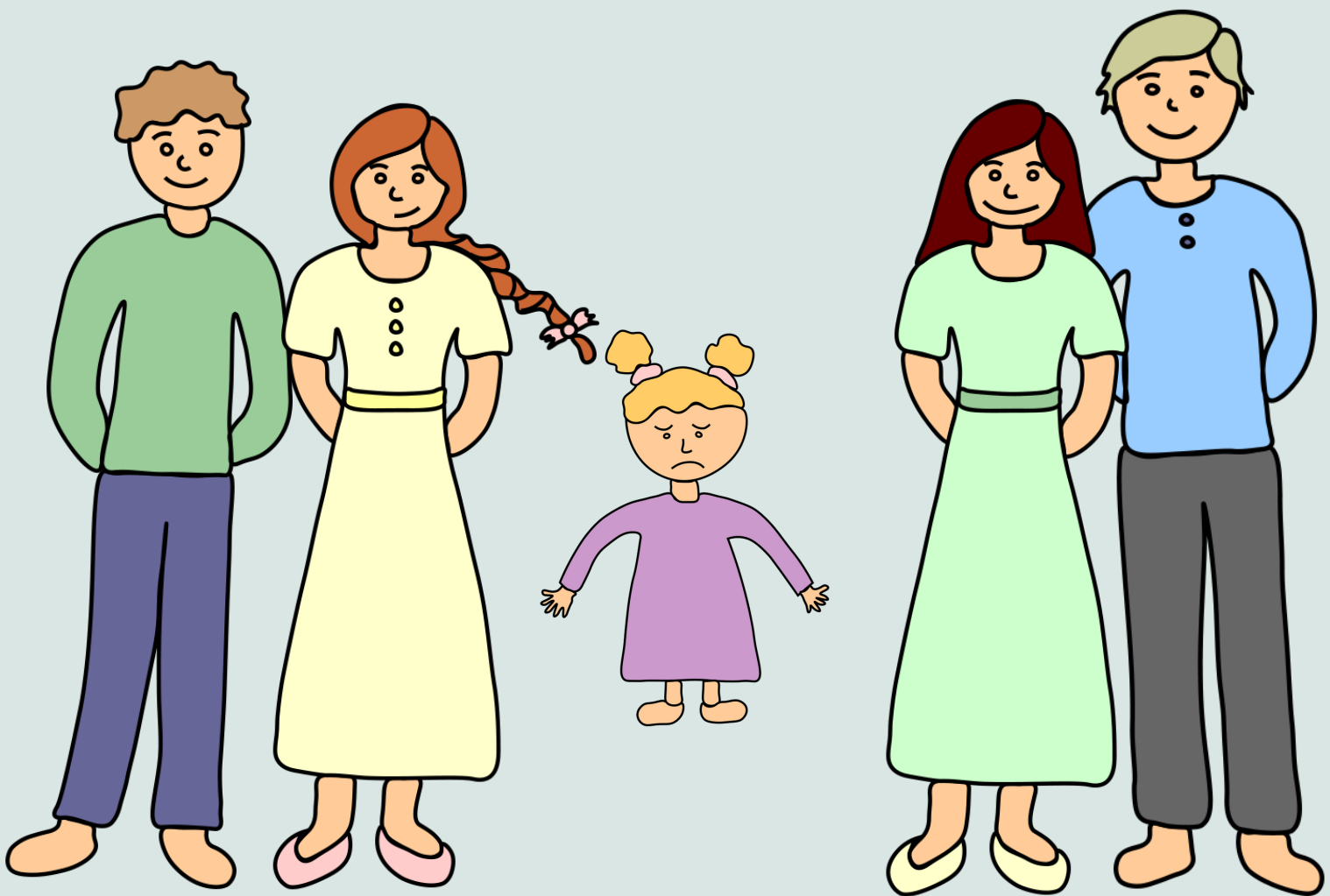


Nyfamiljens handbok



YRKESHÖGSKOLAN

NOVIA

Lotta Laiho, Laura Lanne, Emma
Määttänen & Anna Palmén

Innehålls- förteckning

<i>Förord.....</i>	<i>2</i>
<i>Från kärnfamilj till nyfamilj.....</i>	<i>3</i>
<i>Tips på frågor.....</i>	<i>5</i>
<i>Nyfamiljens utmaningar.....</i>	<i>6</i>
<i>Steg i processen.....</i>	<i>9</i>
<i>Anknytning.....</i>	<i>11</i>
<i>Barnets trygghetskänsla.....</i>	<i>12</i>
<i>Att stödja barnet.....</i>	<i>14</i>
<i>Resiliens.....</i>	<i>15</i>
<i>Att höra barnet.....</i>	<i>16</i>
<i>Barnets rätt till kontakt.....</i>	<i>17</i>
<i>Bonusförälderns roll.....</i>	<i>18</i>
<i>Samarbete.....</i>	<i>19</i>
<i>Tips.....</i>	<i>20</i>
<i>Slutord.....</i>	<i>21</i>

Förord

Kärnfamilj eller nyfamilj, alla är lika viktiga. Det du har i handen är en handbok riktad till just dig som är vuxen i nyfamiljen eller har ett barn vars andra biologiska förälder bildat en nyfamilj. Innehållet lämpar sig till dig med ett 3-5 årigt barn. Med hjälp av denna handbok kommer du att få information om hur du kan stöda ditt barn i processen i bildandet av nyfamilj.

Här finns information om hur processen i bildandet av nyfamiljen kan se ut, vilka utmaningar som kan uppkomma, beaktande av barnets perspektiv, hur du som vuxen kan stöda barnet och hur viktigt samarbetet mellan dig och barnets andra föräldrar är. Till slut finns konkreta verktyg som kan användas för att stöda processen i bildandet av nyfamiljen. Kom ihåg att bildandet av nyfamiljen tar tid för alla parter. Genom denna handbok hoppas vi att du kan stöda nyfamiljen och barnet på bästa sätt.

Handboken är utvecklad för examensarbete av fyra socionomstuderande vid Yrkeshögskolan Novia.

Från kärnfamilj till nyfamilj

Till skillnad från en kärnfamilj som byggs upp med tiden så händer det mycket på en gång då man bildar nyfamilj.

ROSENBORG & TÖRMÄNEN, 2019, S.23

När två vuxna har bestämt sig för att flytta ihop och bilda nyfamilj finns det mycket tankar som kan uppkomma. Den biologiska föräldern kan fundera länge över vad som är bäst för barnet. Det är naturligtvis individuellt angående vad som är bäst för barnet.

Alla barn inom nyfamiljen skall bemötas som individ men likvärdigt eftersom det annars kan orsaka problem i nyfamiljen då man ännu söker efter sin egen plats i nyfamiljen.

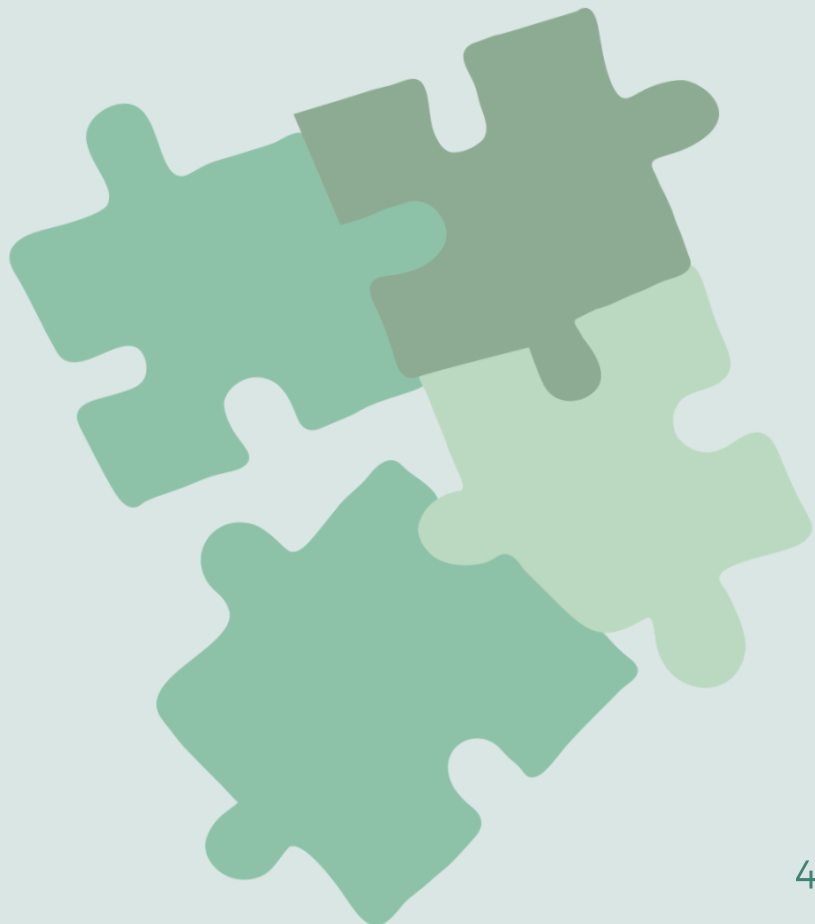
Allmänt sett är de vuxna ofta entusiastiska till att skapa en gemensam vardag, denna takt kan dock vara för snabb för barnen. *Alla parter i nyfamiljen vinner på att ta det långsamt i början!*

Det är vanligt att de vuxna har en bild av hur allt borde gå till samt hur en perfekt familj skall se ut. Lever man inte upp till denna bild kan det kännas som ett misslyckande. *Istället för att se det som ett misslyckande kan man försöka tänka på att det kommer att finnas situationer i nyfamiljen som inte går att kontrollera eller styra, detta är tillåtet!*

Bildandet av en nyfamilj är en stor förändring för barnet. Det är det naturligt att en del traditioner förändras men för barnets skull skulle det vara bra ifall en del traditioner ändå hålls kvar. *Gamla rutiner så som tid för läggdags och samma möbler i barnets rum kan vara värda att hålla fast vid.*

Om vardagen inte fungerar för nyfamiljen genom att bo tillsammans under samma tak kan man välja att bo skilt men ändå fortsätta sällskapa. Enligt Uusperheen käsikirja så handlar dessa utmaningar ofta om att barnen inte klarar av vardagen och livet tillsammans. Om detta sker, är det upp till var och en att välja om tolkar sig som en nyfamilj eller inte göra det.

Kom ihåg att inte ställa för höga krav och förväntningar på er nyfamilj!



Tips på frågor

Dessa frågor kan diskuteras med den nya partnern för att hitta en gemensam lösning.

- Vilka olikheter och likheter finns det i de två familjerna som nu skall kombineras?
- Hur ser man på frågor som gäller uppfostran och gränssättning för barnen och hur man praktiskt skall få vardagen att gå ihop?
- Vilka förväntningar har man på sig själv, på den andra partnern och på sina bonusbarn?
- Hur kommer barnen att reagera om de plötslig får nya syskon?
- Hur kommer ni att bo och kommer till exempel rummen att delas?
- Hur presentera den nya partners barn?

Nyfamiljens utmaningar

Patricia Papernow har i sitt arbete identifierat fem olika utmaningar som uppkommer inom nyfamiljens struktur. Låt oss gå närmare in på vad dessa innebär.

PAPERNOW, 2018, S.27

1. Bonusföräldern kan hamna utanför nyfamiljen genom att den biologiska föräldern prioriterar barnet. Bonusföräldern kan känna sig osynlig och ignorerad. Ifall den biologiska föräldern istället prioriterar sin partner framför barnet, är det barnet som känner sig osynlig. *Det är en utmaning att balansera dessa men det kan hjälpa att prata om det och diskutera hur det känns för alla i familjen.*
2. Att först hantera förlusten av sin kärnfamilj och sedan se sin biologiska föräldern hitta en ny partner kan för barnet kännas jobbigt. Barnet förväntas godkänna och bry sig om sin nya bonusförälder, samtidigt som barnet då kan känna att hen bryter lojaliteten mot sin andra biologiska förälder. *Förklara åt barnet att den ena relationen inte ersätter den andra.*
3. De vuxna kan hamna i olika poler av uppfostring var den ena anses vara för sträng medan den andra anses vara för snäll och svag. Detta kan ibland hjälpa de vuxna nå en kombination där man är både kärleksfull och bestämd. I värsta fall polariseras de vuxna ännu mer och barnets behov möts inte. *Barnet kan gynnas av att bonusföräldern satsar på anknytningen istället för en auktoritär roll.*

4. Det kan vara utmanande att skapa en ny familjekultur inom nyfamiljen samtidigt som man måste respektera den från tidigare existerande familjekulturen. De olika individerna i nyfamiljen kan ha olika förväntningar och upplevelser från tidigare relationer och familjer. *För barnets skull kan det vara bra att hålla gamla regler och värderingar, eftersom dessa är en del av barnets tillhörighet.*
5. Utmaningen omfattar den biologiska förälder som inte bor i nyfamiljen och hur utmanande det kan vara att ta alla vuxna i beaktande. *Det är viktigt att alla de vuxna kan komma överens och arbeta tillsammans för barnets bästa.*

Utmaningar gällande gräl och konflikter

Det skadligaste för barnet i situationer med gräl och konflikter är när barnet känner sig vara i fara. Barnets ålder påverkar hur hen upplever föräldrarnas gräl.

Det är viktigt för barnet att se när föräldrarna blir sams igen efter ett gräl och att situationerna präglade av konflikter inte är långvariga.

Ett tips till bonusföräldern är att till en börja fokusera på en god relation till bonusbarnet istället för att ta en roll där man disciplinerar barnen!

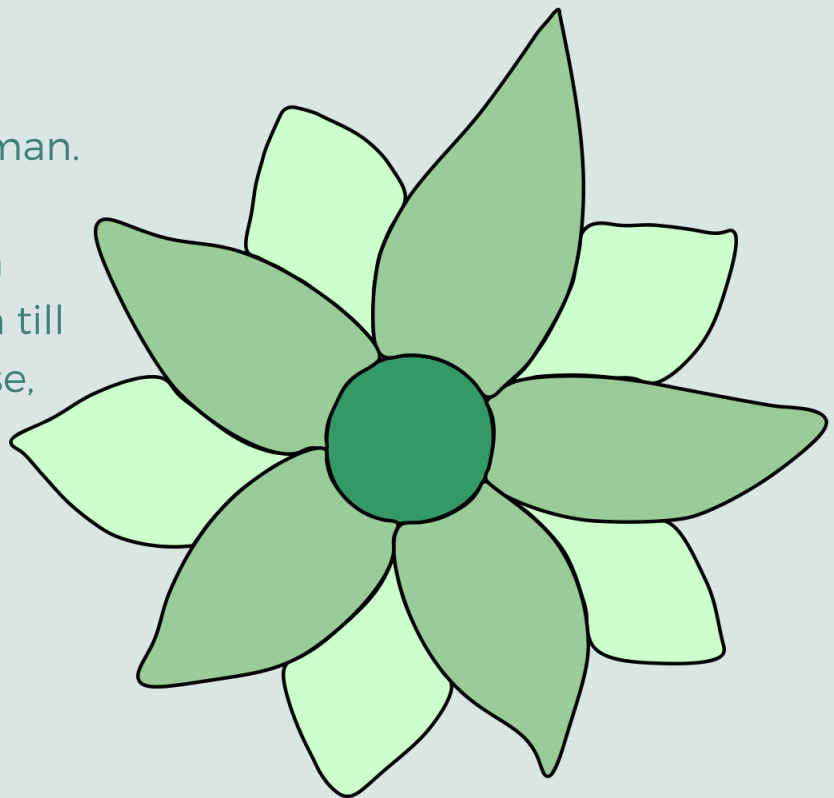
Det finns en hel del utmaningar i nyfamiljen som inte kommer till uttryck på samma sätt i en kärnfamilj. Är man medveten om dessa utmaningar kan man hitta gemensamma lösningar och trots utmaningarna hålla ihop som familj.

HERNGREN, 2016, S.176

Steg i processen

Då man bildar en nyfamilj genomgår man en process som kan liknas till en modell som kan bli kallad nyfamiljens blomma. Teorin för denna modell är utvecklad i Finland. Modellen har inte en viss ordning utan delarna kan tas sig i form i vilket skede som helst vid bildandet av nyfamilj.

Varje steg i processen kan symbolisera ett blad i blomman. I mitten av blomman finns kärleken och det är kärleken mellan paret som är nycklen till allt. Genom hopp, förbindelse, förtroende och vilja skapas närhet, tacklas motgångar, gemensamma mål formas, synen på nyfamiljen och drömmar formas.



Modellen på följande sida är förklarad kort i sin helhet och ska se på bildandet av en nyfamilj som en möjlighet. Tanken med modellen är att varje nyfamilj går sin egen väg.

Steg i processen

Relationen till den tidigare livssituationen, livsvärde. Att ha bearbetat det förflutna och sträva efter en fungerande vardag underlättar bildandet av nyfamiljen. En ny livsstil skapas.

Sköta föräldraskapet tillsammans. Relationen mellan både bonusföräldrar och de biologiska föräldrarna fungerar. Förtroendet mellan barnet och bonusföräldern skapas och utvecklas.

Nyfamiljens framtid. Förmågan att leva i nuet och se framåt på nyfamiljens framtid. Här kan gemensamma hobbyer eller resor ta sig i form.

Förälskat par i nyfamiljen. Kärleken mellan paret får en stor roll vid bildandet av nyfamilj. Det är paret i nyfamiljen som har ansvaret över parrelationen. Känslorna skall dock visas med respekt för andra parter.

Utvecklingskedan för paret och nyfamiljen. Bildningen av nyfamiljen börjar ofta då paret blivit förälskat och börjar planera och agera för den gemensamma framtiden. Här väderas öppenhet och förmåga att se den andras behov eftersom man så kan tackla de motgångar som kommer.

Utformningen av den nya parrelationen. Det förflutna har en stor betydelse. För att kunna släppa drömmarna och leva i nuet kan även professionell hjälp behövas.

Känslan av utanförskap. Det är normalt att alla nyfamiljemedlemmar får denna känsla under processen vid bildandet av nyfamilj. Genom att alla i nyfamiljen accepterar att det finns och jobbar med det så kommer man över det.

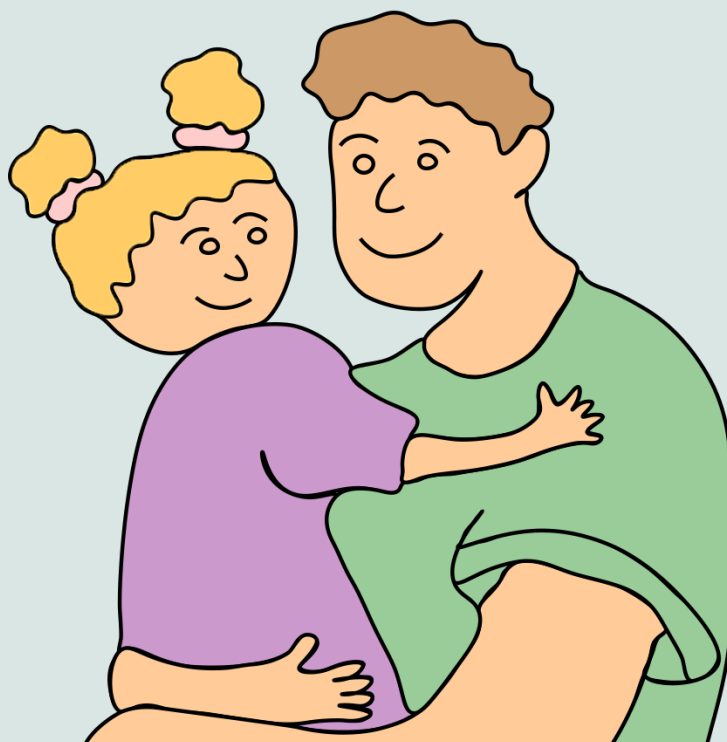
Anknytning

Anknytningen utvecklas under hela livet men grunden utformas under de första levnadsåren. Anknytning handlar om barnets behov att anknyta sig till den närmsta person som sköter barnet.

Det finns både trygg och olika slag av otrygg anknytning. Den anknytning som barnet fått under sina första levnadsår är grunden och kallas för **inre arbetsmodell**.

När barnet har en trygg anknytning har barnet lättare att lita på människor, vilket också förlättar anknytningen med en möjlig bonusförälder i bildandet av nyfamilj.

I nyfamiljer kan det ställas hårda krav på bonusföräldern att knyta an till barnet. Att knyta an med barn händer inte under en kväll utan det tar tid och ska ske med barnets premiss.



Barnets trygghets- känsla

Alla barn oavsett åldern, personlighet eller olika situationer har två dominerande behov: trygghet och behov att uttrycka känslor.

UNICEF, U.Å.

Bildandet av en nyfamilj är en stor förändring för barnet. Det är naturligt att en del traditioner förändras men för barnets skull skulle det vara bra ifall en del traditioner och festligheter ändå hålls kvar. *Gamla rutiner så som tid för läggdags och samma möbler i barnets rum kan vara värda att hålla fast vid.*

I en nyfamilj kan barnet få mindre uppmärksamhet när den biologiska förälderns energi går åt till det nya parförhållandet. *Som vuxen måste man då vara beredd på att barnet kan börja bete sig på ett annorlunda sätt för att få föräldrarnas uppmärksamhet.*

Då ett nytt barn föds i nyfamiljen kan det leda till en känsla av uteslutenhet och svartsjuka för de andra barnen. *Den biologiska föräldern och bonusföräldern måste tillsammans bära ansvar över att uppmärksamhet även ges till de andra barnen.*

Tips för att öka tryggheten

Vad du kan göra för att öka tryggheten:

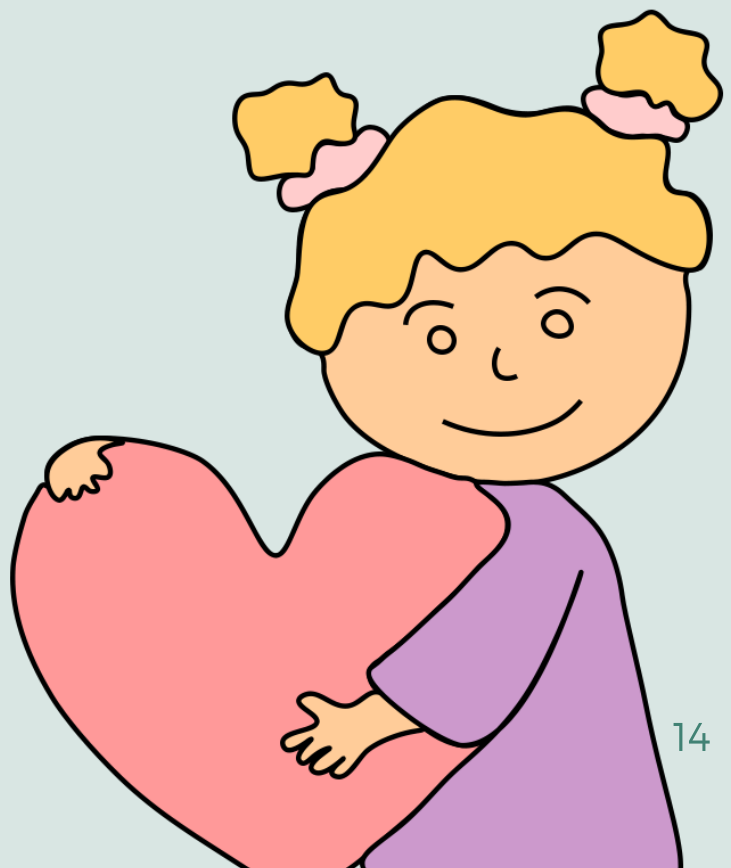
- Visa att du finns där i vilken som helst situation.
- Visa och berätta hur viktig och kär barnet är och övertyga barnet för att allt ska bli bra.
- Stöd de andra relationerna som barnet har med sina syskon eller andra nära och kära.
- Tål de känslor som väcks upp för barnet och ge barnet en möjlighet att själv förstå och utveckla sina känslor.
- Ge barnet tid och möjlighet att utveckla sig till en självständig individ.
- Skapa en trygg och stimulerande miljö.

Att stödja barnet

När två vuxna har beslutat sig för att flytta ihop och skapa en nyfamilj är det viktigt att tidigt i processen involvera sina barn enligt barnens förmåga och ålder. *Det är bra att prata med dem om vad som kommer att hända och även göra det klart för barnen att allt kommer att ordna sig trots att det i stunden kanske inte känns så.*

För att nå tillräckligt gott föräldraskap handlar det om att trygga en balanserad utveckling för barnet. *Genom omsorg, en trygg och stimulerande miljö samt förståelse kan man trygga en god utveckling.*

Det är viktigt att ta hand om sin egen mentala hälsa. Om man inte mår bra orkar man inte nödvändigtvis stödja och ta hand om barnet på ett sådant sätt som barnet behöver.



Resiliens

Resiliens innebär hur väl barn kan återhämta sig från kriser, risker och utmaningar i livet. Barn med hög resiliens klarar bättre av konflikter än barn med låg resiliens. Det finns ett starkt samband mellan barnets egenskaper och miljön i frågan om hur hög resiliens barnet har.

Föräldrars gräl och konflikter har visats vara skadligt för barnets utveckling, oberoende om det är frågan om skilsmässa eller inte. Barn som kommer från splittrade familjer men vars föräldrar har kunnat samarbeta har klarat sig bättre. När nyfamiljen haft tydliga regler och strukturer har barnen känt sig tryggare vid bildningen av nyfamilj.

Det är värdefullt för ett barn att växa upp i en lugn och lycklig familj. Varma relationer mellan de vuxna samt känslomässig omsorg är faktorer som stödjer barnets fysiska och psykiska utveckling. *Vid behov kan tidiga stödinsatser som till exempel kontakt till familjerådgivningen bidra till att barnets resiliens ökar.*



Att höra barnet

Barnets känslor och åsikter ska tas i beaktandet när det gäller nya situationer. Barnet behöver känna sig trygg och säker i att visa känslor. *Det är viktigt att berätta för barnet att hen har rätt att säga sin åsikt men att i slutändan är det vuxna som bestämmer.*

Med tanke på barnens ålder (3-5) måste man tänka på hur man formulerar frågor. Öppna frågor som hur, vad och varför ger barnet en möjlighet att uttrycka sig själv. Om frågorna är för ledande kan barnet svara det som hen tror att man vill höra.

Visa för barnet på olika sätt att du verkligen lyssnar vad barnet säger! Ett exempel är minimal respons som kan ske genom en nickning eller bara ett leende.

Barnets rätt till kontakt

Från barnets perspektiv är det oftast bäst att barnet har kontakt med båda föräldrarna. Kontakten behöver inte vara daglig utan det är kvalitén som spelar roll. *När man umgås med barnet är det viktigaste att förmedla närhet och trygghet åt barnet!*

Biologiska föräldrarna är i nyckelpositionen för hur barnet känner sig under bildandet av nyfamiljen. Relationen mellan dem får inte påverka relationen med barnet. *Det är viktigt att barnet vet att barnet får älska båda biologiska föräldrarna och möjliga bonusföräldrar.*

Växelboendet är ett bra sätt för barnen att hålla kontakten med båda biologiska föräldrarna. Barnet ska känna sig hemma hos båda. *Ett tips för att öka hemkänslan är ett eget rum eller i allafall en egen säng i barnets båda hem!*



Bonus- förälderns roll

Förhållandet mellan bonusföräldern och barnet har en stor betydelse för hur familjen kommer att fungera. Relationen kan påverka kvaliteten inom nyfamiljen.

Broberg, 2010, s.58

Som bonusförälder kan det kännas svårt att hitta sin roll i nyfamiljen samt att veta vad förväntningarna är på hurdan man ska vara som bonusförälder. *Genom att man som bonusförälder är sig själv och hittar en balans i rollen som bonusförälder kommer man långt.*

Allra först bör man sträva efter att skapa en god kontakt till barnet och sedan kan man gå igenom även allvarigare diskussioner tillsammans.





Samarbete

Då barnets biologiska föräldrar sinsemellan kommer överens om saker angående barnet samt föräldraskapet som helhet, har barnet bättre förutsättningar för att anpassa sig i nyfamiljen. Barnets bästa försvåras då man inte kan kommunicera med varandra på ett bra sätt.

Monimuotoiset perheet varhaiskasvatuksessa, s.16 ;
Herngren, 2016, s.137

När barnet bor växelvis med biologiska föräldrarna är det viktigt att kunna respektera varandra trots att man inte längre bor med varandra. Barnet behöver få höra att hen har rätt att älska båda biologiska föräldrarna trots att de har separerat. *Tänk på barnets bästa och ibland sätta sina egna tankar och känslor åt sidan.*

Det är viktigt att ta i beaktande den biologiska förälder som befinner sig utanför nyfamiljen. Föräldern i fråga kan känna sig hotad av den nya bonusföräldern, av rädsla för att bli utbytt eller glömd. *Berätta för både barnet och den andra biologiska föräldern att de nya relationerna inte ersätter de gamla.*

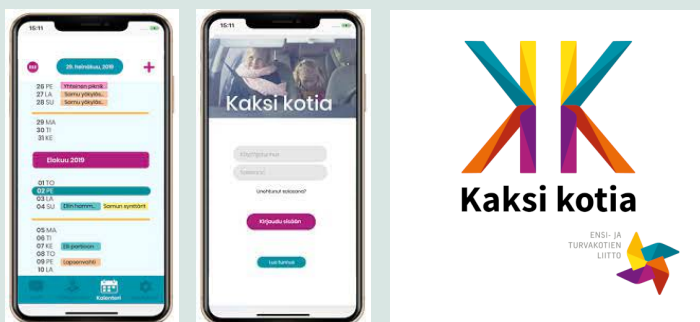
Tips att bekanta sig med:

Att läsa tillsammans med barnet - litteraturtips

- Kotte igelkott och de förtrollade smyckena, Grahn Annika, 2009.
- Niilon uusi perhe, Endres Birgitte, 2008
- Suurerhe, Sutinen Jussi, 2016
- Äidin uusi kaveri, Juurikainen Outi & Vajanto Tiia, 2013

Resa för hela nyfamiljen:

Suomen Uusperheiden Liitto (supli.fi) erbjuder inlandsresor för nyfamiljer. Under resan går nyfamiljen en kurs som ska stöda nyfamiljen och paret i vardagen. Barnen är välkomna med!



(Apua eroon - Kaksi kotia)



(Stepping - hanke)

Kaksi kotia - en mobilapp för nyfamiljer

Appen sammanställer två familjer och hjälper biologiska föräldrarna att samarbeta för barnets bästa. Appen innehåller en kalender för barnets tidtabeller, en chat där familjen kan diskutera tillsammans och information för att stöda barn i den nya situationen.

StepApp - en mobilapp för nyfamiljer

Den helt nyutvecklade appen ger handledning för nyfamiljer i digital form. Appen är riktad till hela nyfamiljen. Den innehåller information och olika uppgifter för alla åldersgrupper.

Slutord

Nyfamiljen liksom även kärnfamiljer är alla unika. Alla familjer går sin egen väg. Trots det finns ett mönster för hur bildandet av nyfamiljen kan se ut. Genom att ha tillräckligt med information och verktyg kan man stöda barnet så att processen vid bildandet av nyfamilj gynnar både barn och föräldrar. Även om det finns utmaningar, så ska nyfamiljen komma ihåg att de hör till och att de går att tackla. Nyfamiljen har sina egna styrkor och möjligheter, kom ihåg dem!

Källor:

Broberg, M. (2010). Uusperheen voimavarat ja lasten hyvinvointi. Helsinki: Väestöliitto.

Ensi- ja turvakotien liitto. (16. 12 2019). Noudettu osoitteesta <https://ensijaturvakotienliitto.fi/kaksi-kotia-sovellus-yhdistaa-kahden-kodin-lapset-ja-heidan-vanhempansa/>

Helmen Borge, A. I. (2005). Resiliens - risk och sund utveckling . Lund: Studentlitteratur.

Herngren, M. (2016). Fältguide för bonusfamiljen. Bonnier Fakta.

Holmsen, M. (2005). Samtalsbilder - en väg till kommunikation med barn. Lund : Studentlitteratur.

K. Schaan, V.;& Vögele, C. (26. Juli 2016). Resilience and rejection sensitivity mediate long-term outcomes of parental divorce. European Child & Adolescent Psychiatry, 25. doi:10.1007

Mäkijärvi, L. (2014). Kahden kodin lapset. Jyväskylä: Docendo.

Mannerheimin Lastensuojeluliitto. (26. 6 2018). Vanhemmuus jatkuu eron jälkeenkin. Noudettu osoitteesta <https://www.mll.fi/vanhemmille/tukea-perheen-huoliin-ja-kriiseihin/vanhempien-ero/vanhemmuus-jatkuu-eron-jalkeenkin/>

Mannerheimin Barnskyddsförbund. (2013). Barnet under olika levnadsår - 4år. Noudettu osoitteesta <https://cdn.mll.fi/prod/2017/08/07191726/Lapsi-eri-ik%C3%A4kausina-4-v-SVE.pdf>

Miran-Khan, C. (2017). Working with stepfamilies. Australian & New Zealand Journal of Family Therapy, 38(3). doi:10.1002/anzf.1235

Monimuotoiset perheet verkosto. (2020). Monimuotoiset perheet varhaiskasvatuksessa. Finland. Noudettu osoitteesta <https://monimuotoisetperheet.fi/wp-content/uploads/2020/10/Monimuotoiset-perheet-varhaiskasvatuksessa.pdf>

Murtorinne-Lahtinen, M. (2013). Hyvä paha äitipuoli - Uusperheen arjessa. Helsingfors: Kirjapaja.

Källor:

Papernow, L. P. (1. Mars 2018). Clinical guidelines for working with stepfamilies: what family, couple, individual, and child therapists need to know. *Family process*, 57(1). doi:10.1111/famp.12321

Pruuki, H.;& Sinkkonen, J. (2017). *Lapsi ja ero eväitä eteenpäin*. Helsinki: Kirjapaja.

Pylyser, C.;Buyesse, A.;& Loeys, T. (2018). Stepfamilies doing family: A meta-ethnography. *Family Process*, 57(2), 496-509. doi:10.1111/famp.12293

Rosenborg, M.;& Törmänen, T. (2019). *Uusperheen käsikirja*. Helsinki: Otava.

StepApp. (2021). Stepping - hanke. Noudettu osoitteesta <https://www.stepapp.fi/>

Suomen Uusperheiden Liitto ry. (2021). Kirjallisuusvinkit. Noudettu osoitteesta <https://supli.fi/tukea/kirjallisuusvinkit/>

Suomen Uusperheiden Liitto ry. (2021). Uusperhelomat. Finland. Noudettu osoitteesta <https://supli.fi/tukea/uusperhelomat/>

Taskinen, S. (2002). *Barnets bästa vid skilsmässa - Handbok för socialväsendet*. Saarijärvi: Gummerus Kirjapaino Oy.

Teerijoki, E. (7. 3 2019). *Suurin osa uusperheiden lapsista voi hyvin*. Finland: Suomen Uusperheiden Liitto ry.

Unicef. (u.å.). *Konventionen om barnets rättigheter*. Finland. Haettu 31. 3 2021 osoitteesta <https://www.unicef.fi/information-om-unicef/>

Bilderna i handboken är ritade av Emma Määttänen och sedan illustrerade i Photoshop av Anna Palmén.

