



Anne Grete Hersoug
Oslo

Oppveksterfaringer påvirker fedres opplevelser av egne barn

Psykolog Thomas Skjøthaug's doktorgrad (september, 2019) bygger på en studie av vordende fedres psykiske helse, og hvordan opplevd stress etter fødsel kan spores tilbake til farens egen oppvekst.

En norsk studie, *Liten i Norge (LIN)*, undersøker og følger et stort antall vordende mødre og fedre. De ble fulgt opp fra svangerskapet til barna var 1 år gamle. I Skjøthaug's doktorgradsarbeid deltok ca. 1000 fedre og mødre som ble fulgt opp fra svangerskapet til barna var 1 år gamle. Studien hadde hovedfokus på fedre, i motsetning mødre - slik det har vært vanlig i tidligere forskning. Også i studier av barselperioden har kvinner vært i fokus. Fødselsdepresjon har vært oppfattet - og beskrevet - som noe som bare kvinner rammes av.

Norske fedre deltar mer aktivt i omsorg for spedbarn enn fedre i tidligere generasjoner gjorde. Deres innflytelse er viktig for barnets utvikling.

Dette øker betydningen av å undersøke fedres opplevelser av sin omsorgssituasjon og sitt barn på et tidlig tidspunkt.

Tidligere har bare mødre vært informanter, og det har manglet informasjon fra fedrene direkte - om hvordan de faktisk opplever sin situasjon. Dette til tross for at det har vært kjent at ca. 5-10% av menn kan få depresjoner som tilsvarer kvinners barseldepresjon. Det er også kjent at fedre sjeldnere enn mødre oppsøker hjelp når de opplever at noe i deres liv stresser dem og blir vanskelig. Basert på dette var poenget i Skjøthaug's studie å få høre fedres opplevelser - med deres egen stemme.

Hva ble undersøkt? Hovedmålet med studien var å undersøke vordende fedres mentale helse både i løpet av svangerskapet og utviklingen videre i perioden etter fødsel – med et prospektivt design. I studien deltok 878 fedre og 1036 vordende mødre.

Hvordan gikk man frem? Først ble de vordende fedres sosiale bakgrunn undersøkt. Deretter ble de spurt om de hadde hatt vanskelige barndomsopplevelser og hvordan disse virket inn på deres aktuelle situasjon – med tanke på angst og depressive følelser under svangerskapsperioden.

En tilleggsfaktor som kunne predikere hvordan stress blant fedre påvirket deres oppfatning av sitt barns adferd frem til de var 6 måneder ble også undersøkt før fødsel, var fedres tilknytning.

Hva viste resultatene? Skjøthaug fant signifikant sammenheng mellom antallet vanskelige barndomsopplevelser hos de vordende fedrene og forekomst av angst og depressive følelser på flere tidspunkter i svangerskapsperioden. Jo flere vanskelige barndomsopplevelser fedrene hadde hatt, jo mer angst og depressive følelser hadde de.

Det ble også funnet at flere vanskelige barndomsopplevelser direkte predikerte stress hos fedrene i forbindelse med omsorg for barnet 6 måneder etter fødsel. Dette var også forbundet med en negativ oppfatning av barnets adferd. Fedres opplevelse av stress var stabile i barnets første leveår – og var forbundet med stabil negativ persepsjon av barnets adferd mellom 6 og 12 måneder.

Fedres vanskelige barndomsopplevelser og tilknytningsstil i forhold til partner viste seg ikke å signifikant predikere foreldrestress direkte ved 12 måneders alder, mens en indirekte assosiasjon ble funnet ved mer inngående analyser med medierte stier. Disharmoni i forholdet mellom foreldrene bidro til økt stress hos fedre, samt deres negative persepsjon av barnets adferd. Fars relasjon til barnets mor kan således påvirke hans egen relasjon til barnet.

Konklusjon. Skjøthaug fant at vordende fedres depresjons- og angstsymptomer økte under svangerskapet hvis de hadde rapportert om vanskelige opplevelser fra sin egen oppvekst. 5-10% av menn kan få depresjoner som tilsvarer kvinners barselsdepresjon. I tillegg viste studien at fedrene kunne bli mer stresset og gi mer negative adferdsbeskri-

velser av barnet sitt etter fødsel hvis de hadde rapportert at de var engstelige, hadde dårlige tilknytningsopplevelser eller vanskelige barndomsopplevelser. Dette var særlig uttalt hvis parforholdet etter fødsel også var krevende. Samtidig så det ut til at et godt parforhold virket beskyttende mot å beskrive barnet negativt, spesielt hvis far har dårlige erfaringer fra egen oppvekst.

Implikasjoner av studien. Fedre deltar mer aktivt i omsorg for barn enn fedre gjorde tidligere. Dette understreker behovet for å ta med i betraktning fedres bakgrunn blant risikofaktorer – når det gjelder støtte til kommende familier og senere, etter at barnet er født. Familieintervensjoner som settes inn i løpet av svangerskapet for å hindre senere foreldrestress, kan være til hjelp.

Menn og fedre søker mer sjelden enn kvinner hjelp når de blir engstelige eller deprimerte. Skal man kunne fange dem opp, kan helsestasjonen være et naturlig sted. Allerede i svangerskapet kan det være viktig å ha fokus også på vordende fedre, særlig siden depresjon og angst hos en partner påvirker den andre i parforholdet. Helsestasjonene kan utgjøre en forskjell ved å inkludere og belyse fedres psykiske helse i tillegg til mors i tiden rundt fødsel og i barnets første leveår.

Denne studien har spesifikt fokus på fedre i løpet av svangerskapet og spedbarnstiden, og det vil være ønskelig å gjøre oppfølgingsstudier som undersøker om den typen stress som oppstår i forbindelse med det å bli far, forblir stabil etter hvert som barna blir eldre.

Referanse

Skjøthaug, T. (2019) Becoming fathers: adverse childhood experiences, partner attachment and mental health before childbirth as related to later perception of their own children.

Thomas Skjøthaug har arbeidet på BUP-vest, Diakonhjemmet Hospital Regional Centre for Child and Adolescent Mental Health, East and South siden 2009.

Department of Psychology, Faculty of Social Sciences, University of Oslo.

tskjotha@gmail.no