

Stöd och trygghet för barnet vid bildandet av nyfamilj

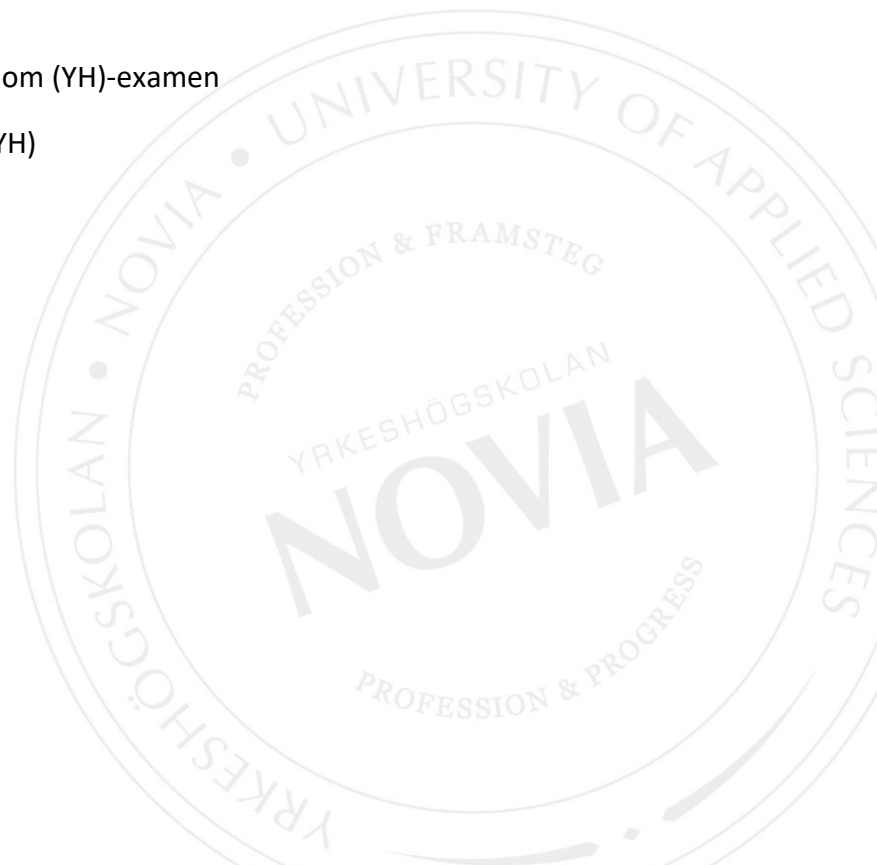
Hur kan biologiska föräldrar och bonusföräldrar stödja barnet?

Lotta Laiho
Laura Lanne
Emma Määttänen
Anna Palmén

Examensarbete för Socionom (YH)-examen

Utbildningen: Socionom (YH)

Åbo 2021



EXAMENSARBETE

Författare: Lotta Laiho, Laura Lanne, Emma Määttänen, Anna Palmén

Utbildning och ort: Socionom (YH), Åbo

Handledare: Christine Alm, Lilian Nordell

Titel: Stöd och trygghet för barnet vid bildandet av nyfamilj - Hur kan biologiska föräldrar och bonusföräldrar stödja barnet?

Datum 26.4.2021

Sidantal 39

Bilagor 2

Abstrakt

Idag är det allt vanligare att bilda nyfamilj och därför är det viktigt att kunna bemöta även barnet i processen vid bildandet av nyfamiljen. Genom att de biologiska föräldrarna och bonusföräldrarna vet hur de kan stödja barnet och ge trygghet på bästa sätt kan utmaningarna tacklas och nyfamiljen kan fokusera på sin framtid. Syftet med examensarbetet var att utveckla en handbok riktad till biologiska föräldrar och bonusföräldrar i en nyfamilj med barn i 3–5-års ålder. Arbetets frågeställningar var: Hur kan biologiska föräldrar och bonusföräldrar ge trygghet och stödja barnet vid bildandet av nyfamilj? Hur kan biologiska föräldrar och bonusföräldrar beakta barnets behov vid bildandet av nyfamilj?

Examensarbetet var ett funktionellt arbete som gjordes i form av en litteraturöversikt. För att få svar på frågeställningarna har tidigare forskning om ämnet sammanställts och materialet har bearbetats genom förenklad innehållsanalys.

Resultatet av examensarbetet är en handbok för biologiska föräldrar och bonusföräldrar för att stödja barnet vid bildandet av nyfamilj. Handboken med dess konkreta information, tips och verktyg ska ge möjligheter i att stödja och ge trygghet till barnet.

Språk: svenska

Nyckelord: nyfamilj, stöd, trygghet, utmaningar, samarbete

OPINNÄYTETYÖ

Tekijät: Lotta Laiho, Laura Lanne, Emma Määttänen, Anna Palmén

Koulutus ja paikkakunta: Sosionomi (AMK), Turku

Ohjaajat: Christine Alm, Lilian Nordell

Nimike: Tukea ja turvaa lapselle uusperheen syntyessä - Kuinka biologiset vanhemmat sekä bonusvanhemmat voivat tukea lasta?

Päivämäärä 26.4.2021

Sivumäärä 39

Liitteet 2

Tiivistelmä

Tänä päivänä uusperheiden muodostuminen on yhä tavallisempaa. Tämän takia on tärkeää osata kohdata lapsi prosessin aikana, kun uusperhe syntyy. Kun biologiset vanhemmat ja bonusvanhemmat tietävät, miten tukea lasta parhaalla tavalla, voi uusperhe selättää haasteet ja keskittyä tulevaisuuteen. Tavoitteena oli kehittää käsikirja biologisille vanhemmille sekä bonusvanhemmille uusperheissä, joissa on 3–5-vuotiaita lapsia. Tutkimuskysymykset olivat: Kuinka biologiset vanhemmat sekä bonusvanhemmat voivat antaa turvaa ja tukea lapselle uusperheen muodostuessa? Kuinka biologiset vanhemmat sekä bonusvanhemmat voivat huomioida lapsen tarpeet uusperheen muodostuessa?

Opinnäytetyö oli toiminnallinen työ, joka toteutettiin kirjallisuuskatsauksena. Kirjallisuuskatsaus on koottu aiemmista tutkimuksista tutkimuskysymysten pohjalta. Koottua materiaalia on työstetty yksinkertaistetulla sisällönanalyysillä.

Opinnäytetyön tulos on käsikirja biologisille vanhemmille sekä bonusvanhemmille, miten tukea lasta uusperheen muodostuessa. Käsikirja konkreettisella informaatiolla, neuvoilla sekä työkaluilla antaa uusperheelle mahdollisuuden tukea ja turvata lasta.

Kieli: ruotsi

Avainsanat: uusperhe, tuki, turva, haasteet, yhteistyö

BACHELOR'S THESIS

Authors: Lotta Laiho, Laura Lanne, Emma Määttänen, Anna Palmén

Degree Programme: Bachelor of Social Studies, Turku

Supervisors: Christine Alm, Lilian Nordell

Title: Support and Safety for Children When Creating a Stepfamily – How Can Biological Parents and Stepparents Support Children?

Date 26.4.2021

Number of pages 39

Appendices 2

Abstract

Nowadays stepfamilies have become more common and that is the reason why it is important to know how to face the children in the right way. When biological parents and stepparents know how to support a child in the process of becoming a stepfamily they can focus on the future. The purpose of our work was to make a manual for biological parents and stepparents who have children between the ages of 3 and 5. Research questions for the thesis were: How can biological parents and stepparents give children support and safety in the process of becoming a stepfamily? How can biological parents and stepparents pay attention to the needs of children in the process of becoming a stepfamily?

This Bachelor's thesis was made as a functional work in the form of a literature review. The literature review was compiled from previous research on the subject. The material was processed with simplified content analysis.

The result of this Bachelor's thesis is a manual for biological parents and stepparents to support the child in the process of becoming a stepfamily. The manual contains concrete information, advice and tools which can be used to support and give safety to their child.

Language: Swedish

Key words: stepfamily, support, safety, challenges, co-operation

Innehållsförteckning

1	Inledning.....	1
2	Bakgrund.....	2
3	Metod.....	3
3.1	Litteraturoversikt.....	3
3.2	Etik.....	5
3.3	Tillförlitlighet.....	6
4	Från kärnfamilj till nyfamilj.....	6
5	Nyfamiljens utmaningar.....	7
5.1	Utmaningar i strukturen.....	8
5.2	Gräl och konflikter.....	10
6	Nyfamiljens "blomma".....	11
7	Barnets behov.....	14
7.1	Anknytning.....	14
7.2	Barnets trygghetskänsla.....	16
8	Hur kan man stödja barnet.....	18
8.1	Gott föräldraskap.....	18
8.2	Resiliens.....	19
8.3	Att höra barnet.....	20
8.4	Barnets rätt till kontakt.....	21
8.5	Bonusförälderns roll.....	22
9	Samarbete och kommunikation mellan biologiska föräldrar.....	23
10	Praktiska lösningar.....	24
10.1	Familjekulturen i nyfamiljen.....	24
10.2	Relationerna inom nyfamiljen.....	25
10.3	Lösningar vid festligheter.....	26
10.4	Konkreta metoder.....	26
11	Utveckling av handbok.....	27
12	Resultat.....	30
13	Slutdiskussion.....	32
	Källförteckning.....	37
	Finlands författningssamling.....	39

Bilagor

Bilaga 1 Artikelsökning

Bilaga 2 Handbok

Begrepp

Nyfamilj: En förälder till ett barn skapar ett förhållande med en annan person som inte är barnets biologiska förälder.

Bonusbarn: Barn i nyfamiljen som inte är ens egna.

Bonusförälder: Biologiska förälderns nya partner.

Bonussyskon: Den nya partners barn.

Kärnfamilj: Båda biologiska föräldrarna bor tillsammans med sitt barn. I en kärnfamilj kan barnet också vara adopterat.

1 Inledning

År 2000 fanns det över sju procent nyfamiljer bland alla barnfamiljer i Finland och 2008 hade mängden stigit till drygt nio procent (Broberg, 2010, s. 20). Mängden nyfamiljer har stigit till 10% av alla barnfamiljer år 2019 i Finland (Rosenborg & Törmänen, 2019, s. 19). Eftersom mängden nyfamiljer enligt statistiken ökat är det relevant att få mera information om ämnet.

Som bakgrund till arbetet ligger tidigare examensarbeten om ämnet nyfamiljer vid Yrkeshögskolan Novia, dessa behandlar till stor del hur professionella inom det sociala området kan bemöta nyfamiljer och stödja. De ligger som grund för att kunna skapa ett nytt material riktat till biologiska föräldrar och bonusföräldrar.

Småbarn i 3–5 års ålder behöver stöd och trygghet. (Unicef, u.å.) Bildandet av nyfamilj kan rubba barnets trygghetskänsla. Syftet med examensarbetet var att utveckla en handbok riktad till biologiska föräldrar och bonusföräldrar i en nyfamilj med barn i 3–5-års ålder. Arbetets frågeställningar är: Hur kan biologiska föräldrar och bonusföräldrar ge trygghet och stödja barnet vid bildandet av nyfamilj? Hur kan biologiska föräldrar och bonusföräldrar beakta barnets behov vid bildandet av en nyfamilj?

Genom handboken kan de vuxna få kunskap i hur de kan stödja barnet, ge trygghet samt beakta barnets behov vid bildandet av en nyfamilj. Arbetet inleds med hur processen från en kärnfamilj till nyfamilj kan gå till, samt vilka förväntningar och tankar som kan uppkomma. Därefter tas det upp nyfamiljens utmaningar, hur man ska handla vid gräl och konflikter samt hur barnet kan påverkas av dessa situationer. I arbetet behandlas en modell som har utvecklats av Suomen Uusperheiden Liitto. Modellen beskriver olika processer i bildandet av nyfamilj. Arbetet fokuserar även på barnets olika behov som anknytning och barnets trygghetskänsla. Efter detta fördjupas arbetet i hur man kan stödja barnet på olika sätt, exempelvis barnets rätt till kontakt och att höra barnet. Det tas även upp betydelsen av resiliens och bonusföräldrarnas synvinkel. Härfter behandlas vikten av samarbete och kommunikation mellan de biologiska föräldrarna till.

Avslutningsvis behandlas olika praktiska lösningar inom nyfamiljen exempelvis hur man kan underlätta familjelivet och hur man gör vid olika festligheter.

När man läser handboken är det viktigt att komma ihåg att alla familjer är olika och att man alltid ska utgå från sin egen situation. Nyfamiljer kan ta stöd av handboken i att få perspektiv på olika utmaningar och handlingsmönster som de sedan kan anpassa efter sin egen familjs situation.

2 Bakgrund

En familj kan kallas nyfamilj då det finns två vuxna oberoende av kön samt ett av de vuxnas biologiska minderåriga barn. (Monimuotoiset perheet verkosto, 2020, s. 15). En nyfamilj kan bildas via en separation eller genom att ingå ett förhållande med en person som har barn från sitt tidigare förhållande. (Broberg, 2010, s. 20).

Nyfamilj kategoriserades i statistiken första gången år 1992. I statistiken beräknas nyfamiljer enligt barnets ständiga boplat. (Ritala-Koskinen, 2001, s. 14). När barnet i en nyfamilj fyller 18 år inkluderas man inte längre i statistiken över nyfamiljer (Broberg, 2010, s. 20). Upp till 40% av paren i en nyfamilj har gemensamma barn. (Rosenborg & Törmänen, 2019, ss. 19-20). Vid tolkning av statistik ska man tänka på att siffrorna inte är helt realistiska eftersom man i Finland endast räknar med de nyfamiljer där de vuxna är av olika kön, samt det hushåll där barnen är skrivna i. (Monimuotoiset perheet verkosto, 2020, s. 15).

Eftersom statistiken visar att antalet nyfamiljer ökar borde mera information om nyfamiljer fås ut i samhället. Man borde få mera synlighet för ämnet i skolor, på rådgivningsbyrå och hos myndigheterna. Alla borde ha möjlighet till stöd och rådgivning inom ämnet. Tillräcklig stöd och hjälp för nyfamiljer ger goda förutsättningar för att lyckas vid processen att bilda nyfamilj. Det har även konstaterats att ju mera stöd de vuxna i nyfamiljen får desto bättre mår barnen. (Rosenborg & Törmänen, 2019, s. 27).

Om man ser på nyfamiljens situation i samhället är det idag vanligt att barn till separerade föräldrar bor veckovis hos dem. För nyfamiljer i Finland ställs det juridiskt sätt till med lite fler utmaningar för en nyfamilj än för en kärnfamilj. Barnet måste juridiskt sett vara skriven hos någondera föräldern. Tidigare var barnet oftast skriven juridiskt hos mamman men nuförtiden är även allt fler barn skrivna hos pappan. Olika faktorer kan påverkas av var barnet juridiskt är skrivet till exempel till vilket daghem barnet hör. Skillnader för

separerade familjer är dock något som man strävar att minska på. (Rosenborg & Törmänen, 2019, ss. 26-27).

Om man funderar på småbarnspedagogiken så anser författarna Rosenborg och Törmänen att man bättre borde ta i beaktande både biologiska föräldrar och bonusföräldrar. Om barnet har en väldigt nära relation med sin bonusförälder borde hen tas mer i beaktande, till exempel via möten. Till detta behövs de biologiska föräldrarnas godkännande. (Rosenborg & Törmänen, 2019, s. 27). I Grunder för planen för småbarnspedagogik beaktas ämnet mångfald av familjer. Enligt planen borde de professionella bemöta mångfalden av familjer med respekt och öppenhet. Alla familjer är olika och har en olik vardag. Barnet ska få känna att just den egna familjen är viktig och bra. (Utbildningsstyrelsen, 2018, s. 21).

Den sakkunniga Patricia Papernow har utvecklat en fas-modell för hur processen i bildandet av nyfamiljen kan gå till. Modellen har utvecklats år 1984 och är internationellt känd, vid frågan om nyfamiljer. Enligt denna modell kan utvecklandet av nyfamiljen ta allt från fyra till femton år. I Finland är vanligaste tiden sju år. Modellen baserar sig på en process med tre huvudfaser och sju bifaser som har en viss ordning. Huvudfaserna i modellen behandlar drömmar, smågräla och lättnad. Bifaserna däremot behandlar teman utmaningar, kamratstödet effekt, fokusera på lösningar i nyfamiljen, gottgöra, likrikta, utredning och handling. En nyare modell för hur processen i bildandet av nyfamilj kan gå till presenteras i litteraturöversikten. (Rosenborg & Törmänen, 2019, ss. 52-75).

3 Metod

Examensarbetet var ett funktionellt arbete som skulle resultera i en handbok. I arbetet användes metoden litteraturöversikt och modifierad innehållsanalys. Nedan följer en beskrivning av arbetets metod samt hur vi har beaktat etik och tillförlitlighet i arbetet.

3.1 Litteraturöversikt

För att nå ett så relevant material som möjligt begränsade vi oss enligt frågeställningarna: "Hur kan biologiska föräldrar och bonusföräldrar ge trygghet och stödja barnet vid bildandet av en nyfamilj?" samt "Hur kan biologiska föräldrar och bonusföräldrar beakta barnets behov vid bildandet av en nyfamilj?". Under litteratursökningen har vi använt oss

av facklitteratur, vetenskapliga artiklar och rapporter, statistik, nätsidor och lagstiftning. Källor har sökts på svenska, finska och engelska. Vi har strävat efter att använda oss av inhemskt material men vid behov har vi även beaktat utländskt material. Då tidigare examensarbeten legat som grund för vårt arbete har vi även använt oss av snöbollsurval som metod genom att granska deras källförteckning och sedan hämtat vissa källor därifrån.

Som databas för vetenskapliga artiklar och rapporter har EBSCO Academic search elite, Julkari och SpringerLink använts. Under litteratursökningsprocessen har i databaser använts sökord som exempelvis divorce effects on children, stepfamilies, blended families och nyfamilj. Sökningarna har vid vetenskapliga artiklar begränsats om möjligt till åren 2015–2021 för att nå så ny information som möjligt. En utmaning har varit att hitta relevant material med tanke på att målgruppen är biologiska föräldrar och bonusföräldrar som ska stödja barn. Sökningarna begränsades även med "peer review" och "full text". Ofta fick sökningarna många träffar och dessa granskades då för att få fram material som lämpade sig för arbetets syfte.

Facklitteratur har sökts med bland annat sökorden nyfamilj, skilsmässa, ero, lapsi uusperheessä, uusperhe, föräldraskap, familjeliv, perhe, vanhemmuus, småbarn i nyfamiljer. Vi har strävat efter att hitta så nya källor som möjligt men har även stött på äldre facklitteratur som vi sedan har använt för att stärka det vi vill säga. Under litteratursökningsprocessen har det vid ett flertal gånger uppkommit material som vi noggrant har fått överväga relevansen av. Exempelvis vid litteratur som berör separationer, detta påverkar naturligtvis nyfamiljen men det har varit viktigt att kunna avgränsa.

I en innehållsanalys strävar man efter att få svar på frågeställningar på ett omfattande sätt, genom att jämföra innehållet i flera olika källor så som böcker, artiklar och rapporter (Tuomi & Sarajärvi, 2009, ss. 103, 106). I arbetet har vi använt vetenskapliga källor som till exempel facklitteratur och vetenskapliga artiklar. Vi har använt en modifierad version av innehållsanalys genom att begränsa, bearbeta och analysera det innehåll som hittats. För att öka arbetets tillförlitlighet har vi analyserat flera olika källor som behandlat samma tema och på så sätt kunnat jämföra data. Genom vår modifierade innehållsanalys kom vi fram till huvudkategorier som: Kärnfamilj och nyfamilj, nyfamiljens utmaningar, modell för

process i bildandet av nyfamilj, barnets behov, stöd till barnet, samarbete och kommunikation mellan vuxna samt praktiska lösningar. Genom att undersöka dessa huvudkategorier har följande underkategorier skapats: utmaningar i nyfamiljens struktur, gräl och konflikter, anknytning, barnets trygghetskänsla, gott föräldraskap, resiliens, att höra barnet, barnets rätt till kontakt, bonusföräldrarnas roll, familjekultur i nyfamiljen, relationerna inom nyfamiljen, lösningar vid festligheter samt konkreta metoder. Genom vår modifierade innehållsanalys har vi kommit fram till vår teori i arbetet och handboken. Teorin är även tillämpad till mera praktiska riktlinjer för vuxna som befinner sig i bildandet av nyfamiljens process.

3.2 Etik

Eftersom arbete är en litteraturöversikt har man inte behövt inhämta etiska tillstånd eller beakta vissa etiska frågeställningar så som anonymitet. När man utför forskning ska man alltid tänka på att ha ett etiskt förhållningssätt (Kristensson, 2014, s. 49), något vi även i vårt examensarbete strävat efter att ha. Vi har exempelvis strävat efter att använda oss av vetenskaplig litteratur i vårt arbete för att öka arbetets reliabilitet, samt att stärka samma teori med flera olika källor. Litteraturen i arbetet har hanterats på ett passande och hänsynsfullt sätt, exempelvis genom korrekt källhänvisning och att avstå från plagiat.

Vi har även strävat efter att hålla ett etiskt och professionellt förhållningssätt igenom hela arbetet. I vissa fall kan det ses problematiskt att undersöka barn då dessa är väldigt sårbara (Kristensson, 2014, s. 55). I vårt arbete har vi dock inte undersökt enskilda barn utan endast analyserat litteratur gällande barn i allmänhet. Eftersom vi inte i vårt arbete har gjort några forskningsstudier i form av enkäter eller dylikt där någon skulle ge ut uppgifter om sig själv har vi inte heller behövt ta i beaktande enskilda människors integritet i några resultat i vårt arbete. Vi har varit tvungna att ta i beaktande etiska perspektiv angående kön och vi har förhållit oss kritiskt till att till exempel samkönat äktenskap med barn från tidigare förhållanden inte räknas till statistiken för mängden nyfamiljer i Finland. Det samma gäller myndiga barn. (Kalman & Lövgren, 2012, ss. 8-9). Vi har även beaktat stereotyper vid genomgången av litteratur eftersom till exempel bonusmamma eller bonuspappa beskrivs i en del exempel väldigt svartvitt. Därför valde vi att använda begreppet bonusförälder i vårt arbete.

3.3 Tillförlitlighet

För att öka tillförlitlighet är det nödvändigt att beakta följande: Varför man valt ämnet i fråga, relevansen av ämnet, hur litteratursökningen gått till, hur arbetet analyserades och vad resultatet blev samt hur arbetets uppbyggnad ser ut. Arbetet ska hänga ihop som en helhet för att tillförlitligheten ska ökas. (Tuomi & Sarajärvi, 2009, ss. 140-141).

För att arbetet ska vara så tillförlitlig som möjligt har vi använt oss av mångsidiga källor, både på svenska, finska och engelska. Vi har även bearbetat vårt arbete från början till slut. Vi kunde ha använt oss av flera källor på en del ställen men dessa var mer utmanande att hitta. Genom att använda oss av vetenskapliga källor, material som skrivits av sakkunniga och genom att försöka använda den nyaste informationen har vi kunnat stärka även lite äldre källor vi använt och ändå ansett att ha stärkt helhetsbilden. För att nå en så hög tillförlitlighet som möjligt kunde det ha varit gynnsamt att i litteraturöversikten vid vissa tillfällen satsa på mindre mängd information från samma källa och istället hitta information från flera olika källor. En utmaning har varit att hitta relevanta källor till facklitteraturen på svenska. Då vi har sökt vetenskapliga artiklar på databaser har vi strävat efter att till stor del använda oss av förhandsgranskat material, att avgränsa med "peer reviewed" har inte varit möjligt på alla databaser. Därav utgör databasen EBSCO Academic Search Elite majoriteten av sökningarna.

4 Från kärnfamilj till nyfamilj

Till skillnad från en kärnfamilj som byggs upp med tiden så händer mycket på en gång då man bildar nyfamilj. Då nyfamiljen bildas skapas ett förhållande mellan ett par samtidigt som åtminstone den ena partnern även blir en bonusförälder. (Rosenborg & Törmänen, 2019, s. 23). Skapandet av nyfamilj sker inte genom en mjuklandning utan familjen hoppar direkt in i vardagen (Murtoirinne-Lahtinen, 2013, s. 27). Vid bildandet av nyfamiljen omformas också barnets alla relationer från vad de tidigare har varit (Valkendorff & Sihvonen, 2020, s. 6).

Det är vanligt att man vid bildandet av en nyfamilj har en bild av hur allt borde gå till samt hur en perfekt familj ska se ut. När man sedan inser att nyfamiljen inte lever upp till denna syn känner man kanske att man har misslyckats. I stället är det bra att inte ställa för höga

krav och förväntningar samt att komma ihåg att det finns situationer i bildandet av en nyfamilj som inte går att kontrollera eller styra. (Herngren, 2016, s. 14).

När två vuxna har bestämt sig för att flytta ihop och bilda en nyfamilj finns det en hel del tankar som kan uppkomma. Det är vanligt att den biologiska föräldern funderar länge på vad som är bäst för barnet. Det är individuellt gällande vad som är barnets bästa och hur man ska tänka när det gäller boendet. Något som de professionella ofta rekommenderar nyfamiljer är att ta det långsamt i början, detta vinner alla parter på. (Herngren, 2016, s. 35). Trots att de vuxna är entusiastiska till att skapa en gemensam vardag är deras takt allt som oftast för snabb för barnen (Papernow, 2018, s. 33).

Barnet lär sig av det man som vuxen säger och förmedlar, det ska vara i tanken vid processen till bildandet av en nyfamilj. Barnet är med längs hela processen, ser och känner vad man som vuxen gör i olika situationer. Barnet kommer att märka ifall bonusföräldern endast umgås med barnet för att glädja sin partner och inte för att sköta om barnets välmående. (Broberg, 2010, s. 50). Kvaliteten på relationen mellan bonusföräldern och barnet har en stor betydelse för hur barnet känner sig i nyfamiljen. Hur barnet beter sig påverkar hur bonusföräldern agerar. (Broberg, 2010, ss. 58-59). Eftersom man genom hela processen från separation till bildande av nyfamilj måste tänka på barnets bästa, ska man beakta hur man uttrycker sig och hanterar känslor inför barnet. (Rosenborg & Törmänen, 2019, ss. 105-106).

5 Nyfamiljens utmaningar

Enligt statistik är det svårare att hålla ihop i en nyfamilj än i en kärnfamilj, tre gånger fler skiljer sig i nyfamiljerna. (Herngren, 2016, s. 175). Ansvaret för att tackla eventuella utmaningar ligger på de vuxna. Barn ska varken behöva bära ansvar för separationen eller de möjliga utmaningarna vid bildandet av nyfamiljen. (Barnavårdsföreningen, 2020). Det finns en hel del utmaningar i nyfamiljen som inte kommer till uttryck i en kärnfamilj. Är man medveten om utmaningar kan man hitta gemensamma lösningar och trots utmaningarna hålla ihop som nyfamilj. (Herngren, 2016, s. 176).

5.1 Utmaningar i strukturen

Patricia Papernow har i sitt arbete identifierat fem olika utmaningar som uppkommer inom nyfamiljens struktur. Dessa fem går att känna igen baserat på olika mönster man kan hitta i nyfamiljen. Till näst presenteras de fem utmaningarna. (Papernow, 2018, s. 27).

Den första utmaningen handlar om så kallade "insider" och "outsider" positioner, de engelska begreppen har inte en svensk översättning. En "insider" position handlar om att den ena vuxna är närmare barnet än den andra, den andra vuxna hamnar således i en "outsider" position. I en nyfamilj kan bonusföräldern ofta hamna i en permanent "outsider" position, även om positionen med tiden kan bli mer otydlig. Den biologiska föräldern kan ofta tvingas prioritera sitt barn framför sin partner, något som kan få partnern att känna sig osynlig och ignorerad. Hade den biologiska föräldern istället valt att prioritera partnern, hade barnet känt sig osynlig och ignorerad. Det kan vara utmanande att balansera mellan dessa positioner. Insider och "outsider" positionerna gäller även för barnen i nyfamiljen. De barn som till exempel endast bor veckovis i nyfamiljen kan känna sig som outsiders i hemmet. Genom att prata om dessa positioner och hur det känns att vara i dem får alla i familjen en djupare förståelse för varandra. (Papernow, 2018, ss. 29-32).

Den andra utmaningen handlar om hur barnen reagerar på förlust samt hur de ser på lojalitet. Barnen har först behövt hantera förlusten av sin kärnfamilj i samband med separation och att sedan se sin förälder hitta en ny partner kan kännas som en till förlust. Att föräldern hittar en ny partner gör att barnet även kan känna motstridighet vad gäller lojaliteten mot den andra föräldern. Barnet förväntas bry sig om och godkänna sin nya bonusförälder, detta kan kännas svårt eftersom barnet kan tänka att hen bryter lojaliteten mot sin andra biologiska förälder. Biologiska föräldrarna kan hjälpa barnet förstå att den ena relationen inte ersätter den andra. (Papernow, 2018, ss. 32-34).

Den tredje utmaningen utgörs av hur uppfostring och föräldrauppgifter kan skapa en klyfta mellan den biologiska föräldern och bonusföräldern. Barn gynnas av auktoritativt föräldraskap. Ett auktoritativt föräldraskap kännetecknas av att föräldrarna är både kärleksfulla men även rimligt bestämda genom att till exempel sätta förväntningar och gränser. I en nyfamilj kan de vuxna ofta hamna i olika poler ifråga om uppfostring. Den biologiska föräldern anser att bonusföräldern är för sträng medan bonusföräldern anser att

den biologiska föräldern är för svag och snäll. Denna utmaning kan delvis leda till att de vuxna hjälper varandra att hitta en balans i sättet att uppfostra. Risken finns även att de vuxna blir ännu mer polariserade och att barnets behov inte möts. Ett barn missgynnas av att bonusföräldern är auktoritär och istället kunde bonusföräldern satsa på anknytningen till sitt bonusbarn innan man börjar korrigera barnets beteende. (Papernow, 2018, ss. 36-37). Barnet samt de vuxna i nyfamiljen gynnas av att de vuxna delar åsikter gällande hur roller fördelas samt hur samarbete kring hur vardagen byggs upp i nyfamiljen (Favez, Widmer, Frascarolo, & Doan, 2018, s. 448).

Enligt Papernow (2018, s. 38) handlar den fjärde utmaningen om hur utmanande det kan vara att skapa en ny familjekultur inom nyfamiljen samtidigt som man måste respektera den tidigare existerande familjekulturen. I nyfamiljen finns det flera olika individer som alla kan ha olika förväntningar, minnen samt upplevelser från tidigare relationer och familjer. Dessa erfarenheter behöver respekteras, trots att det kan vara en utmaning. (Pylyser, Buyesse, & Loeys, 2018, ss. 500-501). Enligt Miran-Khan påpekar barn i nyfamiljer att deras grundvärderingar kränks. I kärnfamiljen har det ofta funnits en viss kultur med regler som nu inte längre existerar i nyfamiljen. Exempelvis kan man i kärnfamiljen alltid fått äta i soffan men i nyfamiljen förväntas man sitta samlade runt köksbordet. Dessa värderingar och regler är delar av barnens tillhörighet och när dessa bryts innebär det oförutsägbarhet för familjens gränser. När detta händer vänder sig barnen oftast emot bonusföräldern eftersom de snabbt kan räkna ut att det är i samband med bonusföräldern som gränserna och reglerna förändrats. Bonusföräldern förväntar sig få stöd av den biologiska föräldern. Ifall den biologiska föräldern försvarar bonusföräldern kommer detta i barnens ögon att ses som avsaknad av empati. Detta kan leda till att barnet i ännu större utsträckning tar avstånd från bonusföräldern och anknytningen tar skada. (Miran-Khan, 2017, s. 332)

Den femte utmaningen omfattar den biologiska förälder som inte bor i nyfamiljen. Utmaningen betonar vikten av samarbetet mellan biologiska föräldern i nyfamiljen och den biologiska förälder som inte bor i nyfamiljen. För barnets bästa ska föräldrarna komma överens. Föräldrarna behöver inte nödvändigtvis hålla med varandra gällande alla frågor men de måste kunna hantera det på ett respektfullt sätt. (Papernow, 2018, s. 39)

I en kärnfamilj hinner de vuxna oftast skapa ett djupt emotionellt band till varandra innan de väljer att skaffa barn. I en nyfamilj behöver de vuxna däremot skapa ett emotionellt band till varandra medan ett barn redan finns i bilden, detta bidrar till helt andra förutsättningar och kan ses som en stor utmaning. (Papernow, 2018, s. 26). Enligt Jenny Klefbom, barn- och ungdomspsykolog, kan de vuxna inte endast fokusera på att vara förälskade utan de behöver även konstant ta i beaktande barnet i familjen (Herngren, 2016, s. 21).

När man försöker få relationen att fungera har det en stor betydelse hur barnet agerar till bonusföräldrarnas försök att förbättra relationen. Situationen kan vara svår eftersom barnet inte alltid känner igen dessa försök. Det kan även vara svårt för bonusföräldern att hitta gemensamma intressen med sitt bonusbarn. På grund av dessa utmaningar kan det vara problematiskt för barnet att knyta an till bonusföräldern och tvärtom. (Broberg, 2010, s. 59)

5.2 Gräl och konflikter

När föräldrarna i en nyfamilj grälar mycket mår ingen i nyfamiljen bra. Barn som upplever våld i samband med gräl inom nyfamiljen är mera mottagliga för beteendeproblem. Vid passivt aggressiva konflikter där det endast används ord kan barn istället uppleva depression och ångest. (Pruuki & Sinkkonen, 2017, s. 29).

Bonusföräldern kan dra stor nytta av att till en början fokusera på att skapa en god relation till sitt bonusbarn. (Pylyser;Buyesse;& Loeys, 2018, s. 502). Enligt Herngren (2016, s. 50) är det bra att den biologiska föräldern tar de största diskussionerna och grälen med barnet, speciellt i början. Barnet brukar själv föredra att åtminstone det slutgiltiga beslutet tas med den biologiska föräldern (Pylyser;Buyesse;& Loeys, 2018, s. 502).

Familjeterapeuten och forskaren Janet Johnston har observerat hur barn har påverkats av föräldrarnas konflikter. Johnston har forskat i hur barns psyke påverkats av separationer där man grälat om barnets vårdnad i domstolen samt smutskastat den andra parten inför barnet. De barn hade stor ångest som ibland kunde bli olidlig. Barnet kunde stelna till och hamna i ett tillstånd som kallas för dissociation. Dissociation är ett tillstånd som kan

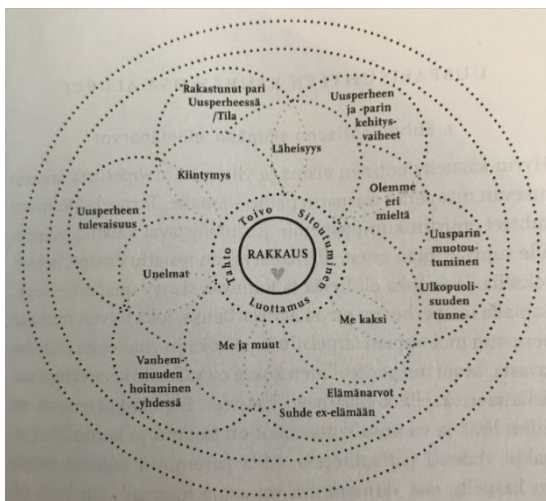
uppkomma i en traumatisk händelse där personen försöker fly från en svår situation. (Pruuki & Sinkkonen, 2017, ss. 29-31).

Det skadligaste i föräldrarnas gräl är då barnet upplever sig vara i fara och trygghetskänslan rubbas. Barnets ålder påverkar hur hen upplever föräldrarnas konflikter. Småbarns trygghetskänsla speglas från föräldrarnas sinnesstämning samt relationen mellan barnet och föräldern. Långa och våldsamma konflikter leder till att barnet blir otryggt och i ett emotionellt nödläge, som i sin tur leder till negativa känslor. Barnet vänjer sig aldrig vid konflikter utan det blir bara värre med tiden. Negativa känslor, i form av gnäll och ilska kan bli ett beteendemönster för barnet. Ifall barnet ofta upplever gräl och konflikter inom nyfamiljen kan barnet ha svårt att lära sig hantera sina känslor. (Pruuki & Sinkkonen, 2017, s. 31).

Gräl och konflikter uppstår i alla nyfamiljer, ingen nyfamilj är perfekt. Då det uppstår gräl och konflikter är det viktigt att de inte är långvariga och att barnet ser när föräldrarna reder ut saken och är överens igen. Det gäller att fundera över hurdana typ av gräl man har i nyfamiljen samt hur dessa återspeglas till barnet. Alla konflikter är inte oundvikliga, det vill säga ett vardagligt gräl gällande till exempel dammsugning har inga negativa följder för barnets välmående. (Pruuki & Sinkkonen, 2017, s. 31).

6 Nyfamiljens ”blomma”

I detta kapitel behandlas en modell (se figur 1) som i arbetet kommer att kallas nyfamiljens ”blomma”. Modellen angående processen i bildandet av nyfamiljen är utvecklad i Finland. Denna teori är utvecklad år 2010, som en fortsättning till ett annat projekt som från början behandlat temat kärnfamiljer (Malinen, 2015, s. 6). Den inhemska modellen är utvecklad av Suomen Uusperheiden Liitto och Befolkningsförbundet. Modellen med dess 7 delar ska hämta fram aktuella ämnen inom nyfamiljen samt se framåt på nyfamiljens och parets framtid och möjligheter. Delarna i modellen har ingen ordning, de kan ta sig i uttryck i vilket skede som helst. Figuren är testad med par från stödgrupper som Suomen Uusperheiden Liitto ordnat. (Rosenborg & Törmänen, 2019, ss. 82-84). Till näst granskas modellen närmare.



Figur 1. Modellen för processen i bildandet av nyfamilj (Rosenborg & Törmänen, 2019)

Kärleken som paret anförtror varandra är nyckeln till en god framtid som nyfamilj. Kärleken omringas av hoppet, förbindelse, förtroende samt vilja. Dessa faktorer är nyckeln vidare till hur närheten syns, hur nyfamiljen tacklar motgångar, hur gemensamma mål formas, hur man ser på nyfamiljen och andra samt hur man ser drömmar i vardagen och hur de tar sig i form. (Rosenborg & Törmänen, 2019, s. 83). Till näst granskas de sju delarna.

En del av modellen behandlar relationen till den tidigare livssituationen och livsvärdet samt hur detta uppmärksammas i nyfamiljen. Att de biologiska föräldrarna bearbetat det förflutna och har en fungerande kontakt till varandra underlättar bildandet av nyfamiljen och dess vardag. Förutom att man skapar en ny livsstil utgående från de behov som finns i nyfamiljen så är det inte fel att också ta med sådant som fungerat i kärnfamiljen ifall de överensstämmer med de nuvarande behov. Här tas även upp förmågan att säga förlåt, bli förlåten och att förlåta sig själv. Dessa är viktiga saker att ta i beaktande med tanke på nyfamiljens hälsa. (Rosenborg & Törmänen, 2019, s. 84).

En annan del av modellen beaktar hur föräldraskapet ska skötas tillsammans. Man ska sträva efter fungerande relationer till alla vuxna; de biologiska föräldrarna och bonusföräldrarna. Alla vuxna tar del av vårdandet av barnet, även den vuxna i nyfamiljen som inte har barn från tidigare. Det kan ta en god tid för barnet att skapa förtroende för den nya vuxna. Härmed ska den vuxna ge utrymme för barnet att själv ta kontakt. Man ska

även komma ihåg att alla inte blir så nära med sina bonusföräldrar eller bonussyskon och det måste man acceptera. (Rosenborg & Törmänen, 2019, s. 85).

En del i modellen fokuserar på nyfamiljens framtid. Det förflutna finns alltid kvar, det går inte att rensa bort. I en nyfamilj är det ändå viktigt att förutom att kunna se framåt, leva och njuta i nuet. Att leva i nuet och fokusera på de styrkor som finns stärker nyfamiljen med tanke på dess framtid. Man kan till exempel åka på en gemensam resa eller ha en gemensam hobby. Dessutom är det viktigt att de vuxna med jämna mellanrum reflekterar kring nyfamiljen och dess medlemmars behov. (Rosenborg & Törmänen, 2019, s. 85).

En annan del beaktar kärleken mellan de vuxna i nyfamiljen. Kärleken mellan dessa är det som styr hur nyfamiljen formas. Att paret visar kärlek till varandra är viktigt men det måste göras med respekt för de andra vuxna och medlemmarna i nyfamiljen. Det är de vuxna i parförhållandet som bär ansvaret över hur deras relation fungerar. (Rosenborg & Törmänen, 2019, ss. 85-86).

Modellen fokuserar även på utvecklingskedan för paret och nyfamiljen. Efter att de vuxna blivit förälskade brukar allt gå ganska fort. I detta skede sker ofta bildandet av nyfamiljen. Efter detta börjar man reda ut hur livet kommer att bli tillsammans som ett par och som en nyfamilj. Här gynnas man av att vara öppen och att kunna se den andras behov, på detta sätt kan man tackla motgångarna. Genom att diskutera efter en motgång kan man växa och utvecklas tillsammans, man vet hur man nästa gång ska göra vid en liknande situation. Upprepningar stärker förtroendet och förändringar sker inte på en natt. (Rosenborg & Törmänen, 2019, ss. 86-87).

En del av modellen tar upp utformningen av den nya parrelationen. De vuxnas individuella förflutna samt vilka människor de omringas av har en stor betydelse för hur relationen mellan paret framskrider. Att släppa drömmarna och leva i nuet är något att sträva efter. Upplever man att man behöver arbeta med sitt förflutna för nyfamiljens skull kan man även söka professionell hjälp. (Rosenborg & Törmänen, 2019, s. 87).

Den sista delen i blomman behandlar känslan av utanförskap. Alla nyfamiljemedlemmar kan gå igenom denna känsla. Familjemedlemmarna kan även uppleva svartsjuka. Som barn kan man uppleva flera olika sorters utanförskap. Dessa kan vara till exempel mellan

syskonen, till bonusföräldern , till sin egen förälder eller mellan den biologiska föräldern och bonusföräldern. Som ny vuxen däremot så upplever man uteslutenhet då det kommer till relationen mellan den biologiska föräldern och dess barn. För att tackla svartsjuka och motgångar bör man acceptera att de finns till. Det kan vara nödvändigt att jobba på hur man hanterar känslan av svartsjuka samt olika motgångar. Man ska sträva efter att som vuxen kunna arbeta på detta även tillsammans med barnen. Det kan och får ta tid att utforma relationer inom nyfamiljen. (Rosenborg & Törmänen, 2019, ss. 87-88).

7 Barnets behov

Trygghetskänsla och trygg anknytning har ett starkt samband, medan otrygg anknytning handlar om att barnet har svårt att känna trygghet till en person. Redan under spädbarnsåldern börjar barnet knyta an till den person som står barnet närmast eftersom den personen känns tryggast. Barnet har behov av en viss kontroll över sådant som sker, till exempel genom att de vuxna förbereder barnet på det som kommer att hända och ger förklaringar till varför saker sker. Dessa olika faktorer medverkar till att barnet känner trygghet och får förståelse för omgivningen. (Holmsen, 2005, ss. 23-25). När relationer bryts eller inleds kräver det att barnen har en anpassningsförmåga och kan omställa sig. (Holmsen, 2005, s. 19).

7.1 Anknytning

Psykoanalytikern John Bowlbys teori om anknytning handlar om barnets behov att knyta an till den närmsta person som sköter barnet. I en skrämmande och ny situation letar barnet efter sin anknytningsperson för trygghet och skydd. Barnet kan knyta an till fler personer, men oftast är det den person som sköter mest om barnet. Redan under de första levnadsmånaderna lär sig barnet hur hen får uppmärksamhet av sin anknytningsperson. Anknytningen utvecklas och ändras under hela livet men grunden formas under de första levnadsåren. Den anknytning som barnet får under sina första levnadsår blir en grund som kallas för den inre arbetsmodellen. (Pruuki & Sinkkonen, 2017, ss. 68-70).

Det finns både trygg anknytning och olika slag av otrygg anknytning (Aroseus, 2013). Eftersom anknytningen utvecklas och förändras under hela livet kan den trygga

anknytningen rubbas, ifall barnet går igenom massor av motgångar och negativa känslor utan att få stöd eller hjälp. Tvärtom kan också ett barn med otrygg anknytning förbättra sin anknytning till trygg anknytning. Exempelvis kan barnet med otrygg anknytning adopteras till en familj där hen får en trygg miljö och kärlek. Psykoterapi kan även vara en metod som hjälper personer med otrygg anknytning. (Pruuki & Sinkkonen, 2017, ss. 68-70).

När barnets anknytning har skett bra har barnet lätt att lita på nya människor och att hantera sina känslor på rätt sätt. Däremot om barnet har en otrygg anknytning kan barnets framtida relationer påverkas negativt. Barn med grälände föräldrar har oftare otrygg anknytning. (Pruuki & Sinkkonen, 2017, ss. 68-70). Barn kan riskera att utveckla otrygg anknytning efter föräldrarnas separation, den otrygga anknytningen kan i sin tur inverka negativt på såväl den fysiska som den psykiska hälsan. (K. Schaan & Vögele, 2016, s. 1267).

Barn med undvikande anknytning har utmaningar i att hantera starka känslor samt svårigheter med att lita på människor. Barn som genomgått många besvikelser av sina nära personer har oftast en undvikande anknytning. (Pruuki & Sinkkonen, 2017, s. 69). Det sägs att barn med undvikande anknytning inte visar sina behov likadant, fastän de har samma behov som barn med en trygg anknytning. Barnet har lärt sig att inte visa sina känslor eftersom hen aldrig fått bekräftelse för sina känslor. Barn med undvikande anknytning är oftast mer självständiga och tror att de måste klara sig ensamma. (Aroseus, 2013).

Motsägande anknytning handlar om att barnet har fått en uppfattning om att det finns någon som tar hand om barnet, men inte tillräckligt. Barnet kan ha svårt med relationer eftersom hen inte kan hantera sina känslor och beteendet varierar mellan att klamra sig fast i en person eller totalt ignorera samma person. (Aroseus, 2013).

Barn som har desorganiserad anknytning kommer med stor sannolikhet att påverkas negativt i framtiden av den otrygga anknytningen. Anknytningen är en blandning och en förvirring av de olika anknytningarna. Anknytningspersonen har troligtvis varit mentalt sjuk och därmed visat starka negativa känslor framför barnet, dessa känslor har känts skrämmande för barnet. (Pruuki & Sinkkonen, 2017, s. 69). Barn med desorganiserad anknytning har troligtvis genomgått trauma och misskötsel under sina första levnadsår (Aroseus, 2013).

Enligt Calle Fjellman, psykoterapeut, ställs det i en nyfamilj stora krav på bonusföräldern som inte har hunnit skapa en anknytning till barnet (Herngren, 2016, s. 19). Kraven kan kännas orimliga eftersom det är utopiskt att förvänta sig att bonusföräldern direkt känner sig anknyten till barnet. Anknytningen bör skapas på barnets premisser. (Miran-Khan, 2017, s. 331).

7.2 Barnets trygghetskänsla

Alla barn oberoende av ålder, personlighet och familjesituation har rätt till att få känna trygghet och uttrycka sig. (Unicef, u.å.). Att barnet får känna sig älskad, känna trygghet och uttrycka sina känslor hör till barnets grundbehov och dessa behov ska tillgodoses av den vuxna. (Mannerheimin Lastensuojeluliitto, 2018).

Barn kan vara rädda för många olika saker. För barn i speciellt 4 års åldern är det vanligt att det förekommer rädslor som till exempel att mista sina föräldrar. Om en separation eller bildande av nyfamilj då är aktuell så måste man uppmärksamma det vid tröstandet av barnet. (Mannerheims Barnskyddsförbund, Barnet under olika levnadsår - 4år, 2013, s. 13).

Malin Bergström, barn- och föräldrapsykolog, påpekar att det vid bildandet av en nyfamilj är de vuxna som valt att flytta ihop. Barnen kanske inte alls har varit involverade i processen och i många fall kan barnen fortfarande vara mitt i bearbetningen av sina föräldrars separation. (Herngren, 2016, s. 24). Separationen påverkar barnet mer än vad man skulle tro. Det är en process som kan lämna stora spår på barnet, som kan påverka barnets framtid. När separationen sker, försvinner barnets vanliga rutiner och när rutinerna försvinner känner barnet inte längre trygghet. (Pruuki & Sinkkonen, 2017, s. 21). Eftersom bildandet av en nyfamilj även är en stor förändring för barnet kan det vara viktigt att hålla fast vid vissa gamla rutiner, så som exempelvis tider för läggdags samt möbler i barnets rum (Papernow, 2018, s. 34). Detta gäller även traditioner. Det är naturligt att en del traditioner förändras men för barnets skull skulle det vara bra ifall en del traditioner hålls kvar. (Murtorinne-Lahtinen, 2013, s. 131).

För att barnet ska kunna utvecklas och växa i vanlig takt bör barnet känna sig tryggt. I vissa fall kan separationen vara nödvändig och även hälsosam för barnet, exempelvis om mycket gräl och otrygghet förekommer i familjen. När barnet sedan igen får nya hållbara rutiner

kan barnet känna sig tryggt. Om separationen sköts bra och den ostabila situationen i familjen är kortvarig kommer barnet att hantera separationen bättre. Den ostabila situationen utan rutiner påverkar barnets trygghetskänsla. (Pruuki & Sinkkonen, 2017, s. 21).

För att barnet ska kunna klara av separationen på bästa möjliga sätt är det föräldrarnas mentala hälsa som spelar stor roll. Om separationen och tiden efter separationen har varit full med konflikter och smutskastande av den andra föräldern, är det barnet som lider mest. Stressen som orsakas av separationen tar energi av föräldrarna, som de skulle behöva för att kunna ta hand om barnet. (Pruuki & Sinkkonen, 2017, ss. 22-23). Barnet får mindre uppmärksamhet då föräldrarnas energi går åt till det nya parförhållandet, detta kan leda till att förhållandet mellan barnet och föräldern försämras. (Broberg, 2010, s. 50). Den period efter separationen som orsakar barnets otrygghet borde vara så kortvarig som möjligt för att undvika att barnets utveckling och psykiska hälsa påverkas. Barnet som förr fått mycket uppmärksamhet av föräldrarna kan nu bli utan uppmärksamhet till följd av separationen. Följden av detta kan vara att barnet börjar söka uppmärksamhet på olika sätt, barnet kan exempelvis börja bete sig på ett helt annorlunda sätt för att få föräldrarnas uppmärksamhet. (Pruuki & Sinkkonen, 2017, ss. 23-24).

När barnet har två föräldrar kan de dela på föräldraskapet. De kan stödja varandra och fylla på där den andra inte klarar av det. Den ena föräldern kanske ger barnet mer trygghet via känslor medan den andra ger trygghetskänslan via lärandet. Föräldrarna kan stödja varandra och fylla på där den andra inte klarar av. Vid separationen, är det vanligt att det gemensamma samarbetet förstörs. När föräldrarna inte längre kan samarbeta är det barnet som lider mest. (Pruuki & Sinkkonen, 2017, s. 24).

Att det föds ett nytt eller flera nya barn till nyfamiljen kan väcka mycket varierande tankar för de andra barnen inom nyfamiljen. I bästa fall stöder nyheten familjen i att förenas som nyfamilj men man måste komma ihåg att problem inte försvinner fast man skulle få ett gemensamt barn. Då ett nytt barn föds drar det naturligtvis mycket av uppmärksamheten och det kan skapa känsla av uteslutenhet och svartsjuka för de andra barnen. Därför måste den biologiska föräldern och bonusföräldern tillsammans bära ansvar över att uppmärksamhet även ges till de andra barnen. (Rosenborg & Törmänen, 2019, ss. 100-101).

Att integrera nya medlemmar i nyfamiljen förbrukar energi och tar tid, vilket påverkar hela familjen. (Broberg, 2010, s. 51).

8 Hur kan man stödja barnet

Som biologisk förälder och som bonusförälder har man flera saker att tänka på vid bildandet av en nyfamilj. Genom att man som biologisk förälder och bonusförälder tar sitt ansvar om att beakta barnet under hela processen kan barnet känna trygghet oberoende av det som sker. Att låta barnet uttrycka sig och bevara kontakten med sina båda föräldrar är viktigt och hör till barnets rättigheter. Barnets resiliens har också en inverkan på hur mottaglig barnet är för främmande saker som händer. Som bonusförälder ska man ge barnet tid för att vänja sig vid tanken om att en ny vuxen nu finns med i dess liv. Eftersom man är ny vuxen så tar det tid att hitta sin roll och plats i nyfamiljen eftersom det kan finnas motstridiga tankar och förväntningar på en.

8.1 Gott föräldraskap

När två vuxna gjort ett beslutat om att flytta ihop och skapa en nyfamilj är det enligt Malin Bergström viktigt att tidigt i processen involvera barnet enligt barnets ålder och förmåga (Herngren, 2016, s. 25). Barnet kan inte påverka det som sker då barnets föräldrar skiljer sig och bildar en nyfamilj. (Teerijoki, 2019). Malin Bergström menar att det är betydelsefullt att prata med barnet om vad som kommer att hända och även göra det klart för barnet att allt kommer att ordna sig trots att det i stunden kanske inte känns så. (Herngren, 2016, s. 25).

För att nå ett gott föräldraskap handlar det om att trygga en balanserad utveckling för barnet. Förmågan att uppfostra barnet beror på vardagliga saker. Det handlar om att trygga positiva och nära människokontakter, bra vård och uppfostran, omsorg och tillsyn enligt barnets utveckling, en trygg och stimulerande miljö, förståelse, trygghet och ömhet, kroppslig integritet och barnets möjlighet att utveckla sig till en ständig individ. (Taskinen, 2002, ss. 19-20).

Som förälder ska man ge barnet trygghet i vilken situation som helst. Barnet behöver få veta att föräldern finns där för barnet oberoende om det handlar om en separation eller

bildandet av nyfamilj. Det är även viktigt att ge barnet bilden av att allt kommer att bli bra, trots att det kan kännas svårt i stunden. Föräldrarna bör stödja de relationer barnet har med exempelvis syskon eller andra närstående. Barnet kan visa starka känslor gällande bildandet av en nyfamilj, det är då viktigt att föräldern stödjer barnet genom att ge hen möjligheten att förstå och bearbeta känslorna. Ett barn behöver tid till att anpassa sig. (Pruuki & Sinkkonen, 2017, s. 162)

För att föräldrar ska kunna stödja sina barn är det viktigt att även ta hand om sin egen mentala hälsa. En förälder som inte mår bra orkar nödvändigtvis inte stödja och ta hand om barnet på ett sådant sätt som barnet behöver. När det gäller samarbete med den andra partnern mår alla i familjen bättre när dessa kan kommunicera på ett lugnt sätt. (Pruuki & Sinkkonen, 2017, s. 163)

8.2 Resiliens

Ordet resiliens innebär individens psykiska återhämtningsförmåga och handlar alltså om hur väl en människa klarar av att repa sig från kriser, risker och utmaningar i livet. Det finns barn som trots kriser och dålig uppväxtmiljö klarar sig undan psykiska problem, dessa har det man kan kalla en hög resiliens. Det finns inte ett specifikt sätt att uppnå hög resiliens utan det handlar om komplexa förhållanden mellan egenskaper hos barnet och miljön. (Helmen Borge, 2005, s. 10).

När man mäter resiliens måste man kolla på vilka risker som finns. Vissa risker i sig kan vara negativa men trots det ha en positiv inverkan på individen, till exempel genom att resiliensen ökar. (Helmen Borge, 2005, s. 58). Som tidigare nämnt kan en separation till exempel inverka negativt på barnets välmående i nyfamiljen, men det behöver inte göra det. En av orsakerna kan vara förändringarnas mängd, det vill säga hur mycket förändringar det har hänt angående separationen eller vid bildandet av en nyfamilj och hur detta upplevs. (Broberg, 2010, s. 52). Genom förebyggande åtgärder kan man stärka ett barns resiliens och därmed undvika att exempelvis föräldrarnas separation har en negativ inverkan på anknytningen (K. Schaan & Vögele, 2016, s. 1267).

Det anses delvis vara åldersrelaterat hur bildandet av nyfamilj påverkar barnet. Småbarn har mindre risk att drabbas av stress kopplat till nyfamiljen än vad äldre barn har. (Shafer,

Jensen, & Holmes, 2017). En annan risk som finns är de familjebaserade riskerna, dessa är knutna till föräldrarna och kan handla om bland annat alkoholmissbruk, olyckliga äktenskap samt brist i gränssättning angående barnen. (Helmen Borge, 2005, s. 58).

Föräldrars gräl och konflikter har visats vara det mest skadliga för barnets utveckling, oberoende om familjen gått igenom en separation eller inte. Barn som kommer från splittrade familjer men vars föräldrar har kunnat samarbeta har klarat sig bättre. Då nyfamiljen har haft tydliga regler och strukturer har barnet känt sig tryggt i separationen och i bildandet av nyfamilj. (Pruuki & Sinkkonen, 2017, s. 29)

Det är värdefullt för ett barn att växa upp i en lugn och lycklig familj, oavsett om det är en kärnfamilj eller en nyfamilj. Varma relationer mellan de vuxna samt känslomässig omsorg är faktorer som stöder barnets fysiska och psykiska utveckling. Har man en riskfylld uppväxt kan olika stödinsatser, exempelvis familjerådgivning, bidra till att resiliensprocesser sätts i gång hos barnet och att barnet klarar sig undan psykosociala problem. (Helmen Borge, 2005, ss. 74-75)

8.3 Att höra barnet

Tidigare fokuserade man på utmaningar och på allt sådant som barnet inte klarar av och som skapade olika problem. Idag är man mera fokuserad på möjligheter och har ett mera positivt förhållningssätt till barn. Man vet att ett barn är en individ med egna tankar, känslor och förutsättningar och att det är viktigt att beakta deras åsikter. (Holmsen, 2005, ss. 21-22)

Barnets egna önskemål och åsikter ska utredas enligt barnets utveckling och åldern.

Barnet har rätt att bli hörd, men också rätt att låta bli att uttrycka sig. Oftast är barnen lojala mot sina föräldrar och vill bevara kontakten för båda. Det är viktigt att barnets åsikt utredas finkänsligt och utan att skada relationen mellan barnet och den andra föräldern.

Barnet ska känna sig tryggt, säkert och veta att det är tillåtet att visa tankar, berätta sina åsikter och diskutera dem. Det lönar sig att berätta åt barnen att hens åsikter och önskemål beaktas, men att det är de vuxna som fattar beslut. Eftersom barn i 3–5 års ålder ännu är små, ska man tänka på hur man formulerar eventuella frågor åt barnen.

(Taskinen, 2002, ss. 71-74). Öppna frågor som till exempel vad, hur och varför ger barnet

mera utrymme att uttrycka sig (Mannerheims Barnskyddsförbund, Barnet under olika levnadsår - 5år, 2007, s. 12). Frågorna ska vara öppna och man ska undvika ledande frågor. Till exempel kan man fråga om hur livet ser ut, om hemmet och daghemmet. Om barnet är villigt att diskutera eller uttrycka sig kan man fortsätta att fråga om dess erfarenheter, känslor och hur barnet själv önskar att framtiden skulle se ut. (Taskinen, 2002, s. 74).

Det är viktigt att man som vuxen visar att man lyssnar på barnet och att man följer det barnet säger. Man kan med något som kallas minimal respons ge bekräftande kommentarer som till exempel "mm", "precis" eller "jasså". Minimal respons kan även ske genom icke-verbal kontakt så som en nickning eller ett leende. För att undvika missförstånd kan man som vuxen hjälpa till med att kort upprepa det barnet berättat eller själv omformulera det så som man uppfattat saken. Barnet får då chans att rätta till sådant som den vuxna missförstått. (Holmsen, 2005, s. 62).

8.4 Barnets rätt till kontakt

Enligt Lag angående vårdnad om barn och umgängesrätt 361/1983 har barnet rätt till en positiv och nära kontakt till sina båda föräldrar (§1). Barnet har rätt att uppehålla en god kontakt även till den föräldern som barnet eventuellt inte bor hos (§2). Barnets båda föräldrar ansvarar gemensamt för uppehållandet av kontakten och ser till att inte skada kontakten mellan barnet och barnets andra förälder (§2).

Det har visats vara bra för barnet ifall båda föräldrarna fortsätter att vara involverade i barnets liv efter en separation (Ferraro, Malespin, Oehme, Bruker, & Opel, 2016, s. 407). I en god föräldra-barn relation är det kvalitén som spelar roll. Daglig kontakt halvhjärtat är sämre än helhjärtad kontakt en gång i veckan. Under kontakten och tiden som spenderas med barnet behöver man inte göra något speciellt, huvudsaken är att båda får en känsla av trygghet och närhet. (Pruuki & Sinkkonen, 2017, s. 48).

När föräldrarna skiljer sig är det en riskfaktor för barnets utveckling. Det är ändå inte separationen som är problemet utan det är relationen mellan barnet och föräldrarna som påverkar barnets hälsa och utveckling mest. En separation där relationen förstörs eller då barnet förlorar en förälder har visat sig vara det som tär mest på barnet. Föräldrarna är i

nyckelpositionen för att påverka hur barnet känner sig under och efter separationen. Om föräldrarna skiljer sig är det viktigt att barnet har en god relation till båda föräldrarna. Barnet har rätt att träffa och hålla föräldrarna nära. Även om föräldrarna bor på olika ställen och har en dålig relation borde det inte påverka relationen mellan barnet och föräldrarna. Barnet har ett behov av att vara lojal mot båda föräldrarna och därmed skulle det vara viktigt att föräldrarna kan respektera varandra och möjliga nya parter. (Pruuki & Sinkkonen, 2017, ss. 67-70).

När föräldrarna har skilt sig blir det oftast så att barnet bor veckovis hos föräldrarna. Växelboendet är bra för barnet eftersom barnet då får vara i kontakt med båda föräldrarna. Dock krävs det ett gott samarbete mellan föräldrarna för att växelboendet ska gynna barnet. Barnet borde i sina båda hem ha en egen säng och möjligtvis ett eget skrivbord, något som är barnets eget. Genom detta strävar man efter att barnet får känslan av att det också är barnets hem fastän hen inte alltid är på plats. (Mäkijärvi, 2014, ss. 73-74).

Växelboendet kan kännas stressigt för barnet då barnet måste byta hem varje vecka. Distansen mellan hemmen borde vara lagom korta för att barnet inte behöver resa långa vägar mellan föräldrarna och till skolan. (Mäkijärvi, 2014, ss. 74-75). När ett barn bor växelvis på två olika ställen är det viktigt att föräldrarna gemensamt diskuterar olika regler och gränser så att samma regler gäller i barnets båda hem. Gemensamma regler är speciellt viktiga när det är frågan om barn i småbarnsålder som behöver mer struktur än äldre barn. (Herngren, 2016, s. 83). Varje barn går igenom separationsångest under sin uppväxt. Om separationerna är långvariga och återkommande kan det vara skadligt och stressande för barnet. Långvariga separationer kan också ha en koppling till ångest och paniksyndrom i senare skeden av livet. Därmed rekommenderas det att barnet skulle leva de första åren med personen som barnet mest knutit sig an till. (Pruuki & Sinkkonen, 2017, s. 116)

8.5 Bonusförälderns roll

Medlemmarna i en nyfamilj kan lätt känna att bildandet av nyfamiljen skulle vara en ny start. Men enligt litteraturen så är det ändå inte frågan om det, eftersom det redan finns barn med i bilden och det redan från början finns en del utdelade roller för nyfamiljmedlemmarna som till exempel bonusförälder. Förväntningarna på

bonusföräldern kanske finns kvar från den föregående familjen och det kan skapa känslan av att återställa familjen, att få tillbaka något som varit i det tidigare förhållandet. Det kan vara utmanande att veta hur rollen som biologisk, skild förälder eller bonusförälder ser ut med tanke på att ta hand om ett barn som finns till från det gamla förhållandet. En del kan ta mycket ansvar för ett barn som inte är ens biologiska och är delaktig i saker som uppfostring och föräldraskap medan andra tar mindre ansvar. (Castren, 2009, ss. 64-65).

För bonusföräldern kan det kännas väldigt förvirrande att hitta sin roll och att finna balansen i den. Det är vanligt att barnen inte är villiga att lyssna på bonusföräldern med motiveringen "du är inte min förälder". Det kan vara svårt att veta vad förväntningarna är för hurdan man ska vara som bonusförälder och vilket ord man ska definiera sig som. Clara Hergren, samtalsterapeut och bonusförälder, ger tipset om att man i sin roll ska utgå ifrån hur man är som person och vilka styrkor man själv har för att sedan helt enkelt bara vara sig själv. (Hergren, 2016, ss. 48-50).

Bonusförälderns roll i en nyfamilj är speciell eftersom hans ställning i familjen är beroende av parförhållandet. Fast parförhållandet i nyfamiljen är utgångspunkten, är det ändå viktigt att relationen mellan bonusföräldern och barnet fungerar eftersom det påverkar nyfamiljens livskvalitet. (Broberg, 2010, s. 58).

9 Samarbete och kommunikation mellan biologiska föräldrar

Hur man förhåller sig till den föräldern utanför nyfamiljen är väldigt olika. Vissa ser ex-partnern som en orsak till konflikt och irritation medan andra har en vänskaplig relation till ex-partnern. (Hergren, 2016, s. 136). När barnets biologiska föräldrar sinsemellan kommer överens om saker angående barnet och föräldraskapet, har även barnet bättre förutsättningar för att anpassa sig i nyfamiljen. (Monimuotoiset perheet verkosto, 2020, s. 16). Vid utmanande situationer, där det är svårt att tänka positivt om sin expartner lönar det sig att tänka att man tillsammans fått barnet och utan varandra skulle barnet inte finnas. (Rosenborg & Törmänen, 2019, ss. 105-106).

När barnet bor växelvis hos biologiska föräldrarna, är det viktigt att föräldrarna respekterar varandra även om relationen mellan dem skulle vara dålig. Barnet borde få höra att barnet har rätt att vara med sina båda biologiska föräldrar fast de har separerat. Man borde tänka

på barnets bästa och sätta sina egna tankar och känslor till sidan. Om den biologiska föräldern är nyfiken på vad barnet gjort med den andra föräldern får barnet känslan av att det är okej att spendera tid med båda biologiska föräldrarna. Den förändrade situationen i kärnfamiljen ska inte vara en orsak till att glömma barnet eller helt och hållet överge barnet. När föräldrarna har barnets bästa som gemensamt mål, blir resultatet bäst. (Pruuki & Sinkkonen, 2017, ss. 71-72).

Det är viktigt att ta i beaktande den biologiska förälder som befinner sig utanför nyfamiljen. Föräldern i fråga kan ibland känna sig hotad av den nya bonusföräldern, av rädsla för att bli utbytt eller glömd. Det är då viktigt att bekräfta för både barnet och föräldern att dessa nya relationer inte ersätter gamla och att man inte kommer att glömma bort varandra. (Herngren, 2016, s. 141).

Kommunikation om orsaker till separationen och den möjliga nyfamiljen kan orsaka mycket starka känslor för barnet. Dessa kan ska hanteras mellan de inblandade föräldrarna, en annan vuxen eller med en professionell. Barnet ska lämnas utanför i dessa konversationer. Orsaken för separationen och bildandet av nyfamilj ska förklaras till barnet på den nivå att barnet förstår. (Pruuki & Sinkkonen, 2017, s. 140). Ett gott samarbete mellan föräldrarna förutsätter att de inte grälar framför barnen samt att de inte delar med sig av privata ärenden för barnen (Ferraro, Malespin, Oehme, Bruker, & Opel, 2016).

10 Praktiska lösningar

I en nyfamilj kan det vara utmanande att beakta så många olika individer och deras behov. Det finns dock vissa faktorer man kan tänka på för att underlätta vardagen i nyfamiljen. Kapitlet kommer att behandla sådana faktorer samt ge olika lösningar på situationer man i nyfamiljen kan ha nytta av. Situationer som kan kännas svåra att hantera kan vara exempelvis familjekulturen, relationerna inom nyfamiljen samt hur man går till väga vid festligheter. Kapitlet avslutas med konkreta metoder en nyfamilj kan ta del av.

10.1 Familjekulturen i nyfamiljen

När man är del av en nyfamilj kommer två olika familjekulturer att blandas och skapa en ny familjekultur, detta kan vara väldigt utmanande på olika sätt. Enligt Jesper Juul,

familjeterapeut, kan detta jämföras med familjer där föräldrarna har olik kulturell bakgrund. Fördelen är att man redan på förhand är medveten om att familjekulturerna antagligen kan skilja sig åt ganska mycket. För att underlätta skapandet av en ny gemensam familjekultur kan det vara bra att hitta på helt egna vanor och traditioner, exempelvis att varje fredag äta pizza. På det sätt är man förberedd på att umgås tillsammans och göra något som alla tycker är trevligt. (Herngren, 2016, ss. 102-106).

Alla barn inom nyfamiljen ska bemötas likvärdigt samt enligt behov, eftersom det annars kan orsaka problem när man söker efter sin egen plats i nyfamiljen. Problem inom syskonrelationer orsakas oftast av att syskonen inte blir likvärdigt bemötta av föräldrarna. Som förälder är det då viktigt att bemöta barnen som individ men likvärdigt. (Broberg, 2010, ss. 72-73).

Det är lätt att ha många olika förväntningar på hur nyfamiljen kommer att vara, förväntningar som kanske sällan är realistiska. Dessa orealistiska förväntningar resulterar ibland i en viss häpnad när man möts av verkligheten. För att undvika denna överraskning är det bra att de två vuxna i nyfamiljen tillsammans sätter sig ner och diskuterar igenom praktiska frågor. Viktiga frågor att beakta kan vara exempelvis olikheter och likheter i de två familjerna som nu ska kombineras, hur man ser på frågor som gäller uppfostran och gränssättning för barnen men även hur man praktiskt ska få vardagen att gå ihop. Att i förväg diskutera igenom dessa frågor gör det lättare att hitta en gemensam lösning. Ett bra tips är även att de vuxna för sig själv funderar på vilka förväntningar man har på sig själv, på den andra partnern och på sina bonusbarn. (Herngren, 2016, s. 30).

Ifall vardagen inte fungerar för en nyfamilj kan familjerna flytta isär. Relationerna mellan familjemedlemmarna behöver inte förändras bara för att man flyttar isär. Det finns inte rätt eller fel sätt att bo och leva i en nyfamilj. Alla familjer ska fritt få välja hur man lever och om man kallar sig för en nyfamilj trots skilda hem är upp till var och en. (Rosenborg & Törmänen, 2019, ss. 50-51).

10.2 Relationerna inom nyfamiljen

När man som biologisk förälder ska introducera sin nya partner är det viktigt att vara ärlig med barnet, oavsett barnets ålder. Småbarn förstår känslouttryck och de kommer att förstå

sanningen ifall föräldrar ljuger och introducerar den nya partnern som en kompis. (Bergström, 2013, s. 367). Barnet behöver tid för att lära känna den nya vuxna i familjen. Ofta utgår man från bonusföräldrarnas förnamn vid tillkallandet av personen. Ifall relationen med bonusföräldern eller bonussyskonet är starkt, kan barn välja att nämna sin bonusförälder som mamma eller pappa eller sitt bonussyskon som syskon. Däremot om relationen känns svår kan barnet välja att nämna sin bonusförälder eller bonussyskon med förnamnet. (Rosenborg & Törmänen, 2019, s. 22).

10.3 Lösningar vid festligheter

Vad gäller praktiska lösningar kring semestrar, födelsedagar och diverse högtider kan det kännas svårt för nyfamiljen att få ihop allt på ett sätt som passar alla parter. Många nyfamiljer kanske strävar efter att fira alla semestrar och högtider tillsammans, detta fungerar för en del men det kan även vara bra att komma ihåg att man inte är misslyckad som familj bara för att man delar på sig. (Herngren, 2016, s. 158). Det viktigaste är att ta hänsyn till allas åsikter och tankar om olika festligheter. Biologiska föräldrarna och bonusföräldrarna ska tänka från ett barnperspektiv och gärna åsidosätta sina egna åsikter. Ifall barnet exempelvis önskar att ha sina båda biologiska föräldrar på plats på sitt eget kalas, lönar det sig att lyssna på barnet och på så sätt behålla förtroendet. (Rosenborg & Törmänen, 2019, ss. 104-105).

10.4 Konkreta metoder

Ett tips på en mera konkret metod som nyfamiljen kan ha nytta av är till exempel Kaksi kotia, en applikation gjord av Ensi- ja turvakotien liitto. Applikationen sammanställer två familjer med gemensamma barn. Applikationen hjälper föräldrar att samarbeta och att komma överens om barnets ärenden. Om föräldrarnas relation inte är den bästa möjliga, kan det vara lättare att kommunicera via applikationen. (Ensi-ja turvakotien liitto, 2019). I applikationen kan man göra en grupp där alla i familjen kan delta och där man kan diskutera om olika saker. I gruppen finns det även en gemensam kalender vart man kan markera olika händelser och aktiviteter. Applikationen innehåller även information om barnets perspektiv samt hur man kan hantera separation. (Ensi-ja turvakotien liitto, 2019).

Suomen Uusperheiden Liitto har även en mobilapplikation som heter StepApp (StepApp, 2021). Applikationen är gjord för hela nyfamiljen och innehåller både information och uppgifter (Innokylä, 2020). Målet med applikation är att stödja välmående samt ge insikt i processen i bildandet av nyfamilj. Applikation är tills vidare under utveckling och är en del av Suomen Uusperheiden Liitto:s Stepping-projekt. (StepApp, 2021).

En annan konkret metod för att bekanta sig med begreppet ”nyfamilj” är att läsa böcker som behandlar ämnet tillsammans med sitt barn. Suomen Uusperheiden Liitto rekommenderar på sin webbsida böcker som till exempel Kotte igelkott och de förtrollade smyckena, Niilon uusi perhe, Suurerhe och Äidin uusi kaveri. (Suomen Uusperheiden Liitto ry, Kirjallisuusvinkit, 2021).

Något som man vid speciellt bildandet av en nyfamilj kan ha nytta av är resor och lov. Suomen Uusperheiden Liitto ry erbjuder kurser i form av resor inom Finland, för både par och hela nyfamiljen. Resan är fem dagar och ska stödja nyfamiljen och paret i vardagen. Under resan ordnas stödgrupper och alla får ta del av aktiviteterna. (Suomen Uusperheiden Liitto ry, Uusperhelomat, 2021).

11 Utveckling av handbok

Arbetsprocessen inleddes genom att bekanta sig med tidigare examensarbeten. De tidigare arbeten låg som grund för vårt arbete och vi började härefter fundera kring hur man kunde utveckla och stödja sig på dessa. Då vi bekantade oss med tidigare examensarbeten väcktes idén om att göra en handbok riktat till föräldrar, eftersom tidigare arbeten var riktade mera till de professionella. Genom handboken skulle biologiska föräldrar och bonusföräldrar kunna stödja och ge trygghet till barnet i processen vid bildandet av nyfamilj. Ett gott samarbete mellan dessa vuxna är viktigt för barnets välmående. Slutprodukten skulle vara en sammanställning av arbetets litteraturöversikt i form av en lättläst handbok.

När arbetets litteraturöversikt var sammanställt kunde vi analysera materialet och sedan föra vidare kunskapen till vår slutprodukt. Handboken skulle vara lättläst och fungera som stöd för föräldrar, så att de i sin tur kan stödja sina barn. Nedan följer en beskrivning av de olika teman som handboken kom att innehålla på basen av vår teori.

Till skillnad från en kärnfamilj som byggs upp med tiden, händer det mycket på en gång då man bildar nyfamilj (Rosenborg & Törmänen, 2019, s. 23). På grund av detta tänkte vi att handboken skulle inledas med ett allmänt kapitel om hur det är att gå från en kärnfamilj till en nyfamilj. Detta skulle skapa en bild om hur processen i bildandet av en nyfamilj kommer i gång, vilka känslor och tankar det kan väcka samt ge förståelse för att det är okej att känna att starten är tuff. Teorin i detta kapitel i handboken är taget från kapitel 4 från arbetet.

I nyfamiljen kan en hel del utmaningar uppkomma som inte kommer till uttryck på samma sätt i en kärnfamilj (Herngren, 2016, s. 176). Det kändes därför naturligt att som nästa del i handboken beakta olika utmaningar som kan uppkomma då man väl bildat en nyfamilj. Herngren (2016, s. 176) påpekar att man genom att vara medveten om utmaningarna kan hitta lösningar och trots utmaningarna lyckas som nyfamilj. Vi ville lyfta upp den sakkunniga Patricia Papernows syn på utmaningar och även få med konkreta råd som kan hjälpa nyfamiljen att tackla utmaningarna. Denna teori är taget från kapitel 5 i arbetet.

Efter att ha fokuserat på utmaningar som för nyfamiljen kan kännas tunga ansåg vi det relevant att lyfta upp något som ser på processen med en känsla av hopp. I litteraturöversikten behandlas en modell utvecklad i Finland av Suomen Uusperheiden Liitto och Befolkningsförbundet. Enligt modellen formas mål och drömmar genom hopp, förtroende, förbindelse samt vilja (Rosenborg & Törmänen, 2019, s. 83). Teorin om modellen i handboken är taget från kapitel 6 i arbetet.

Efter att ha granskat ämnet nyfamiljer ur ett mera allmänt perspektiv ville vi fördjupa oss i barnets behov. Oavsett ålder har alla barn rätt till att få känna trygghet (Unicef, u.å.), eftersom detta är en viktig del av barnets behov ville vi även lyfta fram detta i vår handbok. Vid bildandet av nyfamilj sker det förändringar, exempelvis rutiner kan förändras och detta kan rubba barnets trygghetskänsla (Papernow, 2018, s. 34). Vi ville kombinera information om trygghetskänsla med vissa konkreta tips som biologiska föräldrar och bonusföräldrar kan använda sig av för att beakta barnets rätt till trygghet. Eftersom grunden till anknytningen utformas under de första levnadsåren (Pruuki & Sinkkonen, 2017, s. 70) ansåg vi även att det är bra att känna till grunderna om anknytning. Anknytningens relevans motiveras även med att barnet i nyfamiljen kan knyta an till bonusföräldern. Teorin om

anknytning i handboken är taget från kapitel 7.1 i arbetet. Teorin om barnets trygghetskänsla är taget från kapitel 7.2 i arbetet.

Som en naturlig fortsättning på barnets behov kunde man fokusera mera på hur de vuxna kan stödja barnet och tillgodose behoven. Teorin om de vuxnas stöd är taget ur kapitel 8.1 i arbetet. Både som biologisk förälder och bonusförälder är det viktigt att kunna trygga en balanserad utveckling för barnet genom exempelvis trygghet, omsorg och positiva människokontakter (Taskinen, 2002, s. 19). Till näst behandlas resiliens, med fokus på hur barnets resiliens kan påverkas av en nyfamilj. Teorin angående resiliens är taget ur kapitel 8.2 i arbetet. Enligt Herngren (2016, s. 25) ska man involvera barnet enligt barnets ålder då man bildar nyfamilj. Genom att i handboken lyfta upp hur biologiska föräldern och bonusföräldern ska höra barnet blir barnet involverat och man har som vuxen möjlighet att stödja barnet i processen, teorin om detta är taget ur kapitel 8.3 i arbetet. Enligt Lag angående vårdnad om barn och umgängesrätt 361/1983 har barnet rätt till en positiv och nära kontakt till sina båda föräldrar (§1). Eftersom detta är en lagstadgad rättighet för barnet, ville vi i handboken lyfta fram vikten av att barnet har kontakt till sina båda biologiska föräldrar. Kapitlet om barnets rätt till kontakt är taget ur kapitel 8.4 i arbetet. Förhållandet mellan bonusföräldern och barnet har en stor betydelse för hur nyfamiljen fungerar (Broberg, 2010, s. 58) och vi ville därför även kortfattat lyfta upp bonusförälderns roll i handboken. Teorin om bonusförälderns roll tas ur kapitel 8.5 i arbetet.

När barnets biologiska föräldrar kommer överens om saker angående barnet samt föräldraskapet i allmänhet, har barnet bättre förutsättningar för att anpassa sig i nyfamiljen (Monimuotoiset perheet verkosto, 2020, s. 16). Vi ville därför ha en del i handboken som skulle beakta vikten av samarbete och kommunikation mellan de biologiska föräldrarna. Teorin grundar sig på kapitel 9 i arbetet.

Vi ville kombinera teori med praktiska riktlinjer och ansåg därför att vi som avslutning i handboken borde få in konkreta tips och metoder som läsaren kan fördjupa sig i. Dessa konkreta tips skulle vara exempelvis applikationer och tips på böcker man kan läsa tillsammans med barnet i nyfamiljen. Handbokens sista kapitel grundar sig på teori ur kapitel 10.

12 Resultat

Resultatet av vårt examensarbete blev en elektronisk handbok och den finns som bilaga till detta arbete. Handboken är en kombination av allmän information om nyfamiljen samt konkreta råd till läsaren. På detta sätt har vi fått in teori som sedan stöds av praktiska delar.

Handboken är gjord med programmet Canva. Canva är en web-sida som är grundad år 2013 och kan användas för grafisk planering online. Canva kan användas för flera olika designer, den har olika verktyg och de färdiga arbeten man gjort med Canva kan publiceras på olika ställen. (Canva, u.å.). Vi valde att använda Canva för vår handbok eftersom den är gratis, lätt att använda och det finns många olika funktioner som kan användas. I Canva finns en funktion där man kan se hur handboken kommer att se ut i full version, med hjälp av denna funktion har man kunnat granska att exempelvis storleken på texten är lämplig.

Som tidigare nämnt är handboken en sammanfattning av arbetets litteraturöversikt. Upplägget i handboken följer samma ordning som litteraturöversikten har. Nedan följer en beskrivning av utformningen samt motivering av valet av struktur.

Eftersom handboken är riktad till vuxna har vi även strävat efter att layouten ska vara lämplig för målgruppen. Genom att använda neutrala färger och ett simpelt upplägg anser vi att utseendet på handboken lämpar sig bra för målgruppen. För att göra utseendet trevligare för läsaren har vi valt att använda oss av några bilder i arbetet, bilderna är ritade av Emma Määttänen och illustrerade i Photoshop av Anna Palmén.

Pärmen föreställer en nyfamilj med ett barn i mitten som har ett argt ansiktsuttryck. På barnets vänstra och högra sida finns fyra vuxna med glada ansiktsuttryck. Detta ska symbolisera det att de vuxna ofta kan känna sig glada och entusiastiska till bildandet av en nyfamilj medan barnet ibland kan känna sig argt och nedlåtet. På baksidan av handboken finns samma bild men där har barnet ett glatt ansiktsuttryck. Detta symboliserar att man med hjälp av vår handbok kan känna glädje och förhålla sig positivt till när det gäller att bilda en nyfamilj.

För att göra handboken överskådlig har vi valt att använda oss av en innehållsförteckning med sidnummer. Detta bidrar till att läsaren snabbt kan få en överblick av handboken samt vid behov endast läsa sådana kapitel som hen anser vara relevanta för just den individens

situation. Efter innehållsförteckningen, på sidan 2, följer handbokens förord där innehållet beskrivs kortfattat.

Det första kapitlet "Från kärnfamilj till nyfamilj" på sidan 3, behandlar tankar och känslor som kan uppkomma för de inblandade då man funderar på att bilda nyfamilj. Kapitlet kan ses som en start i processen att bilda en nyfamilj. Teorin under kapitlet avslutas på sidan 5 med några konkreta frågor paret kan diskutera tillsammans innan man väljer att flytta ihop.

På sidan 6 och 7 kan man läsa om olika utmaningar nyfamiljen enligt Patricia Papernow kan uppleva då de väl har valt att bo tillsammans. Sidan 8 behandlar ett kort stycke ur Moa Hengrens bok "Fältguide för bonusfamiljen". Stycket framställs på ett sätt som ska kunna kännas motiverande för nyfamiljen efter att man har läst om olika utmaningar som kan framkomma. På sidan 9 behandlas kapitlet "Steg i processen" som grundar sig på en modell utvecklad i Finland. Kapitlet behandlar de steg en nyfamilj kan gå igenom och kan hjälpa nyfamiljen att få perspektiv på olika företeelser. Dessa uppkommer naturligt i en nyfamilj.

Eftersom syftet med handboken är att biologiska föräldrar och bonusföräldrar ska kunna stödja och ge trygghet för barnet vid bildandet av nyfamiljen, är det viktigt att de får en uppfattning om olika fenomen som kan ha en betydelse för hur barnet reagerar och hanterar bildandet av en nyfamilj. Till näst följer ett par kapitel med fokus på barnets behov. Kapitlet "Anknytning" behandlas på sidan 11. Grunden för barnets anknytning formas under de första levnadsåren, men utvecklas under hela livet (Pruuki & Sinkkonen, 2017, s. 70). I och med att en bonusförälder kommer in i barnets liv, finns det nu en ny person barnet kan knyta an sig till. Oberoende av ålder, personlighet och familjesituation har alla barn rätt till att få känna trygghet och uttrycka sig (Unicef, u.å.). På sidan 12 behandlas barnets trygghetskänsla, kapitlet ska ge förståelse för att barnets trygghetskänsla kan rubbas då man bildar nyfamilj. Några tips de vuxna kan tänka på för att öka tryggheten finns på sidan 13.

Nu när de vuxna har lite kunskap om barnets behov och faktorer som kan påverka barnet kan man närmare rikta in sig på hur de genom till exempel samarbete och kommunikation kan stödja barnet. De vuxnas stöd till barnet inleds på sidan 14 med kapitlet "att stödja barnet". Kapitlet "Resiliens" tas upp på sidan 15. Kapitlet påvisar hur viktigt det är för barnet att växa upp i en lugn familj. Kapitlet ska även ge de vuxna en känsla av att barnet

trots att separation och bildandet av nyfamilj är en risk, kan klara sig bra. På sidan 16 ligger fokus på hur de vuxna ska kommunicera med barnet för att barnets åsikter och känslor ska kunna tas i beaktande. Kapitel "Barnets rätt till kontakt" på sidan 17. Kapitlet grundar sig i att barnet enligt Lag angående vårdnad om barn och umgängesrätt 361/1983 har en lagstadgad rätt att ha kontakt till den förälder som barnet inte bor hos (§2). På sidan 18 finns kapitlet "Bonusföräldrarnas roll" som delvis ska försäkra bonusföräldern om att hen inte är ensam i att möjligtvis känna sig vilse i sin nya roll. Kapitlet ger även ett konkret tips om att bonusföräldern kan stödja barnet, genom att fokusera på att skapa en god kontakt till barnet. Kapitlet "Samarbete" på sidan 19 förmedlar hur viktigt det är att barnets föräldrar kan kommunicera och samarbeta med varandra.

Det sista kapitlet i handboken, sidan 20, heter "Tips" och handlar om konkreta tips som nyfamiljen vidare kan bekanta sig med. I kapitlet hänvisar vi vidare till olika böcker familjen kan läsa tillsammans samt ger exempel på applikationer nyfamiljen kan ha användning av. Detta kapitel väcker förhoppningsvis intresse för de vuxna att fortsätta bekanta sig med ämnet. Slutligen kommer handbokens slutord på sidan 21, genom slutorden vill vi inge läsaren en positiv och hoppfull bild på deras framtid som nyfamilj. På handbokens allra sista sida hittar man en lista över använda källor.

13 Slutdiskussion

Arbetet kring examensarbetet och produkten har varit både intressant och lärorik. Idén för vårt arbete kom till då vi läste igenom gamla examensarbeten som för det mesta var riktade till professionella. Syftet med examensarbetet var att utveckla en handbok riktad till biologiska föräldrar och bonusföräldrar i en nyfamilj med barn i 3–5-års ålder. Fokuset i vårt arbete har vi satt på trygghetskänsla och stöd för barnet. Genom det har vi kunnat svara på frågeställningarna: Hur kan biologiska föräldrarna och bonusföräldrarna ge trygghet och stödja barnet vid bildandet av en nyfamilj? Hur kan biologiska föräldrarna och bonusföräldrarna beakta barnets behov vid bildandet av en nyfamilj?

Som tidigare konstaterat ökar mängden nyfamiljer enligt statistiken och det är därför relevant att få mera information om ämnet. Vårt arbete och slutprodukt bidrar på ett

relevant sätt genom att rikta informationen till de biologiska föräldrarna samt bonusföräldern.

Barn i åldern 3–5 år förlitar sig på rutiner och mycket stöd. Då en nyfamilj bildas kan dessa rutiner rubbas och orsaka att barnets känsla av trygghet minskar. För att de vuxna ska kunna stödja barnen behöver de känna till information om nyfamiljer som helhet men även ha en klar bild av faktorer som påverkar barnets behov.

För en nyfamilj som hoppar direkt in i vardagen kan en hel del utmaningar uppstå. Svårigheter i nyfamiljen kan handla om att man har haft olika regler i sin kärnfamilj och i nyfamiljen, att man har olika syn på uppfostran eller till exempel att barnen känner att de sviker sin ena förälder genom att bry sig om sin bonusförälder. Genom kunskap kan man bli medveten om dessa utmaningar och arbeta för att hitta gemensamma lösningar.

För att de vuxna ska kunna beakta barnets behov är det betydelsefullt att de känner till problem som kan uppstå då trygghetskänslan rubbas samt förstå hur man genom att kommunicera och samarbeta kan stödja sitt barn. Ett barn mår bra av att leva i en harmonisk familj där alla inblandade kan samarbeta för barnets bästa.

Arbetet avgränsades till stöd för barn i åldern 3–5. Vi valde att inte beakta barn i åldern 0–2 eftersom vi ansåg att behovet av stöd och trygghet för den åldersgruppen avviker från vad barn i 3–5 års ålder behöver. Genom att intervjua professionella inom småbarnspedagogiken kunde vi ha fått nyttig kunskap. De professionella kunde exempelvis ha bidragit med hur de i arbetet ser behov för barn som lever i en nyfamilj samt hur barnets trygghetskänsla påverkas av att leva i en nyfamilj.

Till en början var det viktigt att vi bekantade oss med hur processen vid bildandet av nyfamiljen i stort sett brukar framskrida. Detta gjorde vi genom att bekanta oss med två modeller. Fasmodellen är äldre och den är utvecklad av den sakkunniga Patricia Papernow. Den andra modellen är en inhemsk modell utvecklad av Suomen Uusperheiden Liitto och Befolkningsförbundet. Vi kunde märka att den inhemska modellen erbjöd nyfamiljen mera möjligheter och att den kunde liknas till en blomma där ingenting hade en specifik ordning. Vilket även förklarades som att alla nyfamiljer går sin egen väg. Därför valde vi i arbetet att kalla modellen för nyfamiljens blomma. Däremot låter den internationellt kända modellen

en förstå att det är just så som processen ska gå till. Med detta som vår motivering ville vi i vår handbok se på nyfamiljen som en möjlighet och därmed beaktade vi Nyfamiljensblomma i litteraturöversikten. Med tanke på att Patricia Papernow är expert och faserna används i världen så beslöt vi att ta upp modellen i bakgrunden av vårt arbete.

Som tidigare nämnt har vi i arbetet fokuserat på trygghet och stöd eftersom dessa är viktiga faktorer i hur barnet hanterar bildandet av en nyfamilj. För att man som vuxen skall kunna tillgodose barnets behov är tryggheten och stödet viktigt. Under litteratursökningsprocessen uppkom mycket litteratur gällande trygghet och stöd för barn. Att koppla detta till nyfamiljen var aningen utmanande då denna koppling ibland saknades i viss litteratur.

Under arbetets gång har vi flera gånger varit tvungna att granska separationens inverkan på barnet från olika vinklar. Genom detta skapade vi en förståelse för hur barnet fungerar under processen från separation till nyfamilj. Med tanke på att arbetet handlade om nyfamiljen så strävade vi efter att noga överväga relevansen av litteratur om skilsmässa.

I arbetet valde vi att använda oss av begreppet bonusförälder istället för styvförälder eftersom vi ansåg att bonusföräldern låter mer som en resurs och en möjlighet. Vi strävade även efter att beakta både de biologiska föräldrarna samt bonusföräldrarna där det var möjligt. Genom att använda begreppet bonusförälder och inte lägga fokus på föräldrarnas kön har vi beaktat alla par oberoende av kön. Alla de involverade vuxna har trots allt en inverkan på barnets liv. Däremot fokuserade vi i arbetet inte på relationer mellan syskon och bonussyskon.

Tillförlitligheten för arbetet kan konstateras vara relativt god genom att vi har använt oss av mångsidiga källor samt att vi bearbetat vår text. Vi har strävat efter att använda oss av nyare litteratur och vi har noga övervägt att ta med de äldre källorna som finns i arbetet. Dock kunde vi ha använt ännu fler källor för att öka tillförlitligheten. Arbetets tillförlitlighet kan vid en del tillfällen ha påverkats genom att majoriteten av vetenskapliga artiklarna är hämtade från databasen EBSCO Academic Search Elite samt att en del av facklitteratur står för en större del av arbetets innehåll.

Eftersom personliga erfarenheter och de professionellas perspektiv saknas försämrats tillförlitligheten ytterligare. En högre tillförlitlighet kunde ha uppnåtts genom bland annat intervjuer med exempelvis medlemmar i nyfamiljer samt professionella inom småbarnspedagogiken, rådgivningen och sakkunniga specifikt inom området nyfamilj. Även om vi inte gjorde några intervjuer så känner vi att vi har kunnat tillämpa information ur litteraturen och vetenskapliga artiklarna så att tillförlitligheten ökar.

Genom hela arbetet har vi strävat efter att ha ett professionellt och etiskt rätt förhållningssätt till ämnet och arbetets innehåll. Vi har inte behövt ta i beaktande enskilda individer, men ur ett könsneutralt perspektiv har det varit viktigt att tänka på hur man formulerar sig för att inte utesluta någon. Vi har även kritiskt fått granska statistiken i Finland som inte beaktar myndiga barn och samkönade pars barn. Stereotyper har förekommit en hel del även i nyare litteratur och för att undvika att använda oss av stereotyper i vårt arbete har vi formulerat oss könsneutralt.

Målet med vår handbok var att biologiska föräldrar och bonusföräldrar med hjälp av vår handbok ska kunna stödja och ge trygghet för barnet vid bildandet av nyfamiljen. Med hjälp av handbokens information och tips kan barnet uppmärksammas under hela processen. Vi tycker att vi har nått syftet genom att analysera litteratur som vi läst och omformulerat det så att vi i handboken talar till läsaren. Eftersom syftet är att genom handboken kunna ge både stöd och trygghet för barnet har vi varit tvungna att beakta betydelse för hur barnet reagerar och hanterar bildandet av nyfamiljen. Målet var att göra handboken lättläst och tydlig genom att endast ta upp sådan information som läsaren kan anse vara relevant samt genom att använda oss av bilder. Vi har beaktat målgruppen, det vill säga vuxna, och inte gjort handboken barnslig även om den innehåller bilder. Om läsaren anser sig ha fått hjälp av att läsa vår handbok så vet vi att vi lyckats med vår slutprodukt. Ett mål på långsikt är att denna handbok kan öka nyfamiljens och barnets välmående.

Utgående från vårt material gjort för biologiska föräldrar och bonusföräldrar kunde till exempel olika verktyg för nyfamiljen och dess barn vidareutvecklas. Man kunde till exempel utveckla material och verktyg utgående ifrån frågan "Hur barn kan tackla bildandet av nyfamilj?". Som det i vårt arbete framkommer finns det en del saker man kan göra för att

underlätta vardagen i en nyfamilj, att vidareutveckla verktyg för detta syfte kunde vara givande.

Slutligen kan man konstatera att det trots utmaningar kan bli en rikedom att vara del av en nyfamilj. Trots att alla nyfamiljer är olika och processen i bildandet av nyfamilj är unik för varje nyfamilj så hoppas vi att handboken kan användas som ett stöd i processen. Föreningar och myndigheter är välkomna att använda handboken i arbetet med nyfamiljer.

Källförteckning

- (u.d.). *Stepping - hanke*. Hämtat från [https://innokyla.fi/sites/default/files/styles/max_650x650/public/2020-11/Nimet%C3%B6n%20suunn.malli%20\(16\).png?itok=tsljmglo](https://innokyla.fi/sites/default/files/styles/max_650x650/public/2020-11/Nimet%C3%B6n%20suunn.malli%20(16).png?itok=tsljmglo)
- Aroseus, F. (den 20 7 2013). *Bowlbys anknytningsteori*. Hämtat från Lätt att lära: <https://lattattlara.com/utvecklingspsykologi/bowlbys-anknytningsteori/>
- Barnavårdsföreningen. (2020). Skilsmässa och ombildad familj. Finland. Hämtat från <https://www.bvif.fi/sv/omoss/stodtillfamiljer/pussel/>
- Bergström, M. (2013). *Lyhört föräldraskap - Barns utveckling och anknytning de första fyra åren*. Bonnier fakta.
- Broberg, M. (2010). *Uusperheen voimavarat ja lasten hyvinvointi*. Helsinki: Väestöliitto.
- Canva. (u.å.). Hämtat från <https://www.canva.com/about/>
- Castren, A.-M. (2009). *Onko perhettä eron jälkeen? Eroperhe, etäperhe, uusperhe*. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press.
- Ensi-ja turvakotien liitto*. (den 16 12 2019). Hämtat från <https://ensijaturvakotienliitto.fi/kaksi-kotia-sovellus-yhdistaa-kahden-kodin-lapset-ja-heidan-vanhempansa/>
- Favez, N., Widmer, E. D., Frascarolo, F., & Doan, M.-T. (2018). Mother-Stepfather Coparenting in Stepfamilies as Predictor of Child Adjustment. *Family process*, 58(2), 446-462. doi:10.1111/famp.12360
- Ferraro, A., Malespin, T., Oehme, K., Bruker, M., & Opel, A. (2016). Advancing Coparenting Education: Toward a Foundation for Supporting Positive Post-Divorce Adjustment. *Child & Adolescent Social Work Journal*, 33(5), 407-415. doi:10.1007/s10560-016-0440-x
- Goldstein, S. (1984). *Skilsmässa och föräldraskap*. Stockholm: Bokförlaget Legenda AB.
- 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.
- Innokylä. (den 7 12 2020). Digiavusteinien StepApp-valmennus uusperheille. Hämtat från <https://innokyla.fi/fi/toimintamalli/digiavusteinien-stepapp-valmennus-r-uusperheille>
- K. Schaan, V., & Vögele, C. (den 26 Juli 2016). Resilience and rejection sensitivity mediate long-term outcomes of parental divorce. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 25. doi:10.1007

- Kalman, H., & Lövgren, V. (2012). *Etiska dilemman - forskningsdeltagande, samtycke och utsatthet*. Malmö: Gleerups.
- Kristensson, J. (2014). *Handbok i uppsatsskrivande och forskningsmetodik för studenter inom hälso- och vårdvetenskap*. Stockholm: Natur&Kultur.
- Malinen, V. (2015). Uuspari - Uusperheen parisuhde ja koulutuksellisen intervention mahdollisuudet sen tukemiseen. Joensuu, Finland. Hämtat från https://erepo.uef.fi/bitstream/handle/123456789/15484/urn_isbn_978-952-61-1849-9.pdf
- Mannerheimin Lastensuojeluliitto. (den 26 6 2018). Vanhemmuus jatkuu eron jälkeenkin. Hämtat från <https://www.mll.fi/vanhemmille/tukea-perheen-huoliin-ja-kriiseihin/vanhempien-ero/vanhemmuus-jatkuu-eron-jalkeenkin/>
- Mannerheims Barnskyddsförbund. (2007). Barnet under olika levnadsår - 5år. Hämtat från <https://cdn.mll.fi/prod/2017/08/07191727/Lapsi-eri-ik%C3%A4kausina-5-v-SVE.pdf>
- Mannerheims Barnskyddsförbund. (2013). Barnet under olika levnadsår - 4år. Hämtat från <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. Hämtat från <https://monimuotoisetperheet.fi/wp-content/uploads/2020/10/Monimuotoiset-perheet-varhaiskasvatuksessa.pdf>
- Murtorinne-Lahtinen, M. (2013). *Hyvä paha äitipuoli - Uusperheen arjessa*. Helsingfors: Kirjapaja.
- Mäkijärvi, L. (2014). *Kahden kodin lapset*. Jyväskylä: Docendo.
- NE Nationalencyklopedin AB. (u.d.). Uppslagsverket - Kärnfamilj. Hämtat från <https://www.ne.se/uppslagsverk/encyklopedi/l%C3%A5ng/k%C3%A4rnfamilj> den 21 1 2021
- Papernow, L. P. (den 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
- Ritala-Koskinen, A. (2001). *Mikä on lapsen perhe? - Tulkintoja lasten uusperhesuhteista*. Helsinki: Väestöliitto.
- Rosenborg, M., & Törmänen, T. (2019). *Uusperheen käsikirja*. Helsinki: Otava.

- Shafer, K., Jensen, T., & Holmes, E. (2017). Divorce stress, Stepfamily Stress and depression among emerging adult stepchildren. *Journal of Child and Family Studies*(26), 851-862. doi:<https://doi-org.ezproxy.novia.fi/10.1007/s10826-016-0617-0>
- StepApp. (2021). Stepping - hanke. Hämtat från <https://www.stepapp.fi/>
- Suomen Uusperheiden liitto ry . (2021). Mikä on uusperhe? Hämtat från <https://supli.fi/tietoa/mika-on-uusperhe/>
- Suomen Uusperheiden Liitto ry. (2021). Kirjallisuusvinkit. Hämtat från <https://supli.fi/tukea/kirjallisuusvinkit/>
- Suomen Uusperheiden Liitto ry. (2021). Uusperhelomat. Finland. Hämtat från <https://supli.fi/tukea/uusperhelomat/>
- Taskinen, S. (2002). *Barnets bästa vid skilsmässa - Handbok för socialväsendet*. Saarijärvi: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Teerijoki, E. (den 7 3 2019). Suurin osa uusperheiden lapsista voi hyvin. Finland: Suomen Uusperheiden Liitto ry. Hämtat från <https://www.hyvakysymys.fi/artikkeli/suurin-osa-uusperheiden-lapsista-voi-hyvin/>
- Tuomi, J., & Sarajärvi, A. (2009). *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. Helsinki: Kustanneosakeyhtiö Tammi.
- Unicef. (u.å.). Konventionen om barnets rättigheter. Finland. Hämtat från <https://www.unicef.fi/information-om-unicef/> den 31 3 2021
- Utbildningsstyrelsen. (2018). Grunderna för planen för småbarnspedagogik 2018. (PunaMusta Oy). Helsingfors, Finland. Hämtat från https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/grunderna_for_planen_for_smabarnspedagogik_2018.pdf
- Valkendorff, T., & Sihvonen, E. (2020). *Nuorten perheet ja läheissuhteet - Nuorten elinolot - Vuosikirja 2020*. Nuorisotutkimusseura.

Finlands författningssamling

Lag angående vårdnad om barn och umgängesrätt 361/1983 [Online] www.finlex.fi
[Hämtat: 21.3.2021]

Figurförteckning

Figur 1. Modellen för processen i bildandet av nyfamilj..... 12

Sökhistorik

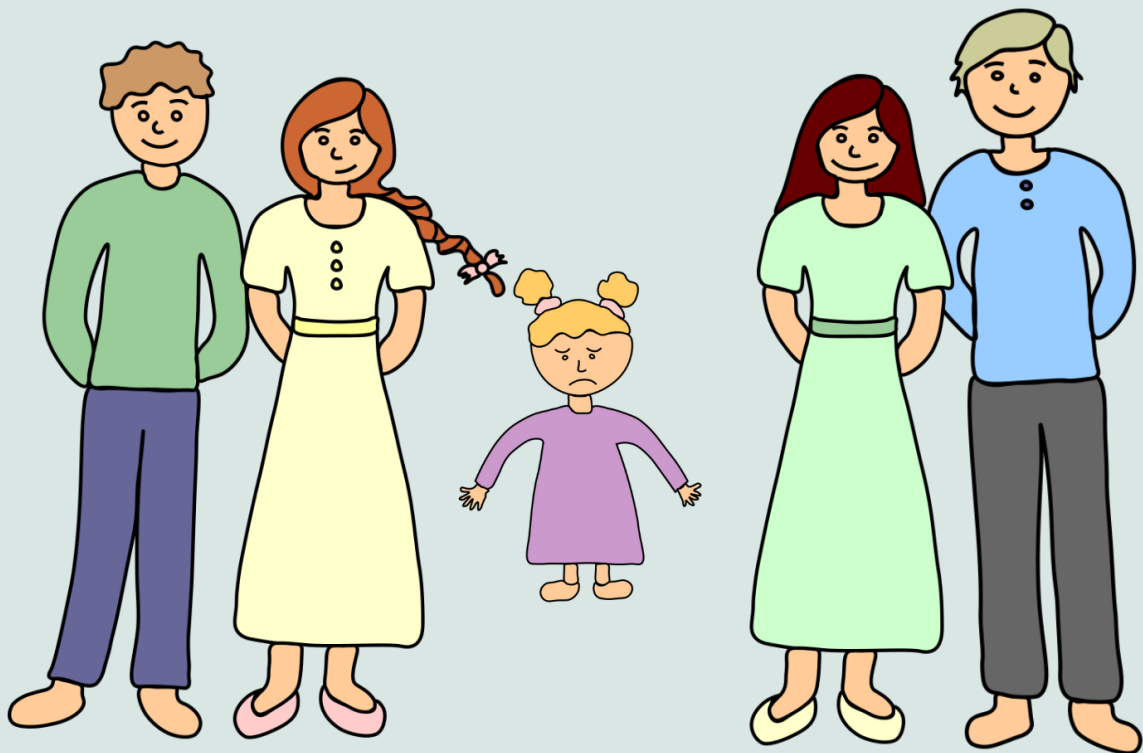
Sökdatum	Rubrik/Titel	Databas	Sökord	Avgränsning	Träffar/använda
11.1.2021	Resilience and rejection sensitivity, mediate long-term outcomes of parental divorce	EBSCO Academic search elite	Divorce effects on children	Full text, Peer Reviewed, 2016-2020	10 träffar 1 använd
11.1.2021	Clinical Guidelines for working with stepfamilies: what family, couple, individual and child therapists need to know Stepfamiliesdoing family: A meta-ethnography	EBSCO Academic search elite	Stepfamilies OR blended families	Full text, Peer reviewed, 2015-2020	44 träffar 2 använda
11.1.2021		EBSCO Academic search elite	Divorce effects on children	Full text, Peer reviewed, 2018-2020	4 träffar 0 använda

21.1.2021	Working with stepfamilies	EBSCO Academic search elite	Stepfamilies OR blended families	Full text, Peer reviewed, 2015-2020	44 träffar 1 använd
25.2.2021	Advising co-parenting education: toward a foundation for supporting positive post-divorce adjustment	EBSCO Academic search elite	Co-parenting	Full text, Peer reviewed, 2015-2020	34 träffar 1 använda
11.1.2021		EBSCO Academic search elite	Divorce effects on children	Full text, Peer reviewed, 2017-2020	6 träffar 0 använda
5.3.2021		Google Scholar	Alternating residence	2017-2020	16800 träffar 0 använda
21.3.2021		Emerald insight	Patricia Papernow	Only content I have access to	0 träffar 0 använda
21.3.2021		Eric	Patricia Papernow 1984 Clinical models of stepfamily	Full text, Peer reviewed	2 träffar 0 använda

			developmen t		
21.3.2021		Springer Link	Stepfamily	2016-2021, Preview-only	230 träffar 0 använda
22.3.2021	Nuorten perheet ja läheissuhteet	Julkari	Nyfamilj	2020	1 träffar 1 använd
22.3.2021	Mother- Stepfather Coparenting in Stepfamilies as Predictor of Child Adjustment	EBSCO academic search elite	Stepfamilies OR blended families	Full text, Peer reviewed, 2015-2020	44 träffar 1 använd
22.3.2021		Proquest Ebook Central	Stepfamilies OR divorce	Full text, 2015-2021	66 träffar 0 använda
22.3.2021		Proquest Ebook Central	Childs best OR stepfamily	Full text, 2015-2021	14 träffar 0 använda
22.3.2021		Proquest Ebook Central	Divorce AND children AND stepfamily	Full text, 2015-2021	48 träffar 0 använda

30.3.2021		Proquest ABI/INFO RM Global	Children AND stepfamily	Full text, Peer reviewed, 2016-2020	39 träffar 0 använda
30.3.2021	Divorce stress, Stepfamily Stress and depression among emerging adult stepchildren	Springer link	Stepparent AND stepchildren AND relationship	2015-2020	53 träffar 1 använd
31.3.2021		Proquest ABI/INFO RM Global	Childrens safety AND divorse AND stepfamily	Full text, Peer reviewed, 2016-2019	7 träffar 0 använda

Nyfamiljens handbok



YRKESHÖGSKOLAN
NOVIA

Lotta Laiho, Laura Lanne, Emma
Määtänen & Anna Palmén

Innehålls- förteckning

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

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.

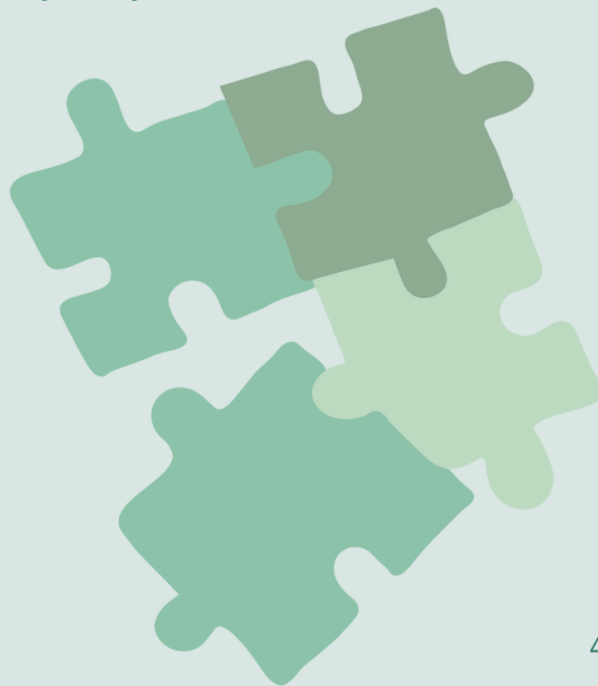
Allmänt sett är de vuxna ofta entusiastiska till att skapa en gemensam vardag, denna takt kan dock vara för snabb för barnen. *Alla parter i nyfamiljen vinner på att ta det långsamt i början!*

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 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 Uusperheenkäsikirja 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!

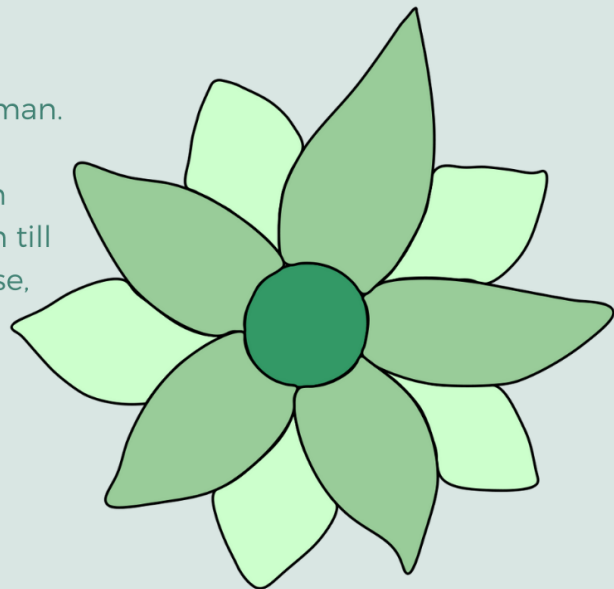
Det finns en hel del utmaningar i nyfamiljen som inte kommer till uttryck på samma sätt i en kärnfamilj. Är man medveten om dessa utmaningar kan man hitta gemensamma lösningar och trots utmaningarna hålla ihop som familj.

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 nyckeln 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.

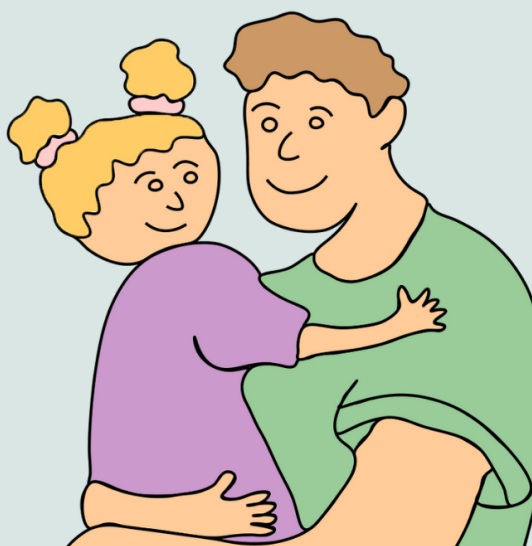
Anknytning

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 premisser.



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:

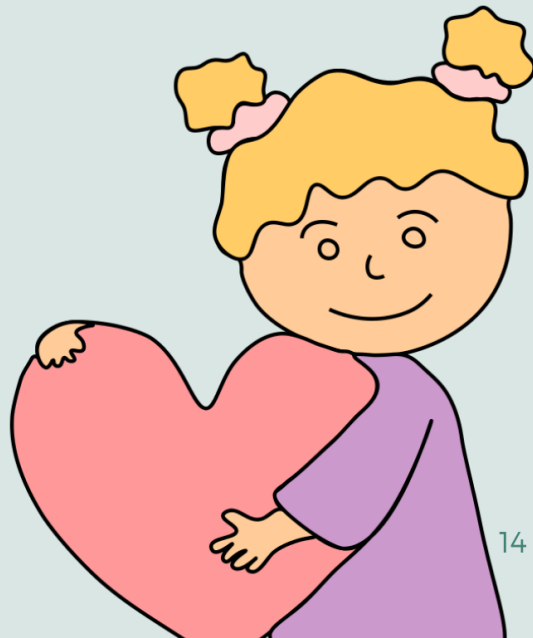
- Visa att du finns där i vilken som helst situation.
- Visa och berätta hur viktig och kär barnet är och övertyga barnet för att allt ska bli bra.
- Stöd de andra relationerna som barnet har med sina syskon eller andra nära och kära.
- Tål de känslor som väcks upp för barnet och ge barnet en möjlighet 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 allvarligare 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 försvaras 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.*

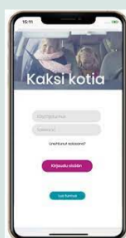
Tips att bekanta sig med:

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-kahten-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/>
- Mannerheims 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.;& Loey, 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.ä.). *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.

