

Høgskolen i Innlandet

Fakultet for helse og sosialvitenskap

Maria Stiegler

Masteroppgave

Godt nok foreldreskap og gode nok barn

En kvalitativ studie av familieveilederes erfaringer fra foreldreveiledning, med søkelys på forståelse av sammenheng mellom foreldreutøvelse og psykisk helse hos barn og unge.

Good enough parenting and good enough children

A qualitative study of family counsellors' experiences from parenting, with a focus on understanding the connection between parenting and mental health in children and young people

4PM791 Master i psykisk helsearbeid

2024

Antall ord: 23563

Forord

En morsom og lærerik studieperiode er straks over, men for en reise det har vært!

Fra oppstart i august 2022 og frem til nå har jeg fått oppleve å være i en faglig boble hvor jeg har storkost meg. Jeg har nytt stor glede av å finne artikler, lese bøker, dra på forelesninger og å fordype meg i spennende tematikk, men ikke minst å prate med ivrige informanter. Samtidig må jeg erkjenne at det skal bli fint å kunne ha litt mer fokus på familie, venner, jobb og aktiviteter fremfor studier fremover.

Parallelt med studiet har livet også gått sin gang med de livsutfordringer som oppstår både i og utenfor familielivet. Heldigvis har jeg hatt enestående mennesker rundt meg som har hjulpet meg å løfte blikket også når det har stormet som verst.

Jeg vil med dette takke alle mine gode støttespillere! Først fremst takk til mine fem informanter som har gjort det mulig for meg å gjennomføre studien!

Takk også til familie, slekt og venner som har heiet på meg, lyttet til meg og vist sin entusiasme for studien. Takk til arbeidsgivere i både Gjøvik kommune og BUP Lillehammer som har gjort det mulig for meg å legge noe av studiet inn i arbeidstiden.

Takk så mye til min fantastiske, kloke og engasjerte veileder Liv Skomakerstuen Ødbehr som har vist stor entusiasme og gitt meg faglige innspill, men som også har våget å utfordre og rettlede der det har vært nødvendig.

Takk til mine tre nydelige barn - Simon, Jakob og Signe som har holdt ut med at mamma stadig skal skrive, lese eller snakke om masteroppgaven og sist, men absolutt ikke minst: TAKK til min evige klippe i livet Håkon Aulie Nettum, som dag etter dag har lyttet, heiet, oppmuntret, tilrettelagt og vist sin store tro på meg i dette!

Sammendrag

Studien bygger på erfaringer og opplevelser fra fem familieveiledere som jobber i kommunale familieteam. Familieveilederne har beskrevet hva de opplever foreldre i dag strever med og hvordan dette igjen påvirker samspill og forståelse av barnas uttrykk. Det teoretiske bakteppet for studien er hentet fra tilknytningsteori og Baumrinds teori om foreldrestiler. Det er i tillegg hentet kunnskap fra forskning om barn og unges psykiske helse, om familieliv og foreldrerollen i dag, samt om foreldreutøvelsens betydning for barn og unges psykiske helse. Kunnskapsgrunnet bygger på både internasjonale og norske studier, rapporter, litteratur og fagartikler. Hensikten med studien er å bidra til å utvide kunnskapen omkring temaet foreldreutøvelse og barn og unges psykiske helse for å kunne styrke forebyggende psykisk helsearbeid med søkelys på familier.

Dette er en kvalitativ studie, som har en sosialkonstruktivistisk vitenskapelig forankring og tar utgangspunkt i et erfaringsbasert perspektiv. Studien bygger på semistrukturerte intervjuer fra fem informanter og er således induktiv. For analysen er Refleksiv Tematisk Analyse av Braun & Clarke benyttet, og analyseprosessen har resultert i 3 hovedtema med hver sine subtema.

Resultatene tilsier at mange foreldre strever med egen usikkerhet i foreldrerollen, høye forventninger og eget emosjonelt strev som kan ha negativ innvirkning på barn og unges psykiske helse og som igjen også kan medføre medikalisering. Resultatene viser også at eksperter og ulike media har en rolle i å skape forventningspress og usikkerhet hos foreldre som man må ha bevissthet om.

Summary

The study is based on the experiences of five family counselors who work in municipal family teams. The family counselors have described what they experience parents struggling with today and how this in turn affects interaction and understanding of the children's expressions. The theoretical background for the study is taken from attachment theory and Baumrind's theory of parenting styles. In addition, knowledge has been obtained from research on children and young people's mental health, on family life and the role of parents today, as well as on the importance of parenting for children and young people's mental health. The knowledge base is based on both international and Norwegian studies, reports, literature and professional articles. The purpose of the study is to contribute to expanding knowledge about the topic of parenting and children's and young people's mental health in order to strengthen preventive mental health work with a focus on families.

This is a qualitative study, which has a social constructivist scientific foundation and is based on an experience-based perspective. The study is based on semi-structured interviews from five informants and is thus inductive. For the analysis, Reflexive Thematic Analysis by Braun & Clarke was used, and the analysis process has resulted in 3 main themes with each subtheme.

The results indicate that many parents struggle with their own insecurity in their parenting role, high expectations and their own emotional stress which can have a negative impact on children and young people's mental health and which in turn can also lead to medicalisation. The results also show that experts and various media have a role in creating pressure of expectations and uncertainty among parents, of which one must be aware.

Liste over figurer

Figur 3.5.1: Trygghetssirkelen

Figur 4.5.1: Foreløpige koder

Figur 4.5.2: Fra koder til hovedtema

Figur 5.1: Hovedtema og subtema

Innholdsfortegnelse

1	Introduksjon og bakgrunn	8
1.1	Studiens hensikt.....	10
1.2	Overskrift og problemstilling	10
1.3	Avgrensing	11
1.4	Presentasjonsform	11
1.5	Studiens oppbygning	11
1.6	Studiens relevans for psykisk helsearbeid.....	12
1.7	Forforståelse	13
1.8	Begrepsavklaring.....	14
1.8.1	Familieteam.....	14
1.8.2	Familieveileder.....	15
1.8.3	Foreldreutøvelse	15
1.8.4	Psykisk helse og psykiske lidelser	15
2	Kunnskapsgrunnlag.....	17
2.1	Foreldreutøvelse i dag og barn og unges psykiske helse	17
2.2	Tendenser knyttet opp mot psykisk helse hos barn og unge i dag	18
2.3	Tendenser og idealer knyttet til foreldrerollen og familielivet i dag.....	19
2.4	Overdreven foreldreinvolvering og barn og unges psykiske helse	21
3	Teoretisk forankring	24
3.1	Foreldrestiler	24
3.2	Baumrinds foreldrestiler.....	25
3.2.1	Autoritær foreldrestil.....	25
3.2.2	Ettergivende foreldrestil.....	26
3.2.3	Autoritativ foreldrestil.....	26
3.2.4	Forsømmende foreldrestil	26
3.3	Sammenheng mellom foreldrestiler og barn og unges psykiske helse.....	27

3.4	Tilknytning	28
3.5	Foreldreveiledningsprogram for styrking av trygg tilknytning	30
4	Metode og datainnsamling	34
4.1	Forskningsdesign og metodologisk forankring	34
4.1.1	Vitenskapsteoretisk forankring	35
4.2	Litteratursøk	35
4.3	Rekruttering, utvalg og gjennomføring av intervju.....	36
4.4	Valg av analysemodell	37
4.5	Analyseprosessen	39
4.6	Etiske overveielser	40
5	Resultat.....	42
5.1	Foreldres usikkerhet påvirker grensesetting og kontroll	43
5.1.1	Å kjenne usikkerhet i foreldrerollen.....	43
5.1.2	Å bli utydelig leder på hjemmebane versus kontrollør på bortebane.....	44
5.2	Foreldres sårbarhet påvirker håndtering av ubehagelige følelser.....	47
5.2.1	Å se betydningen av foreldres historie.....	47
5.2.2	Å tåle emosjonelt ubehag	48
5.3	Foreldres opplevelse av forventninger og krav påvirker samspill	50
5.3.1	Å leve opp til forventningene.....	50
5.3.2	Å finne balansen i foreldrerollen.....	53
6	Drøfting	56
6.1.1	Utydelig grensesetting eller overdreven kontroll	57
6.1.2	Balansekunst eller oppdragerspagat	61
6.1.3	Høna eller egget	64
6.1.4	Fra forebygging til medikalisering	66
6.1.5	Endringsnøkkel eller sydebukk	67
6.2	Styrker og svakheter i studien	68

6.2.1	Pålitelighet.....	69
6.2.2	Gyldighet.....	70
6.2.3	Generaliserbarhet	71
7	Implikasjoner for praksis og videre forskning	72
8	Konklusjon	74
9	Kilder.....	76
	Vedlegg	82
1	Godkjenning SIKT	82
2	Godkjenning Lokal Etisk Komite	84
3	Skriv til informanter	87
4	Intervjuguide	91
5	Samtykkeerklæring.....	92
6	Søkeskjema.....	93
7	Avtale med Circle of Security International	97

1 Introduksjon og bakgrunn

I løpet av de siste tiårene har flere studier vist en økning i psykiske plager blant unge gutter og jenter (Bang, et al., 2023; Ungdata, 2020). Helsedirektoratet kan vise til økning av både henvisninger og antall som mottar behandling i poliklinikk og døgnbehandling (Bremnes & Indergård, 2022, s. 6). Ifølge WHO har man på verdensbasis sett en særlig økning i tilfeller av angst og depresjon i løpet av første år etter pandemien (Brunier & Drysdale, 2022). Imidlertid råder det en viss usikkerhet om hvordan vi kan forstå økningen av psykisk uhelse hos barn og unge (Ungdata, 2020). I WHO`s rapport forklares utviklingen blant annet med ensomhet, sorg, frykt for infeksjoner eller økonomiske bekymringer (Ungdata, 2020). Andre undersøkelser viser til forklaringer som økt skolepress eller økt kroppspress, noe som igjen forsterkes av påvirkningen fra sosiale medier. Andre igjen viser til at det i dag er et økt fokus på temaet, større grad av åpenhet om psykisk helse og dermed lettere setter ord på det som er vanskelig (Ungdata, 2020). Det er nærliggende også å undre seg over betydningen av biologiske eller genetiske faktorer, men med utgangspunkt i et relativt kort tidsspenn på 20-30 år er det mest nærliggende å se utviklingen i sammenheng med den konteksten som barn og unge lever i. I den sammenheng er det interessant å se nærmere på foreldreutøvelsens betydning. Vi vet i dag mye om miljømessige faktorer som kan ha negativ påvirkning på barn og unges psykiske helse. Likevel er det gjennomført relativt få empiriske studier som kan si noe spesifikt om de nærmeste omgivelsenes betydning (Sletten & Bakken, 2016, s. 44). I en kunnskapsoversikt og empirisk analyse utført av Sletten og Bakken ved Velferdsforskningsinstituttet NOVA, vises det imidlertid til en studie av Twenge fra 2000 hvor det fremkommer at endringer i psykisk helse kan henge sammen med endringer i ungdommers familieliv (Twenge, 2000, i Sletten & Bakken, 2016, s. 45). Vi vet at foreldreutøvelsen og samspillet mellom foreldre og barn spiller en vesentlig rolle for barn og unges psykiske helse (Tømmerås & Kjøbli, u.å.). Foreldreutøvelsen utgjør grunnlaget for det emosjonelle klimaet barnet vokser opp i (Darling & Steinberg, 1993, s. 488). Familiens samspill og foreldreutøvelsen er derfor å regne som risikofaktorer i denne sammenheng (Tømmerås & Kjøbli, u.å.). Samtidig vet vi at familieliv og foreldre-barn relasjon er i endring (Aarseth, 2018, s. 85). De endringer man har sett i familielivet de siste årene, omhandler både familiens og foreldres roller og rettigheter, sammensetning og struktur, men også relasjon og samspill mellom foreldre og barn (NOU 2020: 14, s. 35). I en offentlig norsk utredning, gjennomført i forbindelse med utarbeiding av ny barnelov i 2020, beskrives hvordan foreldreutøvelsen i dag er preget av en forsterkning i betydningen av følelsesmessige bånd og

subjektiv opplevelse av samhørighet mellom barn og foreldre (NOU 2020: 14, s. 41). I NOUs rapport brukes ord som «intimisering», «barnesentrering» og «intensivering» i beskrivelsen av dette (NOU 2020: 14, s. 41). Disse begrepene vil bli nærmere omtalt på side 20-21. Andre har også brukt betegnelsen «ekstrem involvering» for å beskrive den tette relasjonen som preger samspillet mellom mange foreldre og barn i dag (Estep, 2019). Det har blitt hevdet at mange foreldre har tendens til å knytte så nære, emosjonelle bånd til sine barn at det forstyrrer både løsrivelse, evnen til å tåle smertelige livserfaringer og ungdommens personlige vekst (Løkke, 2016). En annen dimensjon er tendensen til overinvolvering, overbeskyttelse og kontroll, som innebærer at foreldre legger all sin tid og kraft til rette for en friksjonsfri hverdag for barna. I internasjonal forskning brukes ofte begrepet «overparenting» eller «helicopterparenting» for å beskrive en slik foreldreutøvelse.

Det finnes i dag flere forskningsartikler, fagartikler, rapporter og litteraturstudier som viser til klare sammenhenger mellom en overinvolvert, overbeskyttende eller kontrollerende foreldrestil og internaliserende vansker hos barn (Laurin et al., 2015 s. 3292; Vigdal & Brønnick, 2022, s. 2) eller vansker med emosjonell og atferdsmessig regulering (Perry, et al., 2018, s. 1). Flere studier viser også generelt sammenhenger mellom foreldreutøvelse og barn og unges psykiske helse (blant annet Beato et al., 2016; Blaasvær & Ames, 2019; Gorostiaga et al., 2019; Marcone et al., 2020; Vigdal & Brønnick, 2022).

Parallelt med alt dette har studier av familieliv i Norge vist at mange foreldre opplever økt grad av usikkerhet knyttet til grensesetting, samspill og oppdragelse (NOU 2020: 14, s. 37). Dette vil også kunne ha innvirkning på foreldreutøvelsen. Som familieveileder i forebyggende familiearbeid gjennom flere år har jeg opplevd en endring i foreldreutøvelsen og hvilke utfordringer familier trenger veiledning for, som samstemmer med ovennevnt forskning. Samtidig kan det tidvis synes som at familienes strev vel så mye kan knyttes til foreldres egne sårbarheter i foreldrerollen eller til hverdagslivets stress og krav. De senere år oppleves det også som at henviste saker stadig oftere preges av bekymringer omkring barn og unges psykiske vansker, og arbeidet har gradvis dreid fra foreldreveiledning til lettere behandling av barn og unge.

Med dette som bakteppe finner jeg det interessant å stille spørsmål ved om økningen av barn og unges psykiske uhelse delvis også kan speiles tilbake på endringer i familieliv og foreldreutøvelse. Kan det da være slik at forventninger og tendenser omkring foreldrerollen og

familielivet i dag skaper vanskeligheter i foreldreutøvelse og samspill på måter som medfører økte psykiske plager hos barn og unge?

1.1 Studiens hensikt

Denne studien har til hensikt å komme nærmere en forståelse av mulige sammenhenger mellom dagens foreldreutøvelse og barn og unges psykiske helse slik det oppleves fra perspektivet til familieveiledere i kommunale familieteam. Vi skal være forsiktige med å trekke forenklete konklusjoner i denne sammenheng. Samtidig oppfattes det at det foreligger et kunnskapshull i forståelsen av om det er tendenser i dagens foreldreutøvelse som også kan forklare økningen i psykisk uhelse hos barn og unge. Denne studien omhandler foreldre og barn, men er rettet mot dem som driver foreldreveiledning, først og fremst på forebyggende nivå. Det fordrer både kjennskap til hvordan det kan oppleves å være foreldre i dag, og ses i sammenheng med faglig kunnskap om hva som fremmer eller hemmer god psykisk helse hos barn og unge. En målsetting med studien er å bidra til å utvide kunnskapen omkring temaet foreldreutøvelse og barn og unges psykiske helse. Slik søkes å styrke forebyggende psykisk helsearbeid med søkelys på familier.

1.2 Overskrift og problemstilling

Studiens overskrift er: *Godt nok foreldreskap og gode nok barn.*

En kvalitativ studie av familieveilederes erfaringer fra foreldreveiledning, med søkelys på forståelse av sammenheng mellom foreldreutøvelse og psykisk helse hos barn og unge.

Problemstillingen som studien bygger på er:

Hvordan forstår familieveiledere i kommunale familieteam utfordringer knyttet til foreldreutøvelse, og på hvilken måte påvirker disse utfordringene barn og unges psykiske helse?

1.3 Avgrensning

Studien er basert på informasjon fra familieveiledere i kommunale familieteam. Familieteam vil bli videre definert under begrepsavklaring. Tilbudet familieveilederne representerer er del av forebyggende psykisk helsearbeid og baserer seg på at foreldre selv, eller instanser som jobber med barna, tar kontakt på vegne av familiene med ønske om veiledning og hjelp. De erfaringene det refereres til er derfor hentet fra arbeid med familier hvor det foreligger en erkjennelse av uttalt strev og bekymringer i familielivet. Dette medfører at ikke alle opplevelser nødvendigvis kan generaliseres til den allmenne befolkning. Samtidig innebærer familieteamenes arbeid at grad av strev, alvor og bekymringer ikke tilhører instanser på høyere omsorgsnivå. Forskning om familieliv i dag er fortrinnsvis hentet fra norske studier og rapporter, mens forskning om sammenhenger mellom foreldreutøvelse og barn og unges psykiske helse er hentet fra både norske og internasjonale studier.

1.4 Presentasjonsform

Studien vil bli presentert som en monografi.

1.5 Studiens oppbygning

Studien presenteres gjennom ulike delkapitler som herunder kort blir beskrevet:

Kapittel 1 omhandler innledning, avgrensninger, definisjoner, bakgrunn, hensikt og relevans for psykisk helsearbeid, samt problemstilling og tema.

Kapittel 2 utdyper forskningsmessig bakgrunn for temaet.

Kapittel 3 omhandler det teoretiske grunnlaget for forståelsen av samspillet mellom foreldre og barn gjennom teorier om tilknytning og foreldrestiler.

I kapittel 4 presenteres den metodiske tilnærmingen inklusiv etiske overveielser.

I kapittel 5 presenteres resultatene fra datamaterialet.

I kapittel 6 drøftes resultater av funn opp mot teori og forskning.

I kapittel 7 drøftes videre studien som helhet med kritisk og refleksivt blikk på egen prosess og avveielser. Til slutt presenteres studiens implikasjoner for praksis og konklusjon.

1.6 Studiens relevans for psykisk helsearbeid

Denne studien omhandler forståelsen av hva som preger foreldreutøvelse i dag fra perspektivet til familieveiledere, men er knyttet opp mot sammenheng mellom foreldreutøvelse og barn og unges psykiske helse. Informasjon og erfaringer som deles i det kvalitative forskningsprosjektet har utgangspunkt i forebyggende psykisk helsearbeid på kommunalt nivå. Kommunene er pålagt å fremme befolkningens helse og trivsel og å bidra til forebygging av psykisk og somatisk sykdom. De skal videre sørge for helsetjenester til barn og unge med psykiske plager og oppdage og tidlig intervensere for å ivareta og bistå barn og unge med sine familier (Helsedirektoratet, 2023). I mange kommuner er det opprettet familieteam som del av kommunens forebyggende arbeid for å fremme psykisk helse hos både barn, ungdom og foreldre.

Ifølge Eriksson og Hummelvoll (2015) kan psykisk helsearbeid defineres som:

«å bistå mennesker med ulike psykiske problemer og lidelser, og/eller særlige behov, til å oppleve mening og mestring i sin hverdagsvirkelighet. Dette innebærer at den psykiske helsearbeideren, sammen med personen, arbeider for å skape, utvikle, forandre og bevare livsstrategier for og i ulike samfunnskontekster og stadier i livet».
(Eriksson, 2014, i Eriksson & Hummelvoll, 2015, s. 13).

Psykisk helsearbeid er altså et vidt begrep som innebærer å samarbeide for å bidra til og bedre individets psykiske helse. Mer utfyllende innebærer det å gi både hjelp og omsorg til mennesker i alle aldre som har ulike grader av psykiske plager eller lidelser (Andersen, 2023). Målet er å styrke den enkeltes opplevelse av egenverd og muligheter til å mestre sin livssituasjon gjennom å styrke individets evne til å ta i bruk egne ressurser. Det å gi hjelp og støtte til prosesser som bidrar til å skape et inkluderende samfunn er dessuten en viktig del av dette arbeidet (Andersen et al., 2008 i Eriksson & Hummelvoll, 2015, s. 9). I tillegg er det et siktemål å oppdage og endre forhold som skaper psykisk uhelse eller som bidrar til sosial utestenging (Andersen, 2023).

Basert på egne erfaringer ligger beskrivelsen av psykisk helsearbeid nært opp mot familieteamenes arbeid. Familieveiledere har en viktig rolle nettopp i å oppdage og påpeke nye ressurser og mestringsmuligheter som kan bidra til å styrke foreldrenes samspill med barna. Samtidig vet vi at det er mange foreldre som ikke ber om hjelp, men som likevel kan ha nytte av tiltak, kunnskap eller endringer som kan styrke dem i samspillet med barna sine.

Det foreligger derfor et ønske om at funnene i denne studien kan bidra til å styrke kompetansen i det forebyggende arbeidet. Målet er at økt kunnskap kan gjøre familieveiledere best mulig rustet til å veilede foreldre slik at de kan ivareta og fremme barnas psykologiske tilpasning og utvikling.

1.7 Forforståelse

Min forforståelse har preget hele forskningsprosessen, og det å ha en åpenhet og bevissthet om dette anses derfor som vesentlig for å ivareta validitet og troverdighet i prosjektet. Mine arbeids- og livserfaringer, holdninger, verdier, utdanning og kultur er noe av det som har påvirket min forforståelse. Forforståelsen er det utgangspunktet som i det hele tatt gjør det mulig for oss å forstå noe (Thomassen, 2006, s. 86). Forforståelse handler om hvordan man alltid vil møte verden ut ifra en viss erfarings- og kunnskapsbakgrunn som igjen bidrar til å forme hvordan vi gir mening til det vi observerer (Thornquist, 2018, s.76). Den prosessen hvor vår forforståelse og forståelse møter fortolkning og danner ny forståelse, kaller vi den hermeneutiske spiral. Den viser til hvordan fortolkning innebærer å forstå delene ut ifra en helhet og at helheten utgjør samspillet mellom delene (Gadamer, 2004, s. 269). Dette forholdet mellom deler og helhet forekommer i alle former for samhandling mellom mennesker (Thomassen, 2006, s. 92).

Min forforståelse har vært med å prege både valg av problemstilling, metode, teoretisk ramme og valg av analysemodell i tillegg til selve gjennomføringen av både rekruttering og intervju av informanter. Selv har jeg en sammensatt utdanning og arbeidserfaring og har vært heldig og fått være en medvandrer og støtteperson for både barn, ungdom og voksne i ulike sårbare faser av livet. Som både datter, mamma, kone og venn har jeg gjort meg erfaringer og refleksjoner omkring foreldrerollen også privat. Min faglige forankring er primært knyttet til utdanningen som barnevernspedagog og senere psykisk helsearbeider, men også som kateket i Den norske kirke, familieveileder og nå som behandler i barne- og ungdomspsykiatrisk poliklinikk. Gjennom mine år i arbeidslivet har jeg fått mulighet til å få innblikk i mange familiers hverdag, følelsesliv, mestringsopplevelser og fortvilelse. Min erfaring tilsier at mange foreldre strever med å se seg selv som gode nok målt opp mot noen idealer og krav som synes rådende i samfunnet. Mitt inntrykk er at det er noen idealer for foreldreutøvelse, samt tendenser til ekspertstyring som gjør mange foreldre utrygge og redde for ikke å være

gode nok og at streben etter perfektjon også overføres på barna. Jeg tenker det er sårbart å erkjenne at egne barn strever psykisk, og jeg tror mange foreldre har kjent på både fortvilelse, redsel og skam i forkant av at de søker hjelp. Når vi møter familier i det forebyggende hjelpeapparatet, er det vanlig ikke bare å ha fokus på symptomene som synes hos barnet, men også på familiesituasjonen, foreldrenes egen historie og samspillet mellom foreldre og barn. Dette fordi vi ser på foreldre som en viktig nøkkel til endring og fordi vi vet at hele familien spiller en vesentlig rolle for barnets utvikling (Skogen et al., 2018, s. 42). Min forforståelse påvirker derfor både hvordan jeg forstår foreldrenes betydning for barns psykiske helse, men også familieveilederes møte med den enkelte familie og deres strev. Parallelt med dette er det relevant å ta med at også mine informanter har med seg en forforståelse inn i denne studien. De har alle med seg erfaringer, kunnskap og faglig tilhørighet som preger deres tankesett og vurderingsgrunnlag. Den kunnskap som oppstår i møtet mellom mine informanter og meg, vil derfor være formet av en hermeneutisk vekselvirkning mellom forforståelse/forståelse og fortolkning.

1.8 Begrepsavklaring

1.8.1 Familieteam

I tråd med nasjonale retningslinjer har kommunene ansvar for at det finnes tjenester som ivaretar psykisk helsearbeid for barn og unge (Helsedirektoratet, 2023). Mange norske kommuner har opprettet familieteam som del av deres forebyggende psykiske helsetilbud til gravide, barn og familier. Familieteamene er ikke en lovpålagt tjeneste, og kommunene organiserer teamene ulikt. Familieteamenes arbeid omfatter foreldreveiledning og endringsarbeid, rådgivning, foreldrekurs, støttesamtaler med barn og unge, hjemmebesøk og familiearbeid (Gjøvik kommune, 2023). Familieteamene kan være organisert på ulike måter i kommunene, og noen steder er de knyttet tett opp til spesialisthelsetjenesten. I de kommunene som deltar i studien, fungerer familieteamet som et kommunalt lavterskeltilbud hvor hjelpen i hovedsak bygger på at foreldre selv har bedt om hjelp.

1.8.2 Familieveileder

Familieveileder viser i denne studien til ansatte fagpersoner i kommunale familieteam. De vil oftest ha faglig utdanning innen helse- og sosialfag, familierapi, psykologi eller psykisk helsearbeid.

1.8.3 Foreldreutøvelse

I denne studien brukes ulike betegnelser på måten foreldre utøver rollen sin på. Begrepene *foreldreutøvelse*, *foreldreskap*, *foreldrestil*, *foreldrerolle* eller *foreldrepraksis* vil derfor brukes som varianter av noenlunde samme betydning. Foreldreutøvelse kan beskrives som den direkte observerbare, spesifikke atferden som foreldre bruker for å sosialisere med sine barn (Taintor, 2023, s. 472). Det vil si en samling av målrettede eller ikke-målrettede holdninger og atferd som kommuniseres til barnet. Målrettet foreldreutøvelse viser til den spesifikke atferd foreldre gjør når de utfører sine foreldreoppgaver, mens den ikke målrettede foreldreutøvelse på sin side, refererer til variasjoner i stemmeleie, spontane følelsesuttrykk eller gester (Darling & Steinberg, 1993, s. 488). Begrepene *foreldreutøvelse*, *foreldreskap*, *foreldrestil*, *foreldrerolle* eller *foreldrepraksis* viser i denne studien til den samling av holdninger, mønster og atferd som foreldre kommuniserer til barna og de uttrykte strategier og reaksjoner som foreldre bruker i oppdragelsen (Marcone et al., 2020).

Foreldreutøvelse preget av høy grad av involvering, overbeskyttelse og kontroll har blitt betegnet som blant annet «helikopterforeldre», «curlingforeldre», «sherpaforeldre» eller med begreper som «overparenting» og «hyperattentive parenting» (Dumont, 2021, s. 1; Estep, 2019; Jiao & Segrin, 2021, s. 859; Vigdal & Brønnick, 2022, s. 1). Etter fordypning i forskningsfeltet oppfattes det at de ulike betegnelse på foreldrerollen innebærer noe ulik vektlegging av de tre tendensene «overinvolvering», «overbeskyttelse» og «kontroll» og hvordan de vises i foreldreutøvelsen. Det er i denne studien derfor valgt å ikke begrense til én betegnelse, men heller anvende de tre tendensene når denne type foreldreutøvelse skal beskrives.

1.8.4 Psykisk helse og psykiske lidelser

Psykisk helse brukes som et overordnet begrep som både sier noe om personers livskvalitet, men også psykiske plager og lidelser. Begrepet brukes for å beskrive noe om hvordan en har

det med seg selv, i møte med både hverdagen og andre mennesker og er særlig knyttet til både tanker og følelser (Helsenorge, 2022).

Psykiske plager viser til plager som engstelse, nedstemthet eller uro og kan variere fra lette til sterkere plager uten at det kan karakteriseres som en psykisk lidelse (Bang et al., 2023).

Psykiske lidelser brukes når symptombelastningen er stor, vedvarende over tid og oppfyller kriteriene for en klinisk diagnose. Her foreligger det vanligvis også et uttalt funksjonstap (Bang et al., 2023). Psykiske lidelser synes ikke alltid på samme måte hos barn og unge som hos voksne. Hos yngre barn vises symptomene hovedsakelig gjennom endret atferd, men ettersom barn utvikler seg raskt, vil også symptomer og uttrykk kunne variere ut ifra alderstrinn (Bang et al., 2023). I det forebyggende familiearbeidet møter man imidlertid ofte familier på et tidlig stadium hvor det ikke er iverksatt utredning eller satt diagnoser, men hvor barna selv eller foreldrene opplever at barna strever med psykiske plager, emosjonelle eller atferdsmessige vansker av ulik grad. Vanskene vil derfor ofte befinne seg på mildt til moderat nivå.

2 Kunnskapsgrunnlag

Som bakteppe for studien er det søkt både etter teori, samt relevant forskning som kan bidra til å belyse problemstillingen. I det følgende presenteres forskning om foreldreutøvelse og barn og unges psykiske helse, om foreldrerolle og familieliv i dag, om barn og unges psykiske helse om forståelse av overdreven foreldreinvolvering.

2.1 Foreldreutøvelse i dag og barn og unges psykiske helse

De siste årene har det vært en økende interesse for å studere foreldreutøvelse, delvis på grunn av utvikling av teorier om tilknytning og sosial læring som understreker betydningen av foreldres påvirkning på barns utvikling (Gorostiaga et al., 2019, s. 1). Forskningen har til sammen gitt et godt kunnskapsgrunnlag for å kunne si noe om sammenhengen mellom foreldreutøvelse og barn og unges psykiske helse. Gjennom gjensidig samhandling med foreldre utvikles barnet sosialt, emosjonelt, kognitivt og fysisk (Skogen et.al., 2018, s. 42). I det senere har også flere forskningsartikler vist klare sammenhenger mellom en foreldreutøvelse preget av overinvolvering, overbeskyttelse og kontroll og internaliserende symptomer som angst og depresjon hos barn og unge. I denne forbindelse har det også vært forsket mye på foreldrestiler med utgangspunkt i teoretiske modeller som beskriver foreldreatferden gjennom ulike klassifiseringer. Eksempler på dette er atferdskontroll, psykologisk kontroll eller grad av autonomibevilgning. Mest kjent er kanskje Baumrinds, og senere Maccoby og Martins, inndeling i autoritær, ettergivende, autoritativ og forsømmende foreldrestil, hvor den autoritative foreldrestilen er den som assosieres med høyest trivsel hos barn (Baumrind, 1966, s. 887; Blaasvær & Ames, 2019, s. 5; Martin et al., 1981, s. 1065). Andre tradisjoner tar utgangspunkt i andre dimensjoner som eksempelvis aksept/involvering, og strenghet/pålegging (Gorostiaga et.al., 2019, s. 2), eller ulike emosjonssosialiseringstypologier (Jespersen et al., 2021, s. 3). De ulike måtene å beskrive foreldreutøvelsen på må forstås som teoretiske kategorier eller redskaper for å sortere ulike måter foreldre utøver sin foreldrerolle på (Blaasvær & Ames, 2019, s. 14.). Felles for mange av modellene er antakelsen om at foreldreutøvelse preget av høy grad av varme, atferdskontroll i form av sunn grensesetting, samt autonomibevilgning er det som assosieres med best psykologisk tilpasning hos barn og færrest internaliserende symptomer som angst og depresjon (Gorostiaga et al., 2019, s. 1- 2).

Med bakgrunn i at mye av forskningen om sammenhenger mellom foreldreutøvelse og barn og unges psykiske helse viser til Baumrinds modell, vil denne være en del av den teoretiske hovedtyngden også for denne studien. Samtidig er det også en nær sammenheng mellom foreldreutøvelse og tilknytning, noe som innebærer at det også er naturlig å trekke inn teori fra tilknytningslæren når vi skal forstå samspill mellom foreldre og barn. Teoriene til Bowlby og Ainsworth, men også Blatz er relevant å ha med her.

2.2 Tendenser knyttet opp mot psykisk helse hos barn og unge i dag

De aller fleste barn og unge som vokser opp i Norge i dag, har en god barndom og er godt fornøyd med livet sitt (NOU 2020: 14, s. 43; Sletten & Bakken, 2016, s.44). Tall fra Ungdata undersøkelsen 2022 viser at et flertall av ungdom har gode venner, nære, tillitsfulle relasjoner til sine foreldre og trives godt på skolen (Bakken, 2022, s. 2). Det er fortsatt et mindretall som rapporterer om psykiske plager og ensomhet (Bakken, 2022, s. 2), men likevel har flere studier og forskningsrapporter over de siste tiår vist en gradvis økning i antall barn og unge som har blitt diagnostisert med angst, depresjon eller har selvrapporterte psykiske plager (Bang et al., 2023; Ungdata, 2020). Særlig symptomer som stress, søvnproblemer, bekymringer og tanker om å ikke være fornøyd med egen helse, har vist seg å prege mange av dagens unge (Bakken, 2022, s. 4).

Likevel er det ikke bare selvrapporterte plager som forteller oss noe om den psykiske tilstanden blant ungdom i dag. I perioden 2010 til 2022 har man sett en klar økning i andelen barn og unge som har blitt registrert med diagnosekode for psykisk lidelse i Norge (Bang et al., 2023). Flere ulike norske undersøkelser viser at om lag syv prosent av barn og ungdom i alderen 4 -14 år har en psykisk lidelse (Wichstrøm et al., 2012 i Bang et al., 2023). Mer enn 11 prosent av dem tilfredsstillt dessuten mer enn én tilleggslidelse (Bøe et al., 2021 i Bang et al., 2023).

Vi vet en del i dag om miljømessige risikofaktorer for psykiske plager blant barn og ungdom, men det er imidlertid færre studier som har sett på hvordan enkelte miljøfaktorer har innvirkning over tid eller hvordan spekteret av risikofaktorer har betydning når de undersøkes samtidig (Sletten & Bakken, 2016, s. 44). Gitt konteksten med økende nivåer av angst og depresjon i en samfunnsskala, kan det derfor være nyttig se nærmere på familielivet når vi skal forklare og forstå disse tendensene. Miljømessige forhold som gjerne undersøkes knyttet

opp mot psykiske helseplager er ungdommers hjemmemiljø, sosioøkonomisk bakgrunn, foreldres helse eller utdanning, jevnaldrende og ungdomskultur, fysisk aktivitet, kropp og helse. Undersøkelser har vist tendenser til sammenheng mellom svake ressurser på disse områdene og økt risiko for helseplager (Sletten & Bakken, 2016, s. 46). Med tanke på betydningen av ungdoms hjemmemiljø, viser studier at det å vokse opp med konfliktfylte forhold i hjemmet, foreldre som selv har psykiske plager, knapp økonomi eller liten grad av sosial støtte rundt familien øker risikoen for utvikling av psykiske lidelser (Knudsen et al., 2010, s. 2-3). Relasjonen til foreldre har altså også vist seg å være av vesentlig betydning for ungdoms psykiske helse.

2.3 Tendenser og idealer knyttet til foreldrerollen og familielivet i dag

Både familielivet og foreldrerollen har endret seg over tid. Spesielt store endringer har man sett knyttet til utbygging av velferdsstaten, etter utarbeiding av barneloven, med økt grad av likestilling, nedgang i barnetall og et mer mangfoldig samfunn med forskjellige familiestrukturer (NOU 2020: 14, s.38, 40 og 43). Undersøkelser av norske familiers hverdag viser at foreldre i dag har nærere relasjon til sine barn og er svært involvert i både skolearbeid, fritid og vennerelasjoner (NOU 2020: 14, s. 38, 41 og 43).

Fra etterkrigstiden hadde foreldre mest fokus på sitt ansvar for barnas ernæring og helse. Den økte kunnskapen om barns utvikling og barneoppdragelse, de siste tiår, har imidlertid gjort barneoppdragelsen mer profesjonalisert og i større grad basert på psykologi, pedagogikk og påvirkning fra offentlige institusjoner som helsestasjoner og familievern (Bråten & Sønsterudbråten, 2016, s. 8). Kunnskapen om hva som i størst grad fremmer sunn vekst og er til det beste for barna er informasjon foreldre i dag søker i et forsøk på å unngå å gjøre de samme «feilene» som ens egne foreldre gjorde (Hoffman et al., 2017, s. 23).

Synet på barn har også endret seg. Barn blir i dag i større grad regnet som selvstendige individer med egne lover og rettigheter, noe som innebærer økende grad av medvirkning og synlighet i samfunnet i saker som omhandler dem selv (NOU 2020: 14, s. 42).

Forskning på familielivet viser at dagens idealer innebærer et sterkt barnefokuset foreldreskap og medfører at mange foreldre strekker seg svært langt for å hjelpe og legge til rette for sine barn på en måte som lett fører til overinvolvering, overbeskyttelse og kontroll (Vigdal & Brønnick, 2022, s. 2). I en fagartikkel av psykolog Løkke hevdes at den

tradisjonelle rollebaserte avstanden mellom foreldre og barn i dag synes å være i ferd med å oppheves (Løkke, 2016). Over tid kan det synes som det har foregått en verdiendring i retning av mindre autoritær, men mer barnesentrert foreldrepraksis og at verdien av autonomi har økt på bekostning av lydighet. Undersøkelser har dessuten vist at foreldre i dag utøver forelderrollen med høyere grad av demokrati og fleksibilitet, mens den direkte eksternaliserende kontrollen er avtakende (Sletten & Bakken, 2016, s. 50). Dette har også betydning for hvilke idealer som preger familiene. Flere internasjonale studier viser at foreldre i dag er betydelig mer engasjert i barnas hverdag enn forrige generasjoners foreldre var. Man har sett en barnesentrering som innebærer at barnet direkte eller indirekte er sentrum av familiens hverdagsliv (Bahrami, 2014 i Dumont 2021, s. 5) og at foreldre ledes mot å gi avkall på egne behov til fordel for barnas velvære (Dumont, 2021, s. 5). Både norske og internasjonale studier viser at de fleste foreldre i dag bruker mer tid og energi på sine barn enn noensinne (Estep, 2019, NOU 2020: 14, s. 42). Samspillet har endret seg fra passivt tilsyn fra de voksne til aktiv involvering med barna (Finnvold et al., 2020, s. 29). Dette innebærer at det i dag brukes mye mer tid på kvalitative aktiviteter som lek, lesing og samtaler (Egeland & Pedersen, 2020, s. 14). Denne foreldreinvolveringen kan forstås som et uttrykk for å være ansvarlige foreldre som tar del i barnas liv (Pedersen & Egeland, 2020, s. 19). Dagens forelderrolle innebærer også mer fokusering på barnets emosjonelle, mentale og praktiske selvutvikling (NOU 2020: 14, s. 41) og relasjonen mellom foreldre og barn bygger på dyp kommunikasjon, nærhet og følelsesmessige bånd (Aarseth, 2018, s. 85). På denne måten utvides foreldreansvaret til å dekke noe mer enn vanlige omsorgsoppgaver, grensesetting og korrigerende avferd. Denne investeringen i tid sammen med barna forstås gjerne som en *intensivering* av foreldreskapet og innebærer økte krav og forventninger til hva som knytter seg til forelderrollen (NOU 2020: 14, s. 41; Skogen et al., 2018, s. 14). I sosiologisk forskning har man brukt begrepet *intensiv kultivering* som en betegnelse på en foreldrepraksis hvor forelderrollen ser det som sitt ansvar å utvikle og skape barna som individer med et stort repertoar av talenter og egenskaper (Egeland & Pedersen, 2020, s. 19). En slik foreldrepraksis stiller store krav til foreldrenes tidsmessige, økonomiske og emosjonelle engasjement slik at den bidrar til å styrke barnets intellektuelle, sosiale, fysiske og følelsesmessige utvikling (Vincent & Ball, 2007, s. 8). På denne måten ønsker en å sikre at barnet blir rustet til å konkurrere innenfor utdanning og arbeidsmarkedet som voksne (Egeland & Pedersen, 2020, s.19).

Begrepet *intimisering* innebærer forståelsen av at familien som institusjon i større grad vektlegger emosjonelle bånd og den enkeltes opplevelse av samhørighet og tilhørighet fremfor gjensidige forpliktelser og rollemessig avhengighet. Dette viser seg både i parrelasjonen, men også i relasjonen mellom foreldre og barn (Aarseth, 2018, s. 85). Også betegnelsen *barnesentrering* er blitt brukt for å beskrive hvordan mange foreldre anser barna som det mest sentrale i deres liv og det de har størst fokus på. Barnesentreringen innebærer at foreldre i større grad enn før ser sin egen innsats som avgjørende for fremtiden til barna og derfor investerer mye tid og innstas i dem (NOU 2020: 14, s. 42). Samtidig preges samfunnet av en tendens til tiltakende vitenskapeliggjøring, medikalisering og ekspertvelde, noe som kan bidra til at foreldres autoritet og handlekraft fremstår svekket (Løkke, 2016). Foreldreinnsatsen har imidlertid gjort barna mer avhengige av foreldrene i forhold til fritidsaktiviteter, utdanning, læring og økonomi. Dette har også medvirket til at sosialisering av barn i dag i større grad krever aktive og engasjerte foreldre (NOU 2020: 14, s. 42).

Samspeillet i familien er i dag dessuten preget av teknologiske nyvinninger som mobiltelefoner og smartklokker som gis til barn i stadig yngre alder (Rosenberg, 2023, s. 13). Gjennom avansert teknologi stimuleres foreldre til å overvåke barnas sosiale omgang og bevegelser (Dumont, 2021, s. 2). Dette gir foreldre en form for kontroll, oversikt og trygghet.

Det har vært hevdet at et mer barnesentret foreldreskap i dag har blitt nærmest som en kulturell norm som synes på tvers av sosiale klasser og er utbredt over en global skala (Estep, 2019; Vigdal & Brønnick, 2022, s. 2).

2.4 Overdreven foreldreinvolvering og barn og unges psykiske helse

Når det gjelder foreldreutøvelse generelt skiller det vanligvis mellom foreldres emosjonelle engasjement og foreldrekontroll, hvor lav grad av emosjonelt engasjement eller høy grad av kontroll øker risiko for depresjon og angst hos barn og unge (Sletten & Bakken, 2016, s. 50). Foreldreutøvelse kan sees på som en omvendt U- kurve hvor den optimale mengden foreldreinvolvering er assosiert med positive resultater. Både for lite eller for mye støtte er generelt assosiert med negative utfall for barnet. De individuelle ulikhetene i barnets behov og evner avgjør hvorvidt graden av foreldreinvolvering anses å være hensiktsmessig for utviklingen eller om den blir overdreven og påtrengende (Gagnon et al., 2019, s. 413).

Et foreldreskap preget av *overinvolvering* innebærer at foreldreutøvelsen er grenseoverskridende samtidig som den er begrensende i forhold til barnets autonomi og emosjonelle uavhengighet (Laurin et al., 2015, s. 3280). Overinvolverte foreldre er opptatt av å beskytte barna mot ubehag og skade og samtidig sikre barna best mulig utfall på kort og lang sikt. De forutser ofte utfordringer og hjelper barna med oppgaver uavhengig av om barna ber om det. Noen ganger kan dette også innebære urealistisk høye forventninger både til seg selv og til barna (Wallace et al., 2015, s. 3). Et slikt foreldreskap reduserer barnets eksponering for vanskelige situasjoner og barnet hindres dermed i å utvikle effektive mestringsstrategier, men kan isteden utvikle bekymringer omkring mestring og egenverd. Dette kan skje fordi foreldrene sender signaler om at barnet ikke er i stand til å mestre utfordringer uten foreldrehjelp (Laurin et al., 2015, s. 3280).

Den *overbeskyttende* og den *kontrollerende* foreldreutøvelsen henger tett sammen og innebærer blant annet at man i overdreven grad regulerer barnas aktiviteter og rutiner. Videre betyr det at man legger press på, er påtrengende eller dominerende mot barnet, eller på annen måte begrenser barnets autonomi (Laurin et al., 2015, s. 3280). Kontroll kan både utøves eksternaliserende gjennom bruk av tvang og makt, men kan også være internaliserende og overbeskyttende. Den vil da uttrykkes gjennom overdreven skjerming og konstant tilsyn med barnet (Laurin et al., 2015, s. 3280; Vigdal & Brønnick, 2022, s. 2). I denne studien henviser et kontrollerende foreldreskap til internaliserende og overbeskyttende tendenser.

En foreldrestil preget av alle de tre komponentene overinvolvering, overbeskyttelse og kontroll kan defineres ut fra tre ulike former for atferd:

1. Å alltid søke informasjon om hvor barnet befinner seg og hva det driver med.
2. Direkte intervensjon, å gå inn i konflikter som oppstår i barnas aktiviteter uansett om det er noe galt eller ikke.
3. Å ikke gi barnet autonomi, begrense og kontrollere dem slik at de ikke har kontroll over eget liv og ikke får gjøre egne feil (Shaki et al., 2022, s. 5).

Med andre ord viser dette til foreldre som vier all sin oppmerksomhet mot barnet og er opptatt av hva barnet spiser, kler på seg, hvordan de tilbringer fritiden og aktivitetene sine, hvem de er sammen med og fremfor alt studiene deres (Shaki et al., 2022, s. 2). Disse foreldrene vil bruke sin energi på å stå på sidelinjen og heie barna frem, rydde veg for barna, vokte alle valg og sørge for at barnet unngår skuffelser og vonde opplevelser (Estep, 2019). Når foreldre blir altfor nære, sårbare og gjør alt for barna, kan det medføre forstyrrelser i løsrivingsfasen

(Løkke, 2016). Foreldre som utøver en slik foreldrestil er ofte så engasjert i sine barn at de setter egne mål og behov til siden og er så tett på barna at de ikke selv ser hvor negativt det kan være for barnet (Shaki et al., 2022, s. 5).

Det finnes i dag mye forskning som viser at dersom foreldreutøvelsen blir overinvolverende, overbeskyttende og kontrollerende, kan det innebære at en sender signaler til barnet om at det ikke har ervervet egenomsorgskompetanse og derfor trenger stor grad av beskyttelse fra foreldrene. På denne måten risikerer man å så tvil om barnets egen evne til å beskytte seg selv eller å tåle eget ubehag (Vigdal & Brønnick, 2022 s. 2; Estep, 2019). Dersom foreldres egen frykt for skjevutvikling eller plager hos barna preger foreldrerollen, kan det medføre tendenser til patologisering og leting etter diagnoser (Løkke, 2016). Barna blir da lett symptombærere på foreldres usikkerhet.

Forskere har i lang tid argumentert for foreldreutøvelsens betydning for barns utvikling og psykiske helse. Nyere studier av foreldreutøvelse preget av overinvolvering, overbeskyttelse og kontroll viser imidlertid at denne typen foreldreutøvelse er forbundet med internaliserende vansker, økt medisinbruk, reduksjon av velvære, dårligere selvreguleringsevner, dårlig selvtillit og dårligere akademiske resultater. Foreldreutøvelsen er derfor å anse som en viktig modifierbar risikofaktor i forhold til psykiske helseplager for barn og unge (Vigdal & Brønnick, 2022, s. 2-3).

3 Teoretisk forankring

Studiens teoretiske bakteppe er hentet fra tilknytningsteori og teori om foreldrestiler i tillegg til en kort presentasjon av Trygghetssirkelen som et eksempel på et tilknytningsbasert foreldreveiledningsprogram. Hensikten med teorien er å gi et kunnskapsmessig grunnlag for videre besvarelse av studiens problemstilling.

3.1 Foreldrestiler

Interessen for foreldres påvirkning på barns utvikling har røtter tilbake til både behavioristisk og freudiansk teori (Darling & Steinberg, 1993, s. 488). I løpet av de siste fem tiår har det imidlertid vært en svært økende forskningsinteresse knyttet til den viktige rollen foreldre har for barns sosiale og mentale utvikling (Taintor, 2023, s. 472). En av dem som har vært en pioner i dette arbeidet er Diana Baumrind som allerede på 1960-tallet introduserte sine tre foreldrestiler basert på å kategorisere foreldrepraksiser ut fra to overordnede akser som angir graden av variablene varme og kontroll på de ulike aksene (Blaasvær & Ames, 2019, s.7). Med utgangspunkt i dette definerte Baumrind sine tre foreldrestiler; autoritær, ettergivende og autoritativ (Blaasvær & Ames, 2019, s. 14). På 1980-tallet ble denne forståelsen imidlertid utvidet etter at Maccoby og Martins forskning om forholdet mellom foreldres krav og responsivitet til barnet tilførte en fjerde dimensjon - den forsømmende foreldrestilen (Martin et al., 1981, s. 1065; Taintor, 2023, s. 473). Baumrinds hensikt var å beskrive typiske ulikheter i foreldreutøvelsen (Taintor, 2023, s. 472). Hennes teori ble utformet i en tid der barneoppdragelsen i stor grad var påvirket av humanistiske og religiøse verdier fremfor forskningsbaserte anbefalinger (Baumrind, 1966, s. 888). Tidligere arbeid med foreldrestiler hadde tatt utgangspunkt i å undersøke spesifikke kombinasjoner av foreldrepraksiser som kunne påvirke barnets utvikling, snarere enn ulike foreldrepraksiser og dimensjoner av dem. Baumrinds tilnærming innebar isteden å undersøke hvilke mønstre av foreldreutøvelse som viser seg hos den enkelte forelder og hvordan dette ville påvirke barnets utvikling (Taintor, 2023, s. 472). De teoretiske kategoriene hennes må derfor ses på som verktøy for å kunne sortere forskjellige måter å utøve foreldrerollen på mer enn en virkelighetsnær beskrivelse av praksis (Blaasvær & Ames, 2019, s. 14).

Siden 1960 tallet har det blitt gjennomført mye forskning som viser en påfallende konsistent

sammenheng mellom foreldreutøvelse og barns utvikling (Darlig & Steinberg, 1993, s. 487 og Gorostiaga et al., 2019, s.1). Mye av denne forskningen bygger på Baumrinds foreldrestilmodell eller ulike varianter av denne.

Andre forskere og tradisjoner har imidlertid tatt utgangspunkt i andre variabler som vurdering av grad av foreldrestøtte versus foreldrekontroll, basert på grad av involvering, emosjonell tilgjengelighet og varme versus disiplinære strategier, krav, regler, belønning og straff. Andre igjen har studert hvordan spesifikke kombinasjoner av foreldrepraksis påvirker barnets utvikling i større grad enn separate foreldrepraksis-dimensjoner (Blaasvær & Ames, 2019, s. 16; Taintor, 2023, s. 472).

3.2 Baumrinds foreldrestiler

Baumrinds klassifiseringer har kanskje vært den forståelsen som i størst grad har påvirket foreldreforskningen (Taintor, 2023, s. 473). Og svært mange systematiske forskningsoversikter har tatt utgangspunkt i hennes variabler og kategorier for foreldrestiler (Blaasvær & Ames, 2019, s.7). Det er derfor naturlig å ha hovedvekt på denne modellen også i denne studien. Den følgende beskrivelsen av Baumrinds tre opprinnelige foreldrestiler er hentet fra hennes egen artikkel «Effects of Authoritative Parental Control on Child Behaviour», fra 1966.

3.2.1 Autoritær foreldrestil

En autoritær foreldrestil er preget av forsøk på å forme, kontrollere og evaluere barnets atferd med utgangspunkt i absolutte standarder. En slik foreldrestil innebærer at en verdsetter lydighet og bruker straffende og kraftfulle tiltak for å dempe barnets egenvilje i situasjoner hvor barnets handlinger eller tanker er i konflikt med det forelderen mener er riktig oppførsel. En autoritær foreldrestil innebærer å verdsette tradisjonell orden og struktur og forelderen vil derfor begrense barnets autonomi ved å tildele ansvar og oppgaver for å holde barnet på plass. Det oppmuntres ikke til diskusjon eller forhandlinger, men forventes snarere at forelderens ord skal aksepteres (Baumrind, 1966, s. 890).

3.2.2 Ettergivende foreldrestil

Den ettergivende forelder forsøker å oppføre seg på en bekreftende, aksepterende og ikke-straffende måte i møte med barnets handlinger, impulser og ønsker. Forelder vil gi forklaringer og åpne for drøfting vedrørende regler og grenser og stiller få krav til ansvar og oppførsel. Forelder vil selv fremstå som en ressurs som barnet kan benytte fremfor å være et ideal for etterlikning eller den ansvarlige som former barnets atferd. Den ettergivende foreldrestilen preges av at barnet selv får regulere sine egne aktiviteter uten oppmuntring til å adlyde eksternt definerte standarder. Forelder vil prøve å bruke fornuft fremfor manipulasjon eller makt for å oppnå sine oppdragsmål. Den ettergivende foreldrestilen kan ses som et alternativ til voksenkontroll og innebærer fokus på barnets selvregulering og rett til å leve fritt uten styring fra ytre autoriteter (Baumrind, 1966, s. 889-890).

3.2.3 Autoritativ foreldrestil

Den autoritative forelder vil på sin side prøve å styre barnets atferd og aktivitet på en mer rasjonell måte. Forelder vil oppfordre til å gi og ta, deler egne refleksjoner og resonnement omkring grensesetting og regler og vil åpne for å høre barnets tanker når det oppstår uenighet. Barnets egenvilje og autonomi verdsettes på samme måte som disiplinert konformitet. Forelder vil derfor både søke tydelighet og ledelse i situasjoner hvor barnet er uenig, men vil ikke begrense eller kontrollere barnet med restriksjoner. Den autoritative forelder vil både håndheve sitt perspektiv som voksen, men vil samtidig erkjenne barnets individuelle interesser og særegenheter. Dette innebærer at en bekrefter barnets nåværende egenskaper samtidig som det settes standarder for fremtidig oppførsel. Her brukes fornuft, myndighet, tydelige rammer og positiv forsterkning for å skape et godt samspill (Baumrind, 1966, s. 891)

3.2.4 Forsømmende foreldrestil

Den forsømmende foreldrestilen representerer en utvidelse av Baumrinds to-ortogonale dimensjoner av foreldreutøvelse (Darling & Sternberg, 1993, s. 491). Med utgangspunkt i de to dimensjonene *varme* og *kontroll* satt opp som hver sitt kontinuum fra høy grad av varme (kjærlig, responsiv, imøtekommende) til lav grad av varme/kulde (avvisende, lite kjærlig, lite responsiv) krysset med høy grad av kontroll (regler, grenser, orden) til lav grad av kontroll (kaos, uorden) fremstår den forsømmende foreldrestilen preget av fravær av både kontroll og responsivitet (Blaasvær & Ames, 2019, s. 15). En forsømmende foreldrestil kjennetegnes av

manglende interesse og sensitivitet, lite varme og aksept, lite tid, lite konsekvenser, passivitet, fraværenhet og manglende involvering i barnets liv og hverdag (Blaasvær & Ames, 2019, s. 15).

3.3 Sammenheng mellom foreldrestiler og barn og unges psykiske helse

Det er gjennomført en rekke studier som har undersøkt forholdet mellom foreldrestiler og barn og unges psykiske helse (Blaasvær & Ames, 2019, s. 16; Gorostiaga et al., 2019, s. 2; Marcone et al, 2017 s. 14). Mange av disse har konkludert med at ulik foreldreutøvelse er assosiert med spesifikke typer av vansker hos barna. Dette må sees i tillegg til at det også er andre variabler som kjønn, alder, genetiske faktorer eller foreldres egen helse- som spiller inn (Gorostiaga et al., 2019, s. 3).

Foreldrestilen har stor innvirkning på barnets evne til å regulere egne følelser, noe som anses å være vesentlig. Følelserregulering/selvregulering handler om de ytre og indre prosessene som avgjør hvordan man oppfatter, evaluerer og modererer følelsesmessige reaksjoner for å oppnå sine mål. Foreldrene har en sentral rolle både i å lære barnet intern regulering, men er også aktivt involvert i den eksterne følelserreguleringen til barnet (Loevaas et al., 2018, s. 2-3). Barn som har underutviklede selvreguleringsevner vil kunne vise dette som eksternaliserende symptomer som atferdsvansker og antisosial atferd, mens en overtilpasset selvregulering kan knyttes til internaliserende vansker som angst og depresjon (Marcone et al., 2017, s. 14).

Studier av foreldreutøvelse og barns trivsel har vist at både autoritær og forsømmende foreldreutøvelse er assosiert med tilstedeværelse av internaliserende vansker som angst og depresjon hos barna, noe som sees i sammenheng med mangelen på aksept og involvering fra foreldrene. Dette bekreftes i studier som ser nærmere på fenomenet «kontroll» og «overstyring», forstått som tendensen til å presse barnet til å tenke, handle eller føle på bestemte måter. Disse viser tydelig assosiasjon til depresjonssymptomer hos barna (Blaasvær & Ames, 2019, s. 40). Andre studier har vist hvordan denne autoritære foreldrestilen dessuten er forbundet med økt risiko for selvmord (Gorostiaga, et al., 2019, s. 2). En påfallende klar sammenheng fant man i studier av forholdet mellom foreldredimensjonene «avvisning» og depresjonssymptomer hos barna (Blaasvær & Ames, 2019, s. 40).

Den ettergivende foreldrestilen har imidlertid vist seg å være assosiert med mindre grad av depresjonssymptomer hos barna (Blaasvær & Ames, 2019, s. 40).

En autoritativ foreldrestil har, på sin side, vist seg å være forbundet med generelt god psykologisk tilpasning og fravær av symptomer på angst og depresjon hos barn og unge (Gorostiaga et al., 2019, s. 2). Denne foreldrestilen innebærer en god balanse mellom følelsesmessig støtte, varme og fremming av individualitet på den ene siden, og krav og forventninger, forstått som evnen til å sette grenser og regulere barnets oppførsel, på den andre siden (Marcone, et al., 2017, s. 14). Dette bidrar til at barnet utvikler en god balanse i selvreguleringen og er derfor forbundet med lave nivåer av både eksternaliserende og internaliserende vansker hos barnet. Videre har man sett at foreldres hengivenhet til barnet er med på å fremme barnets tilpasningsevne (Marcone, et al., 2017, s. 14). Dette bekreftes av studier av dimensjonene varme og kulde i Baumrinds modell. Generelt sett har flere studier vist at mer varme kan assosieres med mindre depresjonssymptomer hos barna, mens mer kulde assosieres med mer depresjonssymptomer (Blaasvær & Ames, 2019, s. 2).

3.4 Tilknytning

Tilknytning kan beskrives som et varig emosjonelt bånd mellom to personer, kjennetegnet av at man ønsker å oppnå og beholde en nærhet til den andre (Dalsklev & Eimot, 2017). Generelt anses den britiske barnepsykiateren John Bowlby for å være grunnlegger av tilknytningsteorien. Hans teori var imidlertid sterkt påvirket av innspill også fra andre psykologer og forskere som William Blatz og hans «Secure Theory» (Blatz, 1967, s. 10) og senere også Mary Ainsworths bidrag med «The Strange Situation Procedure» (Ainsworth et al., 2015, s. 81-89; Van Rosmalen et al., 2016, s. 23).

Tilknytningsteori integrerer teori fra både psykodynamiske, kognitive og systemiske perspektiver i tillegg til utviklingsteori og etologi (Killén, 2019, s. 38). Ifølge tilknytningsteorien trenger spedbarn et konsekvent nærrende forhold eller flere sensitive omsorgspersoner rundt seg for å utvikle seg til friske individer (Van Rosmalen et al., 2016, s. 22).

Bowlbys tilknytningsteori bygger på to hovedhypoteser: 1) At alle barn knytter seg til sine omsorgspersoner og 2) at man, parallelt med å utvikle tilknytningsmønster også utvikler «indre arbeidsmodeller» som forteller hvordan man skal være foreldre og barn og hvordan

samspillet mellom dem skal være (Killén, 2019, s. 38). I følge Bowlby er tilknytning altså et livsnødvendig overlevelseshov, noe som innebærer at barnet er sterkt disponert for å søke kontakt med sine omsorgspersoner og har et medfødt sett av atferd som befordrer nærhet til omsorgspersonen (Killén, 2019, s. 38). Uavhengig av om relasjonen betraktes som positiv eller negativ, trygg eller utrygg, er det å søke måter å forbli i relasjonen på derfor ikke noe barnet velger, men noe det har behov for (Bråten & Sønstrerudbråten, 2016, s. 86). Denne forståelsen av tilknytningens grunnleggende betydning for utviklingen får god støtte fra Blatz sin sikkerhetsteori. Sikkerhetsteorien fremmer barnets behov for å utvikle en fullstendig tillit og tilhørighet til sine foreldre som en forutsetning for å kunne lære, utforske, tro på seg selv og utvikle en sunn psykisk helse (Van Rosmalen et al., 2016, s. 25). Hvordan omsorgsgiverne tolker og responderer på barnets signaler vil derfor ha avgjørende betydning for barnets videre tilknytning og utvikling (Hoffman et al., 2017, s. 34). Det er altså ikke et spørsmål om *eksistens* eller *grad* av tilknytning, men om *kvaliteten* på tilknytningen (Sjøvold & Furuholmen, 2023, s. 62).

I samspill med foreldrene vil barna lære evnen til å kjenne trygghet, å kommunisere og å regulere følelsene sine. Dette samspillet utgjør det vi kaller tilknytningsprosessen og spiller en vesentlig rolle for barnets utvikling av en god psykisk helse (Skogen et al., 2018, s. 46).

Som en videreutvikling av teoriene til Bowlby og Blatz kom bidraget fra psykologen Mary Ainsworth om tidlig foreldre- barn samspill (Ainsworth et al., 2015, s.52). Hennes samspillsforskning viste at foreldre kan være mer eller mindre sensitive, responderende, kontrollerende, styrende eller invaderende eller vise ulike grad av tilgjengelighet, passivitet eller forutsigbarhet (Killén, 2019, s. 39). Gjennom observasjonsprosjektet «The Strange Situation» viser Ainsworths forskning at det finnes ulike mønstre i måten tilknytningen arter seg (Ainsworth et al., 2015, s.81-89; Hoffman et al., 2017, s. 43; Dalsklev & Eimot, 2017). Videre viser denne forskningen at barns tilknytningsmønstre sier oss noe om hvordan barnet har blitt behandlet, men også noe om hvordan barnet forventer å bli møtt av sine omsorgspersoner. Tilknytningsmønsteret utvikles som en organisert strategi for å håndtere stress, atskillelse og utfordringer (Killén, 2019, s. 41). I hovedsak skjeller Ainsworth mellom *trygg* eller *utrygg* tilknytning hvor den utrygge tilknytningsvarianten igjen kan kategoriseres i *ambivalent* eller *unntvikende* (Dalsklev & Eimot, 2017). Den mest alvorlige formen for utrygg tilknytning kaller Ainsworth *desorganisert tilknytning*. Ainsworths kategorisering i trygg og utrygg tilknytning gjenspeiles også i Blatzs avhengige og uavhengige sikkerhetskategorier (Van Rosmalen et al., 2016, s. 34).

Studier har vist klare sammenhenger mellom fraværet av et trygt tilknytningsmønster og både internaliserende og eksternaliserende vansker senere i livet (Fearon et al., 2010 og Groh et al., 2012 i Skogen et al., 2018, s. 46).

Foruten de ulike tilknytningsmønstrene har forskningen til Bowlby og Ainsworth dessuten identifisert tre iboende drivkrefter som kan plasseres under tilknytning som hovedbegrep. Det ene er barnets instinkt til å være nær en som kan trøste, beskytte og organisere dets følelser (omsorgssøken), det andre er instinktet til å handle ut ifra ens nysgjerrighet og mestringstrang (utforsking), mens det tredje er omsorgsgivers instinkt til å gi omsorg og å knytte bånd med spedbarnet (Hoffman et al., 2017, s. 41; Van Rosmalen, et al., 2016, s.1). Gjennom sensitive og responderende omsorgsgivere vil barnet gradvis lære seg at foreldrene er der for barnet, at de deler de samme følelsene og sammen kan løse utfordringer. Gjennom en stadig gjentakende informasjonsutveksling (samregulering) av støtte, trygghet og sensitivitet, samt en mild og ikke straffende veiledning vil barnet etter hvert lære seg mye om menneskelige følelser og hvordan de kan forstås og håndteres. Dette skjer først ved hjelp av barnets sensitive foreldre, men gradvis vil barnet lære å håndtere sine følelser og inntrykk selv. Gjennom denne positive samhandlingen med trygge omsorgspersoner vil barnet gradvis utvikle sitt «selv», noe som igjen vil kunne bidra til god selvfølelse, mestring, motivasjon, oppmerksomhet og utholdenhet (Hoffman et al., 2017, s. 35 og 53). Barnet lærer her at det er trygt å utforske og lære fordi det også vet hvor det kan hente hjelp og støtte. Gradvis vil barnet også stole mer på egne mestringsferdigheter og utvikle selvstendighet. På denne måten bidrar trygg tilknytning til at barnet både utvikler en viss grad av uavhengighet, men også evnen til samhørighet med andre. Uavhengighet og samhørighet utgjør navet i trygg tilknytning (Hoffman et al., 2017, s. 35 og 53).

3.5 Foreldreveiledningsprogram for styrking av trygg tilknytning

Med utgangspunkt i kunnskap om tilknytningens betydning for barns utvikling er det utviklet flere foreldreveiledningsprogrammer og kurs for å gi foreldrekunnskap og bevissthet om og veiledning knyttet til trygg tilknytning. På denne måten søkes det å fremme foreldres evne til å identifisere og respondere på barnets ulike behov, men også å styrke evnen til å forstå både seg selv og barnet i samspillsituasjoner (Skogen et al., 2018, s. 46).

Det foreldrekurset i Norge som i størst grad bygger på tilknytningspsykologi er foreldreveiledningsprogrammet COS-P (Circle og Security- Parenting) som på norsk er kalt Trygghetssirkelen (Brandtzæg et al., 2020). Dette er en metode som drives som foreldrekurs av kommunale helse- og sosialtjenester over hele landet, men også som behandlingsprogram på spesialisthelsetjenestenivå mange steder (Brandtzæg et al., 2020). Trygghetssirkelen ble utviklet av de amerikanske klinikerne og forskerne Cooper, Hoffman og Powell og har senere blitt implementert i Norge i 2007 av Tilknytningspsykologene ved Brandtzæg og Torsteinson ved Nic Waals institutt (Brandtzæg & Torsteinson i Hoffman et al., 2017, s. 17).

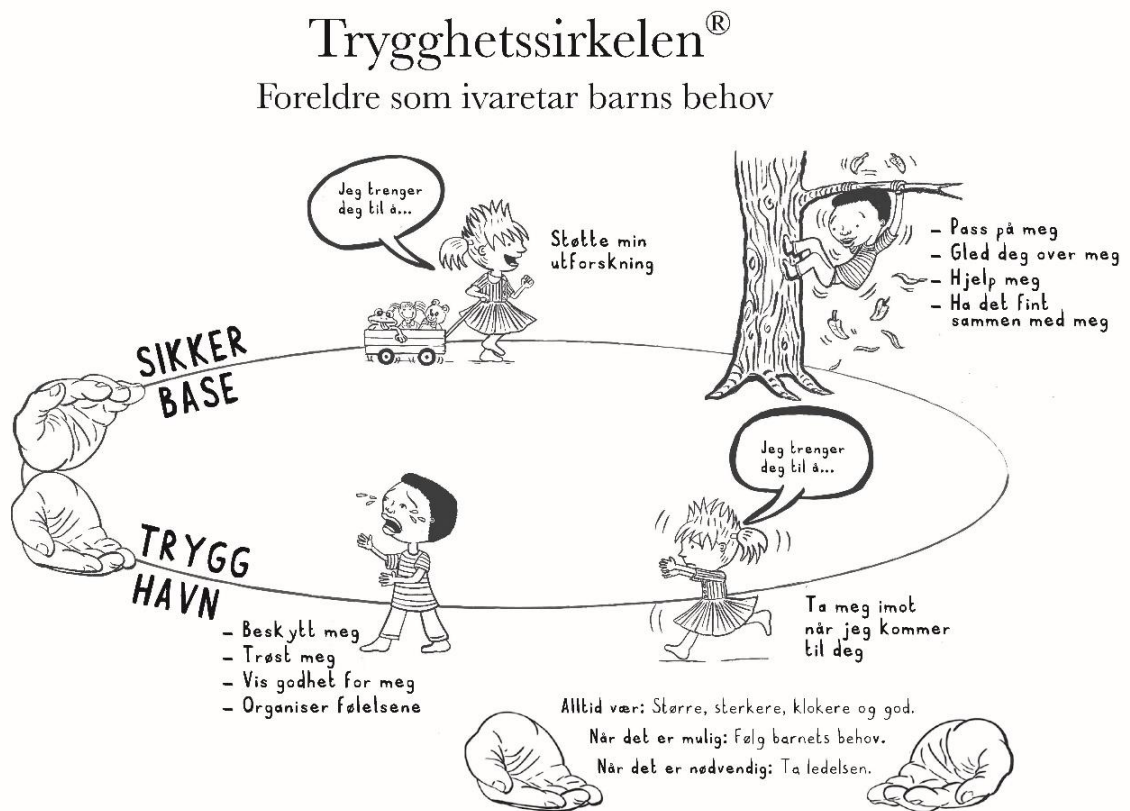
Trygghetssirkelen er opprinnelig et gruppebasert kursopplegg med en overordnet målsetning om å styrke tilknytningen mellom foreldre og barn gjennom å lære foreldre om tilknytningsteori på en lettfattelig og håndgripelig måte. Med utgangspunkt i en stringent utformet manual med spørsmål og refleksjonsoppgaver, DVD med filmer av samspillsituasjoner, samt en grafisk modell som forklarer tilknytningsteori visuelt, introduseres en del nøkkelbegrep om barns behov (Bråten & Sønsterudbråten, 2016, s. 85).

Intervensjonen bygger på de grunnleggende tilknytningsbehovene barnet har for omsorg/avhengighet og utforskning/selvstendighet, men også foreldres instinktive behov for å knytte bånd med sitt barn. Disse behovene anses å være gjensidig avhengige av hverandre. Trygghetssirkelen viser, gjennom en sirkelillustrasjon, hvordan barnet beveger seg mellom sine ulike tilknytningsbehov. Det hele handler om å gi kunnskap om hvordan foreldrene veksler mellom inntoning, resonans og aksept i forhold til barnets spesifikke følelser og behov, men også det å kunne holde og trygge når det er nødvendig. I Trygghetssirkelen bevisstgjøres foreldre på å gi en respons som speiler kvaliteten, intensiteten og timingen på barnets signaler (Hoffman et al., 2017, s.118- 123). Samtidig veiledes foreldre på hvordan de kan ta ledelsen på en god måte ved å balansere egenskapene «større, sterkere, klokere og god». De tre første av disse foreldreegenskapene er lånt fra Bowlbys beskrivelse av foreldrerollen, mens den fjerde «god» er lagt til av utviklerne av Trygghetssirkelen for å minne om at foreldrerollen ikke innebærer å opptre som en autoritet (Hoffman et al., 2017, s.118- 123). Tanken bak intervensjonen er å gi foreldre kunnskap slik at de forstår, respekterer og balanserer barnets ulike tilknytningsbehov for dermed å gi barnet opplevelse av trygghet. På denne måten bygges barnets selvtillit og tillit til sine omsorgspersoner (Hoffman et al., 2017, s.118- 123).

Trygghetssirkelen søker ikke bare å gi innsikt i hva som er barnets behov og hvordan man kan møte dem, men også hvordan foreldres egne følelser kan gjøre det vanskelig å møte disse behovene. Dette er en forutsetning for å kunne bryte mønster og endre de indre arbeidsmodeller foreldre selv har utviklet basert på egne tilknytningserfaringer (Hoffman, et al., 2017, s. 162).

Et mål med Trygghetssirkelen er å tydeliggjøre dynamikken mellom avhengighet og selvstendighet. Dette innebærer at for å kunne utforske, lære og gå ut i verden trenger man følelsesmessig påfyll sammen med tryggheten for at det alltid er mulig å komme tilbake. Selvstendighet vokser altså fram av tillatelsen til å være avhengig samtidig som avhengigheten avgrenses gjennom tillatelsen til å være selvstendig (Brandtzæg et al., 2020). Gjennom arbeid med å fremme god tilknytning til egne barn vil man igjen bidra til at barnet lærer å håndtere eget liv og egne følelser, noe som legger grunnlag for god psykisk helse og godt samspill med andre gjennom livet (Brandtzæg et al., 2020). Kunnskapsoppsummeringer og metaanalyser av effekten av foreldrestøttende tiltak sett opp mot internaliserende vansker hos barn gir holdepunkter for at disse tiltakene kan ha en positiv innvirkning på barns psykiske helse (Skogen et al., 2018, s. 50).

Figur 3.5.1: Trygghetssirkelen



©2020 Circle of Security International

4 Metode og datainnsamling

I det følgende redegjøres for metodologisk og vitenskapsteoretisk forankring, design og utvalg, samt fremgangsmåter for kunnskapsinnhenting, innsamling og analyse av data. I tillegg utdypes etiske overveielser.

Design og datainnsamlingsmetode er valgt for på best mulig måte kunne undersøke og besvare problemstillingen *Hvordan forstår familieveiledere i kommunale familieteam utfordringer knyttet til foreldreutøvelse, og på hvilken måte påvirker disse utfordringene barn og unges psykiske helse?*

4.1 Forskningsdesign og metodologisk forankring

Studien har et kvalitativt forskningsdesign som tar utgangspunkt i et erfaringsbasert perspektiv med en sosialkonstruktivistisk vitenskapelig forankring. Den teoretiske referanserammen for studien er hentet fra tilknytningsteori og Baumrinds teori om foreldrestiler. Teorien fungerer som et bakteppe og inspirasjon for den videre drøftingen av resultater, men er også relevant for å forstå det faglige utgangspunktet for informantene og deres refleksjoner.

Studien bygger på fortolkning og menneskelige erfaringer gjennom utforskning og beskrivelser av familieveilederes forståelse og opplevelser. Når formålet er å forstå et fenomen er kvalitative metoder ansett som mest hensiktsmessig (Johannessen et al., 2021, s. 52). En sosialkonstruktivistisk tilnærming er valgt fordi det innebærer oppfatningen av at mening skapes gjennom menneskelig samhandling og sosialisering (Johannessen et al., 2018, s. 42) og at meningsinnhold må forstås og tolkes ut ifra sin kontekst (Thomassen, 2021, s. 44). Her søkes det ikke etter objektive sannheter, men snarere å beskrive hvordan ting fremstår for oss.

Denne studien bygger på semistrukturerte intervjuer fra fem informanter og er således induktiv. Det innebærer at det er innsamlete data som skaper den nye kunnskapen, og det gir rom for å kunne utfordre noen teoretiske antakelser undervegs (Johannessen et al., 2018, s. 37-38).

4.1.1 Vitenskapsteoretisk forankring

Sosialkonstruktivistisk forståelse innebærer at kunnskap oppstår i en intersubjektiv kontekst og at dette danner utgangspunktet for hvordan vi oppfatter oss selv og verden (Thomassen, 2006, s. 181). I en sosialkonstruktivistisk tilnærming anerkjennes betydningen av enkeltmenneskets virkelighetsforståelse som noe som stadig formes av menneskets egen opplevelse, konteksten man befinner seg i og hvem man kommuniserer med (Tjora, 2020). Det betyr ikke at det ikke er sant eller virkelig, men at det er skapt av mennesker i samhandling (Johannessen et al., 2018, s. 66). Noe av kritikken mot sosialkonstruktivismen er at den er for relativistisk (Tjora, 2020). I denne studien er det tatt utgangspunkt i en moderat versjon av sosialkonstruktivisme. Det innebærer å vektlegge interaksjonen mellom det som er konstruert og det som er virkelig (Thomassen, 2006, s. 181).

Studien bygger på fortolkning av data. En tradisjon som er opptatt av forståelse og fortolkning er hermeneutikken (Gadamer, 2004, s. 20). Hermeneutikkens mål er å hjelpe mennesker til å forstå det man forstår samt å forstå hvordan man gir mening til verden og livet i og rundt seg (Thornquist, 2018, s.24). Noen viktige begrep innenfor hermeneutikken er *forforståelse*, *forståelseshorisont* og *den hermeneutiske sirkel*. Forståelseshorisont kan også kalles forforståelse og innebærer at menneskers forståelse aldri vil begynne fra et nullpunkt. Forståelsen er altså betinget av at man allerede har forstått noe annet (Gadamer, 2004, s. 269). Måten virkelighetsforståelsen skapes på må sees ut ifra en hermeneutisk sirkelbevegelse som innebærer at hvordan noe gis mening, alltid må fortolkes ut ifra en viss forforståelse av helheten som detaljene hører hjemme i. Den nye forståelsen delene gir, vil igjen virke tilbake på forståelsen av helheten (Gadamer, 2004, s. 269). I et kvalitativt forskningsintervju vil dette innebære at forskeren og hens livserfaringer også har innvirkning på både informanter, tolkninger og konklusjoner (Johannessen et al., 2021, s. 52).

4.2 Litteratursøk

For å få oversikt over aktuell forskning som kan utvide forståelsen av tema er det gjennomført søk i flere ulike databaser. Etter veiledning fra bibliotekar ble det gjennomført strukturerte søk i både PsychInfo, Oria og PubMed, samt ustrukturerte søk i Google Scholar og Google. Det er videre søkt spesifikt på forskning, kunnskapsoversikter, rapporter, samt noen fagartikler omkring familielivet i dag, foreldrestiler, tilknytning og barn og unges psykiske helse. På

bakgrunn av at teori om tilknytning og foreldreutøvelse kan anses som grunnleggende teorier innen utviklingspsykologien som mye annen forskning bygger videre på, ble det vurdert hensiktsmessig å bruke noen eldre artikler og dermed primære kilder fra sentrale skikkelser innen dette arbeidet som Baumrind og Darling & Sternberg.

I de strukturerte søkene ble det tatt utgangspunkt i engelske ord som «overparenting» «controlling parent*», «helicopter parent*», «parenting style*» og «parenting role*» med og uten kombinasjon med «anxiety OR anxious». Målet var å få frem litteratur som kunne gi bredde og forskningsmessig grunnlag for å belyse problemstillingen. Søkene har vært årsavgrenset til «2013-current». Søkene har gitt mellom 30-155 treff. Etter gjennomgang av trefflistene er det valgt ut artikler som ble vurdert relevante. Artikler som omhandlet foreldrepsykopatologi, barn med somatiske plager eller spesielle behov, sammenheng mellom foreldreutøvelse og skoleprestasjoner eller tilpasninger til voksenlivet, ble ikke inkludert. Heller ikke artikler som tok utgangspunkt i kulturer eller situasjoner som vanskelig kunne overføres til norske forhold. Skjematisk oversikt over litteratursøk er lagt til som vedlegg.

4.3 Rekruttering, utvalg og gjennomføring av intervju

Studien tar utgangspunkt i kvalitative intervju med 5 familieveiledere fra familieteam i ulike kommuner på Østlandet. Kommunenes innbyggertall varierer mellom 6000 og 30.000 innbyggere for å få bredde i erfaringsgrunnlag og mulige kulturelle variasjoner. Rekruttering av informanter er basert på strategisk utvelgelse og en vurdering av familieveiledere som mest relevante representanter i forhold til problemstillingen. Utvelgelsen ut over dette er foretatt ved det enkelte familieteam gjennom avklaring med nærmeste leder og deretter selvseleksjon. Bakgrunn for valg av familieveiledere som informanter og ikke foreldre selv er begrunnet i at familieveilederne har en faglig forankring som gjør at de kan forstå og reflektere omkring samspillet og foreldrerollen utenfra, samtidig som de, gjennom foreldreveiledningen, får tilgang på informasjon fra foreldre og barn som gjør at de også i stor grad kan se situasjoner med et innenfra-perspektiv.

Informantene representerer ulike faggrupper som barnevernspedagog, barnehagelærer, familierapeut og sosionom, med ulike tilleggstudier. Alle er kvinner mellom 36 og 64 år og alle har flere års erfaring innen arbeid med foreldreveiledning. Noen har imidlertid også

arbeidserfaring fra barnevern og spesialisthelsetjeneste. I tillegg har alle informantene sertifisering som COS-P veiledere.

Etter godkjenning fra ledere er informantene orientert skriftlig i forkant om prosjektet, om innsamlingsmetode, datahåndtering, frivillighet og mulighet for å trekke seg. Det er innlevert skriftlig samtykke til deltakelse fra samtlige informanter. Datamaterialet er samlet inn ved hjelp av semistrukturerte intervju. Intervjuguide er lagt ved som vedlegg 4. Alle intervjuer er gjennomført ved personlig oppmøte på informantenes arbeidsplass på tidspunkt som informantene har ønsket. Intervjuene har foregått i lukkede rom uten ytre forstyrrelser og har vart i om lag en time. Intervjuene har fortrinnsvis fulgt oppsatt intervjuguide, men har hatt en ledig form med mulighet for andre innspill og endring i spørsmålsrekkefølge. Intervjuene har en deskriptiv orientering med åpne spørsmål for å gi mest mulig informasjon av sosiale fenomener slik de oppleves for de involverte. Det er stilt spørsmål som «hvilke refleksjoner gjør du deg om hva som preger foreldrerollen i vårt samfunn i dag?» og «hvordan tror du foreldre forstår begrepene involvering og kontroll i forhold til foreldreskap og hvordan oppfatter du foreldres forståelse av hva som er «godt nok» i denne sammenheng?» Det er tatt opp lydspor av samtalene i henhold til Høyskolen i Innlandets rutiner for datahåndtering. Opptakene er senere blitt transkribert, renskrevet opp mot lydspor og deretter analysert. Deler av transkribert datamateriale er delt med veileder.

4.4 Valg av analysemodell

Studiens materiale består av transkriberte intervjutekster. Tekstene er blitt analysert for så å bli systematisert og deretter satt sammen i ulike tema med inspirasjon fra Braun & Clarkes 6 trinns analysemodell; Refleksiv Tematisk Analyse. Denne analysemodellen fungerer godt når man søker å reflektere deltakernes erfaringer og forståelse av sammenhenger (Braun & Clarke, 2006, s. 81). Prosedyren er designet for å bidra til å utvikle dyp forståelse av ulike betydninger og historier som går på tvers av et datasett og fange opp viktige aspekt av det studien søker svar på (Braun & Clarke, 2023, s. 3). Dette krever blant annet at en tenker kreativt og refleksivt om dataene og jobber intensivt og organisk med kodingsprosessen for å analysere de ulike fasettene av dataenes betydning. Videre innebærer det å forsøke å bevege seg utover de mest åpenbare eller overflatiske betydningene av datamaterialet (Braun & Clarke, 2023, s. 3). På denne måten blir data i første omgang systematisert, men metoden gir også grunnlag for å identifisere nye sammenhenger som kan bidra til å gi svar på

problemstillingen (Johannessen et al., 2018, s. 280).

De seks stegene i analyseprosessen er:

1. Bli kjent med datamaterialet
2. Kode materialet
3. Lete etter tema
4. Kritisk gjennomgang av tema
5. Definere tema og gi temaene navn
6. Rapportering

Refleksiv Tematisk Analyse valgt av flere grunner. Først og fremst er det en tilnærming til datamaterialet som i stor grad er gjenkjennbar fra egen arbeidspraksis hvor klientens egen historiefortelling danner utgangspunktet for hvilke temaer som anses sentrale å jobbe videre med. Tematisk analyse passer derfor svært godt i forbindelse med studier med en sosialkonstruktivistisk tilnærming hvor man jobber med folks opplevelser. Samtidig gir metoden mulighet for å jobbe tekstnært med hva informantene har bragt inn av perspektiver. Her tar man utgangspunkt i informantenes fortellinger og anerkjenner måten de gir mening til sine erfaringer på før man identifiserer ulike tema eller mønster i datamaterialet. I tematisk analyse er det ikke metoden for datainnsamling som er sentral, men selve innholdet i informantens fortelling. Dette gjør det mulig å benytte metoden både til å undersøke sammenhenger mellom ulike diskurser, sosial kontekst og deltakernes ulike virkelighetsoppfatninger (Braun & Clarke, 2006, s. 9). Et grunnleggende perspektiv i både Refleksiv Tematisk Analyse og sågar praksis innenfor familieveiledningsfeltet er dessuten at tolkning og forståelse av informasjon og data foregår gjennom en organisk og fleksibel prosess. Metoden er dessuten teoretisk uavhengig og anses svært fleksibel da den kan brukes til analyse av ulike typer data (Terry et al., 2017, s. 20), samt at den gir mulighet for å bevege seg frem og tilbake mellom de ulike trinnene i analyseprosessen. Samtidig er en innvending mot metoden at det kan være vanskelig å skille mellom når det er informantene og når det er forskeren selv som konstruerer fortellingen og hvordan tema har blitt identifisert (Sander, 2023). Videre kreves åpenhet om teoretisk posisjon (Braun & Clarke, 2006, s. 81). Alt dette fordrer bevissthet, tydelighet og transparens fra forskerens side.

4.5 Analyseprosessen

Analyseprosessen startet med transkribering av lydopptak og grundige gjennomlesninger av materialet for å bli kjent med innholdet. Andre fase innebar å lete etter mønster i datamaterialet og å identifisere de første innledende kodene ved å organisere materialet i meningsbærende enheter. På dette stadiet ble hvert intervju markert med hver sin farge slik at det skulle være lettere å se hvilke refleksjoner som tilhørte de ulike informantene, samt å bidra til lettere å kunne gå tilbake til intervjuet og se refleksjonene i sin sammenheng dersom det skulle bli behov for det. Jeg fikk da også en oversikt over om det var alle, noen få eller bare en som hadde refleksjoner om enkelte tema. Jeg valgte å starte med relativt åpne koder. Etter denne fasen satt jeg igjen med 19 koder.

Figur 4.5.1: Foreløpige koder

1. Usikkerhet, ensomhet	11. Kontroll og beskyttelse
2. Informasjonsveldet	12. Syndebukk
3. Ekspertrollen	13. Å finne balansen
4. Foreldres egen historie	14. Skam og skyld
5. Hva trenger foreldre	15. Lage små ting store
6. Ressurser og involvering	16. Skilte foreldre
7. Stress, slitenhet	17. Grensesetting
8. Forventninger og krav	18. Utydelig ledelse
9. Høna eller egget	19. Teknologi
10. Å håndtere ubehagelige følelser	

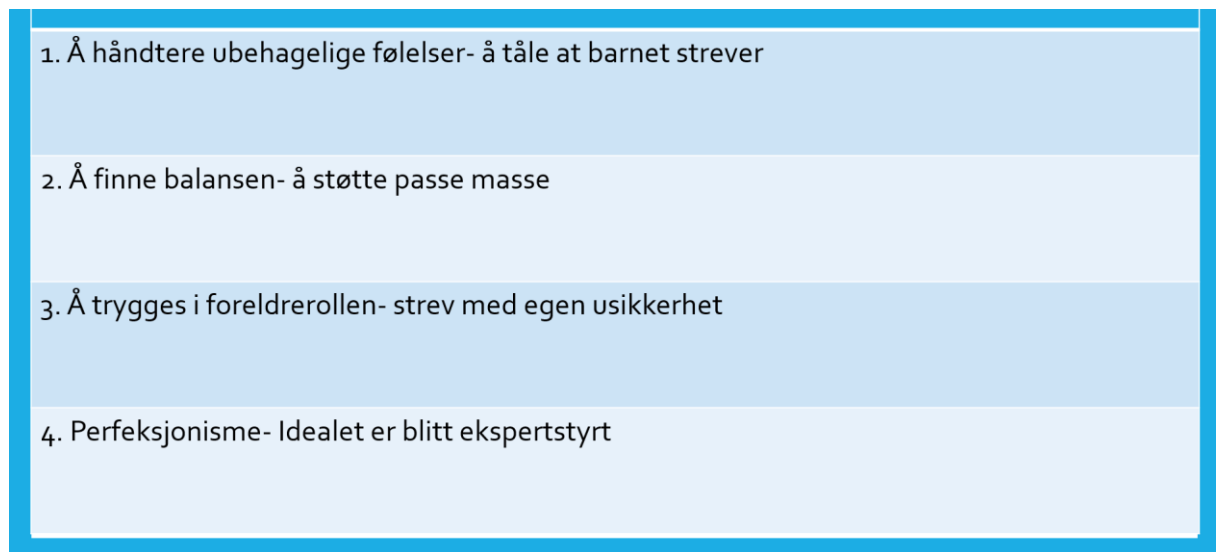
I tredje fase ble kodene sammenfattet i foreløpige overordnede tema gjennom å ta utgangspunkt i hovedinntrykk fra intervjuene.

Det ble gjort ulike forsøk på utarbeiding av hovedtema og undertema. Det var her nødvendig å veksle mellom nærhet og avstand til datamaterialet gjennom direkte arbeid med tekst og tid til refleksjon. Dette var viktig for på den ene siden å holde fokus tekstnært og sikre ivaretagelse av informantens svar og samtidig å kunne se data fra et mer overordnet perspektiv. Arbeidsmåten reflekterte dermed studiens hermeneutiske og

sosialkonstruktivistiske forankring gjennom vekslingen mellom delforståelse og helhetsforståelse. Gjennom prosessen har «kodetesten» til sosiolog Aksel Tjora spilt en viktig rolle knyttet til hvorvidt koden kunne vært laget før kodingen (Nei) og hvorvidt man kan forstå dataens konkrete innhold ved å bare lese koden (Ja) (Tjora, 2017, s. 203).

I denne fasen ble kodene samlet i 4 hovedtema.

Figur 4.5.2: Fra koder til hovedtema



1. Å håndtere ubehagelige følelser- å tåle at barnet strever
2. Å finne balansen- å støtte passe masse
3. Å trygges i foreldrerollen- strev med egen usikkerhet
4. Perfeksjonisme- Idealet er blitt ekspertstyrt

Fjerde fase innebar en revidering og bearbeiding av de endelige temaene. Jeg valgte her å gå tilbake til tidligere utgaver av analysen og studiens råmateriale for å kvalitetssikre egen analyseprosess. De endelige temaene ble definert i fase fem og danner grunnlag for den siste fasens presentasjon og drøfting. Endelige tema og subtema presenteres under resultatdel.

4.6 Ethiske overveielser

All forskning på mennesker er underlagt strenge etiske retningslinjer basert på Helsinkideklarasjonen av 1964 (Førde, 2014). Deklarasjonen innebærer prinsipper for å ivareta informanter og deltakere i all forskning. I alle ledd av forskningsprosessen vil derfor ivaretagelse av etiske prinsipper om autonomi, selvbestemmelse, respekt for informantens privatliv og ansvaret for å unngå skade også være vesentlig.

Denne studien er godkjent av Sikt (420533) og Komité for forskningsetikk ved HINN, KoFE (23/05337). I prosjektbeskrivelsen er etiske overveielser utdypet og det er opplyst om metode og rammer for innhenting, oppbevaring og anvendelse av data. For å ivareta informantenes integritet ble det innhentet skriftlig samtykke fra alle deltakere i forkant av gjennomføring av studien. Her fremkom både studiens tema, mål og hensikt, bakgrunnsinformasjon og informasjon om mulighet for å trekke seg fra studien når som helst uten begrunnelse. I tillegg ble det forsikret om taushetsplikt og anonymitet.

Denne studien omhandler ikke helseopplysninger og personsensitiv informasjon. Samtidig innebærer stemmeopptak tilgang på personopplysninger som anses å kunne knyttes tilbake til informantene (Johannessen et al., 2021, s. 48). For å sikre anonymitet er alle sitater transkribert i bokmålsform for å unngå dialektuttrykk som kan knyttes til informantene. Spesifikk informasjon om informantenes alder og tilhørighet til kommune er heller ikke oppgitt. Opptak fra informantene er videre lagret i Nettskjema etter avtale med Universitetet i Oslo. På denne måten kan data ikke spores tilbake til den enkelte deltaker. For å ivareta personvernet (GDPR) ble det dessuten laget en kodenøkkel.

I denne studien ble informasjon innhentet fra fagfolk og ikke foreldre selv. Tematikken ble heller ikke ansett å omhandle tema som kunne innebære etiske eller emosjonelle utfordringer for informantene. Samtidig vil slike intervjuer alltid innebære risiko for berøring av tema eller dilemma som kan være sårbare. Dette fordrer sensitivitet og bevissthet fra forskerens side. Intervjuguiden inneholdt fortrinnsvis åpne spørsmål som skulle ivareta muligheten for å svare så utfyllende eller personlig en selv ønsket. I tidlig fase av forskningsprosjektet opplevde jeg å få svært ulik respons på tematikken jeg ville belyse, alt etter om det kom fra privatpersoner som sto midt i foreldreoppgaven eller fagfolk og mennesker med mer emosjonell distanse til tema. Spørsmål om skyld og skam hos foreldre ble svært tydelig. Det har derfor vært en viktig etisk overveielse å presentere funnene på en måte som ikke bidrar til å gi foreldre økt byrde, men som kan bidra til at hjelpere kan få økt innsikt og forståelse for hva som ligger bak foreldreatferden eller barnas symptomuttrykk.

5 Resultat

Funnene som presenteres i dette kapittelet er fremkommet etter tematisk analyse av studiens semistrukturerte intervju. Informantene har gjennomgående satt ord på opplevelsen av at tematikken er svært sammensatt og at mange tema flyter over i hverandre. Analysen har likevel resultert i tre hovedfunn, med hver sine undertema som til sammen belyser problemstillingen. Hvert sitat er valgt ut ifra vurdering av relevans i forhold til studiens problemstilling og søker å belyse og tydeliggjøre hovedfunn og undertema.

Figur 5.1: Hovedtema og subtema



5.1 Foreldres usikkerhet påvirker grensesetting og kontroll

Samtlige informanter setter ord på opplevelsen av at foreldre som tar kontakt med dem som familieveiledere generelt oppleves utrygge i foreldrerollen. Flere av informantene beskriver foreldres usikkerhet knyttet til hvor streng man skal være, hvordan å sette grenser uten å være hard, usikkerhet knyttet til hva som er normalforståelse i forhold til barns alder, utvikling og atferd og usikkerhet når barna er ute og man ikke vet hva de driver med.

«Jeg opplever jo at det er mange som er veldig utrygge i foreldrerollen sin. At de er usikre på... gjør jeg det rette nå? En kan jo få mange tanker om hvorfor de blir så utrygge, men at det er mange som tenker at de trenger noe mer eller at de blir usikre i det de står i... og jeg tenker jo at når foreldre er usikre så overføres det jo veldig lett da, i foreldrerollen, på barna - hva de gjør hjemme sammen med barna sine» (Informant 1).

5.1.1 Å kjenne usikkerhet i foreldrerollen

Informantene deler en felles opplevelse av at foreldres usikkerhet ofte handler om redsel for å gjøre feil eller påføre barnet negative opplevelser. Dette kan særlig vise seg i situasjoner hvor barn viser tendens til engstelse eller protesterer mot foreldres grensesetting. Med utgangspunkt i at barnet viser motstand blir foreldre usikre og redde for hvilken skade de kan påføre barnet dersom de presser for hardt. Resultatet blir at de isteden blir ettergivende.

«Og så er det dem som... kanskje er litt redde for å dytte litt på. Der det kanskje er litt engstelige barn. Så bli man heller sånn: «ok, men da blir vi hjemme i dag». Jeg tror mange er redde for hva det vil påføre barnet at vi pusher. «Vil det bli traumatisert? Hun sier hun ikke tør, vi må møte henne på det»» (Informant 5).

Informantene trekker også frem at mange familier har lite nettverk og få å rådføre seg med og opplever utrygghet i forhold til forventinger og normalforståelse. I kombinasjon med egen usikkerhet oppleves det som at mange foreldre har tendens til å bli ettergivende og utydelige. En av informantene mener imidlertid det også kan slå ut motsatt veg slik at man blir for streng og rigid. Usikkerheten gjør også at mange blir svært selvkritiske og ikke klarer å se sin egen betydning, eller kjenner at man er god nok. Flere av informantene mener dette bidrar til at mange foreldre går med høye skuldre og en stadig streben etter å være gode nok.

Informantene mener dette kan slå negativt ut for barna, både fordi foreldres stress gir lav

toleranse for barnas emosjonsuttrykk, men også fordi usikkerhet og høye forventninger lett også overføres til barna. Flere av informantene viser til sammenfallende eksempler på hvordan usikkerheten som foreldre viser når de blir utydelige, smitter over på barna og uttrykkes som symptomer gjennom barnets atferd. Dette viser seg ofte som sinne, utagering, heftige diskusjoner og vanskeligheter med å følge regler når de først settes. Informantene beskriver i denne sammenheng henvisninger av typen: «Gutt 11 år og utagering» (Informant 1).

5.1.2 Å bli utydelig leder på hjemmebane versus kontrollør på bortebane

Informantene beskriver en dobbelthet i foreldreutøvelsen som både innebærer en utydelighet i ledelsen med manglende grad av involvering og grensesetting hjemme, men også en overdreven kontroll og involvering som særlig knytter seg mot livet barnet lever utenfor hjemmet. Begge deler forstås som uttrykk for usikkerhet.

Utydelig leder på hjemmebane

Informantene forstår det slik at mange foreldre strever med grensesetting og det å være den voksne som leder familien og lager rammer og regler i hverdagen. Samtlige informanter oppfatter at mange foreldre tenderer mot å bli «utydelige i foreldreledelsen». Dette innebærer at de har lite struktur rundt hverdagen til barna, lar barna bestemme omkring nødvendige gjøremål, måltider, grenser og aktiviteter, stadig søker å være på lag med barna og dermed ikke tar nødvendig voksenansvar og upopulære avgjørelser.

«Jeg tenker det er veldig mange barn som må ta ansvar for ting mye tidligere enn de er modne nok til. Og det er jo også ansvar for ting som barn liker: hva får jeg se på TV? Hvor lenge kan jeg være oppe? Men egentlig er det foreldre som er ettergivende og som, på en måte, ikke orker å stå i den vanskelige situasjonen det er å si nei»
(Informant 4).

Bakgrunnen for denne tendensen forklares i hovedsak med foreldres usikkerhet og redsel for å bli for strenge. Det kan imidlertid også bunne i et ønske om å ivareta barnets medbestemmelse, streben etter å tilpasse seg barnas ønsker samt ønsket om å bygge positive relasjoner. Mange opplever at tidsvinduet for å skape gode relasjoner med barna er begrenset,

og den korte stunden man har sammen skal derfor helst tilstrebes å være hyggelig. En av informantene ser også sammenhengen med at foreldre selv er slitne, ikke orker å stå i grensesettingssituasjoner og dermed velger lettvinde løsninger. Ifølge informantene innebærer utydelig foreldreledelse at de voksne trer ut av foreldrerollen og går over til å bli «venn», at de blir ettergivende fordi det løser situasjonen her og nå og at de sunne og trygge grensene forsvinner. Når barna opplever at foreldreledelsen uteblir, vil mange barn ta på seg ansvar for å lede relasjonen. Informantene opplever at mange foreldre ubevisst gir barna makten til å bestemme mer enn de har forutsetning for. Informantene beskriver denne tendensen som et uheldig rollebytte som innebærer at den voksne overfører veldig mye ansvar til barna:

«Jeg møter stadig foreldre som på en måte er veldig opptatt av barnas behov, men den biten med faktisk å ta tak, å tørre å være den tydelige voksne som av og til må si nei (...) Da har det lett for at det snur, at det blir barnet som må ta ansvaret. Jeg synes at jeg opplever at det liksom... «nei, han må jo skjønne at han må pusse tenner». Det er nesten som at de tror barnet er en liten voksen» (Informant 2).

En av informantene beskriver hvordan denne ansvarsforskyvningen medfører at barnet blir leder for familien.

«Noen barn får i hvert fall mye makt til å definere og sette rutiner og «sånn gjør vi det i våres hus». Når tre-åringen blir assisterende direktør i familien, da har barnet fått en stilling som den ikke har kunnskap og kompetanse til å ivareta» (Informant 3).

Informantene ser det uheldig for barn å vokse opp med utydelig foreldreledelse. Når barn får for stort ansvar, utfordres rollene og barn pålegges oppgaver de ikke har forutsetninger for å ha. Dette kan vise seg som engstelighet, overdreven tilpasning eller atferdsforstyrrelser.

Kontrollør på bortebane

Parallelt med de utydelige grensene hjemme beskrives imidlertid en tendens til økt behov for kontroll knyttet til livet som leves utenfor hjemmet. Også dette forstås å bunne i usikkerhet og redsel hos foreldrene, knyttet opp mot oppfatningen av verden som et utrygt sted og høye forventninger til forståelsen av hva som er god beskyttelse. Her trekkes det frem hvordan barn kjøres og hentes og tilrettelegges for. Videre beskrives hvordan bruk av telefoner og smartklokker kanskje først og fremst handler om foreldres egen usikkerhet og behov for å

kunne kontrollere hvor barna er, hvem de er sammen med og muligheten for å kunne få kontakt.

«Vi ser en tendens til at det er lite grenser i hjemmet i hverdagen, men når det er snakk om livet utenfor denne kjernen, ute i den store verden, det er da er behovet for beskyttelse kommer» (Informant 3).

Denne tendensen oppleves å henge sammen med frykt for alt som kan gå galt dersom ikke foreldre er i nærheten og kan passe på, samt en forventning om at foreldre skal ha kontroll på barna sine og alltid kunne være tilgjengelige for hjelp. Samtlige informanter beskriver opplevelsen av at barn i dag lever i foreldres konstante oppsyn. De gjør svært lite aktiviteter uten foreldres tilstedeværelse og kan stadig kontrolleres og observeres via tekniske remedier. En informant kaller dette å leve i en «spotlight» hvor en stadig blir overvåket, og hun stiller spørsmål ved om barna er robuste nok til å tåle å være i denne spotligheten hele tiden. Informantene oppfatter denne tendensen til overdreven overvåking som svært uheldig fordi det fratruer barna muligheten for å utforske, utfolde seg, oppleve, prøve, feile og mestre livet uten foreldres kontroll og involvering. Barnas autonomi og selvstendiggjøring svekkes og barna blir mindre robuste. En informant stiller spørsmålet om «*Hvor i samfunnet er det vi klarer å bygge elefanthud for at ungene skal klare å møte på utfordringer?*» (Informant 3).

En informant opplever også at overbeskyttelse og kontroll kan medføre at barna blir usikre på seg selv og mindre trygg på å stå for egne valg. Dette kan igjen føre til at foreldrene tolker barna som mer sårbare og igjen overbeskytter enda mer.

«I dag har vi mistet en del. Fordi barna har den spotligheten eller den involveringen fra foreldre hele tiden. Dette påvirker jo det følelsesmessige samspillet, fordi da vil jo foreldre være mye mer bekymret hele tiden. Vi får jo lett laget oss noen krisetanker. Ungene lærer jo ikke å passe på seg selv» (Informant 1).

Informantene opplever altså et paradoks mellom utydelige grenser på hjemmebane som innebærer å gi barna for stort ansvar, på den ene siden, og økt kontroll og involvering, med tilhørende fratakelse av ansvar og muligheter for utfoldelse, utenfor hjemmet. Informantene opplever at begge deler kan ha uheldige konsekvenser for barna. En foreldreutøvelse preget av lite grenser og mye ansvarsforskyvning, samt for mye kontroll og beskyttelse kan begge deler ha negativ innvirkning på den psykiske helsen til barn.

5.2 Foreldres sårbarhet påvirker håndtering av ubehagelige følelser

Informantene deler alle opplevelser av at foreldres egne livserfaringer spiller en vesentlig rolle for måten de håndterer barnas følelser og uttrykk på. Flere av informantene opplever at mange av foreldrene som oppsøker dem, har med seg en del eget emosjonelt og erfaringsmessig strev som påvirker samspillet med barna.

5.2.1 Å se betydningen av foreldres historie

Informantene beskriver opplevelser av at mange foreldre har med seg livserfaringer som gjør dem sårbare. Dette gjør dem mindre emosjonelt sterke til å tåle å stå i ubehaget som oppstår i foreldreutøvelsen, særlig knyttet til grensesettingssituasjoner, i det å slippe tak i barna eller i det å gi barna emosjonell reguleringsstøtte. Det er særlig følelsene sinne og engstelighet som trekkes frem her.

«Jeg tenker jo at det kan være at foreldre selv har noen dårlige erfaringer, at det blir vanskelig med avvisning for eksempel, og at en blir veldig sensitiv på det selv og redd for å bli avvist av eget barn. Eller at barnet liker andre enn deg selv. Og det treffer jo veldig og er veldig sårt» (Informant 1).

Slike erfaringer kan i noen tilfeller påvirke foreldreutøvelsen i situasjoner hvor man blir avvist eller stående i rollen som «den upopulære». Flere av informantene tror mange foreldre unngår å sette tydelige grenser fordi det oppleves for vanskelig å tåle ubehaget som kan oppstå når barn retter sin frustrasjon og sinne mot foreldrene. Andre igjen blir overinvolvert og overtar nesten barnas følelser når de gjenkjenner for mye av egen smerte i barnas ubehag.

Unnvikelsen kan medføre at barna mister den viktige hjelpen de trenger for å lære seg å håndtere og regulere egne følelser og å tåle motstand, det å lære av egne feil eller det å finne måter å mestre motgang på.

Flere av informantene stiller dessuten spørsmål om hva som kom først av barnets eller foreldres egen engstelse og tror at det noen ganger er slik at engstelighet hos foreldre bidrar til å forsterke engstelse hos barna.

*«Jeg tror det er mange som kjenner på engstelse. Redd for å gi slipp, redd for å miste oversikten, redd for at noe skal skje. Da er jeg jo ikke der!
Jeg vet ikke alltid hvem som er mest engstelig, er det datteren eller er det moren,*

liksom? Noen ganger må jeg spørre mor: Har du noen gang tenkt å jobbe med din egen engstelighet? Vi har snakket mye om det på jobb: Hva er det med det at det er så mange barn som er så engstelige? Vi synes det er en større andel enn det var for 10-15 år siden. Mange ganger har vi tenkt at det handler om at vi foreldre er mer engstelige» (Informant 5).

Flere av informantene opplever at mange foreldres egne vonde erfaringer er noe det er viktig å ta hensyn til i forståelsen av samspillet mellom foreldre og barn.

«Jeg tror ikke foreldre er så robuste de heller. Det er mange som har med seg så mye historikk selv. De har lett for å identifisere seg eller på en måte overidentifisere seg, da blir det liksom fort at det bikker over for du blir liksom inne i din egen historie. Det finnes jo foreldre som selv har blitt mobbet og plaget, og da føler du jo at du svikter barnet ditt. Jeg tror det er kjempeviktig å ta på alvor de følelsene som foreldre sitter med, å anerkjenne hvor vanskelig det er» (Informant 2).

Informantene deler flere opplevelser om betydningen av å gi foreldrene støtte og trygghet slik at de våger å åpne opp om egen historie. Flere har god erfaring med at dette også er nyttig for å gi foreldrene innsikt i egen rolle i samspill med barnet, noe informantene anser som en forutsetning for en emosjonelt ivaretagende foreldreutøvelse.

5.2.2 Å tåle emosjonelt ubehag

Informantene trekker også frem opplevelsen av at mange foreldre bruker mye krefter på å skape en friksjonsfri og trygg hverdag for barna, som er fylt med glede. De beskriver hvordan de voksne rydder unna konflikter og ubehag. Informantene mener mange voksne i dag strever med å forholde seg til andre følelser enn glede, og at følelser som skam, sinne, skuffelse og redsel kan vekke stort ubehag i foreldrene selv og påvirke hvordan de regulerer og agerer på barnas følelser. Flere av informantene beskriver hvordan foreldre eksempelvis blir emosjonelt aktivert når barna gir uttrykk for misnøye. For noen medfører det at man blir ettergivende.

«Og så er det noe av det å være litt kamerat istedenfor å være tydelig voksen. Jeg tror foreldre i dag synes det er mer behagelig å være på parti med deg og det påvirker grensesettingen veldig. Jeg tror at det ubehaget med å stå i og være den upopulære er

vanskelig for foreldre i dag. For de er ikke så robuste til det å tåle å stå i det»
(Informant 4).

Flere av informantene opplever også at mange foreldre synes det er vondt å forholde seg til egne barns strev enten det er i samspill med andre, fungering i skolen, faglig eller på andre områder. Det naturlige for mange foreldre er å ville ordne opp for barna fordi det er sårt å se at de har det vanskelig. Noen av informantene påpeker hvordan dette kan medføre at foreldre overinvolverer seg og gjør små ting store, melder avvik og bekymringer til skoler og barnehager og prøver å ordne opp i situasjoner som ikke alltid er så alvorlige. En av informantene stiller spørsmål ved om det er foreldrenes følelser eller barnas behov som blir førende for foreldreutøvelsen og trekker igjen linjer tilbake til hvorvidt foreldre selv er emosjonelt sterke nok til å tåle ubehaget.

«Jeg tror vi vil ha robuste barn, men vi må ha robuste voksne for å få til det»
(Informant 4).

Det at foreldre tåler å stå i ubehag er viktig fordi det handler om å lære barna at utfordringer en møter i livet kan håndteres, men også at en er tålt som menneske når en kjenner seg svak.

«Barn kan også ha det ganske tøft, men likevel klare seg bra hvis de har en voksen som faktisk klarer å regulere det de opplever. Men det er noe med viktigheten av den emosjonelle støtten og reguleringen, og det betyr at involvering ikke nødvendigvis er det samme som å gi god emosjonell støtte» (Informant 2).

I denne sammenheng gjelder det å ha bevissthet rundt når involvering innebærer å ta bort det som er vondt og når det innebærer å gi barnet passe mye støtte til å håndtere situasjoner. Flere av informantene opplever at mange foreldre tenker for kortsiktig og at de glemmer at en forutsetning for å skape trygge og uavhengige voksne i fremtiden innebærer at man må møtes av trygge voksne i barndommen.

Flere av informantene trekker frem økningen i meldinger av mobbesaker i skolen, behov for beskyttelsestiltak i barnehagen eller tendensen til å hausse opp små ting i forsøk på å hjelpe barna når de opplever motgang. Informantene opplever gjennomgående at foreldre prøver å hjelpe, men problematiserer i hvilken grad det er til nytte for barna i det lange løp og om det snarere kan bidra til å gjøre barna utrygge og uselvstendige på sikt.

«Og så er det den tendensen at foreldre i dag skal ordne opp - og den har vart en stund. Vi skal ta fra dem vonde opplevelser. Vi skal ordne opp i konflikter. Det heter jo at barn skal bli robuste. De skal tåle litt opp- og nedturer. Men jeg lurere på om vi har kommet inn i en periode der vi skal frata unger alt vondt - og da blir livet så tøft - for det vil jo komme, vi klarer jo ikke å skjerme dem» (Informant 2).

Flere av informantene beskriver hvordan det blir vanskelig for barn å stole på seg selv og regulere egne følelser dersom man er vant til at foreldre stadig er der, støtter, hjelper og fikser. Informantene gjenkjenner symptomer som tilbaketrekking, passivitet, dårlig selvbilde samt eksternerende og internaliserende vansker hos barn som ikke får hjelp til å tåle ubehag.

5.3 Foreldres opplevelse av forventninger og krav påvirker samspill

Et felles inntrykk informantene deler er opplevelsen at det å være foreldre i dag innebærer å strekke seg etter svært høye forventninger. Informantene opplever at dette også har innvirkning på samspillet med barna. Forventningene synes ikke bare som noe foreldrene selv pålegger seg, men noe som også kommer fra samfunnet via både offentlige og private kanaler.

«Jeg tenker at vi som samfunn, det forventes at vi er på. Og det tenker jeg er bra. Foreldre skal være på. Men det ligger i forventningene til skolen, barnehagen, at man skal være på. Du skal ha vennegrupper, du skal bli kjent med andre foreldre, du skal bidra, du skal være fotballtrener, eller korpsleder. Det ligger en forventning blant alle, at vi skal være på» (Informant 5).

Informantenes erfaringer tilsier at forventningene og idealene foreldre søker å leve opp til, kan påvirke både foreldreutøvelsen og barnas psykiske helse i negativ retning. Dette inkludert med enorme mengder informasjon om hvordan man skal møte barn på best mulig måte. Mange blir så opptatt av å leve opp til forventninger og det man tror er normalitet at de glemmer å se barnet som et eget individ med egne sårbarheter og behov.

5.3.1 Å leve opp til forventningene

Informantenes opplever at forventninger både knytter seg til foreldreutøvelsen, men også til barna. For foreldre forventes det at man skal være superforeldre både på hjemmebane samt engasjere seg i barnas skole, barnehage og fritid. Samtidig føler mange at de ikke kan gi slipp

på noe av livet man har levd uten barn. Flere av informantene beskriver det slik at mange foreldre søker å være perfekte foreldre på alle områder. «*Det er liksom all in på alle punkter*» (Informant 5). Man skal ha et aktivt sosialt liv, trene, reise og jobbe fullt. I tillegg forventes det at barna selv skal delta på mange aktiviteter og at foreldre helst skal bidra med maksimalt engasjement og tilrettelegging rundt det barna er med på. Resultatet av dette er hektiske familieliv, tidsklemme, høyt stressnivå og slitenhet hos både foreldre og barn. Stress er noe som igjen påvirker barna, gir lavere toleranse, dårlig samspill og følelse av mislykkethet hos både foreldre og barn. For noen barn vises dette som reguleringsvansker, innsovningsvansker, indre uro, konsentrasjonsvansker eller dårlig samarbeidsevne hos barna. En av informantene refererer fra en fortvilet mor:

«Det er en rett å fortsatt få være med i vinklubben fordi om jeg har blitt mor!» Denne mammaen var sint i stemmen og streng på meg når hun sa det. Jeg tror denne mammaen følte hun hadde kjempestress. Hun følte seg mislykket. Men hun skulle klare alt og ville være med på livet ved siden av det voksenlivet hun hadde hatt samtidig som hun skulle være den gode mammaen. Hun skjønnte ikke hvorfor babyen skrek så mye. Hun hadde fått en unge som ikke sovnet. Det var veldig mye som var sårbart» (Informant 4).

Informantene opplever videre at mange foreldre har enorme ambisjoner både for barna og seg selv og at det stilles store krav til både kunnskap, involvering, engasjement og tilrettelegging for at barna skal få best mulig grunnlag for en god utvikling og oppvekst. Det er klare forventninger om at barna skal lykkes, og gjør de ikke det, slår det fort tilbake på foreldrene. Kravene man da setter til seg selv medfører at foreldre føler de må yte maksimalt til enhver tid.

«Når du leser om noe så skal det liksom være 100%, men det gir deg ikke rom for å feile. Så jeg tenker det er mange som kommer hit og sier noe om at de egentlig er veldig, veldig slitne og synes det er tappende å være foreldre. De ønsker mer avlastning. Det blir konflikter. Og så handler det jo om at de har så store forventninger til hvordan ting skal være i hverdagen sin, og så kan vi jo være inne i familien og se at de får jo til masse. Det er jo mye der som er i orden. Og så trenger mange foreldre bekreftelse på det igjen, at det de gjør faktisk er godt nok. Så i idealet for foreldre ligger det en slags perfektjonisme, at man kan strekke seg så langt som mulig, og så blir man utslitt fordi en hele tiden kan gjøre litt mer» (Informant 1).

Parallelt med dette opplever informantene at foreldre i dag er svært opplyste. Det råder forventninger også om at foreldre skal oppsøke informasjon og kunnskap knyttet til foreldreutøvelse. Overfloden av informasjon som foreldre skal forholde seg til i dag kan imidlertid virke til å øke stressnivået. Videre kan det bidra til å forsterke usikkerhet, skam og følelse av mislykkethet dersom man opplever at eget familieliv ikke tilsvarer det lykkebildet som tegnes i media eller at egne barn ikke er innenfor «normalen».

«Helt fra spedbarn så er det masse som skrives og gjøres og blogges. På Instagram og sosiale medier og alle disse tingene, som ser så lykkelig og flott ut. Og så får du en baby og så er det ikke helt slik det er å være mamma - eller pappa eller foreldre. Det er ganske strevsomt (...) Og det blir vanskelig for foreldre å plukke ut hva som er relevant» (Informant 1).

En av informantene trekker frem hvordan instanser i samfunnet indirekte sender motstridende signaler til foreldre om at de på ene siden er «eksperter på egne barn», men samtidig bes søke hjelp fra tjenester som tilbyr eksperthjelp. Det stilles spørsmål ved om samfunnet på denne måten bidrar til å skape en utrygghet i foreldrene ved at det sendes signaler om at de ikke er gode nok.

«Det er et paradoks. Vi har aldri før gitt så mye veiledning og informasjon, og så er det så mange som opplever at foreldre er så usikre. Det er jo økning på de som henvender seg til oss. I begynnelsen var det helsesykepleier som henviste til meg. Jeg var én person, nå er vi et team. Men jeg tror også terskelen for å be om hjelp er lavere, og da tenker jeg også at du fortære føler at du ikke strekker til» (Informant 4).

Informantene beskriver at de høye forventningene også kan medføre at normalforståelsen og toleransen for ulikheter smalnes. Også hjelpeapparatet må se sitt ansvar her i forhold til hvordan man forstår variasjoner i barns uttrykk og atferd. Dersom normalforståelsen blir smal, kan det medføre medikalisering. En av informantene beskriver en enorm økning i henvisninger til spesialisthelsetjenesten. Dette sees delvis i sammenheng med at foreldre vil være føre var, sammen med forventningen om at ikke noe skal gå galt.

Informantene beskriver generelt store forventninger foreldre prøver å leve opp til og ser hvordan dette påvirker barna. Foreldres streben innebærer også høye krav og forventninger til barna, til skoleprestasjoner, idrett og vellykkethet i livet. Informantene opplever at barna blir symptombærere på foreldres streben mot perfektjonisme og forsøk på å leve opp til krevende

idealer. Foreldre selv blir slitne og mindre nysgjerrige, mindre tålmodige og kommuniserer dårligere med barna. For barna kan dette vises som stress, slitenhet, mislykkethetsfølelse, nedstemthet, destruktive atferdsuttrykk og reguleringsvansker. Informantene opplever også at skammen som følger av ikke å mestre foreldrerollen, sammen med frykten for å bli gjort til «syndebukk», gjør at det er vanskelig å snakke om foreldreutøvelsen i sammenheng med barnas psykiske vansker.

5.3.2 Å finne balansen i foreldrerollen

Ordet «balanse» er gjennomgående i alle intervjuene. Det å finne balanse i foreldrerollen sees både i forbindelse med grensesetting, men også om grad av involvering, beskyttelse og kontroll, samt knyttet til forventninger og eget hverdagsliv. Balansen beskrives som en utfordring i forsøket på å være best mulig foreldre og fordrer at foreldre må finne sin trygghet i hva som er godt nok og hva som passer for dem. Forventninger en har til seg selv og til barna er også relevant her.

«Det er denne balansegangen. Foreldre strever veldig med hva som er «godt nok» i forhold til involvering. Vi kan ikke få perfekte unger! Så det handler om godt nok foreldreskap og gode nok barn. Vi har kanskje den mest engasjerte foreldregruppa noensinne, og det er jo i utgangspunktet positivt, men det er noe med måten vi er engasjert på som slår feil ut» (Informant 2).

Flere av informantene ser at balanseutfordringer ofte handler om i hvor stor grad man skal involvere seg eller beskytte barna eller når man tar over for mye slik at barnet ikke får prøve seg. En av informantene snakker om «å støtte barnet passe masse» (Informant 3).

«Du skal være engasjert i barnet ditt, du skal være involvert i barnet ditt, du skal være tunet inn på barnet ditt (...) Hver dag skal du tenke etter hvordan barnet ditt har det. Du skal se etter. Du skal se forandringer i barnet ditt, du skal lære barnet ditt å kjenne. Det er en del av å være involvert i barnet sitt. Det er jeg tydelig på. Men så tenker jeg at engasjement ikke behøver å være 100% hele tiden. Igjen ser jeg at noen foreldre er overengasjert og med hele tiden og ikke tør å slippe barnet sitt ut alene» (Informant 4).

Informantene beskriver hvordan den vanskelige balansegangen lett innebærer at man overinvolverer seg, blir overbeskyttende og kontrollerende. Dette ses i sammenheng med

foreldres stadige forsøk på å gjøre det rette og leve opp til forventninger, samt frykten for at det skal gå galt. I denne sammenheng problematiseres også foreldres engasjement og høye forventninger til skole og barnehage. Det beskrives hvordan reaksjoner kan «bikke over» og bli for mye når man ikke forstår hva som er godt nok.

For barna kan dette slå ut begge veier. For noen innebærer det utvikling av engstelse, avhengighet og lite selvstendighet. For andre kan det medføre utagering, reguleringsvansker eller at barna bryter helt med foreldrene når de kommer i ungdomsalder. En av informantene har opplevelser med ungdommer som utekontakten følger opp. Disse uttrykker en ekstrem løsrivelsestrang, eksperimenterer og er i opposisjon som en motreaksjon på foreldres overinvolvering.

«Mange av disse ungdommene kommer fra ressurssterke familier. Følges absolutt opp, men kontrollen har gått litt langt. Hvis man har full oversikt over alle aspekter i barnets liv frem til 15-16, så kan det komme en «langfinger» og bare: «dette har ikke du noe med». Og da tenker jeg at det har havarert litt» (Informant 5).

Balansekunsten foreldre skal håndtere er også knyttet til perfektjonisme. Mye av det som beskrives av erfaringer fra familieteamene omhandler når balansen bikker over og det blir for mye. Informantene deler noen oppfatninger av hvordan ulike foreldregrupper strever med balansen.

Flere av informantene har erfaring også fra barnevernsarbeid og mener det foreligger noen sammenhenger mellom overinvolvering og foreldres ressurser. Deres erfaringer tilsier at økt grad av ressurser kan sees i sammenheng med økt grad av involvering og tilsvarende at familier med lite ressurser involverer seg mindre. Dette forklares både med mental, økonomisk eller tidsmessig kapasitet, men også om kunnskap og miljø. En av informantene opplever dessuten at tendensen til overinvolvering generelt vises mest hos mødre, mens fedres overinvolvering oftest sees i forbindelse med idrett.

Foreldres strev med å finne balansen innebærer altså å finne det gode punktet hvor godt nok foreldreskap gir gode nok barn. Dette innebærer både å finne trygghet i egen rolle som forelder både i forhold til egne forventninger og samfunnets idealer. Et godt balansert foreldreskap innebærer å senke skuldre, senke krav og forventninger til egen rolleutøvelse og egne barns mestringsnivå, men også å evne å ta utgangspunkt i det enkelte barns behov mer enn hva alle andre gjør. Informantene viser alle til begrepet «Godt nok» og er opptatt av

viktigheten av å hjelpe foreldre å senke kravene de har til seg selv. Et godt nok foreldreskap anses viktig for å gjøre foreldre tryggere i foreldrerollen, men også for å styrke barnas psykiske helse, selvbilde og robusthet.

6 Drøfting

Denne studien bygger på erfaringer fra fem familieveiledere fra ulike kommunale familieteam. Deres opplevelser reflekterer hva foreldre og familier de har hatt kontakt med strever med og hvordan dette påvirker barnas psykiske helse. Gjennom kombinasjonen av innenfra-kunnskap og faglig forståelse av foreldrerollens betydning for barn og unges psykiske helse, søkes det i drøftingen å få tak i ny kunnskap som kan bidra til å styrke forebyggende psykisk helsearbeid for familier.

Hovedfunn i studien omhandler hvordan usikkerhet i foreldrerollen påvirker grensesetting og kontroll, hvordan sårbarhet hos foreldre påvirker håndtering av både egne og barnas følelser, hvordan forventninger fra foreldre selv og fra samfunnet kan påvirke foreldre, foreldreutøvelsen og barna, samt hvordan system og drivkrefter i samfunnet kan medvirke til økt medikalisering og usikkerhet. Funnene er formulert i fem dilemmaer som kan påvirke foreldrerollen sett opp mot barn og unges psykiske helse. I den forestående drøftingen diskuteres disse dilemmaene opp mot teori og forskning. Dilemmaene har følgende overskrifter:

- Utydelige grenser eller overdreven kontroll
- Balansekunst eller oppdragerspagat
- Høna eller egget
- Fra forebygging til medikalisering
- Endringsnøkkel eller syndebykk

Det finnes mye forskning omkring foreldreutøvelse og familieliv. En del av dette omhandler tendenser til overinvolvering, overbeskyttelse og kontroll og viser hvordan mange foreldre i dag drives mot en grenseoverskridende foreldreutøvelse (Laurin et al., 2015, s. 3280).

Funnene derfra er relativt samstemt i forståelsen av hvordan slik foreldreutøvelse har negative konsekvenser for barna, som vist i blant annet Estep, 2019, Laurin et al., 2015, Shaki et al., 2022 og Vigdal & Brønnick, 2022.

Flere av omtalte studier omhandler utfordringer knyttet til hvordan spesifikke foreldrestiler påvirker barn og unges psykiske helse eller særlige tema som utfordrer familiers hverdag i dag (som Blaasvær & Ames, 2019; Gorostiaga et al., 2019; Shaki et al., 2022). I en norsk studie av Pedersen og Egeland fra 2020 har man blant annet sett nærmere på hvordan rammer

rundt familiens hverdag som økonomi, tidsklemme, høyt aktivitetsnivå og lite privat avlastning utfordrer mange barnefamilier (Pedersen & Egeland, 2020).

Informantene som deltar i inneværende forskningsprosjekt er også opptatt av hverdagsstress og overinvolverte foreldre, men funnene handler i hovedsak om de *følelsesmessige* utfordringene mange foreldre står i. Disse utfordringene kan det være nyttig å være bevisst på i møte med foreldre som strever.

6.1.1 Utydelig grensesetting eller overdreven kontroll

Et spenningsfelt som fremkommer i studien er tendensen til at mange foreldre utviser utydelig ledelse, manglende grenser og ansvarsfraskrivelse på hjemmebane, men overdreven kontroll, involvering og beskyttelsesbehov utenfor hjemmet. Dette fremstår som et interessant paradoks hvor dobbeltheten i foreldreutøvelsen medfører uheldige uttrykk og konsekvenser.

Studiens funn tilsier at mange foreldre i dag er svært usikre på seg selv i foreldrerollen og at det er denne usikkerheten som medfører både grenseløshet og overdreven kontroll. Mange foreldre er - eller kjenner seg alene om oppdrageransvaret og har lite nettverk å rådføre seg med. Foreldres usikkerhet knyttet til foreldreutøvelsen er et resultat som for så vidt også er nevnt i utredning fra Barne- og familiedepartementet i 2020 (NOU 2020: 14, s. 37). Det er imidlertid ikke en beskrivelse som synes å ha fått stor plass i forskning omkring dagens foreldreutøvelse eller foreldreutøvelse preget av overinvolvering, overbeskyttelse og kontroll.

Med kunnskap fra teori om foreldrestiler og tilknytning er det nærliggende å forstå denne dobbeltheten som svært uheldig for barns psykiske helse, både med utgangspunkt i hver enkelt oppdragerstil, men kanskje særlig når de kombineres. Studier har vist at både lav grad av emosjonelt engasjement og høy grad av kontroll kan gi økt risiko for angst og depresjon hos barn (Sletten & Bakken, 2016, s. 50). Studie av foreldrepraksis og barns trivsel viser også hvordan overstyrende, overbeskyttende og kontrollerende, eller ettergivende og forsømmende foreldrestil, assosieres med dårlig eller dårligere helseatferd og økt risiko for depresjon hos barna (Blaasvær & Ames, 2019, s. 36, 40). Dette bygger på forståelsen av at disse måtene å utøve foreldrerollen på innebærer ubalanse i forholdet mellom struktur og kontroll, autonomistøtte og varme (Blaasvær & Ames, 2019, s. 36). Funn fra inneværende studie tilsier dessuten at det kanskje ikke er et «enten eller» i måten foreldreutøvelsen uttrykkes på, at foreldre kanskje ikke har én bestemt foreldrestil. Snarere kan foreldrestilene variere alt etter

situasjon og hvilke følelser som trigges både i den voksne og i barnet. En viss grad av variasjon vil være uttrykk for en sunn tilpasning til situasjonen. Samtidig er det nærliggende å forstå denne vekslingen mellom overdreven kontroll og involvering på ene siden og utydelighet og ansvarsforskyving på den andre siden som en dobbeltkommunikasjon som kan skape forvirring og usikkerhet i barnet. På ene siden sendes signaler om at barnet er kompetent til å ta ansvar for seg selv. Samtidig signaliseres det at de er hjelpeløse og har behov for konstant beskyttelse og foreldrekontroll.

Foreldrerollen er en ledelsesoppgave som omhandler å ha både makt og ansvar som må forvaltes på en god måte. For at foreldreledelsen skal være sunn og tilpasset kreves at foreldrene inntar en hierarkisk lederrolle og har langsiktige målsettinger for foreldreutøvelsen (Sjøvold & Furuholmen, 2023, s. 230). Når foreldre overfører voksenansvar til barna, vil det kunne ha svært uheldige konsekvenser. Fra et tilknytningsperspektiv vil man fremholde hvordan sensitive, responderende voksne som hjelper barnet å finne trygghet og regulere følelser, er avgjørende for at barnet skal utvikle god psykisk helse (Skogen et al., 2018, s. 46). Studiens resultater tilsier at mange foreldre har vanskeligheter med å sette trygge og tydelige grenser hjemme og at barna da tilføres ansvar de ikke har forutsetninger for å ta.

Grensesetting innebærer her å utøve en konsekvent, bestemt, men vennlig form for kontroll. Informantene opplever imidlertid at mange foreldre forbinder grensesetting med noe negativt og derfor blir for utydelige i et forsøk på å være snille. En måte å forstå utydelig ledelse og manglende grensesetting på kan knyttes til endringer i måten man setter grenser på i dag fremfor hvordan det var for 40 år siden. Dette innebærer at det som man før anså som nødvendige og legitime reaksjoner på barns atferd, i dag vil kunne innebære sanksjoner (NOU 2020: 14, s. 41). Det kan være grunn til å anta at frykten for moralske reaksjoner eller feiltrinn derfor også kan være en måte å forstå denne utydelige grensesettingen på. Informantene setter også ord på at mange foreldre er redde for å bli for strenge eller for å påføre barna traumer og vonde opplevelser dersom grensesettingen blir for bestemt. Foreldrene har således lett for å gå over i rollen som «venn» mer enn voksen for å unngå ubehagelige konflikter. Ettergivenhet i forhold til barnas ønsker synes å øke når foreldrene selv er slitne.

Barn opplever trygghet dersom de vet at de har voksne som bryr seg så mye om dem at de er villige til å ta ansvaret - også når det innebærer å ta upopulære avgjørelser (Hoffman et al., 2017, 69). Et spørsmål kan imidlertid være om det er slik at foreldre er redde for avvisning dersom grensesettingen blir for streng. Forskning om familieliv har vist at familierelasjoner er kvalitativt endret de siste tiårene (Aarseth, 2018). Limet i relasjonene i dag er ikke lenger

praktisk avhengighet, men følelser, noe som antas å medføre en underliggende frykt begrunnet i at man aldri kan stole fullt på at relasjonen holder (Aarseth, 2018, s. 85). Frykten for relasjonsbrudd kan følgelig være en mulig forståelse av foreldres utydelige grensesetting.

Økt fokus på barns rettigheter og medbestemmelse i oppdragelsen (NOU 2020: 14, s. 43), kan også være en måte å forstå utydeligheten i foreldreutøvelsen på og det informantene opplever som overføring av ansvar. En sunn oppdragelse er imidlertid ikke et demokrati. Informantenes opplevelse er at foreldre vil ivareta barnas stemme, men kanskje innebærer det isteden at man lar seg styre av dem. Informantenes erfaringer tilsier at dette innebærer å overlate ansvar til barn som de ikke har forutsetninger for å ta. En slik ansvarsfraskrivelse kan i ytterste konsekvens fremstå som en forsømmende foreldrestil. Forskning har vist at denne foreldrestilen er sterkt forbundet med internaliserende vansker hos barn (Blaasvær & Ames, 2019, s. 43). Imidlertid viser resultater fra vår studie at en gjennomgående tendens hos mange foreldre er at oppdragerstilen også er preget av høy grad av varme og responsivitet både når foreldrene fremstår ettergivende og når de blir overbeskyttende og overinvolvert, noe som tilsier at de ikke er forsømmende. Dette kan indikere at foreldreutøvelsen totalt drives av et forsøk på å gjøre det beste for barna, men at man mangler forståelse for hvor hvordan man kan balansere medbestemmelse opp mot foreldreledelse.

Studiens funn viser hvordan mange foreldres usikkerhet driver dem mot et overdrevent involverings-, beskyttelses- og kontrollbehov utenfor hjemmet. Dette innebærer at det blir vanskelig å gi barnet utforskningsrom på egne arenaer. Barn har behov for å få utforske og være nysgjerrige (Hoffman et al., 2017, s. 41). Informantene i denne studien uttrykker bekymring knyttet til at barn mister muligheter for å erfare og utforske livet uten foreldre og beskriver opplevelser av økt engstelighet og svekkelse av selvsikkerhet og autonomi hos barna. Tilknytningsteori tilsier at tilgjengelige og sensitive foreldre, som responderer adekvat på barnets behov for trygghet og beskyttelse, er nødvendig for at barn kan utvikle trygg tilknytning (Killén, 2019, s. 41). Dersom foreldres usikkerhet blir for styrende og kontrollerende for samspillet, kan dette innebære at man forstyrrer barnets grunnleggende tilknytnings- og utviklingsbehov. Det vil kunne påvirke barnets opplevelse av foreldre som reguleringsstøtte og trygghet, men også påvirke utviklingen av barnets «selv», noe som kan ha innvirkning på både selvfølelse, mestring og oppmerksomhet (Hoffman et al., 2017, s. 35 og 53).

Studier viser at motivasjonen for en foreldreutøvelse preget av overinvolvering, overbeskyttelse og kontroll kan være ønsket om å skape emosjonell nærhet og gode relasjoner ved å være til stede for barna i situasjoner hvor de kan ha behov for støtte og hjelp fra de voksne. En slik forståelse bekreftes i flere forskningsartikler hvor det også fremkommer at høy grad av foreldreinvolvering anses å være et uttrykk for en oppfatning av hva det vil si å være en ansvarlig forelder (Pedersen & Egeland, 2020, s. 19; Stefansen & Strandbu, 2022). Informantene opplever at foreldre har gode intensjoner, men at frykt for at noe skal gå galt med barna, usikkerhet og forventninger gjør at man prøver å være perfekte foreldre som gjør alt de kan for at barna skal ha det bra.

Studier viser også at foreldre ønsker å bidra til at barna opplever minst mulig ubehag, styrke relasjoner, gi barna gode opplevelser og å øke mulighetene for gode fremtidsutsikter (Dumont, 2021, s. 1; Jiao & Segrin, 2021, s. 859). Imidlertid viser en studie av Dumont at en overdreven foreldreinvolvering også kan være et symptom på dysfunksjon i foreldredyaden og vanskeligheter med å håndtere livssykluser og overganger i familien, noe som igjen kan skape angst og usikkerhet i foreldresystemet (Dumont, 2021, s. 2). Dumont hevder at visse typer familiedynamikk sågar kan bidra til å eskalere en overinvolverende foreldreatferd for å balansere et ustabil familiesystem (Dumont, 2021, s. 2).

Studier har vist at dersom foreldreutøvelsen blir for invaderende og kontrollerende kan det gi barnet en følelse av ineffektivitet som kan føre til depresjon og mistillit til egen mestring, noe som igjen kan gi angstsymptomer (Vigdal & Brønnick, 2022, s. 4). Trygghet i foreldrerollen og grensesettingen anses å være vesentlig i denne sammenheng. På denne måten kan barnet lære å stole på egne mestringsferdigheter og utvikle selvstendighet (Hoffman et al., 2017, s. 53).

Informantene erfarer at foreldreinvolvering, beskyttelse og kontroll både utspiller seg gjennom deltakelse i barnas aktiviteter, kontakt med skole, involvering i hverdagsutfordringer og i vennerelasjoner, kjøring og henting, men også gjennom bruk av teknologiske nyvinninger. Informantene mener at den teknologiske utviklingen kan bidra til å forsterke behovet og mulighetene for en kontrollerende foreldreatferd. Gjennom bruk av mobiltelefoner, smartklokker med GPS og andre teknologiske remedier får ikke barna bare lett kontakt med sine foreldre og snarlig tilgang på hjelp, men foreldre får selv en stor grad av kontroll på barna. Paradoksalt nok viser en av informantene til at denne kontrollen også kan bidra til å øke foreldres bekymring. Informantene problematiserer både hvorvidt det

er bra for barn å stadig være i foreldres «spotlight», men også hvordan dette påvirker dialogen og relasjonen mellom foreldre og barn ettersom barna ikke får mulighet for å samle erfaringer uavhengig av foreldres overvåking. I en studie av Shaki et al, vises det til faren for forstyrrelser i foreldre-barn forholdet dersom barnet stadig monitoreres. Barnas opplevelse av å være under konstant tilsyn og vurdering kan bidra til utvikling av både angst, depresjon og lav selvtillit (Shaki et al., 2022, s. 6-7). Samtidig reiser det også noen etiske utfordringer knyttet til spennet mellom foreldres ansvar for å passe på sine barn og barnets rett til privatliv, løsrivelse og autonomi (Dumont, 2021, s. 2; Rosenberg, 2023, s. 64). Dersom barnet opplever at foreldrene ikke er emosjonelt tilgjengelige, at de er invaderende, kontrollerende eller uforutsigbare kan de utvikle en utrygg tilknytning (Killén, 2019, s. 42). Funnene i denne studien tilsier at det er det stikk motsatte som er foreldrenes hensikt.

6.1.2 Balansekunst eller oppdragerspगत

Studien viser hvordan forventninger både fra foreldre selv og fra samfunnet på ulike måter bidrar til å legge et enormt press på foreldrene og skaper ustabilitet i familiesystemet. Det er mange kilder til forventninger, og det kan synes som det er totalen mer enn enkeltkilder som skaper det store presset. Informantene viser til hvordan forventninger i samfunnet gjør at de ledes mot en foreldreutøvelse preget av stort emosjonelt, tidsmessig, praktisk og økonomisk engasjement og at det oppleves vanskelig å velge noe annerledes. Egen erfaring tilsier også at dagens høye gjennomsnittsalder for førstegangsforeldre, innebærer at foreldre rekker å bygge opp enorme forventninger til familielivet og foreldrerollen allerede før barna er født, noe som innebærer store muligheter for nederlag og bekymringer.

Informantene beskriver dessuten hvordan ekspertveldet og ulike medier skaper store forventninger knyttet til hva som skal til for å være gode nok foreldre, kunnskapen man skal ha om barns behov, men også forventninger om hvor vellykkete, involverte, aktive, lykkelige og interessante liv man skal leve både som foreldre, familier og voksenpersoner.

Informantene beskriver hvordan det tegnes forventninger om at alle barn skal kunne utvikle seg optimalt og oppleve suksess og fremgang dersom foreldre bare tilrettelegger nok.

Overfloden av eksperter som forteller hva foreldre bør gjøre, sender også implisitt et budskap om at man kan bli perfekt mor eller far dersom man bare skaffer seg nok kunnskap (Hoffman et al, 2017, s. 66). I kjølvannet av dette oppstår det skam og skyldfølelse dersom barna viser mistrivsel eller vansker som ikke passer inn i det som anses som normalt eller vellykket. En

bivirkning av oppdragelse preget av perfektjonisme og høye forventninger hos foreldre er overføringen av de samme forventningene på barnet (Hoffman et al., 2017, s. 71).

Informantene viser til at foreldre strever med å balansere det å leve opp til forventningene, for hva er egentlig «godt nok» både med tanke på foreldreskapet og barna?

Det er betimelig å spørre seg om arbeidslivets stadige krav om effektivitet og produktivitet også har blitt en del av mentaliteten i foreldreutøvelsen. Man kan alltid yte mer, være mer eller bedre i foreldrerollen, og spørsmålet er hvilke parametre man bruker for å måle hvorvidt man har lykket i dette. Resultatet er at mange blir stående i et enormt press og føler seg forstokne og mislykkete. I dette avsnittet kalles dette «oppdragerspagat». Informantene forteller at forventningspress gjør at mange foreldre ender med å bli stressete, slitne og kjenner på mislykkethet. Videre opplever de at stress hos foreldre påvirker samspillet med barna og at mange barn selv også er preget av stress. Dette vises gjennom uttrykk som sinne, søvnevansker og generelt vansker med atferds- og emosjonsregulering. På denne måten blir barna symptombærere på foreldrenes vansker med å finne balansen. Resultatet blir i neste omgang dårlig samspill, lav toleranse og økt frustrasjon, samt tendenser til å velge lettvinne og kortsiktige løsninger som ikke gagnar barna på sikt.

Studier har vist at stress i stor grad preger den sinnstilstanden vi har med oss inn i foreldreutøvelsen. Stress gjør også barna mindre åpne for læring og problemløsning (Hoffman et al, 2017, s.51, 64). Informantene mener dessuten at stress gjør foreldre mer irritable, mindre fleksible og mindre sensitive og forståelsesfulle. Liknende resultater fremkommer i studien til Pedersen og Egeland (2020, s. 28). Tilknytningsteorien fremholder viktigheten av gjentatte erfaringer av adekvat reguleringsstøtte for at barnet selv kan utvikle egne reguleringsferdigheter. Trygg tilknytning virker således stressreducerende (Sjøvold & Furuholmen, 2023, s. 63). Informantene ser betydningen av innsikts- og tryggingfremmende psykoedukasjon for å hjelpe foreldre med å senke stressnivået og se hva som er «godt nok».

Informantene trekker særlig frem forventninger om det å ha aktive og innholdsrike liv både sammen med barna og som voksne. Mange starter med aktiviteter allerede i barseltid og har flere aktiviteter hver uke fra barna er ganske små. Det beskrives hvordan foreldre ofte er med på både tilrettelegging, dugnader og ledelse av aktivitetene. Dette samstemmer med kunnskap fra andre norske rapporter og utredninger (NOU 2020: 14, s. 41; Pedersen & Egeland, 2020, s. 19). Her beskrives også at det å legge til rette for barnas aktiviteter handler om å lære barna ulike ferdigheter, men vel så mye om det å bidra til at barna utvikler talenter, sosial kompetanse og seg selv som individer (Pedersen & Egeland, 2020, s. 19). Det vises også til

verdien av fellesskapsopplevelser og kvalitetstid med barna. Slik det beskrives her er foreldreengasjement noe egenmotivert. I inneværende studie fremstår det derimot vel så mye som en forventning som tidvis kan oppleves mer krevende enn givende.

I Pedersen og Egelands rapport oppgir foreldre å ha lite tid til seg selv og individuelle behov (Pedersen & Egeland, 2020, s. 31). Inneværende studie viser derimot at foreldre har mange aktiviteter og ambisjoner også for egen del og at nettopp denne totalen av familieliv, jobb og foreldres egne aktiviteter er det som skaper stress, slitenhet og samspillutfordringer i familiene. Informantene opplever at foreldre i liten grad er villige til å gi slipp på dette, og at parallelt med forventninger om aktive familieliv og tett oppfølging av barn skal man også fylle eget behov for sosial omgang, trening og opplevelser. Pedersen og Egelands rapport beskriver imidlertid at det å ha høyt tempo og tidsklemme for noen foreldre også kan være med på å gi mening i familiehverdagen (Pedersen & Egeland, 2020, s. 30). Studiens informanter opplever derimot en del foreldre som så utslitt av alle forventninger og det høye tempoet i hverdagen at de ønsker avlastning og tidvis ikke klarer å fylle foreldrerollen på en måte som er til beste for barna. Denne diskrepansen kan muligvis forstås i lys av at informantenes erfaringer er fra arbeid med familier som har et erkjent strev, mens Pedersen & Egelands studie trolig representerer en mer allmenn opplevelse.

Forskning har vist at måten foreldre utøver foreldrerollen på har endret seg og at det i dag foreligger en utvidet forståelse av hva det vil si å være gode foreldre (NOU 2020: 14, s. 41). Foreldrerollen preges i dag av stor grad av intimisering, intensivering og barnefokusering som blant annet innebærer at foreldre skal være nær sine barn og skal bidra til barnas selvutvikling både praktisk, følelsesmessig og mentalt (NOU 2020: 14, s. 4; Sletten & Bakken, 2016, s. 50). Det er nærliggende å tro at dette også har innvirkning på forventningene som tillegges foreldrerollen. Funn fra studien viser et enormt foreldreengasjement på mange arenaer, men innebærer også betydelig emosjonell og sosial investering i barna. Informantene deler opplevelsen av at det brukes mye krefter på å sørge for en best mulig hverdag for barna. Utfordringen for mange er likevel å balansere foreldreutøvelsen ut ifra egne antakelser, barnas behov og forventninger i samfunnet.

Det å være involvert i barnets hverdag har likevel også flere positive utfall. Det innebærer at man som forelder raskt vil kunne avdekke situasjoner som kan være vanskelig for barna, som eksempelvis mobbing, utenforskap, sykdom eller lærevansker (Shaki et al., 2022, s. 5). Videre har man sett at det å være støttende og oppmuntrende i sin foreldreatferd handler om å bistå

barnet til å få en mest mulig positiv hverdag (Gagnon et. al., 2019 S. 414). Funn i studien tyder imidlertid på at den vanskelige balansegangen i oppdragerrollen gjør at mange foreldre ledes mot en overdreven foreldreinvolvering, noe som kan bli problematisk i ungdomsalder og lede til opposisjon og ekstrem løsrivelsestrang. Dette bekreftes i Sletten & Bakkens studie fra 2016 hvor man ser en mulig sammenheng mellom økt foreldreinvolvering og ungdommers opplevelse av krangling med foreldre (Sletten & Bakken, 2016, s. 51)

Informantene viser imidlertid også til de foreldre som bikker over på den andre siden og blir helt fraværende og uengasjerte. Ifølge informantene er denne fallgruven såpass alvorlig at mange av disse foreldrene vil måtte få bistand fra barnevernet. Informantene opplever også at det synes som det foreligger en sammenheng mellom ressurssterke foreldre og stor grad av involvering. Denne oppfatningen deles i en kronikk av Stefansen og Strandu (2022) hvor man særlig ser dette opp mot involvering i idrettsaktiviteter. Kanskje kan dette bety at foreldre fra ressurssterke miljø i større grad søker å leve opp til forventningene de oppfatter fra samfunnet. Foreldrenes streben etter et perfekt og smertefritt liv for barnet synes imidlertid å innebære et paradoks da det isteden frarøver barnet muligheter for opplevelse av kompetanse og autonomi (Vigdal & Brønnick, 2022, s. 3).

6.1.3 Høna eller egget

Studiens funn viser at mange foreldre har med seg egne erfaringer og emosjonelle sårbarheter som påvirker foreldreutøvelsen. Studien viser at det tidvis er uklart hva som egentlig kom først av barnets eller foreldrenes strev. Informantene mener det kan vekkes emosjonelle minner som medfører vanskeligheter med å skille mellom egne følelser og barnets behov. Informantenes opplevelser tilsier at foreldres sårbarhet kan medføre at man nærmest tar over barnets følelser og dermed risikerer å forsterke emosjonelle vanskeligheter fremfor å opptre som en trygg og klok voksen som regulerer ubehaget sammen med barnet. Studiens funn viser imidlertid at mange foreldre er usikre på hvordan de skal møte barnas vansker. Teori fra foreldreveiledningsprogrammet Trygghetssirkelen viser til viktigheten av å ikke overføre egen frykt til barnet ettersom det kan medføre at man underkjenner barnets egen opplevelse (Hoffman et al., 2017, s. 99). Her problematiseres også det å tillegge enhver følelse hos barnet altfor stor betydning, fordi man antar at barnet ikke tåler eventuelle bekymringer og frustrasjoner. Foreldres mål vil være å holde de vanskelige opplevelsene på avstand, men isteden frarøves barna muligheten for å utvikle egen mestring og robusthet (Hoffman et al.,

2017, s. 71). Denne forståelsen bekreftes i studier gjort av blant annet Beato et al., 2017, Jiao & Segrin, 2021 og Vigdal & Brønnick, 2022.

I en artikkel av Løkke (2016) problematiseres hvordan foreldre nærmest invaderer sine barn med egne relasjonsbehov, sårbarheter eller ambisjoner og hvordan ungdom kan oppleve sine foreldre som altfor nære og sårbare. Dette kan ha negativ innvirkning på et nødvendig ungdomsopprør og løsrivelse (Løkke, 2016).

Informantene i denne studien fremhever samtidig viktigheten av å ta på alvor foreldres egen sårbarhet og erfaringer og å gi dem støtte, trygghet og hjelp slik at de får innsikt i hvordan egen historie påvirker samspillet. Funn i studien viser til foreldres opplevelser av avvisning i barndom som eksempel på hvordan egen sårbarhet medfører tendens til overbeskyttelse, konfliktskyhet eller overreagering. Betydningen av å se foreldres historie og foreldreutøvelse i sammenheng fremkommer også i en studie av Jiao og Segrin (2021). Forskerne viser her hvordan foreldres egne tilknytningserfaringer og separasjonsangst fører til en overbeskyttende foreldrestil som i neste omgang påvirker barnas tilknytningsatferd. Dette kan videre bidra til å skape utfordringer med tanke på barnets evne til å utvikle og opprettholde sunne og positive relasjoner senere i livet (Jiao & Segrin, 2021, s. 863).

Informantene beskriver det vanskelig fullt ut å forklare hva som påvirker foreldreutøvelsen, ettersom det oppleves svært sammensatt. Samtidig vet vi at foreldre og barn påvirker hverandre i et gjensidig samspill. En av informantene bruker uttrykket «høna eller egget» som en måte å spørre seg om overinvolverende og overbeskyttende foreldreutøvelse opprinnelig er resultat av en oppfatning av sårbarhet i barnet eller om det primært knyttes til foreldres egen engstelse. I en studie av Beato et al. (2017) om foreldres forståelse av barns angst fremkommer det hvordan oppfatningen av barnas sårbarhet eller engstelighet medfører paradokset at foreldre forsterker barnas symptomer gjennom å bli mer overbeskyttende og kontrollerende og dermed begrenser barnets tro på å kunne håndtere egen frykt (Beato et al., 2017, s. 789). Dette underbygges i en studie av Gagnon, et al., 2019 hvor man har sett en økt tendens til overbeskyttelse, kontroll og redusert grad av autonomibevilgning hos foreldre hvis barn har ulike former for vansker og sårbarhet (Gagnon et al., 2019, s. 414). Det er også hevdet at dersom den emosjonelle nærheten mellom foreldre og barn blir for tett, kan det bidra til å bryte ned barnets evne til å tåle erfaringer som psykisk smerte, ensomhet eller atskillelse (Løkke, 2016). Disse tendensene reiser også spørsmålet om retning av kausalitet mellom foreldreutøvelsen og barnets mistilpasning (Vigdal & Brønnick, 2022, s. 4).

Informantene i studien er opptatt av viktigheten av robusthet hos de voksne for at barna skal kunne utvikle sin robusthet. Denne forståelsen deles av Løkke (2016) som viser til psykoanalytikeren Donald Winnicott. I følge Winnicott er det viktig å ikke gripe inn for raskt med hjelpetiltak nettopp fordi barnet selv trenger å skape sine egne byggeklosser og mestringsstrategier (Løkke, 2016). Løkke hevder videre at dersom foreldre selv er for sårbare, blir det vanskelig å tåle barnas livsproblemer, noe som kan medføre at man sykeliggjør barnas vansker altfor raskt. På denne måten stenger man for barnets kreativitet og selvutvikling (Løkke, 2016). Det å hjelpe foreldre til bevissthet omkring hvilke følelsesmessige mekanismer som slår inn og påvirker foreldreutøvelsen antas derfor å være et viktig grep for å kunne endre et uheldig samspillsmønster.

6.1.4 Fra forebygging til medikalisering

Studien viser at mange foreldre i dag har en stor frykt for at barna skal plages av psykiske vansker og at dette medfører økt tendens til henvisninger og utredninger, men også meldinger om mobbesaker og krav om sikringstiltak rundt barna. Informantenes opplevelse tilsier at drivkraften bak dette ikke bare ligger hos foreldrene, men også hos hjelpeapparatet.

Det finnes i dag enorm kunnskap om hva som forebygger psykisk uhelse hos både voksne og barn. Dette medfører økt fokus, bevissthet og satsning på forebyggende arbeid for å sikre barn og unges psykiske helse. Felles for forebyggingstiltakene er at de har søkelys på konteksten barn og unge vokser opp i som foreldre, lærere, læringsmiljø og andre som barna omgås. Bakenforliggende er ønsket om å kunne stoppe negativ utvikling av psykiske lidelser for å unngå at det også gir konsekvenser inn i voksenlivet (Skogen et al., 2018, s. 41). Studiens funn viser en enorm økning i antall familier som søker hjelp når tilbudet øker. Informantene undrer seg over om det er behovet som er større eller terskelen som er lavere.

Informantene opplever at mange foreldre har mye kunnskap om barn og barneoppdragelse. Det kan imidlertid synes som mange har lite kunnskap om hva som er vanlig eller forventet for barn i ulike alder og utviklingsfase. Studiens funn tilsier at eksperter og ulike instanser med forebygging som fokus, bidrar til å problematisere og patologisere barns ulike atferds- og emosjonsuttrykk på måter som innebærer å innskrenke normalitet og sykeliggjøre barna. Denne forståelsen bekreftes av Løkke (2016) som viser til hvordan foreldre tilegner seg et «psykiatrisk blikk» som vanskeliggjør skillet mellom ungdomsfasens naturlige svingninger og psykiatri. Dette kan i neste omgang bidra til å forsterke foreldres bekymringer og usikkerhet,

som igjen påvirker foreldreutøvelsen. Mange foreldre ender med å ikke se sin egen betydning og lener seg i stor grad til profesjonelle aktører som «vet bedre» hva barna trenger (Løkke, 2016).

Studiens funn viser hvordan det sendes motstridende signaler om hvorvidt det er foreldre eller offentlige instanser som er eksperter på barna. Ekspertveldet sender sterke signaler til foreldre om hva de må gjøre for å styrke barnas psykiske helse eller når de må be om hjelp og gjør det vanskelig for foreldre å stole på egen kompetanse og erfaringer.

Det kan synes som det er skapt et forventningspress rettet mot både foreldre og samfunnet om tidlig innsats for å avdekke og unngå negativ utvikling. Ideen er positiv. Det kan imidlertid medføre at både skole, barnehage, PPT og andre eksperter ukritisk oppfordrer til bruk av normative og standardiserte metoder og kartlegginger for å finne ut om barn er innenfor eller utenfor normalen. I neste omgang risikerer man å sykeliggjøre normalatferd i et forsøk på å være føre var. Denne skepsisen deles av Løkke som omtaler det som at foreldrenes autoritet blir svekket (Løkke, 2016). Han stiller seg kritisk til hvordan ulike eksperter definerer barneoppdragelsen og gir råd til foreldre som øker frykten for alt som kan gå galt og bidrar til å gjøre foreldre overfølsomme for barnas behov (Løkke, 2016).

Der er i dag i en pågående diskusjon om hvorvidt økningen i psykiske helseplager blant barn og unge er reel eller om det snarere er et uttrykk for mer fokus, større åpenhet eller senket terskel for vurdering av symptomer (Sletten & Bakken, 2016, s. 39). Med dette som bakteppe kan det være betimelig å stille spørsmålet ved om fokus på forebygging også innebærer økt tendens til medikalisering og at dette også er en del av bildet.

6.1.5 Endringsnøkkel eller sydebukk

Informantene ser på foreldrene som endringsnøkler når samspillet er vanskelig og barna strever. Samtidig vises det til at det ofte er sårbart å speile foreldre på hvordan deres rolle spiller inn i forståelsen av barnas vansker fordi det lett kan innebære å gi foreldre skyldfølelse. Informantene sier dette er særlig utfordrende i situasjoner hvor det er vanskelig å skille mellom barnets og foreldrenes engstelighet eller når stressnivået og konfliktnivået i familien er høyt. Informantene viser også til tendenser i samfunnet hvor man stadig leter etter «sydebukker» og behovet for å ansvarliggjøre folk, som en måte å forstå hvorfor foreldres frykt for skyldfølelse vekkes. Denne oppfatningen bekreftes av Hoffman et al., (2017) som står bak foreldreveiledningsprogrammet COS-P. De viser til en vanlig oppfatning av at det er

et likhetstegn mellom vellykkete barn og vellykkete foreldre (Hoffman et al., 2017, s. 71), noe som implisitt kan forstås som at dersom barnet strever, peker det direkte tilbake på noe ufullkomment hos foreldrene.

Informantene beskriver at mange foreldre kjenner på skamfølelse og frykt for å være skyldige i barnas strev. Dette gjør at man som hjelper må trå varsomt og være ivaretagende også overfor foreldrene når man skal hjelpe barna. Det finnes i dag flere forebyggende tiltak for familier som i hovedsak retter seg inn mot foreldrene og samspillet mellom foreldre og barn med den målsetting å støtte et utviklingsfremmende familieklime for barna (Skogen et al., 2018, s.41). Studiens informanter viser alle til erfaringer fra foreldreveiledningsprogrammet COS-P som et nyttig forebyggende tiltak med fokus å bevisstgjøre og støtte foreldre når det gjelder tilknytning og barns utvikling. Her er man opptatt av å sende budskapet om at nøkkelen til sunn utvikling ikke er perfekte foreldre, men trygghet og tillitsbaserte emosjonelle bånd mellom foreldre og barn (Hoffman et al., 2017, s. 24, 71). Det å ha søkelys på foreldrerettede tiltak i forebygging av både internaliserende og eksternaliserende vansker hos barn har vist seg å være positivt (Skogen et al. 2018, s. 47,48). Informantene er samtidig tydelige på at bildet av hva som forårsaker hva i samspillet mellom foreldre og barn er svært sammensatt, noe som betyr at man skal være forsiktig med å ty til enkle forklaringer og instrumentelle løsninger. Det kan derfor være riktig som både Gorostiaga et al. og Vigdal og Brønnick har landet på, at man må se på foreldreutøvelsen som en modifiserbar faktor, fremfor en årsaksforklaring eller prediktor på psykisk helse hos barn og unge (Gorostiaga et al., 2019, s.3; Vigdal & Brønnick, 2022, s. 19).

6.2 Styrker og svakheter i studien

Innen kvalitativ forskning finnes det ulike kvalitetskriterier. I forbindelse med presentasjon av funn benyttes *pålitelighet*, *gyldighet* og *generaliserbarhet* som kvalitative indikatorer. (Tjora, 2017, s. 231).

All empirisk forskning fordrer refleksjon omkring tolkning av data og hvordan denne tolkningen er formet av kognitive, språklige, teoretiske, kontekstuelle, politiske eller kulturelle rammer. Dette kalles refleksivitet (Tjora, 2017, s. 250, 251). Et annet viktig krav til forskningspresentasjonen er knyttet til transparens. Dette handler om åpenhet omkring valg,

prosesser, teori og empiriske data som gjør leseren i stand til å kunne ta stilling til forskningens kvalitet (Tjora, 2017, s. 248).

I det følgende vil vi drøfte de ulike kvalitetskriteriene pålitelighet, gyldighet og generaliserbarhet før vi ser på styrker og svakheter ved studien.

6.2.1 Pålitelighet

Pålitelighet (eller intern validitet) i kvalitativ forskning omhandler i hvilken grad fremgangsmåter og resultater reflekterer studiens formål og representerer virkeligheten på en riktig måte (Johannessen et al., 2021, s. 256). Et sentralt poeng er om forskningen er relevant og har betydning. Ved å ha et kritisk blikk på egne ideer, rolle, metodevalg, rekruttering, tolkning av resultater og lignende, kan forskeren søke å oppfylle dette (Drageset & Ellingsen, 2010). Det viktigste utgangspunktet for høy pålitelighet er om studien er forankret i relevant teori og forskning (Tjora, 2017, s. 234).

Det teoretiske bakteppet for studien er valgt på bakgrunn av faglig kjennskap til feltet, men også en viss grad av seleksjon. Innenfor det faglige området kunne det vært mulig å velge ut andre teoretikere og forståelsesmåter som kunne belyst studien på andre måter. Av hensyn til omfang har det imidlertid vært nødvendig å avgrense til noen få, men anerkjente og relevante teorier og foregangspersoner.

Forskningsmessig er det valgt studier som ble ansett passende både tidsmessig, tematisk og kulturelt. Ved litteratursøk kom det særlig mange forslag på asiatiske studier eller studier med mindre relevante problemstillinger. Forskningsartiklene som ble utvalgt, syntes å sammenfalle eller utvide studiens funn på en måte som ga grunn til inkludering. Blant norske studier, kunnskapsoversikter og utredninger kan det synes som noen forfattere og forskere preger fagfeltet i større grad. En viss bredde av studier er derfor inkludert for å utvide forståelsen og sikre troverdigheten.

Det ble valgt å bygge studien på erfaringer fra familieveiledere og ikke foreldre selv. Bakgrunnen var ønsket om å få tak i en kombinasjon av innenfrakunnskap og metaperspektiv sammen med faglige refleksjoner. Samtidig innebærer et slikt valg også risiko for å innhente informasjon som ikke er representativ for foreldre, at den bygger for mye på faglige paradigmer og at kunnskapen derfor blir lite troverdig. Sett opp mot annen forskning kan det

likevel synes som mye av kunnskapen som fremkommer i studien beskriver en virkelighet som er pålitelig.

Det har vært et mål at studien skal kunne gi økt kunnskap om hva foreldre kan streve med og hvordan dette i så fall påvirker den psykiske helsen til barn og unge. Studiens funn tilsier at utvalg av informanter, spørsmålsformuleringer og metodevalg til sammen har gitt et relevant grunnlag for å svare på problemstillingen.

6.2.2 Gyldighet

Som utgangspunkt for all samfunnsforskning trengs en viss grad av engasjement og interesse for feltet (Tjora, 2017, s. 235). Som forsker vil man derfor ikke være hverken objektiv eller nøytral til egen studie. For å styrke studiens gyldighet vil derfor transparens omkring egen forforståelse og bakgrunn være nødvendig. Når valg av tema, problemstilling og informanter bygger på refleksjoner omkring egenerfarte utfordringer oppstår naturligvis en fare for å bringe inn egne forutinntattheter i både teorivalg, intervju spørsmål og tolkning. Dersom informanter og forsker i tillegg har felles språk, forståelse og deler mulig etablerte sannheter i feltet er det fare for at dette i liten grad blir utfordret og nyansert. Samtidig kan kjennskap til feltet også anses å være en styrke som gjør det mulig å stille meningsfulle og presise spørsmål, samt gjør det lettere å finne relevant teoretisk bakteppe.

Utvalget i studien er ganske enhetlig både faglig, kjønnsmessig og kulturelt, og informantenes svar er gjennomgående ganske sammenfallende. Deres bakgrunn har trolig også preget deres forståelse og språk. Det enhetlige utvalget kan indikere at det foreligger en lite nyansert forståelse av studiens tematikk, og det er relevant å spørre seg om svarene ville vært annerledes dersom utvalget var annerledes. Rekrutteringen har imidlertid vært basert på selvseleksjon og interne avklaringer og ikke et bevisst utvalg. Dette viser en mulig svakhet i denne rekrutteringsmetoden, som også kan sees på som en svakhet i selve studien. Samtidig er det kanskje også et uttrykk for at informantene utgjør et representativt utvalg med tanke på ansattgruppen og det faglige utgangspunktet som preger familieteamene i disse kommunene. Det må også nevnes at flere av informantene hadde snakket om studien med kolleger i forkant av intervju og hadde notert seg innspill som dermed representerte synspunktene til flere. Dette kan forstås som en bekreftelse på at informantenes erfaringer er gjenkjennbare for et større utvalg enn de fem som deltok i studien.

Intervjuene ble gjennomført med lydopptak på informantenes arbeidsplass på tidspunkt og sted som var ønsket og avklart med dem. En svakhet i dette er mangel på kontroll over fysiske rammer og mulige forstyrrelser i intervjusituasjonen. Erfaringen var imidlertid at samtalene ble gjennomført uten avbrytelser eller støy.

For analyse og videre arbeid med datamaterialet ble Refleksiv Tematisk Analyse etter Braun & Clarke valgt. Dette ble erfart som en god modell for denne studien. I analyseprosessen ble et komplett datamateriale behandlet helt til det siste, og det ble vekslet mellom nærhet til tekst og avstand med refleksjon. På denne måten ble det mulig å lande på ny tematikk som beveget seg bort fra intervjuguiden og som rommet store deler av materialet. Refleksjoner som ble tatt bort ble ansett for perifere i forhold til problemstilling eller tema. Valg av refererte sitater er basert på en kombinasjon av tematisk innhold, presisjon i utsagn og ønske om å gi informantene tilnærmet lik tyngde. Store deler av transkriberte intervjuer ble dessuten sendt til veileder som en kvalitetssikring på arbeidet.

6.2.3 Generaliserbarhet

Denne studien er basert på informasjon fra et lite utvalg bestående av fem informanter. Studiens funn kan derfor ikke overføres på samme måte som kvantitative forskningsresultater. Samtidig vil det være mulig å generalisere resultater til beslektede fenomener (Johannessen et al., 2021, s. 258). Informantenes forståelse og erfaringer viser noen sammenhenger og mønster som kan ha relevans i en klinisk sammenheng. Resultatene kan gi økt forståelse for foreldres og familiers strev. Gjennom ny kunnskap kan man se nye sammenhenger og muligheter som kan styrke foreldrenes samspill med barna og barnas psykiske helse. Kunnskapen utvider dessuten forståelsen av bakenforliggende eller opprettholdende faktorer i familiemiljøet og samfunnet som kan være nyttig også for hjelpeapparatet i møte med barn og unge med psykiske plager.

7 Implikasjoner for praksis og videre forskning

Denne studien bygger på erfaringer og opplevelser fra familieveiledere som jobber med foreldre og barn i familier som opplever ulike vanskeligheter knyttet til samspill, grensesetting, følelser eller atferd. Med utgangspunkt i beskrivelser av hva foreldre kan streve med i foreldreutøvelsen er det søkt å finne ut av hvordan dette har innvirkning på barnas psykiske helse. Beskrivelsene gir ikke grunnlag for større konklusjoner, men kan snarere bidra til økt forståelse for ulike faktorer som spiller inn i denne sammenheng. Målet er at denne kunnskapen kan bidra til å styrke psykisk helsearbeid i kommunene med særlig fokus på familiearbeid.

Fra tidligere forskning har man sett at foreldre og familieliv spiller en betydelig rolle for barn og unges psykiske helse og at foreldrerollen utgjør en viktig modifierbar faktor (Tømmerås & Kjøbli, u.å; Vigdal & Brønnick, 2022). Som kvalitativ studie har det ikke vært et mål å finne årsakssammenheng her. Likevel kan det synes som det er sårbart å snakke om foreldreutøvelsens betydning i sammenheng med økt psykisk uhelse blant barn og unge. Studien viser at det vekkes følelser som skam og mislykkethet hos foreldre når barn strever psykisk. Samtidig viser både denne og tidligere studier til at foreldre og barn har en gjensidig påvirkning på hverandre, noe som også påvirker foreldreutøvelsen og innebærer en kompleksitet i forståelsen av sammenhenger. Det å styrke foreldre gjennom å gi innsikt, men også anerkjennelse og trygghet vil derfor trolig være av betydning.

Som hovedfunn anses betydningen av foreldres usikkerhet og opplevelse av forventninger og krav som svært relevant for videre praksis. Omfanget av utfordringer som skapes av både usikkerhet og forventningspress i foreldrerollen er tema det bør jobbes videre med både lokalt og på samfunnsnivå. Slik det fremkommer i studien er det grunn til å tro at mye usikkerhet hos foreldre kan være med og gi en utvidet forståelse av tendensen til økt grad av psykisk uhelse hos barn og unge. Å jobbe med trygging av foreldre og fokus på hvilke forventninger og foreldreferdigheter som bør tillegges viktighet vil være et vesentlig poeng i det forebyggende arbeidet for både foreldre og barn.

Et annet interessant funn er hvilken rolle eksperter og hjelpeapparat kan ha i å være pådrivere for utredninger, medikalisering, innskrenking av normalforståelse som også øker foreldres usikkerhet. Forebygging er svært viktig både samfunnsøkonomisk og på individnivå. Det å anvende ervervet kunnskap i denne sammenheng må derfor anses å være essensielt. Samtidig er det vesentlig at eksperter og hjelpere evner å balansere veiledning og kunnskap om psykisk

helse på en måte som ivaretar foreldrenes autoritet og tro på egne foreldreferdigheter parallelt med en vid normalforståelse. Risikoen ved å bli for ivrig i forsøket på å være flink i hjelperrollen kan bli at barna blir symptombærere på et samfunn med lite rom for variasjon og annerledeshet hvor foreldre ikke lenger ser sin egen betydning og blir enda mer usikre og utydelige i foreldreutøvelsen. Det å formidle hva som er «godt nok foreldreskap og gode nok barn» kan derfor sees på som et vesentlig bidrag i foreldreveiledning som kan ha positive konsekvenser for barn og unges psykiske helse. Studien viser noen spennende sammenhenger og mønster. Likevel vil det stadig være behov for kunnskap som kan utvide forståelsen. For videre forskning kunne det være spennende å se nærmere på hvorvidt familieveiledere med annen kulturell eller kjønnsmessig bakgrunn, foreldre selv eller andre yrkesgrupper som arbeider med barn og unge ville bragt inn andre typer erfaringer og forståelse av tematikken.

8 Konklusjon

I denne studien har vi sett på foreldreutøvelsens betydning for barn og unges psykiske helse med utgangspunkt i erfaringer fra foreldreveiledere i kommunale familieteam.

Studien viser at selv om foreldre har stor kunnskap og forståelse for barns behov, er det mange som opplever usikkerhet og strev i foreldreutøvelsen og i balansering av hverdagsliv og oppdragerrolle opp mot forventninger og krav. Vi har sett at dette kan skape uheldige utfall i foreldreutøvelsen som utrygghet i grensesetting, men også være en drivkraft for overdreven involvering, beskyttelse og kontroll. Videre har vi sett at familielivet har endret seg på måter som innebærer stor grad av emosjonell og praktisk involvering som tidvis kan medføre vansker med foreldreledelse, regulering og forståelse av barns følelser og atferd. Studien viser hvordan barns symptomtrykk og psykiske vansker kan være et resultat av dette.

Resultatene tyder på at tendenser i samfunnet kan være med på å ha innvirkning på foreldreutøvelsen og også kan eskalere usikkerhet og en overdreven foreldreinvolvering. Dette er eksempelvis sosiale medier, ytringer, eksperter, men ikke minst oppvekst- og helsesektoren selv, sammen med forventninger foreldre tillegger seg selv. Samtidig har økt fokus på psykisk helse i samfunnet også medført lavere terskel for hjelp, frykt for alt som kan gå galt og tendenser til at foreldre drives mot medikalisering. Økt barnefokusering og nye måter å utøve forelderollen på har også medført utydelig grensesetting og overføring av ansvar til barna. Studiens funn tyder på at foreldres sårbarheter også påvirker barnas psykiske helse og at mange foreldre har vansker med å tåle både eget og barnas strev.

Alle disse momentene vil på ulike måter påvirke samspill og foreldres forståelse og regulering av barnas atferds- og emosjonsuttrykk. Studien viser at det foreligger tendenser i samfunn og familieliv som påvirker foreldreutøvelsen på måter som kan medføre økte psykiske vansker hos barn. Samtidig fremkommer det også at skam og frykt for å bli gjort til syndebukk gjør det vanskelig å snakke om sammenhengen mellom foreldreutøvelse og barn og unges psykiske helse.

Resultatene tilsier at foreldreveiledning med fokus på bevisstgjøring, støtte og psykoedukasjon fortsatt kan være nyttige tiltak. Samtidig kan det synes som oppvekst- og helsesektoren også må være bevisst sin rolle som eksperter som fratrer foreldre sin autoritet og skaper usikkerhet og utilstrekkelighetsfølelse, som igjen påvirker samspill og mentalisering. Studienes funn viser at det kanskje er på tide å løfte en større debatt omkring samfunnets

enorme forventinger og krav som viser seg i måten både media, helse og oppvekstsektoren legger uheldig press på både barn, familier og foreldre.

9 Kilder

- Aarseth, H. (2018). Familie og intimitet i endring- sosiologiske perspektiver. *Fokus på familien*, 18(2), 84-102. <https://doi.org/10.18261/issn.0807-7487-2018-02-02>
- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. N. (2015). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Taylor & Francis Group.
- Andersen, A. J. W. (2023, 11.mai). *Psykisk helsearbeid*. Store norske leksikon. https://sml.snl.no/psykisk_helsearbeid
- Bakken, A. (2022). *Ungdata 2022. Nasjonale resultater*. NOVA Rapport 5/22. Oslo: NOVA, OsloMet. <https://oda.oslomet.no/oda-xmliu/handle/11250/3011548>
- Bang, L. et al. (2023, 20.februar). *Psykiske plager og lidelser hos barn og unge*. Folkehelseinstituttet. <https://www.fhi.no/nettpub/hin/psykisk-helse/psykisk-helse-hos-barn-og-unge/>
- Baumrind, D. (1966). Effects of authoritative parental control on child behavior. *Child development*, 887-907.
- Beato, A., Barros, L., & Pereira, A. I. (2018). Father's and mother's beliefs about children's anxiety. *Child: Care, Health and Development*, 44(5), 784-793.
- Blaasvær, N. & Ames, H. (2019). *Sammenhenger mellom foreldrepraksiser og barns trivsel: en systematisk kartleggingsoversikt*. Folkehelseinstituttet. Område for helsetjenester. <https://www.fhi.no/globalassets/dokumenterfiler/rapporter/2019/sammenhenger-mellom-foreldrepraksiser-og-barns-trivsel-rapport-2019.pdf>
- Blatz, W. E. (1967). *Human security : some reflections*. University of Toronto Press.
- Brandtzæg, I., Torsteinson, S. & Øiestad, G. (2020, 26. mai). *Hva er tilknytning?* Norsk Psykologforening. <https://www.psykologforeningen.no/publikum/videoer-om-psykisk-helse/videoer-om-livsutfordringer/hva-er-tilknytning>
- Braun, V. & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology* 3(2): 77-101.

- Braun, V. & Clarke, V. (2023). Toward good practice in thematic analysis: Avoiding common problems and becoming a knowing researcher. *International Journal of Transgender Health*, 24(1), 1-6.
- Bremnes, R. & Indergård, P. J. (2022). *Aktivitetsdata for psykisk helsevern for barn og unge 2021, Norsk pasientregister, avdeling helseregistre*, (Rapport IS-3038). Helsedirektoratet.
- Brunier, A. & Drusdale, C. (2022, 02. mars). *COVID-19-pandemien utløser 25% økning i forekomsten av angst og depresjon over hele verden*. World Health Organization. <https://www.who.int/news/item/02-03-2022-covid-19-pandemic-triggers-25-increase-in-prevalence-of-anxiety-and-depression-worldwide>
- Bråten, B. & Sønsterudbråten, S. (2016). *Foreldreveiledning-virker det? En kunnskapsstatus*. (Oslo: Fafo report, 2016, 29). Fafo.no. <https://www.fafo.no/images/pub/2016/20591.pdf>
- Dalsklev, M. & Eimot, K. (2017, 03. november). *En studie av tilknytning*, Psykologisk.no. <https://psykologisk.no/2015/05/en-studie-av-tilknytning/>
- Darling, N. & Steinberg, L. (1993). Parenting style as context: An integrative model. *Psychological bulletin*, 113(3), 487.
- Drageset, S. & Ellingsen, S. (2010). Å skape data fra kvalitativt forskningsintervju. *Sykepleien forskning*, 5(4), 332-335.
- Dumont, D. E. (2021). Facing adulthood: Helicopter parenting as a function of the family projection process. *Journal of College Student Psychotherapy*, 35(1), 1-14.
- Eriksson, B. & Hummelvoll, J. K. (2015). Psykisk helsearbeid som fagområde: en fremvoksende disiplin. *Tidsskrift for psykisk helsearbeid*, 3-14. <https://brage.inn.no/inn-xmlui/handle/11250/2430550?show=full>
- Estep, M. (2019, 16. april). *Er du blitt en sherpaforelder?*, Forskning.no. <https://forskning.no/barn-og-ungdom-ntb-psykologi/er-du-blitt-en-sherpaforelder/1327870>

- Finnvold, J. E., Seland, I., Tveito, S. B., Schøyen, M. A., & Aarset, M. F. (2020). Familiens betydning. Kunnskapsoversikt om hverdagsliv, omsorg, samlivsbrudd og familiestøttende tiltak.
- Førde, R. (2014, 10.oktober). *Helsinkideklarasjonen*, De nasjonale forskningsetiske komiteene. <https://www.forskningsetikk.no/ressurser/fbib/lover-retningslinjer/helsinkideklarasjonen/>
- Gadamer, H.G. (2004). *Truth and method*. Translation revised by Joel Weinsheimer and Donald G. Marshall. Bloomsbury Academic.
- Gagnon, R. J., Garst, B. A., Kouros, C. D., Schiffrin, H. H., & Cui, M. (2020). When overparenting is normal parenting: Examining child disability and overparenting in early adolescence. *Journal of Child and Family Studies*, 29, 413-425.
- Gjøvik kommune (2023, 03. april). Tverrfaglig Familieteam -Gjøvik kommune. <https://www.gjovik.kommune.no/tjenester/barn-og-familie/tverrfaglig-familieteam/>
- Gorostiaga, A., Aliri, J., Balluerka, N. & Lameirinhas, J. (2019). Parenting styles and internalizing symptoms in adolescence: a systematic literature review. *International journal of environmental research and public health* 16(17): 3192.
- Helsedirektoratet (2023, 24. oktober). *Veileder- Psykisk helsearbeid barn og unge*. Helsedirektoratet.no. <https://www.helsedirektoratet.no/veiledere/psykisk-helsearbeid-barn-og-unge>
- Helsenorge (2022, 04. mars). *Hva er psykisk helse?*, Helsenorge.no. <https://www.helsenorge.no/psykisk-helse/hva-er-psykisk-helse/>
- Hoffman, K, Cooper, G, Powell, B & Benton C.M. (2017). *Trygge barn. Hvordan Trygghetssirkelen for foreldre kan bidra til å fremme barns tilknytning, emosjonelle motstandskraft og frihet til å utforske*, Gyldendal Akademisk, Oslo.
- Jespersen, J. E., et al. (2021). Parent and Peer Emotion Responsivity Styles: An Extension of Gottman's Emotion Socialization Parenting Typologies. *Children (Basel)* 8(5): 319.
- Jiao, J., & Segrin, C. (2022). Overparenting and emerging adults' insecure attachment with parents and romantic partners. *Emerging Adulthood*, 10(3), 725-730.

- Johannessen, L.E.F., Rafoss, T.W. & Rasmussen, E. B. (2018). *Hvordan bruke teori? Nyttige verktøy i kvalitativ analyse*. Universitetsforlaget, Oslo.
- Johannessen, A., Tufte, P. A., Christoffersen, L. (2021). *Introduksjon til samfunnsvitenskapelig metode* (6. utg.). Abstrakt forlag.
- Killén, K. (2019). *Sveket II. Ansvar og (be)handling* (5. utg.). Kommuneforlaget AS, Oslo.
- Knudsen, A. K., Schjelderup-Mathiesen, K., & Mykletun, A. (2010). Hvem får psykiske lidelser, og kan de forebygges?. *Tidsskrift for Norsk psykologforening*, 47(6).
- Laurin, J. C., Joussemet, M., Tremblay, R. E., & Boivin, M. (2015). Early forms of controlling parenting and the development of childhood anxiety. *Journal of Child and Family Studies*, 24, 3279-3292.
- Loevaas, M. E. S., Sund, A. M., Patras, J., Martinsen, K., Hjemdal, O., Neumer, S. P. & Reinfjell, T. (2018). Emotion regulation and its relation to symptoms of anxiety and depression in children aged 8–12 years: does parental gender play a differentiating role? *BMC psychology*, 6(1), 1-11.
- Løkke, P. A. (2016, 29. februar). Å hakke seg ut av egget. *Tidsskrift for Norsk Psykologforening*. <https://psykologtidsskriftet.no/fagessay/2016/02/hakke-seg-ut-av-egget>
- Marcone, R., Affuso, G., & Borrone, A. (2020). Parenting styles and children's internalizing-externalizing behavior: The mediating role of behavioral regulation. *Current Psychology*, 39, 13-24.
<https://link.springer.com/article/10.1007/s12144-017-9757-7>
- Martin, J. A., Maccoby, E. E., & Jacklin, C. N. (1981). Mothers' responsiveness to interactive bidding and nonbidding in boys and girls. *Child Development*, 1064-1067.
- NOU 2020: 14. (2020). *Ny barnelov- Til barnets beste, 3. Barneloven i vår tid*, Barne- og familiedepartementet.
<https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/nou-2020-14/id2788399/?ch=5>
- Pedersen, E. & Egeland, C. (2020). *Hverdagsliv og familieliv i Norge i 2020*. Arbeidsforskningsinstituttet AFI, Oslo Met.

- Perry, N. B., Dollar, J. M., Calkins, S. D., Keane, S. P., & Shanahan, L. (2018). Childhood self-regulation as a mechanism through which early overcontrolling parenting is associated with adjustment in preadolescence. *Developmental psychology*, 54(8), 1542.
- Rosenberg, T. G. (2023). *Digitale dilemmaer—en undersøkelse om barns debut på mobil og sosiale medier*, Medietilsynet.
https://www.medietilsynet.no/globalassets/publikasjoner/barn-og-medier-undersokelser/2022/230206_digitale-dilemmaer.pdf
- Sander, K. (2023, 22. juli). *Narrativ metode og analyse*. eStudie.no.
<https://estudie.no/narrativ-metode-og-analyse/>
- Shaki, O., Gupta, G. K., Yadav, P., & Faisal, F. A. (2022). Helicopter parenting, from good intentions to poor outcomes. What parents needs to know? *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 11(8), 4753.
- Sjøvold, M. S. & Furuholmen, K. G. (2023). *De minste barnas stemme, sped- og småbarn utsatt for vold og omsorgssvikt* (2. utg.). Universitetsforlaget.
- Skogen, J. C., Smith, O. R. F., Aarø, L. E., Siqveland, J., & Øverland, S. N. (2018). Barn og unges psykiske helse: Forebyggende og helsefremmende folkehelseiltak. En kunnskapsoversikt (Rapport 2018). Folkehelseinstituttet.
- Sletten, M. A. (2015). Psykiske plager blant ungdom: sosiale forskjeller og historien om de flinke pikene. *Barn i Norge*, 8-25.
- Sletten, M. A., & Bakken, A. (2016). *Psykiske helseplager blant ungdom—tidstrender og samfunnsmessige forklaringer, En kunnskapsoversikt og en empirisk analyse*. Notat 4/2016. Norsk institutt for forskning om oppvekst, velferd og aldring, NOVA.
<https://utdanningsforskning.no/contentassets/95d85d2544d244cf99b762adf66dfef4/web-utgave-notat-4-16.pdf>
- Stefansen, K. & Strandbu, Å. (2022, 24. mai). Er det foreldres skyld at ungdomsidretten har blitt så alvorlig? *Forskersonen.no*. <https://www.forskersonen.no/barn-og-ungdom-kronikk-meninger/er-det-foreldrenes-skyld-at-barne-og-ungdomsidretten-har-blitt-sa-alvorlig/2029245>

- Taintor, A., LaMarr, T., Ruiz, W., Marquez, M., Elam, E., Carnahan, A. & Seegers, A. (2023). *Infant and Toddler Care and Development*, LibreTexts 2023.
<https://books.google.no/books?id=LJDizwEACAAJ>
- Terry, G., Hayfield, N., Clarke, V., & Braun, V. (2017). Thematic analysis. *The SAGE handbook of qualitative research in psychology*, 2, 17-37.
- Thomassen, M. (2006): *Vitenskap, kunnskap og praksis, innføring i vitenskapsfilosofi for helse- og sosialfag*, (1. utg.). Oslo: Gyldendal Norsk Forlag AS.
- Thornquist, E. (2018). *Vitenskapsfilosofi og vitenskapsteori: For helsefag*, (2. utg.). Bergen: Fagbokforlaget.
- Tjora, A. (2017). *Kvalitative forskningsmetoder i praksis* (3. utg.). Gyldendal Akademisk.
- Tjora, A. (2020, 03.12). *Sosialkonstruktivisme*, Store norske leksikon.
<https://snl.no/sosialkonstruktivisme>
- Tømmerås, T. & Kjøbli, J. (2023, 01. mars). *Samspill i familien og psykiske vansker hos barn*, Rådet for psykisk helse.
<https://psykiskhelse.no/psykiskoppvekst/relasjoner/samspill-i-familien/>
- Ungdata (2020, 23. januar). *Stress, press og psykiske plager blant unge*, NOVA- Norsk institutt for forskning om oppvekst, velferd og aldring, Oslo Met.
<https://www.ungdata.no/stress-press-og-psykiske-plager-blant-unge/>
- Van Rosmalen, L., Van Der Horst, F. C., & Van der Veer, R. (2016). From secure dependency to attachment: Mary Ainsworth's integration of Blatz's security theory into Bowlby's attachment theory. *History of psychology*, 19(1), 22.
- Vigdal, J. S. & Brønnick, K. K. (2022). A systematic review of "helicopter parenting" and its relationship with anxiety and depression. *Frontiers in psychology*, 13, 872981.
- Vincent, C. & Ball, S. J. (2007). Making up the middle-class child: Families, activities and class dispositions. *Sociology*, 41(6), 1061-1077.
- Wallace, M., Weybright, E., Rohner, B., & Crawford, J. K. (2015). Over-involved parenting and competition in youth development programs. *Washington State University extension*, 2015(09), 1-5.

Vedlegg

1 Godkjenning SIKT

16.06.2023, 15:05

Meldeskjema for behandling av personopplysninger



[Meldeskjema](#) / [Familieveiledere i kommunale familieteam sin forståelse av foreldres te...](#) / Vurdering

Vurdering av behandling av personopplysninger

Referansenummer	Vurderingstype	Dato
420533	Standard	16.06.2023

Prosjekttittel

Familieveiledere i kommunale familieteam sin forståelse av foreldres tendens til en overbeskyttende, overinvolverende og kontrollerende foreldreutøvelse

Behandlingsansvarlig institusjon

Høgskolen i Innlandet / Fakultet for helse- og sosialvitenskap / Institutt for helse- og sykepleievitenskap

Prosjektansvarlig

Liv Skomakerstuen Ødbehr

Student

Maria Stiegler

Prosjektperiode

15.06.2023 - 31.12.2024

Kategorier personopplysninger

Alminnelige

Lovlig grunnlag

Samtykke (Personvernforordningen art. 6 nr. 1 bokstav a)

Behandlingen av personopplysningene er lovlig så fremt den gjennomføres som oppgitt i meldeskjemaet. Det lovlige grunnlaget gjelder til 31.12.2024.

[Meldeskjema](#)

Kommentar

OM VURDERINGEN

Sikt har en avtale med institusjonen du forsker eller studerer ved. Denne avtalen innebærer at vi skal gi deg råd slik at behandlingen av personopplysninger i prosjektet ditt er lovlig etter personvernregelverket.

LOVLIG GRUNNLAG FOR BEHANDLING AV PERSONOPPLYSNINGER

Lovlig grunnlag for behandlingen av personopplysninger vil være den registrertes samtykke, jf. personvernforordningen art. 6 nr. 1 a).

TAUSHETSPLIKT

Forskningsdeltagerne har yrkesmessig taushetsplikt. De kan ikke dele taushetsbelagte opplysninger med forskningsprosjektet. Vi anbefaler at du minner dem på taushetsplikten. Merk at det ikke er nok å utelate navn ved omtale av klienter. Vær forsiktig med bruk av eksempler og bakgrunnsopplysninger som tid, sted, kjønn og alder.

FØLG DIN INSTITUSJONS RETNINGSLINJER

Vi har vurdert at du har lovlig grunnlag til å behandle personopplysningene, men husk at det er institusjonen du er ansatt/student ved som avgjør hvilke databehandlere du kan bruke og hvordan du må lagre og sikre data i ditt prosjekt. Husk å bruke leverandører som din institusjon har avtale med (f.eks. ved skylagring, nettspørreskjema, videosamtale el.)

Personverntjenester legger til grunn at behandlingen oppfyller kravene i personvernforordningen om riktighet (art. 5.1 d), integritet og konfidensialitet (art. 5.1. f) og sikkerhet (art. 32).

MELD VESENTLIGE ENDRINGER

Dersom det skjer vesentlige endringer i behandlingen av personopplysninger, kan det være nødvendig å melde dette til oss ved å oppdatere meldeskjemaet. Se våre nettsider om hvilke endringer du må melde: <https://sikt.no/melde-endringer-i-meldeskjema>

OPPFØLGING AV PROSJEKTET

16.06.2023, 15:05

Meldeskjema for behandling av personopplysninger

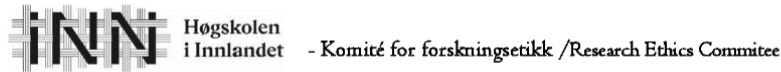
Vi vil følge opp ved planlagt avslutning for å avklare om behandlingen av personopplysningene er avsluttet.

Lykke til med prosjektet!

<https://meldeskjema.sikt.no/646bbb4f-e0c0-4a06-ad16-559c03af352e/vurdering>

2/2

2 Godkjenning Lokal Etisk Komite



Masterstudent Maria Cecilie Stiegler
Veileder Liv S. Ødbehr
Høgskolen i Innlandet
Fakultet for helse- og sosialvitenskap

Deres ref: melding mottatt 19.6.23
Vår ref: Sak 11 -2023 Arkiv: 23/05337

Dato: 24.08. 2023

Etisk vurdering av planlagt masterprosjekt ved Høgskolen i Innlandet

Prosjekttittel: Familieveiledere i kommunale familieteam sin forståelse av foreldres tendens til en overbeskyttende, overinvolverende og kontrollerende foreldreutøvelse

Prosjektleder/veileder: Liv Skomakerstuen Ødbehr, post.doc

Student: Maria Cecilie Stiegler, Master i psykisk helsearbeid

Prosjektvarighet: 1.1.23 - 31.12.24 (oppstart datainnsamling 1.9.23)

Komité for forskningsetikk (KoFE) ved HINN (tidligere navngitt som Lokal etisk komité for forskningsetikk – LEKF) utfører forskningsetisk vurdering etter mandat godkjent av det sentrale FoU-utvalget 21.4.20. Dette planlagte masterprosjektet sorterer under prioritet 1, det vil si obligatorisk forskningsetisk vurdering av forskning på mennesker og som ikke er hjemlet i Helseforskningsloven, men som allikevel har potensiale for feil, skade, belastning og/eller krenkelse for forskningsdeltakerne.

Framlegg/søknad med vedlegg ble mottatt som melding i Nettskjema 19.6.23.
Vurdering av prosjektet er utført i komitémøte 21.8.23.

Prosjektet utføres uten å involvere klienter og berører ikke enkeltsaker i familievernet, og innebærer derfor begrensede etiske problemstillinger.

Prosjektopplysninger

Formål: Å få tak i erfaringer som kan øke kunnskapen om hva som gjør at så mange foreldre tilsynelatende drives mot å utøve rollen sin på en overinvolverende, overbeskyttende eller kontrollerende måte og hvordan man gjennom foreldreveiledning kan jobbe for å forhindre at så mange barn og unge utvikler symptomer på angst og depresjon. Hensikten med prosjektet er å undersøke familieveilederes erfaringer med hvordan man kan styrke foreldrerollen når man jobber forebyggende i familier med slike utfordringer.

Utvalg: 5 familieveiledere fra Familieteam ulike kommuner. Rekrutteres via Fagledere i tjenestene.

Design: Semistrukturerte intervju for å fram familieveilederens meninger og erfaringer om temaet.

Analyse: Hermeneutisk-fenomenologisk tilnærming med eksplorerende design og induktivt perspektiv.

Vurderinger

Masterstudenten begrunner behov for en etisk vurdering for å sikre at det er lagt tilstrekkelig til rette for ivaretagelse av samtykke, konfidensialitet og datahåndteringsrutiner. I all hovedsak vil en melding til Sikt Personverntjenester være dekkende for denne masteroppgaven, så KoFE føyer kun til enkelte momenter.

Bakgrunn for valg av foreldreveiledere som informanter og ikke foreldre selv, er at foreldreveiledere har et bredt erfaringsgrunnlag å vise til, samt en faglig forankring i forståelsen av samspeillet mellom foreldre og barn. Dette valget medfører færre etiske utfordringer enn om erfaringer skulle vært hentet hos foreldre og/eller barn.

Masterstudent har gjort egne etiske overveielser som først og fremst handler om informasjonssikkerhet/ personvern. Men det er også gjort en god refleksjon over at det er viktig å finne svar på hva som driver foreldreutøvelse.

Spørsmål i intervjuguiden kan ikke regnes som inngripende på noen måter overfor ansatte familieveiledere, slik komitéen ser det.

Komiteen vil imidlertid bemerke at prosjektbeskrivelsen og deler av informasjons- og samtykkeskrivet gir inntrykk av at det finnes etablert kunnskap om at foreldres kontroll/overbeskyttelse kan fremkalle angst og depresjon hos barn. Dersom dét ikke er tilfellet, bør målsettingen med prosjektet, og informasjonen til deltakere, justeres noe for å dempe inntrykket av at det finnes en slik sammenheng. Videre mener komiteen det vil være en fordel om målsettingen med studien tydeliggjøres/spisses til å handle om familieveilederes syn på mekanismer bak og konsekvenser av overbeskyttelse. (En dypere kunnskap om disse fenomenene ville krevd en bredere anlagt studie med involvering av foreldre/barn).

Informasjon til deltakerne

KoFEs hovedmål er å sikre forskningsdeltakernes sikkerhet og rettigheter. Enhver deltaker må fullt ut forstå hva man sier 'ja' til å delta i (=informert samtykke). Derfor må informasjons- og samtykkeskrivet være vel gjennomarbeidet, klart og forståelig, slik at forskningsdeltakerne ser at deres rettigheter, integritet og helsemessige trygghet ivaretas i prosjektet.

Informasjons- og samtykkeskrivene gir godt innblikk i hva studien går ut på, og forskningsdeltakere vil dermed forstå hva de samtykker til. Skrivet kan med fordel inkludere masterstudentens bakgrunn innen familievern. For øvrig inneholder skrivet noen formelle feil. Disse er lagt inn som kommentarer/endinger direkte i skrivet (vedlagt).

—

Masterprosjektet er obligatorisk meldt til Sikt Personverntjenester for vurdering av hvorvidt behandling av personopplysninger er i henhold til personvernlovgiving for behandling av alminnelige personopplysninger (ref. 420533).

Konklusjon

Lokal etisk komité for forskning ved Høgskolen i Innlandet har gjort en forskningsetisk vurdering av prosjektet «Familieveiledere i kommunale familieteam sin forståelse av foreldres tendens til en overbeskyttende, overinvolverende og kontrollerende foreldreutøvelse», og støtter oppstart av masterprosjektet, under forutsetning at masterstudenten retter opp feilaktige opplysninger i informasjons- og samtykkeskrivet i henhold til de merknader som er satt inn.

Videre oppfordrer komiteen til at innspillene til spissing av målsettinger etc. tas hensyn til.

Lykke til med masterprosjektet!

Med vennlig hilsen



Grethe Netland
Leder av Lokal etisk komité for forskning – Høgskolen i Innlandet

3 Skriv til informanter

Vil du delta i forskningsprosjektet

«Familieveiledere i kommunale familieteam sin forståelse av foreldres tendens til en overbeskyttende, overinvolverende og kontrollerende foreldreutøvelse»?

Dette er et spørsmål til deg om å delta i et forskningsprosjekt hvor formålet er å styrke foreldrerollen slik at vi forebygger psykiske vansker hos barn. I dette skrivet gir vi deg informasjon om målene for prosjektet og hva deltakelse vil innebære for deg.

Formål

I forbindelse med masterstudie i psykisk helsearbeid ved Høgskolen i Innlandet, avdeling Elverum, ønsker jeg å gjennomføre en kvalitativ studie som innebærer intervjuer med informanter som jobber i ulike kommunale Familieteam for å lære mer om deres erfaringer og refleksjoner rundt foreldrerollen i dag. Bakgrunnen for prosjektet er en antakelse om at mange foreldre i dag utøver sin foreldrerolle på en overinvolverende, overbeskyttende eller kontrollerende måte og at dette kan bidra negativt til barn og unges psykiske helse.

Jeg ønsker å finne mer ut av hva dere som familieveiledere tenker om dette, om hva dere tenker er idealer som foreldre strekker seg etter og hvordan vi kan forstå hva som ligger bak en slik foreldreutøvelse.

Informasjonen dere gir skal utelukkende brukes til denne studien.

Hvem er ansvarlig for forskningsprosjektet?

Høgskolen i Innlandet, Seksjon for psykisk helse og rehabilitering er ansvarlig for prosjektet.

Hvorfor får du spørsmål om å delta?

Min studie omhandler erfaringer og refleksjoner fra familieveiledere som jobber i kommunale Familieteam med fokus på forebygging. Jeg ønsker å få informasjon fra familieveiledere som har erfaring fra arbeid med foreldre i familier hvor barn viser tegn på psykiske plager i form av engstelse/angst, nedstemthet eller fra arbeid med foreldre som viser tendenser til en overinvolvert, kontrollert eller overbeskyttende foreldreutøvelse.

Du får spørsmål om å delta her fordi din leder har gitt tillatelse til at jeg kan spørre deg og fordi jeg har forstått at du som familieveileder kan ha med deg noen erfaringer og refleksjoner som kan være nyttige i min studie.

Hva innebærer det for deg å delta?

Vi ønsker å invitere deg til å delta i et intervju med masterstudent Maria Stiegler. Det innhentes et skriftlig, informert samtykke fra deg om deltakelse i studien, og samtykkeskjemaet er et eget dokument som du får sammen med dette informasjonsskrivet. Tidsrammen for intervjuene er ca 60 minutter.

Dersom du takker ja til å delta innebærer dette at du må sette av tid for en samtale med masterstudent Maria Stiegler, på din arbeidsplass. Hun har på forhånd utarbeidet ca 10 åpne spørsmål og det er rom for at du selv kan dele så mye informasjon du ønsker. Aktuelle spørsmål kan være: «Hvilke tanker gjør du deg om hva som er idealet for foreldre i dag/ hva tror du de strekker seg etter i forhold til utøvelse av foreldrerollen»? Eller «Hvordan erfarer du sammenhengen mellom trender og idealer i samfunnet og en foreldreutøvelse preget av overinvolvering, overbeskyttelse og kontroll»?

Samtalen vil bli tatt opp på lydspor og vil lagres i Nettskjema i henhold til Høyskolen i Innlandets rutiner for datahåndtering. Nettskjema er et kryptert og sikkert lagringssystem som innebærer at ingen andre vil få tilgang til denne informasjonen.

For å ivareta personvernet (GDPR) vil det dessuten lages en kodenøkkel for hver enkelt informant. Informasjonen fra deg vil bli lagret her frem til desember 2024. Jeg vil dessuten ta notater fra samtalen.

Det er frivillig å delta

Det er frivillig å delta i prosjektet. Hvis du velger å delta, kan du når som helst trekke samtykket tilbake uten å oppgi noen grunn. Alle dine personopplysninger vil da bli slettet. Det vil ikke ha noen negative konsekvenser for deg hvis du ikke vil delta eller senere velger å trekke deg.

Ditt personvern – hvordan vi oppbevarer og bruker dine opplysninger

Vi vil bare bruke opplysningene om deg til formålet vi har fortalt om i dette skrivet. Vi behandler opplysningene konfidensielt og i samsvar med personvernregelverket.

Navnet og kontaktopplysningene dine vil jeg erstatte med en kode som lagres på egen navneliste adskilt fra øvrige data. Datamaterialet vil lagres på forskningsserver.

Det er kun undertegnede, veileder Liv Skomakerstuen Ødbehr, samt Forskningsrådgiver i Høgskolen i Innlandet Anne Lofthus som har tilgang til dette materialet.

Studien er godkjent av Sikt (Tidl. Norsk senter for forskningsdata).

Hva skjer med personopplysningene dine når forskningsprosjektet avsluttes?

Prosjektet vil etter planen avsluttes i mai 2024. Etter prosjektslutt vil datamaterialet med dine personopplysninger anonymiseres og oppbevares frem til utgangen av desember 2024.

Hva gir oss rett til å behandle personopplysninger om deg?

Vi behandler opplysninger om deg basert på ditt samtykke.

På oppdrag fra Høgskolen i Innlandet, avdeling Elverum, har Personverntjenester vurdert at behandlingen av personopplysninger i dette prosjektet er i samsvar med personvernregelverket.

Dine rettigheter

Så lenge du kan identifiseres i datamaterialet, har du rett til:

innsyn i hvilke opplysninger vi behandler om deg, og å få utlevert en kopi av opplysningene

å få rettet opplysninger om deg som er feil eller misvisende

å få slettet personopplysninger om deg

å sende klage til Datatilsynet om behandlingen av dine personopplysninger

Hvis du har spørsmål til studien, eller ønsker å vite mer om eller benytte deg av dine rettigheter, ta kontakt med:

Høgskolen i Innlandet, avdeling Elverum, Seksjon for psykisk helse og rehabilitering ved prosjektansvarlig førsteamanuensis Liv Skomakerstuen Ødbehr.

Hvis du har spørsmål knyttet til Personverntjenester sin vurdering av prosjektet, kan du ta kontakt med:

Seniorrådgiver for personvern ved Høgskolen i Innlandet;

Anne Sofie Lofthus Telefon: +47 612 88 277 Anne.Lofthus@inn.no

Personverntjenester på epost: personverntjenester@sikt.no eller på telefon: 53 21 15 00

Personverntjenester på epost (personverntjenester@sikt.no)

Med vennlig hilsen

Liv Skomakerstuen Ødbehr

Maria Stiegler

Forsker/veileder

Student

4 Intervjuguide

Gitt at dagens foreldreutøvelse preges av en tendens til overbeskyttende, overinvolverende og kontrollerende foreldreutøvelse, - hvordan forstår familieveiledere i kommunale foreldreteam foreldrenes adferd, og hvordan kan man styrke foreldrerollen slik at vi forebygger psykiske vansker hos barn?

(Bli kjent, gjennomgang av formaliteter rundt intervjuet; prosjektets formål, samtykke til deltakelse, datahåndtering, rammer for intervju). NAVN, ALDER, FAGLIG BAKGRUNN

- 1 Hvilke refleksjoner gjør du deg om hva som preger foreldrerollen i vårt samfunn i dag? (Hvilke tendenser tenker du preger rollen mest)?
- 2 Hvilke tendenser observerer du i samspillet mellom dagens foreldre og barn med utgangspunkt i begrepene involvering, beskyttelse og kontroll?
- 3 Hvilke tanker gjør du deg om hva som er idealet for foreldre i dag/ hva tror du de strekker seg etter i forhold til utøvelse av foreldrerollen?
- 4 Hvordan erfarer du sammenhengen mellom trender og idealer i samfunnet og en foreldreutøvelse preget av (over)involvering, (over)beskyttelse og kontroll?
- 5 Hvordan tror du foreldre forstår begrepene involvering og kontroll i forhold til foreldreskap og hvordan oppfatter du foreldres forståelse av hva som er «godt nok» i denne sammenheng?
- 6 Hvilke tanker har du omkring hvordan familiens ressurser påvirker foreldres grad av involvering, beskyttelse og kontroll?
- 7 Hvilken kunnskap og forståelse tror du foreldre har om sammenhengen mellom foreldreutøvelse og angst, depresjon, emosjonelle vansker hos barn (med utgangspunkt i overinvolvering/overbeskyttelse)?
- 8 Hvilke erfaringer har du med arbeid med foreldre som viser tendenser til å være overinvolverende? Beskriv!
- 9 Ut ifra dine erfaringer- hva er det som kjennetegner *foreldre* som utøver foreldrerollen slik?
- 10 Med utgangspunkt i dine erfaringer- hva er det som kjennetegner *barna* til foreldre som utøver foreldrerollen slik?
- 11 Hvordan kan man jobbe med foreldreveiledning for å oppnå en foreldreutøvelse som bidrar til å styrke barn og unges psykiske helse?
- 12 Er det noe du gjerne vil si eller spørre noe om før vi avslutter intervjuet?

5 Samtykkeerklæring

Samtykke innhentes skriftlig

Jeg har mottatt og forstått informasjon om prosjektet «Hvordan styrke foreldrerollen slik at man forebygger psykiske vansker hos barn» og har fått anledning til å stille spørsmål. Jeg samtykker til:

å delta i intervju

at mine personopplysninger lagres etter prosjektslutt, med tanke på godkjenning og avslutning av mastergradsoppgave

Jeg samtykker til at mine opplysninger behandles frem til prosjektet er avsluttet

(Signert av prosjektdeltaker, dato)

6 Søkeskjema

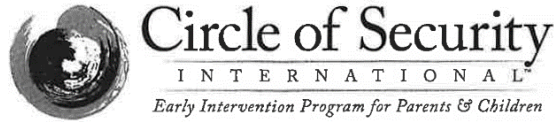
Dato	Database	Søkeord	Års-avgrensning	Inkl.	Eksl.	Antall treff	Antall valgte	Tittel på valgte	Pub. år
24.04.2023	PsychInfo	"parenting style*" OR "parenting role*" AND anxiety OR anxious.ab.	2013-current	vises i abstract	Europeisk/vestlig	155	2	<i>Parenting styles and children's internalizing-externalizing behavior: The mediating role of behavioral regulation. [References].</i> <i>Father's and mother's beliefs about children's anxiety.</i>	2021 2020
		"helicopter parent*".ab. AND anxiety OR anxious.ab.	2013-current	vises i abstract		30	1	<i>A Systematic Review of "Helicopter Parenting" and Its Relationship With Anxiety and Depression (*)</i>	2022
09.05.2023	PubMed	"Parenting style*"		Free full text, Meta analysis, review, systematic review:		70	4	Parenting dimensions and styles: a brief history and recommendations for future research Parenting Styles and Internalizing Symptoms in Adolescence: A Systematic Literature Review A Systematic Review of "Helicopter Parenting" and Its Relationship With Anxiety and Depression (*)	2022 2022

Dato	Database	Søkeord	Års-avgrensning	Inkl.	Eksl.	Antall treff	Antall valgte	Tittel på valgte	Pub. år
								Parent and Peer Emotion Responsivity Styles: An Extension of Gottman's Emotion Socialization Parenting Typologies	2021
03.02.2023	PsychInfo	"controlling parent*"AND "anxietyOR anxious"	2013-current	vises i abstract		39	3	<p>Early forms of controlling parenting and the development of childhood anxiety</p> <p>Internally and externally controlling parenting: Relations with children's symptomatology and adjustment</p> <p>Childhood Self- Regulation as a Mechanism Through Which Early Overcontrolling Parenting Is Associated With Adjustment in Preadolescence,</p>	
19.07.2023	PsychInfo	overparenting	2013- current	vises i abstract		61	2	<p>Overparenting is Associated with Child Problems and a Critical Family Environment</p> <p>Emerging Ideas. Parent–Emerging-Adult-Child Attachment and Overparenting</p>	

Dato	Database	Søkeord	Års- avgrensning	Inkl.	Eksl.	Antall treff	Antall valgte	Tittel på valgte	Pub. år
12.09.2023	Oria	overparenting				88	1	When overparenting is normal parenting: examining child disability and overparenting in early adolescence (VALGT BORT MANGE DA DE OGSÅ VISES I ANDRE SØKEMOTORER)	
	Google/google scholar							NOU 2020:14, Ny barnelov Til barnets beste FHI Folkehelseinstituttet: Sammenhenger mellom foreldrepraksiser og barns trivsel: en systematisk kartleggingsoversikt FHI Folkehelseinstituttet: Psykiske plager og lidelser hos barn og unge FAFO: Foreldreveiledning- virker det? En kunnskapsstatus St.meld nr 16- 2022-2023: Resept for et sunnere Norge NOVA: Psykiske helseplager blant ungdom – tidstrender og	2020 2019 2013 2021

Dato	Database	Søkeord	Års- avgrensning	Inkl.	Eksl.	Antall treff	Antall valgte	Tittel på valgte	Pub. år
								<p>samfunnsmessige forklaringer En kunnskapsoversikt og en empirisk analyse</p> <p>NOVA: Stress, press og psykiske plager blant unge</p>	2019

7 Avtale med Circle of Security International



Publication License Agreement

This License Agreement (“**Agreement**”) is entered into as of 01/31/2024 by and between Circle of Security International, Inc. (“**Licensor**”), with a principle place of business at 1403 South Grand Blvd Suite 204S; Spokane, Washington, 99203; USA and Maria Cecilie Stiegler (“**Licensee**”)

1 DELIVERY. Licensee may use the following Circle of Security Graphics listed below (the “**Materials**”) in the Master thesis in mental health work: Parenting and children’s mental health publication:

subject to the terms and conditions of this Agreement. *The graphics will be sent to: jeg.maria@gmail.com*

and must be used in its entirety without any changes except font size. For purposes of this Agreement, the **Materials** are as follows (include language of materials):
Norwegian Circle Graphic

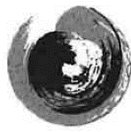
2 LICENSE GRANT. Subject to all terms of this Agreement, Licensor grants Licensee a limited, non-exclusive, non-transferable, non-sublicensable right to use the specified *Circle of Security Graphics*, solely in the publication listed in Section 1 above. No materials from COSI can be used in any other publication without written consent from Circle of Security International, including any translations.

3 RESERVATION; LIMITATIONS. The Materials are owned solely by Licensor and protected by copyright and other intellectual property laws and treaties. Licensor retains all rights in the Materials, except for the rights expressly granted and does not grant Licensee any other licenses or intellectual property rights. Without limiting the foregoing, Licensee must not (without Licensor’s express, prior, written consent): (a) copy, modify, rent, lease, lend, or otherwise transfer the Materials or any rights in the Materials; (b) use the “Circle of Security” on the cover or title page of the book or in any synopsis of the book; (c) use the name Circle of Security in promotional materials or advertising; (d) claim that using the Circle of Security graphic in any way makes the book or other materials in the book evidence-based because of the research completed on the Circle of Security; or (e) otherwise use “Circle of Security” or the Materials in a manner that suggests endorsement, affiliation, or a connection with Licensor.

4 TERM AND TERMINATION.

(a) **Term.** The term of this Agreement (“**Term**”) commences on 01/31/2024 and continues in perpetuity unless terminated according to the provisions of this Agreement.

(b) **Termination.** Licensee may terminate this Agreement at any time by returning all copies of the Materials. In addition, either party may terminate this Agreement immediately on notice at any time if the other party is in material breach of this Agreement and has failed to cure that breach within 30 days after notice. Upon termination of this Agreement, Licensee will return to Licensor all copies of the Materials that are in Licensee’s possession or control. Neither party will be liable to the other for damages resulting solely from terminating this Agreement in accordance with its terms.



Circle of Security

INTERNATIONAL

Early Intervention Program for Parents & Children

5 WARRANTY DISCLAIMER; EXCLUSION OF CERTAIN DAMAGES.

(a) **Warranty Disclaimers.** Licensor makes no warranties of any kind (express, implied, or otherwise), including implied warranties of merchantability, fitness for a particular purpose, title, or non-infringement, with respect to its performance or any Materials or services provided to Licensee in relation to this agreement, and the entire risk as to Licensor's performance and any such materials and services is assumed by Licensee. Without limiting the foregoing, Licensor makes no representations or warranties as to the accuracy, completeness, or quality of the Materials, and Licensee's use thereof and reliance thereon is at Licensee's sole risk.

(b) **Exclusion of Certain Damages.** Neither party will be liable for any indirect, consequential, special, incidental, or punitive damages related to this agreement, even if such party has been advised of the possibility of such damages in advance and even if any remedy fails of its essential purpose, regardless of the form of action and regardless of the legal theory on which liability is predicated. This does not apply, however, to Licensee's infringement or misappropriation of Licensor's intellectual property or other proprietary rights or Licensee's gross negligence or willful misconduct.

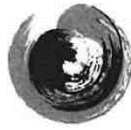
6 GENERAL.

(a) **Governing Law; Venue.** This Agreement shall be governed by the laws of the State of Washington without regard to its choice of law provisions. Licensee hereby consents to jurisdiction and venue in the federal courts sitting in Spokane County, Washington, and waives any argument of forum *non conveniens* in connection therewith. In the event either party to this Agreement is required to, or does maintain or defend any claim or cause of action against the other arising out of or relating to this Agreement, then the prevailing party shall be entitled to recover from the other all reasonable attorneys' fees incurred therein, in addition to reasonable costs and expenses.

(b) **Miscellaneous.** Licensee may not assign this Agreement without Licensor's consent (and any attempted assignment without consent is void). To be effective, a waiver of any breach of this Agreement must be in a writing that refers to a particular breach, and will waive liability only for that breach. Each party will pay all of its own costs to perform, except if otherwise stated in this Agreement. All rights and remedies under this Agreement are cumulative. This Agreement may be executed in counterparts and by fax. In performing this Agreement, each party will comply with all applicable laws. The parties are independent contractors, and this Agreement does not create any other relationship (e.g., no partnership or agency is formed).

(c) **Equitable Relief.** The parties acknowledge and agree that any breach of the terms of this Agreement would give rise to irreparable harm for which money damages would not be an adequate remedy and accordingly the parties agree that, in addition to any other remedies that may be available, each shall be entitled to enforce the terms of this Agreement by seeking a decree of specific performance or temporary or preliminary injunctive relief in any court having jurisdiction thereof. Such courts shall have authority to, among other things, grant temporary or provisional injunctive relief in order to protect Licensor's rights under this Agreement.

(d) **Survival.** Sections 3, 4, 5 and 6 herein shall survive termination of the Agreement.



Circle of Security

I N T E R N A T I O N A L

Early Intervention Program for Parents & Children

(e) **Entire Agreement.** This is the entire agreement between Licensor and Licensee concerning the Materials, and it supersedes any prior and contemporaneous communications, and any prior agreements, written or oral, concerning that subject matter. This Agreement cannot be amended except by a writing (not including electronic mail) dated after the Effective Date and manually signed on behalf of all parties by their respective duly authorized representatives.

[Signature page follows]



Circle of Security

INTERNATIONAL

Early Intervention Program for Parents & Children

Publication License Agreement

Signature Page

The parties have formed this Agreement as of the Effective Date.

CIRCLE OF SECURITY INTERNATIONAL, INC.

LICENSEE

Neil Boris
By (Sign)

Maria C. Stiegler
By (Sign)

Neil Boris
Name (Print)

Maria C. Stiegler
Name (Print)

Leadership Team
Title

Student
Title

February 2, 2024
Date of Signing

1/31/24
Date of Signing

Email Form