



LUNDS
UNIVERSITET

Institutionen för psykologi
Psykoterapeutprogrammet

Prata med oss!

Tonåringars syn på och funderingar kring familjeliv, föräldraskap och tonårstid

Eva Sjökvist

Psykoterapeutexamensuppsats 2015

Handledare: Sara Hultqvist och Ann-Sofie Bergman
Examinator: Gisela Priebe

Sammanfattning

Den här studien avsåg att lyssna till tonåringars funderingar kring familjeliv, föräldraskap och tonårstid. Mycket finns skrivet om tonåringar från vuxnas perspektiv, den här studien vill lyfta fram ungdomars egna röster med utgångspunkten att vi kan lära mycket av dem, om vi bara frågar och att det är kunskap som både föräldrar, familjebehandlare och alla andra vuxna kan ha nytta av.

En kvalitativ metod har använts och semistrukturerade intervjuer har genomförts med sex ungdomar i åldern sexton till nitton år. Materialet har sedan analyserats utifrån tematisk analys.

Studien visar att ungdomar tycker att föräldrar och familjen är mycket viktiga för dem. De kan se att den trygghet en familj med välfungerande relationer ger, kan bidra till den trygghet och frihet och kunskap om världen och livet som de efterfrågar. Föräldrarnas betydelse betonas tydligt; föräldrar ska alltid finnas där, vad som än händer.

Att bilda egen familj är något samtliga vill och ser fram emot och då är det en kärnfamilj som beskrivs vara det man önskar. Tonårstiden upplevs som en tuff tid och det finns funderingar kring om föräldrar och vuxna verkligen förstår det, vilket upplevs som viktigt att de gör. Genomgående i studien och varit ungdomarnas önskan att bli pratade med och lyssnade på. De vill också bli tagna på allvar och respekterade för den unika person de är.

Nyckelord: tonåring, tonårstid, familj, föräldrar, föräldraskap

Abstract

This study aimed to listen to the teenagers' thoughts on family life, parenting and adolescence. Much has been written about teenagers from adults' perspective, this study wants to highlight young people's own voices on the basis that we can learn a lot from them, if we only ask and it is knowledge that parents, family therapists and all other adults can benefit from. A qualitative approach was used, and semi-structured interviews were conducted with six young people aged sixteen to nineteen years. The material is then analyzed based on thematic analysis. The study shows that adolescents think that parents and family are very important to them. They can see the security a family of well-functioning relationships provide, can contribute to the security and freedom and knowledge about the world and life as they demand. The parents' role is emphasized clearly; parents will always be there, no matter what happens. To form their own family is something that everyone wants to and are looking

forward to and then it is a nuclear family described to be what they want. The teenage years are perceived as a tough time and there are speculations around if parents and adults really understand it, which is perceived as important that they do. Throughout the study has been the young peoples desire to be talked to and listened to. They also want to be taken seriously and respected for the unique person they are.

Keywords: adolescent, adolescence, family, parents, parenting

Tack!

Tack till er ungdomar som lät er intervjuas av mig.

Tack för ert engagemang, er seriositet och alla era kloka ord och funderingar.

Jag önskar er allt gott på er resa in i vuxenvärlden och jag hoppas att ni fortsätter att låta era röster blir hörda!

Tack också till mina egna älskade ungdomar, som lär mig så mycket om livet och mig själv, varje dag!

Innehållsförteckning

Introduktion	5
Inledning	5
Familjen	6
Tonåren	7
Teori	7
Anknytningsteorin	7
Känsla av sammanhang	9
Tidigare forskning	9
Syfte och frågeställningar	10
Metod	10
Kvalitativ metod	10
Urval och deltagare	11
Urval	11
Informanterna	11
Bortfall	12
Intervju	12
Instrument	12
Genomförande av intervju	12
Förförståelse	12
Etiska överväganden	12
Resultat	14
Famijjeliv	14
Familjen och dess betydelse	14
Egen familj	15
Föräldrarnas relation	16
Skilsmässa/Separation	17
Föräldraskap	18
Tankar kring föräldrars betydelse	18
Prata med oss!	19
Föräldrar ska alltid finnas där	20
Tonårstid	21
Diskussion	22
Metoddiskussion	26
Avslutande reflektioner	26
Framtida forskning	27
Referenser	28
Intervjuguide	30

Introduktion

Inledning

Alla har vi varit där, i tonårstiden, med allt vad det innebar av växande, starka känslor och förändringar. För vissa av oss kanske det känns avlägset, för andra inte. För många av oss väcker den tiden säkert många minnen, både glada och jobbiga. Tiderna förändras och det gör också vi. Hur det är att vara tonåring idag och hur familjelivet med och för tonåringar fungerar nu, ser förmodligen delvis annorlunda ut jämfört med tidigare.

Jag är nyfiken på hur ungdomar funderar och reflekterar kring detta med familjelivet, föräldraskap och hur det är att vara tonåring idag. Många vuxna har skrivit böcker om hur föräldrar ska förstå sig på tonåringar, t.ex. *Konsten att överleva en tonåring*, *Älskade förbannade tonåring*, *Hjälp vi har fått en tonåring!* m.fl. De har säkert sin plats i litteraturen men jag saknar ungdomars egna röster, deras funderingar och erfarenheter. Min utgångspunkt är att vi kan lära mycket av dem om vi bara frågar vad de tänker och tycker.

Mitt intresse för detta grundar sig i att jag möter många ungdomar och föräldrar i mitt dagliga arbete som familjebehandlare i kommunal öppenvård samt i arbetet som gruppleddare i föräldrastödprogrammet Connect. Föräldrar och tonåringar har det inte alltid lätt med varandra. Att få en större förståelse för hur ungdomar uppfattar sin verklighet kanske kan vara till hjälp, både för föräldrar, för oss familjebehandlare och alla andra vuxna.

Tonårstiden kan vara en tid fylld av starka känslor och många utmaningar, för både tonåringar och föräldrar. Detta är också något som det skrivits mycket om, från olika perspektiv. Denna studie syftar inte till att fokusera på det som är problematiskt med att leva med eller vara tonåring. Med denna studie vill jag lyssna på tonåringars egna tankar och funderingar.

Min egen erfarenhet från många familjesamtal är den att ungdomar efterfrågar mer tid och umgänge med föräldrar och familj men att föräldrar kan ha svårt att ta till sig det. Familjelivet är inte alltid lätt att få ihop. Det kan säkerligen bero på många olika faktorer. Föräldraskap är också något som kanske är mer aktuellt än någonsin förr, med tanke på det allt större utbud av olika föräldrautbildningar som nu erbjuds.

Betydelsen av att ha sina föräldrar som den primära stödpersonen för barn och ungdomar lyfts fram i FN:s barnkonvention. Enligt samma konvention ska ett barns/ungdoms åsikt höras i allt som berör honom eller henne (Barnkonventionen, 2013).

Familjen utgör den primära miljön där barn och ungdomar kan utvecklas (UNICEF, 2007). I Socialstyrelsens grundbok i BBIC från 2013 framhålls barns och ungas rättigheter utifrån Barnkonventionen:

Barn betraktas inte längre som passiva objekt för vuxnas uppfostran och omsorger utan också som självständiga och handlande individer med tidig förmåga att agera med sin omvärld. Samtidigt slås det i barnkonventionen fast att barn på grund av sin sårbarhet behöver vård och skydd. Även barns behov av och rätt till båda sina föräldrar och föräldrarnas ansvar går som en röd tråd genom barnkonventionen. Barn ska emellertid inte ses som ett bihang till sina föräldrar utan som unika individer med egna behov. (s. 22).

I dagens Sverige är föräldrar inte alltid självklara auktoriteter. På bara några decennier har det skett stora förändringar i det som förut var föräldrars självklara plikt att utöva sin auktoritet. Föräldrar kan vara oroliga för att framstå som auktoritära och därmed lämna ungdomars beteenden för stort spelrum (Wrangsjö, 2007, s. 22).

Det tycks som att intresset för att höra ungdomars åsikter och tankar nu nämns oftare och det betonas också som tidigare nämnts av både FN och Socialstyrelsen. Förhoppningen är att denna studie är en del av en ökad forskning av och ett intresse för ökad kunskap kring familjelivet, ur ungdomens perspektiv.

Familjen. Familjen är ett politiskt, kulturellt och socialt fenomen och det pågår hela tiden en symbolisk kamp om hur man ska definiera familjen (Johansson, 2009). Han menar att familjen ofta har betraktats som en garant för viss ordning och stabilitet men den har också förknippats med sociala problem och konflikter. Under 1900-talet har människors levnadsförhållanden förändrats oerhört snabbt, särskilt i västvärlden. Dessa snabba förändringar ställer allt högre krav på föräldrar och barn att flexibelt kunna bemästra sin omgivning (Cederblad, 2003)

Under de senaste decennierna har familjemönstren i Sverige förändrats dramatiskt, bl.a. med skilsmässor, styvfamiljer och regnbågsfamiljer som allt vanligare begrepp. Trots det lever fortfarande knappt två tredjedelar av barnen i Sverige i en traditionell kärnfamilj (Bäck-Wiklund, 2012). Den vanligaste samlevnadsformen är kärnfamiljen men i en tid när familjer upplöses och nybildas, levnadsmönster och könsroller förändras skriver Bäck-Wiklund (2012) om begreppet nätverksfamilj som något som beskriver de familjebildningar där upplösta familjer bildar nya familjekonstellationer, där barnen blir de gemensamma nämnarna.

Av ungdomar i gymnasieåldern bor ca 55 % tillsammans med båda sina föräldrar och 70 % har också hemmaboende syskon (Heggeman, 2015).

Tonåren. Tonåring är man från tretton till nitton år. Väldigt mycket hinner hända från det att trettonåringen stiger in i tonåren till dess att nittonåringen lämnar den. De neurobiologiska, sociala och kognitiva förändringarna går mycket snabbt under denna utvecklingsperiod. Denna tid är en period av ökad känslighet för omgivningens påverkan och tonåringen ska utforska vilka de själva är som individer, i ett allt mer komplext samhälle (Moretti & Braber, 2009).

Utvecklingen går också mot att bli en allt mer självständig individ och att i takt med ökad ålder och mognad, ta allt större ansvar för sina handlingar och beslut. Det gäller även i relationen till föräldrarna.

I den västerländska familjen börjar förhandlingar mellan barn och föräldrar tidigt. Barn får både själva besluta om och förhandla om vardagliga saker som till exempel vilka böcker som ska högläsas, vilka kläder som ska användas eller vilken mat som ska serveras. Det nya i tonåren är att förhandlingarna sker på allt mer jämlika villkor. Här ställs parternas förmåga att kommunicera på ett bekräftande sätt på svåra prov, liksom förmågan att reparera relationerna när dessa brutit samman i ett gräl. Tonåringen är beroende av att kunna påverka hur relationen mellan dem och vuxna definieras och finner sig inte i att behandlas som barn av vilka man kräver lydnad utan diskussion och förhandling” (Wrangsjö, 2009, s 99-100).

Teori

De teorier som ligger till grund för denna studie är anknytningsteorin och känsla av sammanhang, Kasam.

Anknytningsteorin. ”Anknytningsteorin syftar till att förklara den process vars resultat är ett psykologiskt band mellan barnet och dess närmaste vårdgivare.” (Broberg & Granqvist & Ivarsson & Risholm Mothander, 2006 s.13).

John Bowlby är den som har utvecklat anknytningsteorin. Teorin har sin grund i psykoanalys, etologi, systemteori och kognitiv teori. Den tidiga barndomen är av stor betydelse för den framtida utvecklingen enligt Bowlby. Under barnets första år utvecklas ett beteendesystem hos barnet i dess sökande efter närhet och trygghet. Detta kallade Bowlby för anknytning. Anknytningsbeteende innebär barnets sökande efter föräldrar/anknytningspersoner, de som ger dem trygghet. När barnet blir t.ex. ledsen eller rädd, söker de närhet till

föräldern/anknytningspersonen. Detta är i grunden avgörande för barnets fysiska och psykiska överlevnad (Broberg et al, 2006).

Broberg et al (2006) skriver vidare att denna anknytning leder till mentala representationer, inre arbetsmodeller, hos barnet gällande sig själv och dess närmaste vårdgivare. Detta blir en viktig del i barnets personlighetsutveckling då det präntas in i det lilla barnets hjärna. Det blir en modell över relaterande. Anknytningen kallas trygg om barnet får den närhet och trygghet som den vid behov söker. Om närhetssökandet inte leder till ökad känsla av närhet och trygghet kallas anknytningen otrygg.

Två begrepp som är centrala i anknytningsteorin är trygg bas och säker hamn. Anknytningspersonen ska fungera som en trygg bas varifrån barnet kan utforska världen. Utforskandet är mycket viktigt, att lära känna sin omvärld och olika människor. Säker hamn, dit återvänder barnet när behov av närhet och kanske tröst uppstår. Barnet fyller på trygghet och kan därefter återgå till att utforska sin omgivning (Broberg et al, 2006).

I småbarnsåren är anknytningsbeteendet särskilt tydligt men det är inte bara då som det är av betydelse eller påverkar oss utan det pågår genom hela livet.

Även tonåringar behöver fortsättningsvis ”en trygg hamn”, att kunna vända sig till en förälder för att få känslomässigt stöd när det behövs, eller att bara veta att de finns där om de behövs. De behöver också en säker bas – ett stöd i att upptäcka världen. Tonåringen behöver också förtroende och entusiasm för sin växande kompetens. Det behövs också klara gränser vilka ska garantera säkerheten vid tonåringens utforskande (Moretti & Braber 2009).

Moretti skriver vidare:

När våra barn går in i puberteten kan det vara svårt att se att deras anknytning till oss fortfarande är oumbärlig. De stöter bort oss eller avfärdar oss – de kan tycka att vi är mycket olik dem själva och ”ute”. Ändå fortsätter de att behöva vårt stöd, särskilt när de är olyckliga eller när de möter nya utmaningar i världen. Det är svårt att se det och det är svårt att veta hur man ska reagera. (s 30).

Tonåringar har, till skillnad från yngre barn, tillgång till mer avancerade kognitiva funktioner. Det innebär att de med större medvetenhet kan välja när de ska vända sig till sina föräldrar och när de väljer att låta bli. De kan, utifrån sina tidigare erfarenheter av anknytningsrelationer, generalisera dem och göra övergripande slutsatser. Därmed kan tonåringar, i en anknytningssituation, välja var de tror sig få bäst stöd, hos föräldrarna eller hos någon annan (Broberg et al, 2006). De skriver vidare:

med tilltagande mognad handlar förälders tillgänglighet allt mer om att finnas där också psykologiskt. Det är tidigare erfarenhet av att föräldern lå undan det hon/han hade för händer, tittade barnet i ögonen och verkligen lyssnade på vad barnet hade att säga när det till sist vågade berätta att det blev mobbat i skolan, hade snattat i butiken, blivit sviken av bästa kompis, som gör att barnet vågar berätta också nästa gång det hänt något hemskt. För att detta ska bli möjligt krävs det dock att föräldrar har tillräckligt med tid också för sina lite äldre barn, så att det skapas öar av lugn samvaro i vilka barn och föräldrar kan berätta viktiga saker för varandra. I upplevelsen av psykisk tillgänglighet ligger också en känsla av att vara förstörd och oförbehållet accepterad av den andre. Det handlar om att vara accepterad som den person man är utan att för den skull allt man gör är acceptabelt. (s. 235-236).

Känsla av sammanhang. Begreppet salutogenes har myntats av Aaron Antonovsky, professor i medicinsk sociologi. Med salutogenes menas att man lägger tonvikt på hälsobringande faktorer. I den salutogena modellen är det centrala begreppet känsla av sammanhang, KASAM. Känslan av att se sig själv i ett sammanhang, att förstå och uppleva meningsfullhet. KASAM innehåller tre begrepp; begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet och dessa står i relation till varandra och bidrar till människans möjlighet att utveckla god hälsa (Antonovsky, 1991; Hansson & Cederblad, 1995). Hansson och Cederblad (1995) beskriver att i ett samhälle som blir allt mer föränderligt, svårförståeligt och svårhanterbart blir en känsla av sammanhang något mycket viktigt för att den enskilda människan ska kunna behålla en acceptabel hälsa.

Tidigare forskning

Studier som utgår från samma perspektiv som det jag har valt, har jag inte hittat. Dock finns det studier kring ungdomar ur många andra vinklar. Det finns gott om forskning som rör ungdomar, men då mer utifrån ungdomar/tonåringar som fenomen eller objekt snarare än uppgiftslämnare kring sig själva och sina upplevelser. Jag har sökt studier där ungdomar själva har tillfrågats. Några sådana studier, som tangerar mitt ämne, har jag valt att titta närmare på. Det är bl.a. avhandlingen "Adolescents' perspectives – on mental health, being at risk and promoting initiatives" (Tinnfält, 2008). Den består av fyra delstudier, där man i tre av dem intervjuat ungdomar kring deras syn på psykisk ohälsa och i den fjärde studien har myndighetspersoner och politiker intervjuats. Där framkommer att den viktigaste faktorn för ungdomars psykiska hälsa är relationen mellan ungdomar och vuxna, framförallt föräldrar.

Där framkommer också att det är viktigt att inkludera ungdomars förslag avseende sådant som gäller dem och deras hemsituation.

I Linderborgs studie (2013) ”Det viktigaste i en familj är kärlek och att vara snälla mot varandra”, konstateras att svenska tonåringar upplever att relationen till föräldrarna är viktig och påverkar deras hälsa. Den studien frågar sig vad en bra familj är och både barn, ungdomar och föräldrar har deltagit. Studien är en del i ett större forskningsprojekt genom Statens Folkhälsoinstitut som syftar till att arbeta fram väl fungerande föräldrastöd. Lindeberg konstaterar att tonåringar har mycket intressant att säga i ämnet och att det är viktigt att de får komma till tals och att detta också är något som efterfrågas allt mer.

Studien ”Ungdomars egna upplevelser av relationen till sina föräldrar” (Isaksson 2012) belyser hur ungdomar upplever betydelsen av sina föräldrars engagemang för deras välbefinnande. Slutsatsen där blir att ungdomar vill tillbringa mer tid med sina föräldrar och vill kunna samtala med dem.

Barnens rätt i samhället [BRIS] gav 2013 ut rapporten ”Lyssna på oss”. Det är en sammanställning av barns upplevelse av skilsmässa och föräldrars konflikter. Där framkommer bl.a. att vad som är gemensamt för de barn som hör av sig till BRIS är en känsla av att inte få sin röst hörd, att inte få vara delaktig och inte bli lyssnad på. Den behandlar också frågor som svåra känslor vid separationer, hur föräldrars konflikter uppfattas samt råd till föräldrar. Myndigheten för ungdoms och civilsamhällsfrågor publicerade 2015 en rapport; ”När livet känns fel” – ungas upplevelse kring psykisk ohälsa. Här framkommer bl.a. att ungdomars upplevda psykiska ohälsa kan vara komplex att definiera och hittills inte tagits på så stort allvar. Här presenteras också många förslag på vad samhället ska eller borde göra för att främja ungdomars psykiska hälsa.

Syfte och frågeställningar

Denna studie avser att belysa tonåringars syn på och funderingar kring föräldraskap, familjeliv och tonårstid. Vilken betydelse har föräldrar och familj? Hur tänker tonåringar att en bra tonårsförälder ska vara? Hur beskriver de hur det är att vara tonåring idag?

Metod

Kvalitativ metod

Jag valde en kvalitativ forskningsmetod då detta är en studie kring ungdomars subjektiva upplevelser och tankar. Jag har använt mig av semistrukturerade intervjuer för att jag skulle få

möjlighet att ställa följdfrågor utifrån varje enskild berättelse och för att ungdomarna skulle få möjlighet att prata och reflektera fritt kring frågorna (Langemar, 2008).

Urval och deltagare

Urval. För att få informanter till studien tillfrågade jag mina kollegor om de kunde fråga ungdomar de hade kontakt med om deltagande i denna studie. Kriteriet för deltagande var att ungdomen var i senare delen av tonåren, mellan sexton och nitton år och att de hade ett intresse av att dela med sig av sina tankar och funderingar kring familjeliv, föräldraskap och tonårstid. Kollegorna fick inga ytterligare instruktioner gällande urvalet. Åldersintervallet valdes utifrån önskemål om deras reflektioner kring tonårstid. Därför önskade jag deltagare som var i slutet av denna tid snarare än i början. Jag valde att vända mig till ungdomar som har kontakt med familjebehandlare då det innebär att livet på något sätt varit lite extra tufft för dem. Det kan i sin tur innebära att de har haft anledning att tänka och fundera kring det som är mina frågeställningar, i större utsträckning än ungdomar som inte har haft det på samma sätt.

Ytterligare anledning var att frågor som rör det personliga livet kunde röra upp jobbiga känslor, trots att det inte varit min avsikt. Vetskapen att ungdomarna hade eller hade haft en kontakt med en behandlare, innebar att de hade någon professionell person att vända sig till efter intervjun, eller visste vem de kunde vända sig till, om ett sådant behov hade uppstått. Efter att kollegan fått ett ja om deltagande från ungdomen ringde jag upp denne och förklarade mer ingående vad intervjun syftade till och hur den skulle gå till och jag betonade att det var helt frivilligt att vara med. Samtliga tackade då återigen ja till deltagande.

Informanterna. Jag har intervjuat sex ungdomar, fyra tjejer och två killar. Vid intervjutillfället var de mellan sexton och nitton år gamla. Alla gick i skolan, en i högstadiet och övriga på gymnasiet. Samtliga hade eller hade haft en kontakt med socialtjänstens ungdomsgrupp. Det har varit familjebehandling i samtliga fall utom ett där ungdomen enbart har haft individuell kontakt. Samtliga ungdomar bodde endast med en av sina biologiska föräldrar, fem p.g.a. skilsmässa och en p.g.a. avliden förälder. Fem av ungdomarna hade både biologiska syskon och halvsyskon eller bonussyskon, en var ensam barn. Två av ungdomarna tycks ha haft en uppväxt som varit svår, en med våld i familjen och en med missbruk och psykisk sjukdom hos föräldrarna. De övriga fyra tycks inte ha haft den typen av svårigheter utan har haft kontakt med familjebehandlare utifrån relationsbekymmer inom familjen.

Bortfall. Samtliga sex tillfrågade ungdomar tackade ja. Någon bortfallsanalys har därför inte gjorts.

Intervju

Instrument. Intervjuformuläret består av 20 frågor och därutöver ställdes följdfrågor (bilaga 1). Då jag hade en tanke att ungdomar ibland kan vara en aning fåordiga valde jag att ha relativt många frågor i intervjuguiden, för att inte riskera att mina frågor skulle ta slut och därmed riskera ett begränsat material.

Intervjuformuläret utformades utifrån min önskan att få ungdomars tankar och reflektioner. Avsikten har inte varit att ungdomar skulle berätta detaljer om sina egna föräldrar eller känna sig tvungna att berätta om sådant som kan vara känsligt eller privat. Intervjuformuläret har utformats utifrån en önskan att hitta en balans mellan generellt och personligt, med fokus på min nyfikenhet kring deras tankar snarare än behovet av detaljkunskap om deras liv.

Genomförande av intervju. Vid intervjuens början berättade jag återigen om hur intervjun skulle gå till, studiens syfte och försäkran om konfidentialitet och möjligheten att när som helst avbryta deltagandet i studien (Langemar, 2008). Alla intervjuer är inspelade, för att garantera att jag uppfattar allt som sägs och att återgivning av citat ska kunna bli korrekt. För att öka läsbarheten har dock citaten, vid behov, försiktigt redigerats rent språkligt. Samtliga intervjuer skedde i samtalsrum på min arbetsplats. Jag erbjöd samtliga möjligheten att träffas någon annan stans om de så önskade men ingen önskade någon annan plats för intervjun. Samtliga intervjuer pågick i 50-65 minuter.

Förförståelse

När det gäller min förförståelse kommer jag från ett familjeterapeutiskt kontext och i mitt dagliga arbete träffar jag både tonåringar och föräldrar där deras relationer med varandra, med andra och / eller andra svårigheter gör livet lite mer besvärligt att leva. Ämnesvalet för denna studie grundar sig i mitt mångåriga arbete inom detta område och den betydelse välfungerande relationer mellan tonåringar och deras föräldrar har för att livet ska bli lättare att leva. Jag får ofta uppfattningen att föräldrar inte tror sig vara så viktiga för sina tonåringar och det är en aspekt som är viktig att ta hänsyn till i familjearbete.

Etiska överväganden

Det är viktigt att medgivande om deltagande i studie ges efter att personen fått god information om vad deltagande innebär och att ungdomen inte på något sätt känner sig

tvingad eller hotad att vara med. Att ha en stor respekt för medgivandets betydelse, för att därmed undvika att någon tar skada av ett deltagande, är en viktig etisk aspekt i forskning. (Alderson 2011).

Samtliga ungdomar i denna tillfrågades personligen om deltagande, av behandlare som de har eller nyligen haft kontakt med. När jag tillfrågade kollegorna om hjälp var jag noga med att de skulle vara tydliga mot ungdomen att deltagande i studien var helt frivilligt. Detta var även jag noga med att poängtera, både vid vårt telefonsamtal och sedan i inledningen av intervjun. Då beskrev jag också min tystnadsplikt, att ljudfilen kommer att förstöras och att hon som individ inte kommer att bli möjligt att identifiera när resultatet presenteras. De blev också informerade om att materialet endast kommer att användas i denna studie. Med tanke på den något sneda könsfördelningen valde jag att benämna alla som ”hon” i texten, för att minska risken för identifiering.

Ett grundläggande skydd för individen i studier konkretiseras i fyra allmänna huvudkrav på forskning (Vetenskapsrådet 1999). Dessa är informationskravet, samtyckeskravet, konfidentialitetskravet och nyttjandekravet. Denna studie har tagit hänsyn till dessa krav.

Vid varje intervju var jag noga med att det skulle vara just en intervju och att det inte skulle riskera övergå till en behandlings situation. Ungdomarna var frispråkiga och som behandlare kunde jag vid upprepade tillfällen känna att det lätt hade kunnat bli följdfrågor utifrån ett behandlarfokus. Jag behövde hela tiden vara medveten om att min roll var intervjuarens och mitt ansvar att detta skulle förbli en intervju och inget annat (Langemar, 2008). Samtidigt som jag naturligtvis ville att intervjun skulle präglas av min respektfulla nyfikenhet på ungdomarnas berättande snarare än en intervju präglad av ett mer tekniskt frågande och svarande. Detta innebar att jag ibland kan ha varit väl försiktig med vilka följdfrågor jag valde att ställa.

Samtliga ungdomar har på olika sätt uttryckt att de blev glada över att ha blivit tillfrågade om deltagande i studien och de har tackat för att de har fått vara med.

Studiens giltighet

Det verkar inte finnas många studier med detta tema, vilket kan sägas motivera denna studie, även om den är liten i sin omfattning. Denna undersöknings resultat kan inte direkt föras över till den generella gruppen ungdomar. Jag gör dock bedömningen att ungdomarna som deltagit i studien är representativa för ungdomar som familjebehandlare kan möta.

En ”thick” berättelse, rika, täta och noggranna beskrivningar, är ett mått på trovärdighet (Kvale & Brinkman, 2009). Ungdomarna i denna studie har gett många beskrivningar av sina tankar och erfarenheter, vilket har inneburit en bredd och fördjupning i förståelsen av dem och hur de funderar.

Analysmetod

Jag har valt att använda Tematiska analyser i arbetet med att analysera intervjumaterialet, vilket innebar att jag har strukturerat data utifrån teman (Langemar, 2008). Samtliga intervjuer har transkriberats ordagrant och det skedde i nära anslutning till varje avslutad intervju. Därefter påbörjades analysarbetet och det har skett i flera steg. Det inleddes med att jag läste samtliga intervjuer upprepade gånger. Slutsatsen blev att det framstod som rimligt att sortera materialet under tre teman, vilka sammanföll med de övergripande områden som studien önskar belysa; Familjeliv, Föräldraskap och Tonårstid. Där efter upprepades proceduren med genomläsningar av materialet, nu utifrån dessa fastställda teman och ett antal underteman togs fram.

Resultat

Här kommer resultatet att redovisas, under rubriker utifrån de teman som framkom i analysen. Dessa teman och underteman är; Familjeliv- ”Familjen och dess betydelse”, ”Egen familj”, ”Föräldrarnas relation”. Föräldraskap – ”Tankar kring föräldrars betydelse”, ”Prata med oss!” och ”Föräldrar ska alltid finnas där”. Tonårstid, här valdes inget undertema.

Familjeliv

Familjen och dess betydelse. Ungdomarna beskriver att en familj består av i första hand mamma, pappa, barn och eventuellt husdjur. Någon vidgar begreppet till att också innehålla kusiner, släktingar och pojk/flickvän. En av ungdomarna har en annan definition av familj, vilken innebär en kompiskrets som man tycker mycket om och tillbringar mycket tid med. Ungdomarna har många tankar kring hur de tycker att en familj ska vara; man ska stå varandra nära, vara ”tajta”, man ska vara artiga mot varandra, stötta och visa att man bryr sig om varandra. Samtliga är mycket tydliga med att man i en familj ska prata mycket med varandra och att det ska vara ett så öppet och tryggt klimat att man kan prata om allting. Familjen ska också fostra och socialisera.

”Familjen är viktig på alla sätt. Man behöver den tryggheten och supporten. Det är dom som ska finnas där och stå bakom och pusha. Familjen ska lära en vad som är rätt och fel, normer och värderingar”

En bra familj beskrivs också som några som är medvetna om att de är olika men som ändå kan jobba för det som är bäst för alla i familjen, vilket då innebär att förälder eller barnet/ungdomen måste avstå något som den själv vill, till förmån för familjen. I en bra familj har man respekt för vad de andra tänker och tycker. Någon beskrev också att bara för att man är vuxen har man inte automatiskt rätt att säga och göra som man vill.

Ungdomarna har olika erfarenhet av att tillbringa tid tillsammans med familj och föräldrar men alla betonar, på olika sätt, att det är viktigt att vara tillsammans och att göra saker tillsammans. Det gör att man känner att man hör ihop, att man får familjekänslan och att detta är viktigt inte bara när man är barn utan även nu som äldre tonåring. Några uttrycker en längtan efter att få göra sådant som semesterresor eller åka till Liseberg. Flera säger att göra saker kan vara att gå en promenad tillsammans, gå ut och fika eller äta pizza. Sådant som ger tillfälle till samtal och gemenskap. Utan en trygg familj, där man kan slappna av och vara sig själv kan det vara lätt att känna sig vilsen. En ungdom beskriver hur det kan kännas, att om ändå ingen bryr sig, söker man sig till andra i samma situation och då gör man ibland saker man inte borde, eftersom ingen ändå bryr sig. Hon säger;

”En trygg familj är en sorts skydd mot många olika svårigheter”

Egen familj. Samtliga ungdomar säger att de själva vill ha barn och familj så småningom. Några längtar redan tills det blir verklighet. Det är den traditionella mamma pappa barn familjen man refererar till när man beskriver den familj man själv önskar. Ingen av ungdomarna lever i en sådan familj idag, några av dem har aldrig gjort det eller har några minnen av den sortens familjesituation.

”Jag ser fram mot den dagen då jag börjar bilda en familj. Det ska bli jätte jätte roligt. En egen familj med egna barn och egen fru, det är något jag alltid velat ha.”

”En riktig familje familj! En Svensson familj vill jag ha!”

Ungdomarna är tydliga med att de inte kommer att göra mot sina barn så som de eller den av deras föräldrar gjort, som de tyckt varit otillräckliga som föräldrar. De tror dock att de kommer att göra mycket så som den förälder gjort som de har en god relation med. De har tankar om att lära sina barn att inte göra samma misstag som de själv och deras föräldrar har gjort, flera uttrycker att de vill föra sina gener vidare. Flera av ungdomarna uttrycker, på olika sätt, att de vill kunna leva ett familjeliv med barn, på ett sätt som de själva har saknat. En ungdom reflekterar kring att det kan vara svårt att göra annorlunda mot hur man själv blivit bemött.

”Alltså försöka att inte göra om det som inte var så bra men det är väl lätt hänt när man själv varit med om det. Det är nog lätt hänt att man betar sig på samma sätt mot sina barn. Men man får ha kritiskt tänkande mot sig själv.”

En ungdom, som beskrivit sina föräldrar som mycket frånvarande under hennes uppväxt och där omsorgssvikten i perioder tycks har varit stor, säger

”Jag hoppas verkligen inte att jag blir som mina föräldrar mot mina barn! Jag vill att mina barn ska känna sig trygga och kunna prata med mig om allt. Vi ska åka och göra saker tillsammans.”

Föräldrarnas relation. Föräldrars relation till varandra påverkar hur man har det i familjen, ungdomarna beskriver på olika sätt hur bråk och tjabb har en negativ inverkan på dem själva och på familjelivet. Det är jobbigt när föräldrar bråkar och man menar att ingen kan gå opåverkad från ett stökigt familjeliv. Flera beskriver hur de har kunnat känna sig bortglömda och undanskuffade då föräldrar blir upptagna av sina konflikter.

”Även när man är 16 år är det värsta man kan höra när föräldrar bråkar.”

En ungdom beskriver att hennes föräldrar bråkade hela hennes uppväxt trots att de varit skilda och att det har påverkat henne mycket.

”Jag har alltid hört bråken och fått vara budbärare. Jag sitter alltid i kläm. Det påverkar mitt mående, självförtroende, självkänsla, allting. De hade behövt göra något åt det, ta mer vuxenansvar.”

Mindre bråk och tjabb finns det dock en större förståelse för, att det snarare vore konstigt om man aldrig bråkade. Någon använder ordet dispyter för denna typ av bråk och menar att hur man lyckas att krångla sig ur dispyterna och hur man pratar om dem efteråt, som är det som gör en familj till vad den är.

Skilsmässa/Separation. Fem av ungdomarna har skilda föräldrar och de har olika mycket kontakt med den förälder de inte bor hos. En av ungdomarna vill inte ha någon kontakt med sin pappa då han har misshandlat henne och hennes mamma. De andra hade önskat mer kontakt med den förälder de inte bor med, om det bara hade fungerat. De är mycket tydliga med att föräldrar inte får prata illa om den andre föräldern! Detta är något som ungdomarna återkommer till vid flera tillfällen under intervjun.

”Inte så kul när de pratar skit om varandra. Pratar pappa skit om mamma blir jag ledsen! Man ska inte prata skit framför sina barn!”

Flera av dem upplevde föräldrarnas skilsmässa som svårbegriplig och de är tydliga med hur viktigt det är att föräldrar förklarar och beskriver vad som händer och varför. Att skilsmässan inte är barnens fel, att föräldrarna inte kommer att försvinna. Det är något som upptar fleras tankar fortfarande, trots att det kan ha gått många år sedan föräldrarna skilde sig. En önskan om att föräldrarna tar ansvar och pratar om detta svåra, trots att det är jobbigt, framförs av flera.

”Man ska prata tillsammans och föräldrarna ska förklara för barnen; Bara för att pappa och jag inte funkar betyder det inte att pappa och du inte funkar”

”Föräldrar kanske tycker att det är jobbigt att prata om detta men man kan inte låta bli att prata och förklara bara för man tycker det är jobbigt!”

En av ungdomarna har tydliga jobbiga minnen och erfarenheter av föräldrarnas skilsmässa och den svåra tid som följde efter det att pappan lämnat familjen. Han bildade ny familj och kontakten med tidigare familjen blev sparsam. Detta har påverkat och henne mycket och gör så än idag.

”Det var katastrofalt när mina föräldrar skilde sig. Det har jag med mig, det finns alltid där. Har det gjort spår så följer det alltid med. I princip hela min uppväxt har jag lagt skulden på mig själv.”

Föräldraskap

Tankar kring föräldrars betydelse. Tonåringar behöver sina föräldrar mycket, det är man helt ense om. Det betyder inte att man vill vara med dem hela tiden eller att man tycker och tänker som dem. Någon beskriver det som ett heltidsjobb att vara tonårsförälder precis som det är ett heltidsjobb att vara tonåring. Något man inte kan låta bli att vara ibland utan något man är hela tiden.

En tillräckligt bra tonårsförälder, vem är då det? Det är en person som försöker att sätta sig i tonåringens situation, är rättvis, positiv och ger råd. Som kan pusha när det behövs, men inte för hårt. En som vågar bestämma, men på rätt sätt. De ska alltid finnas där om de behövs, särskilt när något är jobbigt. Några av ungdomarna har erfarenhet av en sådan förälder och några beskriver att detta är något de saknat.

”Föräldrar är väl egentligen det viktigaste en tonåring har. Och inte bara för det här med tak över huvudet utan liksom som stöd.”

”Föräldrar ska alltid finnas där om man behöver dem”

Det är viktigt att föräldrar förstår att de är viktiga. Att de måste säga, bestämma och vägleda, förstå att det de säger till tonåringen är viktigt, även om det kan tyckas som att de inte lyssnar eller bryr sig om vad föräldern säger. Flera beskriver att de ändå tar med sig sådant som föräldern säger, även om de kanske inte alltid visar det. Det faktum att föräldern faktiskt säger något är viktigt, betonar flera av ungdomarna.

”Det är ju sådant man snappar upp i unga år som jag tror definierar vem man blir som vuxen”

En ungdom beskriver hur bristen på bestämmande och engagemang från föräldrarnas sida påverkade henne och hur hon tänker kring det nu;

” Föräldrar ska kunna säga till när det är något de inte tycker är rätt. T.ex. jag röker och det började jag med när jag var 14 tyvärr. Jag önskar att de hade sagt hur dåligt det är, eller det sa de kanske men sen sa de också Kom och ta en cigg med mig. Både mamma och pappa sa det när jag berättade att jag rökte. Det är så jäkla svårt att sluta och det kostar så jäkla mycket pengar. Alltså när man hade ett paket cigg skulle de tagit det ifrån mig. Alltså man hade ju blivit förbannad då men nu hade jag varit jätkligt tacksam för det”.

Hon ger ytterligare en liknande berättelse

” Min pappa, jag önskar att han inte hade, alltså han var alkoholist innan, när jag var 13,14,15 sådär, då köpte han ut dricka till mig redan då om jag ville festa. Han sa aldrig nej, sa aldrig ifrån. Jag önskar att han inte hade gjort det. För jag drack väldigt mycket just för att pappa kunde köpa ut. Och det är ju inte en bra förälder när man är 14 liksom och inte heller brydde sig om när man kom hem, ingenting. Alltså det var jättekul i kanske tre månader men sen kände man Ska du inte bry dig lite? Jag tänkte väl lite då men tänker ännu mer nu att jag hade då aldrig köpt ut dricka till min 14 åriga dotter!”

Flera av ungdomarna uttrycker stolthet och beundran över sina föräldrar och hur de har klarat av att vara ensamstående förälder och därmed ta dubbla roller, de kan tänka att de själva inte alltid var så lätta att ha att göra med, främst i de yngre tonåren och att föräldrarna fick stå ut med en del.

Prata med oss! Samtliga ungdomar i studien är mycket tydliga med, och återkommer flera gånger till, hur viktigt det är att föräldrar pratar mycket med sina tonåringar och tar sig tid att förklara sådant som kan behöva förklaras. Det beskrivs inte som ett behov av att man ska prata och prata stup i kvarten. Mer som prat som en väg till förståelse, lära känna varandra och ett sätt att visa att man bryr sig om och är intresserad av den andre.

”Prata med sina barn, det är väl det enklaste sättet att visa att man bryr sig”

”De ska försöka kommunicera, snacka mycket med ungdomen, så att de förstår vem deras barn är. Men också för att ungdomen ska förstå vem föräldern är och hur den är.

För det är lika viktigt för mig att veta hur min mamma har det och hur min mammas värld funkar liksom. För jag är ju ungdom nu men jag kommer ju också gå in i den vuxenvärlden sen. T.ex. jag kan ju få sommarjobb nu och jag vill ju veta hur det är att jobba och så. Så om man snackar mycket kan man lära sig.”

Föräldrar ska alltid finnas där. På frågan om vad de skulle vilja ge blivande tonårsföräldrar för råd, svarade alla mycket eftertänksamt. Med lite olika formuleringar, blev det tydligt att de viktigaste råden var; vara delaktig i tonåringens liv, prata mycket med varandra och visa att du bryr dig om och försök att alltid finnas där, vad det än gäller. Behovet av gränser eller regler, särskilt för yngre tonåringar, tyckte alla var viktigt samt att reglerna inte var för hårda och att de måste förändras allt eftersom tonåringen blir äldre och behöver få vara allt mer självständig. Det är viktigt med regler men också med frihet. De var medvetna om att det inte är lätt att hitta en enkel balans här. Återigen nämndes behovet av att prata med varandra för att försöka hitta lösningar. Ett ytterligare förslag som flera hade var att föräldrar kan försöka att tänka tillbaka på hur de själva hade det som tonåringar, hur de då blev bemötta, hur det kändes och om de hade velat ha det på något annat sätt.

”Det känns som vuxna glömt bort hur det är att vara tonåring. Och att tiderna förändrats och så. För vi ungdomar vet inte hur det är att vara äldre än vad vi är nu. När man är vuxen har man både varit tonåring och vuxen men tonåringar har inte varit äldre än tonåringar.”

Att man som ungdom ska få vara den person man är, är något som flera betonar

”Ett råd är att ha acceptans för sina barn. Dom gör sina val och har sina perioder, alla har det. Om det är något ni tycker är fel, tänk efter varför ni tycker det är fel. Var lite kritisk till dig själv så du inte trycker ner dina barn av misstag. Bara för man själv tycker något är fel betyder det inte att det är fel. Man kanske kan se det som att jag tycker så här men du är en egen person”.

” Stå ut med era barn och se till att de står ut med er också!”

Ett sätt som beskrivs som viktigt för att kunna känna att föräldern finns för en är att föräldern försöker vara delaktig i ens liv

”Var delaktiga i barnens liv. Se till att vara aktiv med dem, hitta på saker tillsammans. Det behöver inte alltid vara så stora saker som att åka utomlands kanske, men gå på promenad, kanske middag tillsammans, vad som helst. Så man fortsätter att ha den där relationen. Sedan försöka sätta sig in i deras situation, även om det är jäkligt svårt”

Flera tar upp vad som händer när det blir konflikter. Om man som ung och dum har gjort något fel hjälper det inte om föräldern blir väldigt arg för då blir man som tonåring bara ledsen och arg tillbaka. Någon betonar att om tonåringen skriker och är arg ska den vuxne föregå med gott exempel och inte skrika och tjabba tillbaka. Det är bättre att vänta tills allt lugnat ner sig och då prata ordentligt om vad som hänt.

”...måste föräldern naturligtvis vara ett gott exempel och inte skrika tillbaka. Föräldern måste ta det på ett moget sätt, lära ungdomen att man löser inte saker genom att skrika på varandra. Utan ta det lugnt, sansat och civiliserat så löser sig det mesta.”

Alla nämner tekniken och sociala mediers stora del i ungdomars liv idag som något som kan göra föräldraskapet mer komplicerat än vad det har varit tidigare. Det är viktigt att ha koll på vad ens barn och ungdomar gör på t.ex. internet och att den här kontrollen är föräldrars ansvar och att den måste vara ”hårdare” ju yngre barnet är. Hur man utövar denna kontroll har man dock inga enkla lösningar på. En ungdom beskriver att när hon var lite yngre och använde MSN satt hennes mamma och läste allt hon skrev. Det var ingen bra idé då det kändes som att mamman läste hennes dagbok.

Ett avslutande råd blev att föräldrar ska veta att de är viktiga, även om det kanske inte alltid känns så. Någon sammanfattade det med att även om tonåringen inte alltid visar sina föräldrar uppskattning, älskar de föräldrarna ändå!

Tonårstid

Samtliga beskriver tonårstiden som en tuff period. De tänker att det är så att det nog är tuffare att vara tonåring nu än vad det har varit tidigare, t.ex. när föräldrarna var unga. Det är hårdare krav i skolan, fler aktiviteter och sociala mediers inverkan är det som nämns mest. Sociala medier kan innebära en stor stressfaktor, både gällande krav och förväntningar kring utseende och vem man framställer sig som men också behovet/tvånget att vara tillgänglig och ha koll på vad andra gör hela tiden. Sociala medier påverkar alla och flera av ungdomarna tycker det

är för mycket. De flesta är tveksamma till om föräldrarna förstår och vet hur det påverkar men de tycker att föräldrar behöver veta. Vad ungdomar, särskilt de yngre, gör på internet är något som föräldrar också måste ha koll på, det är deras ansvar att ta reda på. Att ta reda på och ha koll är dock inte enkelt, ungdomarna är medvetna om detta och har egentligen inga bättre råd att ge än att prata om det tillsammans.

Tonårstiden beskrivs som en tid då man kommer in i olika perioder, att det är nu ”allting börjar”. Det den period när man börjar intressera sig för killar eller tjejer och man börjar tänka på sex. Man vill ibland inte veta av föräldrarna och ibland bara vara hemma med familjen. Kroppen förändras och många känslomässiga saker händer, kompisrelationer är viktiga och kan vara svåra. Allt detta samtidigt som man ska plugga och klara av skolans krav. Samtliga ungdomar beskriver att detta är en ibland tuff tid, en tid när man kan må dåligt och att det är många som gör det.

”Det är nästan som att ungdomar lever i ett eget samhälle. För vi har liksom egna perioder och egen tid och egen facebook. Föräldrarna träffar man inte på dagarna”

En fundering som kommer fram är om det är så att föräldrar inte alltid lägger så mycket tid på sina tonåringar eftersom de inte tror att tonåringen har så mycket för sig, eller att föräldrar har förutfattade meningar om tonåringar, t.ex. att de struntar i sina föräldrar och inte vill göra det de säger.

”Bara för att man drar sig undan från föräldrarna behöver inte det betyda att man inte vill ha kontakt. Det är bara en svårare period och man kanske inte alltid orkar. Det är så mycket som händer och allt är nytt och så.”

Diskussion

Den här studien avsåg att lyssna till ungdomars funderingar kring familjeliv, föräldraskap och tonårstid. De intervjuade ungdomarna har haft många tankar och funderingar kring dessa teman, vilka de också frikostigt har delat med sig av och studiens frågeställningar har besvarats i materialet. Diskussionen här kommer att omfatta sådant som uppfattats som extra värt att lyfta fram. Sammanfattningsvis kan konstateras att ungdomarna säger att föräldrar och familj är mycket viktig för dem. Det framkommer också att tonårstiden upplevs som en tuff tid och att det finns funderingar kring om föräldrar och vuxna verkligen förstår det. Samtliga

ungdomar i studien har erfarenhet av separationer, antingen genom dödsfall eller att föräldrarna har separerat och några av dem har föräldrar som också har bildat nya familjer. Det har varit jobbigt, på olika sätt. Studiens ungdomar vill alla ha egen familj så småningom och då är det en kärnfamilj man önskar sig. Genomgående i studien och varit ungdomarnas önskan att bli pratade med och lyssnade på. De vill också bli tagna på allvar och respekterade för den unika person de är.

I studien uttrycker ungdomarna att de behöver sina föräldrar och sin familj. De kan se att den trygghet en familj med välfungerande relationer ger, kan bidra till den trygghet och frihet och kunskap om världen och livet som de efterfrågar. En slutsats blir att det ungdomarna beskriver att de vill ha och behöver överensstämmer med det anknytningsteorin beskriver att barn och ungdomar behöver. Det faktum att dessa ungdomar inte är experter på teorier utan experter på sig själva torde tyda på att ungdomar själva förstår och kan känna av vad de behöver för att må bra. Anknytningsteorin sätter ord på det ungdomarna beskriver att de behöver. Föräldrar ska finnas där när man behöver dem, det vill säga vara den trygga bas och säkra hamn som ungdomen behöver när livet är jobbigt på något sätt. Bara vetskapen att hamnen finns, kan räcka för att våga sig ut på livets vingliga stigar. De behöver inte alltid den fysiska närheten för att känna sig trygga. Moretti och Braber (2009) beskriver att för ungdomar kan det ibland räcka med att tänka på föräldern och deras relation, för att känna trygghet, eller skicka ett sms. Deras mentala bild av föräldern ger trygghet.

När relationerna inte fungerar blir det jobbigt och svårt. Samtliga ungdomar i denna studie har erfarenhet av separationer i familjen. Om det är en slump eller om det är så att ungdomar med erfarenhet av separationer är överrepresenterade på min arbetsplats eller i familjebehandling generellt, ger denna studie inget svar på.

Att ungdomar upplever separationer som svåra och att livet blir jobbigt när relationerna med föräldrarna inte fungerar, beskriver ungdomarna i studien, på olika sätt. I BRIS rapport (2013) bekräftas detta. Där framkommer också att barn och unga vill känna att de kan påverka sin situation och vara delaktiga i förändringar som sker t.ex. vid en skilsmässa och det ger en ökad känsla av förståelse. Detta kan vi koppla till begreppet KASAM. För att kunna få en känsla av sammanhang i vårt liv måste vi kunna förstå situationen, ha tilltro till att man kan hitta lösningar och tänka att det är värt att försöka. Både unga och vuxna behöver känna att vi kan påverka våra egna liv.

Denna studie visar på ungdomarnas önskan om och behov av att bli pratade med och få saker och händelser förklarade för sig. De säger att hade de bara fått en förklaring hade det känts bättre. Därmed är det sannolikt att de hade upplevt en större känsla av sammanhang,

KASAM, att världen hade blivit mer begriplig, förutsägbar och hanterbar och de hade därmed kunnat må bättre och livet levts lite lättare. Tydligt blir detta i en av ungdomarnas berättelse kring föräldrarnas separation när hon var barn. Hon förstod aldrig vad som hände och den osäkerheten har hon burit med sig hela sin uppväxt, liksom tankarna om eventuell skuld.

I denna studie framkommer beskrivningar av att det är som att tonåringar lever i sitt eget samhälle och att tonåringens och föräldrarnas världar inte möts. Detta torde vara ett relativt nytt fenomen, sett ur ett historiskt perspektiv och kanske ökar avståndet mellan dessa världar allt mer i dessa tider av teknisk utveckling och ett mer individuellt tänkande. Studien indikerar att ungdomar vill vara en större del av föräldrarnas värld och att de önskar att föräldrarna vore vara en del av deras. Inte i mening att alltid vara tillsammans eller lägga sig i varandras göranden utan, med respekt för den andres person, visa intresse för varandra. För att detta ska ske behövs tid tillsammans, att man pratar med varandra och gör roliga och trevliga saker tillsammans.

En annan anledning till föräldrars delaktighet i ungdomarnas värld uttrycker ungdomarna i studien som att det är viktigt att föräldrar känner till hur det faktiskt är att leva tonårsliv och att det många gånger kan vara tufft. De önskar att föräldrar kan ha en större förståelse för deras situation och person.

Detta bekräftas av Tinnfält (2008) som i sin avhandling bl.a. kom fram till att vuxna behöver lära sig mer om ungdomsåren och puberteten.

Skoltiden är tuff, ungdomar har mycket att förhålla sig till och i intervjuerna framkommer många tankar om att ungdomars vardag kan vara både stressig, kravfylld och känslomässigt ansträngande. Ungdomar har mycket att förhålla sig till i skolan, som är deras vardag. I "När livet känns fel" (2015) framkommer att skolan ska erbjuda en miljö där eleverna känner sig trygga, vilket dock långt ifrån alltid är fallet. Ungdomar får i stor utsträckning förhålla sig till mobbing, sexuella trakasserier, positioneringar i kamratgrupper mm. Där beskrivs också skolan som en plats för ständigt presterande.

Föräldrarollen är i förändring och det finns en klyfta mellan generationerna på ett annat sätt idag än tidigare. Hwang och Nilsson (2007) beskriver att unga förr kunde gå till sina föräldrar när de undrade över något, eftersom de ungas och de vuxnas erfarenheter var relativt lika. Idag kan dock inte föräldrar vara modeller på samma sätt eftersom tonåringarnas värld är mer föränderlig än tidigare och föräldrar känner inte till den så väl.

Hur ska då föräldrar vara? Denna studie ger ett tydligt svar på detta, då de intervjuade ungdomarna har haft tydliga råd och önskemål; föräldrar ska alltid finnas där, försöka att sätta sig in i tonåringens situation, vara rättvis, positiv och ge råd, som kan pusha när det behövs

men inte för mycket. En som vågar bestämma men på rätt sätt. Tydliga råd men kanske inte helt enkelt att leva upp till som förälder alla gånger. Ungdomarna uttrycker också en förståelse för det och rådet blir även här att det bästa är att prata om hur göra och försöka komma fram till gemensamma lösningar. Det gäller även när det handlar om regler och gränser. En möjlig tolkning av detta är ungdomar av idag inte i så stor utsträckning accepterar ett nej utan förutsätter att få bli respekterad och diskuterad med. Ungdomarna här säger att föräldrar också måste bestämma ibland men även här efterfrågas förklaringar, så att de förstår vad som bestäms och varför.

Ungdomarna i studien framhåller inte någon gång att de har behov av att få göra precis som de vill, få full frihet eller få allt de pekar på. Full frihet leder snarare till otrygghet, vilket en av ungdomarna beskriver då förälder lät henne göra som hon ville när det gällde alkohol, rökning och då föräldrakontroll saknades.

En slutsats blir snarare att ungdomarna har en stor medvetenhet och förståelse för att barn och unga inte kan eller ska vara med och bestämma om allt. Men de behöver få saker och ting förklarade för sig, så att de kan förstå och lära sig.

Ungdomarna säger att föräldrar är viktiga och att föräldrar ska titta bakom den ibland kaxiga yta som tonåringar kan ha. Som förälder kan man känna sig avvisad av sin tonåring, när man blir kallad mindre trevliga saker eller när man inte får den respons man önskar. Ungdomarna här är tydliga med att föräldrarna inte ska dra sig undan utan snarare visa och förmedla att de alltid finns där för dem. Detta bekräftas dessutom av bl.a. Tinnfält (2008) och Wrangsjö (2004).

Samtliga ungdomar i denna studie önskar sig en egen familj så småningom och det är det vi kallar kärnfamilj som man refererar till. Kärnfamiljen, i mening mamma pappa barn, är fortfarande den absolut vanligaste familjekonstellationen i Sverige. En tolkning av ungdomarnas önskan om en kärnfamilj kan vara, det som barnen i BRIS (2013) rapport och även ungdomarna i denna studie efterfrågar, ett behov av och önskan om nära känslomässig och fysisk tillgång till båda sina föräldrar. Har föräldrarna separerat har denna möjlighet försvunnit, då man inte längre lever tillsammans hela tiden. Styvfamiljen kan i vissa fall kompensera för de saknade relationerna men långt ifrån alltid. Utifrån ett sådant resonemang spelar det förmodligen inte någon roll vilket kön, sexuell läggning eller ursprung föräldern har, det är innebörden i begreppet familj, de längtar efter och strävar mot.

I intervjustudien med unga vuxna med psykisk ohälsa "När livet känns fel" (2015) framkommer att de flesta drömmer om en normal och vanlig familj. I sina beskrivningar av familjens betydelse gav de oftast en relativt traditionell och stereotyp bild av en idealfamilj.

Förklaringen här skulle kunna vara att det normala också förväntas vara det trygga.

Förhållandet till familj och föräldrar har en avgörande betydelse för barns hälsa och välmående, oavsett hur familjekonstellationerna ser ut (BRIS, 2013). Det finns oftare problem inom familjen eller i andra nära relationer bland unga som inte mår bra (När livet känns fel, 2015). En slutsats som skulle kunna göras, utifrån den kunskapen och utifrån denna studie, är att familjer och föräldrar borde få mycket av samhällets stöd för att få möjlighet att fungera på ett så bra sätt som möjligt. För om vi lyssnar till det barn och unga säger, och det forskning säger kring att familj och föräldrar är viktiga så måste vi arbeta för att hjälpa föräldrar att kunna hjälpa och finnas till för sina barn. Att göra föräldrar viktiga. Ungdomarna tycker att de är viktiga! Med tanke på att anknytningen är livslång borde ungdomar, föräldrar och samhället i stort ha allt att vinna på att arbeta för att stärka trygga relationer mellan föräldrar och barn. Möller och Pilman (2010) skriver att otrygg anknytning är en riskfaktor för psykisk ohälsa och att det finns grundade skäl att arbeta med anknytningsrelationen i behandling av barn och unga. En slutsats jag drar utifrån denna studie är att familjeterapi och familjearbete har en viktig och nödvändig plats i vårt samhälle.

Metoddiskussion

En för studien metodologisk begränsning är att jag bad behandlar kollegor att tillfråga ungdomar de hade i behandling om de ville bli intervjuade i studien. Jag vet inte hur de gjorde sitt urval och det kan innebära att de endast tillfrågade ungdomar som de själva hade en bra relation till eller som de av någon anledning tänkte skulle passa till detta.

Det kan vara så att jag undvek att ställa vissa följdfrågor, vars svar eventuellt hade varit av intresse för studien. Detta med anledning av att jag var noga med att intervjun skulle vara just en intervju och inte riskera övergå i en behandlingssituation.

De intervjuade ungdomarna fick ingen skriftlig information avseende studien och detta är en brist. De informerades muntligt vid tre tillfällen, men de borde också ha fått en skriftlig information.

I intervjuguiden finns frågor med om den behandlingskontakt de har haft och vad de har tyckt om den. Dessa frågor tyckte jag var relevanta då guiden skrevs men under studiens gång framstod det för mig som att de frågorna inte riktigt hörde hemma här och jag valde därmed att inte behandla svaren.

Avslutande reflektioner

En fundering som följt mig under arbetet med denna studie är hur det kan komma sig att vuxenvärlden inte är mer i dialog med ungdomar än vad som är fallet. Det ser naturligtvis

olika ut på olika arenor men i vårt samhälle där vi är måna om att uppfostra våra barn i demokratisk anda, borde vi då inte ge deras tankar och funderingar större utrymme? Hur kan vi inte vara nyfikna på hur tonåringar tänker om oss vuxna?

Det faktum att det finns mycket skrivet om vuxnas syn på tonåringar men mycket lite kring tonåringars syn på vuxna tycker jag är mycket intressant. Tonåringar utmanar oss många gånger och de ställer krav på oss och nog är det så att de kan få oss vuxna att visa oss från en mindre smickrande sida. Kan det vara sådant som gör att det inte blir självklart att fråga och lyssna? Eller tänker vi att det de har att säga inte är så värdefullt eller klokt, eftersom de är unga? Eller har vi inte riktigt tid eller vet vi inte riktigt hur vi ska göra?

Framtida forskning

Denna studie bygger på intervjuer av tonåringar som, av lite olika anledningar, har haft kontakt med behandlare i kommunal öppenvård. Det vore intressant att göra motsvarande studie med tonåringar som inte har haft en sådan kontakt, för att se om det blir liknande svar. Om det inte skulle bli liknande svar vore det intressant att titta på vad skillnaden i svar skulle kunna bero på.

Det är viktigt att fortsätta att göra studier där barn och ungdomar själva får komma till tals!

Referenser

- Alderson, P., Morrow, V. (2011). *The Ethics of Research with Children and Young People. A practical handbook*. London: Sage.
- BRIS (2013). *Lyssna på oss! Barnets upplevelse av skilsmässa och föräldrars konflikter*. Hämtad från https://www.bris.se/upload/Articles/BRIS_Lyssnapamig.pdf
- Broberg, A., Granqvist, P., Ivarsson, T. & Risholm Mothander, P. (2006). *Anknytningsteori Betydelsen av nära känslomässiga relationer*. Stockholm: Natur och Kultur.
- Bäck-Wiklund, M. & Johansson, T. (Red.). (2012). *Nätverksfamiljen*. Stockholm: Natur och Kultur.
- Cederblad, M. (2003). *Från barndom till vuxenliv. En översikt av longitudinell forskning*. Stockholm: Förlagshuset Gothia.
- Hansson, K. & Cederblad, M. (1995). *Salutogen familjeterapi*. Fokus på familjen, 1, sid 3-18.
- Heggeman, H. (2015). *På gränsen till vuxenlivet*. Statistiska centralbyrån. Hämtad från <http://www.scb.se/sv/Hitta-statistik/Artiklar/Pa-gransen-till-vuxenlivet>, 2015-04-25.
- Hwang, P. & Nilsson, B. (2007). *Utvecklingspsykologi*. Stockholm. Natur och Kultur.
- Isaksson, I. (2012). *Ungdomars egna upplevelser om relationerna till sina föräldrar*. (Examensarbete) Stockholms Universitet. Barn och ungdomsvetenskapliga institutionen.
- Ivarsson, P. (2007). *Samtal med barn och ungdomar*. Stockholm: Gothia Förlag AB.
- Johansson, T. (2009). *Familjeliv*. Malmö: Liber AB
- Kvale, S. & Brinkamn, S. (2009). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Lund. Studentlitteratur.
- Langemar, P. (2008). *Kvalitativ forskningsmetod i psykologi: att låta en värld öppna sig*. Stockholm: Liber.
- Linderborg, C. (2013). *Det viktigaste i en familj är kärlek och att vara snälla mot varandra. En kvalitativ analys av vad en bra familj är enligt tonåringar och föräldrar*. (Masteruppsats) Örebro Universitet. Institutionen för preventionsvetenskap.
- Moretti, M. & Braber, K. & Obsuth, I. (2009). *Connect: Ett anknytningsbaserat föräldrastöd. En principbaserad Manual*. Simon Fraser University.

- Möller, J. & Pilman, N. (2010). *Upplevd anknytning hos barn och ungdomar – en jämförande studie mellan klinisk grupp och normalgrupp*. (Psykologexamensarbete), Göteborgs universitet, Institutionen för psykologi
- Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällsfrågor (mucf). (2015). *När livet känns fel – ungas upplevelse kring psykisk ohälsa*. Hämtad från www.mucf.se/publikationer/nar-livet-kanns-fel
- Socialstyrelsen. (2013). *Grundbok. Barns behov i centrum*.
- Tinnfält, A. (2008). *Adolescents' perspectives-on mental health, being at risk, and promoting initiatives*. (Avhandling) Örebro universitet. Studies in Caring Science.
- Vetenskapsrådet (1999). *Forskningsetiska principer inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning*.
- Wrangsjö, B. (2004). *Tampas med tonåringar*. Falkenberg: Natur och Kultur.
- Wrangsjö, B. & Winberg Salomonsson, M. (2007). *Tonårstid*. Falkenberg: Natur och Kultur.
- Wrangsjö, B. (2009). *Familjens livscykel. Om stabilitet och förändring i ett flergenerationsperspektiv*. Falun: Mareld.
- Unicef (2007). *Implementation handbook for the Convention on the Rights of the Child*. Genève/New York: Unicef.

Intervjuguide

Hur gammal är du och hur ser din familjesituation ut idag?

Hur såg det ut under din uppväxt?

Skola / fritid?

Vad är en familj och hur tänker du att en familj ska vara?

På vilket sätt kan man vara en tillräckligt bra förälder för tonåringar?

Ibland sägs det att tonåringar och vuxna har svårt att förstå varandra. Tycker du att det är så?

Vad skulle man kunna göra åt det?

Ibland hör jag föräldrar säga att de inte är så viktiga för tonåringar längre, vad tänker du om det?

Vad är en bra familj?

Har föräldrarnas relation någon betydelse för hur man har det i familjen?

Har du och har du haft så mycket tid tillsammans med dina föräldrar som du önskat?

Hoppas du på att själv få barn och familj någon dag?

Tror du att du kommer att vara och göra som dina föräldrar, när/om du själv blir förälder?

När du ser tillbaka på din uppväxt och tonårstid, finns det sådant som du skulle velat ha annorlunda?

Skulle det i så fall ha betydelse för vem du är och vad du gör idag?

Du har / har haft samtal här på Ungdomsgruppen. Har dina föräldrar varit med?

Tycker du att det har varit bra?

Skulle du ha velat ha det på något annat sätt?

Om du skulle ge några råd till föräldrar vars barn snart ska bli tonåringar, vad skulle du säga då?

Vad är viktigt för föräldrar att veta om att vara tonåring idag?