



Separasjon og skilsmisse

Det å skilles representerer i dag en svært vanlig måte å omorganisere familielivet på.

Men det betyr ikke at det er blitt mindre krevende og smertefullt omstilling for de det angår.

Selv om en omstilling er smertefull, er det viktig å huske på at det ikke betyr at den er unødvendig, uheldig eller skadelig. Vi mennesker skal gjennom atskillige omstillinger i livet, omstillinger som ofte representerer store påkjenninger for de som er implisert, men som likevel er nødvendige og uunngåelige.

Det er likevel grunn til å minne om at det alltid er vanskelig å forutsi hvordan en slik omstilling vil forløpe, og at det alltid er en risiko for at det blir annerledes enn man har forestilt seg. Selve prosessen er nesten alltid svært krevende for begge partnerne. Det er ikke lett å fremstå som samkjørte foreldre i dagliglivets tusen små avgjørelser om man står i en konflikt med hverandre i forbindelse med samlivsbrudd. Det er ikke bare en spøk når det sies at man skal ha et godt parforhold for å kunne skilles på en god måte.

Det er derfor umulig å si noe generelt om hva det betyr for barna at foreldrene skilles. Hva betyr det for barna at deres mor og far flytter sammen etter å ha levd hver for seg? Også vanskelig å gi noe generelt svar på. Enten man gifter seg eller skiller seg, flytter fra hverandre eller sammen, det er utansett en omstilling for alle involverte. Foreldrenes jobb er da – som alltid – å huske på også å se sine barn og ta også deres perspektiv på alvor.

Men skilsmisse er en stor påkjenning for barn allikevel?

Det avhenger nok mye av hvor stor påkjenning det er for foreldrene. Dersom barnet tenker at skilsmisse betyr noe på linje med å bli hjemløs - kanskje mer eller mindre miste en av foreldrene, er det ikke til å undres over at det er skremmende og at det representerer en stor påkjenning.

Dersom skilsmisse derimot betyr en annen måte å ordne familielivet på, ja, - så er saken en helt annen. I vårt samfunn trekker vi dessverre med oss noen nokså katastrofeaktige forestillinger om skilsmisse. Skilsmisse fremstår, fremstilles og føles ofte som slutten på familielivet - i stedet for en nødvendig omorganisering av måten å være familie på. Skilsmissen er derfor vanligvis - like mye for barna som for foreldrene - en svær omstilling, og de fleste barn viser stressreaksjoner i en eller annen form i forbindelse med at en av foreldrene flytter ut. De kan - akkurat som foreldrene - bli sinte, vise tristhet, utrygghet eller uro i en periode.

Men det meste avhenger som sagt av hvordan foreldrene forholder seg til sin egen skilsmisse.

Men dersom foreldrene kriger seg i mellom?

Man skilles jo ikke så sjelden nettopp fordi man ikke får til å samarbeide og ikke trives så godt sammen. Dersom foreldrene kriger seg i mellom - som man jo ofte gjør i en slik situasjon - så vil dette lett være til hinder for et godt og koordinert foreldresamarbeid. For ikke å snakke om dersom en av foreldrene lar seg friste til å bruke barna som ammunisjon i krigen med den tidligere ektefellen. Det er naturligvis leit og forvirrende for barna.

Det skadelige er da ikke det at foreldrene skilles, det skadelige er å leve i en krigssone.

Hva kan man gjøre da?

Hvis det gjelder en selv, kan man slutte med det. Dersom man føler det gjelder den andre parten, må man drøfte det med vedkommende. Greier foreldrene ikke å finne ut dette på egen hånd, kan de naturligvis også oppsøke frivillig mekling ved et familievernkontor. Der vil de få hjelp til dette av folk som er vant til å bistå i slike situasjoner.