

Gode råd til skilsmisseforældre

Børn ved, at der er noget på vej længe før voksne tror det...

Husk at lige så længe I har været i forløbet om den svære beslutning en skilsmisse er, lige så længe har barnet/børnene fornemmet stemningen uden at have ord på, hvad det handler om

Vær enig om hvad I siger til barnet, når I skal fortælle om skilsmissen og vær begge tilstede

I skal kunne rumme, at barnet fortsat elsker jer begge to

Tal ikke grimt om hinanden i barnets påhør. Så sætter I barnets loyalitet på alt for stor prøve

Fortæl barnet, at det ikke er barnets skyld, I er blevet skilt (mange gange).

Giv barnet lov til at sørge og rase. Det er naturligt at barnet ændrer adfærd i den første tid efter skilsmissen

Giv barnet en forklaring, der passer til barnets alder. Husk du måske skal forklare det mange gange

Husk at give barnet mulighed for at dele svære følelser med andre som f.eks. pædagoger, lærere. Det kræver, at I fortæller, hvad der foregår derhjemme

Et barn vil så godt som altid opleve det som en katastrofe, når forældrene går fra hinanden. Det gælder, uanset hvilken alder barnet har, og det gælder uanset hvordan jeres samliv har været op til bruddet. Børn er loyale og elsker jer begge.

Det er vigtigste for barnet er, stadig at have lov at være barn, og at I sørger for at være de voksne. Det betyder, at I hele forløbet igennem skal gøre det klart for barnet, at det ikke har noget ansvar for det, der er sket, og at I som forældre vil gøre jeres yderste for, at barnet skal have det godt.

Det betyder også, at I skal tage ansvar for jeres egne følelser. Er I vrede, ulykkelige eller afmægtige, må I finde andre voksne at tale med. I må ikke bruge jeres barn som sjælesørger, og I må ikke bruge jeres barn som fortrolig, når I diskutere den anden forælder.

Det er vigtigt for jeres barn, at I har et godt samarbejde med Valhalla omkring jeres barn. Alle medarbejdere har tavshedspligt.

Indenfor et par måneder vil vi invitere jer til en afklaringsamtale, hvor formålet 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

Selv om skilsmissen er det rigtige valg for jer, så findes der ikke lykkelige skilsmisser for børn

