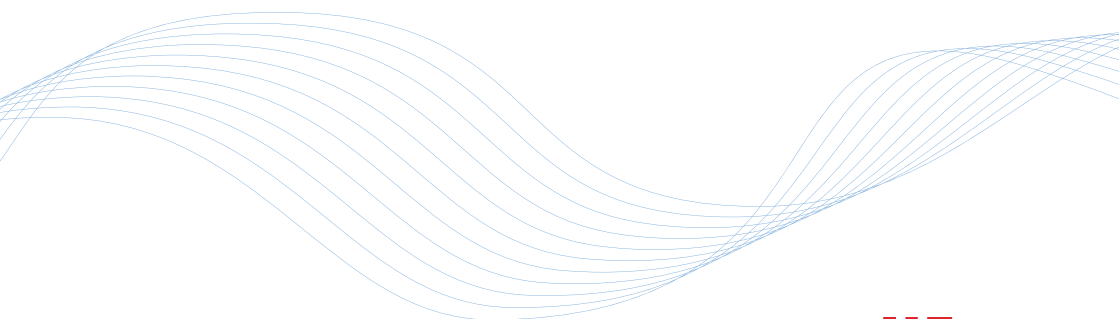




FRÅN TRESTADSSTUDIEN

# UNGDOMAR OCH FÖRÄLDRASKAP



## FÖRÄLDRASKAP

*Syftet med Trestadsstudien är att nå en fördjupad förståelse för varför vissa ungdomar, på kort tid, utvecklar flera olika problem parallellt. Detta görs genom att titta på bakomliggande faktorer och se hur dessa påverkar ungdomar över tid. En av de faktorer som undersöks är föräldraskap.*

Föräldraskapet kan ha stor betydelse för utvecklingen av psykisk hälsa och ohälsa och även genom tonårstiden fortsätter föräldrarna att vara viktiga. Därför ingår både frågor till ungdomarna kring hur de upplever sina föräldrar och en separat enkät till deltagarnas föräldrar som skickats ut vid två tillfällen.

### Resultat från föräldraenkäten

Totalt deltog 561 vårdnadshavare (436 kvinnor och 125 män) i den första enkätomgången. Bland de frågor som ställdes fanns olika beteenden (t.ex. graden av förståelse föräldrar visar när ungdomen gör saker den inte borde göra, eller till vilken grad föräldrar reagerar avfärdande och bestraffande), hur föräldrarna upplever förhållandet med sitt barn (t.ex. vilken grad av förtroende som finns, hur bra kommunikationen upplevs vara), samt vissa frågor som handlar om stress och oro relaterad till föräldraskapet (t.ex. hur emotionellt påverkad man blir som föräldrar när problem uppstår). Vi har sammanställt några av resultaten nedan.

Hur mycket stress upplever föräldrar i sitt föräldraskap?

De flesta föräldrar rapporterade låga nivåer av stress i sitt föräldraskap, men det fanns också en liten grupp som upplevde hög stress (ca 7,6 % av kvinnorna och 4 % av männen). Även om de flesta inte upplevde så mycket stress i sitt föräldraskap, så rapporterade många att man ibland oroade sig för sitt barn. Ungefär en fjärdedel av kvinnorna och nästan en tredjedel av männen angav att de oroade sig för sitt barn åtminstone ibland. Ungefär fem procent av dessa angav höga nivåer av oro.

Är stress och oro kring föräldraskap relaterat till ungdomarnas problem?

Stress i föräldraskapet var relaterat till högre nivåer av oro över sitt barn. Att enbart känna sig stressad i sitt föräldraskap hade dock ingen relation till graden av problem barnen själva rapporterade sig

uppleva. Det fanns inget samband med ungdomarnas egenrapporterade depressiva symtom, självskadande, erfarenhet av mobbning eller normbrytande beteenden såsom lagöverträdelser eller förseelser. Graden av oro över sitt barn hade dock ett samband med ungdomars rapportering av utsatthet bland jämnåriga, dvs. mobbning. Föräldrar till barn som uppgav högre grad av utsatthet tenderade att oroa sig mer för sitt barn.

Hur upplevs relationen?

De flesta föräldrar rapporterade att de upplever relationen till sitt barn som god. Mer specifikt uppger 56 procent av kvinnorna och 46 procent av männen att de upplever att det finns ett högt förtroende i relationen till sitt barn. Likaså rapporterar 53 procent av kvinnorna och 39 procent av männen en hög kvalitet i kommunikationen mellan sig själv och sitt barn.

Samband mellan föräldraskaps strategier och ungdomarnas svårigheter

Finns det då ett samband mellan hur föräldrar skattar sitt föräldraskap och hur ungdomar i sin tur skattat sitt mående? Undersökningen visade att ungdomar vars föräldrar rapporterar att de försöker förstå barnet när något går fel, rapporterar lägre nivåer av normbrytande beteende såsom lagbrott. Men också lägre nivåer av depressiva symtom, självsador och utsatthet för mobbning jämfört med ungdomar vars föräldrar istället i högre grad rapporterar att de använder sig av skuldbeläggande eller tar avstånd från barnet i dessa situationer. Dessa fynd ligger i linje med vad andra forskare har beskrivit och tyder på att föräldrabetende är viktiga att utforska vidare. Preliminära resultat visar också på att en god relation till föräldrarna med hög tillit och god kommunikation är kopplat till välbefinnande hos barnen.

Ungdomstiden kan vara en utmanade tid där konflikter, bråk och relationsproblem kan förekomma och forskning visar att föräldrastöd kan ge positiva effekter både för ungdomen och för familjen som helhet. Vi har därför även undersökt effekten av ett nyutvecklat föräldrastödsprogram som syftar till att stärka relationen mellan förälder och ungdom. Programmet är ett fem veckors internetbaserat självhjälpprogram och är utvecklat på

Karolinska Institutet. Det inkluderar tips på strategier hur en som förälder kan få rutiner att fungera hemma, känna sig lugnare, kommunicera tydligare och förbättra relationen till sin tonåring. Föräldrarna upplevde deltagandet positivt och resultaten håller just nu på att sammanställas. Dessa och fler preliminära resultat kommer att publiceras på vår hemsida. Där kan du också hitta mer information om Trestadsstudien och dess övriga delprojekt.



JPS  
701 82 Örebro  
trestadsstudien@oru.se  
Telefon 019-30 30 00  
[www.oru.se/trestadsstudien](http://www.oru.se/trestadsstudien)