



**Karolinska
Institutet**

KAROLINSKA INSTITUTET

Institutionen för kvinnor och barns hälsa

Enheten för reproduktiv hälsa

Examensarbete i sexuell, reproduktiv och perinatal hälsa HT-19

“Om man tar en större roll som pappa”

En kvalitativ enkätstudie om pappa-grupper

“If you take on a bigger role as a father”

A qualitative study based on a survey about fathers groups

Examensarbete i sexuell, reproduktiv och perinatal hälsa, 15 hp
(Avancerad nivå), 2019

Författare:

Lovisa Dahl

Leg. Sjuksköterska

Barnmorskestudent

Författare:

Ulrika Windolf

Leg. Sjuksköterska

Barnmorskestudent

Handledare:

Ewa Andersson

Leg. Barnmorska

Adjunkt

Examinator:

Michael Wells

Bitr. Lektor



Vi vill framföra ett stort tack till vår handledare Ewa Andersson.
För att du med kunskap och ödmjukhet hjälpt och stöttat oss genom hela processen.
Vi hade inte klarat det utan dig.

Varma hälsningar Lovisa & Ulrika

Sammanfattning

Bakgrund: De senaste årtiondena har pappans engagemang och delaktighet i föräldraskapet ökat vilket inte bara bidragit till positiva hälsoeffekter för honom utan även för partner och barn. Föräldrastödet är idag väl etablerad i mödra- och barnhälsovården och ger kunskap om barnets utveckling och behov samt stärker föräldrarnas tillit och egen kompetens. Enligt svensk forskning har många pappor en önskan om att få känna sig mer inkluderade och involverade i det föräldrastöd som idag erbjuds då det främst har riktat sig till den födande kvinnan.

Syfte: Syftet med denna studie var att undersöka hur pappor upplevde att deltagande i en pappa-grupp påverkat relationen till barnet och partnern.

Metod: Detta var en kvalitativ enkätstudie som baseras på data från två öppna frågor ur en pågående kohortstudie i ett större projekt om pappa-grupper. Dataanalys genomfördes med en manifest innehållsanalys. Av de 67 stycken som slutförde enkäten var det 57 respektive 54 deltagare som svarade på de öppna frågorna.

Resultat: Ett övergripande tema identifierades – *Att bli stärkt i föräldrarollen*. Sex kategorier framkom, dessa var: *Hjälp att bygga en relation, Främjat jämställdhet, Fått dela upplevelser med andra, Ökad reflektion och kommunikation kring föräldraskap, Stöd att hitta sin roll som pappa och Ingen påverkan*.

Slutsats: Papporna upplevde att deltagandet i pappa-gruppen påverkade relationen till både barnet och partnern. Genom att de tillsammans med andra fick reflektera och samtala kring föräldraskapet bidrog det till att hitta sin roll i familjen och att sträva efter ett mer jämställt föräldraskap. Deltagarna upplevde även en bättre kommunikation och förståelse gentemot sin partner.

Nyckelord: Fäder, Maskulinitet, Föräldraskap, Förälder-barnrelation, Upplevelse

Abstract

Background: The fathers engagement and participation in parenthood has increased during the last decades, which has contribute not only to positive health effects for him but also for the partner and child. Parental support is today well established in the maternal and child health care with the purpose to give increased knowledge about the child's development and needs as well as strengthen the parents trust in their own competencies. Swedish research show that many fathers wish to feel more included and involved in the parental support that is offered today, as it is mainly directed to the woman.

Aim: The aim of this study was to investigate how the fathers experience the participation in a fathers group and how it influenced the relationship to the child and partner.

Method: This was a qualitative study that is based on data from another ongoing study in a larger project about fathers groups. The analysis was done by manifest content analysis on the data of two open questions. Of the 67 persons who completed the survey, 57 versus 54 persons responded the open questions.

Results: One theme was identified – *to be strengthened in the role as parent*. Six categories appeared: *Help to build a relationship, encouraged gender equality, shared experiences with others, increased reflection and communication about parenthood. support to find the role as a father, and No influence.*

Conclusion: The fathers experienced that the participation in the fathers group affected the relationship to both the child and partner. The contribution of having the chance to reflect and communicate about parenthood with others, was seen in finding their role in the family and strive for a more gender equal parenthood. The participants experienced a better communication with and understanding towards their partners.

Keywords: Fathers, Masculinity, Parenting, Parent-Child relations, Experience

Innehållsförteckning

1. Förtydliganden	6
1.1 Definition av föräldraskap	6
2. Bakgrund	6
2.1 Att vänta barn	6
2.2 Föräldraskap ur historiskt perspektiv	7
2.3 Jämställt föräldraskap	7
2.4 Föräldrastöd	9
2.5 Pappa-grupper	10
2.6 Teoretisk referensram	11
2.7 Problemformulering	12
3. Syfte	12
4. Metod	13
4.1 Studiedesign	13
4.2 Urval	13
4.3 Datainsamling	14
4.4 Enkäten	14
4.6 Etiska överväganden	16
5. Resultat	16
5.1 Hjälp att bygga en relation	17
5.2 Främjat jämställdhet	18
5.3 Fått dela upplevelser med andra	19
5.4 Ökad reflektion och kommunikation kring föräldraskap	19
5.5 Stöd att hitta sin roll som pappa	20
5.6 Ingen påverkan	21
6. Diskussion	21
6.1 Resultatdiskussion	21
6.2 Metoddiskussion	25
7. Slutsats	27
8. Klinisk relevans och förslag till vidare forskning	28
9. Referenser	29

1. Förtydliganden

1.1 Definition av föräldraskap

I studien använder vi ordet föräldraskap utifrån ett heteronormativt perspektiv där föräldraskapet utgår från en man och en kvinna, en mamma och en pappa. Samkönade par är ej inkluderade i denna studie. Författarna är dock medvetna om att en familj kan se ut på många olika sätt och därmed variera i konstellationer, såsom exempelvis samkönade familjer, familjer med en förälder eller familjer som är självvalda.

2. Bakgrund

2.1 Att vänta barn

En graviditet och övergången till föräldraskap är en omvälvande period och innefattar en av de största förändringar och utvecklingsperioder i en människas liv. Omställningen till föräldraskapet börjar för en del redan när graviditeten är bekräftad, eller under graviditeten, medan det för andra sker vid barnets födelse (Deave & Johnson, 2008). För de flesta nyblivna föräldrar är det en tid av stor glädje men kan också innefatta en period av mycket stress. Då föräldraskapet ställer nya krav och förändrar rollerna i relationen kan det upplevas problematiskt att hitta en balans i det nya livet (Doss & Rhoades, 2017; Doss, Rhoades, Stanley & Markman, 2009; Statens offentliga utredning [SOU], 1997:161).

Stressfaktorer såsom de nya kraven som förälder, sömnbrist och att få ihop vardagen förklarar Kohn et al., (2012) kan påverka nyblivna föräldrar och leda till en försämrad tillfredsställelse i relationen. En minskad tillfredsställelse i relationen påverkar inte bara partnern utan kan även ha negativa effekter på barnet (Kohn et al., 2012).

Graviditeten innebär inte bara hormonella och psykologiska förändringar för den gravida kvinnan utan sker även hos den blivande pappan (Edelstein et al., 2017). Vidare beskriver Edelstein et al., (2017) att de hormonella förändringarna hos mannen förändras genom att testosteronnivåerna sjunker vilket både har en lugnande påverkan och ger en ökad förmåga till samspel med det väntade barnet.

I en studie av Gordon, Zagoory-Sharon, Leckman och Feldman (2010) framkom att hormonet oxytocin, som har positiva effekter på samspelet mellan mamma och barn, även förekommer hos den nyblivna pappan och påverkas av kontakten med det nyfödda barnet. Feldman och Bakermans-Kranenburg (2017) menar att utsöndring av oxytocin påverkar belöningssystemet vid positiva signaler från barnet vilket också stärker anknytningen.

Exempelvis stärks kopplingen mellan amygdala, som har en viktig roll i hjärnans emotionella nätverk och hjärnans belöningssystem, när föräldern exponeras för barnets skratt (Feldman & Bakermans-Kranenburg, 2017).

De fysiska förändringar kvinnan går igenom under en graviditet är ofta väldigt uppenbara för henne, men kan vara svåra för partnern att uppfatta och där det första ultraljudet gör det mer verkligt (Åsenhed, Kilstam, Alehagen & Baggens, 2014). Det framkom även i en studie av Wells (2016) där pappor uttryckte att det första ultraljudet var viktigt och fick dem att knyta an till barnet och stärkte känslan av att bli pappa. Genesoni och Tallandini (2009) delar in omställningen till faderskapet i tre stadier; *det prenatala stadiet*, *förlossningen* och *det postnatala stadiet*. Det prenatala stadiet, graviditeten, är den mest psykologiskt påfrestande och stressfyllda perioden. Vidare beskriver Genesoni och Tallandini (2009) att förlossningen upplevs som det mest intensiva stadiet rent emotionellt och med känslor av att vara oförberedd och sårbar. Den postnatala perioden, det vill säga när barnet är fött, innebär en inre personlig utmaning att hantera den nya verkligheten som förälder.

2.2 Föräldraskap ur historiskt perspektiv

Föräldraskapet i Sverige har genomgått stora förändringar under 1900-talet mot ett mer jämlikt föräldraskap (SOU, 2005:73). År 1974 infördes en könsneutral allmän föräldraförsäkring vilket gjorde det möjligt för föräldrar att kombinera både familjeliv och arbete då det gav mannen samma möjlighet att ta ut lång föräldraledighet. Det möjliggjorde ett delat ansvar för barnets omvårdnad (SOU, 2005:73). Enligt Barnkonventionen (2018) har barnet rätt att få omvårdnad av båda sina föräldrar, vilket även är grundläggande i Föräldrabalken, den svenska familjerättsliga lagstiftningen (SFS, 1949:381). Av de 480 dagarna med utbetald föräldrapenning har båda parterna rätt till hälften. På tio år har antalet dagar som pappor tar ut i föräldradagar jämfört med mammor tydligt ökat. År 2007 var fördelningen av dagarna i procent mellan mammor och pappor, 79,1% mot 20,9%. 2017 var skillnaden 72,7% mot 27,6% (Försäkringskassan, 2017).

2.3 Jämställt föräldraskap

Under de senaste årtiondena har pappors engagemang i graviditet och småbarnsår ökat och är starkt förknippat med positiva hälsoeffekter som gynnar barns hälsa samt sociala, språkliga och kognitiva utveckling (Howat et al., 2009; Barker, Iles & Ramchandani, 2017; SOU, 1997:161;). I en studie av Shannon, Cabrera, Tamis-Lemonda och Lamb (2009)

framkom att om pappan är delaktig i förlossningen och engagerad i barnet första tiden efteråt tenderar engagemanget också att öka med tiden. Män som känner sig mindre förberedda upplever fler svårigheter att ta sig an föräldraskapet och tenderar således att bli mindre involverade (Sveriges kommuner och landsting [SKL], 2018). I en systematisk översikt av Sarkadi, Kristiansson, Oberklaid och Bremberg (2008) där 22 300 barn inkluderas, visades stora positiva effekter och utvecklingsresultat på barnen där pappan varit engagerad och närvarande i faderskapet. Frekvensen av psykologiska och beteenderelaterade problem minskade då hos barnet och ett ökat engagemang hos pappan förbättrade även den kognitiva utvecklingen (Sarkadi et al., 2008).

Ett jämställt föräldraskap har visat sig ha positiva effekter på den gravida kvinnans levnadsvanor och under de graviditeter där ett befintligt tobak- eller alkoholmissbruk funnits hos kvinnan har mannens stöttande roll varit viktig (McBride et al., 2004; Redshaw & Henderson, 2013). En upplevelse av otillräckligt stöd av partnern under graviditeten kan påverka kvinnan genom ökade känslomässiga svårigheter och fysiska besvär (SKL, 2018). En engagerad partner och pappa har även betydelse för mammans hälsa då det påverkar hennes förlossningsupplevelse (Bergström, 2011) samt en positiv påverkan på amningen och tiden efteråt (Hunter & Cattelona, 2014). Det minskar även risken för psykisk ohälsa och problem i parrelationen. (Twamley, Brunton, Sutcliffe, Hinds & Thomas, 2013). Även för pappans psykiska och fysiska hälsa samt välbefinnande har ett jämställt och engagerat föräldraskap stor betydelse (Ringbäck, Burström & Rosén, 2004).

År 2018 publicerade Sveriges Kommuner och Landsting (SKL) skriften *Maskulinitet och jämställt föräldraskap – ett arbete för pappors ökade delaktighet*. Detta efter en satsning på män och jämställdhet tillsammans med Sveriges regering i syfte att främja jämställt föräldraskap. Ett jämställdhetsarbete som inte bara grundar sig i kampen om kvinnors lika rättigheter och möjligheter som män utan där skadliga normer för maskulinitet även ska kunna förändras. Det i sin tur kan ha positiv påverkan för både kvinnor, män och samhället samt leda till ökad trygghet, mer jämställda relationer och förbättrad hälsa (SKL, 2018).

2.4 Föräldrastöd

Det behövs inte någon utbildning för att bli förälder. Förälder blir varje man och kvinna i det ögonblick man får ett barn tillsammans. Alla föräldrar behöver däremot av och till information, kunskap, råd, stöd och ibland en hjälpende hand för att kunna känna trygghet, självförtroende och för att kunna uppleva harmoni i den nya rollen. (SOU 1997:161, s. 9).

Mödra- och barnhälsovården utvecklades i Sverige under 1930-talet och ligger till grund för utvecklingen av föräldrastödet (SOU, 1997:161). En allmän föräldrautbildning instiftades 1979 med syfte att medverka till att ge barn och deras familjer en bättre situation i samhället (SOU, 1978:5). De satsningar som utarbetades på föräldrautbildning har varit ett betydelsefullt led i att implementera FN:s konvention om barns rättigheter (SOU, 1997:161).

Idag är föräldrastödet väl integrerat i mödra- och barnhälsovården och är en viktig del i övergången till föräldraskapet där arbetet både ska ha ett föräldra- och barnperspektiv (Socialstyrelsen, 2015; Ahldén, Göransson, Josefsson & Alehagen, 2008; Pålsson, Kvist, Persson, Kristensson Hallström & Ekelin, 2019). Föräldrastödet och dess syfte är att ge ökad kunskap om barnets utveckling och behov och möjliggöra kontakt mellan föräldrar och personal samt medvetandegöra sociala faktorer och möjligheter till påverkan (Petersson, Petersson & Håkansson, 2003). Samtidigt är det viktigt att stärka föräldrarnas förmåga, självförtroende och deras egna kompetens och initiativ. De har makten över sina liv och det är av stor vikt att de känner att de kan påverka sina villkor (SOU, 1997:161). Föräldrastödet kan ses som både hälsofrämjande och förebyggande då det har visats ha effekt på tillfredsställelsen i föräldraskapet och minskad stress för föräldrarna (Pålsson et al., 2019). Genom att stödja föräldrarnas egna relation och deras anknytning till barnet kan det ha en positiv påverkan och ge goda effekter i barnets utveckling (Sarkadi et al., 2008). Föräldrastödet kan främja jämställt föräldraskap och bör utformas utifrån ett jämlikt förhållningssätt där alla föräldrar oavsett kön, etnisk tillhörighet, funktionsnedsättning eller familjekonstellation ska inkluderas (Socialstyrelsen, 2015). Under de senaste decennierna har antalet män som deltagit i föräldrastöd kraftigt ökat och idag är ca 90% av de män som följer med till mödravårdscentraler deltagande, men det är fortfarande i lägre grad än kvinnor (World Health Organization [WHO], 2007).

2.5 Pappa-grupper

Regeringskansliets Jämställdhetsenhet och Landstingsförbundet drev under åren 1994-1995 ett Pappautbildningsprojekt i Sverige där syftet var att bland annat öka mäns uttag av föräldraledighet (SOU, 1997:161). Syftet var också att göra män medvetna om vikten av en aktiv papparoll samt att de blivande papporna skulle få stöd och vägledning i det kommande föräldraskapet (Kerstis, Wells & Andersson, 2018). Ett annat syfte var även att få både mannen och kvinnan att se möjligheten i att kunna kombinera familje- och yrkesliv. Detta drevs på 44 mödravårdscentraler inom fem regioner och inom flera landsting och kommuner ledde detta till ett fortsatt intresse för utveckling av pappa-grupper (SOU, 1997:161).

Utvärderingen av Pappautbildningsprojektet var mycket omfattande där en viktig aspekt var pappornas upplevelse och erfarenhet av deltagandet (SOU, 1997:161). Majoriteten upplevde pappa-gruppen som givande där de flesta hade ett behov av att tala om känslor och dela erfarenheter kring föräldraskapet med andra män och med en manlig gruppleddare.

Utvärderingen av Pappautbildningsprojektet visade på att många av papporna upplevde att de tog ett större ansvar i rollen som pappa och partner tack vare deltagandet (Hämeenniemi, 2006).

Flera studier belyser den nyblivna pappans önskan om ökad delaktighet för att kunna stötta sin partner och själv bli trygg i föräldraskapet (Wells, 2016; Deave & Johnson, 2008; Fägerskiöld, 2008; Bäckström & Hertfelt Wahn, 2011). I en studie av Kerstis et al., (2018) uttryckte manliga gruppleddare för pappa-grupper att deltagarna hade ett behov av att få ta del av andras erfarenheter och åsikter. Det framkommer även i en studie av Gage och Kirk (2002) där många män uttryckte ett behov av råd och stöd från de med tidigare erfarenhet, framförallt under den första tiden i graviditeten. Andra studier har visat att män som fått föräldrastöd blivit stärkta i sina färdigheter som nyblivna pappor och ökade engagemanget till det nyfödda barnet (Koivunen, Rothaupt & Wolfgram, 2009; SOU, 1997:161). Samtidigt beskriver Wells (2016) att pappor till viss del känner sig osedda i mödrahälsovården och att innehållet i de gemensamma föräldragrupper som idag erbjuds ofta fokuserar på kvinnan och hennes behov. Att fokus mestadels ligger på kvinnan och graviditeten var inte bara något negativt, utan något de också ansåg som viktigt, vilket framkom i en studie av Andersson, Norman, Kanlinder och Plantin (2016). Vidare beskriver de att det finns en genomgående önskan hos papporna att få känna sig mer inkluderade och involverade, men att de har svårt att veta vad som förväntas av dem. En stor del av det gemensamma

föräldrastöd som idag erbjuds behöver förändras för att attrahera och uppfylla båda föräldrarnas förväntningar (Andersson et al., 2016).

Idag drivs flera projekt med pappa-grupper i stora delar av landet och likt tidigare kan grupperna många gånger vara en plattform för att bland annat diskutera faderskapet och få verktyg för att kunna kommunicera med sin partner. Grupperna är också en inspiration för papporna att själva börja reflektera över sitt föräldraskap och hur de tillsammans med sin partner kan främja en mer jämställd relation (Kerstis et al., 2018). Det är också en plats där det för papporna kan kännas mer legitimt att diskutera känslor, upplevelser och att tidigt börja reflektera över vikten att skapa en relation till sitt barn och samtidigt bli stärkta i rollen som nybliven pappa (Kerstis et al., 2018).

2.6 Teoretisk referensram

Vald teoretisk referensram till denna studie är *maskulinitet* då normer för moderskap och faderskap präglas av könsbundna förväntningar och har en påverkan på rollerna i föräldraskapet (SKL, 2018). I skriften *Maskulinitet och jämställt föräldraskap* från SKL beskrivs könsbunda förväntningar där män förväntas vara prestationsinriktade och auktoritära medan kvinnor ska kunna uttrycka empati och ha ett omhändertagande beteende. Dessa beteenden benämns som maskulina eller feminina. De könsstereotypa normerna bidrar till en ojämställdhet mellan män och kvinnor och präglar därmed föräldraskapet (SKL, 2018). Begreppet maskulinitet bygger på en uppdelning av könet utifrån det sociala och biologiska könet, där det sociala ses som en konstruktion av en könsidentitet utifrån sociala och kulturella aspekter och är således föränderlig (Jämställdhetsmyndigheten, 2014). Det biologiska könet är däremot tämligen oföränderligt (Itulua-Abumere, 2013). Plantin (2001) menar att det finns svårigheter att generalisera maskulinitet som begrepp då stora variationer förekommer i mäns sätt att forma och uttrycka sin könstillhörighet. Under 80-talet presenterade den australiensiska forskaren Raewyn Connell den hegemoniska maskulinitetsteorin som ledde till vidare forskning och utveckling av olika maskulinitetstyper (Connell & Messerschmidt, 2005). Connell och Messerschmidt (2005) beskriver att det finns hierarkier av maskuliniteter och att de har ett mönster av hegemoni, där hegemoni kan beskrivas som toppen av en hierarki. Hearn et al., (2012) beskriver den hegemoniska maskuliniteten som det stereotypa mansideal där män som grupp är överordnade kvinnor. Normer som bygger på stereotypa idéer om att män och kvinnor

fungerar på olika sätt med olika egenskaper leder till traditionella förväntningar och värderingar på kvinnor och mäns beteenden (Hearn et al., 2012). Andra maskulinitetstyper är underordnad maskulinitet vilket kan beskrivas som grupper av män som är uteslutna rent kulturellt, ekonomiskt, juridiskt och politiskt. Marginaliserad maskulinitet som berättigar den hegemoniska maskuliniteten men utan att hota hierarkin (Jämställdhetsmyndigheten, 2014). Vidare beskriver Jämställdhetsmyndigheten (2014) den förhandlande/delaktiga maskulinitet som får patriarkaliska förmåner och upprätthåller genusordning samtidigt som de bygger allianser med kvinnor. I sig själva har de olika maskulinitetstyperna ingen betydelse. Det är i relation till varandra och i relation till de olika feministtyperna som de har betydelse (Jämställdhetsmyndigheten, 2014). Därmed har maskulinitet en stor påverkan på det blivande föräldraskapet och rollen som pappa (SKL, 2018).

2.7 Problemformulering

Historiskt sett har föräldraskapet i Sverige genomgått stora förändringar och politiska reformer har gjort det möjligt att kombinera både familje- och arbetsliv. Föräldrastödet har både en hälsofrämjande och förebyggande påverkan och stödjer paret i det kommande föräldraskapet. Pappors engagemang i graviditet och småbarnsåren har ökat, vilket har positiva hälsoeffekter individuellt, i relationen och för barnets hälsa och utveckling. Män som inte känner sig förberedda har svårigheter att ta sig an föräldraskapet och den nya rollen. Detta kan ha negativa effekter på både relationen till barnet och sin partner. Studier har visat att män upplever en viss avsaknad av stöd och vägledning inför det kommande föräldraskapet då deras perspektiv och upplevelser inte alltid tillgodoses i det gemensamma föräldrastöd som idag erbjuds. De få studier som har undersökt pappors upplevelse av pappa-grupper visar att de blivit stärkta i sin roll som förälder. Författarna till denna studie anser därför att det behövs mer forskning som belyser pappors upplevelse av pappa-gruppen och dess påverkan på relationen till sitt barn och sin partner.

3. Syfte

Syftet med denna studie är att undersöka hur pappan upplever att pappa-gruppen har påverkat relationen till barnet och partnern.

4. Metod

4.1 Studiedesign

Detta är en kvalitativ studie som har tagit del av data från en pågående kohortstudie som ingår i ett större projekt om pappa-grupper i Sverige. Kohortstudien baseras på ett frågeformulär med både öppna och slutna frågor. Den data som analyserats i denna studie baseras på enkätens öppna frågor.

4.2 Urval

De pappor som rekryterades för kohortstudien hade via rekommendationer från barnmorskor och BVC-sjuksköterskor deltagit i en pappa-grupp. Det fanns en viss variation huruvida papporna i studien hade medverkat före och/eller efter att barnet hade fötts. Av de som deltog var det 8 pappor som hade deltagit i en pappa-grupp under graviditeten, resterande när barnet var fött. Antal gånger papporna medverkat i pappa-gruppen varierade och antal deltagande pappor i grupperna var från sex till 10 stycken. Gemensamt för grupperna var att de alla hade en manlig kursledare som utbildats i kursen *Män för jämställdhet* (<https://mfj.se>).

Deltagarna var både förstagångs- och flerbarnspappor och bosatta i större svenska städer såsom exempelvis Stockholm och Göteborg. Medelåldern var 39,3 år och majoriteten av papporna var högskoleutbildade samt uppgav att de hade god ekonomi.

Tabell 1. Sociodemografisk bakgrund för de pappor som deltog i studien.

Ålder <i>m (SD)</i>	39.3 (6,4)	Högskoleutbildning <i>n (%)</i>	59 (88,1)
Förstagångspappor <i>n (%)</i>	39 (58,2)	God/ mycket god ekonomi <i>n (%)</i>	58 (87,9)

4.3 Datainsamling

En förfrågan om att delta i kohortstudien gjordes av respektive gruppleddaren till alla deltagare i pappa-grupperna. Enkäten skickades ut via mail till 87 pappor som hade deltagit i en pappa-grupp de senaste 4 åren. Av de 87 stycken som medgivit sitt samtycke till att medverka i studien var det sedan 57 deltagare som svarade på den öppna frågan om hur relationen till sin partner påverkats. 54 deltagare valde att svara på den andra öppna frågan om hur relationen till barnet påverkats av deltagandet. Data samlades in från januari till och med mars 2018.

4.4 Enkäten

Enkäten bestod av tre delar med sammanlagt 40 frågor. Den första delen bestod av bakgrundsfrågor och den andra delen mer ingående frågor om pappans upplevelse av deltagande i gruppen. Den tredje delen handlade om genomförande av EPDS, Edinburgh Postnatal Depression Scale, vilket är ett verktyg för att skatta depression post partum (Stockholms Läns Landsting [SLL], 2014). Det denna studie baseras på är de två öppna frågorna om pappans upplevelse av pappa-gruppen.

- *Beskriv hur deltagandet i pappa-gruppen påverkat relationen till din partner?*
- *Beskriv hur deltagandet i pappa-gruppen påverkat relationen till ditt barn?*

Alla svar tillhörande första frågan innehöll sammanlagt 1092 ord vilket resulterade i ett medeltal på 19 ord per svar. Alla svar tillhörande andra frågan innehöll sammanlagt 894 ord vilket resulterade i ett medeltal på 17 ord per svar.

4.5 Dataanalys

För analysering av data har författarna till denna studie använt sig av en kvalitativ manifest innehållsanalys som ansats och utgått från Lundman och Hällgren, Graneheim (2017).

Denna analysmetod används ofta inom vårdvetenskap för att granska och tolka textinnehåll samt identifiera mönster. Genom olika teman och kategorier kan variationer, likheter och skillnader urskiljas. Ett manifest tillvägagångssätt utgår från det uppenbara innehållet och innebär att analysera textnära (Lundman & Hällgren, Graneheim, 2017).

Tillvägagångssätt

För att få en känsla för helheten läste båda författarna igenom hela texten, analysenheten, upprepade gånger. De meningar som var relevanta för syftet plockades ut samtidigt som omgivande text togs med för att behålla sammanhanget. Dessa meningar blev de meningsbärande enheterna. De meningsbärande enheterna svarar på studiens syfte och består av meningar eller stycken med ett gemensamt budskap (Danielson, 2017). För att få ett mer tillförlitligt och textnära innehåll utfördes detta enskilt av författarna för att sedan jämföras mot varandra. Då syftet var utformat efter frågorna i enkäten var svaren relativt korta och koncisa vilket gjorde att meningarna många gånger redan var de meningsbärande enheterna. Många svar kunde därför i första steget inte kortas ner ytterligare eftersom det då direkt skulle bli en kondenserad meningsbärande enhet.

Författarna bearbetade texten vidare genom att de meningsbärande enheterna kortades ner men samtidigt behöll hela innehållet, de kondenserades. De kondenserade meningsenheterna kodades, jämfördes med varann och grupperades i kategorier. Kategorierna återspeglade det centrala budskapet i intervjuerna och utgjorde det manifesta innehållet. De kan enligt Graneheim och Lundman (2004); Danielson (2017) ses som en röd tråd mellan koderna. Sammanlagt utformades sex kategorier som alla svarade på syftet. Enligt Lundman och Hällgren, Graneheim (2017) utgör kategorierna det centrala budskapet i texten och innehåller flera koder med liknande innehåll. Slutligen formulerades ett tema.

Tabell 2. Exempel på hur koder och kategorier skapades.

Meningsbärande enhet	Kondenserad enhet	Kod	Kategori
<i>“Framförallt tror jag det betyder mycket för jämställdheten i vår relation. Att reflektera över ansvar i hemmet i och med att vi blivit föräldrar.”</i>	Det betyder mycket för jämställdheten i vår relation. Reflektera över ansvar i hemmet då vi blivit föräldrar.	Reflektion över jämställdhet	Främjat jämställdhet

4.6 Etiska överväganden

Studien som denna grundar sig på har prövats och beviljats godkännande av Etiska kommittén i Stockholm (no 2015/1661-31/5). Då denna studie är en magisteruppsats behövs enligt lagen om etikprövning som avser människor (SFS, 2003:460), inget etiskt godkännande. Författarna är väl medvetna om att en etiskt reflektion ska ske under hela forskningsprocessen.

I enlighet med Riktlinjer för etisk värdering av medicinsk humanforskning (Medicinska forskningsrådet [MFR], 2000) bygger denna studie på de fyra grundläggande etiska principerna; autonomiprincipen, godhetsprincipen, principen att inte skada och rättvisepincipen. Deltagarna fick skriftlig och muntlig information om studien och dess syfte. De informerades om att deltagandet var helt frivilligt och att alla uppgifter kommer behandlas konfidentiellt. Citat från insamlad data kommer inte kunna härröras till enskild individ. Denna studie är väl motiverad och strävar efter att tillhandahålla ny kunskap som i framtiden kan förbättra och utveckla arbetet med pappa-grupper.

5. Resultat

Efter noggrann bearbetning av data och analys av texten genom en innehållsanalys identifierades slutligen sex kategorier och ett tema; *Att bli stärkt i föräldrarollen*, som svarade på syftet, det vill säga hur papporna upplevde att deltagandet i pappa-gruppen har påverkat relationen till barnet och partnern. Resultatet presenteras utifrån följande kategorier: *Hjälp att bygga en relation, Främjat jämställdhet, Fått dela upplevelser med andra, Ökad reflektion och kommunikation kring föräldraskap, Stöd att hitta sin roll som pappa och Ingen påverkan*.

Tabell 3. Kategorier och tema

Kategorier	Tema
Hjälp att bygga en relation	Att bli stärkt i föräldrarollen
Främjat jämställdhet	
Fått dela upplevelser med andra	
Ökad reflektion och kommunikation kring föräldraskap	
Stöd att hitta sin roll som pappa	

5.1 Hjälp att bygga en relation

Papporna upplevde att deltagandet i pappa-gruppen påverkade dem genom att bli mer medvetna och måna om att skapa en egen relation till sitt barn. Deltagandet blev en hjälp till att utveckla en mer meningsfull relation och därmed också få en större förståelse för barnets behov. Betydelsen av hur viktig relationsskapandet var, både för en själv, barnet och partner, var något som många tog med sig från pappa-gruppen.

“Jag kände mig ännu mera viktig för mitt barn.” (Pappa nr 39)

*“Ett komplement till att få en mer meningsfull relation. Fått mig att fundera mer på hur jag är som förälder mot min son...”
(Pappa nr 18)*

Något som var starkt förknippat med det positiva i att delta i en pappa-grupp var att många uttryckte en tacksamhet för sin relation och partner. Genom att bli mer insatt i innebörden av att vara förälder gav det också en större förståelse för sin partners situation. Det i sin tur ledde till att många av papporna fick nya perspektiv på sin relation och medförde en större uppskattning generellt. Flera pappor uttryckte att deras partner uppskattade deras deltagande i pappa-gruppen och att det visade på en vilja och engagemang i föräldraskapet.

“Att få höra hur andra pappor gör och har det hemma gav perspektiv på min relation.” (Pappa nr 43)

“Mer tacksam för henne och för relationen.” (Pappa nr 39)

5.2 Främjat jämställdhet

Många pappor uttryckte att deltagandet i pappa-gruppen hade stor påverkan på jämställdheten i relationen. Genom ökad medvetenhet kring vad jämställdhet kan stå för bidrog det till att många pappor började reflektera över sin egen roll i relationen. Trots en upplevelse av att leva i en jämställd relation uttryckte en pappa svårigheter att upprätthålla jämställdheten i och med föräldraskapet då de satta könsrollerna var påtagliga. Att våga utmana könsroller i föräldraskapet ledde till ett ökat initiativtagande, ansvar och engagemang i papparollen, vilket hade en positiv påverkan på relationen. Hos de som ansåg att de levde i en jämställd relation, stärktes den uppfattningen av deltagandet i pappa-gruppen.

“Framförallt tror jag det betyder mycket för jämställdheten i vår relation. Att reflektera över ansvar i hemmet i och med att vi blivit föräldrar.” (Pappa nr 34)

Många av papporna uppskattade diskussioner och övningar som hade med tidsfördelning av arbetsuppgifter i hemmet att göra. Det ledde till att flera aktivt försökte ändra vissa strukturer i hemmet, något de inte hade varit fullt medvetna om innan. Genom att börja reflektera mer om ansvar i hemmet i och med det nya föräldraskapet bidrog det till att fler upplevde förhållandet som mer jämställt.

*“Den största påverkan för mig med pappagruppen var att få stöd att och väcka tankar om att utmana de satta föräldrarollerna. Det påverkade min relation på det sättet att jag engagerade mig mer i våra beslut som handlar om barnet.”
(Pappa nr 50)*

5.3 Fått dela upplevelser med andra

Att få dela och ta del av andras erfarenheter och upplevelser var något som många ansåg hade haft positiv påverkan, både på sig själva och synen på sin relation. Det var även utvecklande genom att få dela olika perspektiv med andra i liknande situation. Många upplevde att de fått stöd och råd av andra pappor, vilket stärkte känslan av att inte känna sig ensamma.

“Pappagrupperna har varit ett bra forum för att dela sina erfarenheter gällande olika delar av föräldraskapet, få respons, och höra andras erfarenheter. En vag, men ändå träffande formulering, är att det stärkt min relation till mitt barn...”
(Pappa nr 27)

En pappa uttryckte att gruppen varit viktig för honom då han för första gången upplevde att han blev lyssnad på och fick sin oro bekräftad. Det var även en bidragande faktor till att bli tryggare i rollen som förälder, vilket gav positiv påverkan på relationen till både barn och partner.

“Fått stöd, råd tagit del av andras erfarenheter som bidragit till att jag känt mig tryggare i min papparoll vilket i sin tur bidragit till en bättre relation till barnets moder...”. (Pappa nr 11)

5.4 Ökad reflektion och kommunikation kring föräldraskap

En stor del av papporna upplevde att deltagandet i gruppen öppnat upp för diskussion med sin partner. Många kände att de fick med sig konkreta ämnen att diskutera och utveckla i det vardagliga livet vilket ledde till ett bättre samarbete i relationen. Det kunde handla om hur man såg på själva föräldraskapet, relationen, såväl som hur man gemensamt kommer fram till att uppfostra barnet. Genom att få diskutera i grupp med andra i samma situation upplevde pappor att det bidrog till en bättre och tydligare kommunikation. Nya tankesätt och perspektiv från andra deltagare, med frågeställningar utifrån ett manligt perspektiv, var bidragande till att lättare kunna kommunicera och uttrycka sig till sin partner.

“Vi har diskuterat de ämnen som togs upp för diskussion på pappagruppen. De diskussionerna har lett till att vi gemensamt kommit fram till olika saker när det gäller hur vi vill ha det i vårt förhållande...” (Pappa nr 17)

Att dela nya tankesätt och perspektiv med andra gav även en ökad förmåga till reflektion. Både att få reflektera om uppfostran, föräldraskap och sin medvetenhet om hur och vad som kan påverka relationen till sitt barn och sin roll i familjen. Genom att få reflektera med andra om hur man såg på föräldraskapet fick många en större insikt om vikten att vara en mer engagerad och närvarande förälder och på så sätt skapa en större delaktighet till barnet.

“Jag har blivit mer benägen att ta initiativ kring barnens omvårdnad och uppväxt, generellt mer benägen att ta ansvar för barnen. Detta genom att få reflektera kring papparollen, diskutera med andra nyblivna pappor. ” (Pappa nr 23)

5.5 Stöd att hitta sin roll som pappa

En stor del kände att de blev stärkta och tryggare i sin roll som pappa, vilket också var bekräftande hos de som redan kände sig relativt trygga i sin papparoll.

Många uppgav att deras självförtroende och självkänsla i föräldrarollen stärktes av att få dela tankar med andra, vilket de uttryckte hade en positiv påverkan på relationen till barnet och sin partner. En pappa ansåg inte att pappa-gruppen haft varken en positiv eller negativ påverkan på relationen men beskriver hur deltagandet hjälpte honom att finna sin plats i den nya familjekonstellationen tack vare ett ökat självförtroende.

“Pappagruppen hjälpte mig att bli mer bekväm i min roll som pappa.” (Pappa nr 22)

Flera uttryckte en ökad acceptans och förståelse för sig själva och sin föräldraroll. Genom att vara mer accepterande och således släppa kraven på att vara en perfekt förälder, fann många en tryggare roll som pappa.

“Bättre, förståelse och att inte sätta så mycket press på sig själv.

Bara att vara där räcker.” (Pappa nr 10)

5.6 Ingen påverkan

Vissa pappor var tveksamma eller ansåg inte att pappa-gruppen hade påverkat relationen till sitt barn eller partner. Även då vissa uttryckte att gruppen inte hade haft någon större betydelse för relationen kunde några ändå medge att träffarna inte var helt oväsentliga. Exempelvis uppgav några av papporna att gruppledaren och gruppen gav dem konkreta verktyg och öppnade upp för nya ämnen att diskutera hemma med sin partner.

“Ganska lite. Fick några konkreta tips på saker att göra eller prata om.” (Pappa nr 41)

Några ansåg att deltagandet inte hade påverkat relationen till barnet i varken positiv eller negativ riktning. De pappor som var tveksamma till att relationen hade påverkats upplevde redan att de var närvarande och hade en bra relation till sitt barn. En del kunde inte helt utesluta om deltagandet hade haft någon betydelse för dem, möjligtvis kunde det haft en omedveten påverkan.

“Även här tveksamt om det påverkat min relation till mitt barn.

Jag har valt att vara en viktig och närvarande person i mitt

barns liv, och pappagruppen har inte haft någon påverkan i

detta, självklara, sätt att tänka.” (Pappa nr 3)

6. Diskussion

6.1 Resultatdiskussion

I resultatet framkom det att deltagandet i pappa-gruppen hade en påverkan både på relationen till barnet och till partnern, däremot upplevde en stor del av papporna att det fanns en generellt större påverkan på relationen till sin partner. Många pappor upplevde att parrelationen förändrades i och med att de blivit föräldrar och att pappagruppen var ett stöd i den processen. Genom att få reflektera och ta del av andras erfarenheter upplevde många av papporna att det var lättare att kommunicera med sin partner. Dels genom att få konkreta

ämnena att diskutera angående föräldraskapet men också genom att vidga sina perspektiv, vilket gav en ökad förståelse och tacksamhet gentemot sin partner. Många ansåg att de genom en ökad reflektion och nya perspektiv började ifrågasätta könsroller och blivit mer medvetna om vad ett jämställt föräldraskap innebar, vilket resulterade i en strävan att bli mer delaktiga och engagerade som pappor. Genom denna medvetenhet kände många av deltagarna att de blivit mer måna om att skapa en egen relation till sitt barn och insåg att de faktiskt kan påverka.

Hur pappan påverkas av att samtala i grupp

Att få delta och samtala i grupp var något som de flesta upplevde som positivt. De som ansåg att pappa-gruppen inte haft någon påverkan på relationen till varken sitt barn eller partner uppgav ändå att det gav dem något att träffa andra pappor i ett gruppsammanhang. Flera studier belyser pappors behov av att få ta del av andras erfarenheter och åsikter (Gage & Kirk 2002; Kerstis et al., 2018), vilket också framkom i denna studies resultat och var något som många av papporna uppskattade med pappa-gruppen. Plantin (2001) menar att det kan saknas förebilder för dagens pappor då deras egna fäder oftast varit yrkesorienterade och frånvarande till skillnad från många mammor som ofta hittar en tydlig förebild hos sin egen mamma eller kvinnor i sin omgivning. Det framkom även i en studie av Deave och Johnson (2008) där papporna upplevde att de hade få personer i sin omgivning de kunde vända sig till för att inhämta stöd. Blivande pappor kan därför ha ett behov av att hitta förebilder hos andra män. Författarna har reflekterat kring om dagens samhälle till stor del präglas av ett individualistiskt synsätt och där gruppens påverkan på individen möjligtvis kan vara av stor betydelse för att kunna stötta varandra i det nya livet som förälder. Kan ett mer kollektivistiskt tankesätt där människor tillsammans stödjer varandra i det kommande föräldraskapet bidra till ett mindre individualistiskt samhälle?

Det var tydligt i resultatet att pappor upplevde stöd från andra deltagare vilket också gjorde dem mer trygga i sin egen roll då deras självförtroende stärktes. De upplevde att deras delaktighet till barnet blev större när det fick möjlighet att reflektera med andra och få insikt om vikten av att vara en engagerad och närvarande förälder. Deave och Johnson (2008); Fägerskiöld (2008); Bäckström och Hertfelt Wahn (2011) menar att för att själva bli trygga i föräldraskapet och kunna vara en stöttande partner finns ett behov hos nyblivna pappor att själva få stöd för att kunna vara delaktiga och agera stöd. Tidigare forskning visar på att många pappor känner sig exkluderade i den svenska mödravården och att det till viss del

inte finns utrymme för mannens funderingar och frågor (Wells, 2016; Jungmarker, Lindgren & Hildingsson, 2010). I denna studies resultatet framkom det att många av papporna hade ett behov av att få diskutera frågor ur ett manligt perspektiv, frågor som papporna upplevde att mödrahälsovården riktade till enbart kvinnan. Scambor et al., (2014) understryker vikten av att inkludera och se män som aktiva pappor för att stärka dem i rollen som vårdgivare till sina barn. Att låta papporna ta ett större ansvar påverkar inte bara dem själva utan är också förknippat med ett ökat välbefinnande hos mamman och tillfredsställelse i parets relation (Scambor et al., 2014).

Större påverkan på relationen till partner

En del pappor upplevde att deltagandet i pappa-gruppen inte hade lika stor påverkan på relationen till barnet som i relationen till sin partner. Dock går det att tyda utifrån resultatet att relationen till partnern även påverkade relationen till barnet. Plantin (2001) menar att i förhållanden där par varit otillfredsställda på grund av minskad jämställdhet, såsom exempelvis skev arbetsfördelning i hemmet, resulterade i ett generellt missnöje i relationen. Det kunde leda till en nedåtgående spiral med minskad tolerans och engagemang för varandra. I en studie av Kohn et al., (2012) påvisas att en minskad tillfredsställelse i relationen även kan ha negativa effekter på barnet. Då deltagare i pappa-gruppen kände att parrelationen utvecklades genom bland annat ökad förståelse för varandra, kommunikation sinsemellan samt strävan efter jämställdhet, upplevde papporna en djupare och mer meningsfull relationen till sitt barn. Skillnaden i påverkan kan eventuellt skildras av att relationen till barnet är en ny relation som möjligtvis inte går att jämföra med tidigare upplevelser och därför svårt att urskilja en påverkan ur ett kortare perspektiv. Däremot kan det vara lättare att urskilja en förändring i den bestående parrelationen i och med föräldraskapet. Det skulle kunna vara en förklaring till att papporna ansåg att relationen till partnern påverkades i större utsträckning.

Maskulinitet

I resultatet framkom det att papporna upplevde att deltagandet i pappa-gruppen hade främjat ett mer jämställt föräldraskap i och med att de blivit mer medvetna om vad det innebar. Genom ifrågasättande av satta könsroller blev pappor mer benägna att engagera sig, ta större ansvar och aktivt försöka ändra strukturer i hemmet. Att få reflektera med andra pappor i samma situation bidrog även till att många pappor upplevde ett ökat självförtroende och därmed blev tryggare i rollen som pappa, vilket kan ha haft en positiv påverkan på deras syn

på dem själva som omhändertagande pappor. Betydelsen av ett ökat engagemang och att bli stärkta i sin roll som förälder går att jämföras med en studie av Brandt och Kvande (2018). Där framkom det att pappor som tillbringat mer tid hemma med sitt barn, upplevde att deras tilltro till sin egen omsorg för barnet växte när de fick chans att växa i sin föräldraroll och många av deltagarna i studien uttryckte att den erfarenheten ökade deras självförtroende i faderskapet och deras maskulina identitet (Brand & Kvande, 2018).

Genom att pappor tillsammans kan reflektera och ifrågasätta de satta könsrollerna och strukturer som ligger till grund för dagens normer tror författarna att det kan öka möjligheten till mer jämställda relationer och föräldraskap. Då könsroller ifrågasätts, ifrågasätts kanske även maskuliniteten och dess inverkan på föräldraskapet och relationen? Plantin (2001) menar att det finns svårigheter att generalisera maskulinitet som begrepp då det varierar utifrån sammanhang och person, vilket gör att innebörden kan vara olika. Elliott (2016) beskriver maskulinitet som föränderlig där en omsorgsfull maskulinitet utesluter dominans och omarbetar de traditionella maskulina egenskaper som beskyddande till mer emotionella, relationella och omsorgsorienterade. Egenskaper som utgår ur ett mer feministiskt perspektiv (Elliott, 2016). Det kan jämföras med den förhandlande/delaktiga maskulinitet som Jämställdhetsmyndigheten (2014) beskriver som den maskulinitetstyp som bygger allianser med kvinnor. Johansson och Klinth (2008) beskriver även den hegemoniska strukturen som föränderlig och där män förväntas vara mer aktiva i barnomsorgen och leva upp till ideal för jämställdhet.

Författarna tror att pappa-gruppen kan ha en påverkan på maskuliniteten i föräldraskapet eftersom många av de deltagande pappor i denna studie uttryckte att de började reflektera mer kring jämställdhet och sin egen roll i familjekonstellationen. Att papporna hade ett behov att få reflektera innebörden av jämställdhet i föräldraskapet visar möjligen på att strukturella normer kan ha en stark inverkan men att det hos papporna också fanns en vilja och strävan till förändring. Strukturella förutsättningar såsom föräldraförsäkring, samhälleliga maktstrukturer och institutionella arrangemang har visats påverka hur pappor tar sig an föräldraskapet (Plantin, 2001). Idag finns goda förutsättningar för män att kunna ta ut flera pappadagar, men författarna anser att de behöver bli mer medvetna om att de själva faktiskt kan påverka. Pappor som får möjlighet att reflektera över sitt föräldraskap tillsammans med andra har påvisats i större utsträckning våga ifrågasätta strukturella normer och blir mer benägna att prioritera familjelivet (Kerstis et al., 2018).

6.2 Metoddiskussion

Trovärdigheten

En kvalitativ ansats valdes att användas till denna studie, då syftet var att beskriva hur pappor upplevde att deltagandet i pappa-grupp påverkat relationen till barnet och sin partner. Eftersom målet var att beskriva deltagarnas erfarenhet och upplevelse i en djupare kontext ansåg författarna att en kvantitativ ansats inte var lämplig. Enligt Danielson (2017) ger den kvalitativa metoden en mer ingående förståelse över erfarenheter kring ett fenomen. Den del av enkäten som författarna valde att studera var två öppna frågor där papporna fick möjlighet att fritt uttrycka sina upplevelser av pappa-gruppen och dess påverkan på relationen. Av de 87 pappor som uppgav ett intresse av att delta i studien, var det 67 stycken som slutförde enkäten. Av dessa 67 pappor var det 57 respektive 54 stycken som svarade på de öppna frågorna i enkäten, vars data har presenterats i denna studie. Hur många pappor som totalt faktiskt blev tillfrågade och hur de valdes ut är för författarna okänt, vilket således kan påverka trovärdigheten negativt.

Enkäten skickades ut via mail, vilket gjorde att papporna själva kunde avsätta tid för att besvara frågorna. Enligt Ali och Skärsäter (2017) kan det vara en fördel att befinna sig på en plats och på en tidpunkt som deltagarna själva valt. Till skillnad från en intervju påverkades papporna inte av hur någon ställde frågorna och ingen person rörande studien fanns närvarande, vilket författarna möjligtvis tror kan ha påverkat ärligheten i svaren. Den negativa aspekten med att de kvalitativa frågorna besvarades med hjälp av en enkät kan vara att all icke-verbal kommunikation missats (Ali & Skärsäter, 2017). Det fanns heller ingen möjlighet till att ställa följdfrågor till de svar som var kortfattade, som exempelvis när någon av deltagarna svarat "ingen påverkan". Då svaren på frågorna var relativt korta med ett medeltal på 17 respektive 19 ord begränsade det resultatet, vilket även kan minska trovärdigheten.

Trovärdigheten kan minska då författarna inte hade någon tidigare erfarenhet av att genomföra en manifest innehållsanalys. Däremot har handledning skett i grupp med andra studenter och tillsammans med en handledare som kunnat granska materialet. Enskild handledning har kontinuerligt fortlöpt under hela arbetet med studien för att ge stöd och råd samt säkerställa att processen gått korrekt till. Detta tror författarna kan göra att pålitligheten och trovärdigheten till studien således stärks. Att det finns en utomstående person som

granskar hela analysprocessen kan enligt Henricson (2017) öka trovärdigheten och pålitligheten i resultatet.

Vid analys av data valde författarna en manifest innehållsanalys då de ville att innehållet skulle beskrivas så textnära som möjligt för att få fram ett resultat med hög trovärdighet. Enligt Graneheim och Lundström (2004) handlar både manifest och latent analys om tolkning men de varierar i abstraktionsnivå och djup. En latent innehållsanalys utgår från textens underliggande budskap men på en mer tolkande nivå. Samtidigt kan en alltför textnära tolkning genom hela analysprocessen öka risken för att helheten går förlorad (Lundman & Hällgren, Graneheim, 2017). Författarna har analyserat texten med en viss grad av tolkning för att kunna se sammanhang och mönster i resultatet. Då svaren från de två frågorna i enkäten var relativt korta och svarade på syftet, var vissa meningar redan från början meningsbärande enheter, vilket kan öka trovärdigheten till resultatet. Enligt Graneheim och Lundström (2004) ökar trovärdigheten om de mest lämpliga meningsenheterna tas ut.

Tillförlitlighet

Då författarna inte haft någon tidigare erfarenhet av pappa-grupper ansåg det inte finnas någon större risk för förförståelse i ämnet. Däremot har författarna varit medvetna om att en viss förförståelse alltid kan finnas närvarande vid tolkning av material, vilket har beaktats och reflekteras över under hela processen. Reflexiviteten kan således öka eftersom författarna har försökt att vara medvetna om sin förförståelse. Henricson (2017) menar att förförståelsens risk att påverka resultatet kan minska om författarna tillsammans diskuterar och reflekterar över dess innebörd.

Det första steget i analysen utfördes enskilt av författarna. Resterande bearbetning av materialet har skett gemensamt för att tillsammans kunna analysera och tolka innehållet samt noggrant utforma koder och kategorier. Detta anses öka tillförlitligheten till det utarbetade resultatet. En tydlig redovisning av varje steg i innehållsanalysen och att det går att verifiera i resultatet skapar en hög tillförlitlighet (Danielson, 2017).

Överförbarhet

Hällgren-Granheim och Lundman (2017) beskriver begreppet överförbarhet i huruvida resultatet kan överföras till andra grupper eller situationer. Då studien inte var limiterad till

förstagångspappor kan det öka överförbarheten. Samtidigt förekom demografiska likheter hos deltagarna där majoriteten var högskoleutbildade och hade god ekonomi vilket i sin tur minskar överförbarheten. De deltagare som tillfrågades hade under de fyra senaste åren någon gång deltagit i en pappa-grupp. Det kan ha påverkat svaren då vissa pappor kan ha förträngt eller glömt upplevelsen av pappa-gruppen då det för några av deltagarna var en tid sedan. Samtidigt kan den positiva aspekten vara att dessa pappor lättare kunnat se gruppens påverkan på relationen på längre sikt.

Etiskt övervägande

Författarna har under hela arbetets gång följt och tagit hänsyn till Riktlinjer för etisk värdering av medicinsk humanforskning (Medicinska forskningsrådet, 2000). Alla deltagare fick muntlig och skriftlig information rörande studien och var väl medvetna om att deltagandet var frivilligt och att alla uppgifter kommer att behandlas konfidentiellt. Deltagarna var helt anonyma för författarna när de tog del av den redan insamlade data. För att avidentifiera ytterligare valde författarna att vid citat i resultatdelen namnge varje deltagare med "pappa 1" och "pappa 2". Ali och Skärsäter (2017) menar att citering av text kan innebära ett etiskt dilemma eftersom det inte går att utesluta fullständig anonymitet när en person citeras. Däremot kan trovärdigheten ifrågasättas om det inte går att ta upp delar från forskningens data.

7. Slutsats

Papporna upplevde att deltagandet i pappa-gruppen påverkade relationen till både barnet och partner genom att pappan fick reflektera kring föräldraskapet och bli mer mån om att skapa en egen relation till sitt barn. Genom att få samtala i grupp och dela erfarenheter med andra skapades förutsättningar och en medvetenhet till att sträva efter ett mer jämställt föräldraskap samtidigt som det var en hjälp att hitta sin roll i den nya familjekonstellationen. Gruppen påverkade även deltagarna genom bättre kommunikation och ökad förståelse gentemot sin partner. Det finns ett behov hos papporna att få lyfta ämnen som många gånger inte besvaras i det gemensamma föräldrastöd som idag erbjuds. Därmed kan slutsatsen dras att pappa-grupper behövs och är en plattform där blivande eller nyblivna pappor kan få stöd och vägledning in i det nya föräldraskapet.

8. Klinisk relevans och förslag till vidare forskning

Då denna studie stödjer det faktum att deltagandet i pappa-grupper främjar relationen till barnet och partner och således bekräftar tidigare forskning om gruppens påverkan, anses studien vara relevant. Den kunskap som studien genererat kan tillämpas och bidra till en fortsatt utveckling av pappa-grupper. Därmed finns således starka motiv för att mer forskning behövs i ämnet för att ytterligare lyfta pappa-gruppernas påverkan. Förslag till vidare forskning skulle kunna vara genom intervjustudier och då möjliggöra mer djupgående intervjuer med pappor och deras upplevelse av gruppen. Ytterligare förslag på vidare forskning och som möjligtvis kan ha betydelse för utvecklingen av grupperna, är att undersöka mer ingående hur gruppens stöd och dynamik påverkar upplevelsen. Möjligtvis kan det finnas parametrar och faktorer av betydelse om det förekommer skillnader i hur papporna upplever att delta i en pappa-grupp.

9. Referenser

- Ahldén, I., Göransson, A., Josefsson, A., & Alehagen, S. (2008). Parenthood Education in Swedish Antenatal Care: Perceptions of Midwives and Obstetricians in Charge. *The Journal of Perinatal Education*, 17(2), 21–27. <https://doi.org/10.1624/105812408X298354>
- Ali, L., & Skärsäter, I. (2017). Att använda internet vid datainsamling. I M. Henricson. (Red). (2017). *Vetenskaplig teori och metod : från idé till examination inom omvårdnad* (ss.225-227). (Andra upplagan.). Lund: Studentlitteratur AB.
- Andersson, E., Christensson, K., & Hildingsson, I. (2012). Parents' experiences and perceptions of group-based antenatal care in four clinics in Sweden. *Midwifery*, 28(4), 442–448. <https://doi.org/10.1016/j.midw.2011.07.006>
- Andersson, E., Norman, Å., Kanlinder, C., & Plantin, L. (2016). What do expectant fathers expect of antenatal care in Sweden? A cross-sectional study. *Sexual & Reproductive Healthcare*, 9, 27–34. <https://doi.org/10.1016/j.srhc.2016.06.003>
- Barker, B., Iles, J. E., & Ramchandani, P. G. (2017). Fathers, fathering and child psychopathology. *Current Opinion in Psychology*, 15, 87–92. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2017.02.015>
- Bergström, M. (2011). Continuous support in labour has beneficial effects for mother and baby. *Evidence Based Medicine*, 16(6), 182–183. <https://doi.org/10.1136/ebm1409>
- Brandth, B., & Kvande, E. (2018). Masculinity and Fathering Alone during Parental Leave. *Men and Masculinities*, 21(1) 72-90. DOI: 10.1177/1097184X16652659
- Bäckström, C., & Hertfelt Wahn, E. (2011). Support during labour: first-time fathers' descriptions of requested and received support during the birth of their child. *Midwifery*, 27(1), 67–73. <https://doi.org/10.1016/j.midw.2009.07.001>
- Connell, R. W., & Messerschmidt, J. W. (2005). Hegemonic Masculinity: Rethinking the Concept. *Gender & Society*, 19(6), 829–859. <https://doi.org/10.1177/0891243205278639>

Danielson, E. (2017). Kvalitativ innehållsanalys: Innehållsanalysens olika delar. I M. Henricson. (Red). (2017). *Vetenskaplig teori och metod : från idé till examination inom omvårdnad* (ss. 286-287). (Andra upplagan.). Lund: Studentlitteratur AB.

Deave, T., & Johnson, D. (2008). The transition to parenthood: what does it mean for fathers? *Journal of Advanced Nursing*, 63(6), 626–633.
doi: 10.1111/j.1365-2648.2008.04748.x,

Doss, B. D., & Rhoades, G. K. (2017). The transition to parenthood: impact on couples' romantic relationships. *Current Opinion in Psychology*, 13, 25–28.
<https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2016.04.003>

Doss, B. D., Rhoades, G. K., Stanley, S. M., & Markman, H. J. (2009). The Effect of the Transition to Parenthood on Relationship Quality: An 8-Year Prospective Study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 96(3), 601–619. <https://doi.org/10.1037/a0013969>

Edelstein, R. S., Chopik, W. J., Saxbe, D. E., Wardecker, B. M., Moors, A. C., & LaBelle, O. P. (2017). Prospective and dyadic associations between expectant parents' prenatal hormone changes and postpartum parenting outcomes. *Developmental Psychobiology*, 59(1), 77–90. <https://doi.org/10.1002/dev.21469>

Elliot, K. (2016). Caring Masculinities: Theorizing an Emerging Concept. *Men and Masculinities*, 19(3) 240-259. DOI: 10.1177/1097184X15576203

Feldman, R., & Bakermans-Kranenburg, M. J. (2017). Oxytocin: a parenting hormone. *Current Opinion in Psychology*, 15, 13–18. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2017.02.011>

Fägerskiöld, A. (2008). A change in life as experienced by first-time fathers. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 22(1), 64-71. <https://doi.org/10.1111/j.1471-6712.2007.00585.x>

Försäkringskassan (2017). *Pappor tar ut allt större andel av föräldradagarna – tydlig ökning på tio år*. Hämtad 2019-09-25 från:
https://www.forsakringskassan.se/!ut/p/z0/LYqxCsMwDAW_pUNG4ZRu3fIXIUt5xKpr4khGVhP693Wh03HHhSXYREcOcGzCkr3-

Vz3e4W_huttGsZVxVm88cO4VZWWDx7G2qX9sXOMXCCRpRfUqkYOo7cTSnFqrmZ
Mv6EQDnqqoURDRIIJyD-x5ES6SZZEtYesBA1my5fMTkyFw!!/

Gage, J. D., & Kirk, R. (2002). First-time fathers: perceptions of preparedness for fatherhood. *The Canadian Journal of Nursing Research = Revue Canadienne de Recherche En Sciences Infirmières.*, 34(4), 15–24.

Genesoni, L., Tallandini, M. A. (2009). Men's Psychological Transition to Fatherhood: An Analysis of the Literature, 1989-2008. *Birth issues in perinatal care*, 36(4), 305-318.
<https://doi-org.proxy.kib.ki.se/10.1111/j.1523-536X.2009.00358.x>

Gordon, I., Zagoory-Sharon, O., Leckman, J. F., & Feldman, R. (2010). Oxytocin and the Development of Parenting in Humans. *Biological Psychiatry*, 68(4), 377–382.
<https://doi.org/10.1016/j.biopsych.2010.02.005>

Graneheim, U. H., & Lundman, B. (2004). Qualitative content analysis in nursing research: concepts, procedures and measures to achieve trustworthiness. *Nurse Education Today*, 24(2), 105–112. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2003.10.001>

Hearn, J., Nordberg, M., Andersson, K., Balkmar, D., Gottzén, L., Klinth, R., Pringle, K., Sandberg, L. (2012). Hegemonic Masculinity and Beyond: 40 Years of Research in Sweden. *Men and Masculinities*, 15(1), 31–55. <https://doi.org/10.1177/1097184X11432113>

Henricson, M. (2017). Diskussion: Metoddiskussion. I M. Henricson. (Red). (2017). *Vetenskaplig teori och metod : från idé till examination inom omvårdnad* (ss. 412-415). (Andra upplagan.). Lund: Studentlitteratur AB.

Howat, P., Hauck, Y. L., Maycock, B., Tohotoa, J., Burns, S., & Binns, C. W. (2009). Dads make a difference: an exploratory study of paternal support for breastfeeding in Perth, Western Australia. *International Breastfeeding Journal*, 4(1), 15.
<https://doi.org/10.1186/1746-4358-4-15>

Hunter, T., & Cattelona, G. (2014). Breastfeeding initiation and duration in first-time mothers: exploring the impact of father involvement in the early post-partum period. *Health Promotion Perspectives*, 4(2), 132–136. <https://doi.org/10.5681/hpp.2014.017>

Hämeenniemi, M. (2006). *Pappagruppens betydelse för småbarnspappor i det senmoderna samhället*. (Examensarbete, Mälardalens Högskola, Stockholm). Hämtad 2019-09-27 från <http://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:120660/FULLTEXT01.pdf>

Itulua-Abumere, F. (2013). Understanding Men and Masculinity in Modern Society. *Open Journal of Social Science Research*, 1(2), 42-45. DOI: 10.12966/ojssr.05.05.2013

Johansson, T., & Klinth, R. (2008). Caring Fathers: The Ideology of Gender Equality and Masculine Positions. *Men and Masculinities*, 11(1), 42–62. <https://doi.org/10.1177/1097184X06291899>

Jungmarker, E. B., Lindgren, H., & Hildingsson, I. (2010). Playing Second Fiddle Is Okay—Swedish Fathers' Experiences of Prenatal Care. *Journal of Midwifery & Women's Health*, 55(5), 421–429. <https://doi.org/10.1016/j.jmwh.2010.03.007>

Jämställdhetsmyndigheten (2014). *Genus och maskulinitet*. Hämtad 2019-10-18 från: <https://www.jamstall.nu/wp-content/uploads/2014/01/Maskulinitetsteori-pdf.pdf>

Kerstis, B., Wells, M. B., & Andersson, E. (2018). Father group leaders' experiences of creating an arena for father support - A qualitative study. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 32(2), 943–950. <https://doi.org/10.1111/scs.12529>

Kohn, J. L., Rholes, S. W., Simpson, J. A., Martin, A. M., Tran, S., & Wilson, C. L. (2012). Changes in Marital Satisfaction Across the Transition to Parenthood: The Role of Adult Attachment Orientations. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 38(11), 1506–1522. <https://doi.org/10.1177/0146167212454548>

Koivunen, J. M., Rothaupt, J. W., & Wolfgram, S. M. (2009). Gender Dynamics and Role Adjustment During the Transition to Parenthood: Current Perspectives. *The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families* 17(4) 323-328.
DOI: 10.1177/1066480709347360.

Lundman, B., & Hällgren, Graneheim, U. (2017). Kvalitativ innehållsanalys: Metodologiska aspekter. I B. Höglund-Nielsen & M. Granskär. (Red). (2017). *Tillämpad kvalitativ forskning inom hälso- och sjukvård* (ss. 212-218). (Tredje upplagan.) Lund: Studentlitteratur.

Mcbride, C. M., Baucom, D. H., Peterson, B. L., Pollak, K. I., Palmer, C., Westman, E., & Lyna, P. (2004). Prenatal and postpartum smoking abstinence a partner-assisted approach. *American Journal of Preventive Medicine*, 27(3), 232–238.
<https://doi.org/10.1016/j.amepre.2004.06.005>

Medicinska forskningsrådet [MFR]. (2000). *Riktlinjer för etisk värdering av medicinsk human forskning*. Hämtad 2019-09-26 från: <http://infovoice.se/fou/bok/diverse/etik2000.pdf>

Män för jämställdhet. (u.å). Hämtad 2019-10-17 från <https://mfj.se/engagera-pappor/>

Petersson, C., Petersson, K., & Håkansson, A. (2003). General parental education in Sweden: participants and non-participants. *Scandinavian Journal of Primary Health Care*, 21(1), 43–46. <https://doi.org/10.1080/02813430310000555>

Plantin, L. (2001). *Män, familjeliv och föräldraskap*. (1. uppl.) Umeå: Boréa.

Pålsson, P., Kvist, L. J., Persson, E. K., Kristensson Hallström, I., & Ekelin, M. (2019). A survey of contemporary antenatal parental education in Sweden: What is offered to expectant parents and midwives' experiences. *Sexual & Reproductive Healthcare*, 20, 13–19. <https://doi.org/10.1016/j.srhc.2019.01.003>

Redshaw, M., & Henderson, J. (2013). Fathers' engagement in pregnancy and childbirth: evidence from a national survey. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 13(1), 70.
<https://doi.org/10.1186/1471-2393-13-70>

Ringbäck, Weitoft, G., Burström, B., & Rosén, M. (2004). Premature mortality among lone fathers and childless men. *Social Science & Medicine*, 59(7), 1449–1459.

<https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2004.01.026>

Sarkadi, A., Kristiansson, R., Oberklaid, F., & Bremberg, S. (2008). Fathers' involvement and children's developmental outcomes: a systematic review of longitudinal studies. *Acta Pædiatrica*, 97(2), 153–8. <https://doi.org/10.1111/j.1651-2227.2007.00572.x>

Scambor, E., Bergmann, N., Wojnicka, K., Belghiti-Mahut, S., Hearn, J., Holter-Gullvåg, Ø., Gärtner, M., Hrženjak, M., Scambor, C., & White, A. (2014). Men and Gender Equality: European Insights. *Men and Masculinities*, 17(5), 552–577.

<https://doi.org/10.1177/1097184X14558239>

SFS (1949:381). *Föräldrabalken*. Stockholm: Riksdagen. Hämtad 2019-09-18 från:

https://www.riksdagen.se/sv/dokument-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/foraldrabalk-1949381_sfs-1949-381

SFS (2003:460). *Lag om etikprövning av forskning som avser människor*. Stockholm:

utbildningsdepartementet. Hämtad 2019-09-27 från: https://www.riksdagen.se/sv/dokument-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/lag-2003460-om-etikprovning-av-forskning-som_sfs-2003-460

Shannon, J. D., Cabrera, N. J., Tamis-LeMonda, C., & Lamb, M. E. (2009). Who Stays and Who Leaves? Father Accessibility Across Children's First 5 Years. *Parenting*, 9(1-2), 78–100. <https://doi.org/10.1080/15295190802656786>

Socialstyrelsen (2015). *Föräldrastöd inom hälso- och sjukvård*. Hämtad 2019-09-19 från:

<https://www.socialstyrelsen.se/globalassets/sharepoint-dokument/artikelkatalog/ovrigt/2015-12-38.pdf>

SOU 2005:73. *Föräldraförsäkringens måluppfyllelse och resultat*. Stockholm: Statens offentliga utredningar. Hämtad 2019-09-18 från:

<https://www.regeringen.se/49b6ad/contentassets/affc89637a3049a39577babf5e5f3a4a/del-4-t.o.m-kap.7-reformerad-foraldradorsakring---karlek-omvardnad-trygghet>

SOU 1997:161. *Stöd i föräldraskapet. Betänkande av utredningen om föräldrautbildningen*. Stockholm: Statens offentliga utredningar. Hämtad 2019-09-19 från http://www.riksdagen.se/sv/dokument-lagar/dokument/statens-offentliga-utredningar/sou-1997-161-_GLB3161

SOU 1978:5. *Föräldrautbildning. 1. Kring barnets födelse*. Stockholm: Socialdepartementet. Hämtad 2019-09-19 från: <https://lagen.nu/sou/1978:5>

Stockholms Läns Landsting [SLL] (2014). *Regionalt Vårdprogram - psykisk sjukdom i samband med graviditet och spädbarnsperiod*. Hämtad 2019-09-13 från: http://www1.psykiatristod.se/Global/Psykiatristod/Bilagor/RVP_GravDepp_webb.pdf

Sveriges Kommuner och Landsting (2018). *Maskulinitet och jämställt föräldraskap - Arbete för pappors ökade delaktighet*. Hämtad 2019-09-17 från: <https://webbutik.skl.se/bilder/artiklar/pdf/7585-673-5.pdf?issuusl=ignore>

Twamley, K., Brunton, G., Sutcliffe, K., Hinds, K., & Thomas, J. (2013). Fathers' involvement and the impact on family mental health: evidence from Millennium Cohort Study analyses. *Community, Work & Family*, 16(2), 212–224. <https://doi.org/10.1080/13668803.2012.755022>

Unicef (2018). *Barnkonventionen - FN:s konvention om barnets rättigheter*. Hämtad 2019-09-18 från: <https://unicef.se/barnkonventionen/las-texten>

Wells, M. B. (2016). Literature review shows that fathers are still not receiving the support they want and need from Swedish child health professionals. *Acta Paediatrica*, 105(9), 1014-1023. <https://doi.org/10.1111/apa.13501>

World Health Organization [WHO]. (2007). *Fatherhood and health outcomes in Europe*. Hämtad 2019-09-25 från: http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0017/69011/E91129.pdf

Åsenhed, L., Kilstam, J., Alehagen, S., & Baggens, C. (2014). Becoming a father is an emotional roller coaster – an analysis of first-time fathers' blogs. *Journal of Clinical Nursing*, 23(9-10), 1309–1317. <https://doi.org/10.1111/jocn.12355>