

Appendix: Diskussionsguide fokusgrupper

Tidslinje

- Nu skulle jag vilja att ni själva funderade över, från det att ni visste att ni var gravida fram till nu, hur det kändes i de olika faserna, vad ni tänkte på och undrade över och kanske vad som **oroade er och vad som fick er att känna er trygga**.

Deltagarna få varsin tidslinje där de först får sitta själva och fundera och fylla i. Sen går vi gemensamt igenom, alla får berätta och jag ställer följdfrågor.

Tidslinjen

- ➔ Graviditeten
- ➔ Förlossning
- ➔ Första dagarna
- ➔ Första månaden
- ➔ Nu

Möjliga följdfrågor:

- Vad var obehagligt/skapade oro?
- Vad skapade trygghet?
- Blev det som du hade tänkt dig?
- Förväntningar och krav från dig själv eller någon annan?

Dimensioner

- Föräldraskapet
- Relation till partnern
- Kroppen
- Psyket
- Amning
- Mat
- Sömn
- Sex
- Träning

Information/stöd?

Deltagarna får skriva ned på Post it lappar. Som vi sen sätter upp på väggen.

Fundera en stund själv;

- *Var har du fått information ifrån som är kopplad till dig och din graviditet, din kropp, förlossningen och som nybliven förälder?
Med information tänker vi brett, både formell och informell och från sjukvården, vänner, familj, internet m.fl..
Och både muntlig och skriftlig*

Följdfrågor:

- Var har ni fått mest information från?
- Var vill ni helst få information ifrån?
- Vilken information under hela den här tiden har varit mest värdefull, till nytta för dig? Varför?

Fler möjliga följdfrågor:

- Nöjd/inte nöjd? (Generellt)
- Löste det ditt problem?
- Var det någon speciell information under denna tid som fick er att känna trygghet?
–Varför?
- Var det någon speciell information under denna tid som fick er att känna oro?
–Varför?
- För mycket, för lite?
- Värderande? Dömande/ödmjuk?
- För vem? För mig/någon annan?
- Inkluderande/Exkluderande?
- Lätt/svår?
- Var det någon info som du fick som var särskilt bra? Var fick du den ifrån (Formell/informell kanal)?
- Finns det någon information som du i efterhand hade önskat/hade varit särskilt viktig för dig att känna till?
–Var hade du önskat att du fått den från?

Vårdinstanser

Under den här tiden (hela tidslinjen) vilka vårdkontakter har ni haft? (Fundera)

Lista tillsammans på "Tavlan".

- Har (respektive kontakt) bidragit till att skapa **trygghet**?
 - o Hur då?
- Har (respektive kontakt) bidragit till att skapa **oro**?
 - o Hur då?

Om de inte nämnts tidigare, gå igenom:

- MVC
- Hur är din relation till MVC-barnmorskan varit?
- Har det varit en trygghetsskapande relation?
- Har ni varit på efterkontroll? - Hur upplevde ni glappet mellan sista mötet före förlossningen och efterkontrollen?
- *Förlossningen*
- *BB*
- *BVC*
- *Husläkare*
- *Amningsmottagning*
- *Gynekolog/förlossningsläkare*
- *Barnmorska*
- *Psykolog*
- *Dietist*
- *Fysioterapeut*
- *Annan vårdkontakt*

Har ni fått hjälp där ni vänt er?

Under hela den här tiden, har ni vetat var ni ska vända er?

Har ni fått information om var ni ska vända er? Var har ni fått den informationen?

Fiktiva scenarios

- Föreställ dig att det har gått några veckor och att det fortfarande gör fruktansvärt ont att kissa, var vänder du dig för information och hjälp?

Tänk efter, jag går ut en sväng och kommer tillbaka strax!

Går ut och fråga Socialstyrelsen om det är något vi ska fånga?

- Om du är hemma själv och börjar oroa dig över något, var vänder du dig?
 - o Om du inte får amningen att fungera så bra?
 - o Om du lider av bristningar?
 - o Om du känner dig nedstämd eller deprimerad?

Avslutning

Har ni några fler synpunkter och tankar kring det vi diskuterat här eller några tips eller råd till Socialstyrelsen beträffande detta uppdrag?