



Samvinna eftir skilnað – barnanna vegna: Innleiðing og íslenskar rannsóknarniðurstöður

*Gyða Hjartardóttir
Linda Sóley Birgisdóttir*



Gyða
Hjartardóttir



Linda Sóley
Birgisdóttir

Samantekt

Í þessari grein verður fjallað um stafrænan vettvang SES (www.samvinnaeftirskilnad.is) eða Samvinna eftir skilnað – barnanna vegna. Um er að ræða fræðsluefni sem er nýjung í skilnaðarráðgjöf á Íslandi og er byggt á stafrænum grunni. Hugmyndafræði SES er byggð á heildarsýn á fjölskyldusamskipti þar sem markmiðið er að efla foreldrasamvinnu eftir skilnað með hagsmuni barna að leiðarljósi. SES er þróað af fræðimönnum við Kaupmannahafnarháskóla og er rekið af danska fyrirtækinu Samarbejde efter skilsmisse – for børnenes skyld (SES) undir stjórn dr. Søren Sander og dr. Gerts Hald, frumkvöðla verkefnisins (Sander, 2021).

Innleiðing SES á Íslandi grundvallast á samningi íslenska ríkisins, af hálfu Ásmundar Einars Daðasonar mennta- og barnamálaráðherra, við danska fyrirtækið. Innleiðingin hófst sem tilraunaverkefni árið 2020 í átta sveitarfélögum og árið 2021 hófst innleiðing á landsvísi. Vegna mikillar velgengni og áhuga foreldra sem og fagfólks hefur samningur um innleiðinguna verið framlengdur tvisvar síðan 2020, og gildir núverandi samningur fram á sumar árið 2024. Árið 2022 var gerð rannsókn á mati og reynslu íslenskra foreldra af hinum stafræna vettvangi SES. Niðurstöður sýndu að foreldrar telja vettvanginn einkar gagnlegan, hagnýtan og faglegan og jákvæða viðbót við skilnaðarráðgjöf á

Íslandi. Af niðurstöðunum að dæma virðast nútímaforeldrar vera jákvæðir gagnvart því að nýta sér stafrænt velferðarúrræði þegar kemur að skilnaðaraðstoð á Íslandi.

Inngangur

Rúmlega 40% hjónabanda á Íslandi enda með skilnaði. Því til viðbótar slítur fólk óvígðri sambúð og annars konar sambandsformum í talsverðum mæli, en flest þetta fólk á börn saman. Þannig má ætla að 1100–1200 börn á landinu verði fyrir áhrifum af skilnaði foreldra á hverju ári, eða í kringum 700 barnafjölskyldur (Hagstofa Íslands, e.d.; Stjórnarráð Íslands, 2020a). Þegar fjallað er um skilnað í þessari grein er átt við sambandsslit, hvort sem um sambúð hefur verið að ræða eða annars konar sambandsform hjá einstaklingum sem eiga börn saman.

Skilnaður er atburður sem hefur í för með sér gagngerar breytingar á lífi þeirra sem eiga í hlut, bæði tilfinninga- og félagslega og hvað varðar fjölskyldu. Skilnaður hefur reynst vera einn mest streituvaldandi viðburður fullorðinsáranna. Áhrifin geta verið bæði jákvæð og neikvæð. Jákvæð áhrif geta falist í því að einstaklingarnir upplifi létti, sér í lagi ef sambandið hefur einkennt af ágreiningi og óhamingju. Jafnframt upplifa sumir að þeir fái annað tækifæri til hamingjuríks lífs sem skapi þeim nýja möguleika til persónulegs vaxtar. Jákvæð áhrif skilnaðar á fullorðna koma oftast fram hjá þeim aðila sem sóttist eftir skilnaðinum (Amato, 2000, 2014; Amato og Hohmann-Marriott, 2007). Neikvæð áhrif skilnaðar á fullorðna geta verið kvíði, þunglyndi og geðvefræn einkenni, almennt verri andleg og líkamlega líðan og skortur á tilfinningalegum stuðningi. Jafnframt reynist mörgum erfitt að vera einstætt foreldri, einkum vegna efnahagserfiðleika og misgóðs stuðnings frá fjölskyldu (Amato, 2000, 2014; Elísabet Karlsdóttir og Erla Björg Sigurðardóttir, 2015; Hald o.fl., 2020a;



Strizzi o.fl., 2021; Sigrún Júlíusdóttir, 1995; Sigrún Júlíusdóttir o.fl., 2008).

Áhrif skilnaðar á börn hafa einnig verið rannsökuð um langt skeið. Benda rannsóknarniðurstöður til þess að skilnaður geti verið mikill streituvaldur fyrir börnin rétt eins og foreldrana og að áhrifin geti verið víðtæk ef ekki er staðið að málum á heppilegan hátt. Það er því ekki skilnaðurinn sjálfur sem getur valdið börnum hvað mestum skaða heldur það hvernig að honum er staðið. Skilnaður getur haft bæði jákvæð og neikvæð áhrif á börnin, eins og foreldrana, en áhrifin ráðast að jafnaði af átakastigi milli foreldranna, sátt og samvinnu þeirra eftir skilnað (Garriga og Pennoni, 2020; Sigrún Júlíusdóttir og Sólveig Sigurðardóttir, 2013; van der Wal o.fl., 2019). Jákvæð áhrif skilnaðar koma helst fram hjá þeim fjölskyldum þar sem samband foreldra hefur einkennst af átökum og vansæld, einkum þegar börn hafa lent á milli í ágreiningi foreldra. Þá er það léttir að vera laus undan ágreiningi foreldranna á heimilinu en samvinna foreldranna bætir líðan barnanna og eykur lífsgæði þeirra í kjölfar skilnaðar (Garriga og Pennoni, 2020; Sigrún Júlíusdóttir og Sólveig Sigurðardóttir, 2013). Neikvæð áhrif skilnaðar á börn geta meðal annars birst sem félagslegir erfiðleikar, lágt sjálfsmat, slök námsframvinda, ótímabær kynferðisleg virkni og einnig geta líkur á kvíða og þunglyndi aukist (Amato, 2014; Portnoy, 2008; Sigrún Júlíusdóttir og Nanna K. Sigurðardóttir, 2000).

Þegar kemur að því að takmarka neikvæð áhrif skilnaðar á börn skiptir mestu máli að börnin fái stuðning og eigi vísa samveru með báðum foreldrum eftir skilnað. Góð foreldrasamvinna hefur reynst gegna lykilhlutverki í að styðja börnin við að komast á sem jákvæðastan hátt í gegnum skilnað foreldra og aðlagast nýju lífi og breyttum aðstæðum sem skilnaðurinn getur haft í för með sér (Amato, 2014; Cohen og Weitzman, 2016; Schramm og Becher, 2020).

Lagalegt umhverfi á Íslandi

Markmið með þróun og innleiðingu SES á Íslandi er meðal annars að skapa nýtt verklag innan félagsþjónustu sveitarfélaga og sýslumannsembættta Íslands með því að grípa fyrir inn í skilnaðarmál með fræðslu og ráðgjöf og þannig koma eins og hægt er í veg fyrir að ágreiningur milli foreldra komi upp, festist eða þróist til verri vegar. Þannig standa vonir til að bæta megi foreldrasamvinnu almennt og jafnframt fækka þeim málum sem enda sem ágreiningsmál hjá sýslumönnum (Stjórnarráð Íslands, 2020b).

Í íslenski löggjöf er gert ráð fyrir stuðningi og ráðgjöf til fjölskyldna sem ganga í gegnum skilnað. Í 17. gr. laga

um félagsþjónustu sveitarfélaga nr. 40/1991 er kveðið á um að sveitarfélögum beri að veita félagslega ráðgjöf, meðal annars í skilnaðarmálum, forsjár- og lögheimilismálum og umgengnismálum. Þá er markmið nýrra laga um samþættingu þjónustu í þágu farsældar barna nr. 86/2021 að veita börnum og foreldrum snemmtækan stuðning og aðstoð við hæfi eftir því sem þjónustubörf barna og fjölskyldna eykst. Í því sambandi hentar hinn stafræni vettvangur SES vel sem snemmtæk íhlutun þar sem vettvangurinn er opinn öllum að kostnaðarlausu og foreldrar geta tafarlaust sótt sér fræðslu og hvatningu til að byggja upp góða samvinnu í kjölfar skilnaðar. Fagfólk sem sótt hefur SES-námskeið og öðlast SES-ráðgjafaréttindi getur þá í framhaldinu veitt sérhæfða ráðgjöf þeim fjölskyldum sem óska fræðslu og ráðgjafar í forvarnarskygni og þeim sem þurfa á frekari þjónustu og ráðgjöf að halda.

Stafrænn vettvangur SES

– www.samvinnaeftirskilnad.is

Samvinna eftir skilnað – barnanna vegna (SES) eða stafrænn vettvangur SES, www.samvinnaeftirskilnad.is, er nýstárleg nálgun í skilnaðarráðgjöf á stafrænu formi, í takt við tækniþróun samtímans annars vegar og aukið aðgengi að sérhæfðri ráðgjöf fagaðila hins vegar.

Hugmyndafræði SES er byggð á heildarsýn á fjölskyldusamskipti þar sem tilgangurinn er að efla foreldrasamvinnu í kjölfar skilnaðar eða samvistarslita foreldra með hagsmuni barna að leiðarljósi. Markmið SES er að foreldrar öðlist þekkingu og verkfæri til að hjálpa sjálfum sér og börnum sínum á sem jákvæðastan hátt í gegnum skilnaðinn og jafnframt að draga úr ágreiningi og lágmarka skaðleg áhrif skilnaðar á börn (Cipri o.fl., 2020; Sander, 2021).

Stafræna skilnaðarráðgjöfin og fræðslan sem finna má á vettvangnum er byggð á gagnreyndu (e. evidence based) fræðsluefni í formi námskeiða, fyrirlestra og æfinga. Stafrænn vettvangur SES virkar þannig að foreldrar sækja sér sjálfir fræðslu og ráðgjöf á vefnum. Efnið nýtist öllum foreldrum sem ekki búa saman og eru að ala upp barn eða börn saman á tveimur heimilum. Fræðsluefnið veitir foreldrum verkfæri til að skoða sjálfa sig, samstarfið við hitt foreldrið og uppeldisaðferðir eftir skilnað. Jafnframt fá þeir kennslu í að notfæra sér þau verkfæri og aðferðir í eigin lífi með það markmið að hafa þarfir barnanna í fyrir-rúmi og koma í veg fyrir ágreining sín á milli. Stafrænu foreldranámskeiðin eru alls 18 og tekur um 30 til 60 mínútur að fara í gegnum hvert og eitt. Námskeiðin eru byggð á fróðleik, kennsludæmum, verklegum æfingum og ígrundun um eigin líðan og hegðun. Krafist er virkrar



Þátttöku foreldra í hverjum námsþætti til þess að þeir tileinki sér fræðslufnið að fullu. Efni námskeiðanna skiptist í þrjú þemu: 1) Foreldrar og áskoranir í tengslum við skilnað, 2) Áhrif skilnaðar á börn og samskipti á forsendum barna, 3) Foreldrasamvinna og samstarf í verki (Sander, 2021).

Samvinna eftir skilnað – barnanna vegna býður fagaðilum einnig upp á þjálfun og verkfæri til að mæta þeim fjölskyldum sem þurfa aukna aðstoð. Fagaðilar geta sótt sérstakt SES-námskeið fyrir fagfólk og sérhæft sig í hugmyndafræði SES og skilnaðarráðgjöf. SES-námskeið fyrir fagfólk hentar fagfólki sem vinnur að málefnum barna og fjölskyldna þar sem fræðsla og þjálfun hefur verið sérstaklega þróuð með það að markmiði að færa fagfólki þekkingu og aðferðafræðileg verkfæri til að efla skilnaðarráðgjöf og stuðning við foreldra og börn (Sander, 2021).

Innleiðing SES á Íslandi

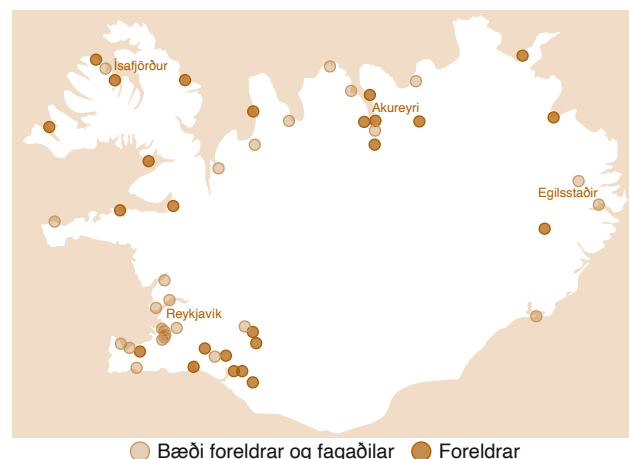
Innleiðing verkefnisins Samvinna eftir skilnað – barnanna vegna (SES) grundvallast á samningi mennta- og barnamálaráðherra við danska fyrirtækið Samarbejde efter Skilsmisse – for børnenes skyld. Gyða Hjartardóttir félagsráðgjafi og dr. Sigrún Júlíusdóttir, prófessor emeritus við Félagsráðgjafardeild Háskóla Íslands, áttu frumkvæðið að því að kynna mennta- og barnamálaráðherra úrræðið og höfðu umsjón með innleiðingu þess í kjölfarið. Skipuleg innleiðing þess á Íslandi var hafin í tengslum við nýja löggjöf og viðamiklar breytingar í málefnum barna og barnaverndarþjónustu fyrir atbeina mennta- og barnamálaráðherra (lög um samþættingu þjónustu í þágu farsældar barna nr. 86/2021; Stjórnarráð Íslands, 2020a, b).

Innleiðingin hófst sem tilraunaverkefni til eins árs í janúar 2020 og stóð til maí 2021 í átta sveitarfélögum á Íslandi. Stafræni vettvangurinn, www.samvinnaeftirskilnad.is, var þá opnaður með takmörkuðu aðgengi í einfaldri mynd þar sem þrjú fræðslunámskeið, af 18 mögulegum, höfðu verið staðfærð og þýdd úr dönsku yfir á íslensku. Áttu þá foreldrar sem stóðu í skilnaði í þeim sveitarfélögum kost á að nýta sér stafræna vettvanginn. Fagfólk innan málaflokksins í félagsþjónustu sveitarfélaganna fékk tækifæri til að sækja SES-námskeið fyrir fagfólk og fá SES-ráðgjafaréttindi (Stjórnarráð Íslands, 2020a, b).

Viðtökur foreldra og fagfólks

Á 18 mánaða tilraunátímabilinu nýttu 180 foreldrar sér stafrænan vettvang SES og 34 fagaðilar sóttu SES-námskeið fyrir fagfólk. Í ljósi góðs árangurs af tilrauna-

verkefninu ákvað Ásmundur Einar Daðason, mennta- og barnamálaráðherra, í júlí 2021 að framlengja verkefnið um ár til viðbótar og hefja innleiðingu SES á landsvísu (Stjórnarráð Íslands, 2021). Í því fólst að stafrænn vettvangur SES var gerður aðgengilegur öllum foreldrum á Íslandi í nýrri og endurbættri mynd þar sem öll 18 fræðslunámskeiðin buðust, staðfærð og þýdd úr dönsku yfir á íslensku. Jafnframt stóð þá öllu fagfólki til boða að sækja SES-námskeið fyrir fagfólk. Samningurinn við danska fyrirtækið um innleiðingu SES á Íslandi var síðan enn á ný framlengdur í júlí 2022 og þá til tveggja ára (Stjórnarráð Íslands, 2022). Frá 1. júlí 2021 til 1. mars 2024 hafa rúmlega 1.900 íslenskir foreldrar skráð sig sem notendur hins stafræna vettvangs SES og 202 fagaðilar hafa sótt SES-námskeið fyrir fagfólk og fengið SES-ráðgjafaréttindi. Eins og sjá má á mynd 1 eru foreldrarnir og fagaðilarnir hvaðanæva að af landinu, foreldrarnir eru úr 57 sveitarfélögum og fagaðilarnir starfa í 27 sveitarfélögum.



Mynd 1: Dreifing foreldra sem nota SES og SES-fagaðila á Íslandi um landið

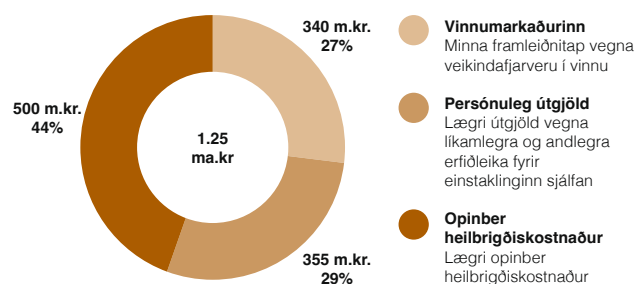
Rannsóknarniðurstöður um notkun stafræns vettvangs SES

Erlendar rannsóknarniðurstöður

Þekkingin að baki stafræns vettvangs SES hefur verið staðfest með rannsóknum og byggist að mestu á umfangsmikilli handahófskenndri íhlutunarrannsókn (e. randomized controlled trial study) sem gerð var í Kaupmannahafnarháskóla. Markmið rannsóknarinnar var að kanna andlega og líkamlega heilsu í tengslum við lífsgæði meðal nýfráskilinna einstaklinga, stuttu eftir lögskilnað, og ganga úr skugga um hvort notkun stafræns vettvangs SES gæti dregið úr algengum neikvæðum afleiðingum skilnaðar (Sander, 2021). Rannsóknarniðurstöður sýndu að frásældir foreldrar sem

notuðu stafrænan vettvang SES í kjölfar skilnaðar bjuggu yfirleitt yfir betri líkamlegri og andlegri heilsu 12 mánuðum eftir skilnaðinn en foreldrar sem ekki nýttu sér SES. Þar má nefna að talsvert dró úr neikvæðum áhrifum eins og kvíða og þunglyndi, geðvefrænum ein-kennum, streitu og fjandskap í garð hins foreldrisins (Cipri o.fl., 2020; Hald o.fl., 2020b; Sander, 2021; Sander o.fl., 2020; Øverup o.fl., 2020).

Samkvæmt niðurstöðum þessarar rannsóknar var á vegum ráðgjafarþjónustunnar COWI í Danmörku reiknaður út efnahagslegur ávinningur þess að veita SES í Danmörku. Reiknaður var út kostnaður vegna þunglyndis, kvíða og streitu, fjandskapar og geðvefræna einkenna á hvern nýfráskilinn einstakling í Danmörku. Útreikningurinn tók til kostnaðar sem einstaklingurinn sjálfur bar, heilbrigðiskostnaðar af hálfu opinberra stofnana og framleiðnitaps á vinnumarkaði. Samkvæmt niðurstöðum COWI er samanlagður kostnaður á einstakling 34.600 d.kr. á ári eða 691.133 ísl.kr.. Séu þær niðurstöður notaðar til að reikna út efnahagslegan ávinning af notkun SES á Íslandi má áætla að sú upphæð sé um 1,25 ma. kr. miðað við að 1.900 foreldrar hafi notað SES á tímabilinu 1. október 2021 til 15. mars 2024. Á mynd 2 má sjá hvernig efnahagslegur ávinningur af notkun stafræns vettvangs SES skiptist í íslenskum krónum (COWI, 2020).



Mynd 2: Skipting áætlaðs efnahagslegs ávinnings fyrir Ísland skv. dönskum útreikningnum COWI í ísl.kr., okt. 2021–feb. 2024

Íslensk rannsókn

Árið 2022 var gerð rannsókn á gagnsemi stafræns vettvangs SES á Íslandi. Rannsóknina gerði Linda Sóley Birgisdóttir undir umsjón Sigrúnar Júlíusdóttur og Gyðu Hjartardóttur. Rannsóknin var styrkt af Nýsköpunarsjóði námsmanna. Tilgangur rannsóknarinnar var að kortleggja mat og reynslu íslenskra foreldra af stafrænum vettvangi SES. Markmiðið með rannsókninni var að kanna hvernig fræðsluefnið nýttist og gagnast foreldrum og hver ávinningur notkunar vettvangsins er fyrir foreldra sem hafa skilið eða slitið samvistir (Linda Sóley Birgisdóttir o.fl., 2022).

Rannsóknarspurningarnar voru eftirfarandi: *Hvert er mat og reynsla foreldra af stafrænum vettvangi SES á Íslandi? Hvernig nýttist fræðsluefni stafræna vettvangsins foreldrum?*

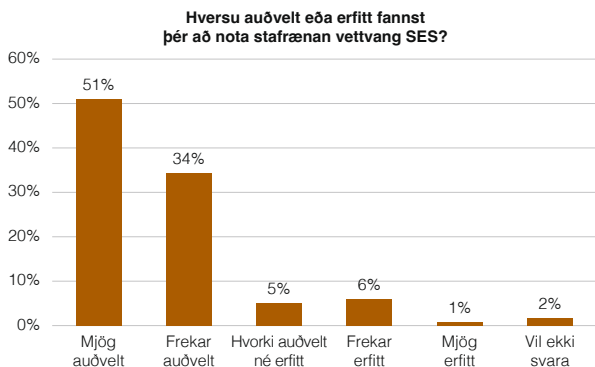
Mögulegir þátttakendur í rannsókninni voru foreldrar sem höfðu skilið, slitið samvistir eða slitið annars konar sambandsformi og höfðu nýtt sér að minnsta kosti eitt stafrænt námskeið af 18 inni á stafræna vettvangnum. Boð um þátttöku var sent á alla skráða notendur stafræna vettvangsins í júní 2022, sem þá voru 683. Alls bárust 120 svör og var svarhlutfallið því 17,57%.

Þátttakendur voru beðnir að svara spurningalista með 13 spurningum um mat sitt og reynslu af stafrænum vettvangi SES og sex bakgrunnsspurningum. Meðal annars var spurt hversu viðráðanlegt það hefði verið að nota stafrænan vettvang SES, hvort SES veitti nýja og nytsamlega þekkingu og hvort efni SES væri trúverðugt og faglegt. Jafnframt var spurt hvort þátttakendur teldu SES vera jákvætt framlag til skilnaðaraðstoðar á Íslandi og hvort efnið gagnaðist foreldrum heilt yfir á jákvæðan hátt. Því næst var spurt á hvaða sviðum SES gagnaðist foreldrum helst, og var gefinn listi yfir atriði sem algengt er að foreldrar takist á við í kjölfar skilnaðar eða sambúðarslita. Þá var einnig spurt út í heildaránægju notenda og líkur á því að notendur myndu mæla með SES við aðra í sömu sporum.

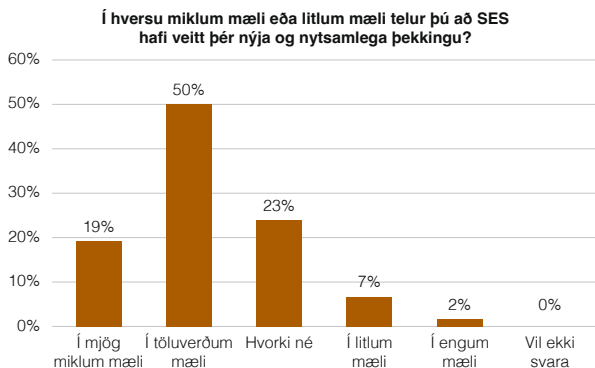
Meirihluti þátttakenda var konur, aldur þátttakenda var á bilinu 26 til 65 ára en flestir voru á aldrinum 36 til 45 ára. Þátttakendur höfðu flestir verið í hjónabandi, sambúð eða langtímasambandi með hinu foreldri barns síns en um þriðjungur þátttakenda hafði ekki verið í viðurkenndu sambandi með hinu foreldrinu. Þátttakendur áttu flestir tvö börn og algengast var að börnin hefðu verið á aldrinum fjögurra til níu ára þegar foreldrarir skildu eða slitu samvistir.

Niðurstöður íslensku rannsóknarinnar

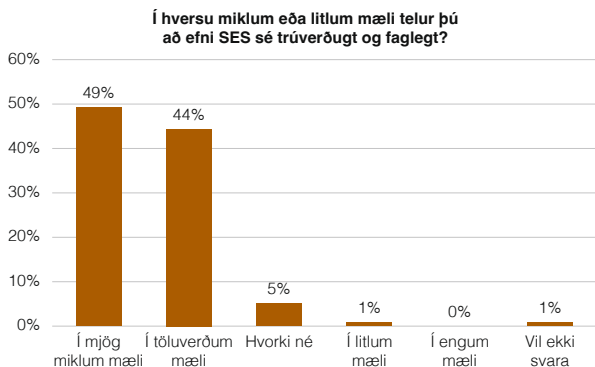
Niðurstöður þessarar íslensku rannsóknar á mati og reynslu foreldra af stafrænum vettvangi SES leiddu í ljós að yfirleitt eru foreldrar ánægðir með vettvanginn og telja hann hagnýtan og gagnlegan. Niðurstöður sýna að foreldrum þykir stafræni vettvangurinn vera auðveldur í notkun, að fræðsluefni SES veiti þeim nýja og nyt-samlega þekkingu og að efnið sé trúverðugt og faglegt. Niðurstöður sýna einnig að foreldrar telja stafrænan vettvang SES vera jákvætt framlag til skilnaðaraðstoðar á Íslandi en jafnframt að SES gagnist þeim sjálfum á jákvæðan hátt. Myndræna framsetningu þessara niðurstaðna má sjá á myndum 3 til 7.



Mynd 3

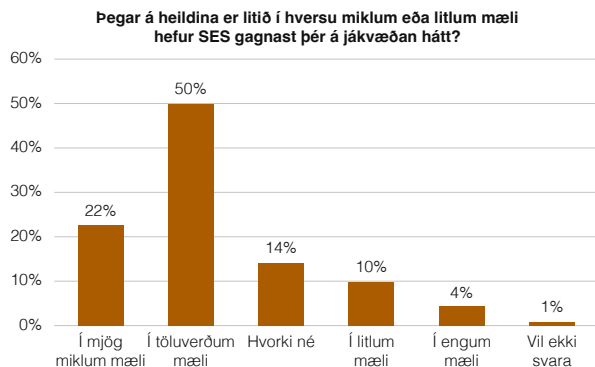


Mynd 4

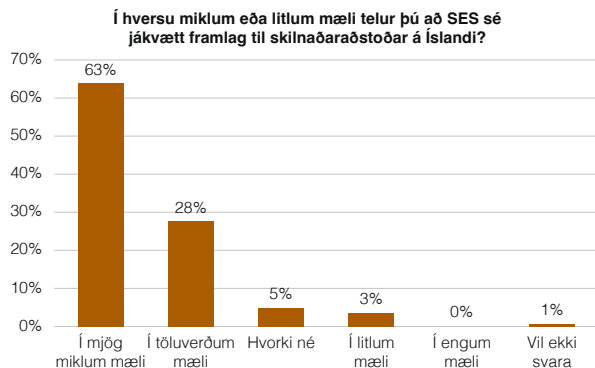


Mynd 5

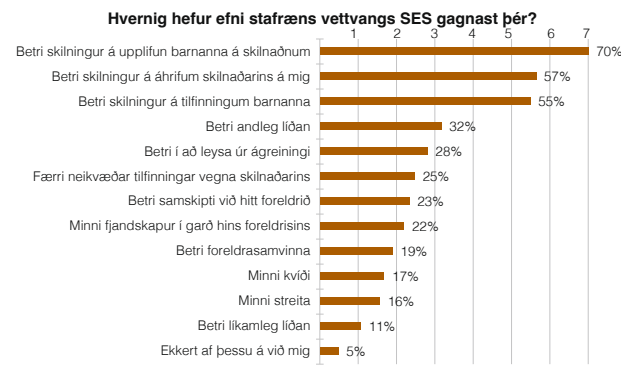
Niðurstöðurnar sýna jafnframt að reynsla flestra foreldra er sú að fræðsluefnið veiti þeim betri skilning á því hvernig börn þeirra upplifa skilnað og á tilfinningum þeirra ásamt því að meirihluti foreldra telur sig hafa betri skilning á áhrifum skilnaðar á sig sjálfa. Hvað varðar tilfinningalega líðan telja sumir foreldrar sig upplifa minni kvíða og streitu ásamt því að líða almennt betur andlega eftir notkun á SES. Enn fremur sýna niðurstöður að foreldrar telja sig upplifa minni fjandskap í garð hins foreldrisins og upplifa minna af neikvæðum tilfinningum vegna skilnaðarins eða sambúðarslitanna. Jafnframt telja margir foreldrar sig vera betri í að leysa úr ágreiningi og eiga í betri samskiptum við hitt foreldrið. Á mynd 8 má sjá á hvaða sviðum SES gagnast foreldrum.



Mynd 6



Mynd 7



Mynd 8

Samantekt og umræða

Viðurkennt er að skilnaður er persónulegt áfall sem snertir báða foreldra, börn þeirra og fjölskyldur. SES er dæmi um vel heppnað framtak sem hefur þann tilgang að veita foreldrum fræðslu og faglega ráðgjöf til þess að komast á sem bestan hátt í gegnum skilnað, einkum barnanna vegna. Vel hefur tekist til með innleiðingu SES á Íslandi og viðtökur foreldra og fagaðila eru tvímælalaust mjög góðar þar sem stafrænn vettvangur SES er nú með rúmlega 1.900 foreldra sem notendur og 202 fagaðilar á Íslandi eru nú með SES-ráðgjafaréttindi.

Ljóst er að lagalegt umhverfi er fyrir hendi, en skv. lögum um félagsþjónustu sveitarfélaga nr. 40/1991 skulu foreldrar á Íslandi eiga kost á félagslegri ráðgjöf í skilnaðarmálum, forsjár- og lögheimilismálum og umgengnismálum hjá félagsþjónustu síns sveitarfélags. Jafnframt hefur SES nú öðlast sterkari stöð í nýrri far-



sældarlöggjöf (nr. 86/2021) sem tekur á heildstæðan hátt til stuðnings við börn, foreldra, fjölskyldu og fagfólk.

Áhrif og gagnsemi SES hefur verið staðfest með erlendum rannsóknum og styrkja niðurstöður íslensku rannsóknarinnar þær niðurstöður. Jafnframt hefur efnahagslegur ávinningur SES verið reiknaður af COWI í Danmörku. Með því að yfirfæra þann útreikning yfir á Ísland má áætla sparnað upp á 1,25 ma.kr. og er þá miðað við einstaklinginn sjálfan, opinbera heilbrigðisþjónustu og framleiðni á vinnumarkaði.

Samkvæmt íslensku rannsóknarniðurstöðunum virðast foreldrar vera opnir fyrir og ánægðir með stafrænan vettvang SES og hafa gott álit og traust á efninu sem og framsetningu þess. Því má álykta að nútímaforeldrar á Íslandi séu jákvæðir gagnvart því að nýta sér stafrænt velferðarúrræði þegar kemur að skilnaðaraðstoð. Niðurstöður sýna einnig að foreldrar telja stafrænan vettvang SES vera jákvætt framlag til skilnaðaraðstoðar á Íslandi og hefur því rannsóknin þýðingarmikið nýsköpunargildi á sviði skilnaðaraðstoðar hérlendis.

SES virðist enn fremur nýtast foreldrum einkar vel á sviðum sem eru mikilvæg í vegferð uppbyggingar og endurgerðar fjölskyldu eftir skilnað. Þar má nefna að með SES öðlast foreldrar betri skilning á því hvernig börn þeirra upplifa skilnað og á tilfinningum þeirra ásamt betri skilningi á áhrifum skilnaðar á þá sjálfa. Þá upplifa foreldrar minni kvíða og streitu og þeim líður almennt betur andlega eftir notkun SES. Þessar niðurstöður eru í samræmi við niðurstöður danska rannsóknarverkefnisins sem fjallar um það hvort draga megi úr neikvæðum afleiðingum skilnaðar með notkun stafræns vettvangs SES. Þar kom fram að foreldrar sýndu færri andleg og líkamleg einkenni neikvæðra afleiðinga en einnig varð samvinna við hitt foreldrið auðveldari í kjölfar notkunar SES.

Eins og fram hefur komið byggist hugmyndafræði og markmið SES á fyrirbyggjandi aðgerðum með því að efla foreldrasamvinnu með hagsmuni barna að leiðarljósi. Markmiðið er að hjálpa foreldrum að takast á við breytingar og áskoranir í kjölfar skilnaðar eða samvistarslita og þegar verið er að ala upp börn á tveimur heimilum. Með því að foreldrar fái verkfæri til að hjálpa sjálfum sér og börnunum á uppbyggilegan hátt gegnum skilnaðinn aukast líkur á að draga megi úr ágreiningi foreldra og skaðlegum áhrifum ágreiningsins á foreldra og börn til lengri tíma. Samkvæmt niðurstöðum bæði íslenskra og danskra rannsókna er þannig ljóst að markmiðum SES er að miklu leyti náð með nýtingu hins stafræna vettvangs SES.

Heimildaskrá

- Amato, P. R. (2000). The consequences of divorce for adults and children. *Journal of Marriage and Family*, 62(4), 1269–1287. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2000.01269.x>
- Amato, P. R. (2014). The consequences of divorce for adults and children: An update. *Društvena istraživanja*, 23(1), 5–24. <https://doi.org/10.5559/di.23.1.01>
- Amato, P. R. og Hohmann-Marriott, B. (2007). A comparison of high- and low-distress marriages that end in divorce. *Journal of Marriage and Family*, 69(3), 621–638. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2007.00396.x>
- Ciprić, A., Strizzi, J. M., Øverup, C. S., Lange, T., Štulhofer, A., Sander, S., Gad-Kjeld, S. og Hald, G. M. (2020). Cooperation after divorce: An RCT study of the effect of a digital intervention platform on self-perceived stress. *Psychosocial Intervention*, 29(2), 113–123. <https://doi.org/10.5093/pi2020a7>
- Cohen, G. J. og Weitzman, C. C. (2016). Helping children and families deal with divorce and separation. *Pediatrics*, 138(6). <https://doi.org/10.1542/peds.2016-3020>
- COWI. (2020). Hagrænt mat á samvinnu eftir skilnað (SES) [óbirt skýrsla].
- Elisabet Karlsdóttir og Erla Björg Sigurðardóttir. (2015). Jaðarstaða foreldra – velferð barna. Í Sigrún Júlíusdóttir (ritstjóri ritraðar), *Ritvöð um rannsóknaverkefni á sviði félagsráðgjafar: Áttunda hefti*. Rannsóknastofnun í barna- og fjölskylduvernd.
- Garriga, A. og Pennoni, F. (2022). The causal effects of parental divorce and parental temporary separation on children's cognitive abilities and psychological wellbeing according to parental relationship quality. *Social Indicators Research*, 161, 963–987. <https://doi.org/10.1007/s11205-020-02428-2>
- Hagstofa Íslands. (e.d.). Lok hjúskapar og skilnaðir að borði og sæng 1951–2020 [Tafla]. https://px.hagstofa.is/pxis/pxweb/is/Ibuar/Ibuar___fjolsk___giftingarogskilnadir___giftingarogskilnadir/MAN06201.px
- Hald, G. M., Cipri, A., Sander, S. og Strizzi, J. M. (2020a). Anxiety, depression and associated factors among recently divorced individuals. *Journal of Mental Health*, 31(4), 462–470. <https://doi.org/10.1080/09638237.2020.1755022>
- Hald, G. M., Cipri, A., Øverup, C. S., Štulhofer, A., Lange, T., Sander, S., Kjeld, S. G. og Strizzi, J. M. (2020b). Randomized controlled trial study of the effects of an online divorce platform on anxiety, depression, and somatization. *Journal of Family Psychology*, 34(6), 740–751. <https://doi.org/10.1037/fam0000635>
- Linda Sóley Birgisdóttir, Sigrún Júlíusdóttir og Gyða Hjartardóttir. (2022). *Samvinna eftir skilnað - stafræn skilnaðar-ráðgjöf: Mat og reynsla foreldra af stafræna vettvangi SES á Íslandi*. Rannís.
- Lög um félagsþjónustu sveitarfélaga nr. 40/1991.
- Lög um samþættingu þjónustu í þágu farsældar barna nr. 86/2021.
- Portnoy, S. M. (2008). The psychology of divorce: A lawyer's primer, part 2: The effects of divorce on children. *American Journal of Family Law*, 21(4), 126–134. <https://www.proquest.com/scholarly-journals/psychology-divorce-lawyers-primer-part-2-effects/docview/275026308/se-2?accountid=28822>



Sander, S. (2021). *Digital help for divorcees: Does it work?* [doktorsritgerð]. University of Copenhagen.

Sander, S., Hald, G. M., Cipri, A., Øverup, C. S., Strizzi, J. M., Kjeld, S. G. og Lange, T. (2020). A randomised controlled trial study of the effects of a digital divorce platform on mental and physical health. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 12(3), 863–886. <https://doi.org/10.1111/aphw.12213>

Schramm, D. G. og Becher, E. H. (2020). Common practices for divorce education. *Family Relations*, 69(3), 543–558. <https://doi.org/10.1111/fare.12444>

Sigrún Júlíusdóttir (ritstj.). (1995). *Barnaþjónustur. Samfélag – lífsgildi - mótun*. Félagsmálaráðuneytið.

Sigrún Júlíusdóttir og Nanna K. Sigurðardóttir. (2000). *Áfram foreldrar. Rannsókn um sameiginlega forsjá og velferð barna við skilnað foreldra*. Háskólaútgáfan.

Sigrún Júlíusdóttir, Guðlaug Magnúsdóttir og Jóhanna Rósa Arnardóttir. (2008). *Ungmennni og áttartengsl: Rannsókn um reynslu og sýn skilnaðarungmenna*. Háskólaútgáfan.

Sigrún Júlíusdóttir og Sólveig Sigurðardóttir. (2013). *Eftir skilnað. Um foreldrasamstarf og kynslóðatengsl*. Háskólaútgáfan og Rannsóknastofnun í barna- og fjölskylduvernd.

Stjórnarráð Íslands. (2020a, 1. apríl). *Samvinna eftir skilnað – barnanna vegna*. <https://www.stjornarradid.is/efst-a-baugi/frettir/stok-frett/2020/04/01/Samvinna-efstir-skilnað-barnanna-vegna/>

Stjórnarráð Íslands. (2020b, 17. janúar). *Tæplega 40% hjónabanda á Íslandi lýkur með skilnaði; Félags- og barnamálaráðherra hefur tilraunaverkefni í þágu foreldra og barna í kjölfar skilnaðar*. <https://www.stjornarradid.is/efst-a-baugi/frettir/stok-frett/2020/01/17/xxx/>

Stjórnarráð Íslands. (2021, 29. júní). *Framlengir tilraunverkefni um sérhæfða skilnaðarráðgjöf*. <https://www.stjornarradid.is/efst-a-baugi/frettir/stok-frett/2021/06/29/Framlengir-tilraunverkefni-um-serhaefda-skilnaðarradgjof/>

Stjórnarráð Íslands. (2022, 8. ágúst). *Samvinna eftir skilnað – barnanna vegna*. https://www.stjornarradid.is/efst-a-baugi/frettir/stok-frett/2022/08/08/Samvinna-efstir-skilnað-barnanna-vegna/?fbclid=IwAR0ykm9urdsNSVWaoKtTPP5Jor0bEM1hLJ1uiDvnkk0mg0PCOP_LIO5dQCM

Strizzi, J. M., Cipri, A., Sander, S. og Hald, G. M. (2021). Divorce is stressful, but how stressful? Perceived stress among recently divorced Danes. *Journal of Divorce and Remarriage*, 62(4), 295–311. <https://doi.org/10.1080/10502556.2021.1871838>

van der Wal, R. C., Finkenauer, C. og Visser, M. M. (2019). Reconciling mixed findings on children’s adjustment following high-conflict divorce. *Journal of Child and Family Studies*, 28, 468–478. <https://doi.org/10.1007/s10826-018-1277-z>

Øverup, C. S., Cipri, A., Kjeld, S. G., Strizzi, J. M., Sander, S., Lange, T. og Hald, G. M. (2020). Cooperation after divorce: A randomized controlled trial of an online divorce intervention on hostility. *Psychology of Violence*, 10(6), 604–614. <https://doi.org/10.1037/vio0000288>

Nýr sérfræðingur



Sigrún Ósk Björgvinsdóttir

Hinn 3. apríl 2024 fékk Sigrún Ósk Björgvinsdóttir réttindi sem sérfræðingur í félagsráðgjöf á sviði félagsþjónustu. Sigrún Ósk lauk námi í félagsráðgjöf til starfsréttinda frá Háskóla Íslands árið 2006 og meistaraþráðu frá sama skóla árið 2021. Árið 2018 lauk hún diplómanámi í handleiðslufræðum frá Háskóla Íslands og hefur auk þess lokið fjölda námskeiða sem tengjast starfi hennar. Ritrýnd grein eftir hana um viðhorf félags-

ráðgjafa til handleiðslu birtist í *Tímariti félagsráðgjafa* árið 2023. Hún hóf störf sem félagsráðgjafi hjá Þjónustumiðstöð Breiðholts árið 2006 og starfaði þar í fjölskyldu-, skóla- og einstaklingsmálum til ársins 2011. Sigrún Ósk starfaði í barnavernd Kópavogs frá árinu 2011 til loka árs 2014. Í kjölfarið hóf hún störf í Miðgarði, þjónustumiðstöð Grafarvogs- og Kjalarness, sem nú nefnist Austurmiðstöð. Árið 2022 var Sigrún Ósk ráðin teymisstjóri í deild virkni og ráðgjafar hjá Austurmiðstöð. Sigrún Ósk hefur sinnt fjölbreyttum störfum innan félagsþjónustunnar frá útskrift og sérhæft sig í einstaklingsmálum.