



Thomas Hansen

Norsk Institutt for forskning om oppvekst, velferd og aldring (NOVA)

Kontakt han@nova.no, tlf. 976 64 509

Myter og fakta om foreldrelykke

Det er en utbredt oppfatning at man blir lykkeligere av å få barn. Det er imidlertid godt dokumentert at foreldrerollen ikke øker lykkefølelsen, snarere tvert imot. Hvorfor oppstår mytene – og hvorfor vil de trolig bestå?

ABSTRACT

Myths and realities of parental happiness

This paper, based on a literature review published in the journal *Social Indicators Research*, reviews and discusses the contrast between folk theories predicting great emotional benefits of having children and empirical results showing that children generally do not make people happier. An interesting paradox is that a familistic culture and strong pronatalist values and attitudes go together with low fertility rates and marked negative emotional effects of having children, whereas fertility rates are higher and parents derive greater happiness in more individualistic cultures where people hold less pronatalist beliefs. The discrepancy between beliefs and findings is discussed in relation to the various costs of parenting; the advantages of childlessness; adaptation and compensation among involuntary childless persons; cognitive biases; and the possibility that parenthood confers rewards in terms of meaning rather than happiness.

Keywords: childlessness, children, happiness, life satisfaction, parenthood

I denne artikkelen gjennomgår og diskuterer jeg kontrasten mellom folketro og empirisk forskning på foreldrelykke. Arbeidet er omarbeidet fra en tidligere publisert litteraturstudie (Hansen, 2012), og gir en avgrenset kunnskapsoppdatering som avkler noen myter rundt foreldrerollen og barnløshet. Dette er viktig i en tid da fagfolk og politikere prøver å bremse utviklingen og forstå konsekvensene av økt barnløshet i vestlige land. Jeg gjennomgår først observasjoner som illustrerer antakelser om foreldrelykke; deretter gjennomgår jeg forskning på psykisk velvære blant foreldre og barnløse. Jeg tar for meg fem mulige forklaringer på kontrasten mellom antakelser og forskning rundt foreldrelykke. Jeg diskuterer også de individuelle og kulturelle årsakene til folks sterke ønsker om å få barn. Disse er relevante for å forstå den pågående debatten rundt surrogati og retten til å få barn. Til slutt drøfter jeg funnenes praktiske betydning.

Artikkelen bygger på en tidligere publisert litteraturstudie: Hansen, T. (2012). *Parenthood and happiness: A review of folk theories versus empirical evidence*. *Social Indicators Research*, 108, 29–64.

Folks antakelser om hvordan livskvaliteten påvirkes av det å ha barn versus det å være barnløs, er målt i store internasjonale undersøkelser (se Hansen, 2012). De viser blant annet at «å se barn vokse opp er livets største glede» er en utbredt oppfatning – 80–90 prosent mener dette i de fleste land. Videre mener en klar majoritet at barn er svært viktige for ekteskapet, bringer paret tettere sammen og gjør ekteskapet fullkomment. En populær oppfatning er også at man blir ensomme uten barn i alderdommen. Enigheten varierer mer for sterkere påstander, som at «en kvinne må ha barn for å føle seg fullverdig». Dette mener under 20 prosent i vestlige land og under 10 prosent i de nordiske landene, mens over 80 % mener dette i mange ikke-vestlige land. Enigheten er gjennomgående 5–20 prosentpoeng lavere for at menn tilsvarende trenger barn. Troen på foreldrerollens velsignelser står altså sterkt, og sterkest i ikke-vestlige og sørøsteuropeiske land, og svakere i rike OECD land – spesielt i de nordiske landene. Troen står også sterkest i eldre generasjoner og i lavere sosiale lag. Det er få kjønnsforskjeller.

Troen på foreldreløse står sterkest i land hvor den har minst sannsynlighet for å stemme

At barn ses på som en viktig ingrediens for et lykkelig liv, støttes også av folks sterke ønsker om barn og begrunnelser de gir for dette ønsket. Mellom 90 og 95 prosent av yngre voksne, verden over, planlegger å få barn (MacInnes, 2006; Toulemon, 1996). To norske kvalitative studier har studert begrunnelser for å ønske seg barn blant yngre kvinner (Ommundsen, 2011; Ravn, 2005). De viser at grunnene er mange, blant annet å oppnå mening, identitet, selvrealisering, å møte kulturelle forventninger – men sentralt står også emosjonell berikelse og lykke.

Fra antakelser til empirisk forskning

Internasjonal forskning viser imidlertid at man ikke er lykkeligere med barn, snarere tvert imot. Denne litteraturen omfatter generelt to typer analyser – longitudinelle studier av endringer i livskvalitet rundt overgangen til foreldrerollen og tverrsnittstudier av mer stabile forskjeller i livskvalitet mellom foreldre og barnløse. Førstnevnte analyser måler endring i lykke og tilfredshet i årene før og etter første fødsel med individfaste effekter. Individfaste effekter betyr at man kontrollerer for forskjeller mellom individer som er stabile over tid (f.eks. personlighetstrekk) – faktorer som kan påvirke både lykke og beslutningen om å få barn. Clark og kollegaer (2008), for eksempel, viser med tyske data at mor og far føler seg mer tilfredse i året før fødsel og, for kvinner, ett års tid etter fødsel. Men når barnet er 2 til 5 år, så er mor og far signifikant mindre tilfredse enn de var i utgangspunktet, før graviditeten (se også Dyrdal & Lucas, 2008). Samme mønster er også vist i lignende analyser av britiske (Clark & Georgellis, 2010) og australske (Frijters, Johnston & Shields, 2011) data. Det andre settet analyser har sammenlignet lykke og tilfredshet blant foreldre og barnløse i enorme datasett som dekker opptil 100 land fra ulike deler av verden (Margolis & Myrskylä, 2011; Stanca, 2012). Funnene kan tolkes som gjennomsnittlige eller re-

presentative for verden sett under ett. Studiene kontrollerer statistisk for bakgrunnsfaktorer som sivilstand. De viser at barnløse er mer lykkelige og tilfredse enn foreldre med hjemmeboende barn. Forskjellene er generelt små, men betydelige i grupper som kan være særlig sårbare dersom de har hjemmeboende barn – kvinner, yngre, enslige, og fattige og lavere utdannede. Graden av sårbarhet varierer på forutsigbar måte mellom land med ulik familierpolitikk og grad av likestilling i arbeidsliv og husholdsoppgaver. De mest negative erfaringene med hjemmeboende barn finnes i Sørøst-Europa, de mest positive i Norden (Margolis & Myrskylä, 2011). At Norden skiller seg ut, støttes av en nylig norsk studie som ser på effekter av foreldrerollen på mange aspekter ved livskvalitet i landsrepresentative data fra NorLAG-undersøkelsen (Hansen, Slagsvold & Moum, 2009). Barn eller ikke hadde ingen sammenheng med menns livskvalitet overhodet. Kvinner, derimot, hadde høyere selvfølelse og tilfredshet dersom de hadde barn, og samme nivå av positive og negative følelser, depressive symptomer og ensomhet som barnløse kvinner.

Hva med i eldre år, når barna har flyttet ut, er de en investering i fremtidig livskvalitet – en «aldersforsikring» mot ensomhet og depresjon? Denne tesen får støtte kun i svakere velferdsstater. Komparative studier viser at barnløse eldre er sårbare i land hvor man er avhengige av familien for hjelp i eldre år, spesielt dersom de lever alene og har dårlig helse og førlighet. Ikke overraskende, i Kina, hvor barn er den viktigste kilden til sosial, økonomisk og emosjonell støtte for gamle foreldre, er barnløshet relatert til depresjon og ensomhet blant eldre (Zhang & Liu, 2007). Barnløse eldre rapporterer også lavere lykke og tilfredshet og er oftere ensomme og deprimerede i sørøsteuropeiske land, spesielt i tidligere østblokkland (Margolis & Myrskylä, 2011). Blant eldre i vestlige land, derimot, har barn vanligvis enten ingen effekt eller en svak positiv effekt på lykke og tilfredshet (Hansen, 2012; Stanca, 2012).

Norske data viser ingen tegn til at barnløse eldre er særlig utsatt for ensomhet og depresjon eller andre negative psykiske effekter (Hansen et al., 2009). Dette kan til dels skyldes at den nordiske velferdsmodellen sikrer gode pensjoner, omsorg og sosiale ordninger, som gjør eldre mindre avhengige av familien.

Myter versus fakta: fem fortolkninger

Kontrasten mellom folkelige antakelser og empirisk forskning om foreldreløse kan gis mange fortolkninger. Under trekker jeg fram fem mulige forklaringer.

Barn «koster»

Barn kan være lykketyver fordi de har ulike typer kostnader. Først de psykiske – bekymringer, tretthet, søvnmangel, tap av personlig frihet. Dernest de ekteskapelige – mindre sex, kjærlighet og tid sammen. Barn har også økonomiske kostnader, og «mulighetskostnader» i forhold til karriere, inntekt og utdanning, spesielt for kvinner i kjønnslikestilte land.

Som indikert synes kostnadene – og dermed foreldreløsheten – å speile eller formes av kulturelle og institusjonelle rammer. Foreldreløsheten er størst i land med mer familievennlig politikk og likestilling i familie- og yrkesliv, og vice versa. Nordiske studier er nærmest de eneste som viser at foreldre er minst like lykkelige og tilfredse som barnløse (Hansen, 2012; Margolis & Myrskylä, 2011). Nordiske studier viser heller ikke særlige belastninger blant enslige, yngre og lavt utdannede foreldre, slik utenlandske studier viser. Derimot er barn forbundet med redusert lykke i for eksempel USA og Australia (Alesina, Di Tella & MacCulloch, 2004) – land som ikke har noen offentlig betalt foreldrepermisjon. Av OECD-landene har USA og Australia de minst sjenerøse, og de nordiske landene de mest sjenerøse støtteordningene for småbarnsfamilier (barnetrygd, tilgjengelig og subsidiert barnehage, fleksibelt arbeidsliv og foreldrepermisjon) (Gornick & Mey-

Reduksjonen i lykke rammer særlig kvinner, single, lavere sosioøkonomiske grupper og folk i svake velferdsstater

ers, 2008; Ray, Gornick & Schmitt, 2009). Nordisk familiepolitikk har ikke bare lyktes i å gjøre det lettere for kvinner å kombinere familie- og yrkesliv, men også å få menn til å ta større ansvar for barneomsorg og husholdningsoppgaver i Norden enn i andre vestlige land (Geist, 2005; Hook, 2006; Smith & Williams, 2007). Foreldreløse, likestilling og familiepolitikk henger også sammen med fødselstall. Både fødselstall og foreldreløse er høyere i Norden enn i andre vestlige land (SSB, 2010). I Norge er fertilitetsraten nå på 1,98, rett under reproduksjonsnivå (2,1). Til sammenligning har Spania og Portugal fertilitetsrater rundt 1,40. Den norske velferdsstatens sjenerøse familiepolitikk får ofte æren for den høye fertiliteten, og blir ansett som en «oppskrift» for å løse den negative fertilitetsutviklingen i mange andre vestlige land preget av befolkningsaldring (Ellingsæter & Leira, 2004). Velferdsstaten synes altså både å fjerne hindringer for å få barn og å hjelpe oss å nyte gledene ved å ha barn.

Barnløses fordeler

De empiriske funnene kan reflektere *barnløshetens* velsignelser, som mindre stress, og bekymring og større frihet i forhold til tid og penger. Barnløse kvinner er derfor mer fokusert på jobb og karriere enn mødre (menn jobber ofte mer etter at de får barn) (Hansen & Slagsvold, 2012). Barnløse gjør mindre husarbeid, trener mer og går oftere på restauranter, teater og lignende (Nomaguchi & Milkie, 2003). Barnløse opplever dessuten mindre sosial kontroll og utsettes for mindre formelle og uformelle rolleforventninger (Keizer, Dykstra & Poortman, 2009). Det er imidlertid ikke gitt, ei heller empirisk belyst, hvorvidt slik frihet fremmer eller hemmer livskvalitet. Ifølge ideer hos Émile Durkheim og Barry Schwartz («valgfrihetens tyranni») kan foreldre tenkes å *tjene* på en klar strukturering av tid, roller og forventninger. Dessuten er det usikkert om økt frihet, for eksempel til å trene eller reise, er like viktig og givende gjennom hele livet.

Barnløse kompenserer

Livskvalitetsforskningen viser en betydelig menneskelig evne til å tilpasse seg alvorlige livshendelser (Luhmann, Hofmann, Eid & Lucas, 2012). Tilpasningen varierer imidlertid klart mellom ulike typer hendelser. Ufrivillig barnløshet rangeres som en av livets største påkjenninger, og ordet livskrise er et nøkkelord som går igjen i flere artikler som omhandler infertilitet (Løvaas, 1998). Likevel, følelsen av savn, skuffelse og mislykkeshet synes ikke å vedvare for de fleste. For eksempel finner en studie ingen forskjeller i tilfredshet mellom frivillige og ufrivillige barnløse kvinner i alderen 25 til 50 år (McQuillan, Stone & Greil, 2007). Tilpasning handler om å rette oppmerksomhet mot andre ting og å finne andre kilder til selvrealisering, tilhørighet, støtte og mening. For eksempel rapporterer barnløse om mer støtte og nærhet i parforholdet (Twenge, Campbell & Foster, 2003). Det er også godt dokumentert at barnløse etablerer sterkere og mer aktive bånd med venner og utvidet familie (f.eks. søsken) (Dykstra, 2006). Slike bånd er imidlertid ikke like pålitelige som barn i forhold til å motta hjelp med omsorgsoppgaver, og barnløse (enslige) løper større risiko enn foreldre for å mangle støtte i eldre år (Dykstra & Hagestad, 2007). Det er derfor en mulig sårbarhet for barnløses velvære i særlig høy alder, et tema det er forsket lite på fordi skrøpelige og svært gamle sjelden deltar i store undersøkelser.

Hypotesene over omhandler livssituasjonsbestemte og nokså prosaiske årsaker til hvorfor foreldrerollen ikke er så saliggjørende som folk tror (hvorfor terrenget ikke passer med kartet). De siste to hypotesene omhandler intrapsykiske forklaringer på hvorfor folk har urealistiske forestillinger om foreldrerollen (hvorfor *kartet* ikke passer med *terrenget*).

Foreldres illusjoner

Hvorfor har folk urealistisk tro på foreldrerollens velsignelser? Hvorfor synes ikke folk å være fullt ut klar over kostnadene ved foreldreskapet, fordelene ved barnlø-

het og graden av tilpasning blant ufrivillig barnløse? Hvordan oppstår og bevares mytene? Det følgende diskuterer om myter om foreldreløse kan være medfødte og evolverte, forsterket gjennom sosialisering og vedlikeholdt ved kognitiv bias.

Genetisk predisponert? Muligheten for at vi er predisponert til å tro at barn gjør oss lykkelige, hviler på en forutsetning om at medfødte behov fører til samsvarende overbevisninger. Hvilke behov er det her snakk om? Det kan hevdes at vi har et medfødt behov for barn. I så fall kan vi tenkes å ha en dyp underliggende drivkraft til å tro på en følelsesmessig belønning når vi får barn. I dybdeintervju beskriver flere kvinner at behovet for barn virker naturlig, innebygd, nærmest uforklarlig – som biologisk forankret (Ommundsen, 2011; Ravn, 2005). Den nederlandske sosialpsykologen Ruut Veenhoven (1975) hevder imidlertid, i artikkelen «Is there an innate need for children», at vi ikke har et behov for barn i seg selv, men for tilhørighet, identitet, trygghet, selvrealisering, mening, status, kjærlighet, og at foreldrerollen ses på som effektivt for å dekke slike behov. Slike behov kan igjen føre til et dypt forankret begjær etter for eksempel penger, avansement på jobben, ekteskap – og barn, og en tro på at disse faktorene gjør oss lykkeligere.

Samfunnsmessig norm? Mytene kan forsterkes ved at samfunn, lokalmiljø og familier i lang tid – på grunn av *deres* behov for barn – har knyttet særlig verdi til foreldreskapet og forfektet en ide om at å bli gift og få barn er den mest moralske og lykkeligste måten å leve på. Ifølge kritisk feminisme er det spesielt kvinner som har blitt sosialisert til å verdsette familie og barn, og denne verdsettingen er ment som trøst for mangel på reell makt i andre arenaer og for å rasjonalisere kulturens undertrykkelse av kvinner (Baumeister, 1991). Den amerikanske psykologen Daniel Gilbert (2006) foreslår en mindre bevisst trosöverføring. Ifølge hans «evolu-

sjonære» forklaring videreføres og forsterkes illusjoner rundt barn fordi de som tror barn gjør oss lykkeligere, oftere enn andre vil velge å få barn og dermed føre mentaliteten videre – enten genetisk eller sosialt.

Selektiv oppmerksomhet? Mytene kan også oppstå eller vedlikeholdes ved selektiv oppmerksomhet og selektivt minne. Forskningen viser en interessant kontrast mellom hva foreldre tror de føler, og hva de faktisk føler, i hverdagen med barna. Når foreldre blir spurt hva som gir dem mest glede i hverdagen, kommer samvær med barna på topp (Flood, 1997). En amerikansk studie som fulgte foreldre tett i hverdagen, viste imidlertid at samvær med barna var blant de *minst* morsomme aktivitetene (Kahneman, Krueger, Schkade, Schwarz & Stone, 2004; Schwartz, Kahneman & Xu, 2006). Foreldre fant mer glede i matlaging og husarbeid. Gilbert (2006) kaller det en «focusing illusion» at foreldre fortrinnsvis fokuserer på de positive erfaringene når de snakker om barna. Han argumenterer for at det er et slags selvbedrag, det at foreldre overdriper eller minnes bare de gode stundene og glemmer de mer ubehagelige aspektene som kanskje er mer typiske for hverdagen med barn. Dette kan handle om at man lettest husker hendelser som samsvarer med ens generelle oppfatninger om et fenomen («barn gir glede») eller seg selv («jeg nyter å være med barna»). Foreldre kan også føle kognitiv dissonans skulle de erkjenne at noe de investerer så mye i, ikke gir glede. Foreldre kan derfor ende opp med å verdsette foreldrerollen høyere nettopp på grunn av alt stress og all forsakelse som hører med. Sist, en alternativ forklaring på hvorfor foreldre gir så rosenrøde inntrykk av foreldreskapet, er at de føler det forventes, og at de rett og slett bare lever opp til sosiale normer når de tenker på og snakker om barna sine.

Feiltolker lykke

Den amerikanske psykologen Roy Baumeister (1991) gir en interessant forklaring

på det paradokset at folk fortsetter å få barn selv om det reduserer lykken. Han foreslår at folk har en tendens til å forveksle lykke med mening. Folk feiltolker gevinstene ved foreldreskapet – som de vet eksisterer – som lykke, når de har mer med mening å gjøre. Mening dreier seg om å oppleve at livet har mål og mening, og at ens aktiviteter og innsats er meningsfulle og del av noe større enn en selv (Steger, Kashdan & Oishi, 2008). Undersøkelser viser at folk som får en omsorgsgiverrolle for et nært familiemedlem, opplever økt mening til tross for redusert mental helse og lykke (Marks, Lambert & Choi, 2002). Det er intuitivt at også det å bli forelder er forbundet med økt mening til tross for, eller på grunn av, de utfordringene som følger med. Ifølge Baumeister kan det å få barn være en dårlig strategi for å bli lykkelig, men en utmerket strategi for å oppnå et meningsfylt liv.

Implikasjoner

Spørsmålene som er stilt her, kan gi inntak til den pågående debatten om retten til å få barn og surrogati. Preferansen for og oppfatninger om foreldrerollen synes robuste, og det er derfor liten grunn til å forventer at ufrivillig barnløshet vil akseptere sin situasjon, slik flere mener de bør. Mens infertilitet tidligere var en skjebne man måtte akseptere, er det nå i større grad tro på at kvinnens fertilitet kan manipuleres etter ønske, også i godt voksen alder (Dykstra & Hagestad, 2007). I valgfrihetens og selvrealiseringens tid gjør folk hva de kan for å skape drømmefamilien.

Funnene berører også to andre samfunnsaktuelle temaer. Det ene temaet handler om hvordan vi kan høyne fødselsratene i demografisk aldrende samfunn. Funnene antyder at fødselstall og foreldreløshet økes gjennom likestillingspolitiske ordninger som gjør det lettere å kombinere yrkesliv og omsorg for barn. Det andre temaet er konsekvenser av økt barnløshet i vestlige land. Demografer anslår at barnløsheten blant kvinner født etter 1970 vil ligge mellom 15 og 25 prosent i vestlige

land (Sobotka, 2004). I Norge er barnløsheten særlig økende blant menn. Omtrent hver femte mann og hver åttende kvinne i 50-årsalderen er i dag barnløse i Norge. Lite tyder på at menn mer enn kvinner har avslørt illusjonen om foreldreløshet. Snarere handler høy barnløshet blant menn om trenden blant kvinner mot økt resirkulering av «pent brukte» (og ofte høyt utdannede) menn med barn fra før (Skrede, 2005). Det er lite i forskningen som tyder på at barnløshet i seg selv skulle medføre psykologiske problemer. Da er det nok verre at de barnløse mennene ofte har lav sosioøkonomisk status og lever enslig.

Konklusjon

Det er en skarp kontrast mellom folketro og empirisk forskning på foreldreløshet. I motsetning til hva mange tror, er det en tendens til at folk er lykkeligere uten barn. Særlig gjelder dette kvinner, single, lavere sosioøkonomiske grupper og folk i svake velferdsstater – spesielt når disse faktorene opptrer samtidig. Men selv i Norden, hvor vi har svært sjenerøse familiepoltiske ordninger, er det ingen klare positive psykiske effekter av å ha barn. Grunnen til at empirien ikke bekrefter antakelsene, kan handle om at foreldre er eksponert for ulike stressorer som balanserer eller overstiger gevinstene ved foreldrerollen; at barnløshet har fordeler som øker livskvaliteten, samt effektiv tilpasning og kompensering blant (ufrivillig) barnløse. Grunnen til at antakelser ikke passer med empirien, kan også skyldes kognitiv bias og at folk feiltolker gevinster av foreldrerollen som lykke når de har mer å gjøre med mening. Forskningen viser et interessant paradoks ved at en familistisk kultur og sterke forventninger om foreldreløshet går sammen med lav fertilitet og foreldreløshet, mens en mer individualistisk kultur og noe mindre forskjønning av foreldrerollen går sammen med høyere fertilitet og foreldreløshet. Troen på foreldreløshet står altså sterkest i land hvor den har minst sannsynlighet for å stemme, og motsatt. ●

Referanser

- Alesina, A., Di Tella, R. & MacCulloch, R. (2004). Inequality and happiness: are Europeans and Americans different? *Journal of Public Economics*, 88, 2009–2042.
- Baumeister, R. F. (1991). *Meanings of life*. New York: Guilford Press.
- Clark, A., Diener, E., Georgellis, Y. & Lucas, R. E. (2008). Lags and leads in life satisfaction: A test of the baseline hypothesis. *Economic Journal*, 118, 222–243.
- Clark, A. & Georgellis, Y. (2010). *Back to baseline in Britain: Adaptation in the BHPS*. Paris School of Economics.
- Dykstra, P. A. (2006). Off the beaten track: Childlessness and social integration in late life. *Research on Aging*, 28, 749–767.
- Dykstra, P. A. & Hagestad, G. O. (2007). Childlessness and parenthood in two centuries: Different roads-different maps? *Journal of Family Issues*, 28, 1518–1532.
- Dyrdal, G. M. & Lucas, R. (2008). Parents' reaction and adaptation to the birth of a child. *International Journal of Psychology*, 43, 15–15.
- Ellingsæter, A. L. & Leira, A. (2004). Innledning: Velferdsstaten og familien. I A. L. Ellingsæter & A. Leira (red.), *Velferdsstaten og familien*. Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Flood, L. (1997). Household, market, and non-market activities. Procedures and codes for the 1993 time-use survey. Uppsala University, Department of Economics.
- Frijters, P., Johnston, D. W. & Shields, M. (2011). Happiness dynamics with quarterly life event data. *Scandinavian Journal of Economics*, 113, 190–211.
- Geist, C. (2005). The welfare state and the home: Regime differences in the domestic division of labour. *European Sociological Review*, 21, 23–41.
- Gilbert, D. (2006). *Stumbling on happiness*. New York: Knopf.
- Gornick, J. C. & Meyers, M. K. (2008). Creating gender egalitarian societies: An agenda for reform. *Politics & Society*, 36, 313–349.
- Hansen, T. (2012). Parenthood and happiness: A review of folk theories versus empirical evidence. *Social Indicators Research*, 108, 29–64.
- Hansen, T. & Slagsvold, B. (2012). *Likestilling hjemme* (NOVA-rapport nr. 2). Oslo: NOVA.
- Hansen, T., Slagsvold, B. & Moum, T. (2009). Childlessness and psychological well-being in midlife and old age: An examination of parental status effects across a range of outcomes. *Social Indicators Research*, 94, 343–362.
- Hook, J. L. (2006). Care in context: Men's unpaid work in 20 countries, 1965–2003. *American Sociological Review*, 71, 639–660.
- Kahneman, D., Krueger, A. B., Schkade, D. A., Schwarz, N. & Stone, A. A. (2004). A survey method for characterizing daily life experience: The day reconstruction method. *Science*, 306, 1776–1780.
- Keizer, R., Dykstra, P. A. & Poortman, A. (2009). Life outcomes of childless men and fathers. *European Sociological Review*, 26, 1–15.
- Luhmann, M., Hofmann, W., Eid, M. & Lucas, R. E. (2012). Subjective well-being and adaptation to life events: a meta-analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 102, 592–615.
- Løvaas, L. (1998). *Psykisk belastning ved ufrivillig barnløshet*. Studentoppgave. Medisinsk institutt, Universitetet i Oslo.
- MacInnes, J. (2006). Voluntary childlessness, fertility «plans» and the «demand» for children: Evidence from Eurobarometer surveys. Centre of Demographic studies, Barcelona.
- Margolis, R. & Myrskylä, M. (2011). A Global Perspective on Happiness and Fertility. *Population and Development Review*, 37, 29–56.
- Marks, N. F., Lambert, J. D. & Choi, H. J. (2002). Transitions to caregiving, gender, and psychological well-being: A prospective US national study. *Journal of Marriage and the Family*, 64, 657–667.
- McQuillan, J., Stone, R. T. & Greil, A. L. (2007). Infertility and life satisfaction among women. *Journal of Family Issues*, 28, 955–981.
- Nomaguchi, K. M. & Milkie, M. A. (2003). Costs and rewards of children: The effects of becoming a parent on adults' lives. *Journal of Marriage and the Family*, 65, 356–374.
- Ommundsen, M. (2011). Begrensning eller berikelse? En kvalitativ studie av refleksjoner rundt valget om å få barn blant kvinner under høyere utdanning. Masteroppgave. Institutt for sosiologi og samfunnsgeografi, Universitetet i Oslo.
- Ravn, M. N. (2005). A matter of free choice? Some structural and cultural influences on the decision to have or not to have children in Norway. I C. B. Douglas (red.), *Barren states. The population «implosion» in Europe*. New York: Berg.
- Ray, R., Gornick, J. C. & Schmitt, J. (2009). *Parental leave policies in 21 countries: Assessing generosity and gender equality*. Washington DC, Center for Economic and Policy Research.
- Schwartz, N., Kahneman, D. & Xu, J. (2006). Global and episodic reports of hedonic experience. I R. Belli, D. Alwin & F. Stafford (red.), *Using calendar and diary methods in life events research*. Newbury Park, CA: Sage.
- Skrede, K. (2005). Foreldreskap i forandring – færre menn blir fedre. *Tidsskrift for kjønnsforskning*, 2, 4–23.
- Smith, A. & Williams, D. (2007). Father friendly legislation and paternal time across Western Europe. *Journal of Comparative Policy Analysis*, 9, 175–192.
- Sobotka, T. (2004). Childless societies? Trends and projections of childlessness in Europe and the United States. I T. Sobotka (red.), *Postponement of childbearing and low fertility in Europe* (s. 123–154). Amsterdam: Dutch University Press.
- SSB. (2010). *Samlet fruktbarhetstall i utvalgte land*. Nedlastet den 13. februar 2013 fra http://www.ssb.no/minifakta/main_03.html#tab0305
- Stanca, L. (2012). Suffer the little children: Measuring the effects of parenthood on well-being worldwide. *Journal of Economic Behavior & Organization*, 81, 742–750.
- Steger, M. F., Kashdan, T. B. & Oishi, S. (2008). Being good by doing good: Daily eudaimonic activity and well-being. *Journal of Research in Personality*, 42, 22–42.
- Toulemon, L. (1996). Very few couples remain voluntarily childless. *Population*, 8, 1–27.
- Twenge, J. M., Campbell, W. K. & Foster, C. A. (2003). Parenthood and marital satisfaction: A meta-analytic review. *Journal of Marriage and the Family*, 65, 574–583.
- Veenhoven, R. (1975). Is there an innate need for children? *European Journal of Social Psychology*, 1, 495–501.
- Zhang, W. & Liu, G. (2007). Childlessness, psychological well-being, and life satisfaction among the elderly in China. *Journal of Cross-Cultural Gerontology*, 22, 185–203.