

## Når forældre skal skilles

Skilsmisser er blevet en almindelig del af vores samfund, men for det enkelte barn vil bruddet mellem forældrene være en stor omvæltning. Når et forældrepar går fra hinanden, er det derfor vigtigt med en tæt dialog om barnets trivsel – særligt i den første tid efter skilsmissen. En skilsmisse er aldrig sjov, men hvis den er en realitet, er der rigtig meget forældre kan gøre, for at hjælpe deres barn bedst muligt igennem den.

I Sct. Severin Børnehuse har vi fokus på hvordan vi kan hjælpe og støtte barnet, og samtidigt hjælper forældrene med at tackle barnets situation. Vores samarbejde handler udelukkende om barnet og dets reaktioner på skilsmissen, og ikke om øvrige problemstillinger omkring skilsmissen.

Vi tager ikke parti for den ene af forældrene, men tager udgangspunkt i at barnet har to forældre.

Når vi får kendskab til at et forældrepar går fra hinanden, er det primærpædagogen, der er hovedansvarlig for forældredrekontakten. Vi inviterer forældrene til en afklaringsamtale, hvor formålet er at få klarhed over barnets trivsel og jeres aftaler om samvær m.m.

Primærpersonen har ekstra fokus på barnets trivsel, og ansvaret for det fortsatte dialog med forældrene. Det er vigtigt, at barnet har mulighed for at dele svære følelser med de kendte voksne i institutionen, derfor er det vigtigt at I fortæller os om, hvad der foregår derhjemme.

## Skilsmissemødet

Deltagere er forældrene, primærpædagogen og afdelingslederen

Formålet med samtalen 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
- At få afklaret om der er der noget, forældrene ønsker vi skal gøre nu og/eller på længere sigt.

## Dagsorden

- Afdelingslederen orienterer om formålet med samtalen
- Hvad har I fortalt barnet, og hvordan har det reageret?
- Hvordan oplever I barnets trivsel?
- Hvordan opleves barnets trivsel i institutionen?
- Hvor bor barnet lige nu, og ved barnet hvor det skal bo fremover?
- Skal jeres barn skilles fra sine søskende?
- Ved barnet, hvordan samværet med den anden forælder vil være?
- Hvordan fungerer jeres samarbejde om barnet?
- Er der fælles forældremyndighed?
- Ved barnet at vi er informeret om skilsmissen?
- Hvordan sikre I at I orienterer hinanden om informationer fra institutionen?

### 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 overhøre konflikter
- At I de 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
- Informere om vores oplysningsret- og pligt

### Råd til jer forældre som skal skilles

- Fortæl barnets skole/dagtilbud om uro på hjemmefronten
- Forklar præcis, hvad der sker og skal ske nu.
- 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
- Hjælp barnet med at sætte ord på dets følelser
- Giv barnet nærhed og omsorg
- Fortæl og vis barnet, at skilsmissen ikke er dets skyld – men kun jeres.
- Lad som ingenting, hvis barnet går tilbage i udvikling.
- Hold altid, hvad du lover om tidspunkter, afhentning etc.
- Giv barnet lov til at lege konflikterne ud
- Giv barnet mulighed for at gå til og fra samtaler
- Læs bøger om børn i skilte familier med jeres barn
- Forhold jer løbende til, hvad der er bedst for jeres barn, behovene ændrer sig med tiden/årene

### 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.

### Vuggestuebørn

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. Det er i den alder 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.

### Reaktionerne være:

- Mere klynkende og pylrede
- Søger ekstra opmærksomhed
- Har det vanskeligt ved adskillelse fra nære personer
- Har svært ved at overvinde frustrationer
- Kortere lunte
- Manglende evne til at falde til ro
- Længsel og savn
- Søvnproblemer

## Børnehavebørn

I 3 års alderen begynder barnet at reflektere over eget køn, har fået øje på der er forskel og prøver at efterligne forældrene af samme køn. Fantasier spiller en stor rolle. Reaktionen kan være samspilsmæssige problemer i forhold til jævnaldren i børnehaven, hyperaktivitet og forsinket udvikling.

I 4-5 års alderen tager kønsidentifikationerne virkelig fart. Drengene vil ligne deres far og piger deres mor, og ved at se hvad forældrene 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 retfærdigheds-sans og vil måske synes at det er tarveligt at forældrene ødelægger familien. Samtidig er barnet meget bundet af regler, og de må ikke brydes, hvilket jo netop er hvad forældrene gør når de skilles. Børnene vil oftest gennem deres handlinger udtrykke noget om de oplevelser, de har haft, positive som negative f.eks. i rollelege.

### *Reaktionerne være:*

- Panikker ved forældrenes skændelser
- Har let til gråd
- Føler vrede og angst
- Har følelse af tab og tomhed
- Kan begynde at tisse i bukserne, bide negle, eller stamme

En skilsmisse er altid de voksnes ansvar, derfor skal forældre gøre smerten for deres barn så lille som mulig. Forældre skal være loyale overfor hinanden, fordi barnet har brug for det 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.