

# Børn i deleordninger

KORT & KLART



## Kort & Klart om deleordninger

Når forældre går fra hinanden, tænker en del, at en deleordning vil være den bedste og nemmeste løsning for barnet. Ved at bo den ene halvdel af tiden hos far og den anden halvdel af tiden hos mor kan barnet se begge sine forældre lige meget. Og forældrene undgår måske konflikter om, hvor barnet skal være.

Sandheden er, at det ikke er spor let. Det stiller store udfordringer til både børn og

forældre at få en deleordning til at fungere godt for barnet.

At leve i en deleordning er et puslespil. Det kan være både stressende og anstrengende for børnene. At pakke, skifte og falde til uge efter uge er simpelthen besværligt. Børn i deleordninger er derfor udsat for en ekstra belastning, som andre skilsmissebørn ikke har.

### **Fakta:**

En deleordning er en samværsordning, hvor et skilsmissebarn opholder sig lige meget hos hver forælder. En deleordning kan enten være en frivillig aftale mellem far og mor eller fastsat i statsforvaltningen. Omkring hvert sjette skilsmissebarn i Danmark lever i en deleordning.



**Når man har vænnet sig til det ene sted, så skal man hen til det andet. Det er ligesom at starte forfra hver gang.**

Laura, 12 år

**I denne brochure finder du:**

- Ting du skal være opmærksom på, når du overvejer, om I skal have en deleordning.
- Fortællinger om en velfungerende og om en mindre velfungerende deleordning.
- Konkrete råd til dig som forælder.
- Et værktøj som kan hjælpe dig til at finde ud af, om en deleordning kan være det rigtige for jer.

Indholdet i denne brochure er baseret på forskning fra SFI – Det Nationale Forskningscenter for Velfærd.

# Det skal du være opmærksom på

Deleordninger kan fungere godt for nogle børn. For andre børn vil det ikke fungere. Der er en række ting, du skal være opmærksom på, bl.a.:

- Hvordan er samarbejdet mellem far og mor?
- Hvor langt er der mellem de to hjem?
- Hvordan kan forældrene hjælpe barnet med at skabe sammenhæng i hverdagen?
- Hvor følsomt er barnet?

På de næste sider kan du læse om forskellige ting, du skal være opmærksom på. Noget af det gælder for alle skilsmissebørn, fx at skulle forholde sig til pap-søskende og stedforældre. Andre ting gælder for børn helt generelt, fx at behovene ændrer sig, i takt med at børnene bliver ældre. Men alle de ting, der bliver beskrevet, kan være særligt besværlige for børn i deleord-

ninger. Derfor er det vigtigt at forholde sig til de ting, når man overvejer, om barnet skal bo hos både far og mor.

## Forældrenes samarbejde

Det stiller særlige krav til forældrene, hvis en deleordning skal fungere godt for barnet. Selv om ansvaret er fordelt mellem de to voksne, er det helt nødvendigt løbende at snakke sammen og tilpasse sig. Forældrene skal fortælle hinanden om praktiske forhold og tale om barnets trivsel. Der skal også være fælles fodslag omkring opdragelsen.

Børn kan godt håndtere, at der er forskelle mellem de to hjem. Det kan gøre barnets liv rigere. Men det er svært, hvis barnet må noget hos den ene forælder, som er strengt forbudt hos den anden. Derved kan det op-



Man skal simpelthen kunne tage tingene op og gå på kompromis. Altså, ligesom når man bor sammen. Jeg sammenligner det lidt med, at når man bor sammen, er man heller ikke enige, men der er man jo nødt til at blive det.

Kirstine, mor til én

leve at blive betragtet som to vidt forskellige personer.

Det kan gøre hverdagen nemmere for barnet, hvis forældrene er fleksible. Det kan fx være at far henter fra ridning eller fodbold, selv om det er mors tur. Eller at mor lader barnet overnatte en ekstra gang hos far, fordi det lige passer bedst med vennerne.

### **Afstand mellem hjemmene**

Hvis der er langt mellem fars og mors hjem, kan det gøre livet ekstra besværligt for

barnet. Det kan være svært at se vennerne, at pleje fritidsinteresserne osv., hvis man er langt væk hver anden uge. Nogle delebørn bliver på den måde meget isolerede i det sociale liv – fx fra kammeraterne.

Hvis forældrene bor tæt på hinanden, har barnet bedre mulighed for at få tingene til at fungere. Det kan fx lige smutte forbi far og sige hej på vej hjem til mor. Eller barnet kan hente yndlingstrøjen hos mor, hvis det lige har glemt, at der er fest hos far.

## Søskende er vigtige

Når et barn lever i en deleordning, er det vigtigt, at det kan følges med sin(e) søskende – også selv om de ind i mellem kan være irriterende, som søskende nu er. Søskende er et fast holdepunkt for barnet, og det er vigtigt, når man bor to steder. Hvis søskende ikke følges frem og tilbage mellem mor og far, mister børnene endnu et holdepunkt i livet. Nogle søskende kan dog have behov for at have forskellige samværsordninger.

## De nye medlemmer af familien

En del skilsmissebørn får nye familiemedlemmer som stedforældre, stedsøstre eller halvbrødre. De nye medlemmer af familien kan på godt og ondt bidrage til, at hverdagen ændrer sig. Når familieforholdene bliver mere udviklede, må man lære at bøje af og tage hensyn. Det er jo ikke barnet selv, men forælderen, der har valgt at få de nye familiemedlemmer.

Hvis det ikke går godt med stedmor eller den nye papsøster, kan det være særlig svært for delebørn, for de skal leve under samme tag i halvdelen af tiden. De kan ikke som andre skilsmissebørn nøjes med at se dem i weekenden.

## Børn er forskellige

Børn klarer sig gennem udfordringer i livet på forskellige måder. Det hænger bl.a. sammen med barnets temperament og personlighed. Nogle børn klarer sig godt og er glade, selv om der er mange besværligheder ved at bo i to hjem. Andre børn bliver stressede, selv om deres deleordning ellers virker rolig og velfungerende.

Når man som forælder skal vurdere, om en deleordning kan fungere, er det meget vigtigt at holde øje med de individuelle forskelle, der er mellem børn.



Når jeg skifter om mandagen, så er det tit, at det er dér ens venner spørger, om man kan være sammen med dem. Og det kan man jo så ikke, fordi det er første dag ovre ved ens mor og sådan noget.

Laura, 12 år

## Børn ændrer sig, når de bliver ældre

Når børn nærmer sig teenage-årene, kan de opleve deleordningen som mere besværlig. Som teenager er det fx vigtigt at kunne få fat i sit yndlingstøj eller -spil, og det bliver vigtigt at kunne være sammen med vennerne, når man har lyst. Børnene får også brug for mere tid til dem selv.

Men det kan være svært at lave aftaler med vennerne, når man bor i to hjem, bl.a. fordi begge forældre gerne vil hygge sig med barnet i de uger, hvor de er sammen. I takt med at barnet bliver ældre, er det vigtigt løbende at holde øje med, om deleordningen fungerer godt.

## Pernilles historie:

# Når en deleordning fungerer godt

Pernille på 13 og hendes forældre, Helle og Kristoffer, har fået deleordningen til at fungere godt. De bor i Helsingør. Pernille trives og synes, hun har et nært forhold til både sin far og sin mor. Hun synes, hun har stor indflydelse på, hvordan samværet er indrettet.

Pernille var 6 år, da Helle og Kristoffer gik fra hinanden. De brugte lang tid på at finde frem til den bedst mulige samværsordning. De vurderede dengang, at hun var for lille til at blive inddraget. De har forsøgt at give plads til Pernilles meninger, uden at hun skulle føle det som om, at hun skulle vælge mellem far og mor.

Nu er Pernille blevet teenager. Hendes far og mor er opmærksomme på, at der kan være brug for at tilpasse samværsordningen, så den passer Pernille bedst. Helle og Kristoffer vil begge helst være meget sammen med Pernille, så deleordningen er også valgt for deres skyld. Men deres fokus er rettet mod Pernille og hendes trivsel: Hverdagen skal være overskuelig og rar for deres datter.

Helle og Kristoffer har et fordrageligt forhold. Tit drikker de kaffe, når Helle kører forbi med Pernilles ekstra bagage. Juleaften og fødselsdag bliver fejret sammen.





Fotos: Liselotte Justesen, fra installationen: "Hjemme hos mor/ hjemme hos far"

Helle og Kristoffer taler sammen om Pernilles udvikling og trivsel. Deres gode samarbejde betyder, at Pernille ikke behøver opføre sig forskelligt, når hun skifter fra den ene til den anden. Forældrene snakker sammen om, hvad Pernille må og ikke må, så regler og pligter er ikke langt fra hinanden i de to hjem. Begge forældre er interesserede i, hvad Pernille går og laver – også når hun har været hos den anden. Pernille behøver ikke bekymre sig om, om der er ting, hun ikke kan fortælle den ene forælder.

I Helsingør er begge forældre indstillet på at være fleksible. Hverken Helle og Kristoffer går op i, om der smutter en ekstra dag hist og her, hvis det passer bedre for Pernille.

For Pernille fungerer deleordningen godt, fordi hun kan integrere sit hverdagsliv både hos moren og hos faren. Hun kan se sine venner og dyrke sine fritidsinteresser hos både far og mor. Pernille skal ikke slæbe en kuffert frem og tilbage, når hun flytter fra far til mor. Hun har tøj begge steder, men hvis hun fx mangler sit sportstøj, kommer mor kommer forbi med det. Pernille synes, at hendes hverdag er rimelig overskuelig.

Når Pernille skal skifte fra den ene til den anden forælder, forsøger Helle og Kristoffer at gøre det så hyggeligt som muligt. Ofte får de en kop kaffe sammen, inden de siger farvel.

## Mia og Katjas historie:

### Når en deleordning belaster

Mia på 9 år og Katja på 13 år er søstre. De har begge gode venner, de går til sport og spejder og er glade for hinanden. De bor en i lille by på Sjælland skiftevis syv dage hos deres far, Esben, og syv dage hos deres mor, Dina. Der er 4 km mellem pigernes to hjem. Pigerne følges ad, så de er samtidig hos deres mor og far, men de har hver deres bopælsadresse.

Det var Esben, der ville have deleordning. Dina syntes, de skulle have en fast base, men hun havde dårlig samvittighed over, at hun var gået fra Esben, så hun ville ikke gøre tingene værre. I statsforvaltningen blev alt skrevet ned i en samværsresolution.

Katja er ikke glad for deleordningen. Hun forsøger at tilpasse sig begge steder, men føler sig forvirret og rodløs. Hun lever to helt adskilte familieliv. Der er to af alting, to garderober, to cykler og to computere. Der er meget lidt, der binder de to hjem sammen. Katja har det som om, der er to af hende. Hos faren bliver hun betragtet som en lille pige, mens hun hos sin mor må bruge make-up og gå i modetøj. Dina og Esben er ikke enige om, hvad der er rigtigt at gøre for en pige på Katjas alder. Derfor opfører Katja sig forskelligt afhængigt af, om hun er hos mor eller far.



Fotos: Liselotte Justesen, fra installationen: "Hjemme hos mor/ hjemme hos far"

Pigerne må ikke altid det samme. Det er nemlig bopælsforælderen, der bestemmer, om de kan tage på lejrskole med badmintonklubben eller holde fri fra skole. Nogle gange siger Esben, at Mia må noget, mens Dina ikke giver Katja lov.

Hvad Katja og Mia laver det ene sted, fortæller de ikke til den anden forælder. De har sjældent kontakt til den forælder, de ikke er hos. Pigerne skal spørge om lov, hvis de vil ringe til den anden forælder. De spørger ikke så tit, for så kan det være, de vil få et nej, når de virkelig har brug for at ringe. Når der er kontakt, er det via sms. Ofte holder de det hemmeligt.

Pigerne har flere gode venner. Men det er svært at planlægge legeaftaler, når de ikke kan ringe til den anden forælder og høre,

om de må lege i næste uge. Både Katja og Mia føler, at de går glip af ting. Det er kun meget sjældent, at Dina og Esben kan blive enige om at bytte dage. Katja kan ikke huske, hun har set Esben og Dina snakke sammen, siden forældrene gik fra hinanden.

Mia og Katja er meget glade for hinanden. Deres fællesskab er et vigtigt fast holdpunkt i en hverdag, der kan føles splittet og klemmt mellem de to hjem.

Børnene klarer selv skiftet mellem Esben og Dina. Hverken Mia eller Katja tager ting med frem og tilbage. Mia har dog en bamse med sig i skoletasken. Hvis en forælder en sjælden gang skal aflevere noget, pigerne har glemt hos den anden, bliver tingene stillet i garagen.

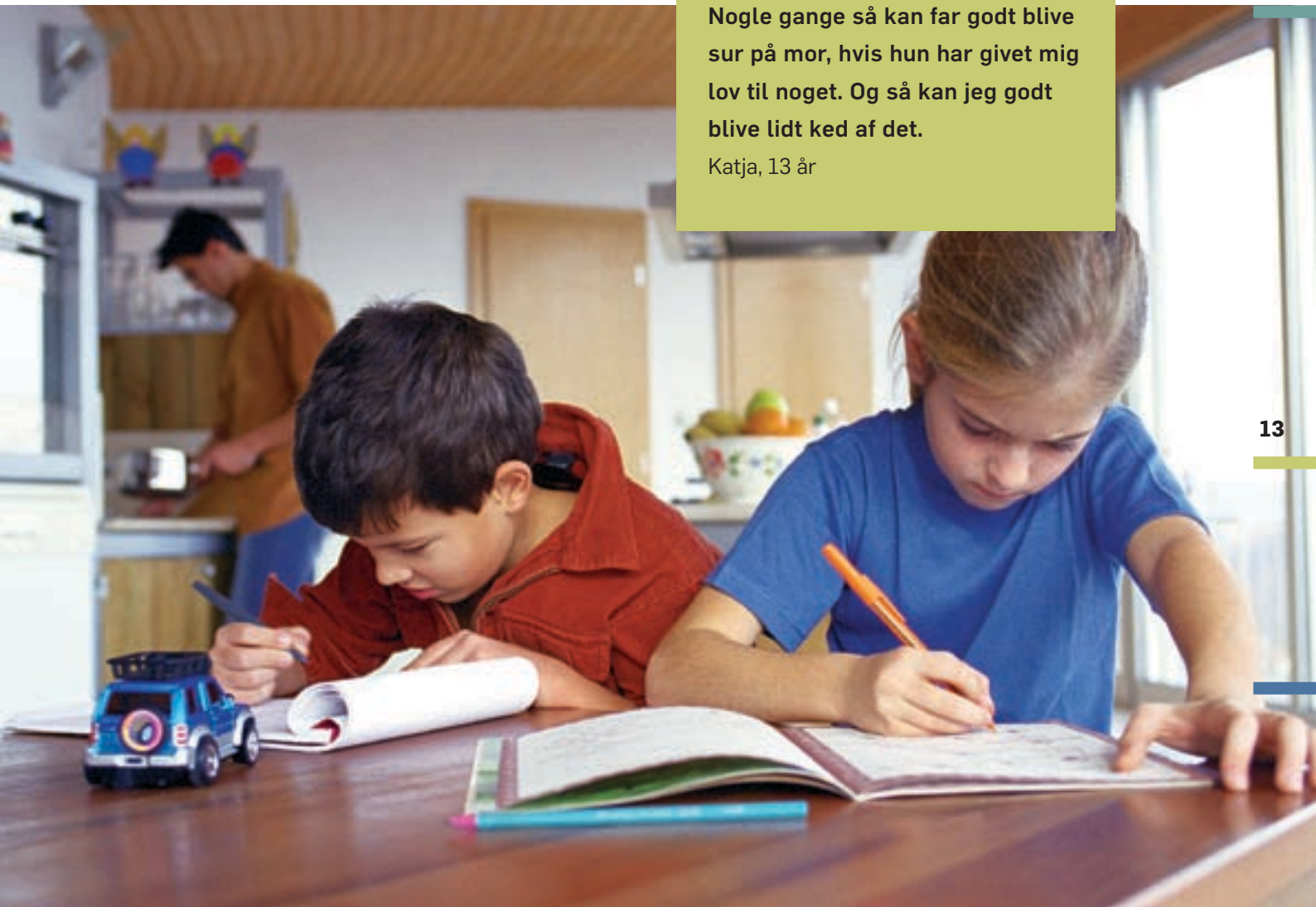
# Råd til forældre, der vælger deleordning

Forældre kan hjælpe deres børn med at skabe sammenhæng mellem de to familier ved at:

- Arbejde for et respektfuld og udbygget samarbejde, hvor forældrene sammen løser hverdagens problemstillinger og træffer væsentlige beslutninger.
- Arbejde for et fleksibelt organiseret samvær, hvor der er mulighed for at flytte rundt på dagene, hvis der er brug for det.
- Arbejde for en fælles forståelse omkring centrale dele af opdragelsen. Børn kan godt klare nogle forskelle mellem de to hjem, men der må ikke være direkte modstrid mellem reglerne hos far og hos mor. Hvis barnet har brug for særlig støtte til fx lektier, skal støtten komme fra begge hjem.
- Bo tæt på hinanden. Børn har også et liv uden for familien. Hvis barnets liv skal hænge sammen, skal det være nemt at have kontakt til skole, venner og fritidsaktiviteter fra begge hjem.
- Lade barnet følges med eventuelle søskende. Søskende kan være et fast holdpunkt i en ellers opsplittet hverdag.
- Give barnet adgang til den anden forælder – fx tillade at barnet ringer til den anden forælder og give barnet rum til at tale om sit andet familieliv.
- Give barnet tid til sig selv. Det er vigtigt, at forældrene ikke beslaglægger børnenes tid, fordi de kun har dem en uge ad gangen. Børn har også brug for at se deres venner.

Nogle gange så kan far godt blive sur på mor, hvis hun har givet mig lov til noget. Og så kan jeg godt blive lidt ked af det.

Katja, 13 år





Hans holdning er, at det er hans børn i de ulige uger, og det er mine børn i de lige uger. Og sådan er det også, når jeg sammen med børnene møder ham på gaden. Så laver han sådan en bevægelse væk fra dem og er ikke meget for at hilse på dem.

Bente, mor til tre

# Kan I klare en deleordning?

## Et praktisk værktøj til forældre

På de næste sider finder du et værktøj, der kan hjælpe forældre til at afklare, om en deleordning, hvor barnet bor lige meget hos begge forældre, vil være en god ide.

Værktøjet er kun vejledende og kan ikke give dig den endelige sandhed. Det er afgørende, at beslutningen altid bliver taget i forhold til det enkelte barn.

Værktøjet består af en række udsagn om barnet og forældrene. Svar på dem så ærligt som muligt. Hvis der udsagn, som slet ikke passer på jeres situation, så spring dem over. Hvis der er flere børn, bør du svare for et barn ad gangen.

På sidste side finder du en vejledning til, hvordan du kan aflæse resultaterne.

	Passer ikke	Passer delvist	Passer godt	
<b>TEMA: MOTIVER. I VIL HAVE EN DELEORDNING FORDI...</b>				
En deleordning er den mest retfærdige løsning	A	B	C	
En deleordning er den eneste løsning, I kan blive enige om	A	B	C	
En deleordning vil skabe færrest mulige problemer mellem jer forældre	A	B	C	
Barnet er lige knyttet til begge sine forældre og vil have svært ved at undvære nogen af dem	C	B	A	
Tæl antal scores sammen om motiver	A =	B =	C =	
<b>TEMA: BARNET</b>				
Klager ofte over hovedpine, ondt i maven eller kvalme	A	B	C	
Bekymrer sig om mange ting, virker ofte bekymret	A	B	C	
Er ofte ked af det, trist eller har let til gråd	A	B	C	
Er utryg og klæbende i nye situationer, bliver nemt usikker på sig selv	A	B	C	
Er bange for mange ting, er nem at skræmme	A	B	C	
Barnet er vellidt af andre børn/unge	C	B	A	
Barnet har flere gode venner	C	B	A	
Barnet er glad for at gå i skole (daginstitution)	C	B	A	
I almindelighed er barnet robust. Både fysisk og følelsesmæssigt	C	B	A	
Barnet har særlige behov, fx indlæringsvanskeligheder, ADHD, handicap, langvarig eller kronisk sygdom	A	B	C	
Barnet er god til at sige fra, når der er noget han/hun ikke vil	C	B	A	
Barnet har ofte svært ved at omstille sig, når han/hun skifter mellem hjemmene	A	B	C	
Barnet giver udtryk for, at der mangler sammenhæng i hverdagen. Han/hun føler sig presset eller stresset	A	B	C	
Barnet føler, at han/hun bliver behandlet som to forskellige personer (i de to hjem). Han/hun føler sig splittet	A	B	C	
Tæl antal scores sammen om barnet	A =	B =	C =	



	Passer ikke	Passer delvist	Passer godt	
<b>TEMA: FORÆLDRENS KOMMUNIKATION OG SAMARBEJDE</b>				
Du er fleksibel og rundhåndet, når den anden forælder ønsker at ændre på samværet	C	B	A	
Du synes, den anden forælder er en god far/mor for barnet	C	B	A	
Du respekterer den anden forælder (og dennes måde at opdrage barnet på)	C	B	A	
Du er lydhør over for dit barns ønsker med hensyn til samvær	C	B	A	
Det sker, at du bagtaler den anden forælder, mens barnet hører på det	A	B	C	
Den anden forælder er fleksibel og rundhåndet, når du ønsker at ændre på samværet	C	B	A	
Den anden forælder synes, du er en god far/mor for barnet	C	B	A	
Den anden forælder respekterer dig (og din måde at opdrage barnet på)	C	B	A	
Den anden forælder er lydhør over for dit barns ønsker med hensyn til samvær	C	B	A	
Overordnet har I forældre den samme indstilling til opdragelse. I er enige om, hvad barnet må og ikke må	C	B	A	
Som forældre taler I uden besvær om, hvordan I hjælper barnet, hvis han/hun har problemer	C	B	A	
I taler ikke eller kun meget nødtigt med hinanden	A	B	C	
Som forældre lytter I til hinanden, tager hinandens meninger alvorligt	C	B	A	
Som forældre er I begge i stand til at indgå kompromisser. I evner at finde løsninger, selv om I ikke er helt enige	C	B	A	
Du og den anden forælder har ofte konflikter med hinanden	A	B	C	
Det sker, at I forældre skændes, mens barnet hører på det	A	B	C	
Det er nemt at ændre på samværet, hvis barnet eller en af jer forældre har brug for det	C	B	A	
Det er naturligt, at I forældre er sammen om at fejre barnet, fx når han/hun har fødselsdag	C	B	A	
I forældre finder det naturligt at invitere hinanden indenfor til en kop kaffe	C	B	A	
Tæl antal scores sammen om forældres samarbejde	A =	B =	C =	

	Passer ikke	Passer delvist	Passer godt	
<b>TEMA: HVERDAGENS INDRETNING</b>				
Når barnet er hos dig, kan han/hun frit kontakte den anden forælder (fx telefon, sms, mail, chat)	C	B	A	
Når barnet er hos den anden forælder, kan han/hun frit kontakte dig (fx telefon, sms, mail, chat)	C	B	A	
Når barnet er hos dig, må han/hun gerne komme forbi hos den anden forælder	C	B	A	
Når barnet er hos den anden forælder, må han/hun gerne komme forbi hos dig	C	B	A	
Barnet har mulighed for at tage nogle af sine ting med frem og tilbage mellem de to hjem	C	B	A	
Barnet kan nemt have kammerater med hjemme hos dig	C	B	A	
Barnet kan nemt have kammerater med hjemme hos den anden forælder	C	B	A	
Barnet kan nemt passe sine fritidsinteresser, uanset om han/hun er hos den ene eller anden forælder	C	B	A	
Barnet kan nemt besøge sine venner, uanset om han/hun er hos den ene eller anden forælder	C	B	A	
Barnet har i begge hjem sit eget værelse (eller et sted, der er hans/hendes eget)	C	B	A	
Barnet kan nemt komme til/fra skolen (daginstitutionen), uanset om han/hun er hos mor eller far	C	B	A	
Tæl antal scores sammen om hverdagens indretning	A =	B =	C =	
<b>TEMA: DE ANDRE FAMILIERELATIONER – HVIS DER ER NYE PARTNERE</b>				
Barnet har et godt forhold til andre familiemedlemmer i din husstand (fx ægtefælle og søskende)	C	B	A	
Barnet har et godt forhold til andre familiemedlemmer i den anden forælders husstand (fx ægtefælle og søskende)	C	B	A	
Tæl antal scores sammen om familierelationer	A =	B =	C =	
© Ottosen, Stage & Jensen. Redskabet må genoptrykkes med tilladelse fra SFI				

## SÅDAN LÆSER DU RESULTATERNE

<b>Tæl dine scores sammen for hvert temaområde</b>	<b>HVIS DU HAR FLEST A'ER, NOGLE B'ER OG INGEN ELLER MEGET FÅ C'ER:</b>	<b>HVIS DU HAR EN DEL C'ERE, NOGLE B'ER OG INGEN ELLER FÅ A'ER:</b>
<b>TEMA Motiver til deleordning</b>	Din indstilling er positiv, når I overvejer deleordning. Det er ikke først og fremmest de voksnes behov, du tænker på, men barnets.	Du bør tænke på, om det er barnets eller de voksnes behov, som I tilgodeser med en deleordning
<b>TEMA Barnet</b>	Din besvarelse tyder på, at jeres barn for tiden er robust. Det er en fordel, hvis I tænker på en deleordning. Beslutningen om, hvilken samværsordning, der passer bedst, skal imidlertid altid vurderes ud fra det konkrete barn.	Dit barn forekommer at være skrøbeligt på et eller flere områder. Du bør overveje, om dit barn kan magte den omstilling, det kræver at flytte frem og tilbage mellem to hjem. Det kan belaste barnet yderligere.
<b>TEMA Forældres kommunikation og samarbejde</b>	Din besvarelse tyder på, at I forældre er lydhøre og anerkender hinanden. Jeres samarbejde fungerer rimeligt gnidningsfrit. Det er gunstigt, når man har eller tænker på at få en deleordning.	Den ene eller jer begge har problemer med at imødekomme og respektere den anden forælder. Der er knaster i jeres forældresamarbejde. Jeres indbyrdes forhold forekommer at være for kompliceret til, at det kan fungere godt for barnet med en deleordning.
<b>TEMA Hverdagens indretning</b>	Måden, I har indrettet samværet og hverdagen på, er gunstig, hvis man har en deleordning. I udviser respekt for, at barnet hører til i to hjem og hjælper det til at skabe sammenhæng i hverdagen.	Måden, I har indrettet jer på, vil gøre barnets hverdag besværlig og opsplittet, hvis det lever i en deleordning.
<b>TEMA Andre familiemedlemmer</b>	Dit barn har et godt forhold til familiemedlemmer i begge hjem, og det kan derfor have glæde at bo i to hjem.	Barnet har ikke så godt et forhold til alle familiemedlemmerne i de to hjem. Tænk over det, hvis I overvejer en deleordning.

## Mere viden om skilsmissebørn og deleordninger

Ottosen, M.H., Stage, S. & Jensen, H.S. (2011): Børn i deleordninger.

En kvalitativ undersøgelse, København: SFI

Delebarn.dk: [www.delebarn.dk](http://www.delebarn.dk)

Børnerådet: [www.boerneraadet.dk](http://www.boerneraadet.dk)

Børns Vilkår: [www.boernsvilkaar.dk](http://www.boernsvilkaar.dk)

Pjecen er forfattet af:

Mai Heide Ottosen, seniorforsker og programleder, SFI

Sofie Stage, videnskabelig assistent, SFI

Hanne Søndergaard Jensen, børnesagkyndig konsulent

Udgiver: SFI – Det Nationale Forskningscenter for Velfærd, 2011

Udgivet med støtte fra Egmont Fonden

Foto: Liselotte Justesen: HJEMME HOS MOR/HJEMME HOS FAR. Fotoinstallation om teenagepiger i skilsmisefamilier

Ole Bo Jensen og Polfoto

Design: [heddabank.dk](http://heddabank.dk)

Tryk: [rosendahlschultz grafisk](http://rosendahlschultzgrafisk.dk)

**EGMONT**  
Fonden