

Barns fornemmelse for brudd

Erfaringer med å vokse opp med skilte foreldre

Når voksne personer deler sine erfaringer med å ha vokst opp med å bo i «to hjem», er stikkordene oppfølging over tid, steforeldre som ressurspersoner, følelsen av å ha to foreldre, samt fleksibilitet og forutsigbarhet i samarbeidet mellom foreldrene.

TEKST

Ottar Ness

Toril Reitan

Agnar Meling

Lena Kristiansen

Lillian Husby

Tor-Johan Ekeland

PUBLISERT 5. oktober 2014

ABSTRACT:

Children sensing their parents' divorce: Experiences from growing up with divorced parents.

According to Statistics Norway (SSB), it is estimated that 10 000 children under 18 years lived through their parents' divorce in 2012. About twice as many children experience separation when cohabiting parents who split up are included. An increasing group of children are growing up with parents who do not live together. In their childhood these children's relationship with their parents depends on the parent's collaboration, such as visitation agreements.

The aim of the study was to describe the phenomenology of growing up as a child of divorced parents. The study was conducted using a qualitative method within a phenomenological-hermeneutic perspective. The basis of the study was ten individual in-depth interviews with adults who reflected on their childhood with divorced parents. The findings show how they describe what they did as children, (1) *sensing the atmospheres and moods in their home when parents break up and when they are collaborating about visiting agreements*, (2) *the importance of the extended family and other significant others*, (3) *predictability of interaction and flexibility in cooperation for companionship*, and (4) *the sense of having two parents even if the parents are not living together*.

Keywords: divorced parents, visiting agreements, parental collaboration, children's experiences, Qualitative study, family therapy

I den offentlige debatten og i forskning har det lenge vært fokus på hva skilsmisser og samlivsbrudd medfører for barn (Gran, 2013; Gulbrandsen, 2013; Kvaran, 2008; Haugen, 2007; Langbach & Lindboe, 2013; Moxnes, 2003; Ottosen & Schwartz, 2013; Skjørten, 2010). Konsekvensene kan være store for alle involverte, og undersøkelser viser at foreldrenes samlivsbrudd er belastende for stort sett alle barn (Gulbrandsen, 2013; Ottosen, Stage & Søndergaard Jensen, 2011; Rød, Ekeland & Thuen, 2008). Selv om de fleste barna klarer seg bra, tyder forskning også på at samlivsbrudd kan føre til negative følger for barn når det gjelder en rekke psykososiale forhold som for eksempel atferd, psykologisk tilpasning, skoleprestasjoner, sosial kompetanse, psykiske helseproblemer og selvfølelse (Amato, 2010; Emery, 1999; Gulbrandsen, 2013; Kelly, 2000; Rønbeck, Hagen & Haavind, 2010).

Forskning viser at den største risikofaktoren for en negativ utvikling hos barn er konflikter mellom foreldrene, særlig når de er vedvarende og involverer barna (Amato, 2000; Gulbrandsen, 2013). Konfliktene kan både være sakskonflikter (bosted, samværsavtaler, økonomi, barnebidrag) og kan handle om emosjonelle og relasjonelle temaer mellom foreldrene (Gulbrandsen, 2013). Det er store individuelle forskjeller i hvordan barn påvirkes av slike konflikter. Fortsatt kontakt med begge foreldrene utgjør et gode for barn flest; samtidig kan godet forringes, og til og med bli en belastning, når foreldrenes konflikter preger omsorgen for barna (Gulbrandsen, 2013). Skal en kunne bidra til at barn blir minst mulig belastet av foreldrenes brudd og mulige konflikter, er det derfor viktig å få kunnskap om hvilke forhold som har innvirkning på dette (Cheng, Dunn, O'Connor, Golding & The ALSPAC study team, 2006; Nilsen, Skipstein & Gustavson, 2012). Ifølge både Amato (2010) og Thuen (2004) avhenger dette av tre forhold: (1) barnets egne ressurser (f.eks. dets tilpasningsevne og temperamentsstil), (2) kvaliteten på foreldrenes samarbeid (det klimaet som foreldrene klarer å skape rundt barnet), og (3) endringer i hverdagen som bruddet fører med seg for barna. Barn som kommer godt igjennom foreldrenes brudd, opplever og erfarer at de har foreldre som er oppmerksomme overfor barnas situasjon, og som positivt støtter dem både før, under og etter bruddet (Ottosen & Schwartz, 2013).

«Tove sa at hun som barn
merket hvordan stemningen var
i huset, selv om verken
foreldrene eller noen andre ikke
sa noe om det»

Som familierapeuter og meklere møter vi daglig barn som opplever at foreldre flytter fra hverandre. Som en del av jobben bistår vi foreldrene i å utarbeide avtaler om barna som omhandler foreldreansvar, bosted og samvær. I tillegg hjelper vi foreldre og barna til å håndtere selve bruddet, dersom de har behov for det. Samtidig prøver vi å hjelpe foreldrene til å få til et godt samarbeid om barna, uansett hvilke samværsavtaler de blir enige om.

I mange av disse møtene på Familievernkontoret fortalte en del personer at de selv har opplevd samlivsbrudd hos foreldrene sine. Dette gjorde at vi ble nysgjerrige på hva de som voksne var opptatte av når de reflekterte tilbake over egne opplevelser og erfaringer i sin oppvekst med å ha skilte foreldre. Hvilke refleksjoner de hadde om egne opplevelser av hvordan foreldrene deres samarbeidet om samvær og hvordan de skulle ha det som barn. Hensikten med denne studien var å få kunnskap om hvordan det kan være for barn å vokse opp med skilte foreldre. For å søke svar på disse spørsmålene innledet vi et samarbeid med Høgskolen i Buskerud og Vestfold. Sammen har vi gjennomført et kvalitativt forskningsprosjekt basert på intervjuer med ti voksne personer, som selv hadde opplevd at foreldrene skilte lag. Funnene fra denne studien presenteres i denne artikkelen. Problemstillingen var: *Hvordan beskriver personer som har vokst opp med skilte foreldre, sine erfaringer med samværsordninger og hvordan deres foreldre samarbeidet om disse?*

Metode

Vår hensikt var å få tilgang til deltakernes livsverden, deres erfaringer, tanker og beskrivelser. Studien hadde derfor en fenomenologiskhermeneutisk tilnærming (Lindset & Nordberg, 2004). Vi ønsket kunnskap om hvordan deltakerne erfarte å vokse opp med foreldre som ikke bodde sammen, og hvordan de opplevde at foreldrene deres samarbeidet omkring dem som barn og ungdommer. Til dette formålet valgte vi å gjennomføre kvalitative forskningsintervjuer (Kvale & Brinkmann, 2009).

Utvalg

Dataene som ligger til grunn for studien, er ti individuelle, semistrukturerte kvalitative forskningsintervjuer av personer i alderen 21–44 år (på intervju tidspunktet), seks menn og fire kvinner. Variasjonen i alder da deres foreldre flyttet fra hverandre, var 1–17 år. Fire av deltakerne hadde erfart delt bosted med en 50/50 samværsordning, fem hadde erfart fast bosted hos mor, mens en hadde erfart fast bosted hos far. Andre personopplysninger eller demografiske data (for eksempel utdanningsnivå) er ukjent.

Tove sa at hun som barn merket hvordan stemningen var i huset, selv om verken foreldrene eller noen andre ikke sa noe om det

Alle deltakerne ble rekruttert ved Familievernkontoret i Sør-Trøndelag. Dette var personer som selv hadde bestilt timer til parterapi og meklinger ved Familievernkontoret. Når da familierapeutene og meklerne møtte personer som selv fortalte at de hadde opplevd å vokse opp med skilte foreldre, ble de spurt om å delta i studien. Vi startet med å rekruttere deltakere i februar 2012 og avsluttet rekrutteringen i

juni 2012, da vi hadde totalt 10 personer som aksepterte å delta. De fikk skriftlig og muntlig informasjon om studien og at den handlet om at de skulle reflektere over sine egne erfaringer med å vokse opp med skilte foreldre, og ikke over sine erfaringer med å reflektere over dette i forbindelse med å være i eget samlivsbrudd, eller streve i sitt eget parforhold. Alle hadde terapeuter ved Familievernkontoret. De ble informert om at deltakelse var frivillig, og om muligheten til å trekke seg når som helst underveis. De som aksepterte å bli intervjuet, ble intervjuet av førsteforfatter. Forfatter to, tre, fire og fem var med i analysen og i skriving av artikkelen, mens sisteforfatter har bidratt med å kommentere på analyse, diskusjon og skriving av artikkelen.

Begrensinger i studien er at alder da de erfarte samlivsbruddet hos foreldre sine, kan ha betydning for deres erfaringer. Dette, og at de reflekterer retrospektivt, kan ha påvirket hva de husket og ikke husket. Studien er meldt inn og godkjent av Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste (NSD).

Intervju

Kvalitative forskningsintervjuer er basert på et nært forhold mellom forsker og deltaker i intervjusituasjonen. Intervjuene ble gjennomført på deltakernes premisser, der det var sentralt å skape en trygg ramme (Tjora, 2012).

Med utgangspunkt i problemstillingen ble det utarbeidet en semistrukturert intervjuguide med følgende tre intervju spørsmål: *Hva husker du omkring bruddsituasjonen til dine foreldre? Hvilke samværsavtaler husker du at du hadde, og hvordan opplevde du disse? og Basert på dine egne erfaringer, hvilke råd har du til foreldre som i dag flytter fra hverandre og skal organisere samvær og samarbeid om barna?* Intervjuene hadde en varighet på 25–75 minutter. De ble gjennomført i perioden april til juni 2012, og transkribert fortløpende.

Analyse

Datamaterialet ble analysert ved hjelp av en fenomenologisk-hermeneutisk analyse (Lindseth & Nordberg, 2004), som bygger på Ricoeur (1979) sin fortolkningsteori. Analysen foregikk i tre trinn: *naiv lesing, strukturert analyse og helhetlig forståelse*. I det første trinnet, den naive lesingen, var problemstillingen i fokus. Her ble det notert ti temaer som vekket vår interesse, ett var for eksempel *fleksibilitet*. I det andre trinnet, den strukturerte analysen, sorterte vi ut meningsbærende enheter fra den transkriberte teksten, som beskrev temaene fra første trinn, og som samtidig bar kunnskap i seg om studiens problemstilling. Analysen viste at enkelte av de foreløpige temaene i trinn én hadde få meningsbærende enheter. Vi vurderte noen til å tilhøre andre temaer, eksempelvis ble «steforeldre i samspill» flyttet til hovedfunnet «den utvidede familie og viktige ressurspersoner». En del foreløpige temaer ble ved nærmere refleksjon vurdert som ikke relevante for problemstillingen, og ble tatt ut. Temaene vi satt igjen med, ble samlet i tre fargekoder. Så skrev vi et fortettet meningsinnhold for de meningsbærende enhetene i hver fargekode. Meningsfortettingen ble kategorisert i undertemaer. Undertemaene ble til slutt oppsummert i fire hovedtemaer som uttrykker en helhetlig

forståelse av datamaterialet og er studiens hovedfunn: *Å fornemme atmosfærer og stemninger, Betydningen av den utvidede familie og andre ressurspersoner, Forutsigbarhet og fleksibilitet, og Følelsen av å ha to foreldre.* Vi presenterer resultatene med disse temaene som overskrifter.

Navnene som brukes i presentasjonen av funnene, er pseudonymer, og deltakerne er derfor anonymiserte.

Presentasjon av funn

Barn fornemmer atmosfærer og stemninger både i hjemmet og mellom foreldrene

Det fremkom at når deltakerne fortalte om sine opplevelser og erfaringer med å vokse opp med foreldre som hadde flyttet fra hverandre, hadde de fornemmet stemningen mellom foreldrene og atmosfæren i hjemmet. Det første de beskrev, var hvordan stemningen var i tiden før og etter «bruddet» mellom foreldrene. Hilde sa:

Man senser jo sånt med en gang, da er spørsmålet, hva er dårlig stemning for noe, og når man senser at ting ikke er slik som det skal være, og man senser episoder og legger merke til om det kommer telefonsamtaler, hvilket stemmeleie de har i telefonen, senser måten folk går på, om ting er unormalt.

Sondre fortalte om stemningen i huset hjemme: *Det er et bilde jeg har lagt på minne, og det er at det er sånn trist stemning hjemme.* Tove sa at hun som barn merket hvordan stemningen var i huset, selv om verken foreldrene eller noen andre sa noe om det: *man legger jo merke til små ting som barn, det var ingen som sa noe til oss, men det var masse samtaler på kveldene, trist stemning, atmosfære. Barna merker jo det.* Idar fortalte at han gruet seg til å legge seg om natten fordi det var da foreldrene snakket sammen om det som var vanskelig, han reflekterte også over hvordan dette påvirket han dagen etterpå:

Ble litt urolig, og så våknet jeg lett. Det ble til at jeg enkelte gang gruet meg til å legge meg. Det ble frykten for natta, når du egentlig skal legge deg og du skal inn i drømmeland, så tenker du «åh, nå begynner det å nærme seg snart igjen, kanskje?» og så blir du så trøtt at du sovner, og blir trøtt dagen etterpå igjen.

Et annet aspekt ved det å fornemme atmosfærer og stemninger var hvordan deltakerne snakket om hvordan de opplevde *tonen* mellom foreldrene når de samarbeidet om dem. Kari fortalte om hvor viktig det var for henne at foreldrene viste at de hadde en god tone seg imellom for å skape trygghet for barna.

Jeg opplevde det sånn at de hadde en god tone seg imellom, selv om at jeg visste at enkelte plasser så var det litt sårt enda. Men så visste jeg at når de kom til oss, så var samarbeidet der. Det er så viktig. Det er alfa og omega, for

da får vi tryggheten, da slipper vi den uvissheten om at jeg har to foreldre som ikke klarer å snakke med hverandre, det funker ikke.

Dette funnet fremhever hvordan deltakerne i studien beskriver hvordan de som barn var sensitive for det emosjonelle klimaet mellom foreldrene. Det gjaldt i hjemmet, men det handlet også om hvordan de som barn var sensitive for stemningene og atmosfæren i samarbeidet mellom foreldrene om barna.

Den utvidede familie og andre ressurspersoner er av stor betydning

Deltakerne fortalte hvor viktig det var for dem at de ble sett og snakket med av andre i den utvidede familien (for eksempel onkler, tanter, besteforeldre) og andre viktige ressurspersoner (for eksempel lærere, førskolelærere, helsesøstre) etter bruddet mellom foreldrene. De ga uttrykk for at ansatte ved skolen kunne ha fulgt mer med, og at dette måtte vare over tid, ikke bare umiddelbart etter bruddet mellom foreldrene. De fortalte at dette kunne ha fanget opp hvordan de hadde det, som Idar sa:

Kanskje litt mer støtte eller oppfølging fra for eksempel skolen i og med at jeg bytta annenhver uke, det hadde vært fint om de hadde spurt også etter noen måneder. Kanskje kunne de på det viset fanget opp noe jeg ikke ville fortelle mamma og pappa eller mormor og morfar. For min del tru æ kanskje det var ja litt sånn redd for å skulle si noe galt og ikke gjøre folk bekymret, ja at kanskje et spørsmål en gang iblant fra en lærer kunne ha gjort noe slikt.

Stine fortalte også om dette. Hun hadde erfart at familien hadde lagt til rette for barna, men at det gikk kanskje litt fort over:

Jeg opplevde vel der og da, ting var lagt til rette.» Besteforeldrene, mamma og pappa og folk var veldig sånn, folk skjønte at det var noe som var skjedd, så jeg opplevde støtte fra lærere og sånn som kom etter sommeren og spurte om det gikk bra og så, men, det gikk kanskje fort over, eller at et skilsmissebarn må fort komme seg i gang etterpå da. Du er ikke det der skilsmissebarnet som har opplevd en stor omveltning så veldig lenge.

Deltakerne var også opptatt av steforeldrenes rolle i å være ressurspersoner for dem i oppveksten, som Thomas sa:

Så en steforelder som skal inn i en familie må være ekstremt klar over sin rolle da. Han (stefar) har lagt seg fint lite borti ting. Han har alltid sagt meninga si hvis det har vært ting som har vært fornuftig eller ikke fornuftig. Han er smart, klok da. Så han har alltid vært behjelpelig med ting, bidratt med skole, tips, utdannelse, råd. Han har stilt opp som støtteperson i den grad det er behov for det, han har samtidig vært forsiktig med å legge seg for mye borti ting og påberope seg en sånn rolle som hovedforelder.

Deltakerne fortalte om hvor betydningsfullt det var at den utvidede familien og andre viktige ressurspersoner var til stede og «så» dem i perioden da det var brudd mellom foreldrene deres. Foreldrene kunne ha nok med seg selv i perioder, og derfor var det viktig at ressurspersonene var til stede for barna over tid.

Forutsigbarhet i samværet og fleksibilitet i samarbeidet er av stor betydning

Viktigheten av forutsigbart samvær og hvordan de hadde det i familielivet etter bruddet til foreldrene, var også noe som de fremhevet. Forutsigbarhet i samvær og fleksibilitet i samarbeidet bidro til at de kunne føle seg «hjemme», som Kari sa:

Det er veldig viktig å ha en avtale som blir holdt, at det blir forutsigbart, jeg følte meg ikke hjemme noe sted til slutt, det var kanskje konsekvensen av to forskjellige hjem da, man passer liksom ikke inn i noen ting når det blir så forskjellig.

Tove fortalte at forutsigbarhet var spesielt viktig for henne etter bruddet mellom foreldrene: *spesielt barn trenger at det er forutsigbart, spesielt etter et brudd.*

I tillegg til forutsigbarhet, slik at de visste hva de kunne vente seg og hvor de skulle være til enhver tid, var deltakerne også spesielt opptatt av at samværsavtalene ikke måtte bli for rigide. Fleksibiliteten i samarbeidet var derfor viktig. Hilde fortalte:

Det er viktig at foreldrene er fleksible. At det ikke blir sånn rigid, på noe vis. Og fleksibilitet i forhold til henting og levering, at man kan bistå sånn, fleksibilitet i forhold til ferie, fleksibilitet i forhold til økonomi, fleksibilitet, det er viktig for barna.

Deltakerne fortalte om at forutsigbarhet i livssituasjonen deres var svært viktig for tryggheten deres underveis i oppveksten. Samtidig måtte ikke forutsigbarheten være et hinder for fleksibiliteten i samarbeidet om samværsavtalene. Foreldrene måtte ha forutsigbarhet som utgangspunkt, mens de samtidig måtte vise fleksibilitet i måten å samarbeide på gjennom god kommunikasjon. Dette er et sentralt tema i studien, og selv om det kan være en tilsynelatende motsetning mellom fleksibilitet og forutsigbarhet er begge disse forholdene noe av det mest viktige for å få til et godt samarbeid, ifølge deltakerne i studien.

Å ha en følelse av å ha to foreldre er av stor betydning

Deltakerne fortalte at selv om foreldrene ikke lenger bodde sammen, var det viktig for dem å ha en «følelse av å ha to foreldre.» Denne «følelsen» fikk de gjennom at foreldrene hadde et godt samarbeid om barna, selv om foreldrene bodde et stykke unna hverandre. Magnus sa: *Det er viktig at du hvis du bor langt unna, at du får følelsen av at du har både en mor og en far.*

Per mente det var viktig at foreldrene viste at de kunne samarbeide om barna. Dette ville være med på å bidra til å «lappe sammen» bruddet og skape en meningsfull

sammenheng for dem. Det bidrar igjen til en følelse av å ha to foreldre, som han sa:

Jeg tenker at hvis man skal samarbeide godt som skilte foreldre så kan man bidra til å lappe litt sammen det her bruddet som skjedde. I forbindelse med både konfirmasjon og i bursdager og i hendelser som oppstår i hverdagen, rett og slett. Gi inntrykk at vi er – at du fortsatt har foreldre. Du har ikke en mor og en far, men at det er fortsatt foreldre det er snakk om.

For å ha et godt samarbeid var deltakerne svært opptatt av at foreldrene måtte ha god kommunikasjon. Dette handlet om å legge til rette for barna slik at de kunne få en forutsigbar hverdag, som Pål sa:

De snakket sammen nesten hver dag i to år. De ville på en måte gjøre det lettest mulig for oss. For barna da, så de hadde på en måte god kommunikasjon da. At de liksom visste når vi skulle dit og når vi skulle dit, planla liksom ting som vi kunne møtes på og liksom, de la litt til rette for oss. Samtidig var de jo gode venner, da det var ikke slik at de prøvde å unngå å møtes, så det var veldig greit.

Hilde fortalte at det å ha god kommunikasjon bidrar til at barna kan oppleve at foreldrene er «på talefot»:

Det er viktig med god kommunikasjon da, at de er på talefot selv om de gjør det slutt, for barna sin skyld. Det begynner jo med at hvis man gjør det slutt og hater hverandre, så har de faktisk noen barn de skal ta vare på samtidig, og at de ikke setter dem bak seg selv – at de ikke bryr seg mer om seg selv enn sine barn.

Idar fortalte at det var viktig for dem som barn at de kunne oppleve at foreldrene kunne prate sammen, og at dette gav dem gode følelser: *Det var så viktig for meg at foreldrene mine kunne prate sammen, så fikk jeg en god følelse, for da ser du at dem ikke hater hverandre.*

Deltakerne opplevde det som et viktig element i deres oppvekst med å ha «skilte foreldre» at de kunne samarbeide på en måte som gjorde at de som barn kunne få en følelse av å ha to foreldre, fremfor å ha foreldre som var i konflikt om barna.

Diskusjon

Kunnskap om hvordan det er å vokse opp med skilte foreldre og hvordan samarbeidet om barna fungerer, er avgjørende for å bistå og å hjelpe både enkeltpersoner og familier. Dette gjelder både i terapeutiske samtaler, i foreldresamarbeidssaker og i meklingsarbeid.

«Ansatte ved skolen kunne ha fulgt mer med over tid og ikke

bare umiddelbart etter bruddet mellom foreldrene»

Det er av betydning for hvordan barn har det senere i livet, at foreldrene klarer å ha et godt samarbeid etter et brudd (Barneombudet, 2012; Skjørten, Barlindhaug & Lidén, 2007). Det handler om å skape gode rammer og god omsorg for barnas oppvekst (Hakovirta & Broberg, 2007). Temaer som det ofte er konflikter om mellom skilte foreldre, handler om utforming av samværsavtaler, barnebidrag, økonomi og bosted (Gulbrandsen, 2013). Selv om våre deltakere ikke uttaler seg spesifikt om alle disse forholdene, har de en klar oppfatning av at de som barn ønsket seg fleksibilitet i samarbeidet, men forutsigbarhet i samværsavtalene. Dette handler om at barn kan ønske at de har en forutsigbar verden å forholde seg til, hvor de skal sove, bo, hvem av foreldrene de skal være hos når. Samtidig formidlet de at det måtte være rom for fleksibilitet i samarbeidet mellom foreldre, noe som for eksempel kunne gjøre det mulig at de kunne sove eller spise hos den andre forelderens dersom det var nødvendig. Vi antar at foreldre lettere kan skape slik fleksibilitet når konfliktnivået er lavt og det er etablert tillit i samarbeidet.

Idar fortalte at han gruet seg til å legge seg om natten fordi det var da foreldrene snakket sammen om det som var vanskelig

Konflikter mellom foreldre er den største risikofaktoren for negativ utvikling hos barn (Gulbrandsen, 2013), og å håndtere konflikter er en viktig forutsetning for et fungerende «skilt foreldreskap». Selv om de ikke lenger er et par, er de fortsatt foreldre og har felles ansvar for at foreldreskapet fungerer for barna. Dette kan oppleves utfordrende for foreldre som er i krise, med de følelsesmessige reaksjonene dette innebærer. Vår studie viser at det er viktig at barn kan føle seg trygge, og at de opplever å ha «to foreldre», selv om foreldrene ikke bor sammen. Deltakerne formidlet at de fornemmet stemningene i huset og mellom foreldrene, selv om foreldrene prøvde å «skjerme» dem fra konfliktene de stod i. Dette er viktig kunnskap å formidle til foreldre i en skilsmisssituasjon, og det bør være et overordnet mål for meklingen og i foreldresamarbeidssaker å hjelpe foreldrene til å etablere et «foreldreskap» som fungerer. Det handler om at foreldre trenger å forsterke eller utvikle ny samarbeidskompetanse for å kunne ivareta barna i en vanskelig livssituasjon. Det kan bidra til det Antonovsky (1996) kaller «Sense of Coherence (SoC).» I vårt tema, og med store indre og ytre forandringer, kan SoC handle om at barna i forbindelse med foreldrenes brudd og tiden etter likevel kan oppleve at de har en sammenheng i livet, at det er begripelig, håndterbart og meningsfullt. At foreldre og andre ressurspersoner hjelper barn med å regulere og å skape denne opplevelsen av sammenheng, kan bidra til at barna opplever at foreldrene står sammen om oppdragelsen av dem uten negative konflikter (Amato & Afifi, 2006).

«Idar fortalte at han gruet seg til å legge seg om natten fordi det var da foreldrene snakket

sammen om det som var vanskelig»

Brudd mellom to mennesker kan skape mange vanskelige og sterke følelser, fra stor lettelse og frihetsfølelse til massiv sorg og katastrofelignende reaksjoner (Madsen, 2012). Samtidig med at de voksne har sterke følelser, skal de også ta ansvar for barna på en god måte. De fleste foreldre klarer i varierende grad dette, og noen har god støtte fra sitt sosiale nettverk, som kan bistå og hjelpe dem. I meklingsarbeidet er det barna og foreldrene som er i fokus. Vår studie viser betydningen av sosial støtte, ved at mange av deltakerne skulle ønsket at det var ressurspersoner i den utvidede familien og i det sosiale nettverket som så dem og brydde seg om dem. De skulle ønsket at ressurspersonene brydde seg over lengre tid og kunne bistå i å «fange opp» tristhet og tanker de gikk med for seg selv som barn. Funnene i vår studie fremhever at både de som jobber i barnehager, skoler og helsestasjoner, eller er venner, besteforeldre, tanter og onkler, blir gjort oppmerksomme på å være til stede over tid for barna og foreldrene som strever. Det er «savnet fellesskap» som formidles. Dette kan gjøre at det blir lettere for alle å håndtere bruddsituasjoner, og å ivareta barna på en god måte. Det kan derfor være viktig i meklingsmøter og i foreldresamarbeidssaker at barnets (og familiens) nettverk kartlegges og mobiliseres. Hvem det er barna har tillit til og som kan få et mandat fra foreldrene til å støtte og å snakke med barnet underveis i prosessen med å flytte fra hverandre. Det er sentralt at disse ressurspersonene kan få et mandat og informasjon fra foreldrene om dette, da det ikke alltid er enkelt å være i nettverket rundt foreldre som flytter fra hverandre.

Barna ønsker at foreldrene skal ha det godt, og når de ser at mor og far ikke har det slik, kan de raskt gå inn i rollen som hjelpere og påta seg et ansvar og en rolle som de ikke skal ha, noe som kan ha negative konsekvenser for dem, for eksempel i form av både skyld og mindreverd (Ottosen & Schwartz, 2013). Det er derfor viktig at både foreldrene og ressurspersoner rundt bryr seg og selv tar dette voksenansvaret.

Avsluttende refleksjoner

Denne studiens funn må av metodiske begrensninger tolkes med forsiktighet. En viktig begrensning er at den omfatter kun ti personer med et bredt aldersspenn i sine erfaringer. Disse erfaringene kan dermed ikke uten videre generaliseres. Den retrospektive refleksjonen antas også å være påvirket av hva de husket og ikke husket – og er påvirket av nå-situasjonen. På den annen side er avstand i tid, kombinert med den refleksjonsdybde som egen livserfaring gir, en viktig kilde til kunnskap. Det kunne være interessant å supplere denne ved å følge en gruppe barn og ungdommer over tid der de reflekterer underveis over sine erfaringer med å vokse opp med skilte foreldre. Det kunne også vært interessant med studier som handler om barns erfaringer med ulike samværs- og bostedsløsninger. Vi trenger også å få mer kunnskap om hvordan erfaringer med å vokse opp med skilte foreldre påvirker barna når de blir voksne og selv skal etablere og leve i parforhold og i sitt familieliv. Kunnskap som dette bør inngå i det

som er en viktig implikasjon av vår studie: å sette på dagsorden, både i forskning og i den offentlige debatten, hvordan vi kan utvikle offentlige ordninger, tiltak og sosiale normer som bidrar til å ivareta foreldreskapet etter samlivsbrudd.

* Vi vil takke alle kolleger ved Familievernkontoret i Sør-Trøndelag for rekruttering av deltakere til forskningsprosjektet og vi vil takke leder ved Familievernkontoret i Sør-Trøndelag for muligheten for å gjennomføre forskningsprosjektet.

Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 51, nummer 10, 2014, side 815-821

TEKST

Ottar Ness, Førsteamanuensis i psykisk helsearbeid, Senter for psykisk helse og rus, Høgskolen i Buskerud og Vestfold, og familierapeut ved Familievernkontoret i Sør-Trøndelag (Stiftelsen Kirkens Familievern)

KONTAKT: anthaw1@hotmail.com

Toril Reitan, Familievernkontoret i Sør-Trøndelag

Agnar Meling, Familievernkontoret i Sør-Trøndelag

Lena Kristiansen, Familievernkontoret i Sør-Trøndelag

Lillian Husby, Familievernkontoret i Sør-Trøndelag

Tor-Johan Ekeland, professor i psykologi, Høgskulen i Volda

KONTAKT: ottar.ness@hbv.no

+ [Vis referanser](#)

Referanser

Amato, P. R. (2010). Research on Divorce: Continuing Trends and New Developments. *Journal of Marriage and Family*, 72(3), 650-666.

Amato, P. R. & Afifi, T. D. (2006). Feeling caught between parents: adult children's relations with parents and subjective well-being. *Journal of Marriage and Family*, 68, 222-235.

Antonovsky, A. (1996). The salutogenic model as a theory to guide health promotion. *Health Promotion International*, 11(1), 11-18.

Barneombudet (2012). Barnas stemme stilner i stormen: en bedre prosess for barn som opplever samlivsbrudd. Rapport: 2012 lastet ned på www.barneombudet.no

Cheng, H., Dunn, J., O'Connor, T., Golding, J & the ALSPAC study team (2006). Factors moderating children's adjustment to parental separation: Findings from a community study in England. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 34(2), 239-250.

Emery, R. E. (1999). *Marriage, divorce, and children's adjustment*. (2nd ed.) Thousand Oaks, CA: Sage.

Gulbrandsen, W. (2013). Foreldrekonflikter etter samlivsbrudd: En analyse av samspill og klider til det fastlåsende. *Tidsskrift for Norsk psykologforening*, 50, 540-551.

Gran, S. (2013). Skilsmissetanker. Essay i *Morgenbladet*, 20.-26. september 2013. 008housand Oaks, CA: Sage. dreaPsychiatry, 39e: A decade review of research. eementsp med skilte foreldre ble leden?et e.esgla

Haugen, G. D. (2007). Divorce and postdivorce family practice the perspective of children and young people. Ph.d.-avhandling 2007: 58. Trondheim: NTNU.

- Hakovirta, M. & Broberg, M. (2007). Parenting from a distance: factors connected to the contact between children and a non-resident parent. *Nordisk sosialt arbeid*, 1(27), 2-18.
- Kelly, J. B. (2000). Children's adjustment in conflicted marriage and divorce: A decade review of research. *Journal of Child and Adolescent Psychiatry*, 39, 35-52.
- Kvale, S. & Brinkmann, S. (2009). *Det kvalitative forskningsintervju* (2. utg.). Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Kvaran, I. (2008). *Skilsmisse sett med barnas øyne - barns sårbarhet og håndtering*. Doktoravhandling ved NTNU 2008:21.
- Langbach, T. & Lindboe, A. (2013). Konfliktbarn må få det bedre. *Kronikk i Aftenposten*, 25.02.2013.
- Lindseth, A. & Norberg, A. (2004). A phenomenological hermeneutical method for researching lived experience. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 18(2), 145-153.
- Madsen, A. D. (red.) (2012). *Far, mor og skilsmissen: at være barnene i midten*. København: Dansk psykologisk forlag.
- Marcussen, S. (2012). Samarbejdets vigtige kunst. I A. D. Madsen. *Far, mor og skilsmissen: at være barnene i midten* (s. 213-236). København: Dansk psykologisk forlag.
- Moxnes, K. (2003). *Skånsomme skilsmisser - med barnet i fokus*. Kristiansand: Høyskoleforlaget.
- Nilsen, W., Skipstein, A. & Gustavson, K. (2012). *Foreldrekonflikt, samlivsbrudd og mekling: konsekvenser for barn og unge* (rapport 2012:2). Oslo: Folkehelseinstituttet.
- Ottosen, M. H. & Schwartz, R. (2013). Beskyttelses- og risikofaktorer for skilsmissebørns trivsel i deleordninger. *Fokus på Familien*, 41(1), 58-78.
- Ottosen, M. H., Stage, S. & Jensen, H. S. (2011). *Børn i deleordninger. En kvalitativ undersøgelse*. Rapport. København: SFI-Det Nationale Forskningscenter for Velfærd.
- Ricoeur, P. (1979). *Fortolkningsteori*. København: Vintens Forlag.
- Rød, P. A., Ekeland, T-J., & Thuen, F. (2008). Barns erfaringer med konfliktfylte samlivsbrudd: problemforståelse og følelsesmessige reaksjoner. *Tidsskrift for Norsk psykologforening*, 48(5), 555-562.
- Rønbeck, K., Hagen, T. & Haavind, H. (2010). Foreldreposisjoner i bevegelse : fra fastlåst konflikt til utvidet omsorg og empati for egne barn. *Tidsskrift for Norsk psykologforening*, 47(8), 720-729.
- Skjørten, K. (2010). Barns meninger om samvær, I: A.T. Kjørholt (red.), *Barn som samfunnsborgere - til barnets beste?* Oslo: Universitetsforlaget.
- Skjørten, K., Barlindhaug, R. & Lidén, H. (2007). *Delt bosted for barn*. Oslo: Gyldendal Norsk Forlag.
- Statistisk sentralbyrå (2010). Tabell 05709. Barn under 18 år som opplevde separasjon i 2009. Hentet fra www.ssb.no 25.02.2013.
- Thuen, F. (2004). *Livet som deltidsforeldre*. Bergen: Fagbokforlaget.
- Tjora, A. (2012). *Kvalitative forskningsmetoder i praksis*. Oslo: Gyldendal Akademisk.