

# RÅDGIVNING

# VED SKILSMISSE...

## I kan også søge rådgivning ved:

- Åben rådgivning PPR: tlf. nr. 89 15 11 11
- Forældretelefonen: tlf. nr. 35 55 55 57.
- Familiesektionen i hjemkommunen.
- Børnetelefonen: tlf. nr. 35 55 55 55.
- Biblioteket – børneafdelingen har bøger, der handler om skilsmisse.

## På nettet:

- [www.civildir.dk/regler/separation](http://www.civildir.dk/regler/separation)
- [www.pjece.dk./jura](http://www.pjece.dk./jura)
- [www.netdoktor.dk/sex/samliv/fakta/skilsmisse](http://www.netdoktor.dk/sex/samliv/fakta/skilsmisse)
- [www.familieportalen.barneguiden.dk](http://www.familieportalen.barneguiden.dk)
- [www.netbrevkasse.dk](http://www.netbrevkasse.dk)
- [www.psykoweb.dk](http://www.psykoweb.dk)
- [www.emu.dk/elever7-10/fag/sam/emner/samfund/familien.html](http://www.emu.dk/elever7-10/fag/sam/emner/samfund/familien.html)
- [www.boerneradet.dk](http://www.boerneradet.dk)



■ *En folder til forældre på Randers Realskole* ■



**Randers Realskole**  
**Fabers Allé 3**  
**8900 Randers**

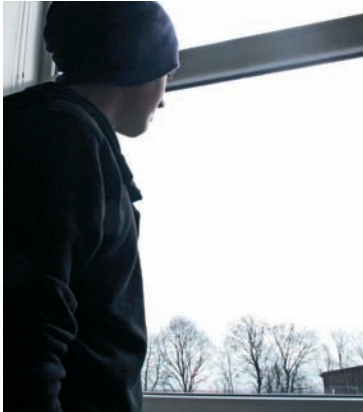
Skolens kontor: 87 12 32 30  
e-mail: [info@randers-realsk.dk](mailto:info@randers-realsk.dk)

**WWW.RANDERS-REALSKOLE.DK**



# SKILSMISSE

---



*Fortæl dit barn,  
at han/hun ikke er  
skyld i skilsmissen,  
- at skilsmissen er en  
nødvendig løsning  
på en konfliktfyldt  
situation mellem far  
og mor.*

Skilsmisse forekommer så hyppigt i vore dage, at vi må opfatte den skilte og den sammenbragte familie som en normal tilstand.

Når voksne skilles, vil der altid følge en række problemer og ofte smerte med i kølvandet.

Det er vigtigt, at børn får afløb for de smertelige følelser, i takt med at de opstår, så de ikke bruger den følgende tid i skolen på at være triste eller kede af det.

Tal med børnene om det, der er sket – og lyt til dem.

## 10 vigtige områder, der har betydning for, at barnet kommer hel igennem skilsmissen

- 1 Forbered dit barn grundigt på, hvilke ændringer skilsmissen vil medføre – inden I flytter fra hinanden.
- 2 Fortæl dit barn, at han/hun ikke er skyld i skilsmissen.
- 3 Fortæl dit barn, at skilsmissen er en nødvendig løsning på en konfliktfyldt situation mellem far og mor.
- 4 Lad ikke barnet afgøre, hvem af jer barnet skal bo hos.
- 5 Lad barnet blive i sit miljø, så han/hun ikke skal skifte skole og dermed udsættes for flere sociale brud.
- 6 Sørg for, at barnets behov for samvær med den forældre, han/hun ikke bor hos, tilgodeses. Giv barnet lov til at være medbestemmende om omfanget af samværet.
- 7 Sørg for, at barnet sikres tilknytning til begge forældres familie – især bedsteforældrene.
- 8 Hold barnet uden for jeres eventuelle indbyrdes konflikter. Lad vær med at tale dårligt om hinanden i barnets påhør.
- 9 Lad vær med at behandle barnet som en voksen eller tildele barnet en voksenrolle.
- 10 Tænk over, om jeres barn er rede til, at I danner ny familie, inden I gør det.