

## Samtala med hjälp av känslkort

Mötet mellan barnet och vuxna i nyfamiljer

Ulrika Fagerström  
Marléne Henriksson  
Nicolina Sarin  
Lina Wahlberg

Examensarbete för socionom (YH)-examen

Utbildning till socionom

Åbo 2021



## EXAMENSARBETE

Författare: Ulrika Fagerström, Marléne Henriksson, Nicolina Sarin och Lina Wahlberg

Utbildning och ort: Socionom (YH), Åbo

Handledare: Christine Alm och Lilian Nordell

Titel: Samtala med hjälp av känslkort – Mötet mellan barnet och vuxna i nyfamiljer

---

Datum 26.4.2021 Sidantal 35

Bilagor 3

---

### Abstrakt

Examensarbetet *Samtala med hjälp av känslkort – Mötet mellan barnet och vuxna i nyfamiljer* behandlar nyfamiljer samt de utmaningar som kan uppstå i nyfamiljers vardag. Arbetets fokus ligger på samtal eftersom man med hjälp av god kommunikation kan hitta lösningar till de utmaningar som kan uppkomma. Arbetets syfte var att skapa en guide till redan befintliga känslkort som skulle ge förutsättningar för samtal mellan barnet och vuxna i nyfamiljer. Avgränsningen i detta arbete avser barn i 4-5-årsåldern och baseras på barnets förmåga att sätta ord på sina egna känslor. Arbetets frågeställningar är följande: Hur kan vuxna i en nyfamilj stödja barnet till att uttrycka sina känslor och behov i ett samtal? Vilka diskussionsområden är viktiga att beröra vid användning av känslkort? besvarades arbetets syfte.

Arbetet är funktionellt och genom litteraturoversikt har relevant material hittats. Materialet bestod av nätkällor och facklitteratur som till följd av analyser kunnat kopplas ihop med syftet och frågeställningarna. Analysen gjordes som en modifierad version av en kvalitativ innehållsanalys. Den kvalitativa innehållsanalysen identifierar skillnader i texter vilket möjliggjorde bildandet av arbetets teman. De teman som arbetet grundat sig på är respekt och acceptans, delaktighet, öppna samtal, rollfördelning, relationer, rutiner, barnets behov av uppmärksamhet, konflikter, känslor och behov samt syskonrelationer.

Resultatet framställs i form av en guide för användning av känslkort och baserar sig på den skrivna teorin. Guiden ger information samt tips på hur samtalet mellan barnet och vuxna i nyfamiljer kan genomföras. Samtal som genomförs med hjälp av känslkort kan leda till en större förståelse för barnets tankar, känslor och behov och resultera i bättre relationer och mående i nyfamiljer.

---

Språk: svenska

Nyckelord: nyfamilj, delaktighet, samtal, barnets känslor, känslkort

## OPINNÄYTETYÖ

Tekijä: Ulrika Fagerström, Marléne Henriksson, Nicolina Sarin ja Lina Wahlberg

Koulutus ja paikkakunta: Sosionomi (AMK), Turku

Ohjaaja(t): Christine Alm ja Lilian Nordell

Nimike: Keskustele tunnekorttien avulla – Lapsen ja aikuisten tapaaminen uusperheissä

---

Päivämäärä 26.4.2021 Sivumäärä 35

Liitteet 3

---

### Tiivistelmä

Opinnäytetyö *Keskustele tunnekorttien avulla – Lapsen ja aikuisten tapaaminen uusperheissä* käsittelee uusperheitä ja niitä haasteita, jotka voivat syntyä arjessa. Työ keskittyy keskusteluun, koska hyvän kommunikaation avulla voidaan löytää ratkaisuja esiin tulleille haasteille. Työn tarkoitus oli tehdä opas olemassa oleville tunnekorteille, jotka antavat edellytykset uusperheen lapsen ja aikuisen väliselle keskustelulle. Työ on rajattu 4-5 vuotiaisiin lapsiin ja käsittelee heidän kykyään kertoa tunteistaan. Työn tarkoitukseen vastattiin kysymällä miten aikuiset uusperheessä voivat tukea lasta ilmaisemaan tunteitaan keskustelussa? Mitä keskusteluaiheita on tärkeä käsitellä tunnekorttien käytössä?

Työ on toiminnallinen ja kirjallisuuskatsauksen avulla on löydetty oleellista materiaalia. Löydetty materiaali koostuu verkkolähteistä ja tietokirjallisuudesta, joka on voitu yhdistää työn tarkoitukseen ja kysymyksiin analyysien avulla. Analyysi tehtiin muokattuna versiona kvalitatiivisesta analyysistä. Kvalitatiivinen analyysi tunnistaa eroja teksteissä, joka mahdollisti työn teeman muodostamisen. Työn teema perustuu kunnioitukseen ja hyväksyntään, osallisuuteen, avoimiin keskusteluihin, roolitukseen, suhteisiin, rutiineihin, lapsen huomiontarpeeseen, konflikteihin, tunteisiin ja sisarussuhteiden tarpeeseen.

Tulokset on esitetty oppaana, jossa kerrotaan tunnekorttien käytöstä, perustuen kirjoitettuun teoriaan. Opas antaa tietoa ja vinkkejä siitä, miten keskustelun lapsen ja uusperheen aikuisten välillä voi toteuttaa. Keskustelu, joka toteutetaan tunnekorttien avulla, voi johtaa parempaan ymmärrykseen lasten ajatuksista, tunteista ja tarpeista, mikä johtaa parempiin suhteisiin ja hyvinvointiin uusperheissä.

---

Kieli: ruotsi

Avainsanat: uusperhe, osallistuminen, keskustelu, lapsen tunteet, tunnekortti

## BACHELOR'S THESIS

Authors: Ulrika Fagerström, Marlène Henriksson, Nicolina Sarin and Lina Wahlberg

Degree Programme: Bachelor's degree in Social Services, Turku

Supervisor(s): Christine Alm and Lilian Nordell

Title: Discussion Using Emotion Cards – The Meeting Between The Child and Adults in Stepfamilies

---

Date 26.4.2021

Number of pages 35

Appendices 3

---

### Abstract

The Bachelor's thesis *Discussion using emotion cards – The meeting between the child and adults in stepfamilies* covers stepfamilies and the challenges that can arise in everyday life in stepfamilies. The focus of the work is on discussions, as good communication is the key to finding solutions to the challenges that may arise. The purpose of the work was to create a guide to already existing emotion cards that would give preconditions for discussion between a child and parents in the new family. The work has been limited to 4-5 year old children and is based on their capability to set words for their feelings. With the help of questions like: How can an adult in a stepfamily support the child to express their feelings and needs in a discussion and what topics are important to touch upon when using emotion cards, the purpose of the work was met.

The work is practical and relevant material was found through literature review. The material that was found consists of internet sources and scientific literature that could be connected with the purpose and questions of the work through analysis. The analysis was done as a modified version of a qualitative content analysis. The qualitative content analysis identified differences in the text which made it possible to create the theme of the work. The themes that the work is based on are respect and acceptance, participation, open discussions, role allocation, relations, routines, the child's need for attention, conflicts, feelings and need for sibling relations.

The results are presented in the form of a guide on how to use emotion cards and is based on the written theory. The guide gives information and tips on how the discussion between the child and the adults in the stepfamily can be carried out. Discussions that are carried out using emotion cards can lead to better understanding for the thoughts, feelings and needs of the child and therefore result in a better relationship and well-being in the stepfamily.

---

Language: Swedish

Key words: stepfamily, participation, conversation, the child's emotions, emotion cards

# Innehållsförteckning

1	Inledning .....	1
2	Bakgrund .....	2
2.1	Vad är en nyfamilj? .....	2
2.2	Förekomsten av barnfamiljer och nyfamiljer i det finländska samhället .....	3
2.3	Skilsmässans betydelse för barnet .....	3
2.4	Vikten av sunda relationer .....	5
3	Metod .....	5
3.1	Litteraturöversikt .....	6
3.2	Forskningsetik och forskareetik .....	9
4	Nyfamiljens utmaningar .....	10
5	Risk- och skyddsfaktorer .....	12
6	Att se barnets behov .....	13
6.1	Barnperspektivet .....	14
6.2	Delaktighet .....	14
6.3	Barnets utveckling 4–5 år .....	16
7	Samtal med barn .....	17
7.1	Vikten av samtal och dess utformning .....	17
7.2	Empati och dess betydelse för samtal .....	18
7.3	Samtalets utmaningar .....	19
8	Känslor .....	21
8.1	Känslornas betydelse .....	21
8.2	Känslkort .....	22
8.3	Samtala med hjälp av känslkort .....	23
8.4	Formulering av frågor inför känslkortens användning .....	24
9	Utvecklingen av känslkortens guide .....	25
10	Resultat .....	28
11	Diskussion och kritisk granskning .....	30
	Källor .....	33

## Bilagor

Bilaga 1	Sökhistorik
Bilaga 2	Känslkort
Bilaga 3	Guide för användning av känslkort

## 1 Inledning

En nyfamilj innebär nya möjligheter. Idag är nyfamiljer allt vanligare och det går inte längre att påstå att familjekonstellationen som innefattar biologiska föräldrar och barn skulle vara det enda fungerande konceptet. Det behöver nödvändigtvis inte heller vara det bästa konceptet. (Norrena, 2018). Vid bildandet av nyfamiljen är det många aspekter som behöver tas i beaktande. Det handlar om att föra samman två familjer och gemensamt skapa sig en ny helhet av vardagen. Processen vid bildandet av nyfamiljen kan ses som ett pussel där man tillsammans strävar till att sammanfoga de olika pusselbitarna. Vissa bitar kan behöva omformas och slipas för att passa in men med hjälp av kommunikation och samarbete kan man bilda sig ett nytt gemensamt mönster. (Barnavårdsföreningen i Finland rf, 2017, s. 134).

Känslkort kan användas för att uppmuntra barnet till att uttrycka sina känslor, tankar och behov. Barnet kan med hjälp av känslkort lättare uppmärksamma sina egna känslor och därmed sätta ord på dem. Genom att använda sig av känslkort kan man möjliggöra samtal mellan barnet och den vuxna som grundar sig i öppenhet. (Holmsen, 2005, ss. 55, 91).

Syftet med vårt arbete var att skapa en guide till redan befintliga känslkort som skulle ge förutsättningar för samtal mellan barnet och vuxna i nyfamiljer. De frågeställningar som arbetet bygger på är: Hur kan vuxna i en nyfamilj stödja barnet till att uttrycka sina känslor och behov i ett samtal? Vilka diskussionsområden är viktiga att beröra vid användning av känslkort? Guiden för känslkort riktad till de vuxna i nyfamiljen och är tänkt att kunna användas för att skapa en arena för betydande samtal om känslor och behov gällande den nya familjesituationen.

”Se till mig som liten är” är en fras som för många är bekant. Att se och lyssna till de som är små kan kännas självklart, men i praktiken åsidosätts ofta barnets känslor och behov. I bildandet av nyfamiljen är det viktigt att lyssna till barnet och höra vad det tänker, tycker och känner. Att säkerställa att allas röster blir hörda kan vara en utmaning särskilt i en stor nyfamilj. Därför är det viktigt att vara medveten om barnets behov av delaktighet och till följd av det möjliggöra barnets rätt till att få sin röst hörd.

Avgränsningen i detta arbete baseras på barns förmåga att sätta ord på sina egna känslor. En 4-åring har ett väldigt brett känsloregister men kan ännu behöva lite hjälp med att identifiera de olika känslorna. I denna ålder lär sig barnet att sätta ord på sina känslor och förstår vikten och följderna av att kunna förklara vad denne känner. (Mannerheims Barnskyddsförbund, 2013, s. 16). Vid 5-årsåldern har barnet redan ett välutvecklat ordförråd och är duktig på att diskutera och förklara saker. I denna ålder kan barnet skilja verklighet från fantasi och förstår saker som har hänt och som ska hända. Barnet känner många känslor och behöver ännu i denna ålder hjälp för att kunna uttrycka exakt vad som känns fel eller dåligt. (Mannerheims Barnskyddsförbund., 2007, ss. 10-15).

Tanken med guiden är att fokusera på barnets känslor och behov ur ett barnperspektiv. Barnperspektivet uppnås genom att vuxna medvetet och aktivt lever sig in i barnets känslor och tankar och försöker förstå sig på dem. Vi hoppas att vårt arbete kan underlätta för kommunikationen i nyfamiljen samt även kunna bidra till fina, öppna samtal mellan vuxna och barnet.

## 2 Bakgrund

Nyfamiljen kan se ut på flera olika sätt och vägen till att bilda en nyfamilj kan se olika ut. Skilsmässa är en av orsakerna till att en nyfamilj bildas. Den kan även bildas till följd av att man blivit änka eller änklings eller genom att man ingår ett förhållande med någon som har ett barn med någon som denne inte haft ett tidigare förhållande med. (Broberg, 2010, s. 20 ; Jensen, Shafer, & Holmes, 2015, s. 275). Genom att känna till grundläggande information om nyfamiljen, statistik, skilsmässans betydelse för barnet samt vikten av sunda relationer kan man få en bättre inblick i nyfamiljens utmaningar och möjligheter.

### 2.1 Vad är en nyfamilj?

En nyfamilj är när två personer inleder ett nytt förhållande där ena eller båda har barn från tidigare förhållanden. Dessa familjer brukar oftast vara stora och bestå av flera barn men det kan också vara en liten familj på tre personer men det är inte lika vanligt. (Barnavårdsföreningen i Finland rf, 2017, s. 145). I vårt samhälle idag kan man se familjerelationer som ser ut på många olika sätt. På grund av att det finns flera olika definitioner och synvinklar av vad en nyfamilj är finns det flera olika benämningar man kan

använda sig av. De olika benämningarna för familjer som frångått att vara en kärnfamilj är till exempel flexfamilj, plastfamilj, blandfamilj och lapptäcksfamilj. Dessa benämningar kan användas beroende på situation och utifrån person. I Finland använder vi oss av ordet nyfamilj som är en direkt översättning från det finska ordet "uusperhe". (Äikäs, 2006).

## 2.2 Förekomsten av barnfamiljer och nyfamiljer i det finländska samhället

Enligt den senast hittade statistiken fanns det år 2019 sammanlagt 558 302 barnfamiljer i Finland vilket utgör 38 % av hela befolkningen. Antalet barnfamiljer har under de senaste tio åren minskat, likaså även antalet barn i familjerna. Med barnfamiljer räknas de familjer som har minst ett barn som är under 18 år gammalt. Den vanligaste formen av barnfamiljer är de som består av ett gift par med två personer av olika kön (57 %). (Statistikcentralen, 2020).

Barnen i nyfamiljerna registreras i familjestatistiken enligt var de har blivit bokförda. Detta betyder att barnet vid en skilsmässa enbart registreras i den ena förälderns familj, trots att föräldrarna efter skilsmässan har gemensam vårdnad av barnet. (Statistikcentralen, 2020).

Statistiken gällande nyfamiljer beaktar enbart de familjer som består av ett par av olika kön. Av dessa nyfamiljer levde 54 % som sambor och 46 % av dem i äktenskap. I genomsnitt består familjerna av 2 barn, varav minst ett av barnen är under 18 år och biologiskt tillhör ena föräldern. År 2019 var antalet nyfamiljer 50 607. (Statistikcentralen, 2020).

## 2.3 Skilsmässans betydelse för barnet

En skilsmässa eller en separation kan vara orsaken till och grunden för att en nyfamilj bildas. Barnen i en familj kan ofta under en lång tid känna av att allt inte är som det ska i familjen och känna av skilsmässan innan den juridiskt ännu har skett. Det kan märkas av i form av spändhet, irritation och gräl i familjen, oftast mellan föräldrarna. I skilsmässoprocessen koncentrerar sig föräldrarna ofta på sig själv och sina problem och det är lätt hänt att barnet åsidosätts och inte tas i beaktande så mycket som det borde. Det kan även kännas svårt för föräldrarna att hjälpa barnet och uppfylla dess behov i olika situationer. (Taskinen, 2002, s. 12).



En skilsmässa betyder stora förändringar i familjen och det är viktigt att föräldrarna sätter barnet i första hand. Barnet behöver få vara delaktigt i förändringen som sker genom att föräldrarna är ärliga och lyhörda. (Bergström, 2018, s. 10). Beroende på barnets ålder, personlighet och tidigare livserfarenheter påverkar en skilsmässa barnet på olika sätt. Ett barn under skolåldern reagerar ofta starkt och synligt utåt samt visar sina känslor på ett tydligt sätt. Reaktionerna kan även vara att barnet går bakåt i sin utveckling och återgår till tidigare utvecklingsbeteenden. (Taskinen, 2002, s. 12). Det är vanligt att barnet reagerar negativt på något sätt eftersom skilsmässa räknas som en kris i livet. Därför är det viktigt med samtal för att barnet ska få förståelse om vad som sker i familjen. Genom att vara en trygg, lyhörd förälder och bemöta barnet med respekt för sina känslor stärks barnets trygghet i att känna sig mindre stressad över vad skilsmässan kommer betyda. Det är föräldrarnas ansvar att undvika konflikter under en skilsmässa och att bibehålla den goda relationen till barnet som behövs under uppväxten. (Jensen et al. 2015, s. 275 ; Bergström, 2018, ss. 11-12)

Föräldrarna behöver ge barnet tid att förstå skilsmässans innebörd för framtiden och vara uppmärksam på barnets frågor och funderingar vartefter de uppenbarar sig. Det har även visat sig att det bästa för barnet är att föräldrarna berättar om skilsmässan tillsammans. Detta skapar en trygghet för barnet då båda föräldrarna kommer att vara delaktiga i dess liv trots att det sker i två olika hem. Det är viktigt att barnet får bekräftelse på sina känslor och att det inte känner sig vara orsaken till skilsmässan. Båda föräldrar bör vara tydliga inför barnet att de fortfarande kommer vara ett föräldrateam trots skilsmässan. (Bergström, 2018, ss. 39,41,43). Efter en skilsmässa är det viktigt att de biologiska föräldrarna kan samarbeta. Genom fortsatt goda relationer och gott samarbete mellan föräldrarna mår barnet bättre och har bättre förutsättningar att hantera skilsmässan. En skilsmässa ska inte innebära ett drastiskt slut på alla relationer i den tidigare kärnfamiljen. Flera av relationerna är fortfarande viktiga att upprätthålla och ta i beaktande. (Favez, Widmer, Doan, & Tissot, 2015, ss. 3269-3270).

Det är viktigt att barnet får den hjälp och det stöd som behövs under och efter skilsmässoprocessen. För barnet lättar inte dessa känslor av sig själv och det kan finnas behov av att ha en vuxen som stöd. Ifall föräldrarna inte själva kan bidra med stödet och hjälpen bör det finnas någon annan vuxen som barnet kan förlita sig på. Barnets känslor behöver bli hörda, accepterade och tagna på allvar. (Taskinen, 2002, ss. 12-13).

## 2.4 Vikten av sunda relationer

Forskning gällande barnets motståndskraft, psykisk hälsa och vad som skyddar barnets utveckling har utförts och presenterats av flera forskare vid Harvard University i USA. Resultaten visar hur viktigt det är med trygga och stabila relationer mellan barnet och en vuxen under uppväxten. Forskningen visar att barnet utvecklas redan från födseln genom stödjande relationer. Dessa relationer grundas i familjen men kan förutom föräldrarna även omfatta andra vuxna i barnets omgivning. (National Scientific Council on the Developing Child, 2015, s. 5). Barnet behöver få känna tillit till vuxna när något känns svårt för att kunna stärka sin egen tro på sig själv. Genom att vuxna stödjer de trygga relationerna som barnet behöver under uppväxten främjas dess utveckling och den psykiska hälsan stärks. (Iwarsson, 2016, s. 121).

I lagen angående vårdnad om barn och umgängesrätt (361/1983) 1§ betonas det att barnet har rätt till sunda och positiva relationer, både med sina föräldrar och andra personer som har betydelse för barnet. En god självkänsla hos barnet och att det känner sig tryggt i relationen till vuxna ökar förutsättningarna för frågor och minskar oro som berör de nya förändringarna en skilsmässa kan medföra. Om barnet inte känner trygghet i sin relation till vuxna kan det vara utåtagerande på olika sätt då det har svårt att hantera och uttrycka sina känslor. Det är viktigt att vuxna samspelar med barnet genom att visa god empati då detta är en egenskap som ingår i samtal och som ger förutsättningar för gemenskap. (Kinge, 2016, ss. 15-17).

## 3 Metod

Detta arbete är i form av en litteraturöversikt som baserar sig på relevant litteratur från böcker, nätsidor, databaser och vetenskapliga källor. De databaser som använts för att hitta relevanta källor är Ebsco Host, Google Scholar och Julkari. Vi har även tagit information från andra internetsidor som vi har ansett vara relevanta samt använt oss av snöbollsmetoden och på så sätt hittat användbara källor genom andra arbeten. För att understryka tillförlitligheten i texten, har vi använt oss av flera källor som påvisar samma teori. Arbetets innehållsanalys behandlas under rubriken litteraturöversikt.

### 3.1 Litteraturöversikt

Litteratursökningen utgör grunden för det fortsatta arbetet och en välgjord litteratursökning möjliggör för en god fortsättning (Olsson & Sörensen, 2007, s. 18). Genom litteratursökningen kan skribenterna bilda sig uppfattningar av den forskning som gjorts tidigare och på så vis få en förståelse för de teman skribenterna valt att fokusera arbetet på. (Bell, 2016, s. 116). Den litteratursökning skribenterna gjorde har begränsats enligt vissa sökkriterier för att på så sätt hitta den mest relevanta litteraturen till ämnet. Ett av dessa kriterier är till exempel litteraturens ålder vilket skribenterna ansåg påverkar litteraturens pålitlighet och aktualitet. Ett annat kriterium är att skribenterna i första hand har sökt källor skrivna efter år 2015 men även äldre källor har använts ifall skribenterna ansett dem vara relevanta och aktuella än idag. Skribenterna har även begränsat sökningen på litteraturen som hittats till att den är i fulltext och referentgranskad.

Gällande sökningarna på de olika databaserna har skribenterna främst använt sig av sökorden nyfamiljer, delaktighet, samtal, barnperspektiv, skilsmässa, känslkort, barnets känslor, och visuell kommunikation. På engelska har dessa sökord blivit översatta till stepfamily, participation, conversation, child perspective, divorce, emotion cards, the child's emotions samt visual communication. På finska har skribenterna använt sökorden uusperhe, osallistuminen, keskustelu, lapsinäkökulma, avioero, lapsen tunteet, keskustelukuvat samt visuaalinen kommunikaatio. Dessa sökord ansåg skribenterna vara relevanta för arbetet och kunde ge sådan litteratur som skulle vara användbar. Sökorden baserar sig på arbetets syfte, vilket var att skapa en guide till redan befintliga känslkort som skulle ge förutsättningar för samtal mellan barnet och vuxna i nyfamiljer, samt frågeställningarna: Hur kan vuxna i en nyfamilj stödja barnet till att uttrycka sina känslor och behov i ett samtal? Vilka diskussionsområden är viktiga att beröra vid användning av känslkortet? Sökorden har använts enskilt och i olika sammansatta kombinationer. Sökningarna har gjorts både på svenska, finska och engelska då skribenterna inte har begränsat sig till något speciellt språk eller till någon viss del i världen. Skribenterna har även använt sig av statistik och olika lagar som hittats på offentliga nätsidor. Sökhistoriken finns som bilaga 1 i arbetet.

Sökningarna gav ofta många resultat trots begränsningarna som gjordes. Flest resultat gav sökningarna som gjordes på engelska. Dessa sökningar innehöll ibland information och

statistik angående andra länder. Detta ansågs inte alltid vara relevant för arbetet då kulturella skillnader mellan länder kan vara väldigt stora. De sökningar som gjordes på Google Scholar resulterade oftast i tidigare examensarbeten, vilka skribenterna inte ansåg vara användbara då de inte är vetenskapliga forskningar. Mycket av det material som hittats har berört äldre barn än 4-5-åringar som vi valt som åldersgrupp för arbetet. Till följd av det har skribenterna noggrant övervägt om materialet trots det kan tillämpas i arbetet samt om det varit möjligt att jämföra med arbetets valda åldersgrupp. Skribenterna använde sig därför även av snöbollsmetoden, det vill säga att skribenterna i tidigare examensarbeten och forskningar hittade relevant litteratur som användes eller som ledde till vidare sökning.

Det går inte att analysera allt material som hittats och därav måste ett urval göras. Till följd av frågeställningarna och de kategorier som arbetet är indelat i, kan skribenterna välja ut det mest relevanta för analys. Det är viktigt att tänka på att inte välja för många källor att analysera då det inte finns möjlighet att analysera dem alla. Skribenterna ska inte enbart välja källor som stöder arbetets hypotes och egna åsikter, utan även ta i beaktande sådant som säger emot detta. Genom att ta med sådant material lyckas skribenterna få ett mer balanserat urval och därmed en bättre översikt och förståelse för ämnet. (Bell, 2016, s. 144).

En innehållsanalys används som ett forskningsverktyg med vilket man systematiskt kan analysera en text och få sig en uppfattning om vad texten innehåller (Bell, 2016, s. 145). Kvalitativ innehållsanalys identifierar skillnader i texter som gör det möjligt att hitta kategorier som kan delas in i teman. Resultatet beskrivs genom valda kategorier. Teman skapas för att undvika att kategorierna blir för detaljerade eftersom detaljerade kategorier gör att helheten förloras. Det behöver finnas möjlighet att tolka och en viss abstraktion för att resultatet ska vara förståeligt och betydelsefullt. Genom utveckling av innehållsanalysen kan en större mängd information behandlas. Tolkningar skapar förutsättningar för att kunna se mönster och samband. (Lundman & Hällgren Granheim, 2012, ss. 187, 189, 195-196, 199).

Innehållsanalysen för detta arbete är en modifierad version av en kvalitativ innehållsanalys där tolkningen av texter ligger som fokus. Vid analysen av materialet har skribenterna utgått från arbetets syfte och frågeställningar för att säkerställa materialets relevans.

Arbetets syfte och frågeställningar jämfördes med de tolkningar som gjordes utifrån litteratur och forskning. Detta gjorde det möjligt att avgränsa och ta fram relevant information. Det material som hittats till följd av litteratursökningen har lästs igenom av skribenterna och det har diskuterats kring dess lämplighet och användning i arbetet. Till analysen har innehållsanalysens kategorier tagits i beaktan och på basen av dem har litteraturen blivit vald. Kategorierna som varit relevanta för arbetet är nyfamiljens utmaningar, risk- och skyddsfaktorer, barnets behov, samtal med barn och känslor. Kategorierna är arbetets rubriker bortsett från bakgrund, metod, arbetsprocess samt resultat.

Förutom kategorier formades arbetets teman vilka senare utvecklades till grunden för guiden och dess diskussionsämnen. Teman som valdes baserade sig på diskussioner och analyser av arbetets text. Skribenterna kom gemensamt överens om att nyfamiljens utmaningar är viktiga delar i arbetet då dessa är viktiga att samtala om i nyfamiljen. På basen av det bildades teman som blev respekt och acceptans, delaktighet, öppna samtal, rollfördelning, relationer, rutiner, barnets behov av uppmärksamhet, konflikter, känslor och behov samt syskonrelationen.

Tabell 1. Koppling mellan kategori och tema.

<b>Kategorier:</b>	<b>Nyfamiljens utmaningar</b>	<b>Risk- och skyddsfaktorer</b>	<b>Barnets behov</b>	<b>Samtal med barn</b>	<b>Känslor</b>
<b>Tema:</b>	Respekt och acceptans	Konflikter	Delaktighet	Öppna samtal	Känslor och behov
<b>Tema:</b>	Relationer		Rollfördelning		
<b>Tema:</b>	Rutiner		Känslor och behov		
<b>Tema:</b>	Konflikter		Barnets behov av uppmärksamhet		
<b>Tema:</b>	Syskonrelationer				

Tabell 1 ovan visar kopplingarna som utförts mellan kategorierna och teman. Kategorierna är skrivna vågrätt i den översta kolumnen. Under vardera kategori är de teman som hör ihop med respektive kategori skrivna lodrätt. Exempelvis kopplas teman respekt och acceptans, relationer, rutiner, konflikter samt syskonrelationer ihop med kategorin nyfamiljens utmaningar.

### 3.2 Forskningsetik och forskareetik

Principen för forskningsetik handlar om att göra medvetna val som inte skadar personer som på något sätt tillhör forskningen, vare sig de är deltagare i forskningen eller är en målgrupp som kan påverkas negativt genom forskningens publicering (Lindstedt, 2019, s. 49). Arbetet utgår varken från enskilda personer eller grupper utan grundar sig enbart på tidigare forskning och bör således inte inkräkta på personlig integritet. Texten har bearbetats flera gånger för att undvika kränkningar gällande individer och grupper.

De forskareetiska principerna syftar till utformandet av forskningen och ansvaret som publiceringen medför. För att undvika forskareetiska brister bör frågeställningarna vara tydliga, preciserade och kunna besvaras genom valda metoder. Vidare bör den teori som framförs vara sanningsenlig men även omskriven för att undvika plagiering. Metoder och resultat ska redovisas på ett sätt som gör det möjligt att genomföra forskningen på nytt. (Lindstedt, 2019, ss. 49-50). Andra forskares forskningsresultat bör bedömas rättvist och ursprungskällan ska tydligt framkomma (Forskningsetiska delegationen, u.å.; Lindstedt, 2019, s. 50).

I det här arbetet ligger fokus på att utveckla ett material för barn och vuxna i nyfamiljer. Skribenterna har arbetat fram specifika och tydliga frågeställningar som kan besvaras genom litteratursökningen. Texten är noggrant bearbetad för att undvika plagiering och skribenterna har gått igenom tidigare forskningar för att tillsammans analysera och kunna ge en rättvis bild av andra forskares resultat. Skribenterna har noga följt och tagit i beaktande de etiska principerna för forskningsetik och forskareetik. I detta arbete höjs tillförlitligheten genom att skribenterna har använt flera källor som styrker varandra.

Gällande barnsamtal är det viktigt att komma ihåg de etiska aspekterna som berör barnet och samtal med barnet. Det etiska perspektivet vid barnsamtal handlar om att respektera de gränser barnet har, de val av historier barnet gör och att låta barnet ta den tid det

behöver. Det är viktigt att låta barnet få ha ett långsamt samtal och ge det möjlighet att få berätta om dess funderingar, tvivel, reflektioner och drömmar. Barnet ska inte behöva känna sig pressad att snabbt behöva berätta något, inte heller att behöva berätta något som det inte känner sig bekväm med att berätta. Barnet ska exempelvis inte behöva känna att det behöver berätta något bara för att vuxna ska bli nöjda. (Holmsen, 2007, s. 47).

#### 4 Nyfamiljens utmaningar

Det finns skillnader mellan nyfamiljer och kärnfamiljer beträffande olika utmaningar i vardagen. I en kärnfamilj har relationerna mellan föräldrarna och barnet funnits från början och familjen har byggt upp en struktur med gemensamma rutiner i vardagen. (Papernow, 2018, s. 26). Utmaningar i nyfamiljen kan vara att hitta gemensamma rutiner, värderingar och gränssättningar i vardagen. Genom att ha öppna samtal där man sammanför tidigare familjeerfarenheter från olika perspektiv lyssnar man på allas förväntningar och åsikter vad gäller den nya familjesituationen. (Papernow 2018, s. 33-34; Pyllyser, Buysse, & Loeys, 2018, s. 501). Även Nina Isometsä, specialist inom barn- och familjearbete på Barnavårdsföreningen påpekar vikten av att samtala med varandra om och om igen i en nyfamilj. Det är de vuxnas ansvar för att alla i nyfamiljen får uttrycka sina åsikter och känslor. (Norrena, 2018).

Nya relationer kan ge goda erfarenheter. Trots detta kan barnet uppleva att den nya vuxna kommer och förstör den trygga vardagen vilket kan vara känslomässigt jobbigt för barnet. Det är den nya parrelationen som gör att nyfamiljen skapas och det är en utmaning för de vuxna att vårda relationen i början samtidigt som föräldern inte ska såra eller skapa otrygghet hos barnet. (Barnavårdsföreningen i Finland rf, 2017, s. 119). Nina Isometsä menar att personkemin inom nyfamiljen kan variera och detta bör de vuxna vara ärliga med och samtala öppet om med barnet. Det är väsentligt att lyfta fram vikten av respekt gentemot varandra oavsett om relationen innefattar vuxen och barn eller flera barn från tidigare förhållanden. (Norrena, 2018). Det får inte finnas några krav på att syskonen i nyfamiljen måste komma bra överens. De vuxna i nyfamiljen har trots allt ett ansvar i att hjälpa barnen att lyckas skapa goda syskonrelationer med varandra. (Ritala-Koskinen, 2001, ss. 197-199).

I en nyfamilj behöver man bilda trygga relationer från grunden. Detta kan resultera i olika utmaningar för alla berörda familjemedlemmar under processens gång eftersom struktur och rutiner ska byggas upp för att passa nyfamiljens vardag. (Papernow, 2018, s. 27). Relationen mellan den nya vuxna och barnet i nyfamiljen påverkas av barnets acceptans gentemot den nya vuxna men även hur den nya vuxna lyckas bygga upp en relation med barnet (Ritala-Koskinen, 2001, s. 184; Papernow, 2014, s. 6).

Det kan uppstå problem i nyfamiljen ifall barnet inte accepterar den nya vuxna eller om den nya vuxna inte är villig att ta på sig det ansvar och de skyldigheter som föräldraskapet medför. Balansen mellan att inte ta på sig för mycket ansvar men heller inte för lite kan vara svår. Det är svårt för den nya vuxna att fullständigt hålla sig utanför saker som berör barnet. Av den orsaken behöver den nya vuxna ta på sig en viss föräldraroll oavsett om denne vill det eller inte. Det betyder ändå inte att den nya vuxna behöver ta sig an en likadan föräldraroll som den biologiska föräldern har till barnet. (Ritala-Koskinen, 2001, ss. 191-192). Det är viktigt att vara tydlig med vilken roll den biologiska föräldern och den nya vuxna har i början då nyfamiljen bildas och innan nya, trygga relationer har byggts upp. Detta gör att konflikter minskar och även stress hos barnet kan dämpas. (Pylyser et al. 2018, s. 502).

Det tar ofta tid för parterna att skapa en relation till varandra och därav är inte föräldrarollsaspekten möjlig direkt från början (Ritala-Koskinen, 2001, s. 193; Papernow 2018, s. 32). Det är viktigt att låta processen av att bilda en nyfamilj få ske långsamt för att under tiden kunna bygga upp trygga relationer mellan barnet och övriga nya familjemedlemmar (Pylyser et al. 2018, s. 497). Att påtvinga föräldrarollen i ett för tidigt skede kan innebära problem eftersom barnet då kan hävda att det endast är den biologiska föräldern som har något att säga till om. Det kan även bli komplicerat ifall den nya vuxna, istället för att inta en föräldraroll, skapar en kompisrelation med barnet eftersom de vuxna behöver ha auktoritet i familjen. Förutsättningarna för den nya vuxna att skapa en naturlig föräldraroll kräver att både den och barnet har positiva känslor gentemot varandra och att båda parter accepterar relationen. (Ritala-Koskinen, 2001, s. 193). Om de vuxna i nyfamiljen tillsammans kan komma överens om föräldraskapet och bildar gemensamma linjer för hur föräldraskapet ska skötas kan barnet lättare anpassa sig till den nya familjesituationen. (Jensen & Shafer, 2013, s. 134).



Forskning visar att gemensamma aktiviteter bidrar till vardagssamtal mellan barnet och den nya vuxna i nyfamiljen vilket är en viktig del av att en trygg relation ska kunna byggas upp. Utvecklingen av en trygg relation i nyfamiljen är en nödvändig fas i processen innan gränssättning och uppfostran kan ske på en likvärdig nivå av de båda vuxna i nyfamiljen. (Pylyser et al. 2018, s. 503).

## 5 Risk- och skyddsfaktorer

Det har visat sig att händelser som barn är med om kan påverka dennes välbefinnande, utveckling och hälsa under senare skeden i livet. Man har till följd av tidigare forskning lagt märke till att flera av de problem som tonåringar har stött på, är sådana som kan kopplas ihop med olika risk- och skyddsfaktorer och som har funnits där redan under de tidiga levnadsåren. Tack vare denna insikt har vetenskapen ökat gällande vilka olika personlighetsdrag, händelser, relationer och situationer som kan vara riskfaktorer. (Nordens välfärdscenter, 2012, s. 36).

“Adverse Childhood Experiences” (ACE) är tidigt upplevda stressfyllda erfarenheter och som har visat sig ha långvariga följder. Till ACE-fenomenet medräknas exempelvis upplevt eller bevittnat våld eller dödsfall inom familjen, skilsmässa i familjen eller upplevda känslor av att bli bortglömd i familjen. Exempel på ACE-fenomenets konsekvenser är övervikt, depression, diabetes, hjärt- och kärlsjukdomar, självmordstankar och försök samt cancer. Andra konsekvenser som kan tillkomma är kopplade till beteendet, till exempel rökning eller ett missbruk av alkohol eller droger. (Davidsson & Juslin, 2021, s. 18).

Genom ett tidigt ingripande och förebyggande förhållningssätt kan man förhindra att de barn som har flera riskfaktorer i sitt liv senare drabbas av psykosociala problem. Tidig hjälp och försök att få till stånd förändringar kan påverka barnets liv mot en mer positiv riktning. Ett passivt förhållningssätt gällande hur barnets situation utvecklas bör undvikas. (Nordens välfärdscenter, 2012, s. 37). Trots förekomsten av riskfaktorer drabbas inte alla barn av svårigheter senare i livet. Alla symtom behöver dock inte vara synliga utåt och de flesta barn påverkas av svåra händelser som de ser och upplever. (Davidsson & Juslin, 2021, s. 20).

De riskfaktorer som noterats hos barn i 4-årsåldern är oftast problem inom barnets närkrets, till exempel inom familjen. Det kan handla om att föräldrarna inte visar intresse

för barnet eller att barnet inte får den uppmärksamhet som det är i behov av. Andra problem som anses vara riskfaktorer hos barnet är separationer i familjen, äktenskapsproblem, föräldrarnas mentala ohälsa, ensamstående föräldraskap, återkommande konflikter inom familjen eller bristfälligt föräldraskap. (Nordens välfärdscenter, 2012, ss. 40-41). I nyfamiljer kan det till exempel handla om att föräldern ägnar mycket tid och intresse åt det nya förhållandet och har således inte lika mycket tid och energi till barnet. Även stressen som uppkommer vid bildandet av en nyfamilj kan påverka barnet negativt. Vid bildandet av en nyfamilj är det mycket som förändras och det kan leda till problem och osäkerheter i familjen. Stressen och den nya familjesituationen kan påverka föräldrarna vilket i sin tur indirekt påverkar barnet till följd av att föräldrarna inte har tid och ork. (Broberg, 2010, ss. 50,53).

Förutom riskfaktorer spelar även skyddsfaktorer en stor roll gällande utvecklingen och framtida resurser hos barnet. Skyddsfaktorerna kan stödja till en positiv utveckling även om det förekommer riskfaktorer i barnets liv. Problemen som riskfaktorerna för med sig kan minska genom att barnet har flera skyddsfaktorer. Barnets skyddsfaktorer kan till exempel vara en god relation med en vuxen eller ett personlighetsdrag som barnet har. Det är viktigt att vuxna strävar till att förstärka skyddsfaktorerna och inte bara uppmärksamma eller minska de riskfaktorer som barnet har. Balansen mellan risk- och skyddsfaktorer påverkar utvecklingens riktning. (Nordens välfärdscenter, 2012, ss. 38-39).

## 6 Att se barnets behov

För att se och arbeta för barnets behov är det viktigt att känna till skillnaden mellan barnperspektiv och barnets perspektiv. Genom att vara medveten om skillnaden kan man sträva till att både bemötande och relation blir bättre. Även delaktighet är en viktig del av barnperspektivet och av bemötandet av barnet. Det är viktigt att möjliggöra barnets delaktighet eftersom man då kan försäkra sig om att dess åsikter tas i beaktande. Till följd av det kan även barnets välmående öka. För ett barn i 4-5-årsåldern kan det finnas en omedvetenhet om möjligheten till delaktighet och därför är de vuxnas insats och initiativ viktigt.

## 6.1 Barnperspektivet

Det är viktigt att skilja mellan barnperspektiv och barnets perspektiv då människor ska tyda barnets behov. Barnperspektivet ur vuxnas synvinkel betyder att de försöker förstå barnets tankar och tolkningar. Detta kan resultera i att de vuxna gör val utgående från vad de tror att barnet behöver. Om vuxna ser genom barnets perspektiv betyder det att de går till ursprunget och tillsammans med barnet utreder vad det har för tankar, känslor och behov. Genom att lyssna och samtala med barnet får vuxna en förståelse för barnets bästa utifrån deras egna uppfattningar och perspektiv. (Arnér & Tellgren, 2006, s. 40 ; Kinge, 2016, s. 32).

För att kunna förstå och ta i beaktande barnets behov och rättigheter krävs det att man har ett barncentrerat synsätt. Vilken barnsyn man har spelar stor roll för hur man bemöter och ser på barnet. Till följd av den rådande barnsynen ställer vuxna krav och förväntningar på vad man tror barnet ska klara av. Dessa förväntningar kan ha en inverkan på barnets lärande, utveckling och livsvillkor beroende på om kraven är relevanta och möjliga att uppnå. (Davidsson & Juslin, 2016, ss. 8-9).

Barnsynen har ändrat genom tiderna och idag anser man att barndomen och barnet har ett värde, vilket man ännu före 1960-talet inte gjorde. På den tiden ansåg man att barnet var ett blankt papper som de vuxna hade som ansvar att fylla med information och kunskap. Idag ser man på barnet som en kompetent individ som kan påverka både sitt eget och andras liv genom växelverkan. Man anser att barnet ska behandlas jämlikt och inte diskrimineras. Samtidigt ska man se till barnets bästa och även ta i beaktande barnets egna åsikter och se till att det får utvecklas harmoniskt och tryggt. Dagens barnsyn genomsyras av att barnet står i centrum. (Davidsson & Juslin, 2016, ss. 9-10).

## 6.2 Delaktighet

Enligt Barnkonventionen (Unicef, u.å.) artikel 5 och 13 har varje enskilt barn rätt att uttrycka sin åsikt och att dessa åsikter blir hörda, både i offentliga sammanhang och inom familjen. Föräldrar ska ta hänsyn till barnets tankar men också kunna ge barnet råd och vägledning. Genom att bli hörd och lyssnad till förstärks känslan av delaktighet (Stenius, 2006, s. 48).

Barnets möjligheter att vara delaktigt kräver att den vuxna intar ett barnperspektiv. För att inta ett barnperspektiv behöver vuxna göra ett aktivt val och leva sig in i hur barnet känner och tänker för att kunna förstå varför barnet gör och beter sig som det gör. De vuxna behöver vara empatiska och anstränga sig för att kunna förstå barnets upplevelser och känslor. (Arnér & Tellgren, 2006, s. 40 ; Davidsson & Juslin, 2016, s. 11). Då barnet upplever att det blir sett, hört och att dess intressen och intentioner bemöts på ett respektfullt sätt är barnet delaktigt och har inflytande. Barnet känner sig även viktigt, kompetent och speciellt. Trots att man har en god barnsyn ska man inte ha en övertro på barnets kunskaper och talanger utan påminna sig om att barnet trots allt bara är ett barn. Samtidigt som barnet är kompetent behöver det även trygghet, stöd, hjälp och omvårdnad. (Davidsson & Juslin, 2016, ss. 10-11). I Finlands grundlag (731/1999) 6§ framkommer barnets rätt till möjligheten att påverka ärenden som berör dem själva på en nivå som motsvarar deras mognadsnivå.

Engagemanget kring barnets delaktighet ligger i tiden och man funderar kring hur dess medborgerliga rättigheter samt rättigheter att påverka samhället både lokalt och globalt kan verkställas. Tidigare forskning har handlat om barnets delaktighet i större sammanhang, så som till exempel barnets möjligheter att vara delaktig i sin vård, skolgång och inom det sociala arbetet. Forskning gällande barnets delaktighet i familjen är mer sällsynt. Den forskning som finns inom området har visat ett samband mellan delaktighet och olika delområden så som ökat självförtroende, ökad handlingsförmåga, självbehärskning och empati. Orsakerna till den bristfälliga forskningen om barnets delaktighet i familjen kan vara flera, bland annat har man lyft fram att det uppfattas som privata angelägenheter och som inte samhället bör blanda sig i. Däremot finns det åsikter om att det bör ligga i samhällets intresse eftersom barnets delaktighet i och intresse för samhället är tydligt kopplat till barnets delaktighet i familjen. En annan orsak till den bristande forskningen inom området kan vara uppfattningen om rollerna som barn och föräldrarna har i socialisationsprocessen. Även om det har skett en förändring gällande detta är det fortfarande en utmaning för många att acceptera att barnet, från att tidigare ha varit enbart en mottagare av information och uppfostran, numera bör få komma till tals och att dess röst tas i beaktande. (Tryggvason, 2018, ss. 3-4).

En av förutsättningarna för att uppnå välbefinnande är att det finns möjlighet till att vara med och påverka samt att vara delaktig gällande det som berör den egna personen. Utvecklingen hos barnet sker samtidigt i olika dimensioner och det är viktigt att dimensioner som delaktighet och betydelsefulla relationer kan framhävas ur mer än ett vuxenperspektiv. Vuxnas tolkning av omständigheter som inverkar på barnets uppväxtmiljö utgår många gånger från just ett vuxenperspektiv utan att barnets åsikter har efterfrågats. Barnet är inte alltid medvetet om dess möjlighet till delaktighet. Genom att vuxna uppmärksammar att barnets åsikter är betydelsefulla och viktiga i vardagliga situationer kan dess delaktighet öka och därmed kan också behoven besvaras på rätt sätt. Delaktigheten främjas av en lekfull, okomplicerad, glädjefylld och aktivitetsbaserad metod som utförs i en gemenskap. (Statsrådet, 2019, ss. 97, 98, 100-101).

### 6.3 Barnets utveckling 4–5 år

I Lagen angående vårdnad om barn och umgängesrätt (361/1983) 1§ bör en trygg uppväxtmiljö där barnets ålder och utveckling tas i beaktande vara något som föräldrar och andra vuxna i familjen bör sträva mot.

Som 4-åring börjar barnet ta mer hänsyn till människor i dess omgivning. I den här åldern kan vuxna bli förvånade då barnet frågar hur dagen har varit på arbetet eller då barnet i allmänhet bryr sig om sina familjemedlemmar. Trots att barnet tar mer hänsyn till sina familjemedlemmar behöver det mycket uppmärksamhet. Ett 4-årigt barn mår bra av att ha stunder då det får känna sig litet och där föräldern ger mycket uppmärksamhet. I den här åldern börjar barnet känna sig ganska stort. Det är fortsättningsvis viktigt som förälder att regelbundet uppmuntra barnet och lyfta fram dess starka sidor och även berätta för andra i omgivningen så att barnet hör det. Självkänslan kan påverkas av omgivningens åsikter som berör barnet som individ. Denna ålder är känslig och vuxna bör tänka på hur de pratar om barnet och inte förlöjligar det i dess närhet. Barnet ser upp till sina föräldrar och har dem som förebilder. Föräldrars sätt att tala, föra sig och hantera känslor är något som barnet tar modell av. I den här ålder blir barnet till sättet mer lik sina föräldrar. (Mannerheims Barnskyddsförbund, 2013, s. 5).

I 5-årsåldern börjar barnet bli mer självständigt och kan ifrågasätta sina föräldrar. Vännerna blir allt viktigare och de tillbringar mycket tid tillsammans. Trots att barnet har blivit mer självständigt behöver det fortsättningsvis trygghet och uppskattning från sina föräldrar. Det är viktigt för barnet att få spendera tid med sina föräldrar och genom att tillbringa stunder tillsammans i vardagen skapas gemenskap i familjen. I den här åldern kan självkänslan svikta. Barnet förstår vad ordet jämförelse betyder och jämför därför sig med andra och kan börja påtala andras beteende. Precis som för 4-åringar är det viktigt även för 5-åringar att få positiv bekräftelse av en vuxen eftersom det ökar självkänslan. Föräldrarna är fortsättningsvis viktiga förebilder för barnet. (Mannerheims Barnskyddsförbund., 2007, ss. 4-5).

## 7 Samtal med barn

För att göra barnet delaktigt och för att få insikt om dess tankar, åsikter och behov kan man samtala med barnet. Inför samtal med barnet kan det vara betydelsefullt att fundera kring hur samtalet ska göras och vad syftet med samtalet är. Barnet påverkas mycket av vuxna och kan försöka vara den vuxna till lags – något som inte gynnar den vuxna ifall målet med samtalet är att få reda på barnets genuina åsikter. Med hjälp av empati kan man förstärka samtalen och möjliggöra för en djupare förståelse för vad som sägs. Trots allt kräver empatisk förmåga en genuin vilja till empati och till förståelse. I kapitlet lyfts även samtalets utmaningar fram för att skapa en större förståelse för vad som kan upplevas utmanande beträffande samtal med barn.

### 7.1 Vikten av samtal och dess utformning

Berättandet och samtalet anses ha en läkande förmåga. Både barnet och de vuxna kan ha behov av att få berätta om vad de upplever och vad de har genomgått för att kunna bearbeta det. Genom att berätta om det man upplevt och ju fler gånger man får berätta om det desto bättre och lättare kan det kännas. Olika idéer och möjligheter kan dyka upp under berättandets gång vilket kan leda till lösningar av problem. Ofta kan även den som lyssnar bidra till lösningar på problemet och bidra med andra utvägar till det som känns svårt. (Holmsen, 2007, ss. 54-55).

Ibland skiljer sig barnets tankar och åsikter mycket från den vuxnas och då är det viktigt att lyssna till barnet samt höra hur det känner sig och tänker om olika saker. Genom att samtala kan vi få en bättre förståelse av hur den andra personen upplever världen och lättare ta del av den andras upplevelser. (Arnér & Tellgren, 2006, s. 25). Som vuxen är det lätt att påverka barnet. Genom att ställa ledande frågor tenderar barnet att svara på frågorna så som det tror att vuxna vill höra istället för det som barnet egentligen tycker och skulle vilja säga. Barnet vill ofta vara vuxna till lags för att kunna försäkra sig om att det är omtyckt och älskat. Av den orsaken kan barnet omforma sina åsikter och svar i hopp om att få godkännande av vuxna. Det är viktigt att man som vuxen visar barnet att det är betydelsefullt och viktigt genom att bemöta det på ett bra sätt och visa att man bryr sig om de tankar och åsikter som barnet har. (Barnavårdsföreningen i Finland rf, 2017, ss. 46-47).

I artikel 12 i Konventionen om barns rättigheter är det fastslaget att varje enskilt barn som har förmåga att forma egna uppfattningar i frågor gällande barnet själv obehindrat ska få uttrycka dem. Barnets uppfattningar ska ses i relation till dess ålder och mognad. (Unicef, u.å.) Barnets förmåga att förstå betydelsen av olika saker knyter inte an med en viss ålder, utan beror på mängden information det har fått, tidigare upplevelser, sociala och kulturella förväntningar och det stöd som barnet får. Även barn som inte kan tala eller uttrycka sig med ord, kan uttrycka sig genom exempelvis lek, miner och gester, och kreativitet så som att måla eller teckna. (Pajulammi, 2014, s. 210).

Beträffande samtal och kommunikation är det viktigt att sträva efter att ha en symmetrisk kommunikation. Detta innebär att båda parterna ömsesidigt kommunicerar och bidrar till samtalet. Samtal som sker på en vuxens initiativ gör att ansvaret för att samtalet flyter på är hos den vuxna. Barnet ska själv få bestämma hur mycket och vad det berättar för den vuxna som i sin tur ska finnas där som stöd och skydd för det som barnet säger. (Holmsen, 2007, s. 76).

## 7.2 Empati och dess betydelse för samtal

Empati är ett begrepp som handlar om att kunna förstå andra människors intryck och känslor. Det handlar även om att kunna ge andra människor hopp, mod och styrka genom att se och lyssna på dem då de till exempel upplever svåra skeden i livet. (Kinge, 2016, s. 50). Ordet empati härstammar från det grekiska ordet *empathia* som ordagrant översatt

betyder att känna med. Empati innebär inte bara att kunna känna med den andra personen utan omfattar även handlingar för att hjälpa den andra att förändra situationen. Detta kan innebära att ge tröst och omsorg i svåra situationer. (Öhman, 2013, s. 29). För att en människa ska kunna vara empatisk behöver det finnas en inspiration till att vilja förstå och stödja andra människors intryck och känslor under samtal. Beträffande samtal med barn är det viktigt att iaktta barnets uppförande då barnet för det mesta utstrålar sina behov och känslor genom det. (Kinge, 2016, s. 52).

Vuxnas empatiska sätt gentemot barnet under samtal medverkar till att barnet kan frigöra sina egna villkor och möjligheter till att själv lära sig klara av svårigheter i livet. Det har nämligen visat sig att stöd, sympati och omtänksamhet under samtal många gånger har en liten effekt för barnet men enbart för stunden. Genom att barnet får uppleva och lära sig empati av vuxna utvecklas barnets språk. Samtidigt lär barnet sig att använda ord i sitt samtal istället för att utstråla sina känslor genom till exempel ett olämpligt uppförande. (Kinge, 2016, ss. 55-56).

### 7.3 Samtalets utmaningar

Trots viljan att vara empatisk finns det ibland olika faktorer som hindrar en från att vara empatisk i samtal. Försvarsmekanismerna är en sådan faktor som kan hindra en från att både känna empati och reagera empatiskt under samtal med barn. Det är därför viktigt att vara medveten om sina försvarsmekanismer för att förstå vad de kan medföra i kommunikationen med barn. (Holmsen, 2007, s. 42). Exempel på dessa försvarsmekanismer är bortträngning, förnekande, regression, förskjutning, projicering och rationalisering (Aroseus, 2013).

Enligt Holmsen (2007) som hänvisar till Leer Salvesen et al. (2003) är skuld känslor nära förknippade med empati men det är även en faktor som kan vara ett hinder för empatisk kommunikation. Ifall den andra personen i samtalet lider till följd av något man själv gjort, kan den empatiska förmågan övergå i skuld känslor. Skuld känslorna kan även uppstå om man låtit bli att göra något som skulle ha förhindrat den andra personen från dess lidande. Inom empati kan skuld känslorna även vara positiva eftersom de kan leda till ett ingripande och därmed kan ses som en motivationsfaktor till en empatisk handling (Öhman, 2013, s. 36). Barnet kan ofta känna skuld känslor för olika saker som händer i familjen och tro att



det som händer är dennes eget fel. Särskilt det yngre barnet har lätt för att skapa felaktiga orsakssamband och skylla på sig själv gällande sådant som sker i den närmaste bekantskapskretsen. Holmsen (2007, s. 42) genom Leer-Salvesen et al. (2003) menar att empati ger barnet förutsättningar för utvecklingen av en sund skuld känsla. Holmsen (2007, s. 43) förklarar att det är viktigt att samtala med barnet och tydliggöra för barnet vad som har hänt och vad det beror på för att barnet inte ska uppleva felaktiga skuld känslor. Om barnet inte får samtala kan det skapa egna föreställningar om det som har hänt vilka ofta kan vara väldigt felaktiga.

Holmsen (2007, ss. 42-43) som hänvisar till Raundalen (1997) lyfter fram empatismärta som ett exempel på utmaningar för empatiska samtal. Detta är något som barnet kan utveckla ifall vuxna ställer för höga krav på barnet och dess empatiska förmåga. Det kan till exempel handla om föräldrar som i skilsmässoprocessen kräver tröst och förståelse från barnet. Barnet kan då känna sig ansvarigt att hjälpa föräldrarna och till följd av det känna empatismärta.

Samtal kan vara utmanande att genomföra eftersom ords betydelse kan tolkas på olika sätt, samtidigt ger samtal tillfällen för barnet att växa och utvecklas (Kinge, 2016, s. 17). För att ett samtal ska kunna existera behöver minst två personer växelvis lyssna till och prata med varandra. Vuxna tar ofta över samtal genom att göra egna tolkningar av barnets känslor eller tankar med resultatet att de avbryter och fyller i barnets mening. Om vuxna lär sig att lyssna till och vänta ut barnets egna ord utvecklas barnet i hur man för ett samtal. Den goda relationen främjas samtidigt med trygghet och tillit vilket behövs mellan barnet och vuxna för att kunna föra ett lyckat samtal. (Ellneby & Von Hilgers, 2010, ss. 7-9).

Under samtal med barnet kan formuleringen av frågor leda in barnet mot specifika svar. Den vuxna kan vara både medveten och omedveten om detta. Hurdana frågor, på vilket sätt som frågorna ställs och hur den vuxna förstår barnet är avgörande för barnets svar och detta är något som den vuxna bör ta i beaktande. Det osäkra barnet med dåligt självförtroende kan anpassa sina svar efter vad det tror att är det rätta svaret och som det tror att den vuxna vill höra. (Holmsen, 2005, ss. 136-137). Ibland kan det hända att barnet svarar "vet inte" ifall det inte är säker på vad det tror att den vuxna vill höra. Detta kan för barnet i vissa fall kännas tryggast eftersom det då åtminstone inte svarar fel. (Holmsen, 2007, s. 83).

## 8 Känslor

Det finns inga känslor som är rätt eller fel utan de känslor vi känner uppstår som budskap inom oss och vill säga oss något (Öhman, 2013, s. 196). Genom att lyssna till våra egna och varandras känslor kan vi lära oss något om oss själva och varandra. Detta kan leda till insikt om vad vi känner och tycker i olika situationer. Känslohantering kan vara utmanande och det kan finnas behov av olika stöd, material och metoder för att lyckas förmedla och förstå sina egna och andras känslor. Ett exempel på detta är känslkort med vilka man kan samtala angående sina känslor och behov.

### 8.1 Känsloernas betydelse

Känsloernas betydelse är en viktig del av den psykiska hälsan hos varje person. De är med oss i vardagen och styr allt vad man gör och vilka val man tar. Känsloerna som alla personer känner kommer med ett budskap. De olika känslorna en person känner är tillfälliga och därför kan man ha flera olika känslotillstånd under dagens gång. Känslotillstånd kan vara positivt eller negativt laddade. Sorg, ilska, rädsla och ångest identifieras oftast som negativt laddade sinnesstämningar varav exempelvis glädje och iver uppfattas som positiva känslor. (Peräaho & Nikkinen, 2020a., s. 10).

Det är viktigt att få känna känslor. Med hjälp av känslor ökar medvetenheten om måendet. Genom att reflektera över känslor i specifika situationer är det möjligt att lära känna igen hur olika saker påverkar och hur måendet är i specifika situationer. Eftersom det inte finns några felaktiga känslor bör alla känslor accepteras. Vad som är bra och viktigt är något som bekräftas genom känslor. Att fly från och vara försiktig i sådana situationer som kan vara farliga är något som känslan av rädsla medför. Ilska medför agerande som skydd och försvar gällande både sig själv och andra människor som är viktiga för den som upplever känslan. Man bör inte alltid agera utifrån känslor man känner eftersom det ibland kan leda till att man skadar sig själv eller någon annan. (Lajunen, Andell, Jalava, Kemppainen, & Ylenius-Lehtonen, 2012, s. 77).

En viktig målgrupp för att lära sig känslohantering är barn och unga. I Grunderna för planen för småbarnspedagogik (2018, ss. 34, 41) betonas hur barnet ska få hjälp med att lära sig uttrycka sina känslor. Det är viktigt för barnet att få uttrycka sina känslor, fundera över och samtala om dem och detta är något som vuxna behöver uppmuntra och ge möjlighet till.

Genom att låta barnet dela med sig av sina känsloupplevelser kan man ge barnet möjlighet till att känna samhörighet. Det är viktigt att påminna om att alla känslor är accepterade och befogade. Samtidigt behöver barnet lära sig om hur det kan uttrycka sina känslor så att de inte leder till att barnet själv eller någon annan tar skada. (Öhman, 2013, s. 234). Emotionella färdigheter stärks genom att låta barnet tolka, upptäcka och sätta ord på vad det känner. Dessutom lyfts det fram att olika känslor är tillåtna i en trygg miljö och på detta sätt lär barnet sig att reglera sina känslor bättre. (Utbildningsstyrelsen, 2018, s. 26).

Något som skiljer barnet från den vuxna är att barnet oftare kommunicerar genom känslor, särskilt när det handlar om icke-verbal kommunikation. Ett barn i 4-5-årsåldern har inte långt mellan känslan av glädje och känslan av sorg. Barnet lär sig relativt snabbt att förtränga sina känslor för att kunna vara vuxna till lags. (Holmsen, 2005, s. 54).

Negativa upplevelser i vardagen har en tendens att påverka mer än positiva händelser. Även om det skett fler positiva händelser än negativa är det de negativa händelserna som tankarna leder till vid slutet av dagen, ofta vid läggdags. Negativa händelser som gett ett starkt avtryck kan påverka mer än en störd nattsömn. (Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen, 2018, s. 20).

## 8.2 Känslkort

Med hjälp av känslkort kan man uppmuntra barnet till att uttrycka sina känslor, lära sig att formulera dem och reflektera kring dem. Barnet kan med hjälp av bilder lättare relatera till sina egna känslor och genom det beskriva dem. Användningen av känslkort kan leda till mer öppenhet och närhet i kommunikationen mellan barnet och den vuxna. (Holmsen, 2005, ss. 55, 91).

Barnet har ett visuellt tänkande och det kan vara lättare att känna igen sig i olika bilder än att själv komma ihåg sina känslor. Känslkort kan vara till stöd då barnet kan behöva konkreta bilder för att minnas och de kan vara ett verktyg som får barnet att komma ihåg saker och skärpa minnet. Alla barn är olika och har olika förutsättningar att uttrycka sig genom kreativa metoder. En del kan ha vuxit upp i familjer där det är vanligt att vara kreativ genom sång, dramatisering och bokläsning medan barn från andra familjer kan ha svårt att uttrycka sig med hjälp av kreativa metoder som till exempel bilder. Uppfattningen är dock

att det är lättare att samtala med barn med hjälp av känslkort och bilder. (Holmsen, 2005, ss. 71, 89, 91).

Känslkort som innehåller bilder av djur kan göra att barnet lättare känner igen sig i både bilderna och känslorna. Bildernas teman och de känslor som de förmedlar kan ge barnet distans eftersom det är djur på bilderna. Detta kan också underlätta för barnet att tala om sina känslor och komma in på det emotionella planet. Känslkort med djur är passande för barn oavsett kön och ålder eftersom de går att relatera till oavsett vem man är eller hur man ser ut. (Holmsen, 2005, s. 106).

### 8.3 Samtala med hjälp av känslkort

I ett samtal där man använder sig av känslkort är det möjligt för parterna i samtalet att bättre förstå varandra. Genom att använda känslkort vid samtal ger man personen man samtalar med både en visuell och en auditiv möjlighet att förstå det som sägs. Bilderna kvarstår som visuellt stöd till det som sägs medan ord försvinner så snart de blivit uttalade. (Heide, 2019, s. 36).

Ett samtal kan se ut på flera olika sätt beroende på vad syftet med samtalet är. Genom samtal med barnet kan man lära sig förstå barnet bättre och förstå dennes sätt att tänka. Samtalet ger barnet möjlighet att reflektera över och fundera på beskrivningar av sin egen verklighet och världen ur sin synvinkel. Halvstrukturerade samtal och intervjuer är ett sorts samtal som inte är för strikt utan ger möjlighet till att diskutera utanför ramarna. I dessa typer av samtal är samtalsmanualen enbart vägledande, barnet och den vuxna har möjlighet att berätta fritt och beskriva sådant som känns viktigt. Den här typen av samtal är på förhand planerade till en viss del och kan till exempel omfatta tema, innehåll, plan och frågor. (Holmsen, 2005, ss. 52-53).

Inför ett samtal är det vanligt att den vuxna har bestämt ett tema som samtalet ska behandla och som känns viktigt att diskutera med barnet. Trots detta kan samtalet leda in på andra ämnen som under samtalets gång anses vara relevanta och viktiga att prata om. Utöver temat och frågorna kan det vara viktigt att fundera över miljön där samtalet ska äga rum. Beroende på var man är och hur situationen utspelar sig kan det ha en inverkan på hurdana svar man får samt hur barnet agerar och reagerar. Genom att sitta i jämnhöjd med barnet kan känslan av att den vuxna sitter i maktposition undvikas. Att sitta snett mot

varandra ger barnet möjlighet till ögonkontakt men även möjlighet att undvika det, beroende på hur barnet känner sig. Detta ger även barnet och den vuxna förutsättningen att tillsammans se på bilderna ur samma vinkel. Utrymmet där samtalet äger rum bör inte kännas instängt för barnet och vägen till dörren behöver vara fri för att barnet ska se möjligheten att lämna samtalet och platsen när som helst. (Holmsen, 2005, ss. 57, 72).

#### 8.4 Formulering av frågor inför känslökortens användning

Det finns skillnader i hur vuxna ställer frågor beroende på vad man vill att barnet ska berätta om och vad den vuxna vill ta fasta på. För att få reda på hur barnet känner sig i en viss situation behöver vuxna ställa emotionella frågor. Exempel på en emotionell fråga är: Hur upplever du det då du inte får vara med och leka? Med hjälp av utmanande frågor kan vuxna utmana barnet i dess tänkande samt få svar på hur olika scenarier skulle se ut och kännas för barnet. Ett exempel på en utmanande fråga är: Vad tror du händer om Mia får låna din nalle? (Holmsen, 2005, ss. 79-81).

Det kan vara svårt för barnet att svara på ospecifika och allmänna frågor. Barnet kan till exempel ha svårigheter att svara på frågan om hur det har varit på dagis men istället lättare kunna svara på vad som hände under utflykten. Frågorna bör vara sådana som barnet kan svara på och som utgår från barnets sätt att se på världen. Genom att frågorna är korta och tydliga minskar risken för att barnet missförstår. (Holmsen, 2005, ss. 59, 71).

Öppna frågor begränsar inte barnet till något visst svar men samtidigt är det viktigt att påminna barnet om att det inte finns något svar som är fel. Det ger även barnet möjlighet att spontant och med egna ord uttrycka sina känslor och tankar. Slutna ja och nej frågor kan göra att samtalet avslutas och det är mer utmanande att få till ett samtal som flyter på. Med den här typen av frågor blir barnets svar heller inte specifika eller personliga. Varförfrågor bör undvikas då de lätt kan uppfattas som anklagande och därmed sätter barnet i en försvarsposition. (Holmsen, 2007, s. 77).

## 9 Utvecklingen av känslkortens guide

Tanken med guiden är att fokusera på barnets känslor och behov ur ett barnperspektiv samt är tänkt att användas för att skapa en arena för betydande samtal om tankar, känslor och behov gällande den nya familjesituationen. Arbetets syfte var att skapa en guide till redan befintliga känslkort som skulle ge förutsättningar för samtal mellan barnet och de vuxna i nyfamiljer. För att uppnå syftet valde skribenterna att utgå från frågeställningarna: Hur kan vuxna i en nyfamilj stödja barnet till att uttrycka sina känslor och behov i ett samtal? Vilka diskussionsområden är viktiga att beröra vid användning av känslkortet?

Känslkort med hundmotiv hittades på Peppy Pals hemsida (2013), vilka skribenterna valde att använda sig av i detta arbete. Därefter började processen kring att välja vilka specifika känslkort och känslor som var aktuella för arbetet. Av de 42 känslkort som fanns ansågs 30 känslkort användbara. Valet kring vilka känslkort som skulle användas gjordes på basen av hur de såg ut och vilken känsla de förmedlade. De övriga 12 känslkort valdes bort av två orsaker; svårigheter i att uppfatta vilken känsla som förmedlades samt likheten mellan flera känslkort. Skribenterna ansåg även att det inte skulle vara etiskt försvarbart att använda känslkort som skulle kunna vara svåra för barnet att tolka. Känslkortet är bifogade som bilaga 2 i arbetet.

På varje känslkort fanns det ord som beskrev vilken känsla som hunden förmedlade. Orden konstaterades vara svåra och det upplevdes inte som självklart att den förmedlade känslan motsvarade det beskrivande ordet. Utifrån detta fattades beslutet att beskära känslkortet och ta bort orden för att undvika missförstånd mellan barnet och den vuxna. Motiveringen till detta var att det är viktigare att barnet får möjlighet att beskriva sin egen känsla utan att den vuxna läser ordet och därmed har en förutfattad tanke om vad barnet känner. Om barnet inte kan läsa och därmed inte förstår orden på känslkortet utgår barnet från tidigare erfarenheter om hur känslor kan komma till uttryck. Känslkortet var tolkningsbara och genom att ta bort texten skapades möjligheter för ett ökat användningsområde där till exempel barn i olika åldrar och situationer även kunde ha användning för dem.

I det här skedet fördes diskussionen gällande rättigheten att använda känslkortet i arbetet samt rättigheten att klippa bort de tillhörande orden. Skribenterna tog kontakt med grundarna till Peppy Pals som äger rättigheterna till känslkortet och de godkände både

användningen av känslkortet i arbetet och gav även godkännande för att beskära känslkortet och ta bort orden. Beslutet om att använda enbart en sorts känslkort motiverades med att känslkortet bör föreställa samma figur och ha samma utformning. Detta för att undvika att barnet väljer känslkort utifrån färg, form eller figur och som därmed inte speglar känslan som barnet känner. Genom att se till dessa aspekter ökar tillförlitligheten gällande syftet med användningen av känslkortet.

I arbetet utformades teorin till följd av frågeställningarna och syftet. Rubriken Nyfamiljens utmaningar tillsattes för att hitta ytterligare stöd till frågeställningen: Vilka diskussionsområden är viktiga att beröra vid användning av känslkortet? Genom att lyfta fram de utmaningar en nyfamilj kan uppleva i vardagen förtydligades behovet av vilka diskussionsämnen som var relevanta att beröra.

När teorin i arbetet ansågs vara tillräcklig för att kunna besvara frågeställningarna påbörjades utformningen av guiden. Det första steget var att skapa relevanta rubriker för guiden. Dessa formades utifrån frågeställningarna men även syftet användes som stöd vid valet av guidens rubriker och text. För att med hjälp av guiden kunna ge svar på frågeställningarna behövde den basera sig på de olika teman som diskussionsfrågorna formades kring. Teman valdes ut till följd av diskussioner och analyser av arbetets text. Dessa teman kunde alla kopplas ihop med nyfamiljens utmaningar, något som ansågs vara viktigt att samtala om i nyfamiljen. De olika teman blev respekt och acceptans, delaktighet, öppna samtal, rollfördelning, relationer, rutiner, barnets behov av uppmärksamhet, konflikter, känslor och behov samt syskonrelationer.

En plan för guiden gjordes i vilken skribenterna plockade in text från arbetets teori. Med hjälp av den kunde skribenterna bilda sig en överblick av den befintliga teorin och guidens uppbyggnad. Texten förenklades och förkortades för att bli mera lättläst. Detta gjorde att det skapades förutsättningar för vuxna i nyfamiljen att kunna läsa och intressera sig för guiden och dess användning.

När texten hade kortats ner och förenklats valdes mall och design för guiden. För utformningen av guiden användes det kostnadsfria programmet Canva (2013) som enligt skribenterna var ett smidigt program att skapa och redigera i. Guiden valdes att göras i storlek A4 för att möjligheten att kunna skriva ut den i pappersformat för användning skulle finnas. Under processens gång med att sätta in texten i guiden utformades och redigerades

designen enligt hur skribenterna ansåg det se mest intressant och inbjudande ut för läsaren. Vid skapandet och designandet av guiden prioriterades att den skulle vara lättläst, tydlig samt lockande att läsa. Med hjälp av att skriva korta stycken, tydliga meningar samt använda trevliga färger och former förverkligades prioriteringarna.

Guidens pärmsida valdes att prydas med bilder på några av de känslkort som ingår i materialet. Genom att ha dessa på pärmsidan kunde skribenterna ge läsaren en inblick och förståelse för guiden och dess innehåll. Sida 2 i guiden ger en kort beskrivning om hur guiden är utvecklad till följd av detta examensarbete. Här beskrivs även arbetets syfte och frågeställningar vilka finns beskrivna i inledningen av detta arbete. De olika teman som arbetet, guiden och diskussionsfrågorna baserar sig på finns även uppräknade och förklarade. Skribenterna ansåg det viktigt att räkna upp de olika teman för att möjliggöra en förståelse för guidens och diskussionsfrågorna uppbyggnad. Sida 3 i guiden är en inledning med rubriken "Till dig som vuxen i nyfamiljen". Inledningen innehåller en kort förklaring för vem guiden är riktad till samt syftet med den.

Sida 4 i guiden har rubriken "Delaktighet och relationer". Teorin till denna sida är tagen från kapitlen 2.4 Vikten av sunda relationer samt 6.4 Delaktighet i arbetet och beskriver betydelsen av barnets delaktighet samt sunda relationers betydelse i barnets vardag. Sida 5 i guiden har rubriken "Känslor" under vilken känslornas betydelse beskrivs, vikten av förståelsen för dessa samt barnets känslohantering. Texten till denna sida är tagen från kapitlen 2.4 Vikten av sunda relationer, 8 Känslor samt 8.1 Känslornas betydelse. Sida 6 i guiden beskriver känslkort och har rubriken "Vad är känslkort?". Texten till sidan är delvis skriven med skribenternas egna ord och delvis tagen från kapitel 8.2 Känslkort. Till följd av skribenternas kunskaper kring känslkort och deras användning kändes det relevant att med egna ord beskriva känslkort. Beskrivningen finns till för de vuxna som aldrig tidigare har hört om eller använt sig av känslkort. Därav behöver en enkel och tydlig beskrivning av vad dessa är och hur de används finnas.

Sida 7 i guiden har rubriken "Utmaningar i samtalet" och texten till sidan är tagen ur arbetets kapitel 7.3 Samtalets utmaningar. Olika utmaningar i samtalet är relevanta att känna till för att kunna öppna upp till ett mer avslappnat samtal. Sida 8 i guiden med rubriken "Att tänka på vid samtal" lyfter upp konkreta tips och råd gällande utformning av frågor. Texten beskriver positiva och negativa saker vid samtal och möjliggör för mer



förståelse för hur ett samtal med barnet kan utföras. Texten till sidan är tagen från arbetets kapitel 7.1 Vikten av samtal och dess utformning samt från kapitlet 8.4 Formulering av frågor inför känslkortens användning.

Sidorna 9 och 10 i guiden innehåller exempel på frågor som kan användas i samband med känslkortet i samtal med barnet. Frågorna baserar sig på utmaningar som kan finnas i nyfamiljen och bygger på relevant teori från hela arbetet samt de olika teman som skapats. Sida 9 i guiden innehåller exempel på emotionella frågor och sida 10 innehåller exempel på utmanande frågor. Teorin till de olika frågeformerna har tagits från arbetets kapitel 8.4 Formulering av frågor inför känslkortens användning.

Sida 11 i guiden ger en beskrivning på förklaringar till hur känslkortet kan användas i olika situationer och sammanhang. Förklaringarna har skribenterna skrivit själva till följd av diskussioner kring hur ett samtal med känslkort på bästa sätt kan genomföras. Förklaringarna finns beskrivna för att vuxna ska känna till hur de exempelvis kan använda sig av känslkortet i samtalet med barnet som i sin tur ska ha det lättare att uttrycka sina känslor och behov genom känslkortet.

Sida 12 i guiden består av en källförteckning innehållande de källor som texten i guiden grundar sig på. Sidorna 13-16 i guiden omfattar känslkortet. Tillgången till känslkortet gör det möjligt för läsaren att ta del av de specifika känslkort som valts ut av skribenterna och som är lämpade för samtalet. Känslkortet är tillräckligt stora för att kunna skrivas ut och användas i samtalet mellan den vuxna och barnet.

## 10 Resultat

Resultatet av detta arbete är en guide till redan befintliga känslkort som ska ge förutsättningar för samtal mellan barnet och de vuxna i nyfamiljer. Guiden baserar sig på teori från arbetets teoretiska del och ger svar på frågeställningarna som formats för arbetet. Guiden finns bifogad som bilaga 3 i arbetet.

Guiden är 16 sidor lång i storleken A4 med pärmsidan inkluderad. Pärmsidan består av rubriken "Samtala med hjälp av känslkort", underrubriken "Guide för mötet mellan barnet i 4-5-årsåldern och vuxna i nyfamiljen", skribenternas namn samt Yrkeshögskolan Novias logo. Pärmsidan pryds med 8 av de känslkort som guiden innehåller. Den genomgående

bakgrundsfärgen på guiden är turkos och designen består av olika färger och former som är mjuka och varma.

Sida 2 i guiden innehåller en kort beskrivning av hur guiden är utvecklad till följd av detta arbete. På samma sida beskrivs de olika teman som arbetet, guiden och diskussionsfrågorna baserar sig på. Sida 3 i guiden ger en kort inledning med rubriken "Till dig som vuxen i nyfamiljen". Inledningen fungerar som en förklaring på vem guiden är skriven för samt vad den innehåller. Sida 4 i guiden har rubriken "Delaktighet och relationer" och beskriver barnets behov av delaktighet och vikten av trygga och stabila relationer i barnets vardag. Rubriken på sida 5 är "Känslor" och den beskriver känslor och deras inverkan samt förståelse för barnets känslor och dess känslohantering. Sida 6 har rubriken "Vad är känslokort?" och den beskriver känslokort på ett enkelt sätt som gör att de som aldrig har hört talas om känslokort ska kunna förstå sig på dem och få förståelse för deras användningsområden. Här beskrivs hur känslokorten kan användas och tips ges på hur de kan kopplas ihop med samtalet. Rubriken på sida 7 är "Utmaningar i samtalet" som beskriver olika utmaningar som kan uppkomma vid samtal mellan barnet och den vuxna. Sida 8 har rubriken "Att tänka på vid samtal" vilken ger konkreta exempel på vad som kan vara viktigt att tänka på vid samtal samt vid utformning av frågor inför samtal med barn.

Sida 9 ger exempel på emotionella frågor som kan användas vid samtal med barnet. Frågorna tangerar olika teman som kan vara utmanande i nyfamiljen och som till följd av det kan behöva diskuteras med barnet. De olika teman som de emotionella frågorna berör är rutiner, respekt och acceptans, känslor och behov, delaktighet, öppna samtal, konflikter samt relationer. Sida 10 ger exempel på utmanande frågor och de teman som dessa frågor berör är barnets behov av uppmärksamhet, syskonrelationer, rollfördelning, respekt och acceptans, rutiner, relationer, delaktighet, känslor och behov, öppna samtal samt konflikter.

Sida 11 i guiden förklarar hur känslokorten kan användas i olika situationer. På sida 12 finns källförteckningen som innehåller de källor som guiden baserar sig på. Sidorna 13-16 består av 30 bifogade känslokort. Dessa är utvalda av skribenterna och menade för att användas i samtalet mellan barnet och den vuxna i nyfamiljen. Känslokorten har hundmotiv som på varje känslokort visar en känsla genom kroppsspråk, miner och gester. Bakgrundsfärgerna på känslokorten varierar mellan grön, blå, gul, orange och röd.

## 11 Diskussion och kritisk granskning

Som grunden för arbetet ligger skribenternas egna intressen beträffande kommunikationen mellan barnet och vuxna i nyfamiljer. På basen av det gemensamma intresset uppkom arbetet med syftet att skapa en guide till redan befintliga känslkort som skulle ge förutsättningar för samtal mellan barnet och vuxna i nyfamiljer. I detta avslutande kapitel diskuteras arbetet som helhet samt den kritiska granskning som gjorts under arbetets gång.

Det vi informationsmässigt saknade var tips på hur man praktiskt kan gå tillväga för att få till stånd ett samtal mellan barnet och vuxna i nyfamiljer utan att barnet ska känna att det finns förväntningar på dess tankar, känslor och behov. På basen av detta skapades syftet, det vill säga att skapa en guide till redan befintliga känslkort som skulle ge förutsättningar för samtal mellan barnet och vuxna i nyfamiljer. Trots känslkortens existens ansåg skribenterna att det finns brister i befintligheten av instruktioner kring hur man kan använda sig av dessa och specifikt i detta sammanhang. Att skapa en guide kändes viktigt och välbehövligt. Utifrån syftet skapade vi frågeställningarna: Hur kan vuxna i en nyfamilj stödja barnet till att uttrycka sina känslor och behov i ett samtal? Vilka diskussionsområden är viktiga att beröra vid användning av känslkortet? Med hjälp av känslkortet kan vuxna i nyfamiljen lättare påbörja samtal med barnet och förstå dess känslor och behov, vilket vi ansåg vara målet med guiden.

Arbetsprocessen fortskred med sökning av relevanta källor och material. Vi hittade flera bra böcker men ansåg att det var svårare att hitta vetenskapliga källor som berörde vårt tema och som skulle ge svar på våra frågeställningar. Sökningen gjordes på svenska, finska och engelska på flera olika databaser och andra nätbaserade sidor. Sökorden som användes var nyfamiljer, delaktighet, samtal, barnperspektiv, skilsmässa, känslkort, barnets känslor, och visuell kommunikation. Skribenterna har i efterhand diskuterat att det eventuellt var de valda sökorden som påverkade möjligheten att hitta passande material. Sökningarna gjordes på olika sätt men vi valde att i sökhistoriken endast skriva ner de sökningar som lett till resultat och som använts i arbetet. Beslutet togs av oss med motiveringen att det inte skulle vara relevant att ha med alla sökningar som gjorts men inte använts i arbetet på grund av att sökhistoriken då skulle bli för lång. En del sökningar gjordes för ospecifika vilket resulterade i sökningar utan relevant resultat.

På basen av materialet som hittades samt diskussioner om huruvida material som ansågs vara relevant formade arbetets rubriker. Vi bestämde oss för att beskriva begreppet nyfamilj och kort offentliggöra statistik kring nyfamiljer. De ämnen som vi ansåg vara viktiga att skriva om för att besvara arbetets frågeställningar var vikten av sunda relationer, delaktighet, empati, samtal mellan barnet och vuxna samt utmaningar i samtalet. Vi ansåg även att det kunde vara viktigt att veta mer om barnets utveckling i 4–5-årsåldern samt barnperspektiv och barnets perspektiv. Dessa ämnen ansågs ha betydelse för att kunna forma samtal mellan barnet och vuxna i en nyfamilj och behövde därför finnas som grund för vår guide.

Arbetsprocessen fortsatte med informationssökning kring känslkortet och dess användning samt utbudet av vilka känslkort som fanns tillgängliga att använda i vårt arbete. Den vetenskapliga grunden för känslkort har inte kunnat hittats, trots detta tror vi att metoden att använda känslkort i detta sammanhang kan vara användbar. Till följd av våra egna erfarenheter och kunskaper kring känslkort och deras användning anser vi att de är lämpliga för arbetets syfte. Trots det upplevde vi det utmanande att inte kunna bygga materialet kring känslkort på vetenskapliga källor. I kapitel 8.2 "Känslkort" har vi enbart hänvisat till källan Holmsen (2005). Detta på grund av att vi inte hittat tillräckligt med litteratur angående känslkort. Bristen på vetenskapligt material och litteratur om känslkortet kan resultera i lägre tillförlitlighet vilket vi tagit i beaktande i vårt arbete.

Vid valet av känslkort diskuterades huruvida känslkort som skulle passa arbetets syfte och den valda åldersgruppen, 4-5-åringar. Känslkortet behövde vara gratis för nerladdning och användning för att kunna användas i vårt arbete. De känslkort som hittades var från Peppy Pals hemsida och ansågs lämpliga för åldersgruppen med tanke på figuren som är ett hundmotiv. Något som diskuterades var känslkortens bakgrundsfärger som är blå, gul, röd, orange och grön samt vilken inverkan de olika färgerna har vid barnets val av känslkort under samtalet. Våra kritiska åsikter berörde händelseförloppet där barnet skulle välja kort utifrån sin favoritfärg. Resultatet av ett sådant händelseförlopp skulle hindra förverkligandet av guidens syfte. Vi kunde inte ändra bakgrundsfärgerna men valde ändå att använda oss av känslkortet med motiveringen att tydliga instruktioner vid användning av känslkortet i guiden kunde bortse detta problem. På varje känslkort fanns det ett ord som beskrev vilken känsla som hunden förmedlade. Vi förhöll oss kritiska till detta eftersom orden konstaterades vara svåra och det upplevdes inte som självklart att

den förmedlade känslan motsvarade det beskrivande ordet. Vi mejlade Peppy Pals som äger rättigheterna till känslkortet och fick godkännande av dem att använda känslkortet i samband med vårt examensarbete. Vi lyfte även fram missförståndet som kan uppstå mellan barnet och den vuxna och fick då även godkännande att beskära känslkortet och ta bort orden. Peppy Pals var intresserade av att ta del av guiden när den var färdig för att eventuellt kunna erbjuda den genom olika samarbeten.

Då guiden skapades och designades var våra prioriteringar att den skulle vara tydlig, lättläst samt vara inbjudande. Även om mycket av teorin hade varit intressant för vuxna i nyfamiljen att ta del av anser vi att vi lyckades komprimera materialet och ta med det allra viktigaste. Diskussionsfrågorna omfattar inte vidareutveckling av frågorna ifall barnet enbart väljer att peka på känslkortet. Detta är något som vi tror att kan upplevas vara utmanande för den vuxna under samtalet med barnet.

Vi hoppas att detta arbete ska komma till nytta och kunna hjälpa nyfamiljer att samtala och på så sätt även lösa de problem och utmaningar som kan uppkomma när en nyfamilj bildas. Förslagsvis kan denna guide finnas tillgänglig på platser där det finns annat informationsmaterial som berör familjer. Våra egna förutsättningar att testa guiden var inte möjlig inom tidsramen för examensarbetet. Som förslag på vidareutveckling ser vi gärna att framtida skribenter inom området testat guiden och utvecklar både den och diskussionsfrågorna. Genom vidareutveckling kan guiden förbättras och bli ett ännu mer välfungerande verktyg för nyfamiljer vad gäller samtal kring den nya familjesituationen.

## Källor

- Arnér, E., & Tellgren, B. (2006). *Barns syn på vuxna - att komma nära barns perspektiv*. Studentlitteratur.
- Aroseus, F. (den 22 06 2013). *Försvarsmekanismer*. Hämtat från Lätt att lära: <https://lattattlara.com/psykologiska-perspektiv/psykodynamiskt-perspektiv/forsvarsmekanismer/>
- Barnavårdsföreningen i Finland rf. (2017). *S som i skilsmässa N som i nyfamilj*. Helsingfors: Barnavårdsföreningen i Finland rf.
- Bell, J. (2016). *Introduktion till forskningsmetodik*. Lund: Studentlitteratur AB.
- Bergström, M. (2018). *Att skiljas med barn - FÖRÄLDRAR I TVÅ HEM*. Bonnier fakta.
- Broberg, M. (2010). *Väestöliitto*. Hämtat från Uusperheen voimavarat ja lasten hyvinvointi: [https://www.vaestoliitto.fi/uploads/2020/12/820ca5c6-uusperheen-voimavarat-ja-lasten-hyvinvointi\\_broberg\\_2010.pdf](https://www.vaestoliitto.fi/uploads/2020/12/820ca5c6-uusperheen-voimavarat-ja-lasten-hyvinvointi_broberg_2010.pdf)
- Canva. (2013). *Canva*. Hämtat från Canva.com: <https://www.canva.com> den 13 04 2021
- Davidsson, S., & Juslin, E. (2016). *DET RESURSSTARKA BARNET - resursförstärkande yrkespraxis för barn under skolåldern*. Vasa: Yrkeshögskolan Novia.
- Davidsson, S., & Juslin, E. (2021). *Resursstarka barn. Stöd till socialt utsatta barn inom småbarnspedagogiken*. Vasa: Yrkeshögskolan Novia.
- Ellneby, Y., & Von Hilgers, B. (2010). *Att samtala med barn - genom att lyssna med fyra öron*. Stockholm: Natur & Kultur.
- Favez, N., Widmer, E. D., Doan, M.-T., & Tissot, H. (den 22 01 2015). Coparenting in Stepfamilies: Maternal Promotion of Family Cohesiveness with Partner and with Father. *Journal of Child & Family Studies*, 24(11). Hämtat från Ebsco Host: <https://web-b-ebSCOhost-com.ezproxy.novia.fi/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=6&sid=8ed11b5a-2d0e-4f00-8b6e-31da33bcc37e%40pdc-v-sessmgr01>
- Forskningsetiska delegationen. (u.å.). *God vetenskaplig praxis*. Hämtat från Forskningsetiska delegationen (TENK): <https://tenk.fi/sv/forskningsfusk/god-vetenskaplig-praxis-gvp> den 08 03 2021
- Heide, E.-L. (2019). *Bättre samspel med socialt bildstöd*. Lund: Studentlitteratur AB.
- Holmsen, M. (2005). *Samtalsbilder - en väg till kommunikation med barn*. Lund: Studentlitteratur.
- Holmsen, M. (2007). *Samtalsbilder och teckningar - samtal med barn i svåra situationer*. Polen: Pozkal.
- Iwarsson, P. (2016). *Du behövs som vuxen*. Stockholm: Gothia Fortbildning.
- Jensen, T. M., & Shafer, K. (2013). Stepfamily Functioning and Closeness: Children's Views on Second Marriages and Stepfather Relationships. *Social Work*, 58(2). Hämtat från Ebsco host: <https://web-b-ebSCOhost-com.ezproxy.novia.fi/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=1&sid=17f0f140-8b9a-45c1-b65c-3d5a11f6189a%40pdc-v-sessmgr01>

- Jensen, T. M., Shafer, K., & Holmes, E. K. (4 2015). Transitioning to stepfamily life: the influence of closeness with biological parents and stepparents on children's stress. *Child & Family Social Work*, ss. 275-286.
- Kinge, E. (2016). *EMPATI - Närvaro eller metod?* Lund: Studentlitteratur AB.
- Lajunen, K., Andell, M., Jalava, L., Kemppainen, K. P., & Ylenius-Lehtonen, M. (2012). *Turvataitoja Lapsille*. Hämtat från Julkari.:  
[https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/90799/URN\\_ISBN\\_978-952-245-796-7.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/90799/URN_ISBN_978-952-245-796-7.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Lindstedt, I. (2019). *Forskningens hantverk*. Lund: Studentlitteratur AB.
- Lundman, B., & Hällgren Granheim, U. (2012). Kvalitativ innehållsanalys. i G. Monica, & H.-N. Birgitta (Red.), *Tillämpad kvalitativ forskning inom hälso- och sjukvård* (ss. 187-201). Lund: Studentlitteratur AB.
- Mannerheims Barnskyddsförbund. (2013). *Barnet under olika levndsår. 4 år*. Helsingfors: Mannerheims Barnskyddsförbund. Hämtat från cdn:  
<https://cdn.mll.fi/prod/2017/08/07191726/Lapsi-eri-ikäkausina-4-v-SVE.pdf>
- Mannerheims Barnskyddsförbund. (2007). *Barnet under olika levnadsår. 5 år*. Helsingfors.: Mannerheims Barnskyddsförbund.
- National Scientific Council on the Developing Child. (05 2015). *Supportive Relationships and Active Skill-Building Strengthen the Foundations of Resilience*. Hämtat från Center of the Developing Child at Harvard University:  
<https://46y5eh11fhgw3ve3ytpwxt9r-wpengine.netdna-ssl.com/wp-content/uploads/2015/05/The-Science-of-Resilience2.pdf> 01 2021
- Nordens välfärdscenter. (2012). *Nordens barn Tidiga insatser för barn och föräldrar*. Hämtat från Nordic Welfare: [http://nordicwelfare.org/wp-content/uploads/2018/02/1-TidigaInsatser\\_enk.pdf](http://nordicwelfare.org/wp-content/uploads/2018/02/1-TidigaInsatser_enk.pdf)
- Norrena, H. (den 10 06 2018). *Nyfamiljen kan vara både utmanande, utmattande och underbar*. Hämtat från <https://svenska.yle.fi/artikel/2018/06/10/nyfamiljen-kan-vara-bade-utmanande-utmattande-och-underbar> den 05 04 2021
- Olsson, H., & Sörensen, S. (2007). *Forskningsprocessen*. Stockholm: Liber AB.
- Pajulammi, H. (2014). *Lapsi, oikeus ja osallisuus*. Helsinki: Talentum.
- Papernow, P. (03 2014). Providing evidence - based help to stepfamilies. *The Brown University Child and Adolescent Behavior Letter*, 30(3), ss. 5-7.
- Papernow, P. (03 2018). Clinical Guidelines for Working With Stepfamilies: What Family, Couple, Individual, and Child Therapists Need to Know. *Family Process*, 57(1), ss. 25-51. Hämtat från Clinical Guidelines for Working With Stepfamilies: What Family, Couple, Individual, and Child Therapists Need to Know: <https://web-a-ebsochost-com.ezproxy.novia.fi/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=4&sid=fef53d77-d512-4f29-8d33-8b5f59e7acb9%40sessionmgr4007> 04 2021
- Peppy Pals. (2013). *Peppy Pals*. Hämtat från Peppy Pals: <https://peppypals.com>
- Peräaho, K., & Nikkinen, E. (2020a.). *Hyvän mielen ohjaajan opas*. Suomen mielenterveys ry.

- Pylyser, C., Buysse, A., & Loeys, T. (06 2018). Stepfamilies Doing Family: A Meta-Ethnography. *Family Process*, 57(2), ss. 496-509. Hämtat från Academic Journal, Family Process: [https://web-b-ebshost-com.ezproxy.novia.fi/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=4&sid=721925d7-f7fd-43c5-8e87-924dafd5fa3d%40pdc-v-sessmgr03\\_04\\_2021](https://web-b-ebshost-com.ezproxy.novia.fi/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=4&sid=721925d7-f7fd-43c5-8e87-924dafd5fa3d%40pdc-v-sessmgr03_04_2021)
- Ritala-Koskinen, A. (2001). *MIKÄ ON LAPSEN PERHE? - Tulkintoja lasten uusperhesuhteista*. Hämtat från Väestöliitto: <https://www.vaestoliitto.fi/uploads/2020/12/2ca8473d-mika-on-lapsen-perhe.pdf>
- Statistikcentralen. (den 22 05 2020). *Antalet småbarnfamiljer har minskat med nästan en femtedel under 2010-talet*. Hämtat från Statistikcentralen: [https://tilastokeskus.fi/til/perh/2019/perh\\_2019\\_2020-05-22\\_tie\\_001\\_sv.html](https://tilastokeskus.fi/til/perh/2019/perh_2019_2020-05-22_tie_001_sv.html)
- Statsrådet. (2019). *Förutsättningar för uppväxt, lärande och delaktighet för alla*. (J. Välijärv, Red.) Helsingfors: Undervisning- och kulturministeriet, Social- och hälsovårdsministeriet.
- Stenius, T. (2006). *Lapset kertovat...* Hämtat från Julkari: <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/75269/Tp9-2006.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Taskinen, S. (2002). *Barnets bästa vid skilsmässa*. Saarijärvi: Stakes.
- Tryggvason, N. (2018). *Att säga sitt och höra till. En internationell studie om barns delaktighet i familjen*. Göteborg: Institutionen för social arbete.
- Unicef. (u.å.). *Konventionen om barnets rättigheter*. Hämtat från Unicef: <https://www.unicef.fi/lapsen-oikeudet-2/konventionen-om-barnets-rattigheter-hela-texten/>
- Utbildningsstyrelsen. (2018). *Grunderna för planen för småbarnspedagogiken*. Helsingfors: Föreskrifter och anvisningar.
- Uusitalo-Malmivaara, L., & Vuorinen, K. (2018). *Se det goda!* Jyväskylä: PS-kustannus 2018.
- Äikäs, M. (2006). *Plastfamiljer, umgängesföräldrar och mambor*. Hämtat från Språkbruk: <https://www.sprakbruk.fi/-/plastfamiljer-umgangesforaldrar-och-mambor> den 07 02 2021
- Öhman, M. (2013). *Empati genom lek och språk*. Stockholm: Liber AB.

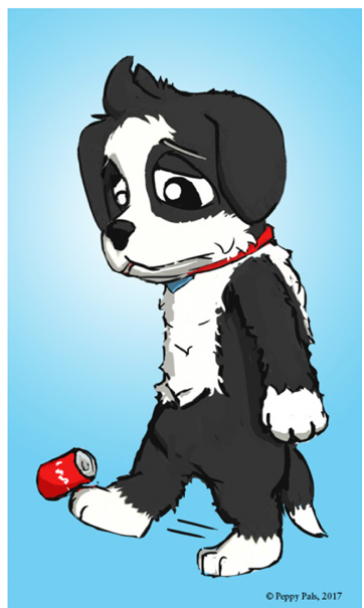
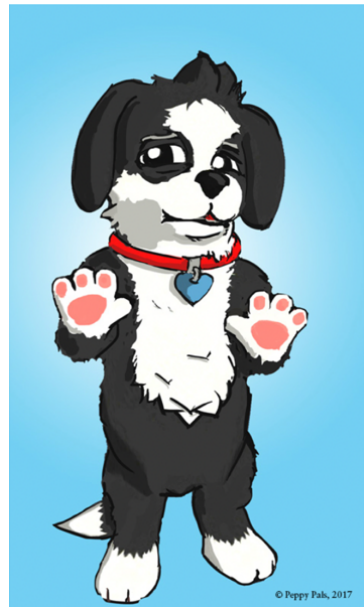
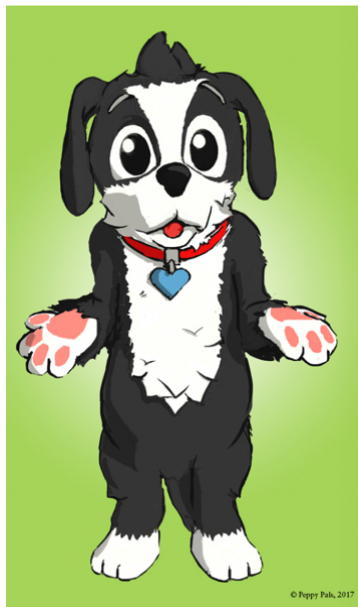
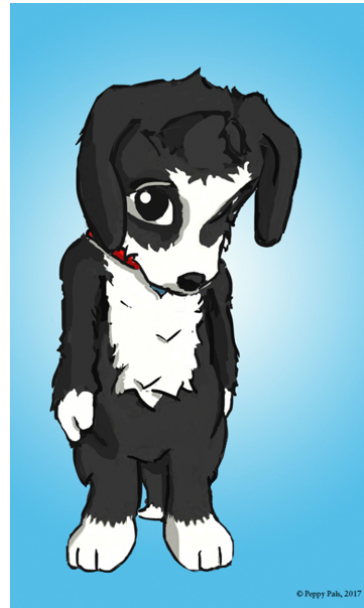
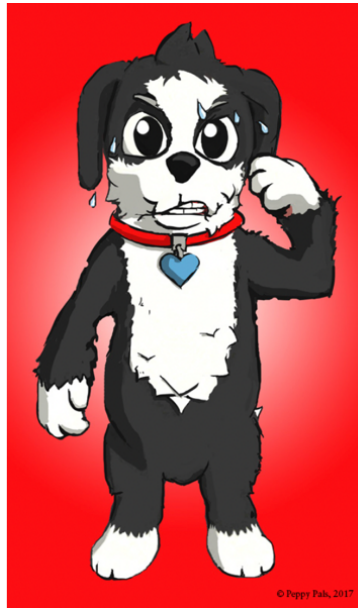
## Finlands författningssamling

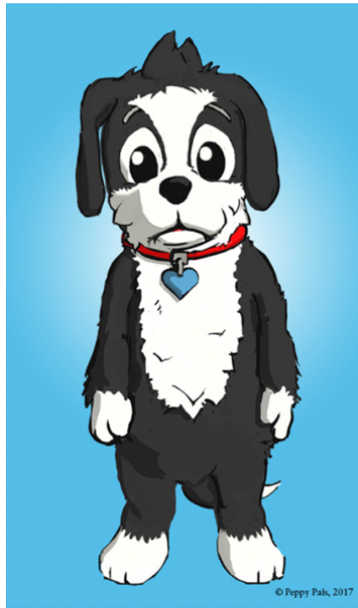
Finlands grundlag 11.6.1999/731 [Online] [www.finlex.fi](http://www.finlex.fi) [hämtat 13.2.2021]

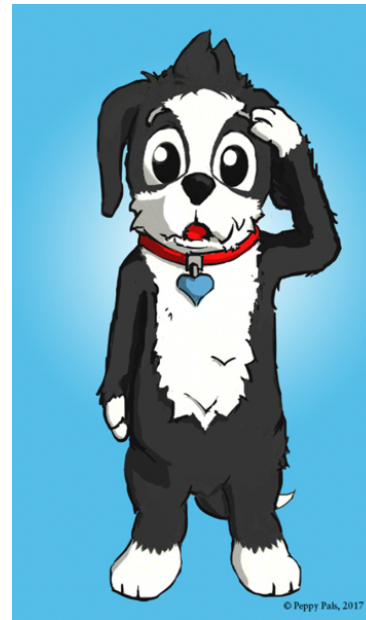
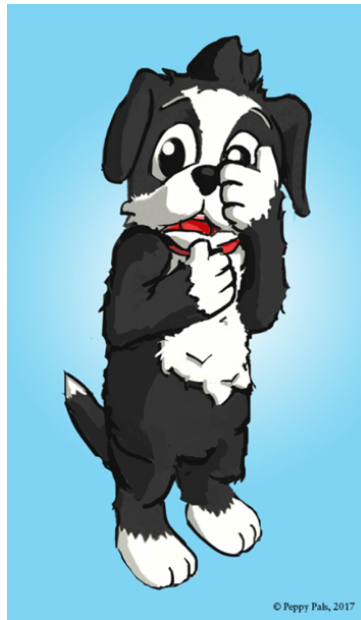
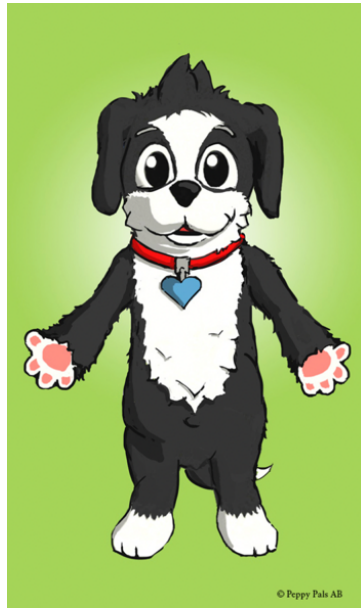
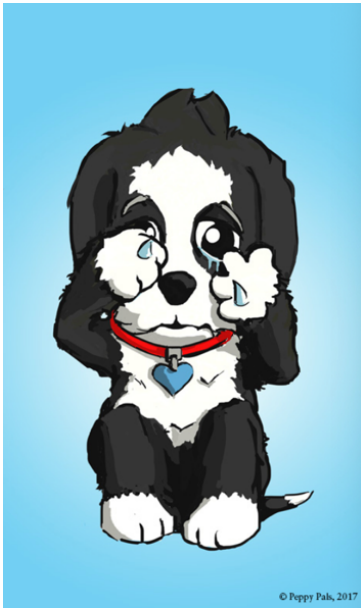
Lag angående vårdnad om barn och umgängesrätt 8.4.1983/361 [Online] [www.finlex.fi](http://www.finlex.fi) [hämtat 13.2.2021]

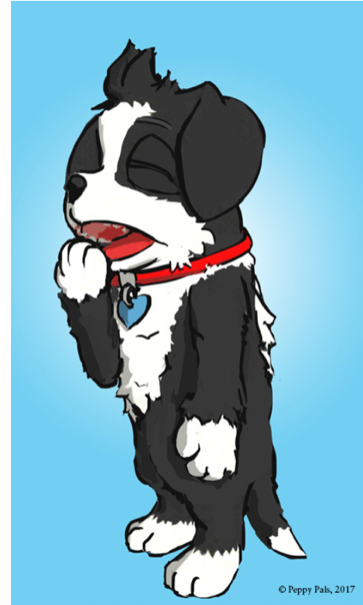


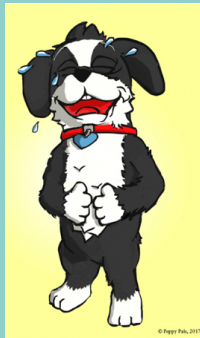
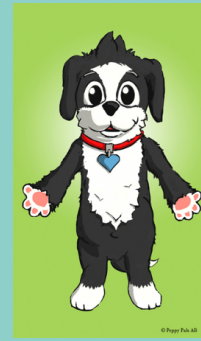
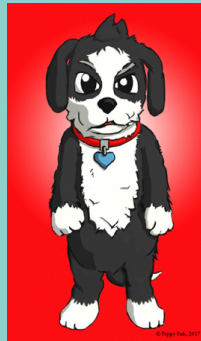
Datum för sökning	Databas	Söktermer och kombinationer	Antal träffar	Avgränsningar	Antal träffar efter avgränsningar	Antal valda artiklar
12.2.2021	Julkari	Lapsen tunteet	171	Lapset	66	1
28.2.2021	Julkari	Lapsinäkökulma	4			1
1.3.2021	EBSCOhost Academic Search Elite	Providing evidence-based help to stepfamilies	1			1
14.3.2021	EBSCOhost Academic Search Elite	Coparenting in Stepfamilies: Maternal Promotion of Family Cohesiveness with Partner and with Father	1			1
17.3.2021	EBSCOhost Academic Search Elite	Transitioning to stepfamily life: influence of closeness with biological parents and stepparents on childrens stress	1			1
24.3.2021	EBSCOhost Academic Search Elite	Stepfamily Functioning and Closeness: Children's Views on Second Marriages and Stepfather Relationships	1			1
4.4.2021	EBSCOhost Academic Search Elite	Clinical Guidelines for Working With Stepfamilies: What Family, Couple, Individual, and Child Therapists Need to Know.	1			1
5.4.2021	EBSCOhost Academic Search Elite	Stepfamilies Doing Family: A Meta-Ethnography. Family Process	1			1











# Samtala med hjälp av känslkort

Guide för mötet mellan barnet i 4-5-årsåldern och vuxna i nyfamiljen

Ulrika Fagerström  
Marléne Henriksson  
Nicolina Sarin  
Lina Wahlberg

YRKESHÖGSKOLAN  
**NOVIA**

Denna guide är resultatet av ett examensarbete som gjorts av socionomstuderanden på Yrkeshögskolan Novia i Åbo. Syftet med skribenternas examensarbete var att skapa en guide till redan befintliga känslkort som ska ge förutsättningar för samtal mellan barnet och vuxna i nyfamiljer. Frågeställningarna som besvarades var: Hur kan vuxna i en nyfamilj stödja barnet till att uttrycka sina känslor och behov i ett samtal? Vilka diskussionsområden är viktiga att beröra vid användning av känslkortet?

Guiden är uppbyggd enligt olika temaområden som baserar sig på teorin i examensarbetet. Dessa är respekt och acceptans, delaktighet, öppna samtal, rollfördelning, relationer, rutiner, barnets behov av uppmärksamhet, konflikter, känslor och behov samt syskonrelationer.

Skribenterna har i slutet av guiden gett exempel på frågor som kan användas i samtal med barnet och de är formade enligt examensarbetets olika teman. Inom parenteserna vid frågorna ses vilka olika teman respektive fråga berör.

# Till dig som vuxen i nyfamiljen

Att bilda en nyfamilj är en ny start i livet som kan innebära stora förändringar och utmaningar i vardagen. Den här guiden är till för dig som är vuxen i en nyfamilj och som kanske är i behov av tips och råd gällande samtal som fokuserar på barnets känslor och behov.



Det är viktigt för barnet att få vara delaktigt och känna att dess åsikter är betydande och värdesätts.

Den vuxna kan stärka detta genom att bemöta barnet och dess känslor med respekt.

Barnets delaktighet stöds genom en lekfull, okomplicerad, glädjefylld aktivitet som sker i en gemenskap.

## Delaktighet och relationer

Trygga och stabila relationer mellan barnet och en vuxen är viktigt under uppväxten. För att stärka självkänslan behöver barnet få den vuxnas tillit när något känns svårt.

# Känslor

Alla känslor bör accepteras och det finns inte några känslor som är rätt eller fel. Känslorna styr vad man gör och vilka val man tar i vardagen.

De är tillfälliga och de olika känslotillstånden skiftar under dagens gång.

Barnet kommunicerar ofta genom känslor och ett barn i 4-5-årsåldern har inte långt mellan känslan av glädje och känslan av sorg.

Barnet har en förmåga att förtränga sina känslor för att kunna vara vuxna till lags.

Barnets svårigheter att hantera och uttrycka sina känslor kan leda till ett utåtagerande beteende. För att förstå varför barnet gör och beter sig som det gör behöver den vuxna leva sig in i hur barnet tänker och känner.

# Vad är känslkort?

Känslkort föreställer en figur som med kroppsspråk och ansiktsuttryck visar upp olika känslor.

Känslkort kan vara ett stöd för barnet som har lättare att komma ihåg då det finns konkreta bilder att titta på.

Med hjälp av känslkort kan man uppmuntra barnet till att uttrycka sina känslor, lära sig att formulera dem och reflektera kring dem. Barnet kan med hjälp av bilder lättare relatera till sina egna känslor och genom det beskriva dem. Användningen av känslkort kan leda till mer öppenhet och närhet i kommunikationen mellan barnet och den vuxna.

Ord kan ha olika betydelse för barnet och den vuxna. Det är viktigt att den vuxna lyssnar till och väntar ut barnets ord för att undvika egna tolkningar av det barnet säger.

Hurdana frågor och på vilket sätt frågorna ställs är avgörande för barnets svar. Ibland kan det hända att barnet svarar "vet inte" vilket kan bero på osäkerheten att svara fel.

## Utmaningar i samtalet

Barnet kan ofta känna skuld känslor för olika saker som händer i familjen och tro att det som händer är dennes eget fel. För att barnet inte ska uppleva felaktiga skuld känslor är det viktigt att samtala med barnet och tydliggöra för barnet vad som har hänt och vad det beror på.

# Att tänka på vid samtal

Genom samtal ökar förståelsen för varandras upplevelser. Barnet vill försäkra sig om att det är omtyckt och älskat och svarar därför på frågor så som det tror att vuxna vill höra. Detta kan undvikas genom att ställa öppna frågor. Barnet behöver få positiv bekräftelse av den vuxna vilket leder till ökad självkänsla.

Slutna ja och nej frågor kan göra att samtalet inte flyter på utan istället avslutas.

Det kan vara svårt för barnet att svara på ospecifika och allmänna frågor.

Öppna frågor ger barnet möjlighet att spontant och med egna ord uttrycka sina känslor och tankar.

Korta och tydliga frågor minskar risken för att barnet missförstår.

Varför-frågor bör undvikas eftersom de lätt kan uppfattas anklagande och kan sätta barnet i en försvarsposition.

Emotionella frågor svarar på hur barnet känner sig i en viss situation.

Exempel på emotionella frågor som berör nyfamiljens utmaningar:

- Hur känns det för dig att vi har nya traditioner i den här familjen? (rutiner, respekt och acceptans)
- Hur känner du att vi har det här hemma? (rutiner, känslor och behov)
- Hur känns det för dig när du får vara med och bestämma? (delaktighet)
- Hur känns det för dig när du berättar om någonting som känns jobbigt? (känslor och behov, öppna samtal)
- Hur känns det för dig när det blir bråk med de andra i familjen? (konflikter, relationer)

Utmanande frågor svarar på hur olika scenarier skulle se ut och kännas för barnet.

Exempel på utmanande frågor som berör nyfamiljens utmaningar:

- Hur tror du att du skulle känna dig om du skulle få ett syskon? (barnets behov av uppmärksamhet, syskonrelationer)
- Hur tror du att det skulle kännas för dig ifall “den nya vuxna” börjar sätta regler på samma sätt som “mig”? (rollfördelning, respekt och acceptans, rutiner, relationer)
- Hur tror du att det skulle kännas för dig om du inte fick vara med och bestämma angående till exempel: vardagsrutiner, nya traditioner, regler och så vidare? (delaktighet, rutiner, känslor och behov, barnets behov av uppmärksamhet)
- Hur tror du att det skulle kännas för dig om du inte vågade berätta varför du är ledsen/arg? (öppna samtal, konflikter, känslor och behov)
- Hur tror du att det skulle kännas för dig om “jag” bråkar med “den nya vuxna”? (konflikter, relationer)

## Hur kan känslokorten användas?

Känslokorten kan användas på flera olika sätt beroende på om något har hänt eller om barnet börjar ha ett utåtagerande beteende. De går även att använda i vardagliga, regelbundna samtal som är viktiga att ha för att barnet ska känna sig delaktigt under bildandet av nyfamiljen.

Känslokorten kan läggas på bordet framför barnet med bildsidan uppåt. Det är viktigt att alla känslokort syns så att barnet kan välja det känslokort som beskriver känslan som frågan medför. På så vis öppnar den vuxna upp för samtal vad gäller barnets förklaring till känslan. Det är viktigt att låta barnet berätta om sina känslor på sitt eget sätt, annars finns det risk för att den vuxna gör egna antaganden om barnets känslor.

Ett annat exempel på användning av känslokort är att barnet får välja ett känslokort för varje familjemedlem. Detta öppnar upp för en bra diskussion om nyfamiljen samt barnets känslor angående familjemedlemmarna.



# Källor som guiden baserar sig på

- Arnér, E., & Tellgren, B. (2006). Barns syn på vuxna - att komma nära barns perspektiv. Studentlitteratur.
- Barnavårdsföreningen i Finland rf. (2017). S som i skilsmässa N som i nyfamilj. Helsingfors: Barnavårdsföreningen i Finland rf.
- Canva. (2013). Canva. Hämtat från Canva.com: <https://www.canva.com>
- Ellneby, Y., & Von Hilgers, B. (2010). Att samtala med barn - genom att lyssna med fyra öron. Stockholm: Natur & Kultur.
- Holmsen, M. (2005). Samtalsbilder - en väg till kommunikation med barn. Lund: Studentlitteratur.
- Holmsen, M. (2007). Samtalsbilder och teckningar - samtal med barn i svåra situationer. Polen: Pozkal.
- Iwarsson, P. (2016). Du behövs som vuxen. Stockholm: Gothia Fortbildning.
- Kinge, E. (2016). EMPATI - Närvaro eller metod? Lund: Studentlitteratur AB.
- National Scientific Council on the Developing Child. (05 2015). Supportive Relationships and Active Skill-Building Strengthen the Foundations of Resilience. Hämtat från Center of the Developing Child at Harvard University: <https://46y5eh11fhgw3ve3ytpwxt9r-wpengine.netdna-ssl.com/wp-content/uploads/2015/05/The-Science-of-Resilience2.pdf>
- Statsrådet. (2019). Förutsättningar för uppväxt, lärande och delaktighet för alla. (J. Välijärvi, Red.) Helsingfors: Undervisning- och kulturministeriet, Social- och hälsovårdsministeriet.
- Peppy Pals. (2013). Peppy Pals. Hämtat från Peppy Pals: <https://peppypals.com>
- Peräaho, K., & Nikkinen, E. (2020a.). Hyvän mielen ohjaajan opas. Suomen mielenterveys ry.
- Öhman, M. (2013). Empati genom lek och språk. Stockholm: Liber AB.









