

Skilsmässans värld ur barnets perspektiv

- En kvalitativ studie om barns upplevelser och utveckling i skilsmässoprocessen samt deltagande i stödgruppsverksamhet

Matilda Rosenlöf, 1800601

Examensarbete för Socionom (YH)-examen

Socionom

Vasa 2022

EXAMENSARBETE

Författare: Matilda Rosenlöf

Utbildning och ort: Socionom, Vasa

Inriktning: Familjearbete och metodik

Handledare: Nadja Suomela och Ralf Lillbacka

Titel: Skilsmässans värld ur barnets perspektiv. En kvalitativ studie om barns upplevelser och utveckling i "Barnet vill prata" stödgrupp

Datum: 14.2.2022 Sidantal: 35 Bilagor: 2

Abstrakt

I detta examensarbete studeras företeelser och påverkande faktorer ur ett barns perspektiv före, under och efter en skilsmässa samt deltagande i "Barnet vill prata" stödgrupp. Syftet var att se vilka skillnader det kan finnas hos barn i och med en skilsmässa samt på vilket sätt en stödgrupp kunde stödja barnet i dess utveckling. Som datainsamlingsmetod användes en kvalitativ metod i form av observationer och en enkät med öppna frågor till barnen och deras föräldrar.

Arbetet kommer ta upp faktorer som är viktiga och påverkar barnet när föräldrarna väljer att skilja sig. Arbetet lyfter fram faktorer som generellt påverkar barn i en skilsmässa. Dock är det inte lika för alla barn och detta bör finnas i åtanke när arbetet läses igenom. Intresse för barnets synvinkel av en skilsmässa går genom hela arbetet.

Genom observationerna och enkätfrågorna framkom hur viktigt det är att få stöd av andra barn i liknande situation. Barnen har öppnat upp sig om sina känslor och tankar kring deras föräldrars skilsmässa. Det framkom många faktorer som bidrar till ett gott stödnätverk i deltagande av gruppen. Alla familjer har individuella behov och tar sig genom en skilsmässa på olika sätt. Det som alltid är det samma är att barnets bästa skall vara i fokus för en tryggad framtid efter skilsmässan.

Språk: svenska

Nyckelord: barn, skilsmässa, stödgrupp

BACHELOR'S THESIS

Author: Matilda Rosenlöf

Degree Programme: Social welfare, Vasa

Specialisation: Social work with families

Supervisor(s): Nadja Suomela and Ralf Lillbacka

Title: The world of divorce from a children's perspective. A qualitative study about children's experiences and development in "The child wants to talk"- support group

Date 14.2.2022 Number of pages 35

Appendices 2

Abstract

In this thesis phenomena's and influencing factors are studied from the child's perspective before, during and after a divorce and participation in the "The child wants to talk" support group. The purpose was to see whether children were affected following a divorce and in what way a support group could support the child in their development. As data collection method, a qualitative method was used in the form of observations and a questionnaire with open questions for the children and their parents.

This thesis is based on previous research concerning what is important for the child when the parents go through a divorce. Factors that generally affect children in the parents' divorce are highlighted. However, it is not the same for all children and this should be kept in mind when reading this thesis. Interest in the child's point of view of a divorce runs throughout the work.

The result from the observations and replies to the questionnaires emphasized how important it is to receive support from other children in similar situations. The children have shown development when opening about their feelings and thoughts about their parents' divorce. Many factors emerged that contribute to a good support network in the participation of the support group. Families have individual needs and go through a divorce in different ways. One thing remains the same that the child's best interests should be in focus for a secure future after the divorce.

Language: Swedish

Key words: child, divorce, support group

Innehållsförteckning

1	Inledning.....	1
1.1	Syfte och frågeställningar.....	2
2	Barn och skilsmässa.....	3
2.1	För barnets bästa.....	4
2.2	Barnets rättigheter vid separation.....	5
3	Tiden före skilsmässan.....	6
4	Skilsmässoprocessen.....	6
4.1	Beskedet.....	7
4.2	Lyssna på barnet.....	9
4.3	Hur ska jag bo?.....	9
5	Tiden efter skilsmässan.....	10
5.1	Nya rutiner för barnet.....	11
5.2	Nya familjeuppbyggnaden.....	12
6	Relationers betydelse för barnet.....	13
7	Så kan barn reagera.....	14
7.1	Emotionellt.....	15
7.2	Beteende.....	16
8	Stödgruppers roll.....	17
8.1	"Barnet vill prata" - stödgrupp.....	18
8.1.1	För vem passar gruppen?.....	18
8.1.2	Gruppens verksamhetsprinciper.....	18
8.1.3	Hur ser gruppen ut?.....	19
8.1.4	Uppbyggnad av grupp.....	19
8.1.5	Gruppens innehåll.....	20
9	Sammanfattning.....	22
10	Metod och tillvägagångssätt.....	23
10.1	Kvalitativ metod.....	23
10.1.1	Observation som metod.....	24
10.2	Respondenter.....	24
10.3	Sekretess.....	25
10.4	Genomförande av undersökningen.....	25
11	Resultatredovisning.....	26
11.1	Första grupptillfället.....	26
11.2	Andra grupptillfället.....	27
11.3	Tredje grupptillfället.....	28

11.4	Fjärde grupptillfället.....	29
11.5	Femte grupptillfället.....	29
11.6	Barnens enkätsvar	30
11.7	Föräldrarnas enkätsvar	32
12	Slutdiskussion	34
	Källförteckning.....	37
	Bilagor	40
	Bilaga 1.....	40
	Bilaga 2.....	41

1 Inledning

”Mamma och pappa skall skiljas” är den mening många barn fasar för att höra. Att ta till skilsmässa är något som blivit alltmer normalt i vårt samhälle. Familjer splittras och därmed påverkas även barnen, på både gott och ont. Den dåliga atmosfären får ett avslut men samtidigt så finns saknaden av den tidigare gemenskapen. Barn kan reagera på olika sätt och deras utveckling kan få olika utvägar. Alla barn påverkas på olika sätt av en skilsmässa beroende på personlighet och vad som skett under hela skilsmässoprocessen. Därför är det viktigt att se på fenomenet ur olika synvinklar och se på olika utgångslägen i barnets känslor och reaktioner som följd av skilsmässan. Beroende på ålder ligger barn olika i utvecklingsnivån och kan därmed ha svårt att förstå vad skilsmässa är och vilka känslor som kan uppstå i samband med det. Därför tas även känsloreglering och de vad de olika stadierna av känslor kan medföra.

”Allt är inte bra i familjer där föräldrar och barn håller ihop. Allt är inte dåligt i familjer där föräldrar väljer att separera från varandra” (Dalid, 2000, s. 206–207). Med följande citat vill jag lyfta fram tanken som går genom hela arbetet. Somliga beslut är svåra men kan vara bra i ett senare skede. I en dålig omgivning kommer barnen att påverkas negativt. I detta skede tas beslut att gå skilda vägar för att barnet åtminstone kommer undan vissa faktorer som har en negativ inverkan.

Stödgrupper är något som finns i olika former och även för barn med skilda föräldrar. Det är en plats för människor som upplevt liknande saker att utbyta erfarenheter och tankar. Det kan vara ett bra sätt att komma vidare i sina tankar och bli upplyst genom att lyssna på andra.

För att få en bredare syn på stödgruppsverksamhet och dess påverkan hos barn valde jag att göra en deltagande observation i en stödgrupp för barn med skilda föräldrar. Barnet vill prata är namnet på gruppen och där deltog 6 barn mellan åldrarna 4–8 år. Den ordnas av Vasa mödra-och skyddshem som en del av en förebyggande verksamhet för familjer där skilsmässa är/varit aktuellt. Här fokuserades det på att observera barnens känslor och tankar kring skilsmässan och dess följder.

Detta examensarbete består av två delar. Den ena är vad tidigare forskning säger kring hur barnet påverkas under de tre olika stadierna av en skilsmässa (tiden före, tiden under och tiden efter) samt vilken inverkan en stödgrupp haft för barnets förståelse av situationen. Den empiriska delen och andra delen består av en undersökning i form av observationer i en

stödgrupp för barn med skilda föräldrar, samt enkätsvar från barnen och deras föräldrar. Föräldrarnas synvinkel finns med av den orsaken för att de kan dela med sig av vad de sett för utveckling hos sitt barn i och med deltagande i barnet vill prata stödgruppen.

Skilsmässa är något jag personligen inte upplevt men det har alltid funnits ett intresse för vad det kan göra med barn som är involverade i processen. Anledningen till att jag valde att vara med och delta i en stödgrupp var för att få ett ytterligare bredare och förståeligt perspektiv på fenomenet och inriktat på barns synvinkel. Att göra den empiriska delen genom att själv få vara delaktig där alla tankar och känslor speglas mellan barnen ansåg jag vara den mest givande metoden för mitt examensarbete. Detta för det ger en direkt insyn i barnens sätt att berätta om det som de upplevt.

1.1 Syfte och frågeställningar

Syftet med detta examensarbete är att studera skilsmässas påverkan hos barn samt vilken betydelse deltagande i en stödgrupp har för barnen. Avsikten är att granska betydelsen av barns olika förutsättningar och att finna stöd hos barn i liknande situation. I detta arbete kommer endast behandlas barns upplevelser från en stödgrupp eftersom det inte finns resurser för att utforska flera stödgrupper. För att få ytterligare innehåll i min undersökning tas också föräldrarnas upplevelser av barnens utveckling i beaktande under den empiriska delen i form av en enkät med öppna frågor.

Syftet är att granska vad medverkan i stödgruppen haft för barnen och om det gjort någon skillnad för barnets utveckling. Här kommer det fram både det som varit positivt och det som varit mindre bra för att få en helhetsbild över verksamheten samt utvecklingsförslag. För mindre barn kan det vara svårt att förstå vad det egentligen är som händer när föräldrarna går isär. Därför kan deltagande i stödgrupp vara en bra grund för de barnen när de småningom blir äldre.

Examensarbetets frågeställningar lyder som följande:

- Hur stor inverkan har barnets ålder och individuella behov vid en skilsmässa?
- Vad finns det för utmaningar i samband med en skilsmässa för barnet?
- Vilken betydelse har deltagande i en stödgrupp för barns välmående och utveckling?

I examensarbetet kommer det finnas avgränsningar för att det inte skall bli för brett. Därför kommer inte föräldrarnas perspektiv tas upp genom hela arbetet, endast i kapitel 11.7. Där har föräldrarna svarat på en enkät med öppna frågor om hur de upplevt barnets utveckling och tankar kring stödgruppen. Fokuset kommer att ligga på barnets reaktioner i form av känslor, beteende och utveckling i skilsmässoprocessen. Det kommer även vara fokus på barn i småbarnsåldern, inte tonåringar eftersom det finns signifikanta skillnader teoretiskt sätt beroende på ålder. Det finns mycket skrivet om hur föräldrarna skall agera och tänka på, dessvärre inte lika mycket om hur situationen är utifrån barnets perspektiv.

2 Barn och skilsmässa

Det är sällan som barnet vill ha en skilsmässa, även om det är utmanande mellan föräldrarna. Barnets högsta önskan är ofta att fortsätta leva som det varit men dessvärre fungerar det inte alla gånger. En separation är något som påverkar flera än de parter som de egentligen bara gäller. Det kommer att påverka släkt, grannar och vänner. I allt detta behöver man komma ihåg att ta i beaktande hur barnet reagerar samt vilket slags stöd som vore aktuellt. Än i denna dag finns det ytterst lite forskning inriktad på barnets synvinklar på skilsmässa och allt vad den medför. Det är ett ämne som borde forskas mera i eftersom barn påverkas minst lika mycket som de vuxna men på olika sätt (Alfvén & Hofsten, 2004, s. 16–18; Johnsen et al, 2018).

Finland hör till de länder i Europa där det förekommer mest skilsmässor. Utöver att föräldrarna påverkas av processen gör även barnen det. Årligen är det omkring 35 000 barn som blir tvungna att se deras föräldrar gå skilda vägar. Det är många barn som utsätts för utmaningar och förändringar (Barnavårdsföreningen, 2017, s.53).

Eftersom alla har individuella behov och reagerar på olika sätt behöver även barn bli bemötta och få stöd baserat på detta. I många fall när en skilsmässa uppstår vet inte barnet vart hen skall vända sig. Frågor som ”Vad är det som händer?” eller ”Är det mitt fel att mamma och pappa skall skiljas?” kan ofta uppenbara sig bland barn. Här krävs det också att samhället tar ett ansvar för att tillgodose så barnen får allt det stöd som behövs för att gynna framtiden. Barn är unika individer och därför måste alla vuxna förstå barnets reaktioner och därefter arbeta med barnets vilja baserat på de individuella behoven (Angsell & Grönkvist, 2013, s.88, 90).

När en skilsmässa genomgås behöver det inte bara betyda något negativt för barnet. I en studie gjord av Johnsen et al (2018) upplyste de positiva delarna med att bo i två hem ur barnets perspektiv. I och med att de bodde i två hem fick de dubbelt upp gällande vissa saker. De kände sig glada vid jul och födelsedagen när de fick dubbelt flera presenter än tidigare. Ofta fick de även fara på två resor under sommarens lopp.

Barn som lever i två hem, jämfört med dem som lever i ett, har oftare tendens till svårigheter i utvecklandet av emotionell och fysisk hälsa. Därför är det ytterst viktigt att barnet i en skilsmässa får uttrycka sin åsikt i den mån som är möjlig. Det kan trygga och förebygga barnets framtid och behöver i ett senare skede inte utveckla problem i känslöhanteringen eller den fysiska hälsan. Detta beror helt och hållet på hur skilsmässan går till och hur barnet tas i beaktande under processen (Johnsen et al, 2018, s. 2).

2.1 För barnets bästa

”Barn bör växa upp i en familjemiljö, i en omgivning av lycka, kärlek och förståelse” säger FN:s konvention om barnets rättigheter. Här sammanfattas kort i en mening de rättigheter och behov som barn borde få från vuxna i sin omgivning. Det gäller både från föräldrarna och andra viktiga vuxna i barnets liv. När det kommer till beslut som berör barn måste det alltid tas i beaktande till barnets bästa. I dessa skeden skall man motivera dessa beslut på en nivå så barnet kan förstå vad det är frågan om (Barnombudsmannen, 2020).

I FN:s konvention finns totalt 54 artiklar som handlar om de saker som alla vuxna skall ta fasta på gällande barnets rättigheter (staten, kommunerna). Här framkommer bland annat att barnet skall ha rätt till att uttrycka sin åsikt i fall där det är möjligt, föräldrarna har det primära ansvaret för barnets uppfostran och utveckling (Barnkonventionen, u.å).

För att barnet inte på något vis skall hamna i kläm mellan de skilda föräldrarna så finns det en lista på tio punkter som barnavårdsföreningen tagit fram för att se till barnets bästa. Barnets behov är alltid viktigast och det måste alltid prioriteras högt så inte barnet liv far illa. Konflikter som finns mellan föräldrarna skall inte barnet på något sätt behöva vara inblandad i. Som nämndes tidigare kan skuld hos barnen var en stor påfrestning. Därför är det viktigt att barnet får höra en gång för mycket än för lite att det aldrig är barnets fel. Att försöka skapa en vardag där rutiner och livet fortsätter på ett så oförändrat sätt som möjligt. Om föräldrarna stöder varandra i föräldraskapet, fastän det inte längre lever tillsammans, så blir fortsättningen oerhört mycket smidigare både för dem själva och barnet. Ett barn vill inte att kommunikationen går via hen utan föräldrarna emellan. Det gäller de aspekter där

barnet inte borde vara inblandat. Det blir mycket för ett barn att ta in. För barnets bästa skall hen få vara lojal mot båda av föräldrarna. Blicka och gräl skall undvikas framför barn, de kan ta illa upp och börja må dåligt av det. Barnet mår bäst av om hen får känna sig vara en del av båda sina föräldrar (Barnvårdsföreningen, 2017, s. 53).

2.2 Barnets rättigheter vid separation

När det kommer till en separation mellan föräldrar har barnet rättigheter i den processen för att främja barnets välmående samt utveckling. Dessa kommer att tas upp på ett djupare plan under arbetets gång. Social-och hälsovårdsministeriet (2018) har genom ett projekt (LAPE) skapat en handbok som tar upp vilka rättigheter barnet har vid en separation.

Nedan kommer listat vilka punkter det är som tas upp:

- Bli omhändertaget och få omsorg
- Ställa frågor och få svar
- Veta vad som händer härnäst och hur saker och ting ordnas
- Få höra att separationen inte är barnets fel
- Ha kvar en god uppfattning om sina föräldrar och älska dem utan skuld känslor
- Inte behöva välja sida mellan föräldrarna
- Inte behöva bli en budbärare mellan föräldrarna
- Inte behöva höra föräldrarna gråla eller höra onda ord om den andra föräldern
- Kunna lita på de vuxnas förmåga att hantera situationen
- Uttrycka sina åsikter och tankar- eller att låta bli att uttrycka dem
- Visa alla slags känslor

Dessa punkter kommer att tas upp under arbetets gång på ett djupare plan för att förklara varför dessa rättigheter är så viktiga för barnet.

Under separationstiden är det av ytterst stor vikt att barnet får tillräckligt med uppmärksamhet, kärlek och stöd ifrån föräldrarna för att främja utvecklingen. Inkluderingen

av barnets röst i beslutsfattandet gällande boendearrangemang och tjänster inom sociala området är ett krav. Ett krav för att barnets rättighet till att uttrycka åsikter och tankar synliggörs (Johnsen, Litland & Kristensson- Hallström, 2018).

3 Tiden före skilsmässan

Det som leder till en skilsmässa är något som inte är planerat och som ingen familjemedlem med avsikt har valt att påverka. Tiden före skilsmässan innehåller mycket känslor och för barn kan det ofta finnas ett antagande att det är något som inte står rätt till. Barnet märker skillnader i hur föräldrarna beter sig mot varandra jämfört med hur det varit tidigare. Det blir därför svårt för ett barn att kunna förstå vad det exakt är som händer om inte något berättas för barnet. En förälder som rollmodell blir opålitlig i dessa sammanhang där barnets vardag består av argument och bråk. Det kan komma att synas förändringar redan före skilsmässan går igenom hos ett barn på grund av atmosfären samt kommunikationen i hemmet (Oren & Hadomi, 2019, s.2; Hashemi & Homayuni, 2017, s.8).

Varje skilsmässa genomgås på olika sätt eftersom familjer också fungerar på olika sätt. För somliga barn är det tiden före som kommer att sätta de djupaste spåren medan det för andra är tiden under eller efter skilsmässan. I många fall känner barn att det är något på gång men vet inte riktigt vad. I andra fall kan skilsmässan märkas av genom ett händelseförlopp av gräl och bråk där barnet märker av att föräldrarna är oense. Då finns en önskan om att just den biten av familjen skall få ett slut (Dalid, 2000, s. 207–208).

Tiden före skilsmässan kan vara jobbig för vissa barn och för andra märks det knappt någon skillnad. När det väl kommer till kritan om att skilsmässan är ett faktum kan det leda till en kris för barnet eller sedan bli en lättnad. Många har den situationen att det bara handlat om att vara oense och bråka så att levnadsförhållandena inte varit bra och givande för någon i familjen. Ett barn behöver en trygg miljö att bo och växa upp i. På grund av detta kan det slutligen vara bra att föräldrarna går skilda vägar så att barnet kan känna lugn och ro (Oren & Hadomi, 2019, s. 4).

4 Skilsmässoprocessen

Själva skilsmässoprocessen är något som sker i en relation på två personer men det kommer att påverka många i omgivningen där bland deras barn. Barnen är de som dagligen varit med och upplevt de intriger och oenigheter som slutligen lett till en skilsmässa. Föräldrarna väljer

att skilja sig men barnen tvingas till en form av separation. Det sker mycket och barnet kan komma att bli osäker och ängslig i processen. Tiden till att kunna träffa båda föräldrarna kommer att minska och kommer bli tvungen att anpassa sig på två olika ställen (Dalid, 2000, s. 211–212).

Många barn är i småbarnsåren för unga för att få en uppfattning om vad det är som sker. Många gånger kan det vara så att föräldrarna har hunnit genomföra en detaljerad plan och sedan är de mitt i allt skilda, utan att barnen haft någon aning om vad som föregår. Barnen blir såklart chockerade. Dock finns det de barn som också varit förberedda på vad det är som kommer att hända, ibland mer förberedda än föräldrarna. Det är viktigt att prata med barnet vad som händer, barnet skall få ställa frågor och få svar (Troyer, 1982, s. 22–23).

Enligt Alfvén och Hofsten (2004, s.13) är det inte själva skilsmässan som kommer att påverka barnet och den nya situationen mest. Det är med tanke på hur man skiljer sig som kommer att ha det största inverkan. Så med andra ord behöver det inte vara en ren katastrof för barnet. Vidare diskuterar Ellneby (1999, s. 46) vikten av föräldrarnas beteende och val i skilsmässoprocessen. Hur genomförs det och vilken typ av kommunikation som finns mellan föräldrarna kommer att påverka barnet antingen på ett positivt eller negativt sätt. Det handlar i det stora hela om vilken typ av skilsmässoprocess som barnet hamnar i snarare om själva beskedet att en skilsmässa skall ske mellan föräldrarna.

4.1 Beskedet

Det är jobbigt både för barnet och föräldrarna att få höra om och berätta om beslutet att skiljas. När ett barn skall få höra om beslutet att föräldrarna skall skiljas finns det en del saker som vore viktigt för barnet. Barn tänker ofta väldigt konkret. Om det finns någon händelse som just inträffat före beskedet kan barnet koppla ihop det som om det vore hans fel. Skilsmässa är aldrig barnets fel och det måste berättas för barnen. För att barnet skall förstå beslutet måste det berättas på ett sätt så barnet kan förstå det beroende på åldern och mognadsnivå (Barnavårdsföreningen, 2011, s. 28–29).

Enligt Raundalen och Schultz (2010, s.125) skulle det vara idealiskt i en skilsmässosituation om föräldrarna hade somliga aspekter i åtanke. Det behöver finnas klara riktlinjer när man skall ta upp ett besked som direkt kommer att påverka barnet. En förklaring för varför skilsmässan sker och en kort förklaring vad en skilsmässa innebär om barnet är så pass ungt att det inte går att begripa själv. Av viktiga skäl är det ytterst aktuellt att inledningen till samtalet och beskedet är väl genomtänkt. Se till att det finns gott om tid när det skall berättas

och att barnet skall få reagera och uttrycka sig precis som hen vill just i den situationen. Detta är ett ögonblick som kommer finnas med för barnet resten av livet. Hur barnet får det berättat för sig är a och o vad gäller den närmaste framtiden i form av mående, utveckling samt välbefinnande.

Ett besked om något är inte alla gånger trevliga att få höra och berätta men måste göras för att samtliga parter skall känna sig involverade. I detta sammanhang handlar det om hur föräldrarna på ett bra sätt kan involvera sina barn i skilsmässoprocessen. Det är en svår sak för ett barn att vetskapen om att mamma och pappa skall skiljas men det är vad barnet behöver få höra på ett eller annat sätt. Barn vill inte höra om vem som tagit initiativet eller att någon lägger skulden på den andra föräldern. Ett bra sätt är att ta upp de känslor och upplevelser som har med det att göra och barnet får möjlighet att vara delaktig med sina egna känslor samtidigt. Att barnets föräldrar svartmålar varandra kommer inte att göra saken bättre, snarare sämre för både barnet och hens föräldrar. Av denna orsak vill barn höra om skilsmässan med ärliga och neutrala ord för att inte känna sig osäkra eller illa till mods (Barnavårdsföreningen, 2011, s. 23–25).

Troyer (1982, s. 33,42) framhäver att barn ofta känner skuld över sina föräldrars skilsmässa. Han har i sin bok intervjuat många barn samt vuxna vars föräldrar skilde sig när de var yngre. Ofta kan början till denna skuld känsla vara att barnet hamnat i centrum av ett gräl. Barnet har blivit ropad på och kan därmed känna sig träffad. Något som kan inträffa är att barnet får mera uppmärksamhet efter en skilsmässa. Detta på grund av att all av föräldrarnas energi inte går åt att bråka med den andra föräldern utan i stället får barnet mera uppmärksamhet.

Barn vill att föräldrarna skall vara tydliga och berätta tillräckligt för att det inte skall finnas några frågetecken. Vad är det som kommer hända med mig är en fråga som barn ofta kommer tänka mycket på. Barn vill veta vad som rent konkret kommer hända till näst. Barn vill bli informerade och involverade. Många gånger tror sig föräldrarna skydda sina barn när de inte berättar med det samma men så är det oftast inte. I och med den ensamma oron där barnet inte får ta del av processen går tankarna ännu mer i banorna ”allt det här är mitt fel”. Även om ett besked som detta är jobbigt att ta in är det nödvändigt för att sedan kunna processa och hantera det (Arnö, 2008, s. 15–16, 19).

4.2 Lyssna på barnet

Eftersom en skilsmässa innebär en förändring för ett barn måste det finnas möjlighet till att föra fram sin egen åsikt. Det som dock måste tas i beaktan är vilken ålder barnet är i samt vilken utvecklingsnivå barnet ligger på. Ett barn som är fyra år kan inte tänka för sig själv och ta samma beslut som en åttaåring. Det betyder dock inte att ett yngre barns åsikt borde väga mindre. Eftersom barnets bästa alltid skall prioriteras behöver det finnas en bra balans mellan barnets åsikt, föräldrarnas och möjligen en tredje part (professionell) för att komma till det bästa beslutet. I och med att skilsmässa är ett ärende som berör barnet direkt har hen rätt till att uttrycka sin åsikt i den mån som är möjlig (Landsdown, 2011, s. 20).

När ett besked om en skilsmässa framförs måste ett barn få ta del av det på ett bra sätt från början. För att det skall vara möjligt behöver föräldrarna eller andra vuxna i barnets omgivning vara extra lyhörda och ta emot samt bekräfta det som barnet berättar i samband med beskedet. Uppföljande frågor utifrån vad som berättas av barnet ger en bekräftelse att den föräldern/annan vuxen har lyssnat till barnet (Raundalen & Schultz, 2010, s. 125–126).

Det är svårt att kunna dra en generell riktlinje för när barnen skall få vara med och välja och bestämma. Barn kan ta olika mycket ansvar helt beroende på åldern och hur moget barnet är. Det finns de barn som är för rädda att dela med sig av sin åsikt. De uppskattar dock när de väl blir tillfrågade vad de skulle må bäst av i situationen. Här är det även av stor vikt att bibehålla en kontinuerlig kommunikation med barnet. Behov och önskemål som varit bra under en tid fungerar nödvändigtvis inte i ett senare skede. Detta på grund av en ny livssituation för barnet och förändrade förutsättningar (Arnö, 2008, s. 101–102).

Det går inte att undgå att en skilsmässa kommer att påverka barnets liv på olika sätt. Ju förr desto bättre är det att lyssna till vad barnet har att säga. Vuxna kan stärka barnet i att våga berätta om sina känslor och tankar genom att uppriktigt och genuint lyssna till barnet. Barn behöver precis som vuxna få berätta och känna att det finns någon som lyssnar vad de har att säga. Det blir tungt för ett barn om hen känner att ingen lyssnar till det som groor inombords. Vuxna som är lyhörda för barnet bidrar till en god utvecklingsprocess för barnet (Barnavårdsföreningen, 2011, s. 20, 80).

4.3 Hur ska jag bo?

Mitt i allt kaos och funderingar över hur framtiden kommer att se ut finns det många frågetecken över var barnet skall bo. Ett barn i småbarnsåldern är för ungt för att själv kunna

ta beslutet om var hen skall bo och hur mycket. I denna fråga bör dock barnets åsikt tas i beaktande beroende på barnets utvecklings- och bedömningsnivå. Barents bästa skall alla gånger tas i beaktande för att skapa en god och trygg framtid för barnet. Hur boendeförhållanden skall ordnas är en del av skilsmässoprocessen eftersom föräldrarna kommer bo på två skilda platser. Sett med ögon som en framtida professionell är detta av ytterst stor vikt att ha i åtanke för barnets skull.

Under det senaste decenniet har barn alltmer börjat bo i två olika hem efter skilsmässan. Om det gynnar eller stjälper barnet beror helt på arrangemanget ifrån föräldrarnas sida. Boende hos båda föräldrarna innebär ett lika ansvar för barnet och lika mycket tid vid båda hemmen. Ett flertal studier visar på att barn som bor i två hem, jämfört med dem som bor i ett hem, har högre risk för att utveckla dålig psykisk hälsa samt hantering av känslor. Det beror på att ständigt åka runt och byta boende vilket skapar en oros känsla hos barnet (Johnsen, Litland & Kristensson- Hallström, 2018).

För att barn skall känna sig trygga att bo i den gemensamma vårdnaden enligt Johnsen et al (2018) är det viktigt att föräldrarna tänker sig för gällande vissa faktorer. Tidigare nämndes att argumenterandet och konfliktnivån skall hållas på en låg nivå så barnet inte hamnar i kläm. I den mån de är möjligt kräver det även interaktion och kommunikation mellan de vuxna i detta sammanhang.

5 Tiden efter skilsmässan

Skilsmässan är något som tar en stund att vänja sig med. Allting är nytt och alla involverade blir tvungna att hitta nya rutiner och trygghetsfaktorer för att finna tillfredsställelse i livet. Barn känner sig ofta förvirrade gällande kärleken och lojalitet till sina föräldrar. I allt detta infinner sig även en form av ilska i allt vad gäller skilsmässan. Det finns många tankar och funderingar på samma gång som tar en tid att få en förståelse för till en början för barn (Johnsen, Litland, Kristensson- Hallström, 2018).

Barn skall inte vara budbärare och mellanhand för sina föräldrar. Enligt en studie gjord av Johnsen et al. (2018) var det just det som barn kände sig vara. Det blev till barnets uppgift att hålla kommunikationen i takt så att den ena föräldern vet vad den andra har för sig. Begshaw (2007) påpekar även att det många gånger finns sådant hat mellan de skilda föräldrarna så barnet hamnar i kläm. Föräldrarna kan be barn föra vidare budskap och smutskasta den andra föräldern. Det här tar barnet skada av på grund av lojalitetskonflikt.

Ett barn vill inte välja någons sida och detta kommer därför att ha en negativ påverkan för barnet.

När kommunikationen mellan föräldrarna inte fungerar hamnar barnet vara en mellanhand. Här spelar samarbetsförmågan en oerhört viktig roll för att få en fortsatt fungerande framtid där barnet kan utvecklas utan större hinder. Det blir i detta fall svårt att i någon mån kunna upprätthålla naturliga relationer till båda. I somliga fall kan det bli svårt att fortsätta umgås med båda föräldrarna eftersom det blir en för stor påfrestning för barnet (Arnö, 2008, s. 113–114).

För att ett barn skall känna sig tryggt behövs stöd. När det kommer till släkt och vänner kan de vara dömande i stället för stöttande, eftersom de kan välja parti. Då är det viktigt att barnet har en annan vuxen som hen känner sig trygg att tala med om hur allting är. Dessa personer behöver kunna ta avstånd från föräldrarnas konflikter och helt fokusera på att lyssna på barnet. Här kommer skolan och daghem att få en stor roll för barnet, eftersom dessa kan kompensera för det otillräckliga stödet från släkt och vänner (Barnavårdsföreningen, 2017, s. 15).

En separation kommer att skaka om ett barns upplevelse av trygghet. Här har föräldrarna en otroligt viktig roll i att finnas där och bibehålla den där tryggheten hos barnen. När något som en separation sker kan barnet bli väldigt ängsligt, bli rädda för döden eller att bli lämnade ensamma. För att barnet skall kunna känna trygghet måste även föräldern till barnet göra det. Barnet har sina föräldrar som förebilder. Barn tar efter på de vuxna i sin omgivning. Om de visar rädsla eller otrygghet över en situation reagerar barnet på samma sätt. Barn har även en tendens att slutna sig i rädslan om att något värre skall inträffa. För att få tillbaka tryggheten är det viktigt att initiativet kommer från den vuxna. Sakta men säkert tillbaka till det trygga. Om man ställer alltför många frågor blir barnet möjligtvis ännu mera tillbakadraget och det leder ingen vart (Barnavårdsföreningen, s. 16).

5.1 Nya rutiner för barnet

Efter skilsmässan måste barn anpassa sig till ett nytt liv i princip med nya rutiner. Det har funnits stabila hemförhållanden och plötsligt är det inte på samma sätt längre. Det måste därför finnas i åtanke att alla barn inte kan anpassa sig lika snabbt och att det får ta den tid det tar. I dessa nya förhållanden efter skilsmässan blir barn tvungna att anpassa sig emotionellt och psykiskt. Flytta mellan två hem och inte vara lika mycket med båda

föräldrarna är en stor påfrestning. Därtill att varje gång bestämma vad som skall tas med till mamma eller pappa är också ett stort ansvar som inte funnits på samma sätt tidigare. Tidigare fanns sakerna för barnet på samma plats och nu får ingenting glömmas. Nya obekanta scheman, annorlunda regler och handskas med en arg eller ledsen förälder blir överväldigande för barnet. Dessa faktorer ökar risken för barns mående och därför är det viktigt att följa med hur barnet mår hela tiden (Bagshaw, 2007, s. 451).

Något som kommer ha en stor påverkan på barnets nya livssituation har att göra med omgivningen och dess påverkningsfaktorer. Efter skilsmässan behöver barn få känna sig viktiga och känna att de kan hjälpa mamma och/eller - pappa i den nya livssituationen. Att i detta skede kunna ha förmågan att hjälpa och finnas till ökar barnets självständighetskänsla samt tillit för sig själv. Där det finns en stark och intim relation till föräldrarna gör att barnet får en trygghetskänsla fast livet består av mycket nya impulser och moment. Två hem kan betyda olika regler och rutiner. För barnet är det viktigt att få berättat för sig vilka gränser och spelregler det som är gällande så det inte blir några missförstånd. Nytt innebär också osäkerhet eftersom det inte är bekant sedan tidigare. Ett barn har rätt till att få veta de nya riktlinjerna för att få en bättre struktur (Ellneby, 1999, s. 91–92).

Även fast en skilsmässa innebär mestadels nytt får det inte glömmas bort det som fungerat innan skilsmässan. Barnet kan ha fritidsaktiviteter som spelar en viktig roll i vardagen. I detta fall har barnets föräldrar skyldighet att se till så barnet kan fortsätta med sin hobby även efter skilsmässan. Matvanor och skärmtid måste det finnas regler för så det inte blir komplikationer kring det för barnet. Det måste finnas klara riktlinjer kring tider och vad som gäller när. Högtider är något som kan vara svårt att komma överens om till en början. Där är varje familj unika och alla kan inte göra på samma sätt. Dock skall det alltid finnas i åtanke att barnet skall få en så bra jul eller födelsedag som möjligt (Bergström, 2012).

5.2 Nya familjeuppbyggnaden

Fastän fokus ligger på den närmsta tiden under efter skilsmässan kommer ändå nya familjeuppbyggnaden att påverka barn på ett eller annat sätt. Att börja samlevnad i en helt ny familj kan vara tungt och ansträngande men också något som visar sig vara roligt och lärorikt för ett barn. I de skeden där barnets förälder eller båda föräldrarna hittar en ny partner är det viktigt att ha med barnet i processen. Det kan kännas som att den nya partnern kommer in och förstör den egna familjen. Den vuxna är kär i sin nya partner men för barnet är det en ny situation som kan väcka många frågor. I detta sammanhang är det av stor vikt och ha

barnets synvinkel i åtanke och se hur det går att anpassa så barnet också mår bra i det. Detta för att minska risken så barnet inte känner sig bortglömd eller mindre älskat (Barnvårdsföreningen, 2017, s. 119).

För ett barn kan det vara överväldigande att börja bo med styvföräldrar och styvsyskon. Att lära känna nya personer tar sin tid och det kan finnas en viss skeptiskhet till en början. Vuxna tar även tid på sig att lära känna nya personer. Barn behöver också få tillräckligt med tid och skall inte heller tvingas till att acceptera den nya personen/personerna med det samma. Barn vill i detta skede inte såra sin förälder genom att uttrycka sig kring den nya situationen. När de inte säger något mår de inte heller bra. Därför bör alltid föräldern fråga och lyssna till barnet kring vad det finns för tankar och känslor i den nya situationen (Arnö, 2008, s. 118, 123).

När en ny partner kommer in i bilden för en förälder är det bra att inte gå för snabbt framåt med tanke på barnet. Ett barn har inte samma känslor som den vuxna för den nya partnern och har nyligen haft en jobbig period i och med skilsmässan. För yngre barn som är i behov av en närvarande förälder är det inte konstigt om barnet reagerar negativt på den nya partnern. Ett barn vill ha sin förälders uppmärksamhet och får den inte på samma sätt när någon annan är med. Det är viktigt som vuxen att känna efter och lyssna till barnets reaktioner. Den nya personen behöver inte, till en början åtminstone, vara med på allt som familjen hittar på. Barnet behöver tid och vänjer sig efter ett tag. Andra barn har inga problem med nya partners medan vissa har det betydligt svårare (Karlstedt, 2016, s. 107, 109).

6 Relationers betydelse för barnet

När barn genomgår en svår tidsperiod i livet bör det finnas trygga och säkra relationer för barnet. Det handlar inte bara om en känslomässig relation utan även en fysisk. Relationen barn och förälder emellan torde bestå av god kvalitet snarare för kvantitet för att barnet skall känna sig sett. Barnets förälder bör vara närvarande och lyhörd i den nya vardagen för att främja en god fortsättning i relationen. När det kommer till den fysiska relationen bör det finnas kramar, smekningar och beröring. Att dagligen få en ordentlig kram hjälper redan barnet att kunna känna närhet. Den emotionella och fysiska relationen ger barnet en känsla av ett band som är ordentligt knutet och det kan knytas nya band i framtida relationer på ett bra sätt (Radu-Motataianu, 2015).

För ett barn är det oerhört viktigt att trygga och kärleksfulla relationer finns kvar även efter skilsmässan med olika vuxna i näromgivningen. Förtroendet i relationen är något som inte bara fortsätter finnas utan måste byggas upp. Efter en skilsmässa är det ännu viktigare för barnet att känna förtroende till föräldrarna för att kunna vara öppen och trygg i relationerna (Arnö, 2008, s. 102).

För att barnet skall kunna få en fortsatt god uppväxt kräver det ett samarbete mellan de separerade föräldrarna. Barn skall inte behöva genomgå skilsmässoprocessen själva och förmedla information från den ena till den andra. Barnet gynnas av att få leva i en konfliktfri zon samt ha en bra relation till båda föräldrarna. När kontinuiteten i relationen bibehålls ökar det barnet i positiv bemärkelse att ta sig igenom den tunga perioden. Hur relationerna till respektive mor-och farföräldrar kommer att se ut behöver barnet få berättat åt sig. De är ofta betydande människor i barnets liv som hen inte vill gå miste om (Social-och hälsovårdsministeriet, 2018, s. 7–8).

Liksom tidigare nämndes är far-och morföräldrarna en viktig trygghetskälla vid en skilsmässa. Det blir av stor betydelse för barnets föräldrar att se till så den relationen bibehålls för barnets bästa. Barnet gynnas i sin utveckling av trygga vuxna som det finns en god anknytning och relation till. Med tanke på barnets välbefinnande är en av de viktigaste sakerna att relationerna finns kvar till båda föräldrarna. I de fall där ett barn hindras från att ha kontakt med den andra föräldern, som barnet inte bor hos då, gör att barnen kan ta skada (Social-och hälsovårdsministeriet, 2018, s. 6).

7 Så kan barn reagera

Enligt Hetherington (2003, s. 22) så kan det uppstå skillnader i beteendemässiga, psykiska, sociala och akademiska färdigheter hos de barn som levt med skilda föräldrar jämfört med dem som inte gjort det. Det är många faktorer som spelar in här och alla hänger samman och kan skapa svårigheter för barnet i framtiden. De barn som varit med om en separation mellan föräldrarna har även större risk att utveckla olika problematiska scenarion för framtiden. Högre risk för depression, ångest samt sämre självkänsla än de barn som inte har skilda föräldrar.

Eftersom alla barn är olika reagerar de även på olika sätt. Det beror även på vilken ålder barnet är i samt vad som hänt i samband med skilsmässan. När barn är så pass små att de inte själva kan förklara eller vet vad förändringarna beror på behöver de positiv

uppmärksamhet. Barn menar aldrig något illa med en avsikt utan reagerar utifrån de känslor och tankar som finns just då. Sett från barnets perspektiv kan reaktionerna se väldigt olika ut och barnen behöver en närvarande förälder som kan stödja (Kleinsorge & Covitz, 2012).

Att få känna att det finns en förebild och att man har ett tryggt nätverk är av betydande roll för barnet efter skilsmässan. Om detta inte uppfylls finns det en risk att barnet reagerar på ett sätt som hen inte gjort tidigare. Det kan gå två olika vägar beroende på föräldrarnas agerande. Om barnet inte får emotionellt stöd av sina föräldrar på grund av att de är så fästa i sina egna känslor kan det bli problematiskt. De har inte tid att sätta fokus och uppmärksamma barnets känslor vilket gör att barnet själv blir tvunget att handskas med alla tankar och känslor. Det kan leda till att barnet inte känner trygghet hos sina föräldrar. Samtidigt känner hen sig övergiven och försummad vilket kan leda till ett kritiskt skede i det psykiska måendet (Radu- Motataianu, I, 2015).

7.1 Emotionellt

När skilsmässan blir ett faktum finns det mycket känslor som uppstår i samband med den. Barn har rätt till att få visa och prata om de känslor som finns. Genom att få sätta ord på sina känslor och upplevelser kan det vara lättare för barnet att komma vidare och förstå situationen bättre. När vuxna visar att de har tid och är lyhörda för barnets känslor vågar barnet öppna upp sig (Barnavårdsföreningen, 2018, s. 79–80).

Vanliga känslor som kan uppstå i samband med skilsmässa är sorg, ilska, oro och skuld. Många barn bygger upp känslan av skuld genom tron att det är till deras förtjänst som föräldrarna skilt sig. Vissa känslor kan komma att uttrycka sig mer än andra och på olika sätt. Ilska visas ofta genom gester och ord som har mycket pondus i sig. För andra blir ilskan något som stannar hos barnet självt och det börjar gro inom en. I detta scenario kan det uppvisa sig i äldre dagar och barnet kan ha svårt för att förstå vad ilskan eller beteendet beror på (Radu- Motataianu, 2015).

Tidigare nämndes vikten av att barn skall kunna få möjligheten till att förstå och uttrycka sig emotionellt på olika plan. För att barnet skall må bra i sin utveckling krävs det att hen skall klara av att genomgå både positiva såväl smärtsamma, jobbiga känslor. Dessa känslor behöver tid och rum för att processas. Det kan bli en stressfaktor om en sådan situation måste rusas igenom. Sorg är en vanlig känsla som barn upplever när en separation går igenom. En sådan känsla kräver bearbetning och kan lämna kvar med en negativ effekt om den inte bearbetas. På vilket sätt barnet visar upp känslorna som finns är väldigt individuella och börs

tas i beaktande. Om det för barnet är svårt att med ord förklara hur hen känner kan det ofta ske i form av kroppsliga uttryck (Ellneby, 1999, s. 106–108).

7.2 Beteende

Många barn har en tendens till att få förändringar i sitt beteende i samband med en skilsmässa. Vissa barn kan bli alldeles tillbakadragna medan andra kan få negativa effekter i sitt beteende. Beroende på vilken ålder barnet är i kommer beteendeförändringen att ta form på olika sätt. Ett barn som är under skolåldern förstår inte helt och hållet vad som pågår och kan därför bli väldigt ängsligt och frågvist. Ett barn i skolåldern kan få tendens till aggressiva drag och humöret kan drastiskt fara upp och ner. I detta skede bör föräldrar och andra vuxna ta fasta på barnets beteendeförändringar för att kunna stödja och hjälpa (Cohen et al, 2016, s. 2).

Ett barn vet ofta inte vad som är ett normalt beteende eller hur man borde vara. Därför är intryck från familjen och barn i samma ålder av stort inflytande. Barnets beteende gestaltas alltid av identifieringen i det egna jaget och andra i omgivningen. Efter föräldrarnas separation finns ett visst anknytnings mönster kvar hos barnet. Det fortsätter se likadant ut efter skilsmässan men uppfylls inte på samma vis. Om föräldrarna fokuserar för mycket på sitt eget känsloliv minskas uppmärksamheten mot barnet. Det kan leda till att barnet börjar känna sig osäkert och övergivet. De utvecklar ett tillbakadraget beteende och åker in i sitt eget lilla skal som kan vara svårt att komma ut från (Radu- Motataianu, 2015).

Barn lär sig av de vuxna som finns i deras omgivning. Det som föräldrarna gör tar barn efter och imiterar. Föräldrarna agerar och talar på ett visst sätt till följd där barnet tror det är så man skall bete sig. De tror att de är sättet saker och ting borde göras på. Allt som sker mellan föräldrarna tar barnet efter och börjar småningom använda det beteendet bland vännerna. Därför kan vägen till skilsmässan och tiden efteråt komma att påverka barnets beteende på ett negativt sätt. I detta sammanhang torde föräldrarna själva eller någon utomstående berätta för barnet att det inte är okej att ha ett sådant beteende. Ett beteende där det förekommer fula ord och möjligen kroppsliga rörelser som kan skada andra i barnets omgivning (Radu- Motataianu, 2015).

8 Stödgruppers roll

För barnet är det en stor sorg när föräldrarna genomgår en skilsmässa. Det är mycket nya känslor och tankar som dyker upp för barnet eftersom situationen är helt obekant. För att barnet skall få en förståelse för händelseförloppet kan det vara bra att delta i en stödgrupp eller samtalsgrupp. Tanken är att barnet skall få stöd, kunna reflektera över sina tankar med de andra barnen och känna igen sig i olika situationer. Många gånger har föräldrarna någon utomstående att prata med i skilsmässoprocessen, men det har sällan barnen. Här får även barnen en chans att prata med någon utomstående som inte är mamma eller pappa. Det ger en frihet att öppna upp sig samt att inte behöva oro sig för att man tar mammas eller pappas sida (Alfvén & Hofsten, 2004, s. 39–40).

Med all den kunskap som finns om skilsmässans påverkan hos barnet är det av stor betydelse att ordna grupper för barn med separerade föräldrar. Detta blir ett forum för barnen att kunna fokusera på sig själva och hur de mår i allt vad skilsmässan medför. Precis som i andra former av gruppverksamhet är det en plats där barn får träffa och känna igen sig med andra barn. Betydelsefullt här är att understryka vikten av stödgruppers förebyggande arbete. Barn behöver få prata om *deras* skilsmässa (Forinder & Hagborg, 2008, s. 171–172, 181).

För vissa barn kan det vara jobbigt att gå till en kurator eller psykolog och prata om den nya livsomställningen. Då kan stöd av andra i liknande situation vara bra för man behöver inte känna sig pressad och ensam i det hela. I en stödgrupp är det på barnets eget villkor som hen öppnar upp sig kring känslor, behov och tankar kring föräldrarnas skilsmässa. Stödgruppen kan ge upphov till förändringar i barnets tankar. I detta skede när barnen kan upptäcka att det faktiskt går att dela med sig av sina erfarenheter kan det väcka hopp för framtiden. Det kommer att ordna sig (Arnö, 2008, s. 148).

Socialt stöd i form av deltagande i en stödgrupp har en betydande roll i att bygga upp ett barns självförtroende och självkänsla efter föräldrarnas skilsmässa. Det har även påvisats att deltagande i stödgrupp har gjort det lättare för barn att dela med sig av upplevelser i samband med skilsmässa. Kommunikationen kring barnets känslor har effektiverats när hen har fått vara med i en grupp med andra barn i liknande situation (Rotem & Marion, 2012, s. 221–222).

8.1 ”Barnet vill prata” - stödgrupp

Runt om i landet finns olika typer av grupper som skall stötta barn när deras föräldrar separerat. Vasa mödra-och skyddshem har genom ”separation i barnfamiljen-projektet (år 2017–2021) olika stödttjänster som de erbjuder. Projektet är ett STEA (Social-och hälsoorganisationens understödscentral) projekt vilket innebär att det stöds av social-och hälsoorganisationen understödscentral STEA. Här ingår bland annat Barnet vill prata stödgrupper.

8.1.1 För vem passar gruppen?

Gruppen har som syfte att stödja barn mellan 5–10 år där föräldrarna skilt sig. Detta genom att gå igenom olika teman som beror ämnet. För att göra det mera förståeligt får barnen göra olika övningar genom att rita och pyssla, lyssna på sagor och leka olika lekar. När barnen tillsammans får utbyta erfarenheter och upptäcka att de inte är ensamma i situationen ger gruppen en trygghet. Ett krav för att barnen skall kunna delta i gruppen är att båda föräldrarna är medvetna om deltagandet samt att barnet får vet varför hen skall vara med i gruppen (Lammi & Lehtola, 2020).

8.1.2 Gruppens verksamhetsprinciper

För att gruppen skall vara en trygg och säker plats sett utifrån barnet finns det några faktorer som börs ta i beaktande. Alla barn skall få berätta med egna ord de tankar och känslor som finns, de skall mötas med subjektivitet. Dock tvingas barnet inte till att prata om hen inte vill. Gruppen heter Barnet vill prata av den orsaken att separationssituationen skall berättas utifrån barnets perspektiv där ingen involverad i processen är delaktig. Det är barnets upplevelser och ingen annans som tas i beaktande för att hen skall få säga sin syn på saken. Alla känslor är tillåtna. Många gånger kan barn ha hållit vissa känslor för sig själva eftersom de är rädda att hamna i en lojalitetskonflikt mellan föräldrarna. Gruppen har som syfte att stödja och känna igen de känslor som separationen väckt (Lammi & Lehtola, 2020).

I gruppen kommer barnen att få dela med varandra om den egna upplevelsen och vara kamratstöd för varandra. Där och då kanske de inte tänker på att de stödjer varandra men kommer att gynna dem längre framåt. Barnet får en känsla att ”jag är inte ensam om detta” och får bekräftat från de andra barnen att föräldrarnas separation är något som är hanterbart bara man ger det lite tid. Barnet skall synliggöras och vara den som det fokuseras på. Många gånger är det föräldrarna som är i centrum och skall berätta sin sida av historien. I ”barnet

vill prata” stödgruppen är det barnet som får säga vad hen tycker fungerat bra och mindre bra efter skilsmässan. Genom att prata med kamraterna i gruppen, samt grupphandledarna, försöker alla tillsammans fundera om det finns nya vägar att gå för att hantera de svåra sakerna och den nya vardagen (Lammi & Lehtola, 2020).

8.1.3 Hur ser gruppen ut?

Innan en grupp blir till börs en inledande intervju görs med båda föräldrarna till barnet om det inte handlar om ensamvårdnad. Som ett avslut på lekgruppen hör en familjeträff till som både föräldrarna och barnet skall delta i. Detta för att knyta samman för både barnet och föräldrarna vad det är man gjort under gruppens alla träffar (Lammi & Lehtola, 2020).

Det finns två olika gruppmodeller varav den ena går under namnet standardgrupp och den andra intensivgrupp. Standardgruppen samlas 5 gånger totalt en gång i veckan plus den avslutande familjeträffen. För att göra gruppen till en trygg plats för barnen vore det bra att varje gång vara på samma plats, samma tid och samma dag. Detta för att föräldrarna skall komma ihåg gruppen och har enklare att planera med jobb och skjutsande. En lämplig längd för gruppen är 1,5 h per gång. En längre tid orkar inte barnen koncentrera sig och gruppen får inte sitt syfte till rättvisa då (Lammi & Lehtola, 2020).

Intensivgrupp är den andra formen. Likt namnet säger är det en grupp som är intensivare vilket i detta fall i praktiken betyder att gruppen träffas två gånger i veckan i stället för en. Här blir det avsevärt viktigt med förhandsplaneringen samt förberedelser eftersom det inte finns lika mycket tid mellan gångerna för detta (Lammi & Lehtola, 2020).

8.1.4 Uppbyggnad av grupp

När gruppen skall bildas finns det en del saker att ta i beaktande. Innan ett barn deltar i gruppen bör grupphandledaren diskutera med föräldrarna/föräldern om detta är en passande stödformsverksamhet för barnet. De barn som deltar måste få veta att respektive föräldrar är med på noterna och är medvetna om barnets deltagande i gruppen. Detta för att barnet inte skall hamna i någon lojalitetskonflikt mellan föräldrarna. Barnens åldersskillnad gör också skillnad. Detta i och med att varje barn ligger på olika utvecklingsnivå och verksamheten och metoderna måste anpassas utifrån de individuella behoven. Därför är det bra att ordna grupper för lite yngre och lite äldre barn, då får barnen ut det bästa av gruppen (Lammi & Lehtola, 2020).

Såväl här som i andra sammanhang bör det tas i beaktande vilken storlek gruppen har. En för liten grupp är väldigt sårbar med tanke på om någon är borta. En för stor grupp igen gör det svårt att få höra allas tankar och stödja alla barn i den grad som önskas. Tidigare nämndes vikten av att använda samma utrymme varje gång. I fråga om detta bör utrymmet ses över med tanke på utrymme (storlek). Barnen skall få ha plats för att kunna röra på sig samt ett utrymme där det kan läsas sagor och göra andra uppgifter. För att barnet skall tryggas bör familjesituationen ses över vid anmälningen. Alla familjer är olika och det behöver komma fram vilken typ av situation barnet lever i just då. Saker som är väsentliga att veta är för hur länge sedan föräldrarna separerade, hur ser vårdsnaden ut samt hur barnets boende har ordnats (Lammi & Lehtola, 2020).

8.1.5 Gruppens innehåll

Till näst kommer innehållet i gruppen att lyftas fram och vad det finns för mening med det som görs. Som tidigare nämndes bör alltid en inledande intervju göras med båda föräldrarna för att kartlägga familjesituationen efter skilsmässan. Varför den görs är viktigt för att veta på vilket sätt och med vilka insatser grupphandledarna skall bemöta och arbeta med barnet. Det vore även viktigt att vårdsnadshavarna i detta skede berättar om det finns någon händelse i samband med skilsmässan som haft extra stor inverkan hos barnet. Så kort sagt är det av stor betydelse att kommunikationen mellan alla tre parter fungerar. Det vill säga mellan barnet, föräldrarna och grupphandledarna för att skapa så goda förutsättningar för gruppverksamheten som möjligt (Lammi & Lehtola, 2020).

När de sedan blir dags för gruppstart följer man en röd tråd genom alla tillfällen. Tanken är att barnen då skall förstå upplägget när man gör på samma vis varje gång. Gruppen börjar alltid med en samling där man hälsar på varandra och den gångens tema presenteras. Sedan blir det någon form av saga/berättelse där ämnet tas upp. Som följande får barnen pyssla något som associeras med det som tagits upp innan. Mellanmål kommer i mitten ungefär, följt av fri lek och en avslutning där grupphandledarna tackar och barnen får berätta vad de tagit med sig idag. Ilmo är en figur som är med på alla gruppgångerna och berättar sina berättelser för barnen genom att grupphandledaren läser den. Målet här är att barnen skall få ta del av Ilmos upplevelser och kunna känna igen sig i dem (Lammi & Lehtola, 2020).

Den första gruppgången har som syfte att barnen skall bekanta sig med varandra och man får berätta om sig själv. Här är det av stor vikt att grupphandledarna frågar alla barnen om de vet varför de kommit dit och vem de själva är. Detta för att skapa en trygghetskänsla hos

barnen. Genom att göra ”det här är jag”-teckning och andra aktiviteter lär gruppen känna varandra och kan redan i detta skede märka vilka likheter det finns hos de andra jämfört med barnet själv (Lammi & Lehtola, 2020).

Temat för den andra gruppgången är att berätta om separationen och hur den egna familjen ser ut. Det tas upp hur det är att bo i två hem genom en berättelse och pyssel. Där får barnen reflektera över vad det finns för bra och mindre bra faktorer i och med att bo på två olika ställen. För att skilsmässosituationen ska vara mera förståelig för barnen använder grupphandledarna sig av stenar som barnen får välja mellan. Syftet här är att om barnet väljer en tyngre sten har skilsmässan varit strulig och mödosam. Hur lätt/tungt känns det för barnet att bo i två olika hem eller med bara en förälder? (Lammi & Lehtola, 2020).

Den tredje gruppgången fokuserar på hur olika livet i de två hemmen kan se ut, hur det känns att sakna den andra föräldern man inte bor hos just då och känslan när barnet är ledset. För att klargöra vad som hjälper när barnet åker till det andra hemmet ritas teckningar där saker som är trygghetspunkter och viktiga för barnet tas med. Om det är en grupp med äldre barn kan det reflektera över detta med hjälp av att skriva en lista till andra barn. Känslkort är något som används flitigt i gruppen. De är i form av nalle kort där alla nallar visar olika känslor. Barnen får välja vilket kort som passar in på hen just den gången och berätta varför samt beskriva den känslan (Lammi & Lehtola, 2020).

För den fjärde gången när gruppen träffas diskuterar grupphandledarna med barnen om hur det är att vara arg och besviken. Hur känns det att vara arg och vad är det som gör att just du blir arg? Många gånger kan det vara att barnen inte riktigt kan sätta finger på vad som gör just dem arga. Därför är det viktigt att få det under kontroll så barnet vet hur hen skall göra och hantera den känslan när den väl uppstår. Ämnet behandlas genom att barnen får konstruera ett pyssel ”när jag är arg”. Vad gör barnen när hen är arg eller vad tänker barnet på i den situationen när ilskan kryper fram? (Lammi & Lehtola, 2020).

Den femte och sista gången gruppen träffas ligger fokus på det positiva och att ta fram barnens styrkor. En ”mina styrkor” teckning ritas och ett brev till föräldrarna skrivs. Det är inte alltid så lätt att sätta fram sina känslor och tankar kring skilsmässan. Genom att barnen skriver ett brev tillsammans med grupphandledaren fås det ner på papper och kan ges till föräldrarna på den avslutande familjeträffen (Lammi & Lehtola, 2020).

Familjeträffen knyter samman alltihopa som har genomgått är en betydelsefull del som avslutning. Här ska båda föräldrarna delta om bara möjligt. För barnet är det av stor vikt att

få dela med sig av de som gjorts och diskuterats i gruppen åt dem båda. Ifall det inte är möjligt kan det ordnas två skilda träffar, en för var förälder. Under den sista gruppträffen har grupphandledarna berättat för barnen och funderat vilka saker som vore bra att ta tills tals under familjeträffen. På så sätt har grupphandledarna möjlighet till att förbereda vilka teman som skall diskuteras under träffens gång (Lammi & Lehtola, 2020).

9 Sammanfattning

I den teoretiska delen har fenomenet skilsmässa ur ett barns perspektiv tagits upp ur olika synvinklar. Som togs upp i det första kapitlet kommer det alltid vara viktigt att se till barnets individuella behov och känslor i skilsmässoprocessen. Något som fungerar att göra med ett barn fungerar inte nödvändigtvis hos ett annat. Alla situationer i samband med en skilsmässa kommer att bero på många faktorer. Det handlar om allt från hur föräldrarna sköter kommunikationen efter skilsmässan när barnet är närvarande till att barnet får känna sig uppskattat och sett under processen.

En skilsmässa ser olika ut för alla familjer. Det kan finnas många bakomliggande orsaker till att föräldrarna bestämmer sig för att skilja sig. Barn hamnar i en ny situation som har uppstått utan deras önskan. Det blir mycket nytt att anpassa sig till där nya rutiner, regler och ett nytt hem kan vara delar av den. Med så mycket nytt blir det en stor påfrestning för ett barn och därför måste barns rättigheter i detta sammanhang tillgodoses. Det handlar om att barnen skall få uttrycka sin åsikt och prata om sina känslor, få höra att skilsmässan inte beror på något barn gjort och att ännu få känna sig älskat.

Tiden före skilsmässan kan innefatta mycket stridigheter och oenigheter föräldrarna emellan. För andra familjer är tiden en tyst period där barnets föräldrar väljer att undvika tal och beröring för varandra. Denna tid kan vara jobbig eftersom barnet märker av skillnader i hemmaatmosfären jämfört med hur det sett ut tidigare. Det enda barnet vill veta är vad som försiggår. Tiden kommer till slut när beskedet om skilsmässan berättas för barnet och ett nytt skede i livet väntar.

Skilsmässoprocessen innefattar många förändringar. Ett besked om att föräldrarna valt att gå skilda vägar bli överväldigande för ett barn som tvingas ta in mycket på en och samma gång. Beskedet om skilsmässa måste därför berättas på ett bra och genomtänkt sätt för barnets bästa. Denna tid väcker även många frågor hos ett barn som behöver mycket stöd

och uppmärksamhet i alla tankar som uppstår. Berätta hela tiden för barnet vad som händer nu och vad som händer här näst för att inte barnet målar upp massa orosmoment.

Tiden efter skilsmässan kan barnet lätt bli en mellanhand för föräldrarna vilket är något som bör undvikas med tanke på barnets välmående. För att gynna barnets utveckling krävs en fungerande kommunikation mellan föräldrarna om praktiska saker. Nya boendearrangemang, nya familjeuppbyggnaden och nya intryck är bara en bråkdel vad barnet kommer ta del av. I denna process är det av ytterst stor vikt att barnet får uttrycka sina åsikter om hur hen vill ha det. Detta beror förstås på vilken ålder och mognadsnivå barnet ligger på men i den mån som är möjlig.

Trygga och kärleksfulla relationer kommer att spela en viktig roll både under och efter skilsmässan. Hur barnet kommer att reagera på skilsmässan går inte att förutspå för det är en individuell sak. I någon form reagerar barnet både emotionellt och beteendemässigt där nya drag kan ta sig uttryck som inte funnits hos barnet förr.

Slutligen tas betydelsen av stödgrupps verksamhet upp. Den har påvisats att socialt stöd och att känna igen sig hos andra stödjer i svåra situationer. Under en stödgrupps regler behöver ett barn inte känna någon lojalitetskonflikt och kan öppna upp sig utan att behöva känna skam, oro eller ångest över vad föräldrarna skall anse. ”Barnet vill prata” är en stödgrupp som ordnas av Vasa-och mödraskyddshem i Vasa. Den presenterades i sin helhet samt vad man har för vision med gruppens verksamhet.

10 Metod och tillvägagångssätt

Följande kapitel lyfter fram de väsentliga aspekterna för att förstå valet av metod i undersökningen och hur det gick till väga. Valet av respondenterna tas upp här för att läsarna skall få en förståelse i undersökningen. Även hur sekretessen för respondenterna fanns i åtanke genom undersökningen förklaras nedan.

10.1 Kvalitativ metod

En kvalitativ metod valdes eftersom syftet var att få mera personliga och djupare svar i undersökningen. Tanken var att få färre svar men mera utförliga sådana i stället för flera skrapandes på ytan. Rent konkret genomförs den kvalitativa metoden genom observationer och en enkät med öppna frågor för barnen i stödgruppen samt deras föräldrar. Jag ansåg i

detta sammanhang att deltagande i stödgruppen var den bästa metoden eftersom man då direkt får ta del av respondenternas tankar och kommentarer.

Att vara med i gruppen kändes mera naturligt för mig än att bara ha intervjuat barnen i gruppen. Detta var möjligt att genomföra eftersom barnens föräldrar gav samtycke till det. De fick e-post med information om vem jag är, vad mitt syfte är med att delta i gruppen och om de kan svara att det fungerar att jag är med. Observationerna skedde i ett utrymme som var menat för stödgruppen och anpassad för att kunna genomföra den typen av verksamhet. Eftersom nyckelord i den kvalitativa metoden handlar om förståelse över ett fenomen var det ett lätt val för mig. Med den kvalitativa metoden kunde jag få observera och iaktta med baktanke att få en förståelse över barnens tankar och beteende.

10.1.1 Observation som metod

Observationer är en bra undersökningsmetod där beteenden och skeenden i naturliga sammanhang inträffar. I en kvalitativ studie är observationer lämpliga där man även vill utforska gester, kroppsrörelser och på vilket sätt människor pratar om ett ämne. Det ger en bredare uppfattning om en persons uttryck och åsikter jämfört med en enkät eller intervju. Observationer är något som görs under en längre tid till skillnad från en intervju som bara tar en kortare tid. Därför får bidrar observationer till mera förståelse över ett fenomen (Patel & Davidson, 2019, s. 117–118).

Eftersom det var olika beteende och skeenden hos respondenterna, barnen i stödgruppen, som var fokus är observationer ett bra val. Med observationsmetoden kan man studera de beteende som infinner sig just i en specifik situation. Vid observationer behöver individerna i fråga inte heller nödvändigtvis berätta saker för att de blir tillfrågade utan det kommer mera naturligt. När respondenter skall svara skriftligt kan det ofta sätta press. Observationer var därför ett bra alternativ i denna studie för barnen får bara vara sig själva och behövde inte känna någon press (Patel & Davidson, 2019, s. 117–118).

10.2 Respondenter

I denna undersökning användes något som kallas bekvämlighetsurval. Det vill säga, de som passade in under intresset för arbetet var lämpliga (Patel & Davidson, 2019, s. 141). I detta fall var det då barn som är med i en stödgrupp för barn med skilda föräldrar. Det var ingen skillnad vilka barn som skulle varit med i gruppen. Enda kriteriet var att de har föräldrar som är skilda. För att vara säker på respondenternas deltagande tog jag kontakt med

grupphandledaren om det fanns möjlighet till detta. Jag vidarebefordrade mitt infobrev till gruppleddaren som sen skickade ut det enskilt via e-post åt var och en förälder. Det skickades alltså inte ut från en e-postlista utan enskilt åt var och en. De barn som var med i gruppen pratade alla svenska och underlättade därför min undersökning.

10.3 Sekretess

För att säkerställa sekretessen för respondenterna förblir allt förutom åldern på barnen anonyma. Detta för att det inte skall gå att lista ut vem det är frågan om i undersökningen. För att inte intränga på någons integritet skickades även ett infobrev till respondenternas föräldrar om mitt deltagande i gruppen. Alla föräldrar gav klartecken och gav samtycke för mitt deltagande i gruppen. De gav sitt samtycke genom att svara på e-posten som hade skickats och det finns konfidentiellt dokumenterat.

Svaren på frågorna är konfidentiella. Detta eftersom endast jag som ställt och skickat ut frågorna har hand om dem. Denna information fanns med i infobrevet som skickades ut till föräldrarna innan stödgruppen hade sin start. Det är nödvändigt att informera de som skall svara och delta vad det är som är syftet med undersökningen och frågorna som ställs så det inte finns någon ovisshet (Patel & Davidson, 2019, s. 96–97).

10.4 Genomförande av undersökningen

För att få insamlat det som var aktuellt för undersökningen deltog jag vid fem grupptillfällen. Jag berättade för barnen att min roll var den samma som gruppleddarna hade. Jag var delaktig genom att läsa sagor och göra saker tillsammans med barnen. Detta för att skapa en trygg atmosfär för barnen. Det gav även vetskapen om att barnen då kan vara sig själva och kan fritt berätta kring sin tankat och känslor kring skilsmässan.

Barnens svar på frågorna samlades in under det sista grupptillfället. Det fanns sparat en liten stund mot slutet som var menat för att barnen att få gå igenom och svara på frågorna. Eftersom några av barnen inte kunde skriva ännu så var jag med och skrev ner deras svar. För att få tillförlitliga svar upprepade jag vad de svarade för att säkerställa att jag hört korrekt.

Föräldrarna fick frågorna via deras e-post. Detta för att de i lugn och ro skulle få svara på frågorna. Det gjordes även av praktiska skäl. Dels fanns inte den tid för att med var och en

förälder ha en skild tid för att gå igenom frågorna. Den andra bidragande faktorn var på grund av Covid-19 så det kändes mera säkert att de fick svara på frågorna via mejlen.

11 Resultatredovisning

I detta kapitel redovisas vad som framkom under de fem grupptillfällena genom observationer. Även svaren från en avslutande frågeenkät med öppna frågor angående verksamheten åt barnen och en åt deras föräldrar redovisas. Under de fem gånger jag var med gruppen dök det upp mycket tankar och diskussion barnen emellan. Syfte med att vara med och observera i stödgruppen var att upptäcka hur barnen pratar om ämnen kring skilsmässan och hur deras utveckling kring tänkandet över skilsmässan framskred. Alla träffar hade olika teman men det fanns ändå en röd tråd för vad som skall gås igenom och göras. Av praktiska skäl utesluts den avslutande familjeträffen bort i resultatredovisningen eftersom den inte är av lika stor vikt som de övriga träffarna i min studie.

I tidigare kapitel 8.1 berättade jag om upplägget i gruppen samt vad som ingår i den. Här näst kommer de observationer jag gjorde presenteras och se vilken koppling det har med teorin och verksamhetsprinciperna för gruppen. Slutligen kommer det väsentliga som kom fram genom vad barnen och föräldrarna ansåg i enkäten med öppna frågor. Att tillägga så var jag delaktig när barnen svarade på frågorna eftersom de inte själva kunde skriva. Kommentarer som dykt upp från barnen under gruppens tillfällen kommer att skrivas med *kursiverad stil*.

11.1 Första grupptillfället

Under första grupptillfället fick barnen lära känna varandra genom temat ”**Det här är jag**”. Till en början fanns en viss spänning i gruppen men det är visserligen helt naturligt när barnen inte var bekanta med varandra sedan tidigare. Till en början verkade inte alla barnen riktigt förstå syftet med gruppen, speciellt de yngre barnen. Vid frågor gällande skilsmässan kunde ändå barnen förklara vad det är för känslor som finns, både bra och dåliga. Dock kunde de ha lite svårt att förstå varför de kände dem och att ingen riktigt förklarade det för dem. Att barn kommer att reagera emotionellt och behöver få visa upp sina känslor tas upp som en del i examensarbetet. Det har en signifikant betydelse i barnets utveckling (se s.15).

Ämnet som kom upp snabbt till tals var de nya familjerna som bildats för barnen. Det har tillkommit nya syskon som försöker vara snälla men det går inte alltid bra enligt vissa av

respondenterna. Ungefär hälften av barnen ansåg att deras föräldrar har en fungerande kommunikation trots skilsmässan. De ansåg barnen vara en lättnad för att inte behöva vara en mellanhand. Kommunikationen och samarbetet lyfts även upp i detta arbete (se s. 11).

”jag vill att mamma och pappa skall bo tillsammans, men jag tycker inte om när de bråkar.”

”det kändes ibland att det var mitt fel att mamma och pappa ville bo i två olika hus.”

”jag känner att ingen älskar mig när alla har så mycket för sig själva.”

11.2 Andra grupptillfället

”Att berätta om separationen, två hem och min familj” fick barnen uppleva och hantera som tema under det andra tillfället. Figuren Ilmo introducerades för barnen i gruppen. Ilmo berättade sin egen historia genom att en av gruppledarna läste berättelsen om hur det är att ha skilda föräldrar. Det märktes i ett tidigt skede av berättelsen hur barnen blev alltmer intresserade och såg samtidigt fundersamma ut.

Det blev mycket prat om känslor där barnen verkligen berättade på djupet. Här kunde man verkligen se vilken signifikant betydelse stöd av andra i samma sits har. Det märktes på barnen, i både kroppsspråket och orden, att de fick en avslappnad känsla efter att få öppna upp sig.

När barnen skulle pyssla och förklara sina två olika hem observerades påfallande och viktiga saker som borde diskuteras vidare. Det var att barnen påpekade hur de nu som då hamnar komma ihåg att ta med något från den andra föräldern som absolut inte får glömmas. Något som framkom tydligt var hur vissa av barnen använde sin livlighet som försvarsmekanism. Här fanns det svårigheter att ta upp vissa händelser och specifika känslor som uppstått i samband med föräldrarnas skilsmässa. Att bo i två hem kan se väldigt olika ut för barn. Allt från hur långt ifrån föräldrarna bor ifrån varandra till att göra roligare saker hos den ena föräldern.

”Jag har också leksaker i två hem, precis som du”

”Ibland känns det ganska svårt att bo på två olika ställen. Jag glömde en gång min nalle hos mamma när jag skulle till pappa och blev jätteledsen.”

”Det är jobbigt att fara från mamma till pappa för det är så lång väg efter dagis.”

11.3 Tredje grupptillfället

När barnen skulle träffas för den tredje gången väntade ett ganska tungt ämne. **”Livet i två hem, saknad av den andra föräldern och hur det är att vara ledsen”**. Detta tillfälle delades gruppen upp i två mindre grupper när barnen skulle göra en övning genom pyssel. Där jag hade ansvar för den ena. Det kom fram klart och tydligt att det var skönt att mamma och pappa inte bor tillsammans längre, för det vara bara dålig stämning och ingen trivsamt atmosfär att leva i. Barnen kunde känna igen sig i varandra över hur det har varit lite knepigt att anpassa sig på två olika ställen med nya rutiner.

Jag observerade att några av barnen verkar vara i en slags ”nekande fas” där de innerst inne tror att mamma och pappa någon gång skall flytta tillsammans igen. det märktes genom kommentarer som:

”de kanske bara har lite paus”

”jag tror nog att vi alla bor tillsammans snart igen”

För ett barn är den högsta önskan att hela familjen skall vara eniga och samlade för så har det varit. Gång på gång påpekade grupphandledarna att mamma och pappa älskar er fastän de kanske inte älskar varandra längre. Barnet måste gång på gång få höra och känna sig älskad för att kunna gå vidare och känna sig trygg i sin tillvaro.

Att ha en trygg anknytning var även av stor vikt. De gånger när barnen var på väg från mamma till pappa och vice versa så fanns det vissa saker som var absolut nödvändiga att ta med sig. Ingen skillnad var barnet var men så länge de fick ha med sig ett visst gosedjur eller en viss leksak fanns det åtminstone en trygg punkt i tillvaron. Mitt i allt kaos med nytt hem, nya människor eller liknande är det bra att ha något som barnet vet att alltid finns där.

I avslutningen för grupptillfället användes känslkort med nallar på. Nallarna visar olika känslor som skall göra det lättare för barnen att se vilka känslor det är fråga om. För att vara tredje tillfället märkte jag en stor skillnad hos barnen vad gäller deras känsloutveckling och att kunna tala om skilsmässan. De började förstå syftet med gruppen på en djupare nivå. Där till var de beredda att prata med mamma och pappa om hur de känner sig i det hela på ett sätt det inte varit tidigare.

11.4 Fjärde grupptillfället

”Att vara arg och besviken” var temat för det fjärde grupptillfället. Det fanns uppenbara skillnader i vad gäller barnens reaktioner på ämnet. Alla barn är unika och kräver olika bemötande samt tillvägagångsätt vad gäller skilsmässan. Vi läste två sagor som handlade om figuren Ilmos tankar kring att bli bortglömd och föräldrarnassituation och en bok om när en förälder har en ny partner.

”Jag känner att mamma inte är med mig så mycket jag vill”

Det var ett nytt ämne att prata om den nya partnern som barnets förälder hade. Något barn sa att det ibland känns dåligt när man inte får egen tid med pappa/mamma när den nya partnern oftast är med på allt som görs. Barnen påpekade att det föll lite i glömska och kände sig som ett andra handsval. Det var inte som förr och mamma/pappa var inte lika roliga och påhittiga som de varit.

När sådana känslor dyker upp, även att känna sig ensam, borde man ta det på allvar och sitta och prata med barnet. Barnet vill prata heter stödgruppen av en orsak för att barn skall kunna processa det som de genomgått den senaste tiden. Att känna ilska och vara arg kan komma att påverka barnet i senare ålder om den inte tas hand om i ett tidigt skede. Det kunde observeras att det enda barnen ville var att bli sedda och hörda, på samma vis som de blivit innan skilsmässan gick av stapeln.

”jag känner mig ibland ensam när mamma och pappa har så bråttom med sina nya liv.”

För att bättre förstå sina känslor fick barnen pyssla och på papper försöka rita, skriva eller riva ur tidningar sådant som de associerar med känslan arg och hur de känner sig när de är arga. Som med allt fanns det tydliga gränser mellan dem som förstod varför de är arga ibland och vissa mera skämtade bort det och sa att de inte bryr sig. När situationer som dessa uppstår borde det talas på allvar med de barn som anser det oviktigt. Vrede och ilska som gror inne hos barnen en längre tid kan vara svår att sätta finger på senare i barnets liv (se ovan s.15).

11.5 Femte grupptillfället

För det sista grupptillfället var det fokus på ”**Mina styrkor**”. Vad tycker barnen själva de är bra på och vad gillar de att göra när de inte är på daghem eller i skolan? Till en början där barnen fick lyssna till en berättelse om när föräldrar skall skiljas väckte mycket tankar. Några tankar var bekanta sedan tidigare medan andra var nya. Berättelsen betonade hur det kan

vara en positiv sak att ha två hem. Berättelsen tog fram hur barnet trodde det var eget fel att föräldrarna valt att gå skilda vägar. Där kände några av barnen igen sig. Dock hade mamma och pappa berättat att det inte alls var barnets fel, men att barnet någon gång hade tänkt i de banorna. Det är normalt hos barn att ta på sig skulden för skilsmässan. (Se s. ...).

”tänk jag har två av allting.”

”jag har två egna rum och min kompis har bara ett.”

För att barnen rent konkret kunde förstå och processa allt som gjorts i gruppen fick de skriva ett brev till sina föräldrar. Man märkte att det var ett ypperligt tillfälle för barnen att få fram allt de ville ha sagt som de inte kanske vågat eller vilja säga. Det handlade om att de var rädda för att hamna i någon form av lojalitetskonflikt eller bara såra föräldern.

När de skulle rita en ”mina styrkor” teckning kunde man faktiskt märka att skilsmässan påverkat barnet. Några vågade inte säga eller kom inte på något de anser ha styrkor i. Det verkade som att självkänslan sjunkit en aning eller att de var rädda för att lyfta upp sig själva. Några hade däremot det lättare att ta fram sina styrkor och också därmed förklara varför hen just har dessa styrkor. Styrkor och svagheter finns hos alla, så som vuxna och barn. Barn måste bara få en ärlig chans vad gäller att utveckla styrkor fastän det finns rådande omständigheter under en tidsperiod i barnets liv.

11.6 Barnens enkätsvar

För att till slut få en bredare synvinkel i den kvalitativa undersökningen ville jag ännu fråga vissa konkreta öppna frågor av barnen under den avslutande familjeträffen. Första frågan var en ganska simpel för att barnet inte skulle känna någon press. Som följande kommer frågorna framföras samt vad barnen svarat på dessa. Frågorna är skriva med ***tjock kursiverad stil***. Svaren skrivs med *kursiverad stil*. Även hur det går att koppla ihop med det som har observerats under grupptillfällena samt teorin.

Vad tyckte du om att vara med i den här gruppen?

Respondenterna i denna fråga, det vill säga barnen, hade ganska långt liknande svar över vad de ansett om deltagande i stödgruppen. Det fanns förstås skillnader i svaren beroende på barnens ålder där de pekade ut saker på olika sätt. I det stora hela var responsen positiv och barnen tyckte det hade varit roligt och mycket att prata om i gruppen. Det fanns förstås också några som sa vissa saker som gjorde att det inte var roligt att vara med. Det handlade om att

vissa gånger prata om jobbiga saker angående mamma och pappas skilsmässa. Det jobbiga ledde dock till något positivt tyckte barnen eftersom det för var gång blev ett mera överkomligt och förståeligt fenomen, skilsmässan.

”Jag fick säga vad jag känner men ibland kunde det vara lite jobbigt och jag vill att mamma och pappa skall bo tillsammans ännu”

”jag ger den en mega stor smiley för den var så bra, jag hade roligt och det kändes bättre när jag fick prata”

”jag förstår nu bättre varför jag känner de känslor som jag har haft”

Vad tyckte du om att göra i gruppen?

Barnen ansåg i denna fråga att det var roligt när de fick vara aktiva och göra saker där det handlade om att röra på sig. En sak som för många barn hade varit viktigt för förståelsen för skilsmässan var att få dela med sig av egna erfarenheter samt åhöra de andra barnens tankar. Det framkom att barnen gillade blandningen att både få ha fri lek och programpunkter som gruppledarna drog. Den fria leken bidrog till att orka med de aktiviteter där det krävdes lite koncentration och tankeverksamhet, vilket blev till något som barnen svarade att de starkt gillade med stödgruppen.

”jag hade roligt när vi spelade fotboll och fick pyssla olika saker”

”det var kul att leka och nu har jag fått en ny kompis”

”det kändes bra att prata om hur det känns att mamma och pappa inte bor tillsammans mera”

Vad tyckte du inte om att göra i gruppen?

Som framkom i föregående fråga fanns det mera ro för deltagande där det fanns en blandning av fri lek och planerade aktiviteter. Därför fanns det några av barnen som tyckte det blev lite långtråkigt emellanåt i vissa skeden som att sitta och lyssna på sagor till exempel. Eftersom alla barn har individuella behov och fungerar på olika sätt så fanns de förstås skillnader i hur det känns att prata om känslor och förstå varför de finns.

”det var tråkigt att sitta still länge och lyssna på sagor”

”prata för mycket om vad som händer hemma”

”berätta om vad för känslor jag har”

11.7 Föräldrarnas enkätsvar

När jag började planera hur jag skulle genomföra min studie hade jag i åtanke att det skulle vara intressant och få med en liten del av föräldrarnas synvinkel på barnets utveckling i och med deltagande i stödgruppen. Därför skickade jag ut en enkät med tio öppna frågor till barnets föräldrar. Eftersom jag hade detta som ett tillägg till min studie skrev jag att det räcker med att svara kort och att det ger mig en bredare bild av fenomenet. Det som presenteras är vad föräldrarna svarat i en komprimerad form. Frågorna är skrivna med ***tjock kursiverad stil***. Citat är finns även med som är skrivet direkt så som en förälder svarat.

Vad var mest utmanande i skilsmässan för barnets del?

Att vara tvungen till att inte bo i det gemensamma huset mera. Det märktes tydligt att det fanns svårigheter i att anpassa sig till en ny vardag med ett nytt hem och nya rutiner. Det fanns en stor saknad av den föräldern som barnet inte var med just då och kunde få svårt att sova på grund av det. Att inte ha sin egen familj samlad och göra saker tillsammans som det gjordes tidigare. Det existerar inte längre helt enkelt och det skapas en helt ny och annorlunda värld för barnet. Svårt att hålla koll på alla känslor och ibland ha svårt att kunna kontrollera alla känslor som finns.

Vad har varit det viktigaste att tänka på med tanke på barnets välmående?

En av de viktigaste sakerna är att fortsätta ge barnet mycket kärlek och gång på gång berätta att skilsmässan inte är barnets fel. Varit väldigt noggranna med att prata gott om den andra föräldern och att om barnet vill ringa så är det okej när som helst. Försöka uppmuntra barnet till att prata om hur hela situationen känns och att prata om det när som helst. Ta tillräckligt med tid för barnet och ge utrymme för att sörja och vara ledsen över situationen.

Hur har ni sett på utvecklingen hos ert barn efter deltagande i stödgruppen?

Det har lett till mera mod för att säga sin åsikt. Tidigare har det funnits en liten rädsla i att öppna upp sig med det har ändrats efter att ha varit med i gruppen. Barnen har blivit mera stabila enligt vissa föräldrar och det finns en signifikant förbättring i barnets mående. En diskussion kring känslor över lag går lättare att ha. Speciellt känslor som uppstått i samband med skilsmässan går mycket bättre att diskutera nu än innan gruppen startade.

Har ditt barn ändrat beteende sedan skilsmässan gick igenom?

Respondenterna ansåg att det fanns små skillnader i beteendet. Det var både sådana som var lättare att handskas med och lite svårare. För båda barnen har måendet varierat och man har sett perioder av mer ilska, ängslighet och oro. Mitt barn har blivit mera utåtagerande, mer ängslig, mera arg, sluter sig mera, söker trygghet både dag och nattetid. Barnet som tidigare var så tillbakadragen är nu som en helt annan person, varav förändringen skedde efter skilsmässan.

” I början var ena barnet mest glad och upprymd och såg mest fördelarna ”

Hur fungerar samspelet mellan dig som förälder och ditt barn efter skilsmässan?

Det fungerar bra. Lika bra skulle jag säga. Jag har varit mycket ensam med barnen även innan skilsmässan. Samspelet fungerar bra men p.g.a. nedsatt ork har barnen tidvis fått mer frihet men också lära sig att ta mer eget ansvar. Respondenterna antydde att det fortfarande finns ett fint band med sitt/sina barn men att det ser ut på ett annat sätt bara än tidigare. Har ändå försökt ge så pass mycket tid och stödja det som barnet vill diskutera kring skilsmässan.

Brukar barnet själv ta upp och prata om känslor? Finns det problem i känslohanteringen hos barnet?

Jag brukar fråga barnet om hur de mår och vad de vill. Den yngre har alltid haft starka känslor och ibland svårt att hantera känslostormarna. Den andra igen håller mycket inom sig och vill sällan tala om känslorna. Här ser man redan de skillnader som finns och att alla barn har individuella behov. I samband med att vi pratar om olika saker som hänt så ser man att barnet reagerar på något. Problem finns, främst att våga säga sin åsikt och att lita på att föräldern inte blir arg över det som sägs. Då är det bra att som förälder påminna sig själv om att konstant säga åt barnet att öppna upp sig när barnet självt vill.

Vad har ni sett barnet tagit med sig av stödgruppen?

Svårt att säga vad som är direkt från stödgrupp eller kurator. Tankar som dock uppkommit är att det finns andra i samma situation. Barnen har pratat väldigt lite om det men de kanske vågar prata mer öppet om sina känslor nu än tidigare nog. Som man vet med sig själv kan det ibland hända att något man tagit del av tar en stund att smälta. Gruppen verkar på de sättet haft en bra effekt.

”Roligt dock att det redan har märkts skillnader i hur barnet pratar om skilsmässan ”

Hur har denna verksamhet varit till stöd för just ert barn?

Skönt att veta att barnet får chans att träffa andra i samma situation. Jag som förälder tycker gruppen var bra, barnen tyckte det varit roligt att komma, men tror gruppen pågick för kort tid för att nå barnen på allvar känslomässigt. Jag hoppas att det hjälper barnen att prata om sina känslor framöver. Det fanns en känsla av att barnen just kommit in i tankebanorna kring skilsmässa så skulle gärna ha fått pågå några tillfällen till.

Vad fick er att ha med barnet i en sådan här typ av grupp?

Barnet är en funderare, tänkare och behöver få utlopp för sina känslor. Kuratorn på skolan rekommenderade denna stödgrupp. För att stöda barnens välmående och öppna upp för att våga prata mer om sina känslor. För att vi märkte att ena sonen mår dåligt. Det kan vara bra att barnen får prata med andra som har samma tankar dagligen. Dessutom att det finns vuxna där som fungerar som tredje part och inte tar någons parti utan finns där som stöd. Ibland kan även barn förstå varandra på ett sätt som inte vuxna kan. Det bidrar till förståelse hos varandra på ett helt eget plan barnen emellan.

Tycker ni det finns tillräckligt med möjligheter till stöd när man genomgått en skilsmässa för barn?

Man måste söka om stödet och det orkar man inte alltid med. Det kanske finns men inte mycket som man stött på åtminstone. Skulle nog vara bra med flera grupper och mera åldersspecifika. Svårt för en 4 åring och en 9 åring att diskutera med tanke på åldern.

12 Slutdiskussion

Sammanfattningsvis kan det konstateras att de resultat jag kom fram till i min undersökning stämmer överens med tidigare forskning. Syftet med detta examensarbete var att se på vilka skillnader det fanns hos barn i och med en skilsmässa samt på vilket sätt en stödgrupp kunde stödja barnet i dess utveckling. Baserat på den tidigare forskningen och undersökningen som gjordes i Barnet vill prata stödgruppen finns det många kopplingar.

Att ett barns föräldrar väljer att skilja sig kommer att påverka ett barn på ett eller annat sätt. Detta beror på barnets personlighet, individuella behov och hur levnadsförhållandena sett ut innan föräldrarna skilde sig. Barn behöver få sina behov tillgodosedda, behöver få kärlek samt bibehålla goda relationer för att ha en tryggad utveckling och framtid efter föräldrarnas skilsmässa.

Resultaten från observationer i Barnet vill prata-stödgruppen visade att det finns mycket stöd för barn med skilda föräldrar. På det sättet som de diskuterade kring skilsmässan under det första grupptillfället jämfört med det femte (sista) visade skillnad. Till en början kändes det konstigt och lite svårt att prata om skilsmässan. Ju längre tiden gick började barnen öppna upp sig allt mera och det märktes att det växte fram en bättre förståelse över situationen. Stöd från andra har därför en god effekt för att utvecklas och prata kring ett ämne som känns svårt och jobbigt.

Stödgruppsverksamhet hade en god stödjande effekt hos barnen för välmående och utveckling efter föräldrarnas skilsmässa. Barnens personlighet och behov spelar roll med tanke på hur de pratar och känner kring skilsmässan. Det som förekom hos många av barnen var utmaningar som att prata om hur det känns samt sorgsenhet över att de lever i en helt ny situation. Stöd av andra hjälper att utvecklas och prata kring ett ämne som känns tungt och svårt.

Sett från föräldrarnas svar och perspektiv har det funnits mycket positivt med att barnen deltagit i stödgruppen. Det har hjälpt barnen att få bekräftat för sig att de inte är den enda i denna typ av situation. De antydde även på att det har gått i rätt riktning för barnen gällande att kunna prata om skilsmässan på ett sätt som inte gjordes tidigare. Tidigare forskning visade på att ett barn kan få förändringar i sitt beteende efter föräldrarnas skilsmässa. Det ansåg även några föräldrar. Både i beteende och på sättet som barnet pratar om olika saker.

Separation i småbarnsåren är verkligen inget lätt att handskas med. Många gånger kan det till och med vara bättre för barnen att hans föräldrar går skilda vägar. Dagarna har bestått av bråk och gräl och barnet hamnar utanför och får inte den uppmärksamhet som behövs. Det kan skada och gör inte heller situationen bättre. Då vore det bra att barnet i alla fall skall få känna sig viktig och uppmärksammas även fast det bara är av en förälder åt gången. Det är bättre än att barnet blir bortglömt anser jag.

I en vidare forskning så vore det intressant att få se mera om hur barn haft nytta och stöd i att delta i en stödgrupp. I mitt sökande efter hur det sett ut för barn i stödgrupper och på vilket sätt de varit bra hittade jag inte så mycket. Jag anser att detta är så aktuellt ämne och bra stödform för barn. I dagens samhälle är det allt fler barn som lever i två olika hem med skilda föräldrar och därför borde de få rätt stort stöd.

När jag ser tillbaka på mitt arbete med förbättringsförslag tänker jag till exempel på den empiriska delen. När det gäller observationer är det inte alltid säkert att man får ta del av det

som man förväntat sig. Någon av grupptillfällena kunde många barn varit sjuka och det hade inte uppstått den önskade mängden diskussion med två barn som med sex barn. När det har med andra människor att göra kan man inte alltid veta vad som händer. Rent kritiskt granskat och om tiden skulle ha funnits skulle deltagande i två olika stödgrupper med barn varit bra. Detta eftersom det skulle gett en ännu bredare syn i ämnet och det skulle ha gett ännu mera kött på benen.

Till sist vill jag tacka Vasa mödra-och skyddshem! Via dem fick jag möjligheten till att göra detta arbete eftersom de var ansvariga för stödgruppsverksamheten. Utan dem skulle detta arbete inte varit möjligt att göra och få en sådan bra insyn i ämnet. Jag lärde mig så mycket mera om barns känslor och tankar kring skilsmässa. Mycket mera än vad jag hade gjort om jag bara läst om ämnet eller intervjuat barn med skilda föräldrar.

Källförteckning

Alfvén, M., Hofsten, K. & Nyberg, R. (2004). *Skilsmässan: Om barn och föräldrar*. Prisma i samarbete med Vi föräldrar.

Angsell, M. & Grönkvist, S. (2013). "Lyssna på mig"- Barnets upplevelse av skilsmässa och föräldrars konflikter. Hämtad från https://www.bris.se/globalassets/pdf/rapporter/bris_lyssna_pa_mig.pdf

Arnö, S., Björs, I. & Hildebrandt, J. (2008). *Skiljas: Barnen berättar* (1. uppl.). Rädga barnen.

Bagshaw, D. (2007). Reshaping Responses to Children When Parents are Separating: Hearing Children's Voices in the Transition. *Australian Social Work*, 60(4), 450-465.

Barnavårdsföreningen. (2017). *S som i skilsmässa, N som i nyfamilj*. Hämtad 2022-01-12 från https://www.bvif.fi/wp-content/uploads/2021/06/BF_Skilma%CC%88ssa_web.pdf

Barnombudsmannen. (2020). *Känner du till barnens mänskliga rättigheter?* [Broschyr] Barnombudsmannens byrå. Hämtad 2021-12-1 från <https://lapsiasia.fi/documents/25250457/97709778/Tunnetko+lapsen+oikeudet+ruotsi+2021+ia.pdf/901575da-029d-d45f-3497-9781357e4721/Tunnetko+lapsen+oikeudet+ruotsi+2021+ia.pdf?t=1636448406159>

Bergström, M. & Sjöberg, L. (2018). *Att skiljas med barn: Föräldrar i två hem*. Bonnier Fakta

Cohen, GJ. & Weitzman, CC. (2016). Helping children and families deal with divorce and separation. *Pediatrics*, 138 (6), e20163020

Dalid, G. (2000). *Skilsmässobarn ... och sedan?: Hur blir livet för den som i barndomen eller tonåren upplever sina föräldrars skilsmässa?* Marcus.

Ellneby, Y. (1999). *Om barn och stress: Och vad vi kan göra åt det*. Natur och Kultur

Ensi- ja turvakotien liitto. (u.å), *Barnet vill prata stödgrupp*, Hämtad 2022-01-13 från <https://apuaeroon.fi/palvelu/barnet-vill-prata-stodgrupp/>

Forinder, U. & Hagborg, E. (2008). *Stödgrupper för barn och ungdomar*. Studentlitteratur.

Hashemi, L. & Homayuni, H. (2017). Emotional Divorce: Child's WellBeing, *Journal of Divorce & Remarriage*, 58(8), 631-644.

Hetherington, E. M. (2003). Social Support and the Adjustment of Children in Divorced and Remarried Families. *Childhood*, 10(2), 217–236.

Johnsen, I-O., Litland, A-S., Hallström-Kristensson, I. (2018). Living in two worlds – Children's experiences after their parents' divorce- A qualitative study. *Journal of pediatric nursing*, 43, 44-51.

Kleinsorge, C. & Covitz, L-M. (2012). Impact of divorce on children: Developmental considerations. *Pediatrics in review*, 33(4), 147-155.

Lamb, M. (2012). Mothers, Fathers, Families, and Circumstances: Factors Affecting Children's Adjustment, *Applied Developmental Science*, 16(2), 98-111.

Lammi, S & Lehtola, E. (2020). *Verksamhetsmodell för stödgruppen för barn med skilda föräldrar*.

Landsdown, G. (2011). *Every child's right to be heard*. (12). Hämtad 2021-12-20 från <https://resourcecentre.savethechildren.net/document/every-childs-right-be-heard-resource-guide-un-committee-rights-child-general-comment-no-12>

Motataianu, I-R. (2015). The relation between anger and emotional synchronization in children from divorced families. *Procedia- Social and behavioral science*, 203, 158-162.

Oren, D. & Hadomi, E. (2019). Let's Talk Divorce - An Innovative Way of Dealing with the Long-Term Effects of Divorce through Parent-Child Relationships, *Journal of Divorce & Remarriage*, 61(2), 148-167.

Patel, R. & Davidson, B. (2019). *Forskningsmetodikens grunder: Att planera, genomföra och rapportera en undersökning* (Femte upplagan.). Studentlitteratur AB

Raundalen, M., Schultz, J. & Lindelöf, I. (2010). *Kan vi prata med barn om allt?: De svåra samtalen* (1. uppl.). Studentlitteratur.

Regev, R. & Ehrenberg, M. (2012). A Pilot Study of a Support Group for Children in Divorcing Families: Aiding Community Program Development and Marking Pathways to Resilience, *Journal of Divorce & Remarriage*, 53:3, 220-230.

Social-och hälsovårdsministeriet. (2018). *Barnets vardag efter en separation- plan för samarbetet mellan föräldrar del 1*. Hämtad 2022-01-05 från <https://stm.fi/documents/1271139/4929306/F%C3%B6r%C3%A4ldraplan+del+1+%E2%80%93+Information+till+f%C3%B6r%C3%A4ldrarna/4a4fc7a7-4d1d-40f7-81a7-1ff980ce3f43/F%C3%B6r%C3%A4ldraplan+del+1+%E2%80%93+Information+till+f%C3%B6r%C3%A4ldrarna.pdf>

Social-och hälsovårdsministeriet. (2018). *Barnets vardag efter en separation- plan för samarbetet mellan föräldrarna del 2*. Hämtad 2021-12-13 från <https://stm.fi/documents/1271139/4929306/F%C3%B6r%C3%A4ldraplan+del+2+%E2%80%93+Anvisningar+f%C3%B6r+en+f%C3%B6r%C3%A4ldraplan/27cb0fc9-ef6b-4d7b-a295-7aac7ee1f7d1/F%C3%B6r%C3%A4ldraplan+del+2+%E2%80%93+Anvisningar+f%C3%B6r+en+f%C3%B6r%C3%A4ldraplan.pdf>

Troyer, W., Rinman, E., Öberg, B. & Öberg, G. (1982). *Skilsmässobarn berättar: Reflexioner kring upplevelser och behov i samband med föräldrarnas skilsmässa*. Stockholm: Liber.

Bilagor

Bilaga 1: Infobrev till föräldrarna

INFORMATION OM MIN DELAKTIGHET I STÖDGRUPPVERKSAMHETEN

Hej!

Jag heter Matilda Rosenlöf, är 23 år gammal och studerar mitt sista år till socionom på Yrkeshögskolan Novia i Vasa. Jag är nu i inne på slutspurten av mina studier och håller på som bäst med mitt examensarbete. Jag har valt att skriva om betydelsen att vara med i en stödgrupp för barnens mående efter att föräldrarna genomgått en skilsmässa. Mitt syfte är att se på vilket sätt stödgrupper påverkar och utvecklar barnet i processen att förstå skilsmässan, samt vilka metoder man använder för det.

Därför frågar jag om ert samtycke över mitt deltagande i stödgruppen. Jag frågar även efter ert samtycke i att delta i min undersökning och möjligen kunna svara på frågor som berör ämnet. Om det är okej skulle jag gärna vilja höra er synvinkel på hur ert barn har påverkats av att vara med i stödgruppen. Svaren är förstås konfidentiella och används för att få en bredare förståelse för barnets utveckling efter skilsmässan. Ni kan svara på detta e-post för att ge ert samtycke.

Tack på förhand!

Mvh

Matilda Rosenlöf

Bilaga 2 - Intervjufrågor till föräldrarna

Intervjufrågor till föräldrarna

Obs! Det räcker med att ni svarar kort

1. Vad var mest utmanande i skilsmässan för barnets del?
2. Vad har varit det viktigaste att tänka på med tanke på barnets välmående?
3. Hur har ni sett på utvecklingen hos ert barn efter deltagande i stödgruppen?
4. Har ditt barn ändrat beteende sedan skilsmässan gick igenom?
5. Hur fungerar samspelet mellan dig som förälder och ditt barn efter skilsmässan?
Bättre/sämre?
6. Brukar barnet själv ta upp och prata om känslor? Finns det problem i känslohanteringen hos barnet?
7. Vad har ni sett barnet tagit med sig eller lärt sig av stödgruppen?
8. Hur har denna verksamhet varit till stöd för just ert barn?
9. Vad fick er att ha med barnet i en sådan här typ av grupp?
10. Tycker ni det finns tillräckligt med möjligheter till stöd när man genomgått en skilsmässa för barn?

Med vänlig hälsning

Matilda Rosenlöf

Socionomstuderande, Novia