

FORELDRE & BARN

NR. 4 1999 23. ÅRG. VEIL. PRIS KR 44,00

● En dag på
HELSESTASJONEN

● Når familien går
I TUSEN KNAS

● Familievennlige
sjefer i siget

● Ikke lett å være
FØRST & STØRST

● **PÅSKEPYNTEN**
barna lager selv

● **EU-MAT**
– ikke for
norske barn?

VÅRKLÆR

FOR VILTRE SMÅFOLK

Ulykkelig skilt

Den lykkelige skilsmissen - er den mulig? På sikt kan nok mange vokse på en skilsmisse. Men svært sjelden er samlivsbrudd et ukomplisert farvel. Det er ofte en sorgtung og konfliktfull prosess som kan starte mange år før mor og far skiller lag. Og midt i krigssonen står barna.

Selv når begge er enige i at det er best å gå hver sin vei, kan et samlivsbrudd neppe kalles lykkelig. For uansett hvor enige han og hun er i at forholdet har nådd smertegrensen, er det som regel en lang og vond prosess før den ene virkelig pakker kofferten, tar med seg halve innboet og flytter ut. To mennesker som trodde de skulle skape et lykkelig liv sammen, starter plutselig på bar bakke hver for seg. Drømmer knust, selvfølelsen revet ned og ofte må de begynne på nytt med dårlig økonomi. En følelse av nederlag, ikke minst i forhold til barna.

Kan hende er mor og far fornuftige nok til å bli enige om både samvær med barna og fordeling av cd-plater. Likevel er det ofte slik at enigheten kun eksisterer på overflaten. To mennesker som ikke lenger «passer sammen», har med årene utviklet to helt forskjellige syn på virkeligheten. Det er nettopp spriket i synet på verden, parforholdet og familielivet som til slutt gjør det umulig å leve sammen. Og det er som oftest *hun* som går. Familieterapeut Tore-Kristian Lang skildrer et typisk brudd:

Den svarte historien

Hun: «Du hører ikke på meg! I ti år har jeg sagt at vi ikke har det noe bra. Du har ikke sett meg!»

Han: «Men jeg trodde jeg gjorde det jeg skulle, jobbet døgnet rundt for deg og barna fordi jeg er glad i deg.»

Hun: «Men jeg har sagt at jeg ikke er interessert i huset, jeg ville at vi skulle være sammen, snakke sammen... du har aldri hørt på meg når jeg har problemer på jobben.»

Han: «Hvorfor slutter du ikke å jobbe, da?»

Lang beskriver hvordan mange menn oppfatter virkeligheten som nærmest ingeniørmessig; teknisk og fokusert på problemløsning. Han tar ikke imot hennes signaler, og forstår for eksempel ikke at hun har behov for å snakke før å legge av seg slitenheten. Det kan være en tilsynelatende bagatell som utløser bruddet.

I løpet av år har han og hun utviklet to ulike oppfatninger av virkeligheten - to ulike fortellinger. De har laget en historie de har kunnet leve med, samtidig som de har stuert giften fra vonde bemerkninger og opplevelser inn i kottet. Plutselig velter alt dette fram igjen i forbindelse med en konkret situasjon. Hun eller han sitter igjen med alt det gamle og vonde vedt sammen til en uutholdelig historie. Denne svarte historien blir ofte begrunnelsen for skilsmissen. Den andre forsøker samtidig ofte å overbevise seg selv og den andre om at den hvite historien er riktig, den som har holdt forholdet sammen.

Små vitner

Barna blir vitne til at mor og far kjemper om å definere virkeligheten. De befinner seg midt i krigssonen, og de er lojale mot begge parter. Konflikten er enorm.

Lang har doktorgrad i teologi, er utdannet familie- og psykoterapeut fra USA og driver egen praksis i Sarpsborg. Han mener at de psykiske og sosiale omkostninger ved

en skilsmisse er langt større enn mange vil innrømme.

- Vi lever i en tid da den klassiske borgerlige familien i stor grad ikke lenger finnes. Samlivene er helt annerledes enn før, og de forandres stadig. Likevel er det fortsatt familien som danner grunnlaget for vår følelsesmessige helse - eller sykdom. At familiene er i konstant forandring, fører til at familiemedlemmene hele tiden utfordres i samspillet og ser hverandre tydeligere på godt og ondt, sier Tore-Kristian Lang.



FAKTA OM FAMILIELIV

1955: Av inngåtte ekteskap tar det 23 år før 10 % er skilt.

1965: Av inngåtte ekteskap tar det 11 år før 10 % er skilt.

1980: Ca. 25 % av bestående ekteskap kommer til å oppløses dersom det samme mønsteret fortsetter.

1990: Ca. 43 % av bestående ekteskap kommer til å oppløses.

1999: Hvert 3. barn kommer til å oppleve skilsmisse før fylte 16 år.

(Kilde: Statistisk sentralbyrå)

DETTE RISIKERER BARNA Å MISTE

- Mor, far eller begge (hvis ingen av dem er i stand til å møte barnet med ansvar, respekt og omsorg).
- Søskene som flytter ut sammen med den ene av foreldrene. Brudd på viktige relasjoner i barndommen kan gi sårbarhet og depresjon.
- Roller, som for eksempel plassering i søskenflokk, å være mammadelt, pappajente etc.
- Oppmerksomhet, som må deles med foreldrenes nye kjærester, evt. med nye barn. Det er vanskelig å konkurrere med et «kjærlighetsbarn» når en selv ikke lenger er produkt av kjærlighet...
- Geografiske og sosiale omgivelser.
- Naturlig respekt for voksne som konsekvente, ærlige og redelige mennesker. Hvordan ha respekt for voksne som kaster drift på hverandre?
- Materiell standard. Et samlivsbrudd kan gi et fattigere miljø, både emosjonelt og materielt. For 15 prosent leder det til økonomisk misère.
- Stabilitet, sammenheng, tilhørighet og mening. Kan gi identitetsproblemer.

Barn blir oversett

Foreldre orker ikke å se at barna har det vondt, særlig ikke når det er de voksne selv som er årsak til det vonde. Det kan føre til at ingen griper fatt i barnas situasjon.

Når familien splittes, opplever mange barn en krisepreget situasjon som kan vare i to til tre år, ofte lenger. I denne perioden dreier mye seg om penger, og ofte er prosessen et råkjør mellom foreldrene og overhodet ikke styrt av barnas behov.

Forskning viser at særlig små barn, som ikke har evne til å forstå det som skjer, kan få emosjonelle problemer, angst, depresjon, konsentrasjonsvansker og lojalitetskonflikter. Det er viktig at omgivelsene er klar over hva barnet gjennomgår og at problemene blir grepet fatt i med det samme. Hvis konfliktene mellom foreldrene er store, kan barna bli sosiale og aggressive. Men mange av problemene er tidsbegrenset – kun en liten gruppe barn fortsetter å ha problemer eller utvikler psykiske lidelser.

Måten de voksne takler skilsmis- sen på, er avgjøren- de for om bar-

net kan starte sorgarbeidet eller om det vil få varige traumer. Alle mennesker, store og små, tilpasser seg en ny livssituasjon

«Det er en betydelig minoritet barn som absolutt vokser på en skilsmisse»

ved å forandre seg – verdier, roller og måter å forstå verden på endres. De voksne har ofte brukt lang tid på å forandre sin forståelse av familielivet. Det har ikke barna. Mange kjenner smerte uten å vite hvorfor. Alt kan bli snudd på hodet fra en dag til en annen, og barna

har ofte problemer med både å tolke situasjonen og handle utfra de nye premissene i livet. Derfor er de prisgitt den eller de fortellingene som de voksne forsyner dem med.

Mor og far har ansvar for å beskrive virkeligheten for ungene sine slik at det skapes en kontinuitet. De må være ærlige, men samtidig velge hva de sier med omhu. Det som står på spill for barna er først og fremst tilknytningen til nære omsorgspersoner. Vi svikter barnet ved å si at pappa er umulig. Da tar vi pappaen fra barnet. Vanlige reaksjoner når tilknytningen står på spill, er angst og sinne, og eventuelt fortvilelse og sorg hvis barnet ikke får respons.

Det er en betydelig minoritet barn som absolutt vokser på en skilsmisse. Det er ødeleggende å være vitne til at voksne mennesker blir krenket. Det gjør at barna ikke får en god modell på hva det vil si å være vok-

sen. Likevel vil de fleste barn ta på seg ansvar for situasjonen. Mange er redde for å vise negative følelser i frykt for å såre mor og far. De kan ikke være den samme personen hos mamma som hos pappa, noe som kan føre til at de får problemer med å holde seg selv sammen.

Tor-Kristian Lang mener at noen mennesker er så intense i samlivsbruddet at de bare ser seg selv. Barnet merker intuitivt at de svikter, og dette sviket er ekstra tungt å bære siden barn ikke bare kan gå sin vei:

– Barn har rett til å vokse opp uten å bli ødelagt av voksne mennesker. Foreldre har plikt til ikke å svikte sine barn. Det er muligens provoserende, men dette mener jeg! sier Lang.

(Kilde: Tor-Kristian Lang i et foredrag om barn og samlivsbrudd, Sarpsborg, november 1998.)

Ønsker du å delta på sorggruppe etter samlivsbrudd, kan du ta kontakt med kommunen, evt. familierådgivningskon-
tor eller frivillige organisasjoner i kommunen du bor i. Flere
steder er gruppene organisert av en frivillighetssentral
eller den lokale menighet. Finnes det ingen gruppe der du
bor, kan du jo forsøke å starte en selv, evt. ved hjelp av
organisasjoner som Nasjonalforeningen for folkehelsen,
Røde Kors eller den lokale menighet.

FØLELSER I SORGEN:

- Nummenhet
- Sjokk
- Tristhet
- Sinne
- Skyld og selvbebreidelse
- Angst
- Ensomhet
- Hjelpeløshet
- Lengting, søking
- Tretthet, apati
- Lettelse
- FRIGJØRING

