

Stöd i föräldraskapet för föräldrar till tonåringar

Förebygg.nu 2021

Karin Thorslund
Leg. psykolog
Leg. psykoterapeut med inriktning familj och nätverk
Fil. dr psykologi
Lektor vid Institutionen för socialt arbete,
Göteborgs universitet.

karin.thorslund@socwork.gu.se



GÖTEBORGS UNIVERSITET

REACHING OUT WITH UNIVERSAL PARENTAL SUPPORT

KARIN THORSLUND



GÖTEBORGS UNIVERSITET

STUDIE I

Studiens syfte var att utforska:

I vilken utsträckning föräldrar var intresserade av olika former av stöd i föräldraskapet:

Skillnader mellan mammor och pappor avseende intresse;

Skillnader avseende intresse mellan de som använder internet mycket respektive inte alls som informationskälla i sitt föräldraskap.

Vi ringde 2135 föräldrar 81 % deltog

"Många föräldrar upplever någon gång att det skulle vara bra med tips, råd eller hjälp för att lyckas så bra som man vill i sitt föräldraskap. Det kan t.ex. handla om frågor rörande mat, sömn, trots, dataspel, kompisar, alkohol/droger, skola eller annat. Om du blev erbjuden råd och stöd för att lära dig mera om hur du som förälder kan skapa goda förutsättningar för ditt barn, tror du att du skulle använda dig av den möjligheten i någon form?"

Ledarledd föräldragrupp, lokal (möta andra), individuell rådgivning, föräldratelefon, websida för föräldrar.

Chi 2 analys
ANOVA

Det finns intresse för alla former av stöd i föräldraskapet

Störst intresse för kommunal websida, oavsett kön

Därefter individuell rådgivning

Mammor var mer intresserade av alla former av stöd, utom websida.

Ju oftare föräldrar söker på internet om föräldraskap, desto större intresse för alla former av stöd.

Internet är en effektiv kanal för att nå ut till föräldrar

STUDIE II

Tycker föräldrar till tonåringar att det är viktigt med stöd, och skiljer sig deras uppfattning från den hos föräldrar till yngre barn?
Skiljer sig intresset för stöd mellan föräldrar till ungdomar och föräldrar till yngre barn?
Skiljer sig intresset för stöd mellan mammor och pappor till tonåringar?
Hur medvetna är föräldrar till tonåringar om det stöd som finns?
Vad vill de ha för stöd, om de får önska fritt?

2126 blev uppringda, 1691 deltog (80 %)
63 % mammor, 37 % pappor

911 hade bara "yngre barn"
425 hade bara "tonåringar"

"Känner du till om något av följande föräldrastöd erbjuds i kommunen så att det är tillgängligt för dig?"

Ledarledd föräldragrupp, lokal (möta andra), individuell rådgivning, föräldratelefon, websida för föräldrar, föreläsning/seminarier

"Om du fick önska fritt"

Föräldrarna till tonåringar tycker att stöd är allra viktigast under denna period. Det finns ett intresse för alla former av stöd, särskilt individuell rådgivning förutom websida, och större intresse hos mammor. Diskrepans mellan intresse och kännedom – det stöd som finns är inte så väl känt. De vill ha mer av det stöd som finns, och de vill att det skall vara mer lättillgängligt, gärna genom skolan. Efterfrågar möjlighet att diskutera och dela erfarenheter med andra föräldrar.

STUDIE III

Att utforska vilka faktorer som kan länkas till intresse av stöd hos föräldrar till tonåringar, såsom:

sociodemografiska faktorer och social status
föräldrarnas självskattade ångest och depressiva symptom
föräldrarnas uppskattning av tonåringens psykiatriska symptom och öppenhet mot sin förälder
specifika fenomenologiska ståndpunkter

223 föräldrar besvarade både telefonintervju och skriftlig enkät

75% mammor, 25 % pappor

Skillnader mellan intresserade / inte intresserade

Individuell rådgivning och föreläsningar/seminarier
Individuell rådgivning, ledarledda grupper
Föräldratelefon
Ledarledda grupper
Individuell rådgivning

- förälder oftare ångestsymptom
- föräldraförmåga
- utbrott
- barnet hyperaktiva symptom
- barnet emotionella symptom och svårigheter i dagliga livet,
- skattar barnet som mindre öppet

Högre social status var associerat med större intresse för lättare stödformer

Universellt föräldrastöd bör utformas för, och riktas till, föräldrar som känner sig oroliga för sin tonårings psykiska hälsa och sitt eget föräldraskap. Att erbjuda mer intensiva former av stöd som individuell rådgivning och ledarledda grupper kan vara ett sätt att människor med lägre social status, medan att enbart erbjuda lättare former av stöd som tex föreläsningar riskerar att öka ojämlikhet.

STUDIE IV

Studien syftade till att undersöka vad föräldrar till tonåringar vill diskutera, och vilket stöd de skulle vilja få ut av en universellt riktad grupp, samt vilka praktiska förutsättningar som skulle underlätta deltagande.

Tre fokusgrupper

12 deltagare (11 mammor, 1 pappa)

Vad anser ni som föräldrar till tonåringar skulle vara relevant att diskutera?

Tematisk analys; läst, kodat, skapat teman.

Föräldrarna uttrycker en önskan att träffas kontinuerligt genom skolan, med en professionell samtalsledare, under barnets tonårstid och prata om utmaningar kopplade till normal tonårsutveckling. Föräldrar kan stötta varandra emotionellt och utveckla bättre föräldrastrategier tillsammans.



SLUTSATSER

För att nå ut till föräldrar med information om universellt föräldrastöd krävs nya strategier.

Efterfrågan på föräldrastöd kvarstår när barnet blir äldre.

Internet är en utmanande, men viktig, kanal för att nå ut med information till föräldrar, framförallt pappor.

Flera informationskanaler, och flera former av stöd bör användas för att nå ut till alla föräldrar oavsett kön och social status.

Det bör utvecklas nya former av stöd som är riktat till föräldrar till tonåringar, utformat efter deras behov, och väl marknadsfört.

Skolan är en viktig arena för att erbjuda universellt föräldrastöd, tex professionellt ledda samtalsgrupper.

Lättare former av stöd måste kombineras med mer intensiva former av stöd, för att inte öka klyftorna mellan föräldrar med olika social status.