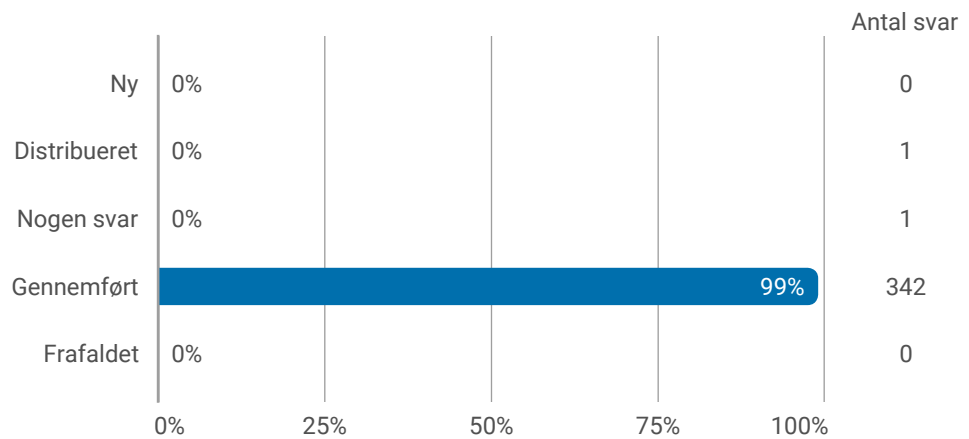
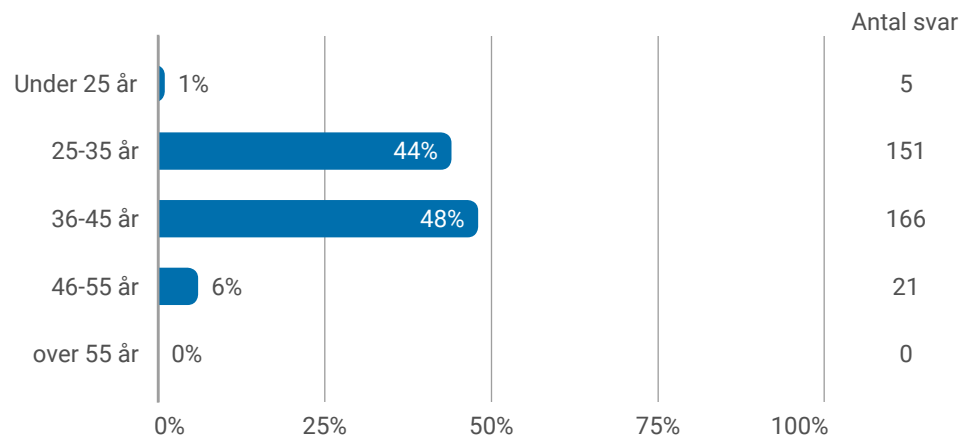


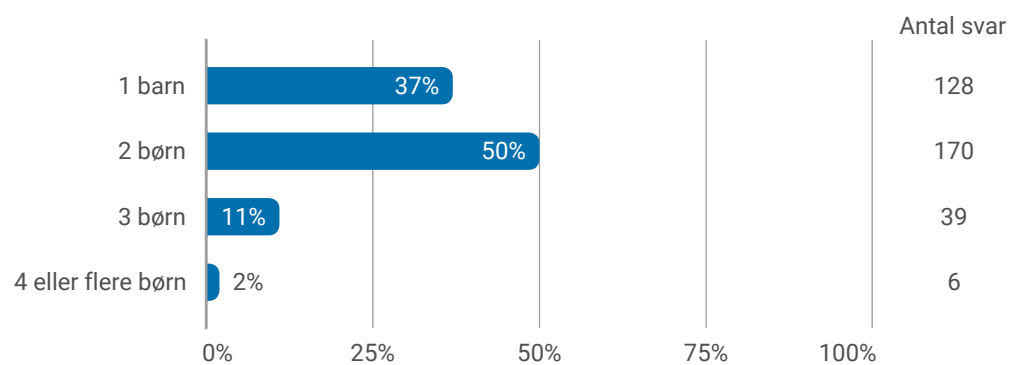
## Samlet status



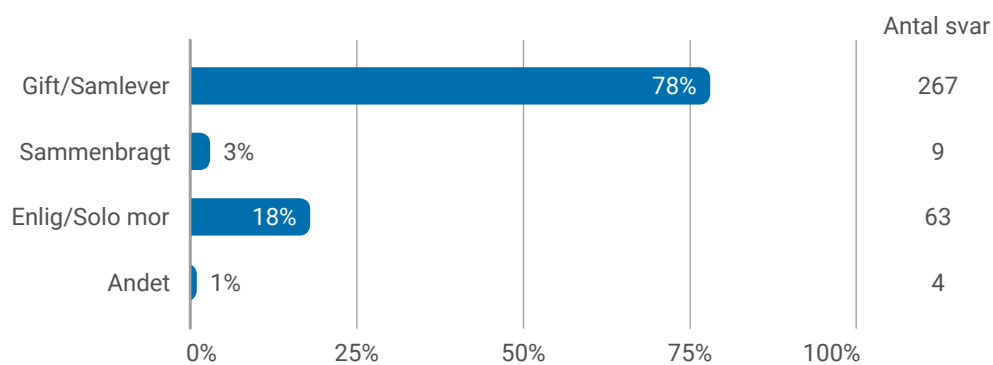
## Hvor gammel er du?



## Hvor mange børn har du?



## Hvordan lever du som familie?



### Hvordan lever du som familie? - Andet

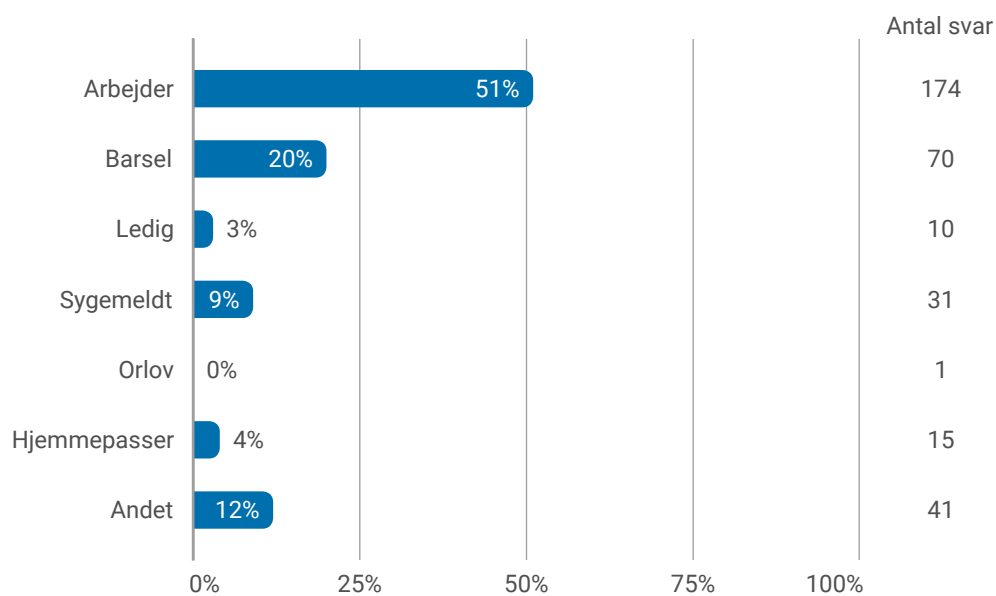
Går under at være enlig mor, har dog kæreste. I bor ikke sammen

Er gift og vi bor sammen, men vi skal skilles, når huset er solgt, men vi er gode venner!

COLA

Både gift og sammenbragt

## Hvad er din arbejdssituation?



**Hvad er din arbejdssituation? - Andet**

...men søger om fleksjob

deltid arbejde

Vil ikke sætte kryds i ledig, jeg føler mig mere som arbejdssøgende ledig er mere negativ ladet

Vikariat

Tabt arbejdsfortjeneste og selvstændig

Tabt arbejdsfortjeneste

Tabt arbejdsfortjeneste

TAF

Studie

Studerende, men deltidshjemmepasser

Studerende med deltidsjob

Studerende

Studerende

Studerende

Studerende

Studerende

Studerende

Studerende

Selvstændig med hjemmearbejdsplads

Selvstændig

Selvstændig

Pensionist

Medarbejdende ægtefælle

Jeg studere

Hjemmepasser Og studerer

Hjemmepasser + selvstændig

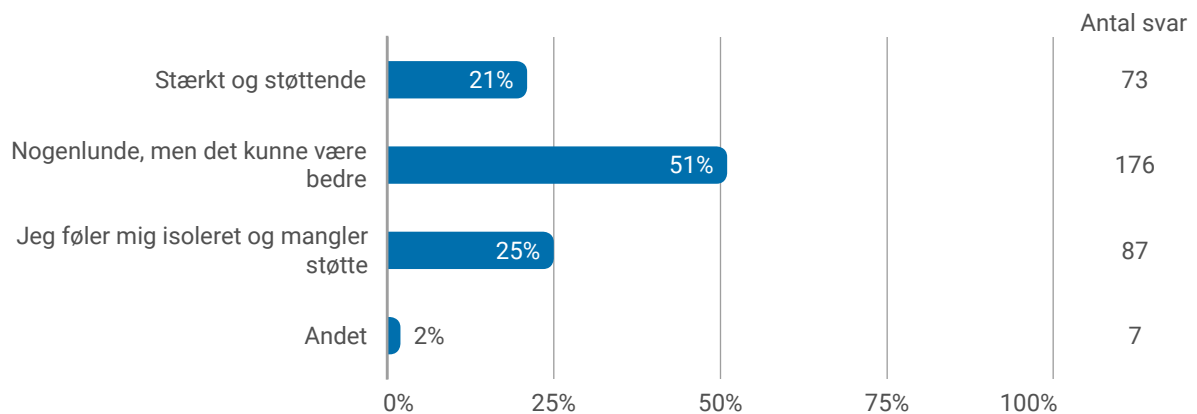
Hjemmegående/gårdejer

Hjemmegående

Har hjemmepasset indtil for nyligt. Men er nu jobsøgende/prøver at regne ud hvordan vores hverdag skal fungere nu hvor vi ikke har børn hjemme mere fuld tid (de er 3 og 5 år og er lige startet sammen i børnehave).

Hvad er din arbejdssituation? - Andet
Går hjemme mens manden gør karriere
Førtidspensionist
Førtidspensionist
Førtidspension
Førtidspension
Førtidspension
Førtidspension
Førtidspension
Flexjobber
Flexjob
Flex 8 timer
Deltid arbejde, deltid hjemmepasser
Andet

## Hvordan vil du beskrive dit sociale netværk



### Hvordan vil du beskrive dit sociale netværk - Andet

Synes det veksler mellem de 3 muligheder, men oplever støtte hvis man aktivt opsøger eller efterspørger den

Stærkt med familie, få veninder

Stor støtte fra familie, men har ikke rigtigt nogle venner.

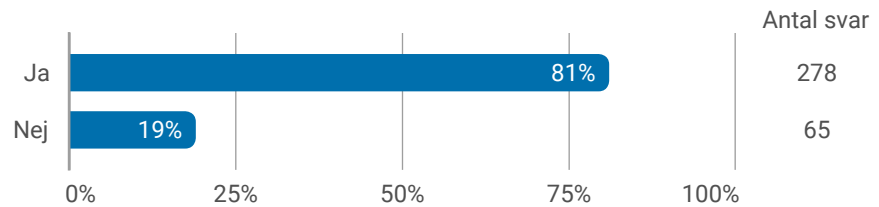
Mig og min mand har ingen/ minimal kontakt til vores forældre

Har flere bekendskaber men mangler tætte relationer

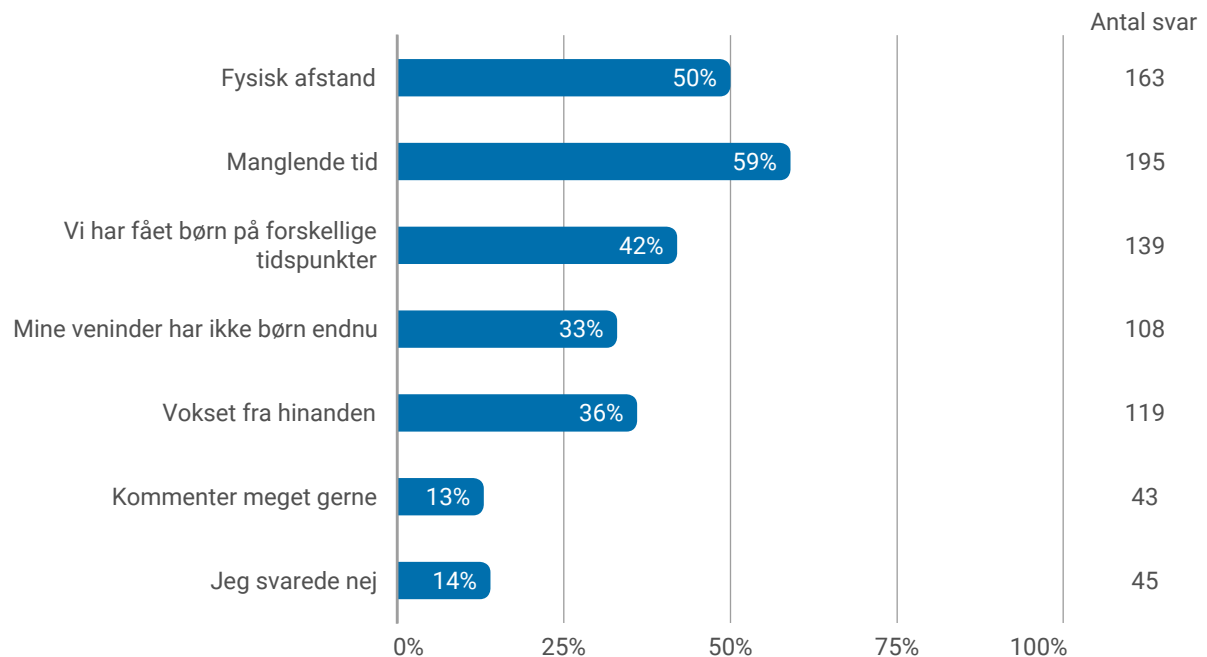
En extrovert introvert. Jeg savner ikke selskab og nyser at være alene, men elsker samtidig, når jeg en sjælden gang er social.

Både stærkt og støttende men også isoleret

### Har du oplevet at miste venskaber efter du har fået børn?



### Hvis ja, hvilke årsager tror du har påvirket disse relationer? (Vælg alle, der passer)



**Hvis ja, hvilke årsager tror du har påvirket disse relationer? (Vælg alle, der passer) - Kommenter meget gerne**

Ændret mig markant efter jeg selv blev forældre

Vores livstil passer ikke særligt godt sammen fortiden, mig med mand og barn, dem uden. Så der er bare ikke så meget at relatere til hinanden med for tiden.

Vi har fået børn meget sent i forhold til vennekredsen, og de har glemt livet med småbørn.

Veninde i fertilitetsbehandling, som ikke kunne rumme jeg fik barn først

Træthed, ingen tager kontakt og det går begge veje. Jeg ville ønske de tog kontakt og hankede op i mig og hvad grunden til de ikke lige kontakter mig ved jeg ikke. Jeg har fået fysiske udfordringer der øger min træthed så det gør det ikke nemmere. Jeg gider heller ikke hele tiden være den der tager kontakt, men det måske en kvinde ting.

Tror jeg har mistet en veninde, som jeg tror ikke forstår, hvordan ens liv og dagligdag forandres med et barn ( at jeg ikke har samme tid og overskud til de samme ting som før )

Tiden flyver med små børn

Særligt veninder uden kæreste og barn har det været svært at holde fast i. De har haft en forventning til min tilstedeværelse i deres liv, som jeg ikke kan opfylde. Jeg har også mistet veninder, der har børn, nok på baggrund af mit valg om at hjemmepasse. Det har provokeret mange.

Som enemor føles det ofte som om at andre mødre/forældre har nok i egen familie

Ser stadigvæk mine veninder men bare virkelig lidt

Nogen venner undlader at ringe til mig fordi de mener jeg har for travlt med arbejde og børn og siger jeg kan ringe når jeg har tid

Mit barn er syg, så jeg har ikke haft overskud til at pleje venskaber, og de andre gad ikke gøre det.

Misundelse (fra nogen der har haft svært ved at få børn hvor jeg havde let ved det)

Mine veninder vil ikke have børn.

Manglende overskud pga. en fødselsreaktion

Manglende overskud

Manglende initiativ

Manglende forståelse for når en veninde har fået barn og man ikke selv har. Oplever de har svært ved at forstå de begrænsninger det kan have. Men jeg har også en mand som har været uforstående overfor at jeg ville prioritere det sociale højt selvom vi har børn, for det vægter han meget lavt. Så det har været svært at få "accept" på at vælge familien "fra (som han ser det)" og tage på besøg hos veninder. Så min mand har også været en begrænsning. Oveni har han ADHD som har gjort overskuddet fra ham lavt

Manglende forståelse for hvad det vil sige at ha børn

Manglende forståelse for det at have børn og hvad det kræver og indebære

Langvarigt kolikforløb, hvor jeg gik ned med flaget og var lang tid om at komme ovenpå igen.

Jeg opfatter danske mødre som meget ekskluderende de er sikkert også ensomme men vil ikke indrømme det... da jeg boede i england med børn, var jeg bare inkluderet

Jeg og de glemmer at række ud

**Hvis ja, hvilke årsager tror du har påvirket disse relationer? (Vælg alle, der passer) - Kommenter meget gerne**

Jeg har et barn med handicap og det er både svært for mig at tage ud og invitere hjem pga mit barns udfordringer.

Jeg har en søn med autisme

Jeg fik barn der græd meget og sparsomt støtte i far

Inden jeg fik barn, brugte jeg min tid i en vennegruppe, hvor alkohol og smøger var omdrejningspunktet. Det kan og vil jeg ikke længere, efter jeg har fået barn og kan heller ikke have mit barn med i de omgivelser

Har været i et voldt forhold og mange er forsvundet der uden og efter jeg har være nød til at flytte for være tæt på min familie for bare at have lidt netværk

Har fået børn med diagnoser /handicaps

Fået børn på forskellige tidspunkter. Det skete da de fik børn og jeg ikke havde. Naturlig justering af prioriteter og en del af de mere overfladiske er forsvundet over tid

Forskellige måder at tilgå moderskabet og ægteskabet på, gav en afstand imellem os, som i sidste ende desværre var uforlignelige.

Forskellige meninger om børneopdragelse og prioriteter

Fik børn tidligere end mine gymnasie og universitet veninder. Nu begynder de at få børn, 5 år efter. Jeg havde glædet mig til det. Men det viser sig svært at nå hinanden. Vi vil altid være meget forskellige steder i livet. Nu har de babyer og mine børn er blevet større.

Efter lang tids sygdom oplevede jeg, at dem, jeg troede, ville være der, forsvandt.

De skred fra mig ingen jeg fik børn. Det er ligeglad efter alt det jeg har været igennem med sygdom

De fleste er fyldt op og har travlt med at skabe deres egne liv (inkl. mig selv), som går ud over det sociale (min oplevelse)

Børn med autisme og adhd som krævede ekstra rummelighed

Bl.a. fordi vi har set forskelligt på børneopdragelse. Og pga. sygemelding - man ændrer sig, og bliver mere skrøbelig med en langvarig stress-sygemelding. Jeg har opdaget at det har været svært for andre, at de føler de har skullet tage for meget hensyn.

At være forældre på forskellige måder

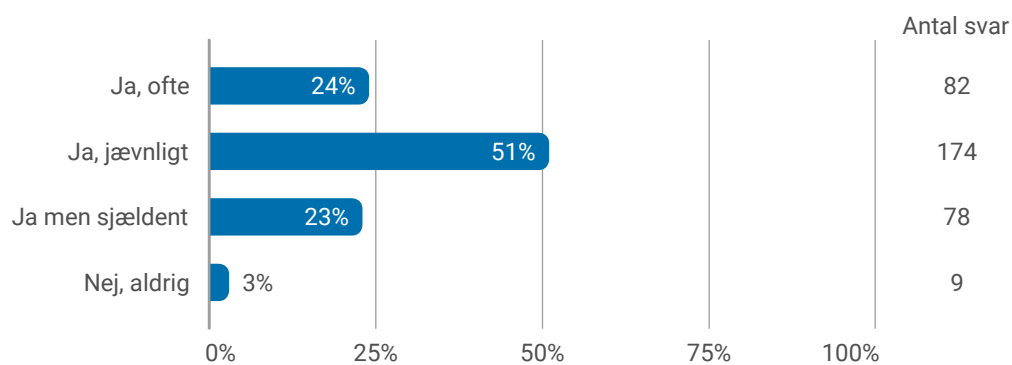
At jeg ikke har en partner

At jeg blev syg med fødselspsykose/depressin og folk ikke kunne håndtere det

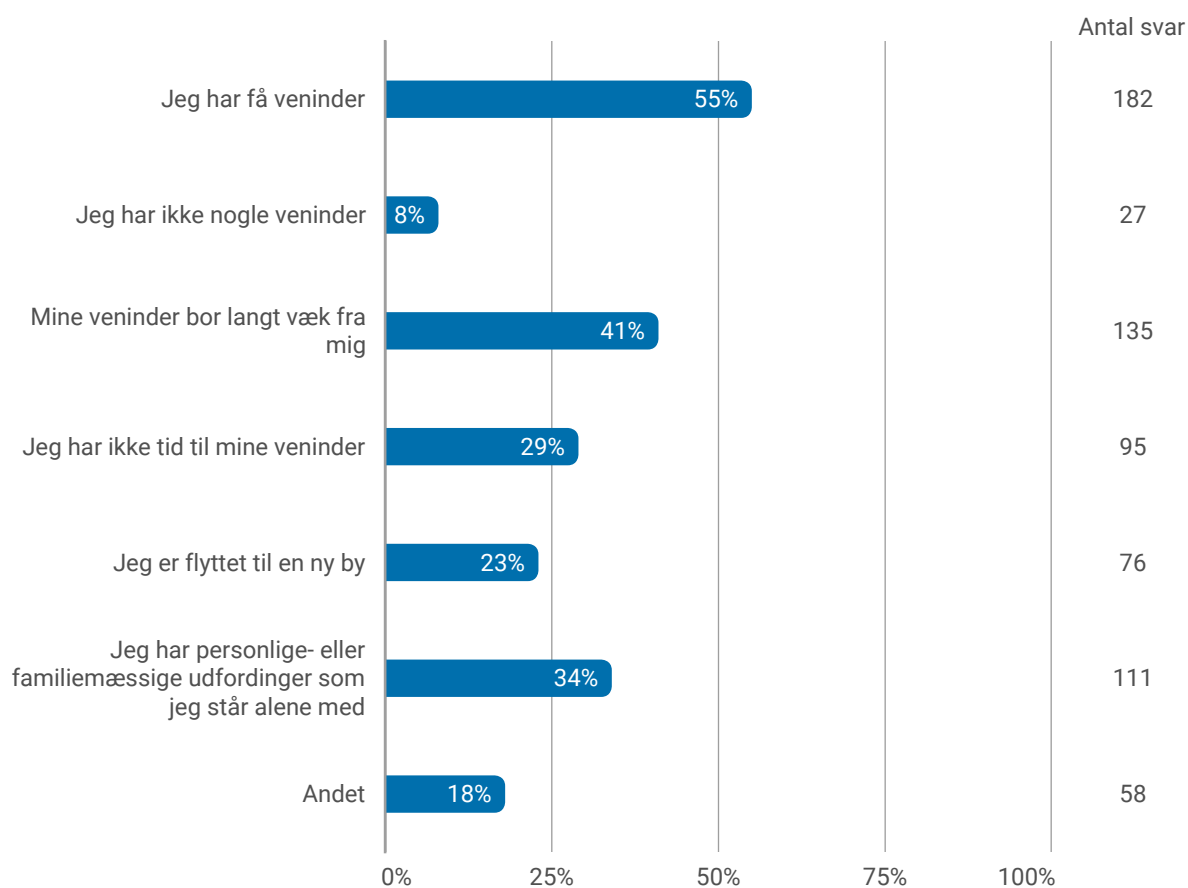
At jeg blev enlig mor

At få barn ifm corona - lang isolation, som var svær at bryde efterfølgende

## Føler du dig nogensinde ensom? og hvor tit?



Hvis du har svaret ja til, at du føler dig ensom, hvad er årsagen? (Hvis du har svaret nej, spring dette spørgsmål over)





**Hvis du har svaret ja til, at du føler dig ensom, hvad er årsagen? (Hvis du har svaret nej, spring dette spørgsmål over) - Andet**

Vi har et ret lille netværk - både familiemæssigt og på vennefronten. Det er særligt svært til nytår, hvor der er en forventning om at man er sammen med gode venner. Og det er svært når barnet skal passes, men der ikke er tætte relationer man kan trække på. Jeg trænger også bare til, en gang imellem bare at være mig, uden nødvendigvis at være mor eller kone.

Venskaber er ikke tæt, da vi kun ses ikke flere end 1 gang om måneden

Veninderne er jo på arbejde

Ud over veninder - så føler jeg heller ikke familien er der særlig meget

Sygdom (egen)

Som solomor laver andre ofte noget som familie med andre par. Nogle vennepar er gode til at invitere min datter og jeg med med mem der skal ligesom mere til med hyggeaftener. Så skal jeg selv invitere og det gør jeg også gerne men ofte bliver man som solomor ikke prioriteret helt ligeså højtmen

Pasningsudfordringer, så jeg ikke kan komme ud og være social.

Overskuddet til at vedligeholde

Når tiden er der ofte efter putning er energien lav

Nogle af mine veninder har holdning at de gerne vil se mig, så længe at jeg kommer til dem, fordi det er letter fordi jeg har bil. I forhold til at tag et tog.

Mine veninder er ikke interesserede i min familie. Min mødregruppe havde nok venner i forvejen.

Min egen familie er ikke interesseret i mig eller børnene

Manglende netværk på studie

Manglende initiativ fra veninderne

Lang distance til familie og venner efter brud med barns far

Jeg ønsker mig en partner

Jeg ville ønske jeg så dem oftere

Jeg ser kun de venner, der selv har børn. Alle andre har taget afstand og laver altid ting, hvor man ikke kan have børn med.

Jeg mangler en allerbedste veninde, som man kan dele alt med og som er i nærheden. Har en rigtig god og dejlig veninde, men hun bor længere væk.

Jeg kan nogle gange føle, st jeg i sociale sammenhæng lidt 'forsvinder'/bliver gennemsigtig, fordi jeg ofte er træt og ikke har så meget overskud, oplever jeg er mindre interessant og jeg derfor taler mindre med andre mennesker.

Jeg kan føle mig ensom selvom jeg har flere veninder at tale med og få støtte fra. Er ikke helt sikker på årsagen.

Jeg har veninder, men det er svært med de mere sårbare samtaler fordi de så bare stikker en et "godt råd" på den der lidt bedrevidende måde

Jeg har nogle gode veninder. Som jeg har fået igennem hjemmepasning. Men de er alle noget ældre end jeg, og har stadig kontakt til deres gamle veninder fra gymnasie og uddannelse. Så derfor føler jeg mig ofte alene, fordi jeg mest har dem, men de har mange andre også. Jeg har også kontakt til gamle veninder. Men vi er vokset lidt fra hinanden og har børn i forskellige aldre. Ellers har de stadig ingen børn fået.

**Hvis du har svaret ja til, at du føler dig ensom, hvad er årsagen? (Hvis du har svaret nej, spring dette spørgsmål over) - Andet**

Jeg har mistet et barn på næsten 3 år, og ingen forstår rigtig sorgen

Jeg har ingen familie udover mine børn

Jeg føler mig ofte som hende, der står i udkanten af andres vennekreds. Det virker ofte som om, alle andre har kalenderen fuld af aftaler, mens min oftest er gabende tom.

Jeg føler (uden årsag) at jeg står med ansvaret for mine børn alene. Det føles ensomt. Også følelsen af at miste en del af mig selv da jeg fik børn gav mig en følelse af ensomhed.

Jeg fik en efterfødselsreaktion som jeg ikke altid føler at andre forstår. Det har også gjort at jeg har mindre overskud til at se andre mennesker

Jeg er på barsel. Det er mine veninder og familie ikke. Mødregruppen kom aldrig rigtig i gang

Jeg er ikke så god altid socialt

Jeg er enlig mor og vil ikke have passet mit barn konstant for at jeg kan være sammen med veninder = meget alenetid på sofaen om aftenen

Ingen af mine veninder er der, hvis det brænder på.

Ikke altid så god til at række ud. Nogle bor længere væk og andre har ikke børn endnu. Dermed prioriterer jeg også min søvn og familietid om aften. Så kan det være svært at have en aftale som starter 18-19 tiden

Har selv en kritisk sygdom samt et barn med psykisk handicaps (autisme/adhd)

Har ikke samme værdier som meget af min familie/vennekreds

Har gode veninder, men føler mig ensom familie mæssigt

Har brudt med dysfunktionel familie

Har bekendte, men ingen tætte relationer

Har 2 tilbage, som heldigvis er gode.

Førstegangsmor er bare specielt og den ensomhed der følger med skal man vænne sig til

Føler nogle ikke prioriterer mig i deres liv

Føler mine veninder ikke har tid til mig

Føler min kæreste og jeg lever sammen men hver sit liv sideløbende

Fersilites behandlingerne, ingen kontakt til vores forældre, barn der er særligt sensitive

Er ikke at få nye venskaber da jeg har svært ved at åbner mig og lade andre køre mig at kende

Det hjalp at tage kontakt til en gammel veninde gruppe som var samme sted i livet som mig og boede i samme by.

Det er praktisk svært at se folk når man har en baby

Det er overvældende at være alene mor og derfor kommer følelsen af ensomhed op i mig engang imellem. Har den mest støttende mor, som kommer forbi næsten hver dag. Har veninder jeg snakker med og som kommer forbi. Men følelsen af ensomhed dukker bare op i mig. Savnet efter en partner og en at dele det hele med dukker også op. Elsker min datter, men dagene kan godt føles lange, især når man er alene..

**Hvis du har svaret ja til, at du føler dig ensom, hvad er årsagen? (Hvis du har svaret nej, spring dette spørgsmål over) - Andet**

Det er nogle gange svært at finde tid til dybe snakke med mine venner

Det er lidt tabu belagt at gå hjemme og samtidig er der ikke mange andre med større børn, som gør det.

Der er langt mindre tid til mine interesser/venskabet end før baby. Desuden super svært at komme ud ad døren

Dagene går og man har så mange ting man skal nå så det bliver alt for sjældent man ses. Overskuddet er heller ikke så stort

Barsel kan være en ensom tid - særligt i starten

At stå alene med alt, far besøger kun og de veninder som ikke har børn - gider ikke at ses fordi de ikke er til børn og andre har for travlt med deres familie/børn

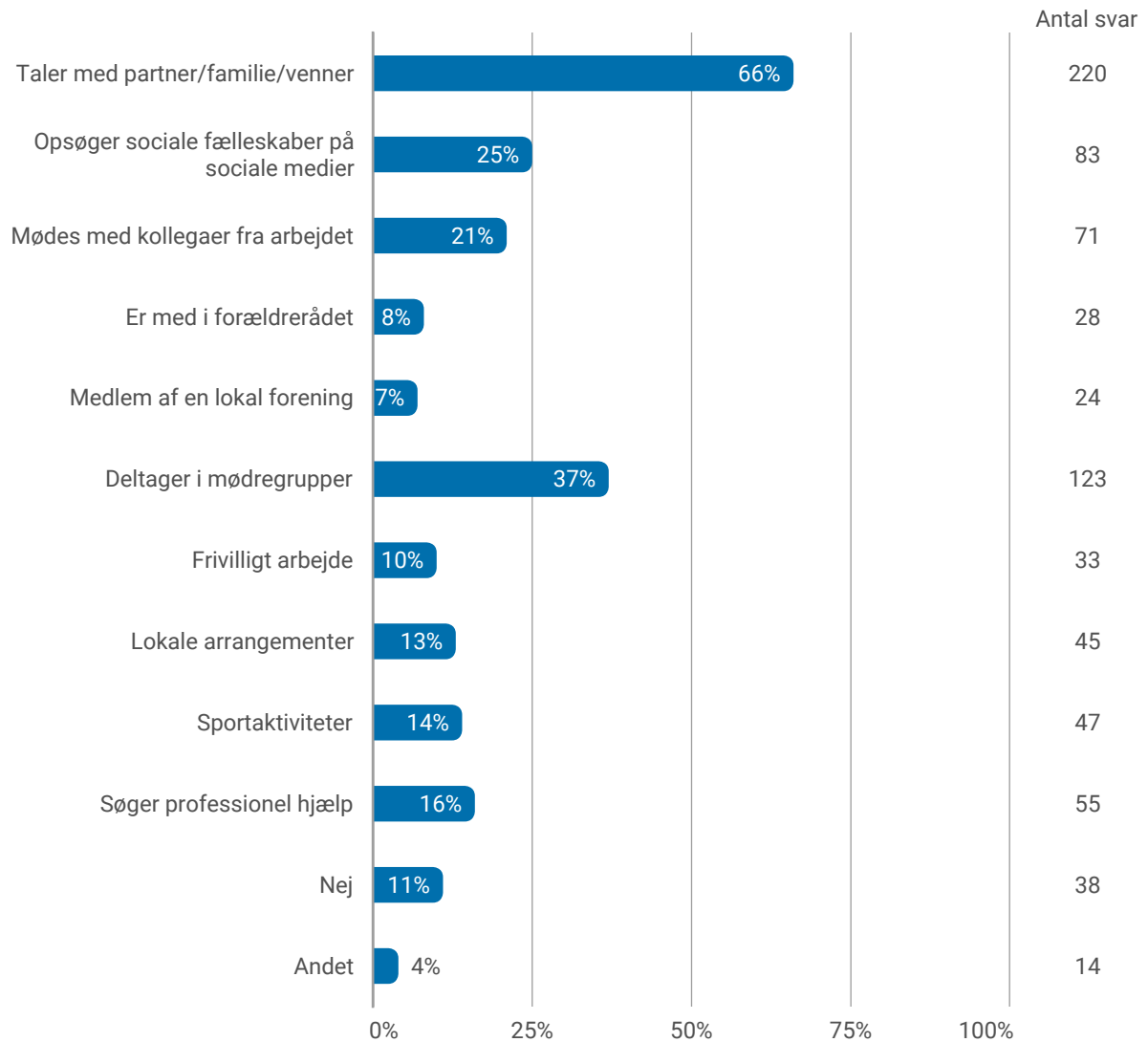
At jeg føler jeg vim e mine veninder oftere end dem og at de betyder mere for mig end jeg for dem

Aspergers ADHD

Andet

(Næsten) alle veninder har små børn og fuldtidsarbejde. Derfor har de fleste ingen ekstra tid. Den lille smule ledige tid, de har, bliver fordelt på mange venskaber. Og ofte føler jeg, at jeg ikke er en af deres få m, udvalgte veninder, de ser.

Har nogle af nedenstående aktiviteter gjort at du ikke føler dig ensom/mindsket din følelse af ensomhed (Vælg alle der passer)



**Har nogle af nedenstående aktiviteter gjort at du ikke føler dig ensom/mindsket din følelse af ensomhed (Vælg alle der passer) - Andet**

Taler med min partner

Taler med familie om nogen ting men af og til får det mig næsten til at føle mig mere ensom.

Ser forældre fra børnehaven. Men mest for min datters skyld end for min relation

Opsøgte gamle veninder

Online fællesskaber

Netværk for hjemmepassere

Jeg synes, paradoksalt nok, ikke at jeg har tid til at opsøge nye venskaber (jeg har en baby på knap 11 mdr og en pige på knap 5år. De optager meget tid og energi.

Jeg løber og ellers er jeg fuldstændig smadret efter mad, bad, praktisk og putning

Jeg har søgt flere af ovenstående men de har ikke hjulpet.

Jeg har meldt mig ind i en gruppe herinde. Vi mødes ca en gang i måneden. Det er skønt! Derudover prøver jeg at hjælpe til ved klassearrangementer eller lignende, så jeg kan snakke med de andre forældre.

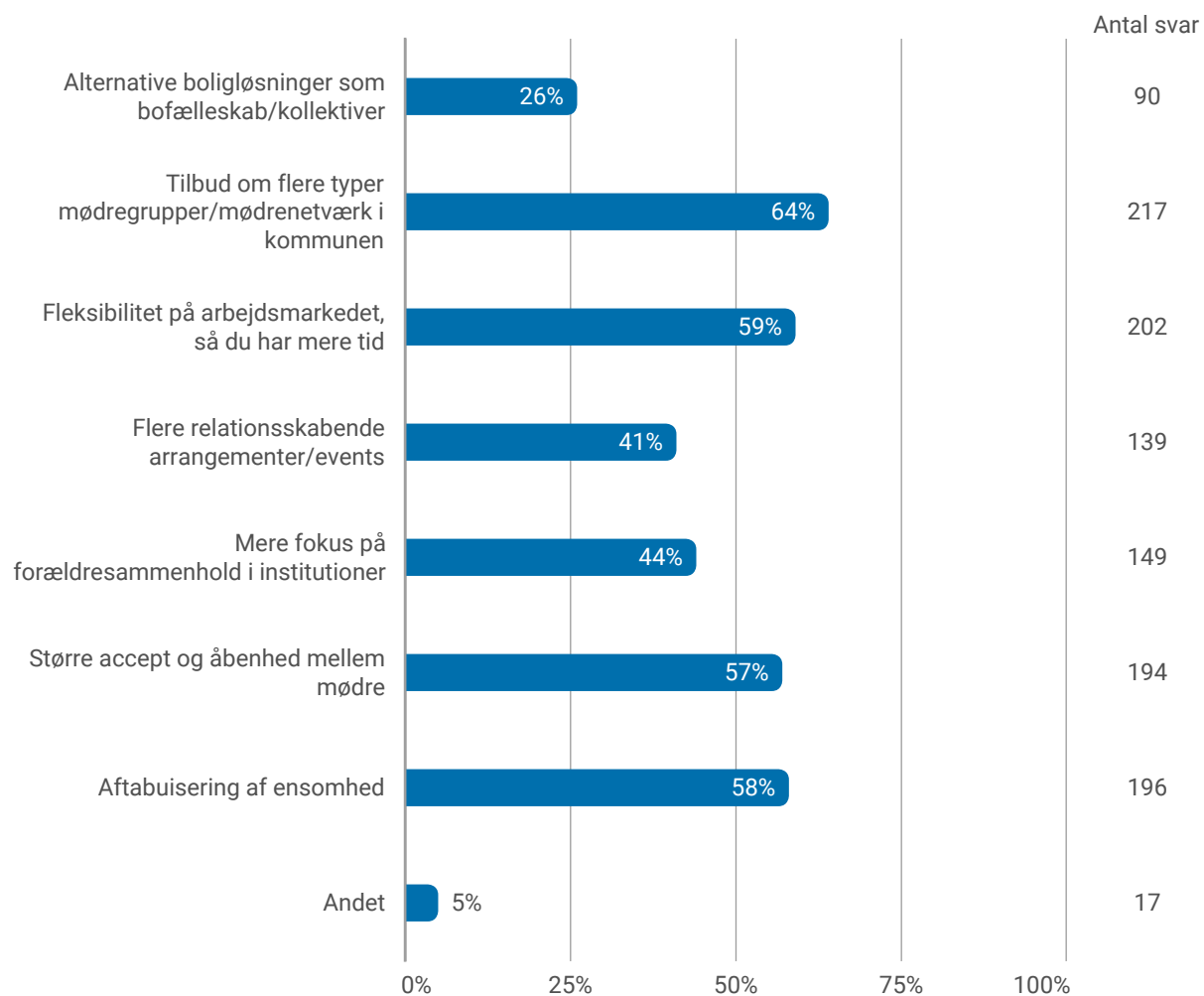
Jeg er med i meget af ovenstående, men føler ikke, jeg finder venskaber herigennem. i mødregrupper var jeg altid hende, med et barn, der ikke sov/lå stille så jeg kunne deltage i samværet.

Hjemmepassernetværk

Forskellige former for legestue og offentlige legeaktiviteter

Bruger også mødrene i daginstitutionen

## Hvad mener du, samfundet kan gøre for at støtte mødre bedre i forhold til følelsen af ensomhed



## Hvad mener du, samfundet kan gøre for at støtte mødre bedre i forhold til følelsen af ensomhed - Andet

Åbenhed blandt kvinder i Danmark ø i stedet for fuckability konkurrence vi er alle sårbare

Ved ikke om det er en samfundsopgave

Under barslen følte jeg mig meget alene med det hele. Alle jeg kendte var på arbejde, så jeg kunne ikke få aflastning når jeg var udkørt eller få pauser når mit barn græd meget. Det var ekstremt ensomt ikke at kunne trække på nogen. Jeg var med i en mødregruppe, men man Beder jo ikke andre kvinder med små børn, som man i øvrigt næsten ikke kender, om at tage ens barn mens man får en pause. Jeg synes at der burde gives mere barsel til forældrene, så man kan have mere fælles tid på barsel og så synes jeg at der mangler en kultur hvor moderskab og forældreskab er noget helligt der skal værnes om og ikke noget der skal klares efter kl 16. Jeg kunne godt have brugt at min mands arbejdsplads gav han fleksibilitet til at passe mere på sin familie

Større fokus på mødre som har mistet/eller ingen kontakt har til deres egen mor – hvor meget de har brug for støtte, når "spejlet" er væk. Det så utrolig

Mødregrupper for mødre med efterfødselsreaktioner

Kunne være rart at være sat i forbindelse men andre som er i en lign situation som en selv. Aner dig ik hvordan dette skulle gøres..

Jeg tror det er vigtigt at kunne lukke sin dør, men at bo i samme kompleks og kunne skiftes til at hente/bringe, lave mad, købe ind ville gøre et verden til forskel for solo og enlige mødre. For det handler meget om at have et fællesskab omkring det praktiske og så at kunne drikke en kop / glas et eller andet når børnene sover.

Generelt mere tid i hverdagen

Generelt at sætte tempoet ned, så vi får tid til det vigtige.

Fokus på psykisk vold og narcisme

Flere og bedre indendørs mødesteder især om vinteren for børn og forældre

Det kunne være rart der var en lokal cafeer eller fitness eller lignende som gad at holde arrangement for ensomme, ( selvfølgelig selvbetalt). Men hvor man kunne møde andre og få en snak og noget varmt at drikke. Jeg ved der ligger noget på Amager, hvor jeg er fraflyttet house of..... hvor forældre kan komme og være der. Det svært at finde venner i en ny by, folk melder sig til diverse gruppe på de sociale medier, men er ikke aktive. Jeg tror ikke på de sociale medier, jeg tror vi skal ud fysiske og mødes et sted.

Det føles ikke som om det er en samfunds ting, men kunne da være fedt med flere fællesskaber så længe man frit kan melde sig ind og ud af det og det ikke styres af spelt forældre

Bedre vilkår for fælles / fleksibel - fx at man som partner pr lov har 1-2 fridage pr uge, de uger den anden er primær på barsel og/eller mulighed for at begge være fx 50% på barsel over længere samlet periode! Man bliver sindssyg af isolation med syge børn om vinteren på barsel! Jeg er fx flyttet til en ny by og har måttet afløse mødregruppe (som burde være forældregruppe) 7 uger i træk pga sygdom i hjemmet (og ene passer til børn, for jeg er jo "alligevel" hjemme / så hvorfor skulle min partner tage "barnet syg" dag?!! Hvis regeringen ønsker vi skal have flere børn, så må de også skabe markante forbedringer og bedre vilkår! Fx kunne en mor få et fast tillæg til løn på 1500 kr/måned pr barn - blot for at gøre op for tabt pensions fortjeneste under barsel eller lignende!

Bedre muligheder for nedsat tid og stoppe bashing af deltidsansatte og bedre mulighed for pasning af egne syge børn.

At mødre ikke er så dømmende og led

At man bliver husket af sin arbejdsplads i den tid man er væk