

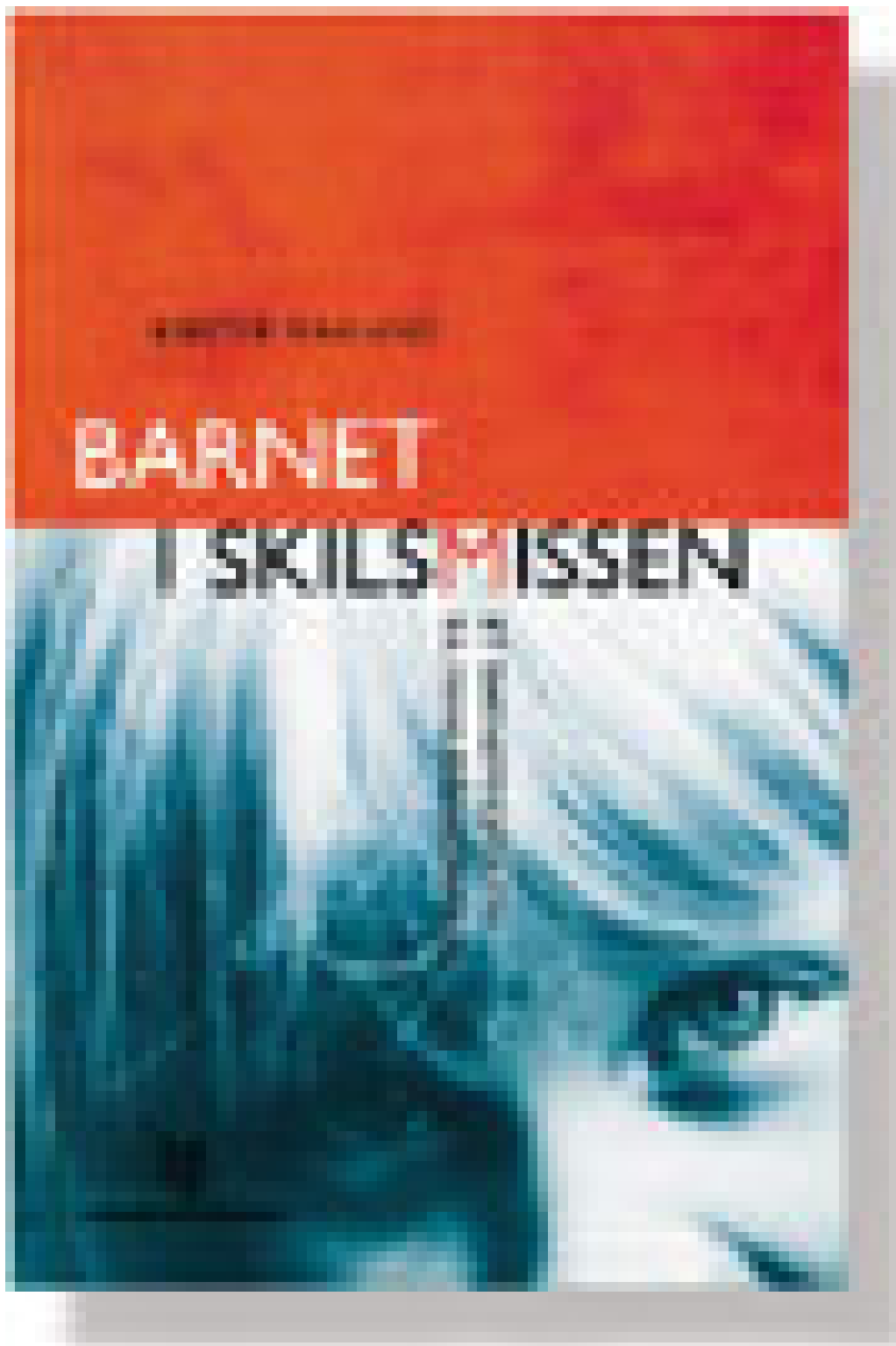
---

# Barns opplevelse av skilsmisse

---

[BOKOVERSIKT](#)

---



Forfatter Kirsti R. Haaland er psykolog med 30 års erfaring fra familievernkontor. Hun har et godt fundament som brobygger mellom voksnes og barns opplevelse av skilsmisse.

Hennes utgangspunktet er skilsmisse som endring av forhold over tid. Dette er til forskjell fra den tradisjonelle oppfatning av skilsmisse som en enkeltstående traumatisk hendelse. Ved skilsmisse oppløser man ikke familiesystemet, men endrer det og familien må organisere seg på nye måter.

Bokens tre kapitler gir leseren rik anledning til å reflektere over det sammensatte mangfold skilsmisse og videre familieliv representerer for barn og voksne, med fokus også på barnas posisjon og deres innsats for oss voksne. Barn lever på utallige måter og med et stort følelsesrepertoar. Ofte går skilsmisens tekniske løsninger på bekostning av barnets stemme. Bare ved å lytte til barnet i skilsmissen gis nye muligheter til utforming av familieliv etter skilsmissen.

Denne boken viser mangfoldet i barnets reaksjoner, avhengig av alder og utvikling og hvorledes barn på ulike alderstrinn forholder seg i de ulike fasene av prosessen. For de voksne begynner prosessen med tvilsfasen, forberedelsesfasen og/eller erkjennelsesfasen. Deretter følger beslutningsfasen, og den skilte familien (dvs. når foreldrene bor på to forskjellige steder).

Et eget kapittel omhandler stefamilien, et ord forfatteren gremmes ved å måtte bruke. Stefamilien er ikke en ny sjanse til å bli kjernefamilie. Utviklingen i stefamilien har sine egne stadier som beskrives inngående; delvis basert på forfatterens intervju med barn i et prosjekt om delt omsorg.

Også for stefamilien går utvikling gjennom flere faser. Fra to til fem år regnes som vanlig tid for å utforme en fungerende familieform. Men også etter denne tid oppstår det problemer og utfordringer, ikke minst fordi barna vokser. Det er ikke uvanlig at barn i voksen alder tar opp problemer de opplevde da foreldrene skilte seg eller stiller spørsmål de tidligere har holdt for seg selv. Det er også slik at skilsmissegrensene er høye i stefamilier.

For barna er skilsmissefasene preget av krisestadiet, kort-tid-etter-fasen og langtidsperioden.

Forfatteren ønsker å hindre at vanlige vansker vokser til uløselige problemer, og med barnet i fokus gir hun mange kloke innspill. Problemstillingene er også belyst ved små kasuistikker.

Når det gjelder å hjelpe barn som avleder og benekter følelser, er tålmodighet første punkt. Tålmodighet og det å lytte til barna uten å trenge seg på, er i det hele tatt et hovedbudskap hvis man skal få til gode løsninger med barnas beste for øye.

Etter barneloven skal barn over 12 år tillegges betydelig vekt når det gjelder fremtidig boform. Men det betyr ikke at de skal ha ansvar for familiens videre liv.

Barn i skolealder har sterk rettferdighetssans. De kan bidra til å fordele «familiens barn mellom mor og far ut fra rettferdighetsprinsippet». Valg av en av foreldrene kan få uante konsekvenser dersom den som er valgt får en kjæreste eller partner som barnet ikke ønsker seg. Barnet kan da ved å ha fått ansvaret for barnefordelingen, få en følelse av mer makt enn det som viser seg på et senere tidspunkt. Slike barn kan få reaksjoner på skilsmissen først på et senere stadium.

Forfatteren retter derfor en advarsel mot å la barn eller ungdom få tildelt for store oppgaver når det gjelder å beslutte omsorgs- og samværsordninger. Disse ordningene er ofte knyttet til økonomi og en ungdom kan heller ikke ha full oversikt over konsekvenser av valg av samværsordning.

Siden det fortsatt er knyttet både usikkerhet og fordommer til det å søke hjelp for psykiske vansker og psykososiale problemer, kunne noe informasjon om hva ulike hjelpeinstanser kan bidra med ha vært inkludert.

Boken har relevante litteraturreferanser som også har anbefalt utdypende litteratur. Den kan trygt anbefales for fagpersonell i helse- og sosialsektoren, pedagoger i skolen samt foreldre og andre voksne som ønsker en bedre innsikt i barns reaksjonsmønstre under familieomforming og de voksnes ansvar og oppgaver.

---

Inger Helene Vandvik

Barne- og ungdomspsykiatrisk seksjon

Rikshospitalet

---

---

Publisert: 20. september 2002. Tidsskr Nor Legeforen.

© Tidsskrift for Den norske legeforening 2026. Lastet ned fra tidsskriftet.no 27. mars 2026.