



# SKILSMISSER

## – FEM ÅR EFTER

*Den seneste danske forløbsundersøgelse over skilte familier belyser blandt andet de problemer, forældrene møder, når skal samarbejde med deres eks.*

**Når** to mennesker skilles efter et mangeårigt samliv, er det en skelsættende begivenhed i deres og deres børns liv. Ganske vist er skilsmisser blevet uhyre almindelige, men det gør ikke følelserne mindre stærke for dem, der står midt i dem. En skilsmisse er ikke en enkel sag eller overstået med et snuptag. Når man har tilbragt år sammen dybt vævet ind i hinandens historier og liv og har fået børn sammen, tager det tid og hårdt arbejde at skabe et nyt fundament.

Tabet og smerten ved at miste et familieliv og den identitet, der er forbundet hermed, gør det selvsagt svært at være skilt forælder. Forældreskabet fortsætter for de flestes vedkommende i en eller anden form, hvilket præcis er det, der også skaber problemerne. Familien er opløst – og alligevel skal den fortsætte.

Siden Socialforskningsinstituttet og psykolog Morten Nissen i begyndelsen af 1980'erne gennemførte deres skilsmisseundersøgelse, har der ikke været foretaget en dansk forløbsundersøgelse af skilte familier.

Den undersøgelse, jeg vil sammenfatte i det følgende, har strakt sig over fem år (1996-2001) og har fra min side været et forsøg på at udfylde mangelen på konkret viden om skilsmissefamiliernes liv over tid. Formålet var at få mere dansk viden om, hvordan forældre og

### Om undersøgelsen

Artiklen er baseret på en dansk undersøgelse over skilte familier, foretaget 1996-2001 med oprindeligt 47 familier, svarende til 69 voksne og i alt 65 børn i alderen fire til ti år. Familierne har været kontaktede tre gange i løbet af femårsperioden. Første gang da separationen blev indledt, anden gang efter godt et år, og tredje gang fem år efter separationen. Data er indsamlet ved hjælp af såvel spørgeskemaer som interview med både børn og voksne. Helene Flendt har i fyldig form beskrevet undersøgelsen i bogen "Skilt – og hva' så. Danske forældres og børns erfaringer med livet efter skilsmissen?" Kroghs Forlag, 2002.

børn indretter sig efter en skilsmisse herunder hvordan en juridisk ordning som fælles forældremyndighed bliver forvaltet i praksis. Andre vigtige mål har været at se på, hvordan børnene oplever situationen, samt hvordan forældrene oplever samarbejdet – hvad der fremmer eller hæmmer dette – eftersom samarbejdet anses for at være en central kvalitet i en skilt families liv. ▶ ▶ ▶



► ► ► Jeg vil her udelukkende fokusere på spørgsmålet om samarbejdet mellem forældrene. Det er netop problemer med samarbejdet, der sender massevis af forældre til statsamterne, til rådgivning eller psykologer i forskelligt regi i et forsøg på at finde løsninger. Forskellige andre undersøgelser over effekten af rådgivning og mediation viser imidlertid, at en fjerdedel af forældreparrene ikke var i stand til at nærme sig hinanden – konfliktniveauet var simpelt hen for højt, og forældrene ikke tilstrækkeligt motiverede.

### Samarbejde?

Så hvad er det, der gør, at nogle forældre er i stand til at samarbejde og andre ikke?

Først er det måske på sin plads med en definition af ordet "samarbejde". Hvad er fx "væsentligt spørgsmål om barnet", og hvor meget og hvordan kræver en enighed herom af kontakt og samtale? Hvad vil det sige at samarbejde om samværet? Er det blot at overholde standardaftalerne? Eller er det støtte hinanden i at finde frem til en individuel løsning, der tilgodeser barnet bedst muligt? Og hvad vil "bedst muligt for barnet" sige?

Meget få skilte forældre har tænkt på at formulere konkret, hvad de hver især mener, samarbejdet skal bestå i. Netop derfor har de ofte meget forskellige

opfattelser af, hvad samarbejdet og det fælles forældreskab indebærer. Dette kan betyde, at de gang på gang oplever, at den anden ikke "samarbejder", hvilket retteligt betyder, at den anden ikke har den samme forestilling om samarbejdet som én selv. Dette kan så igen misbruges til at slå hinanden oven i hovedet med, hvis det følelsesmæssige bånd stadig gnaver på en ubehagelig måde. Et pres udefra om at "samarbejde" kan også virke som en helt umulig opgave for den, der ligger fuldstændig underdrejet i sårethed og sorg.

En ordbogsdefinition på "samarbejde" lyder: "At arbejde i fællesskab, føre sammen til en helhed, koordinere". En anden mere illustrativ definition er hentet fra en anden kultur, fra den indianske verden. Her sidestilles et samarbejde mellem to som det at sejle i kano. Man kan enten padle i hver sin retning i den fælles kano, hvorved kanoen ingen vegne kommer eller måske kæntrer, eller man kan arbejde for at støtte hinanden og følge med strømmen. Man kan således forstå et samarbejde som både det at arbejde sammen og at arbejde sammen mod et fælles mål – det vil sige både processen og resultatet. Et frugtbart samarbejde er i den forstand, at forældrene er enige om, hvad de arbejder hen imod, og hvordan de gør det.

Femårs-undersøgelsen viser, at der er

flere faktorer, der gør sig gældende med hensyn til, om samarbejdet udvikler sig positivt eller negativt over tid. Det drejer sig om:

- Fælles værdisæt.
  - Omstændighederne omkring skilsmis-
- 
- Den første tid efter bruddet.
- 

### Fælles værdier

Forældrepar, der gennem deres ægteskab har haft en fælles forståelse af, hvilke værdier der er vigtige, er i stand til at bruge denne som en slags løftestang ud af eventuelle uoverensstemmelser senere hen.

Forståelsen eller enigheden drejer sig både om menneskelige værdier – hvad vi mener vores barn skal lære af kvaliteter og værdier – og om, hvordan disse værdier kan læres, fx gennem faste strukturer, konsekvens, åbenhed og accept.

Selv når der midlertidigt kan opstå problemer fx på grund af aftalebrud og deraf følgende følelse af svigt hos den anden, lykkes det senere hen at få åbnet kommunikationslinjerne på en tilfredsstillende måde.

### Selve skilsmis-

sen Omstændighederne omkring skilsmis-

sen har vist sig at være en klar indikator på, hvordan det senere vil gå. Men det er her vigtigt at bemærke, at det ikke er



MODELFOTOS: BAM

umuligt at ændre på udvikling, hvilket den første tid efter bruddet afslører mere om. I første omgang er det selve skilsmisken, den grund skilsmisken er kommet af, der har betydning. Hvad var årsagen? Hvordan var forholdet mellem ægtefællerne, da beslutningen blev truffet? Og hvordan var de stillet hver især lige efter bruddet?

Når skilsmisken er en fælles beslutning og begge er nogenlunde ligestillet socialt og romantisk – eventuelt økonomisk – bagefter, er der alle chancer for, at samarbejdet kan køres i en positiv ånd. Ingen har noget på den anden, og da begges livsomstændigheder umiddelbart bagefter er OK, er der overskud til at nære gode følelser for den anden.

Det er straks sværere i det øjeblik, skilsmisken er den enes beslutning alene. Dette sætter uundgåeligt den anden i en mere sårbar position, i hvert fald hvis den anden har meget svært ved at forstå og acceptere beslutningen. Imidlertid bliver det først kritisk, når den enes beslutning er forbundet med voldsomme følelser af svigt hos den anden, fx på grund af utroskab eller en klar fornægtelse af det liv, man har haft sammen.

En yderligere risiko for negativ udvikling føjes til, såfremt svigtet bundes i vold eller misbrug. En mand, der udøver vold mod sin kone, bundfælder med sin krænkelse et svigt, der er så intenst, at

det kræver overmenneskelige evner at stille op til samarbejde bagefter. Faktisk opleves det af nogle som et overgreb i sig selv at skulle stille op til "samarbejde" uden den mindste basis af tillid. Misbrug i form af alkohol, piller, hash osv. er ligeledes dybt underminerende for tilliden, hvilket selvsagt ikke baner vejen for et positivt fællesskab bagefter.

### Den første tid

Imidlertid behøver omstændighederne omkring skilsmisken ikke at være en endegyldig rettesnor for den videre udvikling. En anden betydningsfuld faktor er nemlig den første tid efter bruddet. Det ser ud til, at forældrene inden for det første halve år lægger linjen for, hvordan de forholder sig til hinanden fremover. Det er indlysende, at selve skilsmisens forløb har en indvirkning. Og det er derfor, at et voldsomt svigt sætter sit præg langt ind i familiens senere liv i form af mistillid, sorg og smerte, skænderier, gamle sår, der bryder op, afvisning og kulde.

Men det interessante er, at det ikke behøver være afgørende. Det afgørende sker i den første tid efter bruddet. Undersøgelsen viser nemlig, at det er lykkedes for enkelte forældrepar med et meget traumatisk brud at genskabe en positiv ånd på relativt kort tid. Det er tilmed lykkedes at udbygge og bevare denne i årene fremover. (Bemærk: Ingen ► ► ►



## Om skænderier

Det kan nok ikke overraske, at mange forældre stadig skændes fra tid til anden, også selv om de har været skilt i årevis. Det gør de også i femårsundersøgelsen. En tredjedel skændtes ofte eller jævnligt et år efter separationen. Efter fem år svarer en fjerdedel af forældrene, at de fortsat skændes relativt hyppigt.

Der viste sig en lidt spidsfindig udvikling i præcis dette spørgsmål. Det er nemlig ikke de samme par, der skændes meget efter fem år som efter et år. For nogle har der været tale om en optrapning af skænderierne over tid, mens der for andre har været tale om en neddrøsling, svarende til en forbedring af samarbejdet. Den gruppe af forældre, som formåede at intensivere konflikterne mellem sig efter flere år, begrundede det i emner, som tidligere i parrets historie har været årsag til diskussion: penge, hvem-gør-hvad, interesse for børnene, manglende støtte osv.

► ► af disse havde en fortid præget af vold, overgreb, misbrug eller lignende). Hvorimod andre forældrepar med tilsvarende vanskelige brud så at sige kører linjen videre fra negative oplevelser omkring bruddet og dermed forstærker de sårede følelser, der er forbundet hermed i så tilpas lang tid, at der næsten ikke er nogen vej tilbage. Dette betød, at gamle sår dukkede op på uventede tidspunkter – flere år efter – og bagateller kunne føre til kæmpe skænderier og fornyet skyttegravskrig.

Selv om man ikke uden videre kan sammenligne vidt forskellige personer og deres familiehistorier, viser kommentarer og interview i undersøgelsen, at det er muligt at ændre på det, der i første omgang ser ud til at være en totalt blokeret situation. Den altafgørende ingrediens heri hedder motivation og vilje. Uden viljen kan man være nok så bevidst om, hvad der skal til og få nok så mange gode råd eller nok så mange rådgivningssamtaler – det vil ikke hjælpe. De forældre, der i under-

søgelsen besluttede med sig selv, at de ville noget andet, benyttede sig af terapi, venner og familie, litteratur om sorg, krise og lignende for at vende den destruktive cirkel.

De komponenter, der nævnes af forældrene som henholdsvis befordrende eller hæmmende for samarbejdet, er følgende:

### *Befordrende:*

- Fælles værdisæt.
- Imødekommenhed over for den anden behov.
- Praktisk hjælp og støtte.
- Fleksibilitet.
- Anerkendelse af den andens indsats.
- Lydhørhed over for børnenes signaler og behov.
- Vilje til at bearbejde følelserne i forbindelse med bruddet.

### *Hæmmende:*

- Fundamental uenighed med hensyn til værdier.
- Afvisning af den anden.
- Fornægtelse af livet med eks-ægtefællen.
- Rigid fastholdelse af aftalerne (at holde på sin "ret").
- Tvang i samværsammenhæng (at holde på sin "ret").
- Ingen fornemmelse for børnenes signaler og behov.
- Fornægtelse af følelserne i forbindelse med bruddet.

## Perspektiv for praksis

Jeg har i ovenstående formidlet et lille udpluk af den mangfoldige virkelighed, som jeg har søgt skildret i en større helhed andetsteds. ("Skilt og hva' så?" Kroghs Forlag 2002). Det forekommer mig vigtigt at understrege, at selv om

det er lykkedes for nogle forældrepar at arbejde med sig selv og dermed med samarbejdet – hvilket helt tydeligt har været en fordel for de implicerede børn – så skal man være forsigtig med at generalisere og mene, at dette er muligt for alle. I princippet er det jo, men det har også været slående i undersøgelsen, hvor smertefuld skilsmisseprocessen er for mange og hvor lidt forståelse de møder – især når det drejer sig om at stille op til aftaler og samarbejde med eks'en. Det tillidsbrud, der ligger implicit i oplevelsen af et stort svigt, bør muligvis ofres mere opmærksomhed, end tilfældet synes at være p.t.

Den rådgivningspraksis, der er fremherskende, lægger stor vægt på at adskille forældrenes liv og ansvar over for hinanden. Dermed bliver de sårede følelser så at sige fejlet til side, og fokus bliver udelukkende her-og-nu-situationen. Det er der megen god fornuft i. Imidlertid – hvis man ser på de komponenter, der faktisk fremmer samarbejdet – er der tale om en fortsat hensyntagen til hinanden, praktisk hjælp, anerkendelse af hinanden og af det liv, man har haft sammen osv. Der er ingen tvivl om, at sådanne positive attituder over for den anden har bevirket



små mirakler over tid. Det har genskabt tilliden langsomt, men sikkert.

Man kunne måske derfor forestille sig i en rådgivningssituation at forsøge at bevare de gode aspekter fra parforholdet ind i det skilte familieliv og dermed lade “adskillelsen” få et mere nænsomt og naturligt forløb.

*Helene Flendt er cand.psych. og har forsket i skilsmisser og fælles forældremyndighed siden 1992*

