigrún Júlíusdóttir, 2001).

1.5.3 Stuðningur við barnafjölskyldur á vegum hins opinbera

Stuðningur hins opinbera við barnafjölskyldur kemur úr ýmsum áttum. Hér á landi veitir til að mynda ríkið foreldrum fjárhagslegan stuðning vegna framfærslu barna sinna. Foreldrar fá greiddar barnabætur fyrir hvert barn undir 18 ára aldri. Bæturnar eru tvenns konar, það er tekjutengdar bætur og ótekjutengd viðbót vegna barna undir sjö ára aldri. Barnabætur þessar eru ekki skattskyldar. Fjárhagsstuðningur hins opinbera er fyrst og fremst í gegnum barnabótakerfið, en einnig má nefna barnalífeyri, mæðra- og feðralaun og viðbót atvinnuleysisbóta vegna framfærslu barna. Barnalífeyrir er greiddur með börnum til 18 ára aldurs ef annað foreldri er örorkulífeyrisþegi eða er látið. Tvöfaldur barnalífeyrir er greiddur ef báðir foreldrar eru örorkulífeyrisþegar eða látnir. Barnalífeyrir er ekki tekjutengdur. Einstæðir foreldrar sem eiga tvö eða fleiri börn eiga rétt á mæðra- og feðralaunum, en sótt er um slíkar greiðslur hjá Tryggingastofnun ríkisins. Atvinnulausir foreldrar með börn undir 18 ára aldri eiga rétt á viðbótargreiðslu við atvinnuleysisbætur samkvæmt lögum um atvinnuleysistryggingar nr. 54/2006 (Félags- og tryggingamálaráðuneytið, 2009).

Húsaleigubætur er ein tegund fjárhagsaðstoðar fyrir fjölskyldur og einstaklinga sem nýta sér húsnæði af almennum leigumarkaði og eru ætlaðar tekjulágum leigjendum til að lækka kostnað vegna húsnæðis. Húsaleigubæturnar eru misháar eftir því hver staða leigjandans er. Tekið er mið af leiguverði íbúðar, tekjum, eignum og framfærslu barna þegar húsaleigubætur eru greiddar (Félags- og tryggingamálaráðuneytið, 2009). Vaxtabætur er önnur tegund greiðslna á vegum ríkisins fyrir fjölskyldur og einstaklinga. Samkvæmt

reglugerð nr. 990/2001 öðlast fólk rétt til vaxtabóta ef borguð eru vaxtagjöld af nokkrum gerðum lána (Íbúðalánasjóður, e.d.). Fjárhagsbyrgði barnafjölskyldna er oft á tíðum mikil, en efnahagsleg gæði hafa áhrif á daglegt líf og velferð fjölskyldna. Því er mikilvægt að komið sé til móts við barnafjölskyldur með fjárhagslegum stuðningi hins opinbera.

Samkvæmt 1. grein laga um heilbrigðisþjónustu nr. 40/2007 segir að allir landsmenn skuli eiga kost á fullkomnustu heilbrigðisþjónustu sem völ er á hverju sinni. Á það við um andlegt, líkamlegt og félagslegt heilbrigði. Á vegum heilsugæslunnar er fylgst með þroskaframvindu og heilsu barna frá fæðingu til sex ára aldurs. Þar er lögð áhersla á að veita fjölskyldunni stuðning og stuðla að því að börn búi við sem bestu mögulegu uppeldisskilyrði. Hjá heilsugæslunni er einnig leitast við að veita foreldrum stuðning og ráðgjöf í uppeldishlutverkinu (Heilsugæsla höfuðborgarsvæðisins, e.d.). Dregið hefur úr kostnaði vegna heilbrigðisþjónustu barna, en börn greiða engin komugjöld á slysa- og bráðadeild, né vegna vitjana frá lækni (Heilbrigðisráðuneytið, 2010). Léttir það álag á barnafjölskyldur á vissan hátt, þegar kostnaði vegna læknisþjónustu er stillt í hóf.

Leikskóli og grunnskóli eru mikilvægar stuðningseiningar fjölskyldunnar og skipar starfsfólk þess stórt hlutverk í lífi barna (Sigrún Júlíusdóttir, 2001). Leikskólar eru ætlaðar börnum undir skólaskyldualdri og er valfrjáls möguleika foreldra. Samkvæmt lögum um leikskóla nr. 90/2008 sér hvert og eitt sveitarfélag um rekstur leikskóla í sínu umdæmi.

Þær miklu breytingar sem orðið hafa á íslensku fjölskyldulífi síðastliðna áratugi kalla á ný og breytt úrræði á vegum hins opinbera til handa fjölskyldum í landinu. Staðgenglar foreldra á sviði fræðslu-, heilbrigðis- og félagsmála verða sífellt mikilvægari og því er mikilvægt að framboð af þeim sé nóg fyrir fjölskyldur. Þessi stuðningur er ekki til þess fallinn að veikja fjölskylduna heldur styrkir hann stoðir hennar enn frekar (Sigrún Júlíusdóttir, 2001).

1.6 Barnið komið heim

Hér verður greint frá námskeiðinu *Barnið komið heim* sem rannsókn þessi byggist á. Markmiðum námskeiðsins verða gerð skil, uppbyggingu þess og rannsóknum sem gerðar hafa verið á því.

1.6.1 Námskeiðið

Með námskeiðinu *Barnið komið heim* (e. *Bringing baby home*) er reynt að hjálpa væntanlegum foreldrum og foreldrum ungbarna að öðlast aukna þekkingu og nauðsynlega hæfileika til að takast á við þær breytingar sem verða á parsambandinu í kjölfar barneigna. Áhersla er lögð á að bæta sambandið með því að efla vináttu og nánd parsins. Jafnframt er lögð áhersla á að þörin nái að stjórna og vinna úr ágreiningi sín á milli. Markmið námskeiðsins er einnig að hjálpa foreldrum að stilla saman strengi í uppeldishlutverkinu, að þeir þekki grundvallaratriði í þroska barna og viti hvert hægt er að leita eftir stuðningi og ráðgjöf ef þörf er á. Námskeiðið er til þess fallið að jafna ábyrgð milli foreldra þegar kemur að uppeldahlutverkinu. Þátttaka feðra í umönnun barnsins er virkjuð til muna með því að veita fræðslu sem eykur skilning þeirra á þörfum barnsins og ýtir undir öryggi í nýju hlutverki. Slíkt eykur samvinnu parsins og gagnkvæma virðingu og minnkar þannig álag á parsambandið. Ánægja verður því meiri sem stuðlar að farsæld barnsins og fjölskyldunnar í heild (ÓB-ráðgjöf, e.d.). *Barnið komið heim* er hannað með það að markmiði að ná til sem flestra verðandi foreldra. Ekki er um sambandsráðgjöf að ræða, heldur er lögð áhersla á að auðvelda foreldrum þær breytingar sem fylgja foreldrahlutverkinu (Gottman og fleiri, 2004).

Barnið komið heim er forvarnarmiðað námskeið sem byggt er á vísindalegum grunni. Það er hannað af bandarísku sálfræðingunum og hjónunum John og Julie Gottman en þau eru talin brautryðjendur í vísindarannsóknum um parsambönd og hjónabönd. Verkefnið hófst í Bandaríkjunum árið 1999 og er markmið þeirra sem að því standa að það verði hluti af almennri fæðingarfræðslu verðandi foreldra í Bandaríkjunum (Relationship research institute, 2009-a).

Rannsóknir sem unnar hafa verið á foreldrahlutverkinu hafa bent til þess að barneignir hafi í för með sér miklar breytingar. Foreldrar þurfa að takast á við ný og krefjandi hlutverk sem valda auknu álagi og streitu. Um 67% nýbakaðra foreldra upplifa hnignun í

parsambandinu, aukinn ágreining sín á milli og þunglyndi ásamt minni gæðum í sambandi sínu við barn sitt (Gottman og fleiri, 2004).

Engar rannsóknir hafa verið gerðar á námskeiðinu hér á landi, enda um nýlegt verkefni að ræða. Verkefnið hefur verið haldið hér á landi síðan árið 2008. Niðurstöður bandarískra rannsókna sem gerðar hafa verið á námskeiðinu þar í landi benda til þess að foreldrar sem sækja námskeiðið séu næmari á tilfinningar barna sinna og svara betur þörfum þeirra en foreldrar sem ekki sóttu námskeiðið. Feður sem sóttu námskeiðið tóku meiri þátt í uppeldi barna sinna sem bætti tengsl þeirra við barnið og varð almenn ánægja feðra meiri. Þör sem sóttu námskeiðið gekk einnig betur að vinna saman, leysa úr ágreiningi og upplifðu meiri ánægju í parsambandinu (Relationship research institute, 2009-b). Námskeiðið virðist því hafa forvarnargildi, en mælanlegur munur var á hópum sem sótt höfðu námskeiðið og þeim sem ekki höfðu sótt það hvað varðar meðal annars gæði í parsambandinu, fæðingarpunglyndi og ágreining hjá þörum (Shapiro og Gottman, 2005).

1.6.2 Uppbygging námskeiðsins

Kennslufyrirkomulag námskeiðsins hér á landi er ferns konar, í fyrsta lagi er um helgarnámskeið að ræða sem kennt er sex klukkustundir á dag, tvo daga í röð. Oftast er notast við það fyrirkomulag þegar kennsla fer fram á landsbyggðinni. Í öðru lagi er kennt sex klukkustundir á dag, tvo laugardaga í röð. Í þriðja lagi er kennt einu sinni í viku í fjórar klukkustundir í senn í þrjú skipti. Í fjórða lagi fer námskeiðið fram einu sinni í viku, tvær klukkustundir í senn í sex vikur. Síðast nefnda fyrirkomulagið er það sem oftast er notað hér á landi. Hér á landi er námskeiðið *Barnið komið heim* haldið á vegum ÓB-ráðgjafar og Reykjanesbæjar. Leiðbeinendur námskeiðsins hafa allir sótt námskeið í Bandaríkjunum á vegum *The Relationship research institute* (RRI) í Seattle sem er stofnuð af Gottman hjónunum. RRI gerir kröfu um ákveðna grunnmenntun og starfsreynslu hjá þeim sem sækja um leyfi til að kenna námskeiðið. Fjórir Íslendingar hafa réttindi til að kenna námskeiðið hér á landi, en þeir hafa allir bakgrunn sem nýtist þeim í kennslu námskeiðsins. Þeir eru Hera Ósk Einarsdóttir félagsráðgjafi, Valgerður Snæland Jónsdóttir náms- og starfsráðgjafi, Ólafur Grétar Gunnarsson ráðgjafi og Bjarni Þórarinsson ráðgjafi.

Reykjanesbær hefur boðið upp á námskeiðið í samvinnu við ÓB-ráðgjöf. ÓB-ráðgjöf hefur haldið námskeiðið hér á landi í samstarfi við nokkur sveitarfélög, svo sem

Reykjavíkurborg, Kópavogsbæ, Mosfellsbæ, Seltjarnarnesbæ, heilsugæslur, kirkjur og Rauða Kross Íslands (Ólafur Grétar Gunnarsson munnleg heimild, 20 mars 2010).

Námsefnið skiptist í sex hluta; *Að verða foreldrar, Börn og foreldrar: viðkvæmt samband, Látum töfrana haldast, Að hafa stjórn á streitu og stýra ágreiningi, Tilfinningaleg samskipti og börn* og að lokum *Að skapa sameiginlega arfleið fjölskyldunnar*. Hér verður stuttlega greint frá helstu áhersluatriðum hvers hluta námskeiðsins (Pirak og Gottman, 2007):

1. Að verða foreldrar

Í fyrsta hluta námskeiðsins eru kynntar helstu breytingar sem verða þegar parið verður að foreldrum. Kynnt er fyrir foreldrum hvernig samband þeirra getur breyst með tilkomu barns og hvaða áhrif samband þeirra hefur á foreldrahlutverkið.

2. Börn og foreldrar: Viðkvæmt samband

Helstu áherslur þessa hluta er að kynna foreldrum orsakasamhengið milli styrks og ánægju í parsambandi og heilbrigði og vellíðunar barnsins. Áhersla er lögð á að rýna í parsambandið, styrkleika þess og veikleika.

3. Látum töfrana haldast

Markmið þessa hluta námskeiðsins er að kenna þörum aðferðir til að viðhalda ánægju í sambandi sínu eftir að barnið fæðist. Fjallað er um helstu ástæður erfiðleika í samböndum og þörum eru kynntar leiðir til að styrkja samband sitt svo hægt sé að efla tengsl við barnið.

4. Að hafa stjórn á streitu og stýra ágreiningi

Aðaláhersla þessa hluta námskeiðsins er að hjálpa þörum að tileinka sér aðferðir sem miða að því að stjórna streitu og ágreiningi sín á milli með það að markmiði að ná að viðhalda ánægju í sambandinu.

5. Tilfinningaleg samskipti og börn

Helstu áherslur í þessum hluta námskeiðsins er tilfinningaþjálfun. Foreldrum eru kenndar aðferðir til að hlusta á barnið sitt og þekkja tilfinningar þeirra svo þeir geti leiðbeint þeim við

vissar aðstæður. Mismunandi uppeldishættir foreldra eru kynntir og hvaða áhrif þeir hafa á barnið.

6. Að skapa sameiginlega arfleidd fjölskyldunnar

Í lokahluta námskeiðsins er markmiðið að kynna fyrir foreldrum hvaða áhrif fortíðin hefur á foreldrahlutverkið og mikilvægi þess að skapa sameiginlega fjölskylduarfleidd.

Eitt af markmiðum námskeiðsins er að reyna að styrkja foreldrana í foreldrahlutverkinu og draga úr líkum á að upp úr sambandi þeirra slitni. Námskeiðið gegnir því ákveðnu forvarnarhlutverki en tíðni sambúðarslita á Íslandi er algengust á fyrstu þremur æviárum barnsins (Hagstofa Íslands, e.d.).

Börn verða nær alltaf fyrir vonbrigðum og ákveðnu áfalli við skilnað foreldra. Meðal viðbragða barna eru kvíði og þunglyndi, þau eiga erfitt með einbeitingu og óttast að verða yfirgefin af foreldrum sínum. Erfiðleikar barna eftir skilnað geta varað í allt að tvö ár eftir skilnað. Aðlögunarerfiðleikar barna eftir skilnað eru nátengdir átökum sem áttu sér stað í hjónabandi foreldranna og hefur það því áhrif á hvernig barninu gengur að vinna úr tilfinningum sínum í kjölfar skilnaðar foreldra. Undanfari skilnaðar hefur verið talinn tengjast togstreitu og lélegum tjáskiptum hjá þörum. Mörg þör skilja einnig vegna þess að þau hafa fjarlægst hvort annað og mótað sér ólík viðhorf til lífsins og ólíkt gildismat (Sigrún Júlíusdóttir, 1995). Samskipti og samvinna foreldra í foreldrahlutverkinu eru því mikilvæg. Áhersla er lögð á forvarnargildi í námskeiðinu *Barnið komið heim*.

1.7 Markmið rannsókna

Markmið rannsóknarinnar er tvíþætt. Annars vegar að skoða upplifun foreldra á námskeiðinu og hins vegar að skoða hvernig námskeiðið nýtist þeim í uppeldi barna sinna og við að styrkja samband sitt. Þær rannsóknarspurningar sem settar voru fram í upphafi rannsóknar voru:

Hver er reynsla og upplifun foreldra sem sótt hafa námskeiðið *Barnið komið heim*?

Hvernig hefur námskeiðið nýst þeim í uppeldishlutverkinu?

Hvaða áhrif hefur það haft á samband þeirra að eignast barn?

Hvers vegna er mikilvægt að fá stuðning og fræðslu í foreldrahlutverkinu?

2. Aðferð

Hér verður greint frá aðferðafræðilegum hluta verkefnisins, en eigindlegri rannsóknaraðferð var beitt við vinnslu rannsóknar.

2.1 Rannsóknaraðferð

Eigindlegar rannsóknaraðferðir leitast við að skýra félagslegan veruleika og að útskýra hvaða þýðingu ákveðin atriði hafa fyrir þann sem verið er að rannsaka. Eigindlegar rannsóknaraðferðir eru notaðar þegar verið er að skoða líf fólks, sögu þess, skoðanir, viðhorf eða hegðun svo dæmi séu tekin. Tvær megin aðferðir tilheyra eigindlegum rannsóknum, viðtöl og þátttökuathuganir. Í viðtölum er oftast stuðst við segulband, myndbandsupptökutæki og rannsakandann sjálfan. Rannsakandinn þarf að geta lesið í hegðun og túlkun viðmælandans og einnig þarf hann að vera meðvitaður um þau áhrif sem hann sjálfur getur haft á viðmælandann og rannsóknina sjálfa. Mikilvægt er að rannsakandinn sé trúr gögnum sínum. Þegar þátttökuathugun er gerð er stuðst við dagbækur sem rannsakandinn heldur á meðan þátttökuathugunin fer fram. Sú rannsóknaraðferð sem valin er, fer eftir því hvað verið er að skoða hverju sinni (Silverman, 2008).

Opin viðtöl eru framkvæmd til þess að fá upplýsingar frá ákveðnum aðila um tiltekið málefni. Viðtöl geta veitt innsýn í hugsanir og tilfinningar fólks og eru opin viðtöl ein vinsælasta gagnaöflunaraðferð eigindlegra rannsóknaraðferða. Sú tegund viðtala sem notast er við í rannsókn þessari kallast hálf-stöðluð viðtöl. Markmið þeirra er að nálgast efnið opið og gefa viðmælendum tækifæri á því að tjá skoðanir sínar og hugmyndir með eigin orðum. Er því rætt opinskátt um tiltekið málefni. Rannsakandi undirbýr viðtal sitt með svokölluðum viðtalsvísi. Viðtalsvísirinn er listi yfir það efni sem rannsakandinn vill fara yfir í viðtalinu, en ekki beinar spurningar. Mikilvægt er að rannsakandi hlusti vel á það sem viðmælandi hefur að segja en sjái jafnframt til þess að viðtalið fari ekki mikið út fyrir þann viðtalsvísi sem rannsakandi setur sér í byrjun. Með opnu viðtali getur rannsakandi fengið dýpri skilning og skoðun viðmælanda á þeim atriðum sem hann telur mikilvæg (Esterberg, 2002; Kvale og Brinkmann, 2009).

2.2 Undirbúningur og framkvæmd

Rannsókn þessi var framkvæmd með eiginlegri rannsóknaraðferð, þar sem hálf-stýrð viðtöl voru tekin við fimm pör sem setið hafa námskeiðið *Barnið komið heim*. Tölvupóstur var sendur út af ÓB-ráðgjöf til þeirra sem setið hafa námskeiðið þar sem óskað var eftir viðmælendum í rannsókn þessa og leyfi þeirra til að senda upplýsingar um símanúmer og netföng viðkomandi til rannsóknaraðila. Svör bárust frá níu pörum sem tilbúin voru að veita viðtal og gáfu þau ÓB-ráðgjöf leyfi til að senda rannsóknaraðilum upplýsingar um sig svo hægt væri að hafa samband. Í kjölfar þess var tölvupóstur sendur út af rannsakendum á pörin þar sem óskað var eftir þátttöku þeirra. Póstur var sendur út á tvö pör í einu og svo koll af kolli. Svörun við þeim tölvupósti var ekki eins góð þegar á reyndi. Eitt þar svaraði strax og vildi vera með, hinum pörum þurfti að senda annan tölvupóst sem ítrekun nokkrum dögum eftir að fyrri tölvupóstur var sendur. Að lokum bárust jákvæð svör frá sex pörum, en viðtöl voru tekin við fimm fyrstu pörin sem svöruðu tölvupóstinum.

Allir viðmælendur undirrituðu upplýst samþykki (sjá fylgiskjal 1) fyrir þátttöku í rannsókninni. Í fylgiskjalinu kom fram hvert markmið rannsóknarinnar væri og hver væri ábyrgðarmaður hennar. Útskýrt var fyrir viðmælendum hvernig rannsóknargögn yrðu meðhöndluð og þeim greint frá því að persónuupplýsingum yrði breytt svo ekki yrði hægt að rekja gögn til þeirra á neinn hátt.

2.2.1 Þátttakendur

Þátttakendur voru valdir með markvissu úrtaki. Markvisst úrtak er þegar rannsakandi finnur viðmælendur sem falla að þeim kröfum sem gerðar eru svo þeir henti rannsókninni sem best (Silverman, 2008). Í þessu tilfalli voru kröfurnar þær að viðmælendur urðu að hafa setið námskeiðið *Barnið komið heim*.

Hér á eftir er sett fram lýsing á þátttakendum. Nöfnum þátttakenda hefur verið breytt til að gæta trúnaðar. Viðmælendur voru flestir í kringum þrítugt og börn þeirra á aldrinum 8-13 mánaða. Öll pörin fóru á námskeiðið á svipuðum tíma á meðgöngunni, í kringum sjöunda mánuð.

Par 1: María og Hilmar.

María og Hilmar voru búin að vera saman í 3 og ½ ár þegar þau eignast sitt fyrsta barn sem er 13 mánaða stúlka. Mikið álag hefur verið hjá Maríu og Hilmar. María og Hilmar virðast ekki hafa tileinkað sér það sem þau lærðu á námskeiðinu og voru ekkert sérstaklega ánægð með námskeiðið. Helsta ástæða þess er sennilegast sú að námskeiðið fjallaði ekki um það sem þau bjuggust við, en þau töldu sig vera að leita að námskeiði með meiri áherslu á uppeldi.

Par 2: Telma og Kristinn.

Telma og Kristinn voru búin að vera saman í fjögur ár áður en þau eignast sitt fyrsta barn sem er átta mánaða drengur. Telma og Kristinn eru vel samstillt par sem virðast vera í góðu jafnvægi. Samband þeirra gengur vel og hefur ekki dalað eftir að barnið fæddist. Þeim gengur vel að leysa úr ágreining sína á milli og hafa tileinkað sér vel það sem þau lærðu á námskeiðinu. Telma og Kristinn voru bæði mjög ánægð með námskeiðið og það sem þau lærðu.

Par 3: Karen og Hannes.

Karen og Hannes voru búin að vera saman í fjögur ár þegar þau eignast sitt fyrsta barn saman sem er átta mánaða drengur. Fyrir á Karen sex ára dreng úr fyrra sambandi sem býr hjá þeim viku í senn. Karen og Hannes virðast vera ánægð í sínu sambandi. Þau leggja mikla áherslu á að rækta samband sitt og vinna markvisst að því. Þau voru ánægð með það sem þau lærðu á námskeiðinu og hafa nýtt sér það ágætlega í samskiptum sína á milli og við barnið.

Par 4: Sigrún og Magnús.

Sigrún og Magnús voru búin að vera saman í níu ár þegar þau eignast sitt fyrsta barn sem er 12 mánaða stúlka. Samband þeirra er gott og gengur þeim ágætlega að leysa úr ágreiningi. Sigrún og Magnús voru nokkuð ánægð með námskeiðið þótt það hafi þó ekki alveg staðist þær væntingar sem þau gerðu til þess í upphafi. Sigrún og Magnús héldu, líkt og María og Kristinn að námskeiðið snérist meira um barnið sjálft og gæti óánægja þeirra endurspeglast í því.

Par 5: Silja og Smári.

Silja og Smári voru búin að vera saman í 3 ár þegar þau eignast sitt fyrsta barn sem er 10 mánaða stúlka. Fyrir á Smári 19 ára dreng úr fyrra sambandi sem hann hefur ekki séð mikið um. Silja og Smári voru mjög ánægð með námskeiðið í heild sinni og fannst þau læra mikið á því. Þeim hefur gengið ágætlega að tileinka sér það sem þau lærðu á námskeiðinu.

2.3 Gagnasöfnun

Viðtöl voru tekin við 10 einstaklinga, (fimm pör) sem setið hafa námskeiðið *Barnið komið heim*. Vinnsla verkefnisins hófst í janúar 2010 og fór gagnasöfnun fram í mars 2010. Vinnsla verkefnisins lauk í apríl sama ár. Tilkygning var send til Persónuverndar í upphafi rannsóknar þar sem persónulegar upplýsingar komu fram í viðtölunum. Viðtölin voru tekin á heimili viðmælenda og fóru þau fram á mismunandi tíma og dögum. Lengd viðtala var misjöfn en þau voru á bilinu 25- 40 mínútna löng.

2.4 Skráning og úrvinnsla gagna

Öll viðtöl voru tekin upp með hljóðupptökutæki og afrituð í tölvu, frá orði til orðs, að viðtali loknu. Eftir afritun gagna var viðtölum eytt af hljóðupptökutækinu. Töldu rannsóknargögn um 220 blaðsíður. Þegar gagnaöflun lauk hófst úrvinnsla og greining gagna, en hún fór fram með þeim hætti að margsinnis var lesið yfir gögnin. Í upphafi var beitt opinni kóðun, þar sem gögn voru flokkuð í þemu og þau svo yfirfarin að nýju með þau þemu sem fram komu í opnu kóðuninni. Að lokinni greiningu var greiningarblað skrifað þar sem greint var frá þeim megin þemum sem fram komu í gögnunum. Þemum þessum verða gerð nánari skil í niðurstöðukafla þessa verkefnis.

3. Niðurstöður

Nokkrir sameiginlegir þættir komu fram hjá viðmælendum við greiningu gagna. Þessir þættir voru dregnir saman í þemu, sem síðar var ákveðið að skipta í yfirþemu og undirþemu. Fyrsta þemað snýr að námskeiðinu sjálfu, sem skiptist svo í upplifun þátttakenda af námskeiðinu, hvernig þau hafa nýtt sér það sem þau lærðu á námskeiðinu og fyrirkomulag námskeiðsins. Annað þemað snýr að parsambandinu, en það skiptist í þrjú undirþemu. Þau fjalla um breytinguna sem fylgir því að verða foreldrar, hvernig þeir takast á við álag og fyrirkomulag hlutverka eftir barnsburð. Þriðja þemað snýr að hvata þess að þörin völdu námskeiðið.

Þrátt fyrir að sameiginlegir þættir hafi komið fram í viðtölunum er ekki hægt að alhæfa þá reynslu yfir á alla sem sótt hafa námskeiðið. Niðurstöðurnar veita þó þá innsýn í upplifun þessara þara af því að verða foreldrar og geta gefið ákveðna vísbendingu um hvernig námskeiðið er að nýtast þörum sem það sækja.

3.1 Námskeiðið

Námskeiðið sjálf skipaði stóran sess í rannsókninni, en viðmælendur voru spurðir út í upplifun þeirra af námskeiðinu, lærdóm og hvernig þeim hefur tekist að nýta sér það sem þeir lærðu á námskeiðinu. Jafnframt var fjallað um fyrirkomulag námskeiðsins, hvernig viðmælendum líkaði uppsetning þess og leiðbeinendur. Flestir þátttakendur rannsóknarinnar lýstu yfir ánægju sinni með námskeiðið í heild.

3.1.1 Upplifun

Lífsreynsla og persónuleiki fólks er misjafn og því er upplifun þeirra alltaf einstök þó margt sameiginlegt megi finna í henni. Þannig innihéldu viðtölin marga sameiginlega þætti á annars ólíkri upplifun þátttakenda. Áberandi var hversu ánægðir flestir viðmælendur voru með upplifun sína af námskeiðinu. Flest öll þörin sögðu námskeiðið vera eins og þau hefðu búist við, eða það hafa komið þeim skemmtilega á óvart. Eitt þar var óánægt með námskeiðið og sagði efni þess allt annað en þau höfðu búist við. Viðmælendurnir töldu flestir áhugaverðustu þætti námskeiðsins vera atriði er snerta barnið. Telma lýsir upplifun sinni af námskeiðinu á eftirfarandi hátt:

.... en svo mætum við þarna fyrst og... þá var þetta bara æðislega skemmtilegt og þá bara var þetta svona gert að

heilagri stund. Þetta var svona eitthvað bara fyrir okkur... við bara eiginlega komum með opin huga og bara... já eða allavega ég, en hérna mér fannst þetta bara spennandi og það kom mér bara á óvart.

María og Hilmar voru ekki ánægð með námskeiðið í heild sinni þótt þeim hafi fundist koma fram áhugaverðir punktar. Þau bjuggust ekki við svo mikilli fræðslu varðandi parsambandið en höfðu gert ráð fyrir að meira yrði fjallað um barnið sjálft á námskeiðinu og ráðleggingar varðandi umönnun þess. Hilmar lýsir óánægju sinni svona:

Ég hélt það væri meira talað um uhhh vera með ráð fyrir semsagt... koma með barnið heim... þú veist eins og gefur til kynna í nafninu... en svo er þetta eiginlega bara sambandsráðgjöf og eitthvað svoleiðis... var ekki að búast alveg við því--- Ætluðum að fara og sjá hvort við fengjum einhver tipp og ráð og svo gerðist það aldrei--- maður var alltaf að vonast til þess að það væri eitthvað meira en svo var það aldrei.

Maríu þótti hugmyndafræðin á bak við námskeiðið vera góð en námskeiðið of amerískt eða eins og hún orðaði það:

þá fannst okkur við ekki eiga heima þarna... ææ mér fannst allt námskeiðið vera svo rosalega beinþýtt, eða eiginlega illa þýtt og beinþýtt úr ensku og miðað við amerískar aðstæður.

María og Hilmar virðast óánægð með gæði námskeiðsins. Auk þess voru María og Hilmar óánægð með að námskeiðið fjallaði ekki nægilega mikið um það sem þau höfðu búist við. Velta má fyrir sér hvort þau hafi ekki verið nægilega móttækileg fyrir því sem þar fór fram. Þau bjuggust við að námskeiðið snérist meira um barnið og uppeldisleg atriði en parsambandið. Sigrún hélt einnig að námskeiðið snérist meira um barnið og uppeldisleg atriði, hún varð þó ekki fyrir vonbrigðum með námskeiðið sem slíkt, hún hafði þó vissar efasemdir um framsetningu þess og einnig var hún með efasemdir hvað varðaði faglegan bakgrunn leiðbeinanda námskeiðsins:

Þetta var svoldið svona glæruupplestur... en mér fannst kannski vanta svoldið svona fræðilegan bakgrunn hjá þeim... Mér fannst þeir ekki vita meira um uppeldi og um börn og fékk svoldið svona á tilfinninguna að,... ég fór meira að segja á netið og hugsaði ætli þeir séu háskólamenntaðir?.

Líklegt er að þær fyrirfram ákveðnu hugmyndir sem þátttakendur höfðu um námskeiðið hafi áhrif á hvernig þeim tekst að tileinka sér það sem þeir lærðu. Eins og Smári orðaði það: „maður verður náttúrulega líka að vera móttækilegur fyrir upplýsingum, ef maður er að hugsa um eitthvað allt annað skilurðu þá lærir maður ekki neitt“.

Þegar skoðaðir eru þeir þættir sem viðmælendunum þóttu áhugaverðastir var athyglisverður sá samhljómur sem kom fram meðal þátttakenda. Flestir nefndu þeir atriði sem þeir lærðu og tengdust börnunum. Þetta voru ýmis myndbönd sem sýnd voru og fjölluðu um leik barna, þroska þeirra og næmni. Silja nefndi myndband sem sýnt var um viðbrögð barna og hvernig má lesa úr svipbrigðum þeirra. Hannes sagði áhugaverðast myndband sem sýnt var og fjallaði um leik fullorðinna með börnum sínum. Tveir viðmælendanna sögðu næmni barna áhugaverðasta en fjallað var um hversu næm börn eru á tilfinningar foreldra sinna og það að ánægja foreldranna endurspeglast oft á tíðum í barninu, eins og Telma lýsir:

Þau náttúrulega skynja svo vel hvernig foreldrunum líður og hérna það væri þess virði að leggja sig fram við hvort annað, en ekki bara við barnið. Þetta yrði að virka allt saman.

Flestir viðmælendur myndu mæla með námskeiðinu við aðra foreldra, líkt og Hannes orðaði það:

Bara myndi mæla með því fyrir alla, bara hvar sem þú ert staddur, hvort sem þú ert með þriggja ára barn eða hvað. Held að það sé svoldið misskilið að fólk eigi bara að fara á þetta áður en það eignast barn.

Silja hafði sömu sögu að segja og Hannes:

Ég er í raun og veru bara mjög ánægð með að hafa farið [á námskeiðið] og ég mundi alveg styðja það að þetta bara... þú veist... að það færu allir bara [á námskeiðið].

3.1.2 Nýting

Flestir viðmælendurnir töluðu um að námskeiðið hefði vakið þau til umhugsunar og gert þau meðvitað um ýmis atriði er varða parsambandið. Mörg þeirra sögðust ekki hafa gert sér grein fyrir hversu mikil röskun yrði á lífsháttum þeirra þegar barn kemur inn í fjölskyldueininguna og þarfir þess og skyldur verða í fyrirrúmi. Að vera meðvitað um þessa þætti hefur gefið flestum viðmælendanna færni sem nýtist þeim við að takast á við það nýja hlutverk að verða foreldri. Eins og Kristinn sagði:

Ég held að þetta sé bara góður undirbúningur fyrir þetta... vera meðvitaður um þessar breytingar og svo framvegis sko... og hérna þá á seinni stigum hugsar maður kannski aðeins til baka og gerir sér grein fyrir því að... heyrðu já bíddu þetta er nú bara eðlilegt... þú veist ef að maður er í einhverjum aðstæðum og þessháttar sko.

Sömu sögu hafði Magnús að segja en hann var ánægður með að öðlast þá vitneskju og vera meðvitaður um það hversu miklar breytingar það hefði í för með sér að eignast barn og hversu mikið álagið eykst. Eins og hann orðar það:

Ég held það hefði kannski bara geta orðið meiri einhver svona sprengja... þú veist í staðin fyrir að hafa farið svona mjúklega bara og meðvitað í þetta... ég held að það hafi hjálpað, alveg viss um það.. það er náttúrulega kannski bara stærsti hlutinn í þessu.

Silja talar einnig um að námskeiðið hafi aukið skilning þeirra á breyttum aðstæðum:

Hérna þú veist að þá var svona auðveldara að átta sig á... hvað væri að... af því að maður var búin að fara á þetta námskeið... og þá var nóg að segja bara: „já manstu... á námskeiðinu þá var

verið að tala um þetta og þetta“ og þá svona já... þá svona þá vissi maður að þetta var ekki eitthvað sem að væri bara að hjá okkur heldur eitthvað sem fólk þurfti svona almennt að passa sig á... og okkur fannst eða mér fannst svona voða gott að vita það þá þurfti maður ekkert að vera að hafa áhyggjur að það væri eitthvað sérstakt svona að hjá okkur og í raun og veru lagaðist það svolítið útfrá því.

Hannes lýsti yfir ánægju sinni með að fá leiðsögn á námskeiðinu af uppeldi barna:

Það er rosa gott að allavega fá einhverja leiðbeiningu.. með bara eins og þennan leik og ýmsa hluti--- Já mér fannst ég læra mikið af þessu, mjög gott svona undirstaða til að byggja eitthvað upp, í sambandi við bara þegar maður fær nýjan aðila inn á heimilið bara hvernig eigi að bregðast við ýmsum aðstæðum.

Flestir viðmælendurnir sögðu að ýmis verkefni sem unnin voru á námskeiðinu hafi ýtt undir skilning þeirra á námsefninu og hjálpað þeim þannig að tileinka sér fræðsluna. Misjafnt virtist vera hvaða verkefni nýttust þátttakendum best. Silja segir verkefnin hafa verið mjög hjálpleg og nefndi í því sambandi eitt ákveðið verkefni þar sem pörin áttu að ræða sín á milli um það uppeldi sem þau fengu í barnæsku og hvaða viðhorf og hugmyndir þau sjálf hefðu gagnvart barnauppeldi. Hún segir að í kjölfarið hafi þau getað samræmt hugmyndir sínar sem hafi gert alla samvinnu auðveldari og foreldrahlutverkið ánægjulegra. Silja tekur jafnframt fram að þau hafi ekki áttað sig á mikilvægi þessa þáttar fyrr en á námskeiðinu. Hún segir að námskeiðið hafa gefið þeim betri skilning á hvort öðru sem foreldrar og haft áhrif á að upp kæmi ágreiningur þeirra á milli, eða eins og hún orðar það:

Ég held að svona námskeið hjálpi manni að stilla saman strengi... svona við sem foreldrar--- En ég held... hérna... er nokkuð örugg um að... þú veist... að hérna þetta námskeið hafi svona komið í veg fyrir einhverja ágreininga... okkar á milli... eða svona hjálpað til.

Flestir viðmælendur höfðu tileinkað sér ágætlega það sem þau lærðu á námskeiðinu og reynt að hafa námsefnið í huga, bæði í samskiptum sínum við hvort annað og í uppeldi barnsins. Flestir voru mjög ánægðir með að fá að eiga þau gögn sem dreift var á námskeiðinu. Það byði upp á þann möguleika að alltaf væri hægt að fletta upp í gögnunum og rifja upp námsefnið. Eins og Karen orðaði það:

Maður þarf bara að vinna stanslaust að því... [sambandinu] það hættir ekkert þó að maður hafi farið á eitt námskeið--- þannig að það er gott að geta litið í þetta [gögnin].

Ekki höfðu þó margir viðmælendanna rifjað efnið sérstaklega upp en eitt par, Telma og Kristinn, höfðu þó tekið efnið upp til að minna sig á, eins og Telma lýsir:

Við einmitt tókum þetta upp um jólin og vorum svona að glugga í þetta því manni hættir kannski til að setja þetta bara niður í skúffu, því maður þarf bara að vera svoldið duglegur að minna sig á þetta.

Margir viðmælendanna höfðu hugsað um það undanfarið að kíkja aftur á efnið líkt og Hannes sagði:

Sko við höfum verið bara alltaf með þetta svona í kollinum en við höfum ekkert farið aftur yfir það sem við fórum yfir þarna, sem sagt efnið, en vissulega var þetta gríðarlega jákvætt fyrir okkar samband. Líka bara að vita af því að geta alltaf skoðað þetta aðeins, hvað við vorum að læra og hvernig við ættum að bregðast við aðstæðum.

Sigrún hafði sömu sögu að segja:

Ég hef oft hugsað hvort ég ætti að prufa að lesa þetta kannski aftur yfir að gamni, við fengum svona mjög ítarlegt hefti en ég hef nú samt ekki komist í það ennþá--- það er líka bara mjög hollt að minna sig á alla þessa hluti reglulega og þótt það sé allt

nokkurn veginn í lagi þá þú veist þá getur maður bara minnt sig á, þú veist einhverjir punktar. Eins og með að gera eitthvað saman og rækta sambandið.

Misjafnt var hversu vel þörin höfðu tileinkað sér það sem þau lærðu á námskeiðinu. María og Kristinn höfðu ekki tileinkað sér neitt sérstaklega það sem fram fór á námskeiðinu og ekki nýtt sér efnið. Eins og María lýsir því: „Það er auðvelt að segja þetta en erfiðara að framkvæma þetta“.

3.1.3 Fyrirkomulag

Viðmælendur voru almennt ánægðir með skipulag námskeiðsins, uppsetningu og námskeiðshaldara. Höfðu flestir á orði að námskeiðið hefði komist vel til skila og verið góð blanda af fyrirlesturum, myndböndum og æfingum.

Telma lýsti fyrirkomulaginu svona:

Mér fannst þetta bara gott samspil milli þess að vera að tala, við að gera saman æfingar og svo hvernig hérna... það var spilað af videoi efni.

Kristinn var einnig ánægður með fyrirkomulag námskeiðsins:

En hérna síðan var líka bara... var þetta bara svona hvað á maður að segja... mjög aðgengilegt... og mjög lifandi finnst mér... Ólafur Grétar segir skemmtilega frá kallinn og maður hélt vel athygli og svona--- bara mjög flott og fín framsetning á þessu.

Hannes var ánægður með leiðbeinendur námskeiðsins:

Mér fannst þeir skila efninu rosalega vel og fengu fólkið rosalega vel með sér til að taka þátt í æfingum og svona.

Smári hafði sömu sögu að segja:

Mér fannst þetta bara spennandi og skemmtilegt sko. Líka bara hvernig þau gerðu þetta, hvernig þau voru með námskeiðið sko... voru með svona myndvarpa og voru að sýna manni svona klippur... þetta var bara meiriháttar, bara mjög flott námskeið, þetta var bara toppnámskeið sko.

Tveir viðmælendanna höfðu orð á því að efni námskeiðsins væri mjög mikið og hefðu viljað fara hægar í hlutina. Magnús lýsti þessu þannig:

Þetta var kannski svona... svolítið svona rush--- þetta var náttúrulega rosa mikið efni sko... þú veist þannig að maður náði kannski bara svona... bara helstu hlutunum og þú veist.

Karen lýsti skoðun sinni svona:

Það var eina kannski að þetta var dálítið mikið efni sem að var kannski svona--- þetta hefði getað verið svona hægar farið í hlutina en maður skildi samt náttúrulega að þeir höfðu bara ákveðinn tíma og þurftu að koma rosa miklu efni til skila--- hefði viljað hafa umræðuna lengri sko af því maður var oft að drífa sig að klára til að komast í næsta en kannski var umræðan stundum komin á eitthvað gott stig þegar maður þurfti að hætta... þá þurfti bara að halda áfram sem að maður skildi samt alveg bara.

Almenn ánægja ríkti því meðal þátttakenda með fyrirkomulag námskeiðsins og fannst þeim þeir læra mikið á því. Nokkrir höfðu þó á orði að þeim þótti þrengslin vera of mikil á námskeiðinu sjálfu og ekki skapast næði til að vinna þær æfingar sem vinna átti sökum þessa. Fannst þeim óþægilegt að ræða persónuleg málefni svo þétt við hlið næsta manns. Magnús og Sigrún brugðu því á það ráð að fara betur yfir efnið þegar heim var komið og ræða þessi mál í ró og næði.

3.2 Parsambandið

Breyting verður á parsambandinu þegar barn bætist í hópinn. Foreldrarnir sem áður höfðu nægan tíma fyrir sig þurfa nú að einbeita sér að litla barninu sem krefst mikillar umönnunar, ástar og orku. Misjafnt er hversu miklar breytingar fólk upplifir þegar nýr einstaklingur bætist í hópinn. Flest þörin lýstu því sem mikilli en jákvæðri breytingu að eignast barn en töldu álagið sem því fylgir meira en þau áttu von á. Flestir viðmælendurnir sögðust vera í góðu sambandi sem þeir voru ánægðir í. Þeir voru þó sammála um að sambandið hefði dalað að nokkru leyti eftir að nýfætt barnið varð hluti af fjölskyldunni.

3.2.1 Foreldrahlutverkið

Allir viðmælendur okkar höfðu undirbúið sig á einn eða annan hátt áður en barnið fæddist. Flestar konurnar höfðu lesið sér mikið til um ýmislegt sem tengist fæðingunni og farið á fæðingarnámskeið á vegum heilsugæslunnar ásamt því að sækja námskeiðið *Barnið komið heim*. Karlmenirnir höfðu ekki undirbúið sig eins mikið og konurnar en þó höfðu þeir sumir hverjir lesið það sem konur þeirra bentu þeim á. Þrjár kvennanna höfðu farið í svokallað meðgöngujóga til að undirbúa sig andlega fyrir fæðinguna og fannst þeim það hjálpa sér töluvert. Nokkrar mæðranna höfðu á orði að flest sú aðstoð sem í boði væri fyrir verðandi foreldra snéri fyrst og fremst að líkamlegum þáttum. Því sé fólk oft ekki nægilega viðbúið andlega því álagi og breytingum sem fylgja barneign. Viðmælendurnir voru flestir mjög ánægðir með að geta sótt námskeiðið *Barnið komið heim* áður en barnið fæddist og fannst þeim það veita þeim góðan undirbúning fyrir þær breytingar sem í vændum voru. Telma lýsti því svo:

Þá fannst mér svo ótrúlega mikilvægt að hafa farið á þetta námskeið [Barnið komið heim] bara til þess að ræða svona hluti sem við vissum alveg um hvort annað en... það var samt svo gaman að rifja þá upp á þessum tímapunkti svona út frá því hvernig við myndum svo vilja ala upp barnið okkar. Og þú veist líka bara þessi áminning um að hérna „hvað svo?“ þegar þú ert búin að eignast barnið hvað tekur þá við. Maður er að upplifa glænýjar tilfinningar og bara svona hvernig maður er að takast á við þetta allt saman.

Telma segist hafa upplifað miklar breytingar við það að eignast barn og taldi það betra en erfiðara en hún hafði gert ráð fyrir:

Já, þetta er náttúrulega bara erfitt, svona á sama tíma og þetta er það skemmtilegasta sem maður gerir, þú veist maður er hamingjusamur en þetta er svona blanda af alls konar tilfinningum--- en þetta er náttúrulega eins og að labba á vegg sko að eignast barn, ég var alltaf bara „ohh ég veit þetta verður mjög erfitt“ ég var búin að segja svoléiðis en svo kanski bara... já þetta er eiginlega mun betra en samt mun erfiðara en ég gerði mér grein fyrir en svona allt í bland bara mjög gott.

Hannes upplifði einnig mikla breytingu við það að eignast barn og sagðist ekki hafa haft hugmynd um hvernig það væri að ala upp barn. Aðspurður hvort samband þeirra hefði breyst mikið í kjölfarið svaraði Hannes:

Já en samt svona til þess góða í rauninni. Það er meiri svona... það er miklu meiri kærleikur sem ríkir á heimilinu, þó það hafi auðvitað verið kærleikur fyrir þá er það bara meira núna.

Karen lýsir því hvernig breytingarnar höfðu áhrif á hana á eftirfarandi hátt:

Já það er náttúrulega breytist ótrúlega margt... það er náttúrulega bæði það að maður hefur ekki jafn mikinn tíma fyrir hvort annað og það að þurfa að gefa hvort öðru tíma og þolinmæði... mikla þolinmæði.

Silja upplifði miklar breytingar en segir námskeiðið hafa hjálpað þeim að kljást við þær:

Já þetta er alveg hellings breyting... þetta er alveg, þetta er alveg allt annað sko... við höfum alveg þurft að einbeita okkur að því sko að passa upp á hvort annað... mér finnst ég eiga voða auðvelt með að... æ hvernig á ég að segja þetta... maður einblínir bara á [barnið]... og maður svolítið þarf að muna að

hann er þarna líka og... maður þarf meðvitað að minna sig á það--- því eftir að hún kom sko að hérna þá upplifðum við okkur svolítið að ég var svolítið með hana... og honum fannst hann vera svolítið útundan sko.

Magnús kemst skemmtilega að orði þegar hann lýsir því hversu miklar breytingarnar verða í kjölfar þess að nýr einstaklingur kemur inn á heimilið:

Þetta er miklu meira en fólk heldur sko... þú veist vinir manns sem eru kannski að fara að eignast börn núna fljótlega þú veist... maður horfir bara á þau og þú veist... maður bara þú veist... þeir vita ekkert hverju þeir eiga von á--- maður var nefnilega svolítið þannig sjálfur sko.

3.2.2 Álag

Mikilvægt er að foreldrar fái fræðslu og undirbúning fyrir það sem í vændum er. Góður undirbúningur verðandi foreldra getur minnkað álag og ágreining sem breytingarnar gætu haft í för með sér. Sigrún taldi þau til að mynda ekki hafa upplifað mikið álag við það að eignast barn en þau höfðu rætt mikið um hvað þau vildu sjá í uppeldi sinna barna áður en meðgangan hófst. Hún taldi það einnig höfuðatriði að vegna þess hversu tilbúin þau voru að eignast sitt fyrsta barn hafi sú breyting sem fylgdi því að verða foreldrar ekki skapað mikið álag í þeirra sambandi. Flestir viðmælendur okkar voru meðvitaðir um það aukna álag sem fylgir því að verða foreldrar og reyndu að fyrirbyggja árekstra til dæmis með jafnri verkaskiptingu innan heimilisins. Magnús segir sig og maka sinn til dæmis hafa gert áætlun um hvernig húsverkin ættu að skiptast til að reyna dreifa álaginu jafnt á milli þeirra.

Flestir viðmælendur lýstu því einnig að svefnlausar nætur sem fylgja umönnun ungabarna skapi mikið álag á parsambandið og reyna þau flest að nýta sér það sem þau lærðu á námskeiðinu varðandi það að skipta með sér verkum. Eins og Hannes lýsti:

Það koma auðvitað tímar þar sem við erum svefnlaus og getur verið erfitt, en við reynum bara að græja það og tölum saman en það var eitt af því sem við lærðum á námskeiðinu, það þarf alltaf bara að... líka bara að verkaskipta stundum--- það skiptir

svo miklu máli að fá svefn, ég bara núna fatta það virkilega mikið sko.

Sigrúnu hafði einnig á orði hversu miklu álagi svefnlausar nætur valda. Hún sagði lítinn ágreining hafa komið upp milli sín og makans en taldi að sá ágreiningur sem upp kom mætti rekja til þess tíma er dóttir þeirra svaf lítið og pirringur stigmagnaðist hjá þeim eins og Sigrún komst að orði:

Það var kannski svona aðeins til að byrja með þar sem hún er fyrirburi, svona svefnleysi, maður gat oft orðið mjög pirraður að geta ekki sofið neitt.

Karen talar um hvernig nýtt hlutverk, það að verða foreldri, skapar auknar skyldur og álag:

Oft náttúrulega er maður mikið að einblína á að ná að vera þolinmóð við barnið og sinna því og þetta og þá svona oft geymir maður kannski eitthvað sem að... þreytu og ýmislegt sem að óvart kannski bitnar á hinum aðilanum... maður leyfir sér eitthvað meira þar sko.

Telma segir að hún og hennar maður reyni að nota húmorinn til að takast á við álagið eða eins og hún orðar það "Hlægja svolítið af þessu öllu".

3.2.3 Fyrirkomulag eftir barnsburð

Pörin lýstu almennt yfir vilja til að rækta samband sitt og fannst mikilvægt að gefa sér tíma til þess að vera tvö saman þótt sumum þætti erfiðara en öðrum að gefa sér þann tíma. Sum þeirra höfðu þó reynt að vinna markvisst að því að rækta samband sitt með því að eiga reglulega stefnumót og eyða tíma saman tvö ein. Öll pörin gerðu sér grein fyrir mikilvægi þess að rækta parsambandið og eyða tíma saman. Það skili sér í meiri ánægju í parsambandinu sem endurspeglast svo í barninu. Að mati Smára er grundvallarforsenda þess að foreldrar geti hugsað vel um barnið sú að þeir hlúi að sjálfum sér og sambandi sínu:

Ef maður elur upp börnin sín vel þá skila þau því út í samfélagið, það er ekkert flóknara en það!... náttla þroski barnsins stendur í

stað ef við erum ekki í lagi sko... það þarf að byrja á byrjuninni, við þurfum að vera í lagi til að geta tekist á við það... þetta er svona eins og í flugvélum skilurðu, settu á þig grímuna og svo á barnið svo þú getir hugsað um barnið til að fá súrefni og fólk er oft að velta fyrir sér: „bíddu afhverju fæ ég súrefnisgrímuna fyrst? Á ekkert að hugsa um barnið eða?“ skilurðu, ef ég fæ ekki súrefnisgrímu þá fær barnið ekki súrefnisgrímu!.

Margir sögðu þó tímann líða ansi hratt og því væri oft erfitt að finna tíma til að rækta sambandið, nema það væri gert á mjög skipulagðan hátt. Það kom Sigrúnu einmitt á óvart hversu erfitt getur reynst að gefa sér umræddan tíma til að rækta sambandið við makann og hversu auðvelt er að gleyma sér, eins og hún lýsir:

Ég man einmitt eftir því þegar ég var ólétt og var að hlusta á þetta þá hugsaði ég „þetta getur nú ekki gerst hjá okkur, við erum alltaf svo dugleg að fara út og eigum pottþétt eftir að...“ þú veist.

Hannes lýsir því hvernig þau rækta sambandið:

Þá höfum við reynt að gera eitthvað saman, fara í nudd saman, fara í baðstofuna og út að borða og svona aðeins bara við tvö, fá þá bara pössun og virkja sambandið og við finnum bæði að það skiptir rosalega miklu máli.

Magnús hafði svipaða sögu að segja:

Við bara svona tölum saman og... förum í gönguferð og svona--- þú veist reynum að fara alltaf öðru hverju tvö ein og líka í sitthvoru lagi þú veist.

Þörin sögðust öll reyna að rækta sambandið sitt með einhverju móti. Algengasta leiðin var að eyða reglulega tíma saman tvö ein og tala mikið saman. Þörin höfðu þó mismikil tækifæri til þess að skreppa út af heimilinu og eyða saman tíma tvö ein. Það valt á því hversu auðvelt var

að fá barnapössun en tengslanet paranna var mjög mismunandi. Hilmar segir tengdamömmu sína nánast þá einu sem að geti passað fyrir þau, eða eins og hann orðar það: *“Það er eiginlega eina pössunin sem að kemur til greina sko”*.

Silja segir að hún og maki hennar séu í ágætis sambandi við fjölskyldur sínar en segir foreldra sína þau einu sem hafi passað fyrir sig:

Það eru aðallega þau sko... sem að passa... en hún hefur ekkert mikið... hún hefur ekkert farið mikið í pössun.

Kristinn segir aftur á móti þau Telmu hafa marga aðila til að hjálpa sér með barnið og auðvelt sé að fá pössun:

Foreldrar okkar eru mjög tilteknir í það og eins systkini okkar beggja sko... og meira að segja langafi og langamma hafa verið að passa... þannig að það er töluverður fjöldi sko.

Fyrirkomulag eftir barnsburð breytist oftast mikið í kjölfar þess að skyldum fjölgar og álag eykst. Flestir feðurnir sögðu að verkaskiptingin á heimilinu væri nokkuð jöfn og fannst þeim sjálfsagt að þeir sinntu heimilisstörfum til jafns á við konu sína. Flestar mæðurnar töldu þó að verkaskiptingin hvíldi ögn meira á þeim. Það markast sjálfsagt að einhverju leyti af því að þær voru meira heima en feðurnir en margar mæðranna voru enn í fæðingarorlofi. Almennt reyndu þörin þó að skipta með sér verkum á heimilinu og hafði eitt parið til að mynda útbúið sérstaka áætlun þar sem heimilisverkin voru skipulögð fram í tímann. Leiða má líkur að því að slíkt fyrirkomulag, þar sem verkaskipting er jöfn milli foreldranna, dragi úr streitu og ágreiningi þeirra á milli.

Magnús segir verkaskiptinguna mjög jafna hjá þeim:

Þau eru bara svona frekar jöfn... við erum svona eiginlega alveg... með svona jafn mikið--- við erum bara með eitthvað ákveðið sem að ég geri alltaf og eitthvað ákveðið sem að hún gerir alltaf--- þannig að við gerðum bara plan.

Kristinn sagði verkaskiptinguna hjá þeim einnig góða:

Já sko hún er sæmilega jöfn varðandi einhver svona heimilisverk... við eldum bæði... þvoutm bæði þvott--- já ég mundi segja að hún væri bara svona tiltölulega jöfn og í góðum balance sko--- lendir ekkert á öðrum aðilanum sko.

Allir feðurnir nýttu sér að einhverju leyti rétt sinn til fæðingarorlofs. Allir voru þeir heima fyrsta mánuðinn eftir að barnið fæddist, en misjafnt var hvernig ráðstafað var hinum tveimur mánuðunum sem þeir áttu rétt á. Aðeins einn faðir tók meira fæðingarorlof en þá þrjá mánuði sem hann átti, en það þar skipti orlofinu jafnt sín á milli, fjóra og hálfan mánuð hvort. Algengt var að feðurnir frestuðu töku á seinni tveimur mánuðunum þar til barnið var orðið eldra. Fyrirkomulagið miðaðist í tveimur tilvikum við nám móðurinnar. Einn faðirinn hafði þó verið að mestu leyti heima frá því að barnið fæddist sökum atvinnuleysis. Mæðurnar lýstu allar yfir ánægju sinni með að hafa haft föðurinn heima fyrsta mánuðinn og fannst þeim það veita þeim stuðning, eins og Telma komst að orði:

...Ég var mjög ánægð með að hann skildi vera fyrst um sinn svona lengi því ég veit að vinkonur mínar höfðu ekki sömu reynslu og já okkur fannst þetta líka rosalega góður tími.

Hannesi fannst mikilvægt að hafa fengið að vera með drengnum fyrsta mánuðinn, en kaus frekar að eiga inni tvo mánuði síðar meir þegar drengurinn yrði eldri, heldur en að taka allt orlofið í einu:

Mig langaði að taka orlofið í einum rikk en svo fór ég að þæla bara frekar að lengja sumarið [þegar drengurinn yrði eins árs] og vera með hann heima, plús það að hann var bara á brjósti... en þessi tími var ómetanlegur [fyrsti mánuðurinn].

3.3 Hvati

Ástæða þess að þörin völdu námskeiðið *Barnið komið heim* endurspegladist fyrst og fremst í tvennu, annars vegar þörf fyrir fræðslu og hins vegar því að námskeiðið var endurgjaldslaust. Aðspurður um helstu ástæðu þess að þetta námskeið varð fyrir valinu svaraði Hannes:

Hvernig ætti að bregðast við aðstæðum með þirring og togstreitu, svona ef maður hefði ekki vitað af því þá hefði þetta örugglega verið erfiðara og við reyndum allavega að fyrirbyggja það og líka ef það væri eitthvað að í sambandinu þá reyna að laga það... það var svona megin ástæðan fyrir því.

Smári hafði ekki verið mikill þátttakandi í uppeldi eldri drengs síns og vildi því fara á þetta námskeið til að geta verið virkari þátttakandi í þetta skiptið, eins og hann lýsir:

*Ég tók ekki rosalega mikinn þátt í uppeldinu á eldri stráknum...
já breyta þessu núna sko... búa til eitthvað betra*

Þannig lýsir Magnús því hvers vegna þau fóru á námskeiðið:

*Já þetta var bara auglýst og var ókeypis þannig að við sögðum
bara afhverju ekki... þannig að við bara þú veist... fórum bara....*

Karen segir frá ástæðu sinni:

*Við fréttum af því í gegnum vinkonu... vinafólk þau höfðu farið á
þetta og sögðu okkur... eða voru svona bara að tala um þetta
og það vakti okkar forvitni--- og líka bara af því að okkur
langaði til að gera betur.*

Allir viðmælendur okkar fengu námskeiðið endurgjaldslaust. Aðspurð hvort þau hefðu farið á námskeiðið ef það hefði kostað sögðu allir nema tveir að það hefði sennilega stoppað þá. Karen sagði að þau hefðu sennilega íhugað það eitthvað betur að sækja námskeiðið hefði verið rukkað fyrir það:

*Ég veit að okkur hefði langað... maður veit ekki alveg hvort að
maður endilega hefði getað það--- því maður veit ekki alveg
hvað er að fara að gerast þar og hvort að það gagnast manni.*

Silja hafði svipaða sögu að segja:

En maður náttúrulega veit ekki að ef að það hefði kostað eitthvað þá hefði maður kannski spurt sig þarf ég eitthvað á þessu að halda og þú veist--- maður kannski ímyndar sér... þú veist jájá ég... þetta er nú ekkert mál og eitthvað....

Magnús segist einnig ekki vera viss um að þau hefðu sótt námskeiðið ef það hefði kostað.

Ég veit það ekki... það fer bara kannski bara eftir því hvað það hefði kostað þú veist... ég hugsa að maður hefði bara kannski bara metið það þá.

Kristinn leit öðruvísi á málið:

Já já ef að það hefði verið eitthvað svona hóflegt gjald að þá eflaust hefðum við drifið okkur... hefðum ekki verið að setja það eitthvað mikið fyrir okkur.

Kostnaður hefur því greinileg áhrif á val þaranna. Mikilvægt er að fræðsla sem þessi sé endurgjaldslaus svo hún verði almenn og náí til sem flestra.

4. Umræða

Íslenskt samfélag hefur breyst mikið hvað varðar fjölskyldulíf síðastliðna öld. Félagslegar og efnahagslegar aðstæður eru orðnar aðrar en áður var ásamt því sem hlutverk og skyldur foreldra og barna hafa breyst verulega. Mikill meirihluti kvenna er nú á vinnumarkaði og uppeldi barna og heimilisskyldur því að miklu leyti á ábyrgð beggja foreldra. Sýnt hefur verið fram á að rekja megi marga skilnaði til óánægju í parsambandinu vegna þess að álag eykst í kjölfar barneigna og ójafnvægi verður meðal skylduverka foreldra. Vitund þess að styrkja og hlúa að fjölskyldueiningunni í okkar samfélagi hefur aukist, en meiri áhersla er lögð á að aðstoða barnafjölskyldur með fjárhagslegum stuðningi og ýmis konar fræðslu til dæmis í formi námskeiða. Námskeiðið *Barnið komið heim* er eitt af því sem í boði er fyrir verðandi og nýorðna foreldra. Gerð var eigindleg rannsókn á námskeiði þessu með það að markmiði að skoða upplifun nokkurra foreldra sem sótt höfðu námskeiðið. Tekin voru viðtöl við fimm pör og skoðað var hvernig námskeiðið nýttist þeim í parsambandinu og við uppeldi barna sinna. Við greiningu gagnanna komu í ljós þrjú megin þemu. Þau snéru að námskeiðinu sjálfu, parsambandinu og hvata þess að parið valdi námskeiðið.

Í fyrsta þema kom í ljós að upplifun viðmælenda var að mörgu leyti ólík en meirihluti þátttakenda voru ánægðir með námskeiðið í heild sinni. Misjafnt var hversu vel þátttakendum hafði tekist að tileinka sér það sem þeir lærðu á námskeiðinu og endurspeglast það að miklu leyti í ánægju þeirra með námskeiðið. Viðmælendur voru sammála um að kennslufyrirkomulag námskeiðsins hafi verið gott. Þótti þeim vera góð blanda af fyrirlestrum, myndböndum og æfingum og gott að geta flett upp í þeim gögnum sem þau fengu með sér heim. Flestir viðmælendur töluðu einnig um að námskeiðið hafi vakið þau til umhugsunar um þær breytingar sem framundan voru og fannst þeim námskeiðið veita þeim færni til að takast á við hið nýja hlutverk, að verða foreldri. Þó kom fram gagnrýni á gæði námsefnisins og efasemdir um faglegan bakgrunn tveggja námskeiðshaldara.

Annað þemað snéri að breytingum sem fylgja því að verða foreldrar og fyrirkomulagi hjá parinu eftir barnsburð. Misjafnt var hversu mikla breytingu fólk upplifði þegar barnið fæddist. Flestir voru sammála um það að einhver hnignun hefði orðið í sambandi þeirra í kjölfar þess. Er það í samræmi við kenningu um lífsskeið fjölskyldunnar sem segir að það geti valdið streitu og kreppu að færast frá einu skeiði yfir á annað eins og gerist þegar verður

formgerðarbreyting innan fjölskyldunnar, til dæmis þegar barn fæðist. Upplifa þá margir hnignun á ánægju í sambandi sínu. Helsta ástæðan fyrir þessari hnignun er breyting á hlutverkum innan fjölskyldunnar (Benokraitis, 2009; White og Klein, 2002). Flest þörin lýstu því sem mikilli en jákvæðri breytingu að eignast barn en töldu álagið sem því fylgir meira en þau áttu von á. Þau voru flest meðvituð um þetta aukna álag og reyndu að tileinka sér aðferðir sem kenndar voru á námskeiðinu til að takast á við það. Þörin reyndu að skipta heimilisverkum jafnt sín á milli og voru meðvituð um mikilvægi þess að rækta samband sitt. Niðurstöður rannsóknarinnar eru í samræmi við fyrri rannsóknir er snerta þá breytingu að verða foreldrar. Þær breytingar tengjast meðal annars líkamlegum kröfum, stirðleika í parsambandinu og hömlum sem fylgja foreldrahlutverkinu (Belsky og fleiri, 1984).

Þriðja þemað snéri að hvata þess að þörin völdu námskeiðið. Áberandi var meðal paranna sú ástæða sem þau nefndu fyrir ákvörðun sinni að sækja námskeiðið. Hún var sú að námskeiðið væri endurgjaldslaust. Áherslubreyting hefur orðið í íslenskri löggjöf hvað varðar barnafjölskyldur. Lagt er til að foreldrafræðsla sé eflað og hún sé veitt endurgjaldslaust eða niðurgreidd sem hluti af almennri velferðarþjónustu. Líkt og fram kemur í rannsókninni var það veigamikill þáttur í vali þeirra á námskeiðinu að það væri frítt. Til þess að fræðsla af þessu tagi verði almenn og aðgengileg sem flestum þurfa stjórnvöld að styðja við námskeið af þessu tagi sem veitir verðandi foreldrum færni á þessu sviði. Þörfin fyrir stuðning og fræðslu var einnig stór þáttur í vali þeirra á námskeiðinu og töldu nokkrir viðmælendur námskeiðið hafa ákveðið forvarnargildi. Flest þau námskeið sem í boði eru hér á landi í tengslum við barneignir snúast að mestu leyti um líkamlega þætti er tengjast fæðingunni. Nokkrir viðmælendur lýstu þörf sinni á að fá fræðslu um það sem tekur við eftir að barnið er komið heim. Mikilvægt er einnig að hlúa vel að andlegum og félagslegum þáttum í undirbúningi verðandi foreldra, í stað einungis líkamlegra þátta eins og almennt er í boði.

Ljóst er að stuðningur og fræðsla fyrir foreldra eru mikilvæg atriði þegar kemur að ánægju í parsambandinu og þroska barna. Í því samhengi er vert að skoða þann möguleika að félagsráðgjafar komi að kennslu uppeldisnámskeiða í ríkari mæli. Félagsráðgjafar eru heilbrigðisstarfsmenn og fá starfsleyfi sitt frá heilbrigðisráðuneytinu. Í fyrri útgáfu laga nr. 40/2007 sem sett voru árið 1990 var sérstaklega fjallað um félagsráðgjöf á heilbrigðissviði, ásamt því sem tilgreindar voru margar aðrar fagstéttir innan heilbrigðisgeirans. Var þar til að mynda sérstaklega tilgreint að félagsráðgjöf skildi vera í boði innan heilsugæslunnar. Þetta ákvæði var hins vegar felld úr gildi þegar ný útgáfa laganna var samþykkt. Innan

heilsugæslunnar hafa verið kennd uppeldisnámskeið, bæði af félagsráðgjöfum og sálfræðingum. Fjölskylduráðgjöf hefur þó ekki verið almenn innan heilsugæslunnar, en hún hefur verið í boði hjá heilsugæslu Garðabæjar, heilsugæslu Grafarvogs, heilsugæslunni á Akureyri og Heilbrigðisstofnun Suðurnesja. Einnig hefur verið starfandi félagsráðgjafi hjá Þroska- og hegðunarstöð heilsugæslunnar (Sveindís Anna Jóhannsdóttir, 2006). Í aðgerðaráætlun ríkisins sem miðar að því að styrkja stöðu barna og ungmenna er lagt til að heilsugæslan komi að uppeldisnámskeiðum. Slík verkefni falla vel að starfi félagsráðgjafa og getur menntun þeirra nýst vel á þessu sviði. Fleiri félagsráðgjafar mættu því koma að þessari fræðslu innan heilsugæslunnar. Sveitarfélögin gætu einnig komið að því að bjóða upp á uppeldisnámskeið fyrir foreldra, þeim að kostnaðarlausu. Reykjanesbær hefur staðið að námskeiðinu *Barnið komið heim* í samstarfi við ÓB-ráðgjöf, en í Reykjanesbæ er lögð mikil áhersla á forvarnarstarf og reynt er að stuðla að því að auka heilbrigði og hamingju fjölskyldunnar í heild (Reykjanesbær, e.d.). Félagsráðgjafi sér um kennslu námskeiðsins þar í bæ. Reykjanesbær virðist því standa framarlega í forvarnar- og fjölskyldumálum og gætu fleiri sveitarfélög litið til þess sveitarfélags varðandi þróun á samskonar úrræðum.

Áhugavert væri að rannsaka betur hvort námskeiðið hafi sama forvarnargildi hér á landi eins og rannsóknir sem gerðar hafa verið á námskeiðinu í Bandaríkjunum sýna fram á.

Heimildaskrá

- A. Karólína Stefánsdóttir. (2006). Fjölskyldufélagsráðgjöf og fjölfagleg samsköpun. Í Sigrún Júlíusdóttir og Halldór Sig. Guðmundsson (ritstjórar), *Heilbrigði og heildarsýn: félagsráðgjöf í heilbrigðisþjónustu* (bls. 325-334). Reykjavík: Háskólaútgáfan.
- Auður Arna Arnardóttir. (2008). Fæðingarorlof frá sjónarhóli feðra og mæðra. Í Gunnar Þór Jóhannesson og Helga Björnsdóttir (ritstjórar), *Rannsóknir í félagsvísindum IX*. (bls. 139-150). Reykjavík: Félagsvísindastofnun Háskóla Íslands.
- Álfheiður Steinþórsdóttir og Guðfinna Eydal. (1993). Lífsskeið fjölskyldunnar. Í Hörður Þorgilsson og Jakob Smári (ritstjórar), *Sálfræðibókin* (bls.302-306). Reykjavík: Mál og menning.
- Barnalög nr.76/2003.*
- Barnasáttmáli Sameinuðu þjóðanna. 18/1992.
- Belsky , J., Lerner, R. M., Spanier, G. B. (1984). *The child in the family*. New York: Newbery award records.
- Benokraitis, N. V. (2009). *Marriages and Families: Changes, choices, and constraints*. (6.útgáfa). New Jersey: Pearson Education.
- Berk, L. E. (2009). *Child development*. Boston: Pearson higher education.
- Esterberg, K. (2002). *Qualitative methods in social research*. Boston: McGraw-Hill.
- Félags- og tryggingamálaráðuneytið. (2009). *Skýrsla nefndar um stöðu barna í mismunandi fjölskyldugerðum*. Sótt þann 23. febrúar 2010 af http://www.felagsmalaraduneyti.is/media/09FrettatengtFEL09/Skyrsla_nefndar_um_stodu_barna_i_mismunandi_fjolskyldugerdum.pdf.
- Gottman, J. M., Shapiro, A. F., og Parthemer, J. (2004). *Bringing Baby Home: A workshop for new and expectant parents*. Sótt þann 28. febrúar 2010 af http://www.bbhonline.org/bbh/media/downloads/BBH_ICEAJournal.pdf.

Gyða Margrét Pétursdóttir (2008). Within the socially desirable aura of gender equality. Division of domestic labour and child care. Í Gunnar Þór Jóhannesson og Helga Björnsdóttir (ritstjórar), *Rannsóknir í félagsvísindum IX*. (bls. 214-222). Reykjavík: Félagsvísindastofnun Háskóla Íslands.

Hagstofa Íslands. (2007). *Skilgreining á fjölskyldu* sótt þann 21. febrúar 2010 af <http://www.hagstofa.is/lisalib/getfile.aspx?ItemID=7397>.

Hagstofa Íslands. (2008). *Almannatryggingar*. Sótt þann 23. febrúar 2010 af <http://www.hagstofa.is/?PageID=769&src=/temp/Dialog/varval.asp?ma=HEI03109%26ti=Vi%F0takendur+grei%F0slna+vegna+f%E6%F0ingarorlofs+eftir+f%E6%F0ingar%E1ri+barns+2001%2D2007%26path=../Database/heilbrigdismal/tryggingar/%26lang=3%26units=Fjöldi>.

Hagstofa Íslands. (e.d.). *Giftingar og skilnaðir*. Sótt þann 12. apríl 2010 af <http://www.hagstofa.is/?PageID=628&src=/temp/Dialog/varval.asp?ma=MAN06220%26ti=Aldur+barna+%FAR+l%F6gskilnu%F0um+og+samb%FA%F0arslitum+1994%2D2008+++%26path=../Database/mannfjoldi/Skilnadir/%26lang=3%26units=Fjöldi>.

Heilbrigðisráðuneytið. (2010). *Almenn komugjöld í heilsugæslunni óbreytt*. Sótt þann 24. apríl 2010 af <http://www.heilbrigdisraduneyti.is/frettir/nr/3175>.

Heilsugæsla höfuðborgarsvæðisins. (e.d.). *Ung- og smábarnavernd*. Sótt þann 24. apríl 2010 af <http://www.heilsugaeslan.is/?PageID=909>.

Ingólfur V. Gíslason. (2007). *Fæðingar- og foreldraorlof á Íslandi: Þróun eftir lagasetninguna árið 2000*. Sótt þann 24. febrúar 2010 af http://www.jafnretti.is/D10/_Files/Fadingarorlofsskyrsla.pdf.

Íbúðalánasjóður. (e.d.). *Vaxtabætur*. Sótt þann 20. apríl 2010 af <http://www.ils.is/index.aspx?GroupId=584>.

Kvale, S. og Brinkmann, S. (2009). *Interviews – Learning the craft of qualitative research interviews*, Thousand Oaks: Sage Publications.

Lára Björnsdóttir. (2006). Heildrænt skipulag heilbrigðis- og félagsþjónustu. Í Sigrún Júlíusdóttir og Halldór Sig. Guðmundsson (ritstjórar), *Heilbrigði og heildarsýn: félagsráðgjöf í heilbrigðisþjónustu* (bls. 49-61). Reykjavík: Háskólaútgáfan.

Lindsey, L. L. (1994). *Gender roles: A sociological perspective*. New Jersey: Prentice Hall.

Lög um atvinnuleysistryggingar nr. 54/2006.

Lög um fæðingar- og foreldraorlof nr. 95/2000.

Lög um heilbrigðisþjónustu nr. 40/2007.

Lög um leikskóla nr. 90/2008.

Newman, M. og Grauerholz, L. (2002). *Sociology of families*. Thousand Oaks: Sage publications.

Nanna K. Sigurðardóttir. (1994). „Ég og mín fjölskylda“. Í Ingibjörg Broddadóttir (ritstjóri), *Fjölskyldan: Uppspretta lífsgilda*. Reykjavík: Félagsmálaráðuneytið.

ÓB-ráðgjöf. (e.d.). *Námskeiðið Barnið komið heim*. Sótt þann 10. apríl 2010 af <http://www.barnidkomidheim.net/Home>.

Pirak, C. og Gottman, J. M. (2007). [Barnið komið heim: Handbók foreldra]. (María Vigdís Kristjánsdóttir þýddi). Óútgefin gögn.

Reglugerð um vaxtabætur nr. 990/2001.

Relationship research institute. (2009-a). *Bakgrunnur og þróun námskeiðsins Barnið komið heim*. Sótt þann 10. apríl 2010 af <http://www.bbhonline.org/bringing-baby-home/bringing-baby-home.aspx>.

Relationship research institute. (2009-b). *Nýjustu rannsóknarniðurstöður*. Sótt þann 10. apríl 2010 af <http://www.bbhonline.org/parenting-research/parenting-research.aspx>.

Reykjanesbær. (e.d.). *Forvarnir*. Sótt þann 27. apríl 2010 af http://www.reykjanesbaer.is/displayer.asp?cat_id=1407.

- Shapiro, A. F., Gottman, J. M. og Carrére, S. (2000). The baby and the marriage: Identifying factors that buffer against decline in Marital satisfaction after the first baby arrives. *Journal of family psychology, 14*(1), 59-70.
- Shapiro, A. F. og Gottman, J. M. (2005). Effects on marriage of a psycho-communicative-educational intervention with couples undergoing the transition to parenthood, evaluation at 1-year post intervention. *The journal of family communication, 5*(1), 1-24.
- Sigrún Júlíusdóttir. (1995). Fjölskyldukenningar og rannsóknir. Í Sigrún Júlíusdóttir (ritstjóri), *Barnafjölskyldur: Samfélag, lífsgildi, mótun: rannsókn á högum foreldra og barna á Íslandi* (bls. 11-33). Reykjavík: Félagsmálaráðuneytið.
- Sigrún Júlíusdóttir. (2001). *Fjölskyldur við aldahvörf*. Reykjavík: Háskólaútgáfan.
- Sigrún Júlíusdóttir. (2006). Félagsráðgjöf í heilbrigðisþjónustu – eitt sérsviða. Í Sigrún Júlíusdóttir og Halldór Sig. Guðmundsson (ritstjórar), *Heilbrigði og heildarsýn: félagsráðgjöf í heilbrigðisþjónustu* (bls. 33-48). Reykjavík: Háskólaútgáfan.
- Sigurður J. Grétarsson og Sigrún Aðalbjarnadóttir. (1993). Hugmyndir um uppeldi fyrr og nú. Í Hörður Þorgilsson og Jakob Smári (ritstjórar), *Sálfræðibókin* (bls. 72-79). Reykjavík: Mál og menning.
- Silverman, D. (2008). *Doing qualitative research*, önnur útgáfa. Thousand Oaks: Sage publications.
- Símon Jón Jóhannsson og Bryndís Sverrisdóttir. (1990). *Bernskan: Líf, leikir og fyrri störf íslenskra barna fyrr og nú*. Reykjavík: Örn og Örlygur.
- Sveindís Anna Jóhannsdóttir. (2006). Uppeldi sem virkar – færni til framtíðar. Í Sigrún Júlíusdóttir og Halldór Sig. Guðmundsson (ritstjórar), *Heilbrigði og heildarsýn: félagsráðgjöf í heilbrigðisþjónustu* (bls. 313-324). Reykjavík: Háskólaútgáfan.
- Þingskjal 692. (1994-1995). Tillaga til þingsályktunar um mótun opinberrar fjölskyldustefnu og aðgerðir til að styrkja stöðu fjölskyldunnar. *Alþingistíðindi A-deild, 118*, 3405.

- Þingskjal 1230. (1996-1997). Þingsályktun um mótun opinberrar fjölskyldustefnu og aðgerðir til að styrkja stöðu fjölskyldunnar. *Alþingistíðindi A-deild*, Sótt þann 23. febrúar 2010 af fjölskyldustefnu <http://www.althingi.is/altext/121/s/1230.html>.
- Þingskjal 39. (2006-2007). Þingsályktun um aðgerðaráætlun til fjögurra ára til að styrkja stöðu barna og ungmenna. *Alþingistíðindi A-deild*, Sótt þann 23. febrúar 2010 af: <http://www.althingi.is/altext/134/s/0039.html>.
- Þingskjal 181. (2009-2010). Frumvarp til laga um breytingar á lögum nr. 95/2000 um fæðingar og foreldraorlof. *Alþingistíðindi A-deild*, Sótt þann 26. febrúar 2010 af <http://www.althingi.is/altext/138/s/0181.html>.
- Þingskjal 441. (2009-2010). Nefndarálit um frumvarp til laga um breytingar á lögum um almannatryggingar o.fl. *Alþingistíðindi A-deild*, Sótt þann 27. febrúar 2010 af <http://www.althingi.is/altext/138/s/0441.html>.
- Welch, K. J. (2007). *Family life now: a conversation about marriages, families, and relationships*. Boston: Pearson education.
- White, J. M. Og Klein, D. M. (2002). *Family Theories*. California, Thousand Oaks. Sage Publications.

Fylgiskjöl

Fylgiskjal I

Upplýst samþykki fyrir þátttöku í rannsókn

Rannsóknaraðilar

Dagbjört Rún Guðmundsdóttir, nemi í félagsráðgjöf við Háskóla Íslands.

Netfang: drg3@hi.is

Dögg Guðnadóttir, nemi í félagsráðgjöf við Háskóla Íslands.

Netfang: dog3@hi.is

Ábyrgðaraðili

Dr. Freydís J. Freysteinsdóttir, lektor í félagsráðgjöf við Háskóla Íslands

Netfang: freydis@nordurthing.is

Stutt lýsing á rannsókn

Rannsóknin er hluti af BA-ritgerð Dagbjartar Rúnar Guðmundsdóttur og Daggar Guðnadóttur í félagsráðgjöf við Háskóla Íslands.

Markmið rannsóknarinnar er fá fram upplifun, reynslu og lærdóm foreldra sem sótt hafa námskeiðið *Barnið komið heim* og hvort og þá hvernig þeim hefur tekist að tileinka sér það sem kennt er á námskeiðinu.

Framlag þitt er forsenda þess að hægt sé að framkvæma þessa rannsókn. Svör verða ekki notuð á persónurekjanlegan máta og verður gögnum eytt að rannsókn lokinni.

„Mér hefur verið kynntur tilgangur þessarar rannsóknar á námskeiðinu *Barnið komið heim* og í hverju þátttaka mín er fólgin. Ég er samþykkt/ur þátttöku eftir að hafa lesið þessar upplýsingar og tel mig hafa fengið viðundandi svör við þeim spurningum sem hafa vaknað. Undirritun samþykkisins er skilyrði fyrir þátttöku í rannsókninni“.

Undirskrift þátttakanda

Undirskrift rannsóknaraðila

Fylgiskjal II

Viðtalsvísir fyrir rannsókn á námskeiðinu *Barnið komið heim.*

Bakgrunnur þeirra: Aldur, fjölskyldustaða (börn úr fyrri samböndum) Eru þau bæði útvinnandi eða annað heima?

Hver er lengd sambands hjá parinu?

Hve lengi voru þau saman áður en þau eignast fyrsta barn?

Hvernig var sambandið áður en þau eignuðust barn? Og eftir?

Hvað var barnið/börnin gömul þegar var farið á námskeiðið?

Var þetta fyrsta barn eða eiga þau fleiri?

Hver var ástæðan fyrir valinu á þessu námskeiði?

Hvernig fannst þeim námskeiðið?

Hvað fannst þeim áhugaverðast/ mikilvægast við námskeiðið?

Var eitthvað sem kom þeim á óvart?

Var eitthvað sem þeim fannst vanta á námskeiðinu?

Hvernig nýttu þau sér það sem þau lærðu á námskeiðinu, bæði varðandi sambandið og uppeldi barnsins?

Hvernig rækta þau samband sitt?

Hvernig hafa þau undirbúið sig fyrir foreldrahlutverkið (önnur námskeið, lesið sér til)?

Hvernig er tengslanetið þeirra (hafa þau gott aðgengi að pössun og aðstoð frá ættingjum)?

Hvernig er verkaskiptingin á heimilinu (húsverk og uppeldi)?

Hvernig skiptu þau fæðingarorlofinu?