

Rådgivning

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. 116 111.
- Biblioteket – børneafdelingen har bøger, der handler om skilsmisse.

På nettet:

- <https://familieretshuset.dk/>
- <https://socialnettet.dk/skilsmisse-og-seperation>
- <https://bornsvilkar.dk/faa-gode-raad/skilsmisse/>
- <https://www.borger.dk/familie-og-boern/Skilsmisse-og-familiebrud>
- <https://www.boerneportalen.dk/har-du-brug-for-hjaelp/skilsmisse/>
- <https://www.familieudvikling.dk>



Randers Realskole
Jensen Wærums Allé 3
8900 Randers C

Skolens kontor: 87 12 32 30
e-mail: info@randersrealskole.dk

www.randersrealskole.dk

Ved skilsmisse...



■ *En folder til forældre på Randers Realskole* ■



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.