

Föräldraskapsstöd och stigma

En kvalitativ intervjustudie om föräldraskapets utmaningar och behovet av föräldraskapsstöd via socialtjänsten

Maya Alshawi

Självständigt arbete 15 hp, Avancerad nivå SA061A

Huvudområde: Socialt arbete

Högskolepoäng: 15 hp

Termin/år Vt24

Handledare: Marcus Lauri

Examinator: Marcus Lauri

Vid Mittuniversitetet finns möjlighet att publicera examensarbetet i fulltext i DiVA (se bilaga för publiceringsvillkor). Publiceringen sker i open access, vilket innebär att arbetet blir fritt tillgängligt att läsa och ladda ned på nätet. Därmed ökar spridningen och synligheten av examensarbetet.

Open access är på väg att bli norm för att sprida vetenskaplig information på nätet. Mittuniversitetet rekommenderar såväl forskare som studenter att publicera sina arbeten open access.

Jag/vi medger publicering i fulltext (fritt tillgänglig på nätet, open access):

- Ja, jag/vi godkänner publiceringsvillkoren.
- Nej, jag/vi godkänner inte att mitt självständiga arbete publiceras i det offentliga gränssnittet i DiVA (Endast arkivering i DiVA).

Östersund 22/5 2024.....

Ort och datum

Självständigt arbete 15 hp, Avancerad nivå SA061A

.....

Program/Kurs

Maya Alshawi.....

Namn (alla författares namn)

1987

Födelseår (alla författares födelseår)

Abstract

Syftet med denna intervjustudie var att undersöka vilket behov av stöd föräldrar har i sitt föräldraskap, i synnerhet via socialtjänsten. Vidare var syftet också att utforska om det finns några hinder i dagsläget till att söka stöd via socialtjänsten. Det övergripande syftet för studien är att analysera hur synen på socialtjänsten i förhållande till normer och stigma kan påverka huruvida föräldrar söker stöd via socialtjänsten eller inte. Studien är en kvalitativ intervjustudie utifrån semi-strukturerade intervjuer som genomfördes med hjälp av 12 deltagare och analyserades därefter genom tematisk analys enligt Braun & Clarke (2006). Tre huvudteman identifierades, dessa var *Föräldraskapets utmaningar*, *Normer och Stigma* och *Hinder och behov*. Resultaten visar på olika hinder till att söka stöd, sådant som normer och stigma är återkommande som bidragande faktorer till att föräldrarna avstår från att söka stöd. Föräldrarna ger förslag på olika former av stöd som de önskar som de skulle känna var mer tillgängliga. Föräldrar önskar mer stöd men stödet behöver normaliseras och göras tillgängligt för alla.

Nyckelord: Föräldraskapsstöd, föräldraskap, normer, stigma, tematisk analys, universellt stöd

Innehållsförteckning

Abstract	3
1. INLEDNING	5
1.2 Syfte och frågeställningar	6
1.3 Disposition	7
2. Tidigare forskning	7
2.1 Den negativa bilden av socialtjänsten	8
2.2 Föräldraskapet och uppfyllelsen av normer	9
2.3 Stigma och normer i sökandet av stöd	10
2.4 Övriga faktorer	11
3. Teori	12
3.1 Normteori	12
3.2 Stigmat teori.....	14
3. Metod	16
3.1 Vetenskapsteoretisk ansats och studiedesign	16
3.2 Urval	17
3.3 Datainsamling	18
3.4 Data analys	19
3.5 Etiska överväganden	20
3.6 Trovärdighet.....	21
4. Resultat och analys	21
4.1 Föräldraskapet och dess utmaningar	21
4.2 Normer och stigma	27
4.3 Hinder och behov.....	35
5. Diskussion och slutsats	40
5.1 Slutsatser	41
5.2 Förslag för vidare forskning	42
Bilaga	46
Intervjuguide	46

1. INLEDNING

Myndigheten för familjerätt och föräldraskap (MFoF) (2023) beskriver hur internationella och svenska studier har visat att det finns positiva effekter av föräldraskapsstöd. Genom stödet har en främjande och sund utveckling för barnet skapats inom familjen. Något som har bidragit till sunda relationer och positivt samspel som i sin tur kan minska risken för konflikter i hemmet och därmed skapa en lugn och trygg miljö. Att stödet når alla föräldrar och familjer är en förutsättning samt att utformningen av stödet kan variera. Vidare har hälsoekonomiska studier visat på en kostnadseffektiv effekt av att erbjuda föräldraskapsstöd då det i sin tur kan på sikt leda till besparingar inom hälso- och samhällssektorn. Det visar att en investering i föräldraskapsstöd kan förebygga problem i framtiden som kan komma att kräva mer omfattande interventioner. MFoF (Myndigheten för familjerätt och föräldraskapsstöd, 2023) menar att forskningen visar vikten av implementeringen av föräldraskapsstöd som en effektiv strategi i deras arbete att främja en hälsosam utveckling hos barn genom att stödja föräldrarna i deras roll (Myndigheten för familjerätt och föräldraskapsstöd, 2023).

I enlighet med denna strategi har Krokoms kommun satsat på ett projekt som heter "Stärkt föräldraskapsstöd" som syftar till att erbjuda universellt stöd till föräldrar. För att kunna arbeta utifrån den nationella strategin ska arbetet grunda sig på tre områden som beskrivs som viktiga. Dessa är att stödet ska bygga på kunskap, att det ska vara tillgängligt samt att det ska vara organiserat. För att lyckas med detta vill Krokoms kommun undersöka vilket behov föräldrar har av organiserat stöd samt öka deltagandet av detta (Krokoms kommun, 2024). Som ett led i projektet har Krokoms kommun gett mig uppdraget att göra en studie för att undersöka föräldrars behov av föräldraskapsstöd i Krokoms kommun. För att kunna nå så många föräldrar som möjligt i kommunen och göra föräldraskapsstödet tillgängligt för alla föräldrar.

Socialtjänsten har dock en del utmaningar avseende hur socialsekreterare uppfattas av klienter och medborgare. På senare år har socialtjänsten fått ett väldigt dåligt rykte bland utrikesfödda föräldrar på bland annat sociala medier, där socialsekreterare framställs som onda och att "de kidnappar ens barn" (Ranstorp & Ahlerup, 2023).

Vidare visar en svensk studie om attityder gentemot socialtjänsten att det finns en övervägande misstro och brist på tillit gentemot socialtjänsten. Positiva åsikter är ovanliga vilket understryker behovet av socialtjänstens ansvar för att skydda barn. Åsikter om socialsekreterarnas kompetens och beteende varierar, med vissa ifrågasättande och andra anklagande för illvilja och maktmissbruk. Den övergripande slutsatsen är låg tillit till socialtjänsten och stor skepsis mot dess funktion och agerande (Fall & Tegnér, 2017).

Ett sådant rykte som Ranstorp & Ahlerup (2023) beskriver är problematiskt i mötet med klienter då det troligtvis blir svårt att få klienters förtroende och möjligheten för att skapa en god relation påverkas. Sådana rykten kan leda till att individer undviker socialtjänsten i så hög utsträckning som möjligt vilket medför svårigheter att upptäcka ett behov av stöd eller insatser i ett tidigt skede. Den övervägande misstron som Fall & Tegnér (2017) beskriver kan vidare även leda till att deltagandet av de universella stödinsatser i öppenvården påverkas negativt. Det finns en risk att individer möjligtvis inte vågar ta kontakt eller söka stöd då de är rädda för vilka konsekvenser det kan leda till. Vidare kan dessa uppfattningar möjligtvis leda till någon form av stigmatisering i att söka stöd. Med utgångspunkt i socialtjänstens utmaningar är frågan om sannolikheten för deltagandet av föräldrar i denna strategi uppenbar.

Som Myndigheten för familjerätt och föräldraskapsstöd (2023) förklarar är det förebyggande arbetet av stor vikt för barns hälsa och välmående. För att uppnå detta behövs ett större deltagande av föräldrar, något som i sin tur blir uppenbart problematiskt utifrån socialtjänstens utmaningar som beskrivs ovan. För att lyckas öka antalet deltagande behöver vi först förstå hindren som föräldrarna upplever.

1.2 Syfte och frågeställningar

Syftet med denna intervjustudie är att undersöka vilket behov av stöd föräldrar har i sitt föräldraskap, i synnerhet via socialtjänsten. Vidare är syftet också att utforska om det finns några hinder i dagsläget till att söka stöd via socialtjänsten. Det övergripande syftet för studien är att analysera hur synen på socialtjänsten i i förhållande till normer och stigma kan

påverka huruvida föräldrar söker stöd via socialtjänsten eller inte.

Frågeställningarna blir således:

Vilka utmaningar upplever föräldrarna i sitt föräldraskap?

Vilket typ av stöd via socialtjänsten önskar föräldrarna samt hur vill de ta del av det?

Finns det hinder, och isåfall vilka, i att söka stöd i föräldraskapet genom socialtjänsten?

1.3 Disposition

Framåt i studien kommer tidigare forskning av relevans för studien att presenteras, därefter kommer det teoretiska ramverket att presenteras. Därefter görs en presentation av den valda metoden för studien med motivering för valet samt metoddiskussion. Därefter presenteras studiens resultat och analys och slutligen studiens slutsatser.

2. Tidigare forskning

Som ovan nämnt har socialtjänsten en del utmaningar i de ryktespridningar samt rådande attityder gentemot myndigheten och dess utövning, något som kan komma att påverka deltagandet av det befintliga föräldraskapsstödet i sin tur. I detta avsnitt görs en presentation av tidigare forskning som undersöker eventuella hinder till att söka föräldraskapsstöd som förälder. Sökningarna efter relevant forskning för ämnet har gjorts på ProQuest samt Google Scholar. Här har jag sökt med hjälp av olika termer för att få fram forskning som undersöker eventuella hinder till deltagande av föräldraskapsstöd, bland annat stigma. Ganska snart förstod jag dock att det fanns relativt lite forskning i ämnet men fann en del forskning som kunde hjälpa mig att bygga vidare på med min studie. Forskningen som jag kommer att presentera nedan ger en bild av olika slags hinder som föräldrar kan uppleva inför att söka stöd via socialtjänsten bl.a. Det som är av relevans för studien utifrån tidigare forskning är studier som undersöker eventuella normer och stigman kring att söka föräldrastöd, studier som undersöker hinder i att söka stöd samt föräldrars attityder och eventuella rädslor gentemot socialtjänsten etc. Kärnan i det som skall

undersökas är eventuella orsaker till att föräldrar inte söker det universella stödet som erbjuds idag.

2.1 Den negativa bilden av socialtjänsten

Fall & Tegnér (2017) visar i sin studie en allmän oro för socialsekreterares kompetens, rättvisa och förmåga att bemöta klienter på ett respektfullt sätt. Misstron mot socialtjänstens arbete och beslut är utbredd och uttrycks på olika sätt av deltagarna på Flashback forum. Studien genomfördes genom en undersökning av kommentarer på Flashback Forum.

Vidare visar Svartberg (2020) i annan svensk studie, som genomförts med hjälp av semi-strukturerade intervjuer, att föräldrarnas förkunskaper om socialtjänsten påverkar deras attityd samt samarbetet mellan dem och socialtjänsten, där bristande kunskap i sin tur kan leda till ilska och rädsla. Studien visar alltså på de negativa förutfattade meningar som föräldrar har gentemot socialtjänsten som i sin tur kan leda till svårigheter i kontakten med socialtjänsten. Negativa erfarenheter som en av orsakerna till en mindre benägenhet att söka stöd är något som Keller & McDade (2000) också beskriver i sin studie. Andra orsaker de fann var också sådant som misstro och rädsla gentemot socialtjänsten, praktiska hinder samt kulturella skillnader. Målgruppen i deras studie var föräldrar med låg inkomst med afroamerikansk etnicitet och amerikansk ursprungsbefolkning. Den amerikanska studien syftade till att undersöka föräldrars uppfattningar och attityder kring upplevt behov av och en vilja att söka hjälp med föräldraskapet.

Utöver den befintliga djupt rotade rädslan för socialtjänsten tillkommer också nya utmaningar där desinformation sprids både nationellt samt internationellt som har lett till en så kallad LVU-kampanj. Inom kampanjen hävdade man att socialtjänsten använder LVU för att tvångsomhänderta muslimska barn utan rättsligt stöd. Ranstorp & Ahlerup (2023) undersöker i en studie just denna aspekt av desinformation, studien undersöker uppkomsten och utvecklingen av den så kallade LVU-kampanjen både nationellt och internationellt. Den visar att frågan inte uppstod isolerat utan byggde på en långvarig oro och känsloladdad fråga i Sverige. Kampanjen fick omfattande internationell spridning genom samarbete mellan svenska och utländska aktörer samt intensiv medierapportering

(Ranstorp & Ahlerup, 2023). Som Herz (2022) förklarar är det dock viktigt att ha ett kritiskt förhållningssätt för att inte riskera att kategorisera olika grupper som en homogen grupp utan ha förståelse för individens komplexitet. Föräldrar med annan etnicitet utgör dock en stor del av föräldrar i Sverige. Därmed blir det av vikt att dessa föräldrar får korrekt information och bild av socialtjänsten då de annars lätt kan ta del av desinformation. Även om detta inte är tidigare forskning kan det hjälpa oss att förstå de olika bidragande faktorerna till en negativ uppfattning om socialtjänsten vilket i sin tur kan vara en av de större anledningar till att föräldrar inte i större utsträckning deltar i föräldraskapsstödet.

Utifrån dessa rädslor som beskrivs i studierna skapas en bild av de eventuella hinder som föräldrar kan möta vid behov av sökandet av stöd från socialtjänsten. Andra hinder kan också vara en följd av brist på kunskap om socialtjänstens arbete, t.ex. att man som förälder inte vet vilket slags stöd man kan söka samt vilka konsekvenser det kan leda till. Genom att erbjuda universellt stöd kan det bidra till en lägre tröskel för föräldern att faktiskt söka stöd.

2.2 Föräldraskapet och uppfyllelsen av normer

Lapidoth & Engdahl (2009) menar att behovet av föräldraskapsstöd är större idag då det antyds att konstruktionen av föräldraskapet har förändrats över tid och särskilt mellan 1970-talet och 2000-talet. Där föräldraskapet under 1970-talet framställs som ett personligt bekymmer där familjerna förväntas lösa problemen själva utan inblandning från myndigheter eller samhället i stort. Det råder meningsskillnad mellan olika förståelser av föräldraskap, inklusive den fria och demokratiska uppfostran jämfört med den mer auktoritära. Under 1970-talet är föräldrarna ansvariga för att uppfostra sina barn och lösa familjens problem på egen hand. I kontrast till detta framställs föräldraskapet under 2000-talet som mer komplicerat och i behov av stöd från samhället. Experter och myndigheter ges en ökad roll i att definiera och hantera föräldraskapsproblem, vilket tyder på en professionalisering av föräldraskapet. Föräldrar framställs som i behov av coaching och vägledning för att hantera de utmaningar som föräldraskapet innebär, och samhället förväntas erbjuda olika former av stöd och resurser för att underlätta för dem (Lapidoth & Engdahl, 2009). Aspekten avseende förändringen av föräldraskapets natur är också något

som Valentine m.fl. (2019) påpekar i en annan studie. Deras studie visar på föräldraskapets förändrade natur och de påfrestningar och förväntningar som föräldrar, särskilt mödrar, möter. Studien diskuterar hur föräldraskapet har kommit att betraktas som en komplex uppgift som kräver specifika färdigheter och kunskaper för att utföras på "rätt" sätt. Vidare belyses hur förändrade synsätt på barnmisshandel har utvidgat rollerna och ansvarsområdena för personer som har professionell kontakt med föräldrar och barn. Det betonas att föräldrar, särskilt de som betraktas som "riskabla", ständigt granskas och bedöms, både indirekt genom samhällets förväntningar och direkt av yrkespersoner som är skyldiga att rapportera överträdelser av dessa normer (Valentine m.fl., 2019).

Det som Lapidoth & Engdahl (2009) samt Valentine m.fl. (2019) beskriver kan förklara att det idag ställs högre krav på föräldraskap, särskilt med tanke på de nytillkomna normer och förväntningar, särskilt kring förvärvsarbete samt de nya könsnormerna i dagens samhälle. Beroende på föräldrarnas förmåga eller oförmåga att anpassa sig efter dessa nytillkomna normer kan det skapa känslor av större krav samt konsekvenser som stigmatisering om de inte klarar av det.

2.3 Stigma och normer i sökandet av stöd

En amerikansk studie utförd av Lanier m.fl. (2017) syftade till att undersöka stigma bland fäder som deltar i föräldrastödsprogram på Head Start. Genom att använda en anpassad version av SSRPH-skalan (Stigma Scale for Receiving Psychological Help) analyserades deltagarnas uppfattningar om stigma relaterat till att söka föräldrastöd. Resultaten visade att deltagarna hade begränsad förståelse för begreppet stigma, men efter att ha fått en definition kunde de bättre relatera till det. Generellt rapporterade fäderna låga nivåer av upplevt stigma kring att ta emot föräldrastöd. En annan amerikansk enkätstudie av Dempster m.fl. (2015) visar å andra sidan ett tydligt samband mellan det egen upplevda stigmat och en mindre benägenhet att söka stöd. Vidare förklarar författarna att den största stigmatiserande faktorn är just den egna stigmatiseringen och inte omgivningens stigmatisering.

2.4 Övriga faktorer

Rostad m.fl. (2017) undersökte kopplingen mellan upplevd föräldrastress och upplevda hinder för deltagande i program samt programavslutning. Resultaten visade att högre föräldrastress i början av programmet var kopplad till ökad programavslutning. Med andra ord är det större sannolikhet att föräldrar deltar i föräldraskapsstöd om de upplever en större stress i föräldraskapet. Föräldrastressen kan vara större beroende på bl.a. socioekonomisk situation, psykiska hälsan samt om de är ensamstående (Rostad m.fl., 2017). Å andra sidan undersökte Berry m.fl. (2022) i en annan studie om det fanns en koppling mellan socioekonomisk status och deltagande i föräldrastödsprogram. Studien visade på en tydlig skillnad i deltagande beroende på socioekonomisk status. Låg socioekonomisk status innebar lågt deltagande av föräldrastödsprogram.

Stattin & Enebrinks (2020) forskningsöversikt som undersöker effekten av universellt stöd visar dock att dessa program generellt ger små effekter på barnets beteende och föräldraskap, även om föräldrarna upplever stödet som betydelsefullt. Trots begränsade effekter menar författarna att det finns potential för förbättringar och behov av långsiktiga uppföljningar för att bedöma programmets hållbarhet över tid. Forskningsöversikten visar också på att föräldrar som upplever större oro för sina barns anpassning tenderar att vara mer intresserade av att delta i föräldrastödsprogram eftersom de tror att det kan vara till nytta för dem. Det framgår också att föräldrar med högre tilltro till sin förmåga att ta till sig nya kunskaper är mer benägna att delta i sådana program (Stattin & Enebrink, 2020).

Slutligen visar min översikt över den befintliga forskningen i ämnet att det inte finns tillräckligt med kunskap idag avseende föräldrarnas perspektiv och upplevelse. Översikten visar på kunskapsluckor i ämnet, vilket är något som flera av ovannämnda studier pekar på. De kunskapsluckor som blir tydliga är bristen på studier som ämnar att undersöka föräldrarnas upplevelser av hinder till att söka föräldraskapsstöd. Flera av studierna ovan pekar på att ytterligare studier behövs för att framställa ämnet i fråga. Svartberg (2020) föreslår vidare forskning som ämnar att undersöka föräldrarnas perspektiv. Han menar att genom att få en mer nyanserad bild av deras upplevelser och behov i mötet med socialtjänsten kan det bidra till att hjälpa de ut ur det hotsystem de befinner sig i. Vidare betonar Dempster

m.fl. (2012) vikten av normalisering av stödbehov samt ett behov att öka förståelsen för detta för att på så sätt skapa interventioner samt stöd som på bästa sätt kan göras tillgängligt för föräldrar. Det är dessa förslag på framtida forskning som jag önskar ta vid med denna studie. Denna studie kommer att bygga vidare utifrån den befintliga identifierade kunskapsluckan avseende föräldrars upplevelser av och benägenheten att söka föräldraskapsstöd via socialtjänsten samt eventuella hinder.

3. Teori

I detta kapitel kommer de valda teorierna för studien att redogöras för. Den valda teoretiska ansatsen omfattas av teorier om normer samt stigma. Jag har valt dessa teorier för studien då jag upplever att man genom dessa teorier bättre kan förstå föräldrarnas upplevelser. Därmed bidrar teorierna till en bättre analys av resultaten.

3.1 Normteori

Baier & Svensson (2018) beskriver att definitionen av ordet norm kan variera och vara beroende av i vilken kontext ordet skall användas, det kan alltså ha flera betydelser beroende på syftet till användningen av ordet. Det kan ha en betydelse i vardagsspråket och en helt annan i rätten eller samhällsvetenskapen. Definitionen av ordet norm samt tillämpningen av norm som teori är av särskilt intresse för studier inom samhällsvetenskapen där sociala normer diskuteras. Begreppet sociala normer diskuteras huvudsakligen inom vetenskapliga fält som statsvetenskap, historia, sociologi, ekonomisk teori samt socialpsykologi. Inom sociologin är normer ett centralt begrepp och har kommit att få en allmän innebörd av "standard" eller "mönster". Vidare beskrivs hur det finns olika normtyper där en av de är rättsliga normer samt det andra samhälleliga normer (Baier & Svensson, 2018).

Detta kan ge oss en bild av vad ordet betyder inom det samhälleliga och det som heter samhälleliga normer. Genom att också förstå att en av betydelserna för ordet norm är standard enligt Baier & Svensson (2018) ger en känsla av vad något bör vara och vad vi individer i detta samhälle bör rätta oss efter. Det är värt att fundera över vad det egentligen gör med oss individer i relation till det som anses vara samhällsnormen.

Inom den samhällsliga normtypen beskrivs olika sorters kategoriseringar för normerna. Det är bl.a. konstruktiva normer, kompetensnormer, beskrivande normer, föreskrivande normer samt moraliska normer med mera. De olika kategoriseringar innebär en uppsättning kriterier för att validera en specifik roll, händelse, handling etc. Med det sagt innebär det att normer anger de kriterier med andra ord egenskaper som något eller någon bör ha (Baier & Svensson, 2018). Utifrån denna beskrivning skulle det innebära en uppsättning normer som tillkommer föräldrarollen, något som kan förklara en förväntad upplevd stress eller obehag om föräldern möjligtvis inte kan leva upp till denna förväntning.

Martinsson & Reimers (2020) beskriver begreppet norm som något som ger oss en förståelse och uppfattning av världen. Sådant som vi tar för givet och de föreställningar vi har. De förklarar hur det bidrar till vidmakthållande av befintliga över- och underordnade strukturer. De menar att genom ett skapande av normer blir en oundviklig effekt ett skapande av det motsatta som i sin tur blir det "onormala", det som avviker och därmed det som inte är lika bra som det "normala". De betonar vidare att det är därför som det är viktigt att granska normer för att få en förståelse för vad som möjliggör diskriminering och kränkning av de eller det som faller utanför de uppsatta normerna. De beskriver hur normer förändras och omvandlas över tid och utifrån sammanhang och situation, dock har normförändringar en trög förändringshastighet menar de. Vidare beskriver Martinsson & Reimers (2020) att en norm aldrig är separat utan en ansamling av olika normer som tillsammans skapar en övertygelse om normen och dess princip. Samtidigt som de förklarar hur normer kan begränsa vårt agerande och styra sättet vi är på i rädsla för att annars bli bestraffade, förklarar de också att det å andra sidan är ofrånkomligt då de hjälper oss att begripa omvärlden och jaget i sammanhang. De förklarar vidare att i de normer som skapar olika positioner för identifikation befinner sig makten. Normer som skapar vad som anses vara man och kvinna skapar i sin tur normativa förväntningar som dessa roller behöver förhålla sig till. Med andra ord är det i normen som makten att begränsa och möjliggöra samt konstruera sitter. Dock förklaras det vidare att det inte är en ensam person eller grupp som har ansvar eller kontroll över makten som finns inom normer. Därmed är det inte ett enskilt ansvar heller i skapandet, återskapandet eller förändring av normer men att varje individ

kan ta eget ansvar för de handlingar man väljer samt de konsekvenser dessa får. Slutligen förklarar de att ingen kan undgå normer på något sätt eller stå utanför och agera som en neutral kraft. Alla lever i och utifrån olika normer. Det viktiga är att ställa oss kritiska till rådande normer och våga utmana dessa för att på så vis få en nyanserad uppfattning och förståelse för omvärlden och samhället. Något som de menar är viktigt för demokratin (Martinsson & Reimers, 2020).

Genom en förståelse för hur normer kan påverka oss individer i olika grad kan vi vidare få en bild av spänningen som sker mellan förmågan och/eller oförmågan att leva upp till rådande normer som förälder. Denna förståelse kan hjälpa oss vidare att förstå föräldrarnas upplevelser och de hinder de har avseende att söka stöd i sitt föräldraskap.

3.2 Stigmateori

Goffman (2011) definierar stigma som ett attribut, en egenskap eller en märklighet som leder till en diskreditering av en individ samt sedd som avvikande i samhällets ögon. Vidare kan detta leda till att individen kan ses som icke önskvärd eller mindervärdig, därmed påverkar stigmat individens relationer och den sociala identiteten då det skapar en klyfta mellan hur andra uppfattar individen och hur hen uppfattar sig själv. Vidare beskriver han att stigmat är en typ av social diskvalificering som kan vara både osynlig och synlig. Detta är beroende av hur synligt stigmat är för andra. Han menar att de således finns olika typer av stigma så som karaktärsfläckar (missbruk eller moralisk felaktighet), fysiskt handikapp eller stambetingade stigmat (religion eller ras). Han förklarar att stigma inte endast är en egenskap hos en individ utan menar att det är en social process som innefattar samhället och den stigmatiserade. Därmed blir stigmas påverkan inte endast på den stigmatiserade utan även på omgivningens upplevelse och hantering av det stigma som individen bär på. Han menar att det också är den närmaste omgivningen till den stigmatiserade personen som har en avgörande roll i hur individen hanterar stigmas effekter (Goffman, 2011).

Stigma beskrivs vidare av Stutterheim & Ratcliffe (2021) som ett komplext socialt fenomen som involverar diskriminering, fördomar samt negativa attityder gentemot grupper eller individer på grund av deras tillstånd,

egenskaper eller identitet. Att erfara stigma kan påverka en individ på olika plan och vara mångfacetterat. Det kan påverka välbefinnandet, hälsan samt de sociala interaktionerna. Vidare förklaras att stigma ofta är kontextuellt och varierar beroende på olika faktorer som samhällsnormer, kultur och maktdynamik. Det betonas att en förståelse för stigma kan uppnås genom erfarenheter och perspektiv från de som upplever stigmatiseringen. Något som de menar man kan uppnå genom kvalitativa studier (Stutterheim & Ratcliffe, 2021).

Goffman (2011) beskriver hur synligheten av ett stigma spelar stor roll i hur individen blir bemött, ju synligare en avvikelse är desto mer påverkas den sociala identiteten hos individen samt hur hen blir bemött av andra. Vidare förklarar han att det är viktigt att skilja på stigmats kännedom och synlighet, ett stigma kan alltså bli obemärkt om kontexten döljer det. Utifrån synligheten av stigmat påverkas individen antingen direkt eller indirekt. Synliga stigmat som fysiska handikapp, etnicitet eller fulhet har en påverkan på sociala interaktioner direkt medan andra stigmat som sjukdomar som t.ex. diabetes kan ge en indirekt påverkan på interaktionen. Detta menar han beror på den så kallade publikens förmåga att kunna identifiera ett stigma, det är endast då som synligheten av stigmat har en betydelse. Därmed menar Goffman (2011) att genom att först analysera naturen för den sociala informationen och synlighet kan vi därefter förstå den stigmatiserade individens utmaningar med att avslöja eller dölja sitt stigma. Ett sätt för den stigmatiserade individen att hantera sitt stigma kan vara att distansiera sig från personer som har kännedom om stigmat. I övrigt kan stigmatiserade personer också få hjälp av sina närstående för att dölja stigmat och upprätthålla någon slags fasad för omvärlden. Författaren beskriver att det finns en viktig skillnad mellan den "misskreditabla" och den "misskrediterade", där den förstnämnda försöker dölja sitt synliga stigma medan den sistnämnda försöker göra det så lite påfallande som möjligt. Genom att dölja det egna stigmat innebär det ofta att motverka de allmänna värderingar som är kopplade till stigmat och vidare minimera de synliga tecken för det. Något som kan liknas enligt honom vid assimilationsstrategier hos etniska minoriteter, där man genom att byta namn eller ändra utseende vill undvika uppmärksamhet (Goffman, 2011).

Slutligen diskuterar Goffman (2011) hur en grupptillhörighet och jag-identiteten kan påverka en stigmatiserad person. Han gör skillnad på personlig och social identitet och menar att den stigmatiserade personens identifikation kan variera utifrån vilka hen ansluter sig till och om hen väljer att distansera sig eller ansluta sig till individer med samma stigma. Men ju mer individen ansluter sig och identifierar sig med de "normla" desto mindre känsla av stigma upplever hen, dock förklarar han att det inte alltid är fallet. Om den stigmatiserade upplever att andra med samma stigma betar sig utifrån stereotyper kan hen känna avsmak och skam, detta är något som kan leda till svårigheter att acceptera sin grupp eller bryta sig från den.

Utifrån ovan beskriven stigmatologi kan vi få en förståelse för stigma som en konsekvens i det fall individen avviker från normen. Det kan hjälpa oss att förstå föräldrarnas upplevelser när de beskriver en känsla av oförmåga eller otillräcklighet i att uppfylla normerna för föräldrarollen.

3. Metod

I detta avsnitt kommer en redogörelse för den metod som använts för studien. Inledningsvis görs en beskrivning av de vetenskapsteoretiska ståndpunkter jag har utgått ifrån i studien för att sedan ge en beskrivning av designen för studien utifrån studiens syfte och frågeställningar. Därefter kommer jag att redogöra för mitt urval, datainsamling och tillvägagångssätt. Sedan beskrivs analysmetoden som valts för studien och hur den har applicerats på empirin. Slutligen presenteras etiska överväganden och trovärdighet.

3.1 Vetenskapsteoretisk ansats och studiedesign

Den vetenskapsteoretiska ansatsen som studien bygger på är hermeneutisk. Gilje (2020) beskriver att tolkning utifrån hermeneutiken möjliggör en djupare förståelse för bakomliggande sammanhang i till exempel handlingar och texter. Genom att tolka på detta sätt kan man alltså förstå individers motivationer och intentionerna för deras handlande.

Då studien utförs i ett samarbete med Krokoms kommun genomfördes ett möte tillsammans med kommunens projektledare tidigt i processen. Detta

gjordes för att diskutera kring fokuset för studien för att jag skulle kunna formulera studiens frågeställningar och syfte samt studiedesign. Mattsson (2010) förklarar att olika vetenskapsteoretiska utgångspunkter kan leda till olika perspektiv på kunskap och dess produktion. Att jag gör studien på uppdrag av krokoms kommun är något jag är medveten om och reflekterar kring under studiens gång, samtidigt som att min roll som förälder också är något som kan ha kommit att påverka min uppfattning av föräldrarnas upplevelser samt min tolkning av dessa. Dock tror jag att min medvetenhet kring detta har lett till att jag med försiktighet har tolkat empirin utifrån det teoretiska ramverket. Detta för att sträva efter en neutralitet i studien.

Då jag ämnar att undersöka föräldrars upplevelser är en hermeneutisk tolkning passande. Den valda designen för studien är en kvalitativ forskningsansats där data samlas in med hjälp av semi-strukturerade intervjuer med föräldrar till barn i åldrarna 0-13 år. Semi-strukturerade intervjuer möjliggör för intervjuaren att ställa följdfrågor för att uppnå rika beskrivningar (Gill et al., 2008). Då studien ämnar att undersöka föräldrars upplevelse och behov är en kvalitativ forskningsansats med hjälp av intervjuer ett väl anpassat val. Fördelarna med att använda sig av semi-strukturerade intervjuer för de ämnade frågeställningarna för studien är att det på så vis går att få en beskrivande empiri. Något som kan bidra till att man kan betrakta individer och sammanhang som en helhet genom individernas egna uttalade ord och beskrivningar (Levin, 2008). Vidare betonar Malterud (2001) att i en kvalitativ metod eftersträvas en förståelse av helheten av fenomenet som undersöks. Därmed kommer jag ha en god möjlighet att samla in värdefull empiri från mina deltagare som kan ge en välgrundad förståelse för deras upplevelser. Då ämnet ännu inte är välutforskat valdes en induktiv ansats enligt Braun & Clarke (2006), där de menar att en sådan ansats är passande då data kodus utan anpassning till förbestämda teoretiska ramar.

3.2 Urval

Valet av målgruppen föräldrar med barn mellan 0-13 år är baserat på de föräldrar som anmält intresse för deltagande. Vid intresseanmälan fick föräldrarna ange sina barns ålder och hur de önskade att intervjun skulle ske. Valen som fanns var telefon, videosamtal, fysiskt möte samt "Det spelar ingen roll hur". De föräldrar som hade angett videosamtal samt "Det

spelar ingen roll hur” prioriterades av bekvämlighetsskäl på grund av den begränsade tiden för studien. Detta resulterade i totalt 14 stycken deltagare. Något som ansågs tillräckligt för att uppnå syftet med studien. Dock resulterade det slutligen i 12 intervjuer totalt då det blev ett bortfall på två personer som jag inte fick tag på och den avsatta tiden för intervjuer enligt plansättningen för studien hade gått ut. Därmed fanns det inte tid att göra ett nytt urval på fler deltagare. Intervjuerna som genomfördes varade i ca 30 minuter.

3.3 Datainsamling

Studien grundar sig på ett uppdrag från Krokoms kommun och därmed skapades ett samarbete mellan mig och Krokoms kommun. Genom kommunen har jag tillhandahållits med en del information i förhand avseende verksamhetens arbetsätt, utmaningar samt utbildningsmaterial inom öppenvården i Krokoms kommun. Det har varit information som har hjälpt mig att få en djupare förståelse för verksamheten samt projektet som de bedriver. Projektet syftar till att erbjuda universellt föräldraskapsstöd och har som mål att öka antal deltagare som en led i deras förebyggande arbete enligt den nationella strategin. Krokoms kommun har även hjälpt mig att förvärva deltagare till studien genom att informera om den på Krokoms kommuns hemsida samt genom ett föräldrautskick via en plattform. Plattformen de använder heter ”Infomentor”. Utöver detta gjorde jag själv ett inlägg som jag delade på Facebook ganska tidigt i processen då jag ville säkerställa tillräckligt många informanter till studien. Detta inlägg samt Krokoms kommuns inlägg bifogas som bilaga. Genom mitt inlägg fick jag en deltagare. Genom kommunens sida fick jag 24 st intresseanmälningar.

När vi hade uppnått det stora antalet intresseanmälningar valde jag att stänga anmälan för intresse. Därefter började själva urvalet som tillämpades utifrån bekvämlighet med hänsyn till den begränsade tiden för studien. Bekvämlighetsurvalet gjordes utifrån de som kunde mötas digitalt till förmån för besparande av restid. Jag sammanställde intressanmälningarna, gjorde ett första urval utifrån ovan beskrivet bekvämlighetsurval och kontaktade därefter föräldrarna för att boka möte för intervju via teams. Samtidigt designades intervjuguiden. Därefter skrevs ett infobrev där deltagarna kunde ta del av information om själva

studien samt ramarna för studien. Den första intervjun jag gjorde var med den person som jag hade rekryterat via mitt facebookinlägg och denna intervju blev en slags pilotintervju som gjordes innan urvalet för de resterande hade ägt rum än. Därmed fick den deltagaren ta del av informationen muntligt som hen också gav ett samtycke till. Frågorna från den första intervjun kom att revideras något inför de efterföljande intervjuerna.

Intervjuerna bokades genom teams möte där samtliga intervjuer spelades in samt transkiberades. Samtliga möten utom den första pilot intervjun genomfördes via videolänk. Pilotintervjun genomfördes via telefonsamtal. Transkiberingen genomfördes med hjälp av ett transkiberingsverktyg på teams som transkiberade intervjun samtidigt som den genomfördes. I slutet av varje intervju bad jag om feedback avseende känslan för själva intervjuens genomförande. Detta gjordes för att säkerställa att metoden för intervjun utfördes på bästa sätt för att skapa en trygg och tillåtande miljö för föräldrarna att kunna öppna upp för deras upplevelser. Feedbacken från deltagarna var god och de beskrev att de kände sig trygga och blev bemötta neutralt vilket var uppskattat.

Efter varje intervju avsattes en tid för reflektion, detta för att inte tappa helheten för deltagarens berättelse och upplevelse. Reflektionen som gjordes var genom att efter varje intervju sitta en stund och reflektera över min upplevelse av individen jag mött, vilka upplevelser hen hade samt en reflektion över innebörden av svaren jag nyss fått. Det var något som var väldigt givande då en del reflektioner skapade en möjlighet att se en röd tråd genom deltagarnas berättelser.

3.4 Data analys

Efter att jag hade genomfört samtliga intervjuer påbörjade jag arbetet med att sammanställa resultat och analysera detta. Valet för analys av den insamlade data landade på tematisk analys. Jag valde tematisk analys på grund av att det är en analysmetod som lämpar sig för identifiering, analys och redogörelse av mönster (olika teman) i insamlad data. Jag gick igenom samtliga intervjuer och kodade dessa enligt det andra steget i tematisk analys, vilket innebär att koda genom att identifiera mönster genom budskap i citat, olika citat ges olika koder. I det andra steget är det särskilt

viktigt att behandla all data lika och att genomföra kodningsprocessen nog och omfattande (Braun & Clark, 2006). Koderna jag identifierade i empirin är syn på föräldraskap, utmaningar med föräldraskap, normer, stigma, sociala medier, syn på socialtjänsten, upplevelse av socialtjänsten, brist på kunskap, hinder och behov. Tredje steget är att generera teman genom analys av de koder man identifierar i det andra steget (Braun & Clark, 2006). Det resulterade i tre teman: föräldraskap, normer och stigma samt hinder och behov.

Genom att identifiera teman kan man få betydelsefulla insikter genom att se gemensamma mönster i datamaterialet. Teman som identifieras måste därmed vara konsistenta, distinkta samt sammanhängande (Braun & Clarke, 2006). Nästa steg innebär att analysera teman för att tolka det insamlade materialet. Detta innebär att inte endast sammanställa teman som resultat utan också att analysera dessa teman för att på så sätt generera kunskap om de analytiska påståendena i analysen (Braun & Clarke, 2006).

3.5 Etiska överväganden

Inför intervjustudien beaktades de etiska principerna utifrån Helsingforsdeklarationen avseende information, samtycke och konfidentialitet. Dessa krav är ett skydd för individer som lämnar uppgifter till studiens ändamål (World Medical Association (WMA), 2013). Genom att skicka ett informationsbrev till deltagarna innan intervjun genomfördes uppfylldes kravet på information. I informationsbrevet fick deltagarna uppgifter om studien och dess syfte samt hur hantering av uppgifterna skulle ske. Kravet för samtycke uppnåddes genom att deltagarna fick ge ett muntligt samtycke som sedan också spelades in efter godkännande av de. Då studien handlar om föräldraskap och dess olika utmaningar etc. fanns en medvetenhet om känsligheten i informationen som deltagarna delger. Detta var något som jag kommunicerade och visade förståelse för. Kraven för konfidentialitet utlovas genom att säkerställa att deltagarnas identitet inte är spårbara i studien och dess resultat, samt att det endast är jag som hanterar uppgifterna de delger mig. Ett led i hanteringen av anonymiseringen är fingerade namn samt en sparsam beskrivning av föräldrarna. Vidare fick deltagarna information om att de närsomhelst kunde avbryta sin medverkan utan att behöva ge en förklaring

till detta, detta kommunicerades via informationsbrevet och vid intervjutillfället.

3.6 Trovärdighet

För att uppnå trovärdighet i studien har jag i möjligaste mån försökt vara transparent. Vidare har jag följt de sex analysstegen som Braun & Clarke (2006) för en god tematisk analys. I min studie har jag försökt att beskriva mina val samt motivera dessa. Klingberg & Hall (2021) förklarar, att i metodavsnittet ska en redovisning av valen som har gjorts framgå samt att författaren ska kunna argumentera för valen. Vidare förklarar de att studiens trovärdighet utgår från pålitligheten i studiens slutsatser är relevanta i relation till den insamlade empirin (Klingberg & Hall, 2021). Detta har jag uppnått genom att jag under intervjun återkopplat till föräldrarna hur jag uppfattar deras svar

4. Resultat och analys

I denna del kommer resultat samt analys av empirin att presenteras utifrån tre identifierade teman. Varje tema och tillhörande resultat presenteras separat med en analys i anslutning till det.

4.1 Föräldraskapet och dess utmaningar

Samtliga deltagare hade svårt att ge ett enkelt svar på hur de upplever föräldraskapet, det är förvisso en svår fråga som samtidigt kan ge en bild av komplexiteten i föräldraskapet. Alla föräldrar uppger stora kontraster mellan "det svåraste" och "det bästa" som hänt. Deltagarna har olika orsaker till deras upplevelse och beskriver olika utmaningar. Emilia, Åsa och Fredrika berättar:

Det är jättesvårt, tycker jag. Det är så mycket ansvar och ja, mycket att tänka på som jag inte behövt tänka på innan liksom (Emilia).

Ja, men vet du, jag tycker att det är en stor uppgift att vara förälder. Ett stort ansvar (Åsa).

Det är utmanande och det är konstant ifrågasättande om man gör rätt (Fredrika).

Vidare förklarar de sådant som upplevs som svårt i föräldraskapet och här kan en viss skillnad ses utifrån vilka preferenser varje förälder har.

Exempel på de upplevda utmaningarna kan vara en ovetskap om man hinner rusta sitt barn för att klara av livet, att man som förälder vill ge sina barn goda värderingar och en oro över deras mående utöver de rent praktiska dagliga utmaningarna och prövningarna. Sandra, en av föräldrarna, beskriver en osäkerhet i om hon hinner bygga sina barn robusta. Hon beskriver också den smärtsamma känslan av att se sina barn misslyckas, men inser att det är nödvändigt för deras framtida framgång. Vidare uttrycker hon en önskan om att hennes barn ska förstå hur privilegierade de är som har tillgång till mat och hela, rena kläder. Tova påpekar att den största utmaningen är när barnen inte mår bra medan Anna diskuterar de många svårigheterna som uppstår i uppfostran, både i vardagliga situationer som att plocka upp kläder och i mer komplexa aspekter som att motivera barnen i deras skolarbete och livet i stort.

Ovan exempel anger sådant som värderingar samt uppbyggnad av resiliens och god hälsa. Föräldraskapets komplexitet och utmaningar verkar ha en stark koppling till de förväntningar och normer som samhället sätter upp enligt Baier & Svensson (2018). Emilia, Åsa och Fredrika beskriver hur de ifrågasätter sina egna handlingar, vilket kan tolkas som ett resultat av att försöka leva upp till samhällliga normer. Vidare beskriver föräldrarna en upplevelse av förändring i föräldraskapet från då till nu. Nedan följer exempel kring deltagarnas syn på den upplevda förändringen i föräldraskapet från då till nu samt synen på föräldraskapet som ett uppdrag och ett syfte att utveckla barnen på det bästa sättet. Fredrika diskuterar svårigheten i att inte upprepa sina egna föräldrars misstag, samtidigt som man ibland omedvetet upprepar beteendemönster som inte passar dagens samhälle. Hon påpekar också att man sällan får bekräftelse på att man gör ett bra jobb som förälder. Tova beskriver i sin tur en ökad kunskap om anknytning och de många förväntningarna på föräldrar idag. Hon uttrycker en rädsla för att göra fel och utmana barnet på fel sätt. Fredrika och Tova beskriver förändringar i synen på generationer, något som visar hur normer är föränderliga men att det sker långsamt. Dessa förändringar speglar också hur nya normer gradvis ersätter gamla. Martinsson & Reimers (2020) beskriver att normer har en trög förändringshastighet men att de samtidigt är dynamiska. De menar också

att det trots detta är möjligt att aktivt utmana och förändra normer trots detta. Rebecka menar också att samhället har förändrats de senaste 50–60 åren, med ökad press, stress och informationsflöde. Hon konstaterar att dagens föräldrar har ett mindre skyddsnät och känner en större distans till sina egna föräldrar jämfört med tidigare generationer. Rebecka nämner ökad press och stress som centrala faktorer i dagens samhälle, vilket kan kopplas till Lapidoth & Engdahls (2009) beskrivning av föräldraskapet under 2000-talet som mer komplicerat och i behov av stöd. Det antyds därmed att samhällsförändringar har bidragit till en ökad komplexitet och krav på föräldrar. Vidare påpekar Rebecka också den geografiska distansen till de egna föräldrarna och en upplevelse av ett mindre skyddsnät, också något som Lapidoth & Engdahl (2009) beskriver som en förändring som skett över tid, att föräldraskapet tidigare hanterades inom familjen och att det idag involverar mer samhälleligt stöd och expertis. Detta kan ge en holistisk bild av hur föräldraskapet har utvecklats och vilka utmaningar föräldrar står inför idag. Åsa är en av de föräldrar som beskriver synen på föräldraskapet som ett uppdrag och menar att hon känner ett starkt ansvar för att vägleda sina barn till att bli sitt bästa jag. Hon funderar över konsekvenserna av sina uppfostringsmetoder och hur det reflekteras i barnens förmåga att göra kloka val. Valentine m.fl. (2019) belyser de påfrestningar och förväntningar som föräldrar möter, särskilt mödrar. Åsas funderingar kan tolkas som ett svar på dessa samhälleliga påfrestningar och förväntningar på att vara en "bra" förälder. En medvetenhet kring de särskilda påfrestningar som mödrar möter kan ge oss en helhetsbild av de särskilda utmaningar och förväntningar som mödrar möter i sitt föräldraskap. Att föräldrarollen har kommit att förändras är något som flera av deltagarna berättar om, särskilt deltagarna med äldre barn. Barbro och Tova är bland de med barn i äldre ålder och de beskriver hur de känner att barnen får en press utifrån sociala medier.

Det är ju mycket med det här med sociala medier att man liksom får förklara att ja, men det är man ska vara väldigt kritisk till det man ser på sociala medier (Barbro)

Jag är inte så mycket på sociala medier, men om jag ser liksom bilder från en familj så ser jag att här ligger det jättemycket jobb bakom att få till de här bilderna och så tänker jag oj, vilken stress det måste vara (Tova)

Medan de föräldrar med yngre barn beskriver hur de förväntningar och normer de möter på det egna föräldraskapet oftast kommer från sociala medier, och hur det i sin tur satt en ny press att prestera som förälder, som Rebecka beskriver det:

Det känns som att man förut kunde. Ja vara i sin egen bubbla med sin egen familj på något vis. Nu är det som att man är förälder med hela världen.

För att hantera de ovannämnda utmaningarna i föräldraskapet frågade jag deltagarna vilka strategier de har. Ungefär hälften av deltagarna uppger att de har ett stöd från det sociala nätverket som är en av de strategier de använder sig av för att klara av föräldraskapets utmaningar. Anna och Fredrika pratar så här om familj och nätverk:

Så jag tänker jag familj, vänner är superviktigt (Anna).

Framför allt så gäller det att prata om det och tala om det för min man. Att du, nu är det så här, och han är skitbra att kliva in. O så vi har avlastning. Vi har ett nätverk omkring oss som avlastar (Fredrika).

Nästan alla andra deltagare uppger att de har en partner som de känner att de kan diskutera tillsammans med och som kan avlasta, vilket upplevs som ett stöd i föräldraskapet. Barbro, Sandra och Rebecka beskriver hur de tacklar svårigheter genom att få stöttning från partnern.

Jag har ju sambo också, och är det någonting så diskuterar vi ju (Barbro)

Rebecka beskriver det som en självklarhet "min sambo så klart men han tar ju jag bara för givet". Dock är det inte alla som har en partner eller en närvarande partner. Det är inte heller alla som har ett rikt socialt nätverk och detta resulterar då i en känsla av ensamhet i föräldraskapet. Något som också i sig är en stor utmaning då beroendet av samhällets insatser blir desto större.

Ensam arbete där man liksom sköter sin egen familj, är ganska mycket i dagens samhälle. Det vi inte har våra

kanske föräldrar till hjälp eller vi har kollektivet heller för att vi mer förväntas kanske... (Åsa).

För det blir så här väldigt tungt ansvar när man är mycket. Jag är mycket ensam också, eller vi har ju valt att flytta ganska långt ifrån nära vänner och nära familj så här och då blir man väldigt ensam så tänker jag. Så det hade ju underlättat att bo lite närmare är min syster eller mina föräldrar liksom för då hade jag kunnat ringa in någon ibland. Men det har inte känt att jag kunnat här (Emilia).

Att man är lite ensam i det alltså. Det är liksom stora krav man inte kan slappna av riktigt (Tova).

Känslan av ensamhet i föräldraskapet utifrån samhällets förändring är något som skildras av Johansson & Bäck-Wiklund (2012), de menar att utredningar har visat på samhällsförändringar som har lett till snabbare förändringstakt, en högre komplexitet samt nytillkomna förutsättningar för föräldraskapet. De förklarar att utredningarna också hävdar att kontakten med andra anhöriga samt mor- och farföräldrar inte är samma som den var förut, vilket kan leda till att ett större behov av samhällsstöd bildas. Även Lapidoth & Engdahl (2009) beskriver detta som en samhällsförändring som i ett skifte från att föräldraskapet tidigare var ett personligt bekymmer där familjerna förväntas lösa problemen på egen hand till en ökad professionalisering av föräldraskapet där myndigheter har en större roll i att definiera och hantera problem i föräldraskapet.

Synen på och stressen kring föräldraskap verkar enligt deltagarna vara något som har skiftat genom tiderna och som ovan visar beskrivs en upplevelse av att dagens samhälle ställer större krav på föräldraskap idag än vad det har gjorts tidigare. Min tolkning är att flera av deltagarna beskriver en oro över barnets/barnens mående, hur de ska klara av livet och dess utmaningar samt hjälpa de att utvecklas med goda värdegrunder. Genomgående finns en stark medvetenhet om de förändringar och krav som föräldrar ställs inför i dagens samhälle. Dessa föräldrar upplever en blandning av oro, ansvar, och glädje, samtidigt som de navigerar mellan att lära av tidigare generationer och att anpassa sig till nya utmaningar.

En intervjudeltagare beskriver även föräldraskapet som ett uppdrag, ett uppdrag att fostra framtidens generation, något som hon upplever som ett stort ansvar att axla. Denna beskrivning av föräldraskapet som ett uppdrag är något som förklaras av Johansson & Bäck-Wiklund (2012) som en av de två huvudlinjerna i synen på föräldraskap som föräldrar har. De menar att ena linjen innebär att observera barnet och dess uppfostran som ett "projekt" och den andra linjen som "vardande". Att ha synen av barnet som ett projekt innebär att man ser de som "bärare av framtiden" och är ett synsätt som har visat sig vara typiskt för mammor. Det innebär också att man har en stor känsla av ansvar att planera och styra i sin uppfostran. Det andra synsättet var vanligare för pappor och innebär att man ser barnets utveckling som beroende av de inre krafterna och inte av någon yttre påverkan. Med det sagt kan det ge en förklaring till den upplevda belastningen och ansvaret som deltagarna i intervjun har, som i övrigt endast är mammor.

Andra tolkningar som jag gör av de faktorer som kan ha kommit att påverka föräldraskapet och dess roll utifrån föräldrarnas berättelser är utformningen av det numera individualistiska samhälle där varje individ och närmast tillhörande familj förväntas klara sig själv. Ett skifte från det kollektiva har skett vilket ställer större krav på oss att klara av uppgiften som förälder tillsammans med partnern alternativt själv. Martinsson & Reimers (2020) beskriver detta väl genom att förklara att det genom den nyliberala normbildningen har ledord som individualism, valfrihet och konkurrens kommit att etableras. Detta har lett till skapandet av en bild av den starka självständiga individen som bär ensamt ansvar över den egna situationen. Detta leder till att moraliserande över den eller dem som inte klarar av att leva upp till denna norm. Genom att tillämpa normteori på deltagarnas berättelser ovan få vi en djupare förståelse för hur normer kan påverka föräldraskapet i olika dimensioner. Det blir tydligt utifrån ovan hur sociala normer kan skapa krav och förväntningar som föräldrarna känner sig tvungna att leva upp till. Utifrån deltagarnas berättelser ovan kan vi se hur de upplever att normer kan förändras över tid och påverka olika generationer på olika sätt, därmed är normer inte statiska utan möjligheten för förändring och anpassning finns, om än långsamt.

4.2 Normer och stigma

Samtliga föräldrar beskriver deras upplevelse av föräldraskapet som något komplext och som har kommit att ställa flera krav på dem. Vidare är det olika förväntningar och normer som de upplever att de måste leva upp till. Dessa förväntningar och normer beskrivs bero på olika saker, men som ovan nämnt tycks en av källorna till dessa nya normer och förväntningar vara sociala medier. De flesta deltagare beskriver en direkt påverkan i föräldraskapet utifrån sociala medier, även fast de flesta uppger att de förstår att det inte är hela sanningen och att de har ett källkritiskt tänk så kan de inte motstå att bli påverkade och stressade av detta.

Sen vet jag ju också att allt handlar väldigt sällan om materialistiska ting men det är så otroligt lätt att dras med och tänka att det är viktigt ibland. När man ser det är lätt och det är väl kanske i de här sociala medierna som man ser vad folk gör och man ser liksom de här härligaste ögonblicken och så glömmer man bort att det finns ju en baksida av allt alltid det finns alltid saker som bilden inte visar även det som kanske är men och då tänker jag också har men om jag som ändå har uppfostrats till att vara källkritisk som alltså jag växte upp innan sociala medier jag vet ju hur det var innan. Om jag har så svårt att värja mig hur ska det då gå för min äldsta? Många har sociala medier också inte alla men några, hur ska hon förstå att det där inte är hela verkligheten och hela sanningen när jag som är vuxen och har upplevt bägge sidor och så vidare inte alltid kan skilja (Sandra).

När de får frågan om de upplever att det finns normer och förväntningar att leva upp till svarar Anna "Absolut, jag tänker man matas hela tiden mot sociala medier" och Kristina förklarar att "Det är jättemycket teorier som svävar särskilt ute på sociala medier".

Sandra beskriver hur lätt det är att dras med i sociala medier och börja tro att materiella saker är viktiga när man ser andras härliga ögonblick. Trots att hon har uppger att hon är källkritisk erkänner hon hur svårt det är att motstå dessa påverkningar. Hon uttrycker också oro för hur hennes barn

kommer att hantera dessa idealiserade bilder och förstå att de inte representerar hela verkligheten. Hennes upplevelse belyser hur sociala medier kan förvränga uppfattningen av vad som är viktigt i livet och skapa jämförelser och självkritik. Anna påpekar vidare hur sociala medier ofta visar en idealiserad bild av föräldraskap och livet i allmänhet, vilket kan skapa orealistiska förväntningar. Rebecka beskriver ytterligare en aspekt av användandet av sociala medier, hon förklarar att det tillkommer förväntningar från mor- och farföräldrar bland annat att dela bilder på sociala medier. Något som skapar en känsla av obehag och en tävlan om att visa upp ett perfekt liv. Hennes beskrivning belyser konflikten av att vilja dela familjeögonblick och att känna en press av att upprätthålla en viss bild utåt. Föräldrarna har olika strategier för att hantera sociala medier. Kristina har valt att ta bort sociala medier och i stället använda en telefon utan appar. Denna förändring menar hon har lett till att förväntningarna på sig själv som mamma bland annat har minskat. Hon förklarade vidare att man inte slutar jämföra sig med andra men att det åtminstone håller sig till en jämförelse av grannen och inte hela världen.

Baier & Svensson (2018) beskriver normer som standarder eller mönster som individer förväntas följa i samhället. Sociala medier kan fungera som en källa till nya normer och förväntningar, vilket kan förstärka föräldrarnas upplevelse av komplexitet och krav. Trots att föräldrarna är medvetna om att sociala medier inte representerar hela sanningen, upplever de ändå stress och påverkan. Detta illustrerar hur normer inte bara är individuella uppfattningar utan kollektiva konstruktioner som påverkar individer djupt. Martinsson & Reimers (2020) förklarar hur normer kan skapa känslor av över- och underordning, något som kan förklara föräldrarnas upplevelser av otillräcklighet och stress. Genom detta kan vi förstå hur sociala medier skapar och förstärker normer för föräldraskap. Goffman (2011) förklarar att stigma kan vara synligt eller osynligt, vilket påverkar hur individen bemöts av andra. Föräldrar som inte kan uppfylla de ideal som presenteras på sociala medier kan känna ett osynligt stigma, där de är medvetna om sin avvikelser men kan inte alltid synligt uppfattas av andra. Detta osynliga stigma kan ändå påverka deras självkänsla och upplevelse av föräldraskapet negativt. Därmed blir det särskilt viktigt att kritiskt granska de rådande normer och stigmat som sociala medier skapar och dess påverkan på individers identiteter och självkänsla, särskilt inom

föräldraskap. Att utmana och förändra dessa normer och stigan kan bidra till att skapa ett mer nyanserat och realistiskt föräldraskap, mindre påverkat av orealistiska ideal.

Det finns även andra källor till normer och förväntningar som deltagarna upplever är svåra att leva upp till och dessa är mer anknutna till samhällsnormen generellt. Cecilia berättar om sin upplevelse av de normer och förväntningar hon har stött på i föräldraskapet:

Ja, men exempelvis så hade ju jag svårt att amma. Han gick ju som inte upp i vikt av det. Så det var ju något som jag tyckte var jättejobbigt i början, alltså liksom ångest kring. Att det förväntades att man skulle amma och man skulle kämpa in i det sista, liksom. Så dels är det väl det, men också att man så här ska göra allt så himla bra hela tiden

Anna beskriver också att "Man ska vara den perfekta mamman med, baka, skjutsa till alla träningar. Det ska vara skinande rent hemma. Man ska ha en ny bil, fint hus". Rebecka visar en tydligare könsnorm genom att beskriva hur traditionella könsnormer fortfarande påverkar föräldrarollen, där mammor förväntas vara närvarande och omhändertagande, medan pappor förväntas delta i aktiviteter och underhålla hemmet. Hon påpekar att dessa stereotypiska roller kvarstår trots att båda föräldrarna ofta är förvärvsarbetande. Rebecka lyfter fram hur förväntningarna på att vara både en engagerad förälder och en förvärvsarbetande individ kan vara särskilt krävande när könsbaserade förväntningar fortfarande finns kvar. Emilia betonar vidare att mammor ofta bär ett större ansvar för detaljer som att hålla koll på barnens kläder och förse förskolan med blöjor. Hon nämner hur det ofta är mammor som kontaktas av förskolan för sådana uppgifter

Andra samhällsnormer som föräldrar möter kan också ha med socioekonomisk status vilket också i sin tur skapar en stress. Sandra som bor i ett så kallat "finare" område i Krokoms kommun beskriver detta enligt följande:

Men i Ås är det väldigt ordnat upplever jag det som, jag upplever det som att alla barn har med sig en frukt till

skolan alla barns föräldrar vet när de har vad det är liksom, det är klart att det finns något enstaka barn som avviker men i regel så är det väldigt ordnat, väldigt städat. Det blir ramaskri om någon har glömt att skicka på ungen en reflexväst när de går till skolan då är man liksom, då känner man att men Gud vad har jag gjort och känns som förälder jag har misslyckats(...)det finns normer i den här gruppen av människor som jag tycker att det är lite svårt och jobbigt att leva upp till exempel är det många som har stugor i Åre och åker slalom med sina barn varje helg, då känner man sig dålig för att man inte har möjlighet eller vill prioritera att åka slalom med sina barn i Åre varje helg av olika anledningar

Hon reflekterar vidare kring vad dessa normer skapar:

Viktigt tror jag för att det ska bli någon sorts mångfald i ås att det inte bara är läkare och psykologungar som springer omkring i dyra märkeskläder. Det skapar en norm som jag inte vet om den är positiv eller negativ alltså ekonomiskt är det inte så många barn som lever i otrygghet i Ås, så otryggheten som barn drabbas av i Ås beror på andra saker

Utöver de normer som nämns ovan som föräldrarna förhåller sig till tillkommer det eventuella stigmat i att inte leva upp till de normerna. Det blir också av intresse att få en förståelse för hur de ser på att behöva stöd i föräldraskapet samt vilken syn de har på socialtjänsten. Baier & Svensson (2018) förklarar att normer kan vara konstruktiva, kompetensbaserade, beskrivande, föreskrivande eller moraliska, och att dessa normer anger kriterier för hur individer bör agera i samhället. Normer som föräldrar möter kan därmed skapa förväntningar som påverkar deras upplevelser av föräldraskapet. Cecilia beskriver ångest över att inte kunna amma, vilket kan ses som ett resultat av de föreskrivande normerna kring amning. Anna och Rebecka beskriver en idealiserad bild av föräldraskap, där mammor förväntas vara perfekta och närvarande medan pappor förväntas delta i aktiviteter och underhålla hemmet. Dessa normer kan skapa orealistiska förväntningar och stress för föräldrarna. Cecilia och Anna upplever en

känsla av misslyckande och otillräcklighet när de inte kan leva upp till de idealiserade normerna för amning och föräldraskap. Detta kan ses som en form av osynligt stigma enligt Goffman (2011), där de känner en inre press och diskreditering trots att deras avvikelse kanske inte är uppenbar för andra.

De flesta beskriver en negativ uppfattning om socialtjänsten och det faktum att de behöver stöd. Detta trots att de tidigare uppgett hur svårt och utmanande de tycker att föräldraskapet är. Anna beskriver hur hon, och många andra, har en djupt rotad negativ bild av socialtjänsten. Hennes tidiga uppfattning, baserad på berättelser från hennes ungdom, var att socialtjänsten enbart handlade om att tvångsomhänderta barn. Även om hon nu vet bättre och arbetar inom ett område som samverkar med socialtjänsten, är stigmat fortfarande starkt. Hon förknippar socialtjänsten med allvarliga problem som missbruk och misshandel, vilket skapar en känsla av att bara "dåliga" föräldrar skulle behöva deras hjälp. Anna jobbar inom en verksamhet som kommer i kontakt med socialtjänsten, där hon, som hon beskriver det, idag har en uppfattning om vad socialtjänsten gör men förklarar också hur det ändå har en negativ klang. När jag frågar om hon skulle uppleva ett stigma att söka stöd hos socialtjänsten svarar hon:

Absolut jättestort.

Gigantiskt då är man alltså, har man med socialtjänsten och göra så... alltså det är det stigmat som jag upplever att då är man dålig eller det är, ja knark, narkotika, det är misshandel. Det är hela paketet som för att liksom få hjälp av socialtjänsten? Absolut, absolut.

Även andra samverkar dagligen med socialtjänsten som också har en liknande uppfattning, Åsa delar med sig:

Ja, men jag kan tänka mig att socialtjänsten är, nu har inte jag varit i kontakten med dem i mitt föräldraskap utan kanske mer i mitt yrke.

Men det är klart att, hade jag fått en orosanmälan på mig, även hur mycket gott jag vet om det, om socialtjänsten så hade det också gjort lite ont i mitt hjärta.

För det är, socialtjänsten kanske inte alltid har det bästa ryktet liksom så.

Åsa, som också arbetar nära socialtjänsten i sin yrkesroll, bekräftar detta stigma. Även med sin positiva bild av socialtjänstens arbete, skulle en orosanmälan riktad mot henne personligen vara smärtsam och skamlig. Hon påpekar att socialtjänsten inte alltid har det bästa ryktet.

Många förknippar socialtjänsten med orosanmälan och utredningar bl.a. Kristina förklarar:

Ja alltså innan så har jag liksom tänkt nej, men så socialtjänsten är ett litet ord som förknippas för mig med att, då har det hänt någonting liksom alltså lite, jag kan också känna lite så här. Ohhh, lite kalla kårar? Nej, men det är ju så, det känns jobbigt på något sätt. Och kanske att jag har haft en viss bild, alltså haft en viss bild vilka som har kontakt med socialtjänsten. Och det kanske är kopplat lite till att jag med tidigare arbete, haft lite kontakt med socialtjänsten utanför eller utifrån olika personer liksom (Kristina).

Kristina förklarar att hon tidigare hade en instinktiv negativ reaktion på socialtjänsten, förknippad med allvarliga problem. Hennes yrkeserfarenheter har förstärkt denna uppfattning. Detta belyser andra perspektiv på socialtjänsten som utgår från att det behövs ett befintligt problem för att man ska söka sig dit. Vidare uppfattar Sandra att socialtjänsten hanterar mycket allvarliga problem och att man måste ha "stora problem" för att söka deras hjälp. Detta visar hur socialtjänsten ofta ses som en sista utväg. Lovisa associerar också socialtjänsten med problem av den allvarligare graden, främst med orosanmälningar, vilket också pekar på en bild av socialtjänsten som en instans man kontaktar endast när man har betydande problem.

Jag frågar Lovisa om hon däremot skulle uppleva stigma i att söka stöd i föräldraskapet, hon berättar:

Men det tror jag inte att jag skulle göra. Jag tycker att det är bara är, men alltså, jag skulle ju ändå se det som något

positivt och man skulle ha en förälder som väljer eller om jag själv liksom så här. Men jag sökte hjälp för att jag står och stampar. Jag vet inte var jag ska ta vägen, tycker jag bara att det är något positivt att man ser själv sitt problem och att man inte klarar av det och då ta hjälp.

När jag frågar henne vad hon tror att det beror på, att hon inte känner stigma, förklarar hon att hon aldrig varit "en sån" som följer så mycket samhällsnormer utan menar att hon drivs av ett slags sunt förnuft utifrån sådant som hon tror på är rätt och riktigt.

Emilia å andra sidan förklarar att hon själv inte upplever något stigma men att hon kan förstå om andra gör det och att hennes upplevelse är att det är kontextuellt beroende:

Inte direkt så, men jag alltså, personligen så tycker jag inte att det är en stor grej, liksom att man själv mår dåligt eller att man har svårigheter. Men jag kan ändå förstå att om andra har det alltså så här, det blir jag tänker, det beror ju väldigt mycket på vilka människor man har runt sig.

Endast två av de sammanlagt 12 deltagarna uppgav att de inte kände något stigma i att söka stöd i sitt föräldraskap. Det var även de två som i övrigt berättade hur de upplevde att de aldrig anpassat sig efter normer eller särskilda förväntningar som samhället satt upp. En upplevelse av att de går sin egen väg var tydlig och det skapar en intressant korrelation till upplevt stigma eller ej. Detta är ett exempel på det Goffman (2011) beskriver som att påverkan av upplevt stigma är bundet till kontexten och vilken omgivning den stigmatiserade befinner sig i. Emilia upplever därmed inte något större stigma då hon befinner sig i en kontext där hon kan känna sig trygg i att be om stöd, samtidigt som hon förstår att det kan vara stigmatiserande för andra föräldrar som inte har en lika tillåtande miljö.

Deltagarnas berättelser om synen på socialtjänsten kan ge en förklaring till det upplevda stigma kring att söka stöd. Om de dessutom endast förknippar socialtjänsten med allvarliga problem, orosanmälan, utredningar och placeringar kan det ge en rimlig anledning till att inte söka stöd eller någon kontakt med socialtjänsten i övrigt. Detta är i linje med

Goffmans (2011) teori om stigma, där negativa förväntningar bidrar till stigmatiseringen av dem som är i kontakt med socialtjänsten. Stigmat i detta fall handlar om att socialtjänsten associeras med något negativt, vilket leder till en avvikande och mindervärdig syn på de individer och familjer som har kontakt med den. Vidare beskrivs kontakten med socialtjänsten som ett tecken på ett allvarligt problem, detta innebär att individen som behöver söka stöd riskerar att få en stämpel som misslyckad eller moraliskt felaktig. Detta är Goffmans (2011) idé om karaktärsfläckar, där socialtjänstens stöd i stället blir till symbolik för allvarliga sociala problem som i sin tur kan leda till social diskvalificering. Deltagarnas allmänna uppfattning om att det endast är individer med allvarliga problem som söker stöd skapar ett kraftfullt och synligt stigma. Synligheten av ett stigma är något som enligt Goffman (2011) i sin tur påverkar bemötandet av individer. Goffman (2011) menar emellertid synligt stigma genom t.ex. märken på kroppen, ett handikapp etc. men i min tolkning ser jag även ett behov hos föräldrarna att kontakten med socialtjänsten inte ska synas utåt utifrån en rädsla för att stigmatiseras. Genom detta skapas stigmat som en social process, något som påverkar individens självuppfattning som i sin tur leder till att individen undviker att söka stöd, vilket är något som i sin tur leder till en isolering och en förstärkning av upplevelsen av det egna problemet.

Nästan till alla deltagare uppger att de använder sociala medier på ett eller annat sätt och av olika skäl. För vissa är det en källa för jämförelse och stress på grund av de upplevda förväntningarna och normbildningar som i sin tur skapar en negativ laddning gentemot sociala medier. Mediernas påverkan i skapandet av värderingar är något som kan konstateras menar Hellsten (2000), inte att de nödvändigtvis anger vad som är rätt och fel, men att det definierar vår uppfattning av verkligheten genom att presentera det som önskas vara i fokus för diskussion. Utifrån detta påverkas kulturen som vi kollektivt tar till oss och engagerar oss i.

En större andel av deltagarna uppgav någon aspekt av de rådande könsrollerna de möts av i rollen som kvinna och mamma. Något som belyser en konflikt mellan traditionella förväntningar och moderna verkligheter, där föräldrar måste balansera yrkesliv och hem, men där könsspecifika förväntningar fortfarande påverkar hur dessa roller delas. Föräldrarnas upplevelser av detta kan visa hur traditionella könsroller kan

resultera i att mammor får en större mental börda och ansvar för barns dagliga behov, även i sammanhang där båda föräldrarna kan vara lika involverade. Empirin för denna studie visar att samtliga deltagare upplever förväntningar och normer på ett eller annat sätt. För att förstå detta begrepp av samhällsnormer och huvudsakligen normer kopplade till föräldraskap behöver vi se vart dessa normer kommer ifrån och vem som har stiftat dessa. Johansson & Bäck-Wiklund (2012) menar att normer i föräldraskapet är något som har skapats som en social kontroll och samhällselig utveckling. De förklarar att den så kallade moderna familjen blev av intresse för staten för att vidare kunna åtgärda sociala problem samt kontrollera medborgarna genom att överföra önskvärda normer till familjerna. Å andra sidan förklarar Martinsson & Reimers (2020) som ovan nämnt att ingen kan agera som en neutral kraft utanför det normativa och objektivt betrakta olika normer. Detta innebär att ingen individ kan lämnas helt opåverkad, alla vi har olika normer som vi förhåller oss till oavsett vad vi vill eller tror. De menar att det enda man kan göra är att ifrågasätta de rådande normerna för att på så sätt få en nyanserad bild av samhället som i sin tur är viktig för demokratin. Huruvida ett upplevt stigma uppstår eller ej av att inte passa normen menar dock Goffman (2011) är beroende på vilken kontext den stigmatiserade befinner sig i och dess omgivning.

4.3 Hinder och behov

För att kunna bemöta föräldrarna ytterligare i deras upplevelse behövde jag ta reda på vilka hinder de upplever att det idag finns för att söka stöd samt vilka eventuella behov de har av ett stöd framåt. För att ta reda på det ställde jag ett antal frågor om de eventuella hinder samt vilket stöd de kände till att socialtjänsten erbjuder. Rebecka säger "Alltså, jag vet inte ens vart jag skulle vända mig för det". Även Cecilia och Lovisa beskriver brist på kunskap. "Ja ska jag vara helt ärlig så vet jag ju som ingenting om det riktigt alltså" säger Cecilia medan Lovisa berättar att hon "Vet inte riktigt vad socialtjänsten gör"

Utöver den ovannämnda negativa bilden av socialtjänsten och det deltagarna förknippar det med, finns det andra hinder som leder till ett mindre initiativ till deltagande av det befintliga utbudet av stöd. Lisa beskriver sin upplevelse av socialtjänsten och kontakten med dem när hon ville söka stöd som:

Det har inte varit en så trevlig person som svarar i telefon. Det är jättekrångligt alltså, många mejlar, sen så fick man ett mejl tillbaks och sen så fick vi ett nytt mejl och då skulle vi ringa någon alltså. Det är ja väldigt rörigt och att de inte är liksom (...) Det gör ju att för oss i alla fall att vi har liksom, kanske inte gjort det i den utsträckningen som vi egentligen hade behövt. (Lisa)

Även Rebecka beskriver en känsla av otillgänglighet som hon upplever är generellt för Krokoms kommun. Hon beskriver att det är svårt att hitta direktkontakter och att man alltid kommer till receptionen i stället, hon säger att "liksom deras upplägg, lite svårt tillgängligt".

Resultaten visade att de flesta av deltagarna hade väldigt lite information om socialtjänstens arbete samt vilket stöd som finns tillgängligt idag via öppenvården. Brist på kunskap är ett av de identifierade praktiska hindren till att föräldrar söker stöd. Rebecka, Cecilia och Lovisa uttrycker alla en osäkerhet och okunskap om vart de ska vända sig för stöd. Enligt Goffmans (2011) stigmatologi kan denna okunskap ses som en form av stigma, där föräldrar kan känna sig diskvalificerade eller otillräckliga på grund av sin bristande kunskap. Detta stigma kan avskräcka dem från att söka hjälp, av rädsla för att bli dömda eller sedda som otillräckliga föräldrar. Lisa beskriver i sin tur negativa erfarenheter av att kontakta socialtjänsten, även Rebecka beskriver känslor av otillgänglighet och svårigheter i att hitta direktkontakter, något som kan bidra till en känsla av att stöd inte är tillgängligt. Dessa hinder kan upplevas som normer kring byråkrati och tillgänglighet, där förväntningar på effektivitet och lättillgänglig hjälp inte uppfylls, något som skapar frustration och ytterligare avskräcker från att söka stöd. Att minska stigmat kring okunskap och att göra stöd mer tillgängligt och anpassat till föräldrarnas faktiska behov kan bidra till att fler föräldrar vågar söka den hjälp de behöver. Enligt teorin om sociala normer kan förändring ske genom att synliggöra och ifrågasätta de rådande normerna samt genom att skapa nya normer som betonar vikten av att söka och få stöd som en normal och positiv del av föräldraskapet.

Vidare är det flera deltagare som känner till att det finns olika stödformer men menar att de ofta är riktade utifrån särskilda "problemområden" i

stället för att vara åldersadekvata. Sandra förklarar "det här gäller liksom inte när du ska liksom stimulera barnet att kommunicera eller bekämpa treårs trots utan det här handlar om att förbereda för så här skolförberedande grejer". Sandra är en av de som menar att hon mest troligt hade gått på en föräldraträff för den ålder som hennes barn befinner sig i. I stället för en träff för t.ex. eller "barn med begynnande ätstörningar" vidare menar många andra deltagare att det ofta är logistiken som ställer till det.

Men det som är ett hinder, det är ju som jag kan känna idag. Skulle jag ta del av någonting nu, då är logistiken det som sätter till det, för jag är trots allt en småbarnsförälder och logistik är allt vi har. Det ska vara tider, mat på bord och allting och måste jag då passa en tid i veckan eller att det alltså det kan vara...(Fredrika)

Liknande upplevelser finns även hos Åsa som menar "ofta är de lite nischade här. Eller att det är fel tid på dagen". Även Kristina beskriver att "digitalt gör att det blir mycket lättare för mig att delta att det blir mer liksom tillgängligt".

Olika hinder har identifierats i resultaten, deltagarnas berättelser beskriver hinder utifrån som ovan nämnt ett slags stigma i kontakten med socialtjänst som en stor faktor men också andra hinder så som brist på kunskap, en känsla av otillgänglighet gentemot myndigheten, brist på allmänna stödformer samt logistiska hinder. Utifrån dessa hinder som deltagarna beskriver kan vi få en förståelse för ett mindre initiativtagande till ett aktivt sökande efter stöd. Jag tolkar deltagarnas berättelser och upplevelser som att den största tröskeln att kliva över är den "normbrytande" och stigmatiserande känslan av att behöva stöd som förälder. Att våga kliva över det kräver väldigt mycket från föräldrar då det innebär en stor rädsla. Utifrån normteori kan vi se i ovannämnda exempel att normer och förväntningar på självständighet, byråkratiska hinder och logistiska normer och tidspress kan förklara de olika anledningar till uteblivandet av ansökan om stöd. Brist på kunskap är något som många av deltagarna berättar om och om normen är att föräldrar bör veta hur man hanterar alla aspekter av föräldraskap, kan det kännas skamfyllt att erkänna att man behöver stöd. Rebeckas, Lovisas och

Cecilias osäkerhet och okunskap om socialtjänsten kan ses som en form av stigma. Detta stigma kan avskräcka föräldrar från att söka den hjälp de behöver, av rädsla för att bli dömda eller sedda som otillräckliga föräldrar. Detta kan leda till en självuppfyllande profetia där föräldrar undviker att söka hjälp för att de förväntar sig en negativ upplevelse, vilket i sin tur bidrar till att de fortsätter att uppleva problem utan att få stöd.

Sandra, Fredrika och Åsa beskriver hur logistiska hinder och tidsbrist påverkar deras möjlighet att delta i föräldrastödjande aktiviteter. Det upplever en förväntan att föräldrar alltid ska prioritera och klara av att organisera tid för stöd, vilket inte alltid är möjligt i praktiken.

Föräldrar tvekar att söka stöd på grund av de starka normer och stigma som finns kring föräldraskap och att söka hjälp. Normerna kring självständighet, tillgänglighet av stöd och logistiska förväntningar skapar en miljö där det kan kännas skamfyllt att erkänna behovet av hjälp. Stigmat som ovannämnt kring okunskap, negativa förväntningar på myndigheter och praktiska hinder förstärker detta, vilket gör att föräldrar ofta väljer att hantera sina problem själva, även när de skulle ha nytta av stöd. För att ändra detta behövs en ökad medvetenhet och förändring av de normer och stigma som omger föräldraskap och att söka hjälp.

Vidare ställde jag frågor kring vilka behov föräldrarna hade samt hur de önskar att stödet erbjöds. Många föräldrar var eniga om olika metoder som inte skulle innebära ett behov av större resurser. Cecilia, Lovisa och Fredrika uttrycker ett behov av stödgrupper och mötesplatser där de kan dela erfarenheter och få stöd utan krav. Andra föräldrar önskade ett mer anonymiserat stöd som fanns tillgängligt på deras egna villkor så som inspelade/digitala föreläsningar alternativt inlogg till kursmaterial som var tillgängligt utifrån deras individuella behov och möjligheter. Kristina reflekterar över hur hon uppskattar föreläsningar som erbjuds, men att livets hektiska gång ofta gör att hon glömmer bort dem. Hon föreslår att fortsätta med dessa föreläsningar och kanske komplettera med en föräldrportal online. Denna portal skulle kunna innehålla olika moduler om relevanta ämnen som gränssättning och föräldraskap. Även Tova berättar att hon uppskattar digitala lösningar för föräldramöten då de är lättillgängliga. Hon föreslår tematiska program som man kan delta i utan långvarigt åtagande, med fokus på olika aspekter av barnuppfostran

beroende på barnets ålder. Sandra önskar att stöd och information erbjuds flera gånger och vid olika tider för att öka tillgängligheten. Hon menar att detta skulle göra det lättare för föräldrar att delta utan att behöva kompromissa med barnens aktiviteter. Hon efterfrågar handfasta och flexibla tips som är lätta att anpassa efter familjens behov.

Fredrika ger förslag på att anpassa det universella stödet utifrån liknande arbetssätt som BVC och menar att:

Vi borde haft med det här från BVC, alltså, jag hade ju ingen sådan information men jag hade världens bästa barnmorska på BVC. Men vi pratade aldrig om såna här saker då innan det blev ens ett problem med barn

Åsa förklarar att man bör kalla in till olika möten och kurser utifrån barnets ålder som någon form av folkbildning för samtliga föräldrar:

Ja, men det var ju inne på liksom att det ska det ska vara ett ja, men nu börjar ditt barn skola. Ja, det blir nästan så här, att det vinklar som en dålig förälder om du inte går (...) Att man hade en röd tråd, att det man gör då som på under graviditet första året att det krokas hand liksom att (...) Vi bara repeterar när du börjar skolan sen att ja, men det här är viktigt med gränssättning. Vi pratar om det där ja, det bygger vi på...

Sammanfattningsvis framkommer ett starkt behov av flexibla och tillgängliga stödformer för föräldrar. Det finns en önskan om kontinuerlig utbildning och stöd som följer barnets utveckling, både genom digitala och fysiska möten. Föräldrarna vill ha praktiska tips och möjligheter att diskutera och ventilerar med andra i liknande situationer. Det är också viktigt att stödtjänster är lättillgängliga, utan att föräldrar behöver anstränga sig för mycket för att hitta och delta i dem.

Föräldrarna i studien identifierar flera hinder till att söka stöd. Som ovan nämnt inkluderar detta brist på kunskap, negativa uppfattningar om socialtjänsten samt logistiska utmaningar. Deras förslag på förbättringar inkluderar tillgänglig information, flexibla och anonymiserade stödformer, tematiska och åldersanpassade program, sociala mötesplatser, bättre

bemötande och tillgänglighet samt tidsmässig flexibilitet och kontinuerligt stöd. För att förbättra föräldrastödet behöver dessa insikter beaktas och integreras i utformningen av framtida stödinsatser.

5. Diskussion och slutsatser

Syftet med denna intervjustudie är att undersöka vilket behov av stöd föräldrar har i sitt föräldraskap, i synnerhet via socialtjänsten. Vidare är syftet också att utforska om det finns några hinder i dagsläget till att söka stöd via socialtjänsten. Det övergripande syftet för studien är att analysera hur synen på socialtjänsten i förhållande till normer och stigma kan påverka huruvida föräldrar söker stöd via socialtjänsten eller inte.

Studiens resultat visar på komplexiteten i föräldraskap och belyser hur föräldrar upplever både stora utmaningar och belöningar. Samtliga deltagare beskriver en skarp kontrast mellan det svåraste och det bästa med föräldraskapet, och deras upplevelser varierar beroende på individuella preferenser och förhållanden. Resultaten visar på tre identifierade huvudsakliga områden avseende föräldrarnas upplevelse av föräldraskapet och dess utmaningar: De stora utmaningarna i föräldraskapet - detta handlar om ansvar och oro för barnets framtid, strategier för att hantera utmaningarna och föräldraskapets förändring genom tiderna. Deltagarna i studien upplever föräldraskapet som en komplex balans mellan stora utmaningar och djup belöning. De olika berättelserna belyser hur samhällsförändringar, sociala normer, och individuella förhållanden formar deras upplevelse av föräldraskap. Det gemensamma för temat är en känsla av stort ansvar och en konstant strävan efter att göra det bästa för sina barn i en alltmer krävande värld.

Vidare har deltagarnas berättelser bidragit till en djupare förståelse för de normer och förväntningar som de upplever att de möter i föräldraskapet. Resultaten visar fyra olika delar som på olika sätt kan sätta press och stress på föräldrarna. Deltagarna nämner sociala mediers påverkan, samhällsnormer och förväntningar, synen på socialtjänsten och stigmat kring det samt genusnormer. Det resultat som studien visar på är graden av påverkan från sociala medier och hur det idag är en källa till normskapande som deltagarna beskriver det. Något som skapar en bild av ett perfekt föräldraskap som kan vara svår att leva upp till. Trots

medvetenhet om denna försköning upplever många en press att försöka nå upp till dessa ideal. Förutom sociala medier påverkas föräldrarna av generella samhällsnormer och förväntningar kopplade till föräldraskap t.ex. socioekonomisk status och/eller könsroller. Normer kring könsroller kan bidra till en ojämn fördelning av ansvar och ytterligare stress för mammorna, som känner att de måste leva upp till dessa förväntningar. Vidare beskrivs som ovannämnt en stigmatiserande bild av kontakt med socialtjänsten då det är en verksamhet som förknippas idag med olika sociala problem med en allvarlig grad. Som tidigare nämnt förknippar deltagarna behov av stöd via socialtjänsten med att man brister själv som förälder eller att det är en indikation på något allvarligt fel. Kontakten med socialtjänsten förknippas med stigmatiserande faktorer så som missbruk, våld och liknande. Detta stigma gör att föräldrar undviker att söka hjälp, även om de kanske skulle behöva det.

5.1 Slutsatser

Sammanfattningsvis visar studien att föräldraskapet i dagens samhälle är starkt påverkat av sociala medier, samhällsnormer och stigma kopplat till att söka hjälp. Föräldrar känner sig ofta otillräckliga och stressade över att leva upp till de ideal som presenteras och förstärks av dessa faktorer. Det finns ett behov av att medvetandegöra och ifrågasätta dessa normer för att minska pressen på föräldrar och skapa en mer realistisk och stödjande miljö för föräldraskap. Föräldrarna beskriver en komplex bild av föräldraskapet kantat av olika utmaningar, särskilt för mödrar. Slutsatserna som kan dras utifrån föräldrarnas upplevelse av hinder samt deras uttryckta behov är att arbetet framåt för att förbättra föräldrastödet och öka deltagandet kommer att kräva en del förändringar som tidigare nämnt. Utifrån föräldrarnas berättelser identifieras ett behov av förändring på flera nivåer för att skapa en tillåtande miljö och tillgängligt stöd för föräldrar via socialtjänsten. Förändringen behöver ske på individ- och strukturell nivå för att kunna möta föräldrarnas upplevelse av utmaningar, hinder och behov av stöd framåt i föräldraskapet. Förslag på förändringar på strukturell nivå är utveckling av informationskampanjer för att öka kunskapen om vilket stöd som finns samt hur det kan nås. Ett aktivt arbete med att minska stigma, för behov av föräldraskapsstöd via socialtjänsten, är vidare av stor vikt. Genom att arbeta för att förändra normer kan man på så vis minska stigma i att söka stöd. I detta arbete behövs ett skapande av

en kultur av öppenhet och stöd. Vidare behövs olika digitala lösningar för att öka tillgängligheten samt ett erbjudande av flexibla tider för att anpassa stödet efter föräldrarnas möjligheter. Andra identifierade förändringsområden är en förbättring av bemötandet via socialtjänsten samt en anpassning av stödformer utifrån ålder för att göra dem mer relevanta och användbara för föräldrar i olika faser av barnets utveckling. Genom att implementera dessa åtgärder kan socialtjänsten bli mer tillgänglig för föräldrar, något som i sin tur kommer att leda till ett ökat deltagande och ett förbättrat stöd för familjer.

Resultatet för denna studie kommer att kommuniceras via mig med hjälp av Krokoms kommun. Kommunen kommer att tillhanda en plattform och mötesplats för att möjliggöra att resultaten för studien når så många som möjligt. Projektledaren för "Stärkt föräldraskap" kommer att boka tider för presentation av studien inför bl.a. socialnämnden och andra parter som kan gynnas av informationen.

5.2 Förslag för fortsatt forskning

Det finns få studier som undersöker föräldrars upplevelse av föräldraskapet och dess utmaningar samt deras upplevelser och behov av universellt föräldraskapsstöd. Däremot finns det en del studier kring effektiviteten av föräldraskapsstöd samt en del om kostnadseffektiviteten av ett förebyggande arbete i form av föräldraskapsstöd. Liknande forskning som den som gjorts i denna studie skulle behövas för att skapa större och bättre möjligheter för att på sikt uppnå normförändring kring synen på stöd i föräldraskapet via socialtjänsten och på så vis uppnå större deltagande av det stöd som erbjuds via det universella stödet.

Referenser

Baier, M., & Svensson, M. (2018). *Om normer*. Studentlitteratur.

Berry, V., Melendez-Torres, G. J., Axford, N., Axberg, U., de Castro, B. O., Gardner, F., Gaspar, M. F., Handegård, B. H., Hutchings, J., Menting, A., McGilloway, S., Scott, S., & Leijten, P. (2023). Does Social and Economic Disadvantage Predict Lower Engagement with Parenting Interventions? An Integrative Analysis Using Individual Participant Data. *Prevention Science: Official Journal of the Society for Prevention Research*, 24(8), 1447–1458. <https://doi-org.proxybib.miun.se/10.1007/s11121-022-01404-1>

Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative research in psychology*, 3, 77-101. doi.org/10.1191/1478088706qp063oa

Dempster, R., Davis, D. W., & Jones, V. F. (2015). The role of stigma in parental help-seeking for perceived child behavior problems in urban, low-income African American parents. *Journal of Clinical Psychology in Medical Settings*, 22(4), 265-278. <https://doi.org/10.1007/s10880-015-9433-8>

Fall, C., & Tegnér, A. (2017). *Socialtjänsten är ett stort lotteri, ibland blir det rätt*. Hämtad 2024-04-15 från <https://lup.lub.lu.se/luur/download?func=downloadFile&recordOid=8933076&fileOid=8933078>

Gill, P., Stewart, K., Treasure, E., & Chadwick, B. (2008). Methods of data collection in qualitative research: Interviews and focus groups. *British Dental Journal*, 204(6), 291-295. <https://doi.org/10.1038/bdj.2008.192>

Goffman, E. (2011). *Stigma, den avvikandes roll och identitet*. Studentlitteratur.

Hertz, M. (2022). *Kritiskt socialt arbete*. Liber.

Johansson, H., & Bäck-Wiklund, M. (2012). *Att fostra familjen: En grundbok om styrning, föräldraskap och socialtjänst*. Liber.

Keller, J., & McDade, K. (2000). Attitudes of low-income parents toward seeking help with parenting: Implications for practice. *Child Welfare*, 79(3), 285-312.

<https://proxybib.miun.se/login?url=https://www.proquest.com/scholarly-journals/attitudes-low-income-parents-toward-seeking-help/docview/213805015/se-2>

Lanier, P., Frey, J., Smith, Q., & Lambert, M. (2017). Measuring Stigma for Seeking Parenting Help Among Head Start Fathers. *Journal of the Society for Social Work and Research*, 8(2), 189–210. <https://www.jstor.org/stable/26547183>

Lapidoth, S., & Engdahl, A. (2009). *Föräldraskap, ett socialt problem?* Hämtad 2024-04-17 från https://gupea.ub.gu.se/bitstream/handle/2077/20921/gupea_2077_20921_1.pdf?sequence=1

Malterud, K. (2001). Qualitative research: standards, challenges and guidelines. *The Lancet*, 358(9280), 483-488. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(01\)05627-6](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(01)05627-6)

Martinsson, L., & Reimers, E. (2020). *Skola I normer*. Gleerups.

Myndigheten för familjerätt och föräldrastöd (2020). Kunskapsmaterial för yrkesverksamma - Att arbeta med barnkonventionen. Hämtad 2024-05-01 från https://www.mfof.se/download/18.d878336172a235b6c4407/1591864582638/Kunskapsmatr1_Barnkonventionen.pdf

Myndigheten för familjerätt och föräldrastöd (2023). Stöd till alla föräldrar. Hämtad 2024-05-01 från <https://mfof.se/foraldraskapsstod/malgrupper-for-foraldraskapsstod/stod-till-alla-foraldrar.html>

Myndigheten för familjerätt och föräldrastöd (2018). En nationell strategi för ett stärkt föräldraskapsstöd. Hämtad 2024-04-20 från [https://www.mfof.se/download/18.1af131d916e45020f6b3a437/1574348799172/En%20nationell%20strategi%20f%C3%B6r%20ett%20st%C3%A4rkt%20f%C3%B6r%C3%A4ldraskapsst%C3%B6d%20WEBB%20\(1\).pdf](https://www.mfof.se/download/18.1af131d916e45020f6b3a437/1574348799172/En%20nationell%20strategi%20f%C3%B6r%20ett%20st%C3%A4rkt%20f%C3%B6r%C3%A4ldraskapsst%C3%B6d%20WEBB%20(1).pdf)

Ranstorp, M., & Ahlerup, L. (2023). LVU-kampanjen. Hämtad 2024-05-01 från <https://www.fhs.se/download/18.32d29dd2187bd01d5e455265/1682576119173/LVU-kampanjen.pdf>

Rostad, W. L., Moreland, A. D., Valle, L. A., & Chaffin, M. J. (2018/04//). Barriers to Participation in Parenting Programs: The Relationship between Parenting Stress, Perceived Barriers, and Program Completion. *Journal of Child and Family Studies*, 27(4), 1264-1274. <https://doi.org/10.1007/s10826-017-0963-6>

Svartberg, S. (2020). *En osäker allians*. Hämtad 2024-04-29 från <https://esh.diva-portal.org/smash/get/diva2:1459344/FULLTEXT01.pdf>

Stattin, H., & Enebrink, P. (2020). *Föräldraskapsstöd på universell nivå*. Hämtad 2024-05-01 från <https://uu.diva-portal.org/smash/get/diva2:1518112/FULLTEXT01.pdf>

Stutterheim, S. E., & Ratcliffe, S. E. (2021/02//). Understanding and addressing stigma through qualitative research: Four reasons why we need qualitative studies. *Stigma and Health*, 6(1), 8-19. <https://doi.org/10.1037/sah0000283>

Ulfsdotter, M., Lindberg, L., & Månsdotter, A. (2015). A Cost-Effectiveness Analysis of the Swedish Universal Parenting Program All Children in Focus. *PLoS ONE*, 10(12), e0145201. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0145201>

Valentine, K., Smyth, C., & Newland, J. (2019). 'Good enough' parenting: Negotiating standards and stigma. *International Journal of Drug Policy*, 68, 117-123. <https://doi.org/10.1016/j.drugpo.2018.07.009>.

World Medical Association. (2013). Declaration of Helsinki - Ethical Principles for Medical Research Involving Human Subjects. Hämtad 2024-05-20 från <http://www.wma.net/en/30publications/10policies/b3/index.html>

Bilaga

Intervjuguide

1. Hur upplever du att det är att vara förälder?
2. Dagens samhälle kan ställa en del förväntningar och normer på föräldraskap, är det något du har stött på sen du själv blev förälder? I såfall vilka?
3. Vad tycker du är svårast/jobbigast med att vara förälder?
4. Hur har du hanterat detta?
5. Vilket slags stöd i ditt föräldraskap hade du önskat då i sådana situationer? Professionellt/privat?
6. Vad tänker du på när jag säger socialtjänsten?
7. Har du upplevt att det finns utmaningar eller hinder till att söka professionellt föräldraskapsstöd?
8. Upplever du att det finns ett stigma i att söka stöd i föräldraskapet?
9. Krokoms kommun satsar på att göra föräldraskapsstöd tillgängligt för alla föräldrar. Har du några önskemål för hur stödet skall erbjudas på bästa sätt för att nå dig?