

Hvor er børnene henne, når forældrene bliver skilt?



Denne folder tager fat i nogle af de spørgsmål og problemer, der melder sig, når man går fra hinanden, og der er børn involveret. Den vil give jer nogle helt overordnede råd i forhold til, hvornår, hvordan og hvor meget I skal inddrage børnene. Har I spørgsmål efter at have læst den, eller har I behov for mere personlig rådgivning, kan Sekretariatet hjælpe jer på telefon 70 27 00 21. I kan også læse mere inde på danskefamilieadvokater.dk.

Folderen er udarbejdet for Danske familieadvokater af aut. psykolog, cand. pæd. psych. Bent Hougaard, der er forfatter til flere pædagogiske lærebøger og tilknyttet domstolene som børnesagkyndig rådgiver.



God læselyst.
Danske Familieadvokater

”

Efter mine erfaringer er børn fundamentalt imod skilsmisse. For dem synes meningen med livet at være treenigheden far-mor-barn. Skulle skilsmissen ikke desto mindre blive en realitet, er de meget optaget af, at forældrene skal forblive gode venner og helst bo dør om dør, så de kan være lige meget sammen med dem begge to på skift.

Det ser ud, som om børn kan se lige igennem os i en række situationer. De er på en måde vores overmænd i intuition. Det skyldes sandsynligvis, at børn i langt højere grad ér deres følelser og fornemmelser. Det er let at bilde et barn noget ind, men det er svært at lyve følelsesmæssigt for et barn. Det betyder ikke, at børn skal vide alt om forhold i den voksne verden – problemer omkring svigt, sex, utroskab, økonomi m.m. – men det er mere end en god idé at snakke med børn om det, de kan forholde sig til ud fra deres egne forudsætninger.

Psykolog Bent Hougaard

Hvornår skal barnet have noget at vide?

Når det er helt sikkert

Man kan næppe være gift uden at skændes, men at skændes betyder ikke, at man skal skilles. mange børn tror, at verden er ved at gå under, når deres forældre skændes. Derfor er det under alle omstændigheder meget betænksomt i forhold til børn, at begrænse konfrontationerne til området "forbudt for børn", dvs. når børnene ikke er til stede, eller når de er uden for hørevidde.

Men hvis konflikter og uoverensstemmelser har nået et niveau, hvor det kommer på tale eller besluttes, at ægteskabet eller samlivet skal ophøre, er det af afgørende vigtighed for børn, at beslutningen og den nye situation præsenteres for dem på en måde og i en form, som de har mulighed for at kunne modtage uden at gå i spåner. Det er ligeledes vigtigt, at begge forældre er der til at trøste og give forsikringer om, at det ikke ændrer på deres kærlighed til barnet.

Når barnet er gammelt nok

Der er stor forskel på, hvornår et barn skal indvies i forældres beslutning om skilsmisse, men generelt afhænger det af barnets alder. Små børn under 3 år forstår ikke rigtig forklaringer om eller årsager til, hvorfor far og mor skal flytte fra hinanden. Fra 3-5-års alderen går det op for mange børn, at "der er noget helt galt" mellem far og mor, uden at de kan gøre rede for eller forstå situa-

tionen. Med børn fra 6-7 år og opefter vil det til gengæld være meget vigtigt, at de får nogle forklaringer, som de kan forholde sig til og forstå ud fra deres egen børnehorisont, som fx:

"Mor og far er ikke så gode venner mere og kommer for tit op at skændes, og så er det bedst ikke at være sammen hele tiden."

Når begge er parate til at give beskeden

Det bedste tidspunkt at fortælle barnet, at der skal ske nogle store forandringer i familiens og barnets liv er, når begge parter er kommet frem til, at skilsmissen er uundgåelig, og er blevet enige om, hvornår den skal effektueres. Der findes ikke nogen opskrift på en lykkelig skilsmisse – og slet ikke set fra barnets perspektiv. Men meget tyder på, at den svære situation kan gøres lidt lettere for barnet, hvis begge forældre sammen fortæller, at de har besluttet at flytte hver for sig, og at de sammen vil finde ud af, hvad der vil være det bedste for barnet. Dette stiller store krav til selvbeherskelse og fælles fodslag i samtalen med barnet, men i skilsmisssituationen er det vigtigt for forældre at gøre sig klart, at de skal være far og mor for deres barn resten af livet, og sammen skal gøre deres bedste for, at deres beslutning ikke skal blive et traume for barnet længe fremover.

*Hvis man ikke kan
sige noget godt om
den anden part, er
det bedst ikke at sige
noget.*

Hvordan forsikrer man barnet om, at det er uden skyld?

Børn er selvsagt uskyldige og kan ikke drages til ansvar for forældres skilsmisse. Hvis forældre har travlt med at bebrejde hinanden, at det gik, som det gik, tyder til gengæld meget på, at børn påtager sig skylden for det – alene fordi de ikke kan forstå det. Børn tænker ikke som små voksne, men som små mennesker, og små mennesker tænker mange gange helt anderledes end voksne, hvilket kan føre til helt forkerte konklusioner. Den uforståelige skilsmisse kan derfor i barnets hoved komme til at ende med følgende fejlslutning:

“Når min søde mor og min søde far ikke vil være sammen længere eller er blevet uvenner, er det nok, fordi jeg ikke er sød! Og så må det være min skyld! Det kan da hverken være min mors eller min fars!”

Hvad skal barnet ikke have at vide?

Det er aldrig en god idé at fortælle små og mindre børn i detaljer, hvad der førte til forældrenes brud. Det må vente, til de bliver så store, at de har forudsætningerne for at forstå, dvs. i teenagealderen eller senere. Ikke blot er det vigtigt at fritage barnet for en selvpåtaget skyld. Det er også uhyre vigtigt for barnet, at forældrene ikke udpeger hinanden som skyldige. For barnet kan en sådan ensidig dom af moren eller faren gøre det meget svært at fastholde sin tillid til den pågældende forælder, eller barnet

kan få opbygget aggressioner overfor vedkommende, med alle de svære følelser, det vil indebære, fordi de gennemgående er grænseløst loyale over for begge deres forældre. For den forælder, der føler sig svigtet i skilsmissen, kan det næppe undgås, at der fra tid til anden falder negative udtalelser om den anden part, særligt i den første tid efter skilsmissen. Her bør man for barnets skyld holde sig til følgende livsvisdom: Hvis man ikke kan sige noget godt om den anden part, er det bedst ikke at sige noget. Ftølgende udsagn stammer fra henholdsvis en 5-årig pige og en 7-årig dreng og illustrerer tydeligt, hvad voksne ikke skal sige om skilsmisse:

“Jeg vil ikke besøge min far mere, for min mor siger, at min fars nye kone er dum, og at hun har stjålet min far. Og hun (damen, red.) er også dum.”

“Det er synd for min far, for han siger, at min mor har taget de fleste af hans penge, så han ikke mere kan købe ting til mig, når jeg besøger ham – min mor er dum!”

Hvordan skal barnet bo?

Hvor meget skal barnet bestemme om, hvor det skal bo?

For de fleste forældre i en skilsmisse er hovedtemaet: Hvor skal barnet bo? Ét er det fælles forældreansvar, men hvem skal være bopælsforælder? Hvis barnet er gammelt og modent nok til klart at tilkendegive, hvem det ønsker at bo hos, og den anden accepterer dette, undgås konflikten. Men hvis forældrene ikke kan enes, eller hvis de beslutter, at barnet skal vælge, er det langt fra sikkert, at barnet kan eller vil tage den beslutning. For som nævnt er børn ofte grænseløst loyale og ved at give dem friheden til selv at bestemme, hvor de vil bo, kan man komme til at sætte dem i en situation, hvor de oplever, at de ved deres valg klart viser, at de foretrækker den ene frem for den anden.

Det er respektfuldt at lægge øre til og så vidt muligt imødekomme barnets ønsker – igen afhængigt af alder og modenhed. Men i andre situationer vil det være en stor lettelse for barnet, at det er forældrene – eller hvis sagen går i Retten, andre voksne – der træffer valget om bopæl.

Hvor tit skal barnet på samvær?

Når først det er besluttet, hvem der skal være bopælsforælder, vælger langt de fleste at følge en praksis med hver

anden weekend, og at skiftes til at have barnet i ferier og på helligdage. Det kaldes for en 9/5 ordning, 9 dage hos den ene og 5 dage hos den anden. Herudover er det også almindeligt med en samværsdag i den uge, hvor barnet ikke skal på weekendsamvær. Dette er selvsagt kun en mulighed, hvis det rent geografisk kan lade sig gøre, dvs. at der ikke er for lang afstand mellem forældrenes bopæle. andre vælger en deleordning, hvor barnet opholder sig lige meget hos dem begge på skift, en såkaldt 7/7 ordning.

9/5 eller 7/7 ordning?

På spørgsmålet om hvad, der er bedst for barnet, kan svaret være: Det, der virker mest tilfredsstillende for barnet. Hvis forældrene kan samarbejde, bor tæt på hinanden – så barnet kan komme i sin børnehave/skole dagligt og være sammen med sine kammerater – kan en 7/7 for nogle være det bedste. Men hvis forældrene har svært ved at samarbejde, kan barnet opleve, at det befinder sig i to uforsonlige verdner, eller føle sig som en nomade med to forskellige adresser, men uden et egentligt hjem.

Hvis det ugentlige skift fra den ene til den anden forælder indebærer, at barnet ikke kommer i sin institution



*Det er respektfuldt
at lægge øre til
og så vidt muligt
imødekomme
barnets ønsker.*

dagligt, og det måske skal have to sæt venner, opstår der let stor forvirring i barnet. Der sker også det for nogle, at de hægtes af i deres sociale lege-netværk, fordi det kan være svært at aftale, hvor og hvornår der skal leges. Børns betydning for børn kan ikke over-vurderes, så selvom det kan være en bitter pille at sluge, at barnet til tider hellere vil være sammen med en

god kammerat, skal man i disse situationer vise storsind og forståelse og glæde sig over, at barnet knytter venskaber og på den måde udvikler sociale færdigheder.

Det er forståeligt, at mange forældre ønsker en 7/7 ordning, men hvis det af ovennævnte årsager ikke er til barnets bedste, må begge forældre vise ansvar-

Det er i lige så høj grad kvaliteten af samværet, der styrker relationen mellem forælder og barn.

lighed. Heldigvis forholder det sig heller ikke sådan, at forældres indflydelse på børn udelukkende afhænger af samværets varighed. Det er i lige så høj grad kvaliteten af samværet, der styrker relationen mellem forælder og barn.

Tivolifar eller -mor

Mange ikke-bopælsforældre føler sig ofte som en såkaldt tivolifar eller -mor.

Det sjældne samvær skal for enhver pris være perfekt: Det skal være hyggeligt, der skal være spændende aktiviteter og slik på bordet. Det er både forståeligt og i en vis udstrækning noget, som både barnet og forælderen forventer, men i langt de fleste tilfælde er der tale om et overgangsfænomen. med tiden vil man finde en mere normal rytme og noget, der ligner en hverdag sammen.

Det er vigtigt at være enige

Hvad skal forældre være enige om efter en skilsmisse?

Der kan være mange grunde til, at man går fra hinanden, men hvis uenighederne omhandler børn, vil hovedtemaerne typisk være:

- Hvordan skal barnet opdrages?
- Hvad skal barnet lære?
- Hvordan skal det opføre sig?
- Hvilke pligter skal barnet have?
- Hvad må barnet og hvad må det ikke?

Hvis forældre fortsætter med at skændes om barnets opdragelse, og især hvis det sker i barnets nærvær, tyder meget på, at det lige netop er det, der gør barnet til et "skilsmissebarn" – forstået på den måde, at barnet bliver den psykologiske slagmark, hvor forældrekampen raser. Reaktionen ses tydeligt i barnets adfærd efter en skilsmisse, og tydeligt i samværssituationerne. Hvis forældre ikke kan enes om opdragelse, bør de i det mindste tilstræbe, at barnet ikke bliver samtalepartner eller konfronteres med parternes negative opfattelse af hinanden – i respekt for barnet og dets personlighedsudvikling.

Simple spilleregler

Følgende to forhold er værd at tage med i overvejelserne, når det handler om opdragelse af barnet: For det første er børn meget lærenemme og mestrer som regel at affinde sig med, at der hersker forskellige regler og omstændig-

heder afhængigt af, om de er sammen med mor eller far. Det er selvfølgelig under forudsætning af, at det, der foregår, er fuldt forsvarligt og ikke i sig selv er til skade for barnet.

For det andet tyder alt på, at børn har lettere ved at komme igennem en for dem svær periode med opbrud og kaos, hvis de voksne "taler i stereo", dvs. fastholder et både nødvendigt og almindeligt accepteret sæt sociale spilleregler over for barnet i stil med:

- Du skal høre efter, hvad de voksne siger
- Du skal passe dine ting
- Du skal tale pænt til andre
- Du skal overholde aftaler
- Du skal opføre dig ordentligt

Hvis børn for tit eller for længe udsættes for alt for modstridende normer og synspunkter hos far og mor, og hvis begge forældre kritiserer hinandens normer og værdier, gør de det kun sværrere for barnet.

Reaktionerne ses tydeligt i barnets adfærd efter en skilsmisse, og tydeligst i samværssituationerne.

Hvad siger børn om skilsmisse?

Som nævnt i forordet går børn ikke ind for, at forældre lader sig skille, i hvert fald ikke mens de er mindreårige eller hjemmeboende. Det er som udgangspunkt en ikke-eksisterende mulighed i deres unge univers. En skilsmisse ændrer ved hele deres kendte verden og virker på mange som et psykisk jordskælv. Børn synes, forældre skal være gode venner og forblive sammen – punktum! Når der er optræk til en skilsmisse, kan børn udtale til pædagoger, lærere og andre i deres daglige omgangskreds, at “min mor og far er lidt uvenner” og lignende formildende udsagn. Men da børn jo også er sproglige minimalister, dvs. helst ikke røber for meget om de hjemlige forhold, dækker “lidt uvenner” ofte over, at det går højlydt for sig imellem forældrene.

Børn kan med andre ord have meget svært ved at fortælle andre om en forstående eller effektueret skilsmisse og ser, som tidligere omtalt, ud til at opleve en form for skam eller skyld. Forældres håndtering af skilsmissen har stor betydning for, hvordan både de og barnet kommer igennem sådan en livskrise. men gennemføres den med alle de optimale hensyn til barnet, kommer langt de fleste heldigvis ud på den anden side af krisen med sjælen i behold.

Børn synes, forældre skal være gode venner og forblive sammen – punktum!

Opdragelse er inddragelse

Det er en kendsgerning, at vi opfører os på bestemte måder afhængig af, hvor vi er henne, og hvem vi er sammen med. Det er også en kendsgerning, at "hvis du vil ændre verden, må du starte med at ændre dig selv". Så hvis forældre og voksne vil have børn til at ændre adfærd, skal de først ændre deres egen. Hvad kan gøres anderledes? Og kan det gøres på en måde, så også barnets synspunkter inddrages?

Opdragelse er inddragelse, hvilket indebærer, at barnet bliver hørt og får medindflydelse i overensstemmelse med dets alder og modenhed. men selvsagt ikke enebestemmelse – det er og skal være de voksne, der sidder i førersædet.

Det er også en kendsgerning, at "hvis du vil ændre verden, må du starte med at ændre dig selv".

Det nye familiemønster

Hvad med den øvrige familie?

Lige såvel som børn har krav på at have kontakt til begge deres forældre, er det vigtigt at sørge for, at kontakten til den oprindelige families medlemmer vedligeholdes. Det kan være svært nok at leve med resultatet af forældrenes skilsmisse, men hvis det også medfører, at kontakten til andre og elskede familiemedlemmer – ikke mindst bedsteforældre – ophører, kan de følelsesmæssige tab være ubærlige for barnet i lang tid fremover. en ting er, at forældrene kan vælge hinanden fra. Men at fravælge forbindelsen til andre personer, som barnet er tæt knyttet til, kan gøre barnet endnu mere ked af det, end det i forvejen er.

Hvornår er barnet parat til at indgå i en ny familie?

Der findes ikke noget entydigt svar på dette spørgsmål, men for mange børns vedkommende skal de være parate, når den nye familie er en realitet, dvs. at den ene eller begge forældre etablerer sig med en ny partner. Det kan være svært nok at finde sig til rette i den "gamle" familie, nu da den ene forælder ikke er i hjemmet mere. Det ændrer ofte – og ofte radikalt – på de økonomiske vilkår, boligforhold, medfører skoleskift o.a.. Men når der kommer en ny spiller ind

på hjemmebanen, og hele det daglige samspil dermed forandres, skal der ofte gås forsigtigt til sagen, så barnet ikke føler sig overrumplet. Man skal med andre ord ikke have for travlt, men tværtimod give det lidt tid. For store ændringer i hverdagens rutiner, vaner, regler og struktur i for hurtigt et tempo, kan føre til et højt konfliktniveau. Nok er børn meget lærenemme, men de kan også fremstå som omstillings-resistente. Hvis det er tilfældet, vil de voksne i den "nye" familie blive meget tydeligt orienteret. Fra de mindste i form af hyl og skrig, mens de lidt større børn gerne benytter skældud, manglende samarbejdsvilje, Rasmus-modsat-adfærd og beklagelser over dit og dat. Hvis først barnets utilfredshed når institution eller skole, er det en sikkert tegn på, at barnet er havnet i vanskeligheder, som det ikke selv kan håndtere, og som heller ikke må negligeres.

Det kan være svært nok at finde sig til rette i den "gamle" familie, nu da den ene forælder ikke er i hjemmet mere.



Tid til et familietjek?

I denne ægteskabsmanual kan I blive klogere på de generelle juridiske forhold for familier. Men hvordan netop jeres familie er stillet i tilfælde af skilsmisse, ulykke eller dødsfald, kan I blive meget klogere på ved et Familietjek.

Et Familietjek er et møde, hvor familieadvokaten gennemgår alle jeres juridiske forhold. Her finder I ud af, om der er behov for at oprette ægtepagt om sær-eje, tegne nye forsikringer, oprette testamente eller børnetestamente – det tager højst nogle få timer.

Kontakt Danske Familieadvokater på 70 27 00 12 allerede i dag og aftal et familietjek. Så kan I undgå ubehagelige overraskelser i fremtiden.

Danske Familieadvokater er en landsdækkende forening af advokater med speciale i familieret. Vi rådgiver og bistår private, når de skal løse juridiske spørgsmål og konflikter.