

Foreningen af Danske Psykoterapeuter (FADP)

## Oplæg til møde med Socialudvalget

Helsinge d. 4. maj 2017

Indledningsvis vil jeg opfordre til, at man omdøber "skilsmissepakken" til "Samlivspakken"! Synes at det er vigtigt, at man benævner et initiativ med det man gerne vil opnå fremfor, det man vil undgå.

Dernæst er det vigtigt at det fremtidige initiativ skal have et fokus på at give børn de bedst mulige udviklingsbetingelser gennem hele opvæksten, begrundet i de behov vi kender fra børns udviklingspsykologi.

Som psykoterapeuter vil vi gerne advare imod, at nye ideologiske, ligestillingsmæssige, kønsekstremistiske og populistiske dagsordener kommer til at skubbe barnets helt grundlæggende og eksistentielle opvækstbetingelser for en velfunderet opvækst i baggrunden. Det virker som om at iveren efter at skabe nye relationer, alternative relationer, sammenbragte relationer og behovet for at ændre på de helt grundlæggende biologiske forskelle mellem mand og kvinde, der ikke har ændret sig i mere end 10.000 år, er ved at tage overhånd.

Når vi som psykoterapeuter er meget optaget af det biologiske parforhold, så er det fordi, at det er den mest autentiske konstruktion for et barn at vokse op i. Den meget høje skilsmisseprocent (51%) er en trussel mod samfundets psykologiske sammenhængskraft. En opløsning af det biologiske parforhold, er det første knæk på et barns selvværdsfølelse. Det er den første krise, og dermed det første svigt. Et svigt der meget nemt kan føre til en tilknytningsforstyrrelse, der vil besværliggøre barnets evne til at indgå i parrelationer, arbejdsrelationer og sociale sammenhænge siden hen i livet. Det kan medføre en manglede tro på, at mennesker, der virkelig betyder noget i livet bliver hos barnet og ikke forlader det, eller skaber for store ændringer i barnets sociale liv.

Så når vi opfordrer til, at der sættes midler af til en forebyggende indsats mod skilsmisser, så er det for at gøre en indsats for at voksne mennesker lærer at skabe varighed i deres relationer.

Igennem de sidste mange år har kernefamilien/parforholdet været under et tiltagende hårdt pres, hvilket jeg ser som en trussel for den danske befolknings fremtid som et højt udviklet, stærkt og velafbalanceret samfund. Det kan især ses i alle de symptombehandlinger og lappeløsninger som er foretaget på det

psykosociale område, igennem de sidste 5-10 år. Det handler om børns skolegang, misbrug, mistrivsel, psykologhjælp, stigning i diagnoser mm., der langt hen ad vejen kan henføres til opvækstforstyrrelser og dermed svigt i familien. Skilsmissebørn oplever at deres familiemæssige status ændres fra en hovedrolle i kernefamilien til en birolle i en ny sammenbragt familie, hvor de 2 voksne ofte er mere optaget af at få deres nye liv til at hænge sammen, ressourcemæssigt, økonomisk, jobmæssigt, samt deres nye kærlighed og har en tendens til at reducere opmærksomheden til børnene, som i langt de fleste tilfælde vender denne oplevelse indad som en afvisning og et svigt. Dette svigt forstærkes yderligere, når forældrene økonomisk er pressede og deraf arbejdsmæssigt pressede, i de nye par-konstellationer sættes der flere børn i verden. Her oplever de oprindelige børn endnu stærkere at blive perifer i forhold til deres biologiske forælder.

### **Børn fra sunde kernefamilie er mere trygge end børn fra en skilsmissefamilie**

I en tiltagende kompleks og udfordrende verden er parforholdet en helt afgørende og vigtig konstant, som i sig har en helt grundlæggende og fundamental og eksistentiel opgave i at sørge for en tryk ramme for børns opdragelse og udvikling. Det gælder både udvikling af forældre og børn.

For et par år siden offentliggjorde SFI en undersøgelse, der viste, at børn i kernefamilier er mere trygge end børn i skilsmissefamilier. Det er ikke nogen overraskelse for os, der arbejder professionelt med dette område. Det interessant var, at SFI havde det noget svært ved at offentliggøre denne konstatering. Det er ikke nogen kunst at opløse et parforhold, men det er blevet en meget stor kunst at skabe varighed og udvikling i en parrelation!

Desværre har det vist sig, at kvindefrigørelsen og ligestillingen og overgangen fra det åndelige til det velstillede materielle forbrugs samfund har fået nogle konsekvenser, som de færreste havde forudset, men hvad værre er – også lukker øjnene for. Lad mig fastslå, at både kvindefrigørelse og ligestilling har været en helt naturlig fortsættelse af det moderne danske samfunds udvikling. Men det viser sig, at vi fejlagtigt har troet, at den nye samfundsform ville klare sig selv og finde sin nye struktur helt af sig selv. Det kan vi med al tydelighed konstatere, at det kunne den ikke. Der har udviklet sig en kønskamp om magten og vetoretten i stort set alle sammenhænge, hvor begge køn indgår, med de fatale konsekvenser, at mere end 1,5 millioner voksne danskere lever alene. Det er ikke en succes! Over 50 % af alle ægteskaber ender i skilsmisse. Det er heller ikke en succes! Mere end 80 % af alle sammenbragte familier

opløses indenfor de første 2 år. Det er slet ikke en succes! Og alt for mange børn mistrives, søger psykologhjælp, får diagnoser og kommer ud i misbrug.

Søgningen til psykiatrien for børns vedkommende er steget med 50% over de sidste 5-6 år. For de voksnes vedkommende er stigningen på 30% i den samme periode. Det er alt sammen klare symptomer på, at der er noget, der er rivende galt! Og den opgave kan ikke løses af det offentlige eller systemet. Den opgave skal løses hjemme i familierne – og det er her, at det er gået helt galt!

### **Retspraksis i skilsmisser**

Restpraksis og myndighedspraksis omkring skilsmisser, både når det angår samvær og bodeling har ligeledes skævvredet og besværliggjort forholdet mellem par, der går fra hinanden, til stor skade for både de voksne og børnene. Børnene har været kvindernes ejendom, hvilket har været en meget stor fejl! Systemet og retspraksis har i den grad invalideret den vigtige relation mellem fædre og deres børn. Far er blevet reduceret til et underholdende indslag og en perifer forælder man ikke helt har kunnet tage alvorligt og regne med. Det har i den grad været ødelæggende for børns udviklingsproces og fædrenes selvværd og følelsesliv i forhold til børnene. Der er simpelthen så mange psykologiske elementer og dybder i dette forhold, som desværre ikke er bevidste for de fleste og slet ikke beslutningstagerne. Retssalene og statsforvaltningerne har været kvindernes allierede, når det gælder ejendomsretten til børnene igennem de sidste årtier. Det har fået langt større psykosociale konsekvenser for både børn og voksne end man er klar over. Og her ligger én af forklaringerne på den tiltagende stress og depression i vores samfund.

### **Parforholdet er den vigtigste opdrager af børn**

Parforholdet/ægteskabet er en meget vigtigere opdrager end mor og far hver for sig og det institutionelle miljø! Det er det fordi, at det er livets udgangspunkt og det eneste sted, hvor børn begynder livet og over tid i en eksistentiel tryk ramme kan lære de helt grundlæggende livskompetencer, som er nødvendige for at begå sig i et socialt fællesskab uanset om det er i private sammenhænge eller senere i livet på arbejdsmarkedet. Der er tale om nogle kompetencer, der læres over tid og som kræver tryghed, tålmodighed og en personlig indsats. Det er her, at børn kan opleve følelsen af lykke og tilfredshed og at være oprigtigt elskede. Vi fødes prædisponeret og afhængige af denne personlige indsats qua det menneskelige overlevelsesinstinkt, den

kan ikke overdrages uden konsekvenser til andre end forældrene. Det er ren biologi.

Ingen andre steder kan dette læres så godt og autentisk og det er yderligere udfordret i en tid, hvor de sociale medier har overtaget meget af det sociale samvær og dermed relationsdannelsen og gjort den meget overfladisk og ufølsom, fordi den er der hele tiden og uden personlig og opmærksom kontakt. Det er i den velfungerende biologiske parrelation, at barnet får stimuleret sit nærvær og dybe følelsesmæssige tilknytning. Og det er én af de vigtigste parametre for at forhindre misbrug og afhængighed senere i livet, som nemt kan ske, fordi oplevelsen ikke blev kodet rigtigt i hjernen, da tiden var inde. Etableringen af den dybe følelsesmæssige kompetence, er den vigtigste styrkelse af selvværdet for et barn og vil betyde, at barnet i langt højere grad vil hvile i sig selv i en kompleks verden med rigtig mange udfordringer. Serotonin er et af de hormoner der dannes i samspil med tætte, nære og trygge relationer, undersøgelser viser at netop dette hormon mangler deprimerede. Mor, far og børn er en biologisk konstellation der ikke kan erstattes uden den biokemiske cocktail forstyrres og forringes.

### **Børns psykosociale behov**

Børns psykosociale behov igennem opvæksten har rigtig mange aspekter som funderes centralt i samspillet mellem det maskuline og det feminine i parrelationen. Og jeg understreger, at jeg mener "det maskuline og det feminine". Alle mennesker indeholder nemlig en maskulin og feminin side, som skal stimuleres igennem hele opvæksten. For kvinders vedkommende er der tale om en 50/50 fordeling på det maskuline og det feminine. For mænds vedkommende er der flere muligheder 60/40, 70/30, 80/20 eller endda 90/10, hvor det sidste tal er det feminine. Det skal ikke forveksles med homofile tendenser, men handler i langt højere grad om kreativitet som eksempelvis udfoldes i kunstneriske sammenhænge. For kvindens vedkommende kan man sammenligne de 2 sider med muskler. Så den muskel der trænes mest gennem opvæksten bliver den dominerende adfærd, hvilket, når det gælder det maskuline, ikke gør kvinden til en mand med de egenskaber, som manden med 16 gange mere testosteron har. Enhver overstimulering eller understimulering giver en forstyrrelse, der kan give problemer i forhold til begge dele senere i livet. Og kan igen føre til problemer i relationsdannelsen, som kan føre til mistro, misbrug og afhængighed.

### **Psykodynamiske aspekter**

Grundlæggende psykologiske aspekter som glæde, sorg, vrede og seksualitet samt tryghed, tilknytning, nærhed, hengivenhed, samarbejde, udvikling, balance og harmoni er meget vigtige elementer i et barns evolutionære identitetsopbygning. Begreber som kærlighed og omsorg er helt basale og forventelige kompetencer hos alle voksne, der vælger at sætte børn i verden, men er langt fra tilstrækkelige i sig selv. Samtidig ser vi også en udvikling der sætter spørgsmålstegn ved hvorvidt vi samfundsmæssigt helt konkret formår at have omsorg for sine relationer, det synes ofte at være misforstået omsorg der udføres. Forældre har fokus på egne behov før barnets behov uden selv at indse dette.

### **Den maskuline og feminine dualisme**

Det kønslige samspil som praktiseres i parforholdet/ægteskabet er derfor en ekstrem vigtig lærings- og udviklingsproces for et barn gennem opvæksten. Samarbejdet, evnen til at fordele roller og ansvar, evnen til at løse uenigheder, involvering og bidrag til familiens daglige drift har stor betydning for et barns evne til at indgå i relationer i ungdomsårene og senere på arbejdsmarkedet. Og i familier med flere børn lærer børnene at tage hensyn og give plads til hinanden, som også er en vigtig kompetence at beherske, når man forlader familien. Alle forhold oplever kriser, som kan forårsages af ofte udefrakommende begivenheder, der kan have en stærk følelsesmæssig virkning på én eller flere i familien. Det er i disse faser den vigtige læring ligger. Det er her, at forældrene skal vise børnene, hvordan man kommer igennem en sådan krise. Det er en ekstrem vigtig læring for børnene, fordi den både opleves og ikke mindst mærkes, fordi den er dybt eksistentiel. Og rigtig håndteret kommer hele familien stærkere ud på den anden side og børnene vil være bedre rustet til de kriser, de med sikkerhed vil komme ud for i livet.

### **En skilsmisse er en krise for alle parter**

Hver gang en familie gennemgår en skilsmisse, er det en krise for alle parter i familien, men især for børnene, som helt uforskyldt udsættes for et opbrud i deres trygge hverdag, hvilket opleves som et svigt og et tab af tryghed. Et svigt som er størst i barnet selv, hvor deres indre repræsentation af mor og far adskilles. Det kan føre til tab af identitet, selvforståelse og selvværd. Hvis mor og far i skilsmisseprocessen er i krig med hinanden, er der også en krig inde i barnet, og den krig er barnet ikke kompetent til at håndtere så tidligt i livet. Det medfører smerte og utryghed og gør barnet splittet, fordi barnets højeste ønske er, at få samlet mor og far i en balance inde i sig. I en krig mellem 2 forældre, hvor den ene eller begge forældre fornægter den anden, er det også

en afvisning af den voksne i barnet. Når mor gør far forkert, så er halvdelen af barnet også forkert – og omvendt.

### **Barnets vigtigste relation er de biologiske forældre**

Derfor er barnets vigtigste relation igennem barndommen og ungdommen – begge biologiske forældre! Og jeg understreger sunde biologiske forældre fordi de instinktive, genetiske og biologiske træk fra begge forældre har en væsentlig betydning for barnets spejling og forståelse af sin adkomst til denne verden. Det gælder i øvrigt også bedsteforældrene på begge sider. Det er meget vigtigt for et barn at være sammen med bedsteforældrene, fordi de gennem bedsteforældrene lærer at forstå deres egne forældre og dermed deres egen historie. Det giver identitet og et vigtigt fundament for barnets selvværd og selvforståelse.

### **Mange par forlader hinanden på det tidspunkt i livet hvor de kan lære allermost.**

Som nævnt er skilsmisseprocenten igennem de senere år øget dramatisk. Det er ikke et sundhedstegn – tværtimod! Ligestillingsprocessen og det øgede sociale sikkerhedsnet har betydet, at det er blevet nemmere og muligt at leve selv. Det er en af velfærdssamfundets muligheder, men den er blevet misbrugt i en helt urimelig grad. Alt for mange par går fra hinanden på det tidspunkt i relationen, hvor de kunne lære allermost til gavn for deres eget samliv og ikke mindst børnenes og egen udvikling. Når forældrene forlader hinanden, så lærer de barnet, at det er løsningen, når man har problemer i relationen, med alle de følelsesmæssige konsekvenser det har. Ofte påtager barnet sig et helt uberettiget ansvar for skilsmissen og kommer til at bære en skyld, som de ikke har. I en skilsmissefase er forældrene også i krise og har derfor ikke det nødvendige overskud til at tage sig af barnets krise. Barnet efterlades ofte i et dilemma, hvor de oplever at skulle vælge mellem mor og far, hvilket ikke er muligt for barnet. Derfor er der tale om et svigt, som rammer barnets selvværd.

### **Forfejlet retspraksis**

Retspraksis har igennem de sidste 10-15 år ført til at børnene har fået primær bopæl hos deres mor i en skæv dele-ordning. Jeg mangler at forstå den psykologiske begrundelse for det?! Det er en meget uheldig retspraksis, som betyder, at myndighederne eller retten fortæller barnet, at mor er en vigtigere forælder end far! Konsekvensen af det er, at inde i barnet opleves det sådan, at far ikke vil være sammen med mig. Derfor er der mange børn, der oplever

et stort svigt fra faderens side, fordi de ikke forstår det juridiske grundlag – deres oplevelse er, at når Far ikke er der ret meget, så er det fordi, at der er noget galt med mig og at han ikke kan li mig. En retspraksis der efterlader både for meget ansvar og magt til én forælder, der er fokus på forældrenes ret fremfor barnets behov. Barnets behov udvikler sig gennem dets opvækst, dette burde afspejle sig i forældrenes dele-løsning.

I de mange tilfælde, hvor typisk moderen har fået det primære samvær med barnet og bopælsretten, som juridisk betyder, at hun modtager alle offentlige dokumenter og børnetilskuddet er der en meget stor risiko for, at der opstår en meget stærk symbiose mellem mor og barn. En symbiose, der øger risikoen for "følelsesincest". Et begreb, som igennem de senere år er blevet mere og mere beskrevet og som handler om, at barnet bliver en erstatning for den voksne, som moderen ikke har og derved dækker moderens omsorgsbehov. Meget ofte ser man, at drenge bliver til moderens pseudomand. Man kan godt beskrive dette som et Stockholmsyndrom, hvor barnet er gidslet og moderen gidseltageren. Og fordi at barnet bliver 100 % afhængig af moderen, så opstår der en sympati mellem gidsel og gidseltager, som det skete under gidseltagningen i banken i Stockholm.

Når et barn kun har én forælder at henvende sig til, så bliver det dybt eksistentielt afhængig af denne person. Når barnet er i en familie med mor og far, så kan barnet hele tiden veksle mellem begge 2, hvilket det også gør, samt det fritages for ansvaret for den voksnes omsorgsbehov..

## **Alternative familiekonstellationer**

Igennem de senere år er der blomstret mange alternative familieformer op. Forhold mellem bøsser og lesbiske og regnbuefamilierne er de mest sete konstellationer. Jeg vil gerne understrege, at jeg ikke har det fjerneste imod den type parforhold. Men jeg har meget store bekymringer, når man i disse forhold vælger at sætte børn i verden. I den sammenhæng sidestiller jeg bøsser og lesbiskes parforhold med en sammenbragt familie. Fra børnenes perspektiv vil der altid være et ikke biologisk tilhørsforhold til den ene af parterne i forholdet. Det samme gælder i princippet også for regnbuefamilierne. Her er der også altid én, der ikke er i en biologisk relation til barnet. I dette tilfælde er der ikke et kærlighedsforhold mellem de 2 biologiske forældre, hvilket også har en stor betydning for barnet. At være skabt af 2 voksne mennesker, der ikke elsker hinanden, registreres i barnet. Barnet kan fra en meget tidlig alder godt mærke, at der er noget galt, noget

der ikke hænger sammen i barnets indre verden. Og lad mig endvidere understrege, at man også går fra hinanden i den type par-relationer. Bøsser og lesbiske forhold har nøjagtig de samme problemstillinger, som alle andre forhold, og i en skilsmisse, er der kun én, der har den biologiske tilknytning til barnet og vil derfor i langt de fleste tilfælde tage barnet med sig. Og også her opstår der nye parrelationer, som barnet skal forholde sig til. Det er igen de basale medfødte instinkter, biologiske og biokemiske sanser der på et meget tidligt tidspunkt ikke i barnet skaber mening.

### **Enlige mødre med donorbørn**

En familiekonstellation, som er vokset betydeligt over de sidst par år er enlige kvinder, der vælger at få et barn ved hjælp af en anonym donor! I sundhedslovgivningen kan alle nu for statens regning søge fertilitetsbehandling – også selv om man er alene. Det er et helt urimeligt skråplan! Og det er også ekstremt diskriminerende overfor mænd, der ikke har de samme muligheder. Det er jo ikke samtidig besluttet, at enlige mænd kan få stillet 3 rugemødre i udvalg, så de også kan få det barn, de altid har ønsket sig?! Lad mig være helt klar her! Den mulighed bør reguleres meget kraftigere! At sætte et barn i verden uden adgang til sit faderlige ophav er i sig selv tæt på en krænkelse af barnets menneskerettigheder. Når man så kigger på det jeg ovenfor har beskrevet om barnets behov for både en maskulin og feminin stimulans gennem opvæksten, så er det helt urimelige vilkår at byde et barn at skulle gennemgå en opvækst alene med sin mor. Og her har barnet ikke et parforhold at lære af. Man kan også med rette stille spørgsmålet om de kvinder, der vælger at sætte børn i verden selv, fordi de ikke evner at etablere en parrelation, er de mest velegnede som alene forældre?? Her er de samme problemstillinger – om end i endnu højere grad, som barnet, der efter en skilsmisse, ender med at være mest hos moderen. Men for donorbørn er der ikke, hverken en far, bedsteforældre, fastre- og farbrødre og fætre og kusiner. Med andre ord 50% af barnets identitet er frataget allerede inden fødsel. Det er ikke barnets behov og vil præge barnet igennem hele opvæksten. I de tilfælde hvor moderen finder en mand, efter at hun har fået barnet, er der igen tale om et forhold, der kan sidestilles med en sammenbragt familie.

### **Parrelationen under hårdt pres**

Det er min klare opfattelse, at den samfundsmodel, som vi har udviklet igennem de sidste 30-40 år, har ført til de massive problemer, vi har i den danske familie. Vi har indført helt naturlige rettigheder til begge køn, men vi har lidt af den vildfarelse, at de nye roller og ansvar ville løse sig helt af sig



selv. Det har vist sig ikke at være tilfældet. Mændene har overladt det til kvinderne selv at finde deres nye rolle i samfundet og familien, hvilket har gjort relationen mellem mænd og kvinder til en kampplads og en kønskamp. Der skulle have været gjort en meget større indsats for at etablere et samarbejde om at definere de nye roller, og ikke mindst hvordan de skal forvaltes i familien. Mand og kvinde har ikke problemer med at finde hinanden, men i det øjeblik, at de bliver til en familie med et barn eller små børn, så kommer den markante ændring fuldstændig bag på dem. Her omdannes hjemmet til familiens Mellemøsten, hvor der konstant er kamp om magt, roller og ansvar. Den vestlige verden har med andre ord ikke formået at udvikle parrelationer, der passer til de muligheder, som begge køn heldigvis har. Ligestillingen blev tolket som: Mand og kvinde skal opføre sig ens, reagere ens, have det samme ansvar, skal kunne det samme etc. Mand, kvinde og børn er ligeværdige uagtet at vi opfører os forskelligt, reagere forskelligt, ikke har de samme omsorgsområder. Det er i forskelligheden værdien virkelig ligger.

### **Nogle konklusioner:**

Vi har skabt et samfund og en samfundsmodel, hvor de 2 køn i tiltagende grad har sværere og sværere ved at etablere varige tætte relationer i et samliv. Det moderne forbrugssamfund har påvirket parforholdet i en sådan grad, at mange parforhold minder om "forbrugsforhold", hvor parterne forbruger hinanden op til der ikke er mere at være sammen om, hvorefter de forlader hinanden for at finde nye relationer, hvor den samme proces starter forfra. Børn er også blevet et "produkt" på lige fod med et fladskærms TV eller en puddelhund, som man bare må anskaffe sig, og det virker som om, at det kommer bag på rigtig mange, hvor stort og forpligtende ansvar det er, at sætte børn i verden. Ligeledes er sex også blevet en forbrugsvarer, som man bare må have på én eller anden måde, det er nærmest blevet en rettighed, hvorfor utroskaben også har været markant stigende over de seneste år, hvilket er ren gift for et tillidsfuldt parforhold. Disse tendenser rammer børnene meget hårdere end de fleste er klar over, og derfor er det på høje tid, at samfundet gør en aktiv indsats for at få nedbragt antallet af skilsmisser til gavn for både voksne og børn. Når det - efter alt er prøvet - alligevel ender med en skilsmisse, skal det primære fokus handle om, at der skal etableres et godt og velfungerende samarbejde mellem begge forældre med et ultimativt fokus på barnets tarv og barnets eksistentielle rettigheder, der giver barnet de bedste forudsætninger og muligheder for at vokse op! Men det ser desværre ud til, at forældrenes arbejde og nye kærlighed har højere prioritet end deres børns opvækstvilkår.

## **Ligeværdig adgang til begge biologiske forældre**

Alle børn skal have ret til en ligeværdig adgang og samvær med deres biologiske forældre! Der kan naturligvis være tale om forhold som misbrug, mangel på forældreevne, der kan ændre ved denne hovedregel.

Det burde **ikke** være muligt at komme til denne verden uden adgang til sine biologiske forældre. Derfor skal donorbørn vide, hvem deres far er, og de skal også have samvær med deres far. Det samme gælder for børn i bøsse- og lesbiske forhold. Her skal barnet også have adgang til den biologiske forælder, der ikke er en del af parforholdet. Også i fertilitetsbehandling af etablerede par, skal barnet have mulighed for at vide, hvem der er dets biologiske far eller mor, hvis der er tale om en rugemor fra et andet land. Det skal barnet fordi, at de instinktive, genetiske og biologiske egenskaber hos et barn, skal respekteres som en vigtig eksistentiel forudsætning for barnets opvækst i langt højere grad end det har været tilfældet hidtil.

## **Tilbud og krav om rådgivning og eller terapi**

Alle par med børn skal forinden en reel skilsmisse dokumentere (ligesom i Norge) at de har gjort alt, hvad der er muligt med hensyn til at opsøge rådgivning og parterapi.

Der bør etableres centre i de danske regioner, hvor par i tide kan søge rådgivning og bistand til at komme igennem vanskelige passager i parforholdet. Allerede ved graviditet bør der støttes op om forældrene og den tid de går i møde, så der støttes op om tilknytningsdannelsen for både mor og far til deres børn. Overraskende mange mennesker evner ikke at håndtere den dialog og de svære følelser, der er forbundet med en skilsmisse som er en eksistentiel krise. Derfor er det på høje tid, at dette område aftabuiseres, fordi rigtig mange mennesker har brug for hjælp til at udvikle disse kompetencer. Det er ikke en skam at mangle kompetencer, men det er en skam ikke at gøre noget ved det, når man er blevet bekendt med det. Mennesker, der er vokset op i skilsmissemiljøer, har lært, at så snart relationen bliver en smule besværlig, så er løsningen at gå fra hinanden. Derfor har de brug for hjælp til at erhverve sig de kompetencer, der skal til for at imødekomme kriser og skabe varige relationer.

## **Bodeling**

Lovgivningen vedrørende bodeling er ligeledes en stor anledning til konflikt i en skilsmisse! Det er på høje tid, at den forældede lovgivning (over 90 år gammel) ændres, så den passer til den virkelige verden i dag. Alle der indgår i et parforhold, uanset om de gifter sig eller lever papirløst skal i udgangspunktet have "skilsmissesæreje", hvilket betyder, at hver især har særeje på det, de bringer ind i forholdet. Ikke mindst fordi at man på den måde undgår diskussionen om etablering af særeje op til et bryllup eller ved etablering af et permanent samliv. Det er meget vigtigt, at man ikke blander kærlighed og økonomi sammen. Alt hvad parret skaber efter etableringen af parforholdet skal til gengæld deles. I et samfund, hvor begge parter har lige adgang til uddannelse og arbejde, og hvor rigtig mange parforhold etableres i en moden alder, efter begge parter har været flere år på arbejdsmarkedet, er det vigtigt, at man respekterer det, hver især har skabt af værdier inden etableringen af parforholdet. Ikke mindst fordi, at flere og flere møder hinanden og etablerer et samliv i en moden alder.

### **Skilsmisseadvokater**

En del skilsmisseadvokaterne er også konfliktoptrappende. For skilsmisseadvokater er en skilsmissesag en forretning! Der er en del eksempler på, at skilsmisseadvokater spekulerer i, hvor mange penge, der er i et ægteskab, for derefter at trække sagen så langt ud som muligt. Der er endvidere eksempler på, at advokaterne aftaler, at de ikke kan tale sammen, hvorfor al kommunikation går efter de formelle retningslinjer, hvilket koster penge og fordyrer en sag. Endelig er der også en del eksempler på, at advokater opfordrer moderen til at søge hjælp i krisecenter, for at stå stærkere i en samværs-sag. For disse advokater er det langt vigtigere, at vinde en sag for sin klient fremfor at sikre, at begge parter kommer ordentligt videre som adskilt familie ikke mindst af hensyn til barnet. Det er min opfattelse, at advokater kun skal koncentrere sig om, at søge et fair og levedygtigt resultat i en skilsmisse og ikke fungere som mediatorer, som flere af dem har taget en efteruddannelse i. Den opgave skal overlades til uddannede psykoterapeuter.

### **Forebyggelse**

Som erfarne psykoterapeuter er vi sikre på, at der kan etableres vigtig forebyggende arbejde, der kan skabe en højere sandsynlighed for at et par bliver sammen, efter de har sat børn i verden.

Vi ser det som en god idé, at forældreparret allerede under svangerskabet i forbindelse med et besøg hos jordmoderen også får et møde med en psykoterapeut. Formålet er at hjælpe den kommende familie med at blive

forberedt på forældreskabet. Endelig kunne der også med fordel knyttes en psykoterapeut til et besøg af hjemmesygeplejersken. Dette møde er en opfølgning på besøget hos jordemoderen. Endelig kan der knyttes en psykoterapeut på de mødre grupper, der i reglen etableres efter fødslen. Og ét af disse møder skal også involvere fædrene.

Alt for mange par venter for længe med at søge hjælp, når der er problemer i parforholdet. Og som professionelle kan vi hurtigt mærke om det er for sent, når de kommer første gang. Ved etableringen af regionale centre, hvor par kan søge hjælp – uden at gå til lægen først, vil vi med en oplysningsindsats forhåbentlig opnå det, at par erkender udfordringerne i tide og aktivt søger hjælp i forbindelse hermed.

Kirsa Johansen Dechlis og Torben Haugaard

Registrerede psykoterapeuter  
Medlemmer af FaDP (Foreningen af Danske Psykoterapeuter)