

# En vejledning om skilsmisser for forældre og medarbejdere i Børnehaven Sønderled



Så alle kommer godt videre  
- med fokus på barnet

- udarbejdet af børnehaven Sønderled.

Pjece om skilsmisser for medarbejdere og forældre. Pjecen omhandler fakta om skilsmisser, viden om børns behov samt en handleplan for vores samarbejde.

## Forældre i skilsmisse

En skilsmisse er en stor livsomvæltning for børn og forældre. Alle skal orientere sig i en ny familiestruktur. En sådan livsomvæltning kan ofte medføre konflikter mellem forældre og jeres samarbejde kan blive udfordret i en periode.

Det kan være hårdt, at indrømme overfor sig selv og hinanden, at drømme og illusioner om resten af livet med hinanden brister. Der er praktiske og økonomiske udfordringer, men for de fleste er den ubærlige konsekvens af en skilsmisse, at børnene ikke længere er en daglig selvfølge i jeres liv.

*"Kærligheden binder uenigheder sammen, når den forsvinder så er det børnene der skal binde uenighederne sammen".*

Jeres fremtidige samarbejde er yderst vigtigt og afgørende for, at jeres barn kommer godt igennem denne livsomvæltning. I skal nu give hinanden hånd og sige farvel til et partnerskab, men samtidig må I række hånden ud og sige goddag til et livslangt forældreskab, fordi det er bedst for jeres barn.

Når I vælger, at fortælle jeres barn om beslutningen, er det vigtigt, at det sker så tidligt som muligt og helst sammen. Barnet har krav på en forklaring og jeres budskab må siges ud fra en konkret vurdering af barnets alder. Så I fortæller det på en måde, barnet kan forstå: "Mor og far skal skilles. Vi elsker dig begge to" - og det skal siges mange gange i den kommende tid, måske år. Fortæl jeres barn, at det ikke er hans/hendes skyld, men et valg, som I har truffet.

Ifølge en analyse fra Børns Vilkår mener hvert 10. barn, at de selv har forårsaget bruddet mellem mor og far. Børn har krav på at få at vide, hvad der sker, ellers drager de deres egne konklusioner og det kan være rigtigt usundt.

En skilsmisse er altid de voksnes ansvar, derfor skal forældre gøre smerten så lille som mulig. Det har barnet brug for. Forældre skal være loyale overfor hinanden og de skal altid "spille hinanden gode" overfor barnet. Og jo, det kan være svært, hvis man er uenig eller såret, men det er jeres barns behov.

## Fakta om skilsmisser

- Ca. 1/3 af alle danske børn oplever, at deres mor og far går fra hinanden, inden de bliver 18 år
- Der er pt. ca. 300.000 delebørn i Danmark
- Ca. 15.000 ægteskaber opløses hvert år. Ydermere går mange samboende par også fra hinanden
- Ca. 25.000 børn og unge bliver hvert år berørt af brud i familien

## Skilsmisse og børn

Voksne i skilsmisser har brug for hjælp og støtte. Børnenes behov er endnu større, og først og fremmest har de brug for deres forældre.

Barnets pædagog har kendskab til barnet og familien, og denne indsigt kan pædagogen bruge til, at forbedre barnets forhold.

For det vil gå ud over barnets trivsel og udvikling, når forældrenes parforhold er i krise. Når forældrene skal skilles, oplever barnet sjældent kun et, men mange tab. Den ene forælder flytter ud af boligen, barnet skal måske selv flytte og barnet mister det, at have begge forældre omkring sig i hverdagen.

Som barn er det oplagt at føle sig aldeles hjælpeløs, for barnet har på ingen måde kontrol over situationen. Det er de voksne, der styrer forløbet, og fremtiden er pludselig forbundet med utryghed og usikkerhed. Der er tale om et fundamentalt tab for barnet. Tabet af forudsigelighed og adskillelsen fra den familie, som de udgjorde sammen med de vigtigste voksne i deres liv.

Når forældre skændes meget, tror børnene, at det er dem, forældrene skændes om, og så kommer alle fejlslutningerne:

*"Hvis ikke jeg havde slået lillebror"... "Hvis ikke jeg havde plaget nede i brugsen"...*

Mange børn vender spørgsmålet om "hvorfor" indad. Enten har de ikke fået en forklaring, de kan forstå, eller også har de slet ikke fået en forklaring. Hvis det sker er børnene tilbøjelige til at drage deres egne konklusioner. Børn har brug for hjælp til at forstå, at det aldrig er deres skyld.

## Pædagogens samtaler med barnet

Hvis barnet af sig selv, skal have lyst til at dele bekymringer af denne slags med dig, skal de opleve dig som en tilgængelig voksen. Een der tager sig tid til at lytte og kommentere i åbenhed og tryghed. En god ting er også, at forældrene italesætter over for barnet, at det er i orden at snakke med pædagogen.

- Vis positive følelser
- Vis, du kan lide at være sammen med barnet
- Vær positivt lyttende
- Prøv at få en samtale i gang ved at tale om ting, barnet er optaget af
- Juster i forhold til barnet og følg dets udspil og tempo
- Fasthold barnets perspektiv
- Lov ikke at der er nemme løsninger
- Fortæl barnet, at du altid er parat til at tale
- Hjælp barnet med at fortælle om forældrenes skilsmisse på gruppen ifølge aftale med forældrene

Hvis barnet ikke vil tale om det, kan en åbning være, at læse en bog om emnet eller gætte på barnets følelser og tanker.

Særligt i denne situation er vigtigt for jeres barn, at vi - forældre og institutionen - har et godt og tæt samarbejde, hvor vi er i ærlig dialog med hinanden om barnets trivsel.

Institutionen kan vejlede i forhold til barnet og henvise forældre til hjælp, hvis der er behov for det.

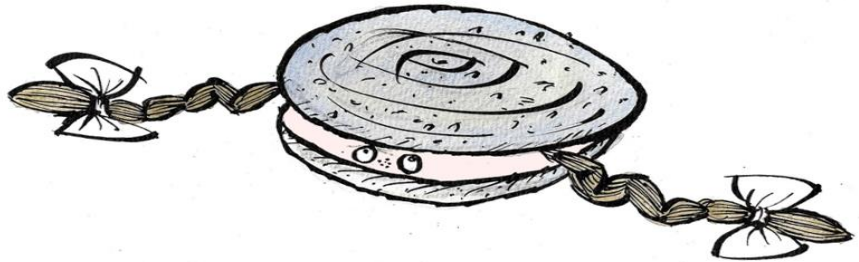
## Reaktionsmønstre

Børns adfærd er invitationer og de har ikke altid et sprog for det, de oplever, tænker og føler. Børns adfærd er derfor nogle gange deres måde at udtrykke sig på, der er en mening bag adfærden. Vær nysgerrig. Det er de voksnes opgave at forstå børns adfærd som invitationer.

Reaktionsmønstre kan skifte fra situationen til situation. Et barn kan sagtens reagere med forskellige typer adfærd og søskende kan reagere meget forskelligt. Det handler om at holde øje med fremtrædende reaktionsmønstre eller en pludselig ændring af adfærd.

## Østers adfærd

- Bliver tavs
- Lukker sig inde i sig selv
- Gør meget lidt opmærksom på sig selv
- Er meget lidt meddelsom



## Kaktus adfærd

- Udtrykker vrede meget direkte
- Skaber konflikter omkring sig
- Bruger frisprog
- Gør tydeligt opmærksom på sig selv



## Partifælle adfærd

- Allierer sig med den ene af forældrene
- Forsøger at minimere kontakt med den anden forælder
- Tager ofte den ene forælders perspektiv



## Mægler adfærd

- Prøver at handle i forhold til situationen
- Forsøger at forstå begge forældre
- Forsøger at skabe forståelse forældrene imellem
- Tager ansvar for at dæmpe konflikten



## Afstandstager adfærd

- Skaber afstand mellem sig selv og forældrene
- Giver udtryk for, at de ikke vil blandes ind i konflikten
- Sætter grænser mellem sig selv og det, som hører de voksne til





## Linedanser adfærd

- Undviger temaer, som kan forværre forholdet mellem forældrene
- Taler mere om forældrenes behov end egne behov
- Siger meget lidt om sig selv, men fortæller positivt om den forælder, de netop har været på besøg hos
- Undgår at fortælle ting, som de ikke er så glade for



## Skilsmissemødet

Primærpædagogen er ansvarlig for at indkalde til mødet med følgende dagsorden. Vores skilsmissepædagog eller en fra ledelsen deltager også i mødet.

Formålet med mødet er:

- At få klarhed over barnets trivsel i forbindelse med skilsmissen
- At få klarhed over barnets bopæl og hvordan samværet med den anden forælder er aftalt.
- At få aftalt hvordan begge forældre sikres informationer fra institutionen
- Er der noget, forældrene ønsker, vi skal gøre nu og/eller på længere sigt.

Deltagere: Leder/souschef, primærpædagog, forældre.

- Leder/souschef orienterer om formålet med samtalen
- Primærpædagog orienterer om barnets trivsel
- Hvordan oplever forældrene barnets trivsel?
- Hvordan har barnet reageret?
- Er der nogle voksne i jeres omgangskreds, barnet kan støtte sig til?
- Hvordan fungerer jeres samarbejde om barnet?
- Har I modtaget rådgivning?
- Er der fælles forældremyndighed?
- Hvordan er aftalen om samvær evt. en samværsresolution.
- Hvordan sikre I, at I orienterer hinanden om informationer fra institutionen?
- Skal jeres barn skilles fra sine søskende

Oplysninger vi vil give:

- Hvor I kan søge rådgivning, hvis I har brug for det
- Vigtigheden af, at I taler med jeres barn om skilsmissen
- At I ikke inddrager og lader barnet overheøre konflikter
- At I skal indgå aftaler, hvor jeres barn bevarer tilknytning til jer begge
- At I skal oplyse om eventuelle ændringer i samvær og aftaler hen ad vejen
- Vi vil gøre rammerne ekstra trygge i den omskiftelige tid der kommer
- Fortælle om vores oplysningsret- og pligt

Her i Børnehaven Sønderled ved vi noget om børn i skilsmisser og den store livsomvæltning det er, både på den korte bane og

den lange bane, når nye familie konstellationer opstår. I kan altid bede om en samtale og såfremt I har noget konkret, I gerne vil tale om, bedes I oplyse om det, så vi kan forberede os på samtalen.

## Råd til jer forældre som skal skilles

- Fortæl barnets skole/dagtilbud om uro på hjemmefronten
- Fortæl jeres barn hvad der sker - i forhold til dets udvikling
- Få andre til at tage sig af jeres barn, når I ikke selv magter det
- Tal ikke dårligt og nedladende om den anden forældre overfor jeres barn
- Jeres barn skal ikke være jeres fortrolige
- Se fordomsfrit på om jeres barn skal bo hos mor eller far
- Beslut jeres barns bopæl så hurtig som muligt
- Overhold aftaler om samvær, tænk på jeres barns behov
- Brug ikke barnet som sendebud
- Sørg for at jeres barn bevarer vigtige relationer til f.eks. familiemedlemmer
- Forhold jer løbende til, hvad der er bedst for jeres barn, behovene ændre sig med tiden/årene

Vi håber denne pjece kan være en håndsrækning i en svær tid og kan hjælpe til, at holde fokus på barnets behov.

## Børns reaktioner

I perioden op til selve skilsmissen er familien ofte præget af tavshed og dårligere humør end normalt. Barnet registrerer det næsten altid og er klar over, at noget er galt hjemme.

I 0-3 års alderen viser børnene manglende overskud, som kan udmønte sig i at deres følelser "flyder over" (gråd/ vrede). De kan fornemme forældrenes manglende nærvær.

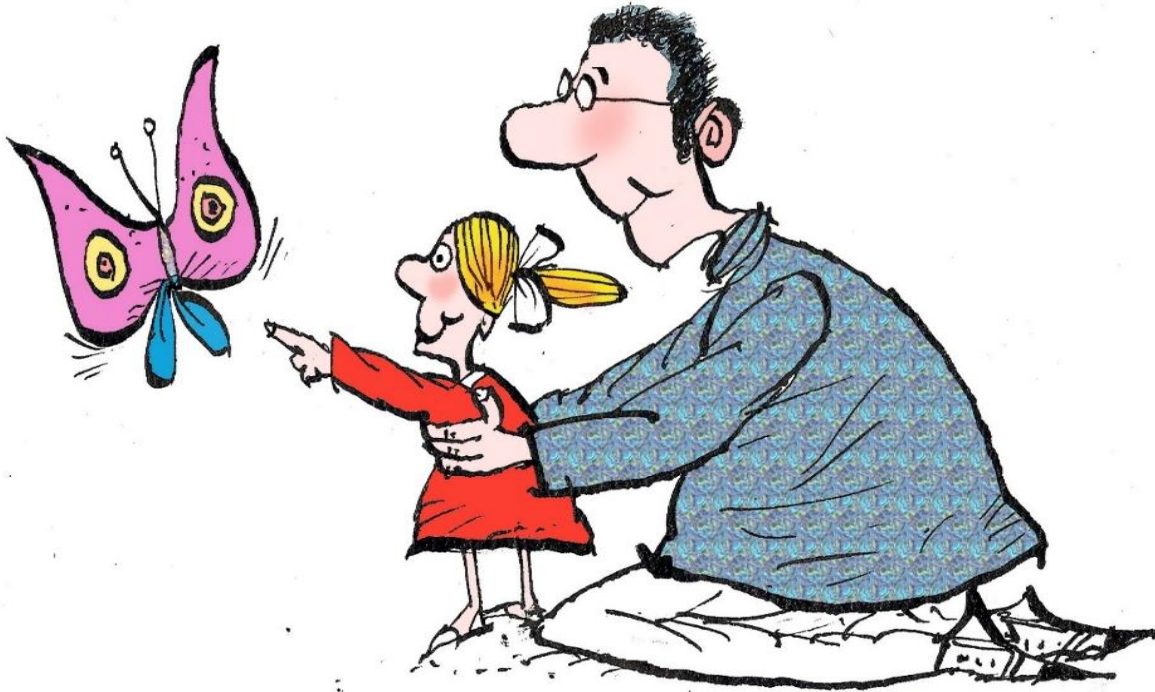
Op til 3-4 års alderen er det svært at sætte sig ind i hvordan andre tænker og føler. Har barnet det dårligt kommer det oftest til udtryk i dårlig trivsel, kontaktbesvær, forsinket udvikling og psykosomatiske symptomer.

I 3 års alderen begynder barnet at reflektere over eget køn. Barnet har fået øje på, at der er forskel og prøver at efterligne forælderen af samme køn. Fantasier spiller en stor rolle.

Reaktioner kan være samspilsmæssige problemer i forhold til jævnaldrende i børnehaven, hyperaktivitet og forsinket udvikling.

I 4-5 års alderen tager kønsidentifikationerne virkelig fart. Drengene vil ligne deres far og piger deres mor. Ved at se, hvad forælderen af modsat køn, gør, får de erfaringer med, hvordan det modsatte køn reagerer. I denne periode vil barnet være ekstra sårbart, fordi identifikationsprocessen bliver forstyrret. Barnet har en høj grad af retfærdighedssans og vil måske synes, at det er tarveligt, at forældrene ødelægger familien. Samtidig er barnet meget bundet af regler, som ikke må brydes, hvilket netop er, hvad forældrene gør, når de skilles. Barnet vil

oftest gennem dets handlinger udtrykke noget om de oplevelser, de har haft, positive som negative f.eks. i rollelege.



Vi har vores viden fra flere års erfaring med skilsmissemøder, bogen "Børne i skilsmisser" af John Aasted Halse og Center for Familieudvikling.