

Innhold

Sammendrag	2
Bakgrunn	3
Metode	3
Utvalg.....	3
Mål.....	4
Statistiske analyser	4
Resultater	5
Sammenheng mellom kjønn og foreldrestress gjennom pandemien.....	6
Sammenheng mellom bo-status og foreldrestress gjennom pandemien.....	7
Diskusjon	7
Implikasjoner for praksis	9
Referanser	10

Sammendrag

Formålet med notatet var å fremskaffe mer kunnskap om hvordan nivåer av foreldrestress (stress knyttet til foreldreskap) har utviklet seg gjennom Covid-19 pandemien hos fedre og mødre i ulike familiekonstellasjoner.

Vi benyttet data fra fem tidspunkt i studien «Familier i Norge: Foreldreskap, Samhold og Konflikt (FamilieForSK) hvor utvalget besto av foreldre som svarte på spørreskjemaer om foreldrestress på minst ett av de fem tidspunktene i perioden fra desember 2019 til juni 2021 (n = 1491, 64,9% kvinner, n = 967 og 35,1% menn, n = 524). Besvarelsene ble delt inn i følgende fem perioder: Prepandemi (desember 2019 til 12. mars 2020), Periode 1 (P1) omfatter den første nasjonale nedstengningen (12. mars til 30. april 2020); Periode 2 (P2) omfatter sommeren og høsten 2020 med gradvis åpning av samfunnet (1. mai til 30. november 2020); Periode 3 (P3) omfatter besvarelses fra desember 2020, da deltavarianten kom til Norge og medførte nye nedstengninger; Periode 4 (P4) omfatter besvarelses fra juni 2021, en periode da vaksineringsen var i gang og man siktet seg inn mot gradvis gjenåpning gjennom sommeren og høsten. Latente profilanalyser ble utført for å undersøke utviklingen i foreldrestress gjennom perioden og ulike mønstre for denne utviklingen. Logistiske regresjonsanalyser ble utført for å undersøke hvorvidt mønstrene for foreldrestress gjennom pandemien varierte med foreldrenes kjønn og hvorvidt de bodde sammen eller ikke.

For samtlige foreldre var det i snitt en signifikant økning i foreldrestress fra før pandemien og til P1 (perioden med nasjonal nedstengning ($p < 0,01$)). Stressnivået var også signifikant høyere i desember 2020 (P3) enn før pandemien, mens det ikke var signifikant høyere nivå ved P2 og P4. Resultatene fra profilanalysene viste tre utviklingsprofiler hvor 1) rundt 27% av foreldrene fulgte et stabilt høyt mønster som starter med høye nivåer av stress allerede før pandemien og hvor deres stressnivå økte noe utover i pandemien; 2) rundt 50% av foreldrene fulgte et mønster hvor stressnivået fluktuerte noe gjennom pandemien, men som generelt lå jevnt lavt over tid, og; 3) rundt 23% av foreldrene fulgte et mønster av stabilt lave nivåer av stress, både fra før og gjennom hele pandemien. Resultatene viste også at kvinner hadde en større sannsynlighet enn menn for å følge et mønster med kronisk høye nivåer av foreldrestress som startet allerede før pandemien og var stabilt høye eller økende gjennom denne perioden. Videre hadde foreldre som bodde sammen noe høyere verdier av foreldrestress før pandemien enn foreldre som bodde hver for seg, og denne forskjellen ble mer tydelig under pandemien.

Funnene i dette notatet knyttet til både utviklingen av foreldrenes stressnivåer over tid og til hvem som opplevde høyere stressnivåer kan ha viktige implikasjoner for tjenestene ved at det vil være mulig å forutse hvilke foreldre som får det vanskelig under en krise. Behovet for forebyggende innsats understrekes særlig av funnet som viser at foreldre som bodde sammen, og spesielt kvinner, var overrepresentert blant dem som hadde høye og stabile eller økende stressnivåer gjennom pandemien. Det at disse forskjellene også eskalerte i perioder hvor familielivet ble utsatt for ekstra press tyder videre på at man ikke nødvendigvis kan forvente at det å ha en partner vil være en bedre buffer mot stress under kriser enn ellers, og særlig ikke for kvinner. Funnene understreker derfor behovet for tjenester som evner å tilpasse hjelpen etter den aktuelle krisens særtrekk. Denne kunnskapen kan i sin tur overføres til nye kriser, som når vi nå står foran en situasjon hvor vi forventer økte økonomiske vansker for en rekke familier.

Bakgrunn

Smitteverntiltakene som oppstod som følge av Covid-19 pandemien, som sosial distansering og nedstenging av skoler og fritidstilbud, medførte store endringer i organiseringen av hverdagslivet til norske familier. Særlig i de tidlige fasene av pandemien førte tiltak som hjemmeskole og hjemmekontor til at foreldre og barn var mer hjemme og til at foreldre i større grad måtte balansere egen jobb med økt arbeidsmengde knyttet til husholdarbeid og oppfølging av barn. Disse inngripende endringene i hverdagslivet kan på den ene siden ha vært utfordrende for mange foreldre og hatt en negativ innvirkning på deres fungering i form av økt foreldrestress (dvs, bekymringer rundt egen tilstrekkelighet som forelder og å føle seg overveldet i foreldrerollen; Prime et al., 2020). På den andre siden er det antydning at mer kvalitetstid med familien, færre forpliktelser knyttet til sosiale arrangementer og fritidsaktiviteter også kan ha hatt positive ringvirkninger for foreldres fungering og stressnivå (Prime et al., 2020).

Et generelt funn på tvers av studier er at nivået av foreldrestress var vesentlig høyere under nedstengningen i mars 2020 sammenlignet med nivåer av foreldrestress registrert før pandemien (Helland et al., 2021; Lucassen et al., 2021; Russell et al., 2020). Det er derimot mindre kunnskap om hvordan nivået av foreldrestress har utviklet seg gjennom pandemiperioden ettersom det foreligger få studier som undersøker foreldrestress over tid. Blant de eksisterende studiene er det også varierende og til dels motstridende funn. Noen finner indikasjoner på at stressnivået har holdt seg stabilt høyt gjennom pandemien sammenlignet med før pandemien (Hanno et al., 2021) mens andre derimot finner at nivået av foreldrestress har sunket noe over tid (Adams et al., 2021; Li et al., 2021). Det er derfor behov for mer kunnskap om hvorvidt nivåer av foreldrestress har fluktuert i takt med de ulike fasene av pandemien.

Det er også en mulighet for at det kan foreligge ulike mønstre i utviklingen av foreldrestress over tid som til dels kan skyldes forskjeller i foreldres individuelle forutsetninger og/eller livssituasjon, både før og under pandemien. For eksempel har studier vist at det er kjønnsforskjeller i grad av foreldrestress, hvor mødre ofte rapporterer høyere nivåer enn fedre, men også at bo-status kan påvirke stressnivåer knyttet til foreldrerollen, hvor foreldre som bor fra hverandre rapporterer høyere stressnivåer enn foreldre som bor sammen (Giannotti et al., 2021; Li et al., 2021; Miller et al., 2020).

På denne bakgrunnen var formålet med dette notatet å undersøke (1) utviklingen i foreldrestress fra før og gjennom pandemien og om det forelå ulike mønstre i denne utviklingen, og (2) hvorvidt mønstrene for foreldrestress gjennom pandemien varierte med foreldrenes kjønn og hvorvidt de bodde sammen eller ikke. Vi benytter data fra FamilieForSK studien som inkluderer spørreskjemaer fra foreldre over fem måletidspunkt (se Tabell 1).

Metode

Utvalg

Utvalget bestod av foreldre som ble rekruttert til FamilieForSK-studien i forbindelse med at de var i kontakt med ett av 37 ulike familievernkontor i perioden mellom desember 2017 og august 2019. I første runde av studien fylte rundt 2800 foreldre ut et elektronisk samtykkeskjema på familievernkontoret og de har deretter fått tilsendt et elektronisk spørreskjema på epost (eller SMS) i totalt fem runder med datainnsamling. For dette notatet brukte vi data fra foreldrene som svarte på spørreskjemaer i FamilieForSK-studien på minst ett av de totalt fem tidspunktene i perioden fra

desember 2019 til juni 2021 (n = 1491). Av disse var 64,9% kvinner (n = 967) og 35,1% menn (n = 524). Mer enn halvparten av utvalget (56,1%) bodde fra hverandre, mens resten bodde sammen. For seks foreldre hadde vi ikke informasjon om bo-status.

Mål

Foreldrestress ble målt med tre spørsmål hentet fra Parental Stress Scale (Berry & Jones, 1995) som er oversatt til norsk av Nærde and Sommer Hukkelberg (2020). Foreldrene ble bedt om å bedømme påstandene «Å ha omsorg for barnet/barna mine krever noen ganger mer tid og energi enn jeg har»; «Noen ganger bekymrer jeg meg for om jeg gjør nok for barnet/barna mine» og «Jeg føler meg overveldet av ansvaret med å være forelder» på en skala fra «veldig uenig» (=0) til «veldig enig» (=4). En gjennomsnittsscore for hver forelder ble laget for hver periode i pandemien.

Statistiske analyser

For å undersøke utviklingen i foreldrestress fra før og gjennom pandemien, delte vi besvarelsene inn i fem perioder: Prepandemi-perioden bestod av besvarelser fra perioden desember 2019 til 12. mars 2020. Pandemien ble deretter delt i fire perioder, basert på variasjoner i smitteverntiltak: Periode 1 (P1) omfatter den første nasjonale nedstigningen (12. mars til 30. april 2020); Periode 2 (P2) omfatter sommeren og høsten 2020 med gradvis åpning av samfunnet (1. mai til 30. november 2020); Periode 3 (P3) omfatter besvarelser fra desember 2020, da deltavarianten kom til Norge og medførte nye nedstengninger; Periode 4 (P4) omfatter besvarelser fra juni 2021, en periode da vaksineringen var i gang og man siktet seg inn mot gradvis gjenåpning gjennom sommeren og høsten (Regjeringen, 2022). Antall besvarelser fra hver periode er gjengitt i Tabell 1.

Tabell 1

Perioder pandemien ble inndelt i og antall besvarelser gitt av foreldre i hver periode

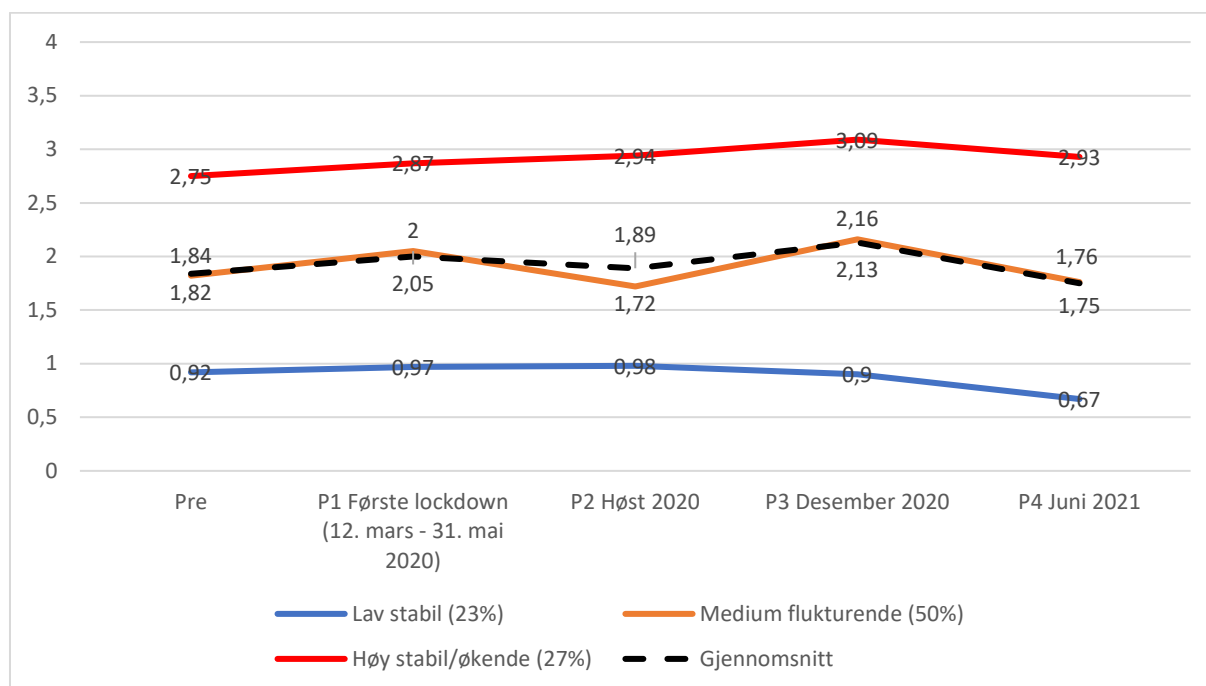
			Kjønnfordeling		Fordeling på bo-status	
			Menn	Kvinner	Bor sammen	Bor ikke sammen
Pre	Pre-pandemi (Desember 2019- 12.mars 2020)	456	159	297	195	261
P1	Nedstengning (12.mars-mai 2020)	831	286	545	371	459
P2	Gradvis gjenåpning (Mai-november 2020)	245	72	173	94	149
P3	Ny nedstengning (Desember 2020)	742	246	496	328	411
P4	Gradvis gjenåpning (Juni 2021)	573	178	395	252	320

For å undersøke utviklingen i foreldrestress gjennom perioden og ulike mønstre for denne utviklingen utførte vi latente profilanalyser i statistikkprogrammet Mplus. Deretter utførte vi logistiske regresjonsanalyser i samme program for å undersøke hvorvidt mønstrene for foreldrestress gjennom pandemien varierte med foreldrenes kjønn og hvorvidt de bodde sammen eller ikke. Referansekategoriene i de logistiske regresjonsanalysene ble satt til 1=mann og 2= kvinne for kjønn og 0=bor hver for seg og 1=bor sammen for bosituasjon. Til slutt benyttet vi t-tester i statistikkprogrammet SPSS for å undersøke om nivåene av foreldrestress på hvert enkelt tidspunkt varierte med kjønn og hvorvidt foreldrene bodde sammen eller ikke.

Resultater

Når det gjelder vår første problemstilling om utvikling av foreldrestress over tid, er resultatene presentert i Figur 1. Den svarte, stiplede linjen representerer gjennomsnittet i foreldrestress for samtlige foreldre som besvarte. I tillegg vises de tre mest fremtredende mønstrene for hvordan foreldrenes stressnivåer utviklet seg over perioden, bestående av en Lav stabil profil (blå linje), en Høy stabil/økende profil (rød linje) og en Medium fluktuerende profil (oransje linje).

For samtlige foreldre (den stiplede svarte linjen) var det i snitt en signifikant økning i foreldrestress fra før pandemien og til P1 (perioden med nasjonal nedstengning ($p < 0,01$)). Stressnivået var også signifikant høyere i desember 2020 (P3) enn før pandemien, mens det ikke var signifikant høyere nivå ved P2 og P4 enn før pandemien for utvalget som helhet. Snarere ser vi at nivåene har gått ned til å være minst like lave som før pandemien på det siste måletidspunktet, i juni 2021. Dette er kanskje ikke så uventet, ettersom dette tidspunktet representerer inngangen til sommerferien 2021 hvor mange trodde pandemien var i ferd med å slippe taket for godt.



Figur 1. Stressprofiler for foreldre fra før pandemien (Pre) og gjennom pandemiens første 15 måneder

Videre tydet resultatene fra profilanalysene på at et mønster med tre ulike utviklingsprofiler passet best med dataene. Disse profilene kjennetegnes i hovedsak av ulike nivåer i foreldrestress fra før pandemien, som beveger seg nokså parallelt gjennom perioden med pandemi. I overkant av ¼ av foreldrene (27%) beskrives best som å følge et stabilt høyt mønster. Disse foreldrene starter med høye nivåer av stress allerede før pandemien og deres stressnivå ser ut til å øke noe utover i pandemien. Selv om nivået går noe ned igjen i juni 2021, ligger dette fortsatt høyere enn før pandemien hos foreldre som følger dette mønsteret. Mønsteret for stressnivåene til halvparten av foreldrene beskrives best ved et mønster som i stor grad ligner gjennomsnittet. Denne gruppen av foreldre følger et mønster hvor stressnivået fluktuerer noe gjennom pandemien, men ligger jevnt over i nærheten av svarkategorien 2 på stress-skalaen, som innebærer at de har svart «verken enig eller uenig» i påstandene om foreldrestress. De siste 23% av foreldrene beskrives best ved et mønster av stabilt lave nivåer av stress, både fra før og gjennom hele pandemien.

Sammenheng mellom kjønn og foreldrestress gjennom pandemien

Resultater fra logistiske regresjonsanalyser for å sammenligne sannsynligheten for å følge ulike stressprofiler basert på kjønn (menn = 1, kvinner = 2) er gjengitt i Tabell 2. Resultatene viste at kvinner hadde signifikant høyere sannsynlighet for å følge en Høy stabil profil, sammenlignet med både den Lave stabile og Medium fluktuerende profilen, mens menn hadde større sannsynlighet for å følge den Lave stabile eller Medium fluktuerende stressprofilen sammenlignet med den Høye stabile profilen. Vi fant ingen signifikante kjønnsforskjeller i sannsynligheten for å følge den Medium fluktuerende profilen i sammenligning med den Lave stabile profilen. Altså tydet resultatene på at kvinner hadde en større sannsynlighet for å følge et mønster med kronisk høye nivåer av foreldrestress som startet allerede før pandemien og var stabilt høye eller økende gjennom denne perioden.

Tabell 2

Logistiske regresjonsanalyser som viser sammenhengen mellom kjønn og sannsynlighet for å følge hver av de tre stressprofilene, først med Profil 1 som referanseprofil, deretter Profil 2 som referanseprofil (n = 1491)

	Odds ratioer	Konfidensintervall (nedre – øvre)
Referanseprofil = 1 (Lav stabil)		
Profil 2 (Medium fluktuerende)	0,89	0,59 - 1,33
Profil 3 (Høy stabil/stigende)	2,30	1,48 - 3,57
Referanseprofil = 2 (Medium fluktuerende)		
Profil 3 (høy stabil/stigende)	2,60	1,60 – 4,22

Note: Odds ratioer > 1 innebærer at kvinner (verdi 2) har større sannsynlighet for å følge den undersøkte profilen, sammenlignet med referanseprofilen. Odds ratioer < 1 innebærer at menn (verdi 1) har større sannsynlighet for å følge den undersøkte profilen, sammenlignet med referanseprofilen. Signifikante sammenhenger er markert med fet skrift (alle verdier hvor konfidensintervallet ikke krysser 1).

For å få et mer nyansert bilde av hvordan kjønn hang sammen med foreldrestress gjennom pandemien undersøkte vi videre hvorvidt gjennomsnittet i foreldrestress på hvert tidspunkt varierte mellom mødre og fedre. Resultatene fra t-testene viste at det ikke var noen signifikante kjønnsforskjeller før pandemien (differanse = 0,07, p = 0,421), men at kvinner i snitt rapporterte høyere nivåer enn menn under nedstengningen (P1; differanse = 0,15, p = 0,030) og i desember 2020

(P3; differanse = 0,21, $p = 0,005$). Vi fant den samme tendensen høsten 2020 og i juni 2021 hvor differansen i gjennomsnitt mellom kvinner og menn var henholdsvis 0,22 og 0,16, men her var gjennomsnittene ikke signifikant forskjellige fra hverandre ($p = 0,094$ og $0,070$). Altså tydet resultatene på at kjønnsforskjellene i foreldrestress var større under pandemien enn før pandemien, selv om disse varierte noe gjennom perioden.

Sammenheng mellom bo-status og foreldrestress gjennom pandemien

Resultater fra logistiske regresjonsanalyser for å sammenligne sannsynligheten for å følge ulike stressprofiler basert på bo-status (bor med den andre forelderen = 1, bor ikke med den andre forelderen = 0) er gjengitt i Tabell 3.

Resultatene fra disse analysene viste at også bo-status hang sammen med foreldrestress gjennom pandemien. Foreldre som bodde sammen i dette utvalget hadde større sannsynlighet for å følge den Høye stabile profilen enn de to andre profilene, mens foreldre som bodde fra hverandre hadde større sannsynlighet for å følge den Lave stabile profilen eller den Medium fluktuerende profilen sammenlignet med den Høye stabile profilen.

For å få et mer nyansert bilde undersøkte vi også her hvorvidt stressnivåene på hvert av måletidspunktene varierte med foreldrenes bo-status. Resultatene viste at foreldre som bodde sammen hadde marginalt høyere verdier av foreldrestress før pandemien enn foreldre som bodde hver for seg, med en forskjell i gjennomsnitt på 0,17 ($p = 0,049$). Denne forskjellen i retning av mer foreldrestress blant foreldre som bodde sammen var mer tydelig på samtlige tidspunkt under pandemien, med en differanse i gjennomsnittet mellom gruppene som varierte fra 0,21 til 0,33 ($p < ,05$). Her synes det altså som at en allerede eksisterende forskjell i foreldrestress mellom foreldre som bodde sammen og de som bodde hver for seg før pandemien ble sterkere i perioden med pandemi og strenge smitteverntiltak.

Tabell 3

Logistiske regresjonsanalyser som viser sammenhengen mellom bo-status og sannsynlighet for å følge hver av de tre stressprofilene, først med Profil 1 som referanseprofil, deretter Profil 2 som referanseprofil ($n = 1485$)

	Odds ratioer	Konfidensintervall (nedre – øvre)
Referanseprofil = 1 (Lav stabil)		
Profil 2 (Medium fluktuerende)	1,37	0,91 – 2,08
Profil 3 (Høy stabil/stigende)	2,12	1,44 - 3,12
Referanseprofil = 2 (Medium fluktuerende)		
Profil 3 (høy stabil/stigende)	1,54	1,02 – 2,33

Note: Odds ratioer > 1 innebærer at foreldre som bor sammen med den andre forelderen (verdi 1) har større sannsynlighet for å følge den undersøkte profilen, sammenlignet med referanseprofilen. Odds ratioer < 1 innebærer at foreldre som ikke bor med den andre forelderen (verdi 0) har større sannsynlighet for å følge den undersøkte profilen, sammenlignet med referanseprofilen. Signifikante sammenhenger er markert med fet skrift (alle verdier hvor konfidensintervallet ikke krysser 1).

Diskusjon

Dette notatet har flere interessante funn angående mødre og fedres opplevelse av foreldrestress gjennom pandemien i en norsk kontekst. Når det gjelder utvikling i foreldrestress er våre resultater i tråd med tidligere studier som generelt finner at nivået av foreldrestress gikk vesentlig opp under

nedstengingen i mars 2020, men hvorpå stressnivået deretter så ut til å gradvis synke over tid (Adams et al., 2021; Li et al., 2021). Vår studie er derimot blant de få som undersøkte utviklingen av foreldrestress over en vesentlig lengre tidsperiode og ved å benytte flere enn to til tre måletidspunkter under pandemien (se også Li et al., 2021). Blant annet tyder våre funn på at nivået av foreldrestress syntes å fluktuere i takt med de ulike fasene av pandemien hvor stressnivåene så ut til å øke i perioder med innstramninger i smitteverntiltak, men synke i perioder hvor det enten var lettelsener i restriksjoner og/eller hvor det var fornyet optimisme om at pandemien snart var over. På denne måten ser det ut til at pandemien har hatt en viss sammenheng med graden av foreldrestress over tid blant mødre og fedrene i vårt utvalg.

Videre bidrar denne studien med nyansert kunnskap ved å vise at det også var individuelle forskjeller i utviklingen av foreldrestress over tid. I vårt utvalg identifiserte vi tre ulike profiler i denne utviklingen: en Lav stabil, en Høy stabil og en Medium fluktuerende profil. Det vil si at de foreldrene som rapporterte lave nivåer av foreldrestress før pandemien også fortsatte å ha relativt lave stressnivåer under pandemien mens de med høyere stressnivåer før pandemien fortsatte å ha gjennomgående høye og til dels økende nivåer av foreldrestress under pandemien. Flesteparten (dvs., 50%) av foreldrene befant seg i den profilen som syntes å fluktuere i takt med de ulike fasene under pandemien. I sum antyder disse resultatene at selv om smitteverntiltakene jevnt over ser ut til å ha påvirket foreldrenes stressnivå i vesentlig grad, så kan det samtidig se ut til at graden av foreldrestress før pandemien var en viktig indikator for hvor mye smitteverntiltakene påvirket foreldrenes stressnivåer gjennom pandemien.

Når det gjaldt vår andre problemstilling om hvordan utviklingen varierte med kjønn og foreldres bo-status, fant vi også noen interessante og til dels uventede resultater. Selv om det ikke var noen kjønnsforskjeller i foreldrestress før pandemien, fant vi at kvinner i større grad enn menn rapporterte signifikant høyere nivåer av foreldrestress i de fasene av pandemien som innebar strenge smitteverntiltak og/eller nye innstramninger (dvs., ved P1: nedstengingen i mars 2020 og ved P3: strenge tiltak i desember 2020). Det var også kjønnsforskjeller i utvikling av foreldrestress gjennom pandemien hvor kvinner hadde større sannsynlighet for å tilhøre profilen med kronisk høye eller økende stressnivå sammenlignet med de to lavere profilene (odds ratio på henholdsvis 2,3 og 2,6). Disse funnene er i tråd med tidligere studier som finner kjønnsforskjeller i foreldrestress under pandemien i kvinners disfavør (Giannotti et al., 2021; Li et al., 2021). De er også interessante om man ser dem i lys av den bredere forskningslitteraturen som antyder at pandemien synes å ha rammet kvinner hardere enn menn på flere fronter, både når det gjelder økt arbeidsbyrde på hjemmebane (dvs., husarbeid og barneomsorg), reduserte deltakelse i arbeidslivet, høyere grad av psykiske vansker og redusert livskvalitet (Collins et al., 2021; Hipp & Bünning, 2021; Meraviglia & Dudka, 2021; Sund, 2021; Xue & McMunn, 2021; Zamarro & Prados, 2021).

Når det gjaldt bo-status viste våre resultater at det som var en liten, men signifikant, forskjell i foreldrestress mellom foreldre som bodde sammen og de som bodde fra hverandre før pandemien, økte til mer betydelige forskjeller under pandemien: Foreldre som bodde sammen hadde høyere sannsynlighet for å høre til profilen med stabilt høye stressnivåer over tid og de rapporterte også høyere nivåer av foreldrestress på samtlige tidspunkt under pandemien enn foreldre som bodde fra hverandre. Disse resultatene er noe overraskende fordi de står i motsetning til andre studier som finner at foreldre som ikke bodde sammen eller som var enslige hadde økt risiko for høyere foreldrestress under pandemien sammenlignet med foreldre som bodde sammen (Giannotti et al., 2021; Miller et al., 2020). På den annen side sammenfaller de med forskningslitteraturen som har antydnet at utfordringer i foreldres levekår, som for eksempel lavere sosioøkonomisk status (SES), ikke

nødvendigvis er ufordelaktig for foreldres fungering, men snarere ser ut til å kunne fremme deres motstandsdyktighet i møte med stress og kriser (Silverman et al., 2020; Usdansky & Wolf, 2008). På tilsvarende måte kan det tenkes at noe av grunnen til at foreldrene i vårt utvalg som bodde fra hverandre opplevde mindre foreldrestress enn foreldre som bodde sammen under pandemien muligens skyldes at de er vant til å måtte håndtere stress og uforutsette situasjoner. En annen mulighet er at mange av foreldrene som bodde fra hverandre også hadde delt omsorg for barna, hvilket betyr at de sannsynligvis hadde perioder uten barn og at de derfor også muligens opplevde mindre grad av foreldrestress i disse periodene. Samtidig skiller foreldrene som bodde sammen i dette utvalget seg fra den generelle befolkningen av samboende og gifte foreldre ved at de allerede før pandemien hadde vansker i familielivet som medførte at de oppsøkte et familievernkontor. Dette kan i sin tur ha bidratt til å at de samboende og gifte foreldrene ikke opplevde den gjensidige emosjonelle og praktiske støtten seg imellom som kan ha vært nødvendig for å håndtere de endrede kravene til foreldreskapet som pandemien medførte.

Implikasjoner for praksis

Funnene i dette notatet knyttet til både utviklingen av foreldrenes stressnivåer over tid og til hvem som opplevde høyere stressnivåer kan ha viktige implikasjoner for tjenesten. Først og fremst tyder den relativt sett høye stabiliteten av stressmønster fra før og gjennom pandemien på at tjenesten vil kunne jobbe proaktivt når kriser oppstår ettersom det til dels vil være mulig å forutse hvem som får det vanskelig under en krise. Dette behovet for forebyggende innsats understrekes særlig av funnet som viser at foreldre som bodde sammen, og spesielt kvinner, var overrepresentert blant dem som hadde høye og stabile eller økende stressnivåer gjennom pandemien. Det at disse forskjellene basert på både kjønn og bo-status også eskalerte i perioder hvor familielivet ble utsatt for ekstra press tyder videre på at man ikke nødvendigvis kan forvente at det å ha en partner vil være en bedre buffer mot stress under kriser enn ellers, og særlig ikke for kvinner. Snarere kan det tenkes at det ble enda tydeligere for en del at de opplevde å bære mye av ansvaret knyttet til foreldrerollen alene. Vi fant altså ikke støtte her for en «mobiliserings-effekt» under pandemien hos par som allerede før pandemien ikke klarte å demme opp for hverandres høye stressnivå. Våre funn understreker derfor behovet for tjenester som evner å tilpasse hjelpen etter den aktuelle krisens særtrekk. Denne kunnskapen kan overføres til nye kriser, som når vi nå står foran en situasjon hvor vi forventer økte økonomiske vansker for en rekke familier.

Referanser

Adams, E. L., Smith, D., Caccavale, L. J., & Bean, M. K. (2021). Parents Are Stressed! Patterns of Parent Stress Across COVID-19. *Frontiers in psychiatry* Frontiers Research Foundation, 12, 626456.

<https://doi.org/10.3389/fpsyt.2021.626456>

Berry, J. O., & Jones, W. H. (1995). The Parental Stress Scale: Initial psychometric evidence. *Journal of Social and Personal Relationships*, 12(3), 463-472. <https://doi.org/10.1177/0265407595123009>

Collins, C., Landivar, L. C., Ruppner, L., & Scarborough, W. J. (2021). COVID-19 and the gender gap in work hours. *Gender, Work & Organization*, 28(S1), 101-112.

<https://doi.org/https://doi.org/10.1111/gwao.12506>

Giannotti, M., Mazzoni, N., Bentenuto, A., Venuti, P., & de Falco, S. (2021). Family adjustment to COVID-19 lockdown in Italy: Parental stress, coparenting, and child externalizing behavior [Article; Early Access]. *Family Process*, 19. <https://doi.org/10.1111/famp.12686>

Hanno, E. C., Cuartas, J., Miratrix, L. W., Jones, S. M., & Lesaux, N. K. (2021). Changes in Children's Behavioral Health and Family Well-Being During the COVID-19 Pandemic.

<https://doi.org/10.1097/dbp.0000000000001010>

Helland, M. S., Lyngstad, T. H., Holt, T., Larsen, L., & Roysamb, E. (2021). Effects of covid-19 lockdown on parental functioning in vulnerable families. *Journal of Marriage and Family*, No Pagination Specified.

<https://doi.org/10.1111/jomf.12789>

Hipp, L., & Bünning, M. (2021). Parenthood as a driver of increased gender inequality during COVID-19? Exploratory evidence from Germany. *European Societies*, 23(sup1), S658-S673.

<https://doi.org/10.1080/14616696.2020.1833229>

Li, J., Bünning, M., Kaiser, T., & Hipp, L. (2021). Who suffered most? Parental stress and mental health during the COVID-19 pandemic in Germany. *Journal of Family Research* (Early View Articles).

<https://doi.org/https://doi.org/10.20377/jfr-704>

Lucassen, N., de Haan, A. D., Helmerhorst, K. O. W., & Keizer, R. (2021). Interrelated changes in parental stress, parenting, and coparenting across the onset of the COVID-19 pandemic. *Journal of Family Psychology*, 35(8), 1065-1076.

<https://doi.org/10.1037/fam0000908>

Meraviglia, C., & Dudka, A. (2021). The gendered division of unpaid labor during the Covid-19 crisis: did anything change? Evidence from Italy. *International Journal of Sociology*, 51(1), 64-75.

<https://doi.org/10.1080/00207659.2020.1832346>

Miller, J. J., Cooley, M. E., & Mihalec-Adkins, B. P. (2020). Examining the Impact of COVID-19 on Parental Stress: A Study of Foster Parents. *Child & Adolescent Social Work Journal*, 1-10.

<https://doi.org/10.1007/s10560-020-00725-w>

Nærde, A., & Sommer Hukkelberg, S. (2020). An examination of validity and reliability of the Parental Stress Scale in a population-based sample of Norwegian parents. *PloS One*, 15(12), e0242735.

<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0242735>

Prime, H., Wade, M., & Browne, D. T. (2020). Risk and resilience in family well-being during the COVID-19 pandemic. *American Psychologist*, 75(5), 631-643. <https://doi.org/10.1037/amp0000660>

Regjeringen. (2022). Retrieved from

<https://www.regjeringen.no/no/tema/Koronasituasjonen/tidslinje-koronaviruset/id2692402/>

Russell, B. S., Hutchison, M., Tambling, R., Tomkunas, A. J., & Horton, A. L. (2020). Initial challenges of caregiving during COVID-19: Caregiver burden, mental health, and the parent–child relationship.

Child Psychiatry & Human Development, 51(5), 671-682. <https://doi.org/10.1007/s10578-020-01037-X>

Silverman, M. E., Medeiros, C., & Burgos, L. (2020). Early pregnancy mood before and during COVID-19 community restrictions among women of low socioeconomic status in New York City: a preliminary study. Archives of Women's Mental Health, 23(6), 779-782.

<https://doi.org/10.1007/s00737-020-01061-9>

Sund, F. (2021). Likestilling i koronatider - hvem gjør hva? #2.0. (1/2021). Likestillingssenteret: Likestillingssenteret

Usdansky, M. L., & Wolf, D. A. (2008). When child care breaks down: Mothers' experiences with child care problems and resulting missed work. Journal of Family Issues, 29(9), 1185-1210.

<https://doi.org/10.1177/0192513X08317045>

Xue, B., & McMunn, A. (2021). Gender differences in unpaid care work and psychological distress in the UK Covid-19 lockdown [Research Support, Non-U.S. Gov't]. PLoS ONE [Electronic Resource], 16(3), e0247959. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0247959>

Zamarro, G., & Prados, M. J. (2021). Gender differences in couples' division of childcare, work and mental health during COVID-19. Review of Economics of the Household, 19(1), 11-40.

<https://doi.org/10.1007/s11150-020-09534-7>