

SAMMEN OM BØRNENE

Introduktion for fagfolk



Udviklet og udarbejdet af Center for Familieudvikling:

Søren Marcussen, PD i psykologi, psykoterapeut, projektleder og afdelingsleder

Sinne Pedersen, Autoriseret psykolog (cand.psych. aut.) og underviser

Mathias Rolskov Jakobsen, Psykolog (cand.psych.) og underviser



CENTER FOR
FAMILIEUDVIKLING

SAMMEN OM BØRNENE

Introduktion for fagfolk

Forfattere:

Søren Marcussen, PD i psykologi, psykoterapeut, projektleder og afdelingsleder
Sinne Pedersen, Autoriseret psykolog (cand.psych. aut.) og underviser
Mathias Rolskov Jakobsen, Psykolog (cand.psych.) og underviser

Udgiver:

Center for Familieudvikling
Østergade 5, 1. sal
1100 København K

1. udgave 2022

Sproglig bearbejdning:

Rebekka Steinvig

Tegner:

Ditte Johanne Bertelsen

Layout og grafik:

Enel Laura Pagaard Selvig

Tryk:

PrinfoTrekroner A/S

Indhold

Indledning	5
Målgruppen for ”Sammen om Børnene”	10
Overblik over interventionen	13
Grundsten i interventionen	17
Første grundsten: Børnene i centrum	19
Anden grundsten: Forandring i fællesskaber	21
Tredje grundsten: Destruktive mønstre	25
Fjerde grundsten: Anerkendelse og ansvarliggørelse	27
Indblik i forældregruppen	29
Formålet med forældregruppen	29
Overordnet struktur for forældregruppen	31
Netværksinddragelse og hjemmeopgaverne	36
Indblik i børnegruppen	39
Formålet med børnegruppen	39
Overordnet struktur for børnegruppen	41
Særlige opmærksomheder i arbejdet med børnegruppen	44
Vejen videre	47
Afsluttende perspektiver – hvad kan vi gøre som samfund?	52
Tak	53
Litteratur	54

” [Forældrene] bliver overbeviste om, at de bliver nødt til at bekæmpe hinanden for deres børns skyld. Fordi de elsker deres børn, føler de sig drevet til at redde dem fra den anden forælders skadelige adfærd. At stoppe kampen føles for disse forældre som at svigte deres børn. ”

(van Lawick & Visser, 2015:35).

Indledning

Denne introduktion er udarbejdet som afslutningen på et 3-årigt projekt, der er gennemført i perioden 2019-2022 af Center for Familieudvikling i samarbejde med Børnecentret i Århus kommune og med støtte fra Socialstyrelsen. Målet med projektet har været at udvikle og afprøve et behandlingsprogram for børn og forældre i højkonflikte skilsmisser. Resultatet er "Sammen om Børnene" – et program, der retter sig mod at hjælpe familierne ud af de fastlåste konflikter, og som er baseret på det internationalt anerkendte program "No Kids in the Middle".

Prisen ved højkonflikte skilsmisser

Baggrunden for at udvikle "Sammen om Børnene" udspringer af den iagttagelse, at 10-12% af alle skilsmisser i Danmark ender som højkonflikte skilsmisser, hvor konflikterne mellem forældrene kan fortsætte i årevis efter bruddet. Det er kendetegnende, at børnene i disse familier kommer i klemme og udsættes for en form for omsorgssvigt og følelsesmæssigt overgreb, der ofte har store omkostninger for deres trivsel på både kort og langt sigt (Dalton, Carbon & Olesen 2003; Visser & van Lawick, 2021). Børnene i de højkonflikte skilsmisser lider, når mor og far, som de elsker, er i konflikt med hinanden. Børnene bliver kede af det og har svært ved at holde situationen på afstand. Forældre lever så at sige inde i deres børn, hvorfor også forældrenes konflikt kommer til at leve inde i børnene. Børnene bliver ofre for forældrenes vedvarende konflikt og kan som følge heraf udvikle store psykosociale problemer såsom angst, depression og aggressiv adfærd (Amato & Cheadle, 2005; Amato & Keith, 1991). Det er, hvad forskningen kalder konflikternes direkte påvirkning på børnene.

Børnene rammes også indirekte af konflikterne. Den indirekte påvirkning opstår, idet forældrene ikke erkender, at konflikterne rammer børnene. Forskningen peger på, at disse forældre ofte udvikler en form for blindhed, der beror på manglende erkendelse eller manglende følsomhed overfor konflikternes negative påvirkning på børnene



(Davies, Winter & Cicchetti, 2006). En del af forældrene i de højkonflikte skilsmisser ender med helt at underkende, at konflikterne overhovedet eksisterer. De kan f.eks. sige: *"Vi er ikke længere i konflikt, for vi taler slet ikke sammen"*. De ser med andre ord ikke, at konflikterne fortsat er fuldt til stede, men blot har fået et andet udtryk i form af mere kulde, distance og i nogen tilfælde ligefrem had og afsky for hinanden som forældre. Dette mærker børnene imidlertid, og når børnene samtidig oplever, at forældrene ikke kan eller vil erkende konflikterne, og at konflikterne rammer børnene, er det en form for omsorgssvigt (Davies, Winter & Cicchetti, 2006).

En anden indirekte effekt af konflikterne, som forskningen peger på, er at forældrene mister nogle af deres normale forældreressourcer og -kompetencer. Det stressniveau, som forældre i konflikt selv lever i, særligt når det sker over længere tid, medfører et mindre overskud til at være tilgængelig og responderende overfor børnenes behov. Det kan ydermere koste forældrene tid, kræfter og penge at køre sager imod hinanden i Familieretshuset eller igennem advokater, hvilket ligeledes tager tid, overskud og opmærksomhed væk fra forældreopgaven (Buehler & Gerard, 2002). Mens børnenes behov for omsorg og støtte således vokser i disse situationer, mindskes forældrenes ressource til at yde omsorg og støtte, hvilket er en omsorgsligning, der ikke går op (Øvreide, 2009).

Endelig kan børnene i de højkonflikte skilsmisser opleve at blive "partifæller" (Tjersland, 2011). Børnene oplever, at de ikke kan holde sig ude af konflikterne, men må tage stilling til, hvem af forældrene der taler sandt, og hvem der lyver – hvem er skurken, og hvem er offeret. Børnene vil i den situation ofte komme til at vælge side og vælger den forælder, som barnet er tættest forbundet til, og vender sig imod den anden forælder. Dette sker ofte i barnets forsøg på at sikre en tryk tilknytning til i det mindste én af forældrene af frygt for ellers at kunne miste dem begge og komme til at stå alene (Asen & Morris, 2020).

Den proces, hvor børn bliver partifæller, kan i yderste tilfælde være konsekvensen af forældrenes vedvarende konflikter. Forældrene kan ligefrem ende med at kæmpe om retten til at være forældre – at være den vigtigste og bedste forælder i børnenes liv – og i den kamp komme til at skubbe hinanden ud på sidelinjen i børnenes liv. Sker dette, er det igen børnene, der er de helt store tabere. Ca. 300 børn oplever hvert år, at de helt mister kontakten til den ene forælder som følge af en højkonflikt skilsmisse ("Med børnene som våben", 2022).

Dertil kommer at højkonflikte skilsmisser belaster de systemer, der skal hjælpe familierne. Familier i højkonflikte skilsmisser er en meget vanskelig gruppe at arbejde med som psykolog, terapeut, familiebehandler, socialrådgiver, etc. Det høje konfliktniveau stresser ikke alene børn og forældre, men også hjælpesystemerne. Når de systemer møder forældre med lave mentaliseringsfærdigheder på grund af det høje konfliktniveau, udfordrer det hjælpesystemerne i at støtte forældrene hen imod at

skabe forandring. Også behandlere oplever at skulle vælge side mellem forældrene, at skulle navigere i forældrenes modsatrettede fortællinger samt at skulle tage stilling til forældrenes anklager mod hinanden om f.eks. psykisk og fysisk vold, diagnoser og reduceret forældreevne. Disse forhold gør det svært for behandlere at hjælpe familierne, og mange mister glæden og energien i deres arbejde og kan i værste fald brænde helt ud. I de tilfælde bliver konflikten ikke alene et problem for de berørte familier, men også for dem der skal hjælpe familierne, og empatitræthed og "compassion fatigue" er et udbredt fænomen blandt medarbejdere, der arbejder med familier i højkonflikt skilsmisse (Visser & van Lawick, 2021).

Behov for programmer til røde skilsmisser

Hertil kommer, at der er en stor mangel på specifikke og effektive metoder og programmer, som er udviklet til lige netop at hjælpe børn og forældre i højkonflikte skilsmisser. Der findes metoder fra andre familieindsatser, men de virker ikke i tilstrækkelig grad til denne målgruppe. Behandlere kommer derfor til at stå med et ansvar for selv at udvikle metoder, og det er for de fleste en umulig opgave. Der er således et kæmpe behov for at udvikle behandlingsprogrammer, som kan hjælpe disse familier, ligesom der er behov for en specialiseret træning af de fagfolk, som skal tage programmerne i anvendelse.

Der findes flere gode tiltag, der støtter, hvad man kan kalde *grønne* skilsmisser og *gule* skilsmisser. De grønne skilsmisser er den gruppe af forældre, som efter et brud er indstillet på at være fælles om forældreopgaven. Forældrene kan en kortere tid efter bruddet have det svært, men kommer hurtigt tilbage til et normalt funktionsniveau og finder ud af at skabe et godt nok miljø for børnene efter skilsmissen. De gule skilsmisser har ofte flere vanskeligheder efter bruddet. Bruddet i sig selv kan være vanskeligt. Det kan komme som et chok for den ene, være forbundet med utroskab eller en ny partner, ligesom forældrene kan være uenige i centrale spørgsmål om samværsordninger, børnenes trivsel og forældresamarbejdet (Dejour et al., 2017).

Der kan fremhæves gode metoder og hjælpeprogrammer, som allerede tilbydes både grønne og gule skilsmisser. Center for Familieudvikling har udviklet og afprøvet "Videre efter skilsmissen" (KIFF-kursus) med fokus på forældresamarbejdet og det fælles forældreansvar. Det samme gælder samtalegrupper for børn – et tilbud til børn, hvis forældre er skilt, og hvor forældredeltagelse indgår i programmet. Familieretshuset udbyder programmet "Forældre sammen hver for sig" samt "SeS" ("Samarbejde efter Skilsmissen") som både kursus og digitalt tilbud. Alle disse indsatser har vist sig at være effektive metoder til at arbejde med grønne og gule skilsmisser, men samtidig ser det ud til, at de er mangelfulde og utilstrækkelige i arbejdet med de *røde* skilsmisser.

"Sammen om Børnene" er et program, som er udviklet for at yde mere omfattende hjælp til familier i højkonflikte skilsmisser, hvor den vedvarende konflikt skaber

mistrivsel for både børn og forældre – hvad man kan kalde de røde skilsmisser. "Sammen om Børnene" er en dansk version af det hollandske behandlingsprogram "No Kids in the Middle", som er udviklet af klinisk psykolog og psykoterapeut, Justine van Lawick, og klinisk psykolog og familierapeut, Margreet Visser, ved Lorentzhuis centeret i Holland.

"No Kids in the Middle" er født ud af en frustration over eksisterende metoder og programmer, som ikke har vist sig tilstrækkelige til at hjælpe familier i højkonflikte skilsmisser. Det hollandske program blev præsenteret i 2011. Siden er interventionen blevet afprøvet mere end 20 gange, og Justine van Lawick og Margreet Visser har løbende udviklet og justeret programmet i takt med, at deres arbejde med familierne krævede nye tilpasninger. "No Kids in the Middle" er efterfølgende blevet udbredt til mange europæiske lande, der har integreret interventionen som en del af deres behandling til familier i højkonflikte skilsmisser (Visser & van Lawick, 2021).

"No Kids in the Middle" er blandt de internationale programmer, som er mest velbeskrevet, og som bygger på et større empirisk grundlag, der har vist positive resultater. Selvom "Sammen om Børnene" ikke er en tro kopi, er de to programmer nært beslægtet i format og metoder. Fælles er, at de er mere omfattende i tid og medarbejderressourcer end øvrige programmer på området, og at begge bygger på den grundpræmis, at der er brug for en udvidet indsats, hvis man rent faktisk skal lykkes med at hjælpe målgruppen i de røde skilsmisser.

I den 3-årige projektperiode har Center for Familieudvikling i samarbejde med Århus kommune gennemført "Sammen om Børnene" seks gange (fire gange af Center for Familieudvikling og to gange af Århus kommune). Ved første øjekast kan "Sammen om Børnene" virke som et meget omkostningstungt program, men set i et længere perspektiv kan det rent faktisk vise sig at være en ressourcebesparende indsats. Situationen idag er, at mange af familierne i højkonflikte skilsmisser vender tilbage med deres konflikter, og at forskellige hjælpesystemer gentagne gange bruger penge og ressourcer på forskellige undersøgelser af gensidige forældreanklager og på forskellige indsatser, der langt fra altid hjælper familierne et bedre sted hen. "Sammen om Børnene" er derimod en behandlende indsats med fokus på at reducere forældrekonflikterne og fremme mor og fars forældrekompetencer, hvilket er afgørende for at kunne skabe den nødvendige forandring: At forbedre børnenes trivsel.

Denne introduktion er ikke en manual til de fagteams, der skal afholde "Sammen om Børnene". En sådan fagmanual fås i forbindelse med træningsuddannelsen til "Sammen om Børnene". Dette er en mere generel introduktion til behandlingsprogrammet "Sammen om Børnene" til brug for fagfolk.

Med denne introduktion får fagfolk en præsentation af interventionens målgruppe, indhold, struktur, kerneelementer og grundtænkning, ligesom der gives indblik i arbejdet i forældregruppen og børnegruppen. Afslutningsvist præsenteres de overordnede erfaringer med at hjælpe familier i højkonflikte skilsmisser, som Center for Familieudvikling har opsamlet på baggrund af "Sammen Om Børnene" og perspektiverne fra "No Kids in the Middle". Disse erfaringer rummer også forslag til, hvordan bl.a. de kommunale systemer landet over kan arbejde med "Sammen om Børnene" eller integrere dele af programmet i den lokale indsats.

God læselyst!

Målgruppen for ”Sammen om Børnene”

”Sammen om Børnene” er en omfattende og tidskrævende indsats, og det er derfor relevant at overveje, hvornår det giver mening at sætte gang i programmet. Udgangspunktet for behandlingsprogrammet er at skabe forandring for familier i højkonflikte skilsmisser, men også her kan det være godt at overveje, om der er segmenter af de røde skilsmisser, som interventionen ikke kan hjælpe. Disse overvejelser vil blive belyst i dette afsnit, som giver en beskrivelse af målgruppen for ”Sammen om Børnene”, og hvem programmet sigter efter at hjælpe.

Hvad kendetegner målgruppen?

Målgruppen for ”Sammen om Børnene” er familier i højkonflikte skilsmisser, også kaldet de røde skilsmisser. Der er flere forhold, der kendetegner disse familier, og når disse forhold er til stede, vil det ofte give mening for en familie at deltage i ”Sammen om Børnene”.

Det første er, at forældrene har været skilt i minimum ét år, og for de flestes vedkommende i mere end to år. Mange forældre, som nyligt har gennemgået en skilsmisse, vil opleve konflikt og turbulens, mens der efter en tid falder mere ro på situationen og den nye hverdag. Det er med andre ord helt naturligt, at der opstår konflikter i den første tid efter bruddet, hvilket ikke af den grund skal betegnes som en familie i højkonflikt. Hvis konflikterne derimod ikke falder til ro efter et-to år, men tværtimod eskaleres, og konflikterne gradvist bliver mere voldsomme og med tiden vedvarende og fastlåste, så er der tale om en højkonflikt skilsmisse.

For det andet gør det sig gældende, at mange forældre i højkonflikt skilsmisse har svært ved at få de basale aftaler om børnene til at falde på plads, f.eks. om samvær, bopæl, ferie og økonomi. Det problematiske forældresamarbejde kan afføde tilbagevendende sager i Familieretshuset såvel som sager ved retten, og i nogle tilfælde begynder forældrene også at involvere advokater til at føre sag imod hinanden. Mange af disse forældre er i konflikt om det meste. De oplever, at samarbejdet med den anden forælder er stort set umuligt, hvorfor kampen synes at være den eneste mulighed, de har. De oplever at være havnet i en konflikt, de ikke selv føler sig herre over, og som de ikke kan stoppe igen, men som begge forældre vedholdende kæmper for at vinde.

For det tredje er det et kendetegn ved forældre i højkonflikt skilsmisse, at de begynder at dæmonisere hinanden. Kritik af den anden forælders fejl, mangler, anormaliteter og psykiatriske diagnoser bliver en del af konflikterne, ligesom anklager om psykisk og fysisk vold bliver mere eller mindre almindeligt.

Forældrenes negative oplevelser fra det fælles samliv – som f.eks. oplevelsen af, at den anden var en dårlig eller ligefrem farlig partner – smitter ofte af på synet på hinanden som forældre. Det kan resultere i et dæmoniserende blik på hinanden, udtrykt i udsagn som: *”Han er inkompetent og fraværende som far og for hård i sin opdragelse”* eller *”Hun er inkompetent som mor, hun evner ikke at sætte grænser og har en nærmest symbiotisk relation til vores barn.”* Er konflikten nået dertil, kan en forælder finde det legitimt at beskytte barnet imod den anden forælder frem for at støtte barnets ret til og behov for at have en relation til begge forældre.

Det sidste kendetegn er, at børnene er i stor mistrivsel. Det kan tydeligt mærkes på mange af børnene, at forældrenes konflikt fylder hos dem, gør dem kede af det, tager deres koncentration væk fra skolearbejde og venner og hindrer deres naturlige trivsel og udvikling. I mange tilfælde vil pædagoger, lærere og medarbejdere fra institution og skole lægge mærke til børnenes mistrivsel, ligesom det er noget, forældrene mærker. Hos andre børn træder det mindre tydeligt frem. Børnene kan kaldes ”østersbørn”, ”linedanserbørn” eller ”mæglerbørn” som billedlige begreber for, at børnene er så gode til at skjule deres mistrivsel, at omgivelserne ikke registrerer det.

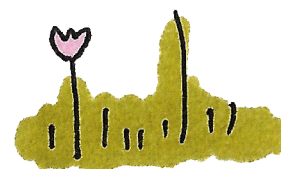
Eksklusionskriterier

Screeningen af familierne og den visiterende proces er central for at lykkes med interventionen. Hvis man får iværksat en god visitationsproces, får de rette familier med i programmet og får dem tilstrækkeligt motiveret for at deltage, er der større chancer for at skabe de ønskede resultater undervejs i forløbet.

Det er et individuelt skøn i hver sag, hvilke familier der skal deltage i ”Sammen om Børnene”, og det ligger udenfor denne introduktions primære formål at gå i dybden med den proces. Helt generelt gælder det dog, at der tages udgangspunkt i ovennævnte målgruppebeskrivelse, når deltagerne udvælges. Dertil kan der peges på fire kriterier, der ekskluderer en familie fra at kunne deltage eller profitere af forløbet, selv hvis der er tale om en rød skilsmisse. En opmærksomhed på følgende fire eksklusionskriterier er således relevant i screeningen og visitationsprocessen:

1. Når forældrene har en igangværende sag i Familieretshuset eller ved retten.

Familier, der har en verserende sag i Familieretshuset eller ved retten, er meget sjældent indstillet på at deltage i et program, hvor de skal arbejde med at reducere deres konflikter og fremme en mere samarbejdende attitude som forældre. Disse familier kan med gavn vente med at deltage i ”Sammen om Børnene”, indtil der er faldet en afgørelse i deres sag. En anden mulighed er, at forældrene sammen beslutter sig for at sætte deres verserende sag på pause, indtil de har gennemført ”Sammen om Børnene”. Håbet er, at de gennem behandlingsforløbet bliver enige om fælles aftaler, hvilket vil overflødiggø-



re en efterfølgende juridisk afgørelse. Forældrene har derimod god mulighed for at deltage i "Sammen om Børnene", hvis de netop har afsluttet en sag, men blot mangler de opfølgende møder. Det samme gælder, hvis forældrene har mindre sager kørende i Familieretshuset, og begge forældre oplever, at dette ikke står i vejen for at deltage i programmet.

- 2. Når der er anklager om psykisk eller fysisk vold.** Som før nævnt kan det være en del af den dynamik, der kendetegner forældre i en højkonflikt skilsmisse, at de anklager hinanden for fysisk eller psykisk vold. Når behandlere skal undersøge disse anklager, er det afgørende at kunne skelne mellem på den ene side systematisk dominans, vold og psykisk tyranni og på den anden side, hvad der kan kaldes situationsbestemt fysisk og psykisk vold. Det forekommer, at der i tiden før en svær skilsmisse eller i et meget højkonflikt forældresamarbejde kan være enkeltstående tilfælde af situationsbestemt vold. Det ligger ikke i "Sammen om Børnene" at kunne undersøge sådanne forhold til bunds. Hvis der derfor er bekymring for, at der sker fysisk eller psykisk vold i familien, såvel som bekymring for, at børnenes sikkerhed er truet, er "Sammen om Børnene" ikke det rette tilbud.
- 3. Når der er alkohol- eller stofmisbrug.** Også her gælder det, at det kan være en del af forældrenes konfliktmønster, at de anklager hinanden for at have et misbrug af den ene eller anden art. Igen ligger det udenfor dette program at undersøge sådanne anklager, hvorfor familien ikke bør deltage i "Sammen om Børnene", så længe forældrene viser tegn på misbrug, eller der er anklager om misbrug.
- 4. Når børn helt har mistet kontakt til den ene forælder.** I de tilfælde, hvor et barn gennem længere tid ikke har haft samvær med den ene forælder, er "Sammen om Børnene" heller ikke det rette tilbud. Da børnene kommer til at se begge forældre undervejs i forløbet – og dermed også den forælder, barnet ikke har haft kontakt til igennem nogen tid – er det bedre at deltage i "Sammen om Børnene", når først kontakten er genetableret. Lykkes det, vil programmet imidlertid været en meget relevant intervention.

På baggrund af denne introduktion til hvem programmet sigter efter at hjælpe, giver næste afsnit et overblik over selve interventionen i form af de samtaler, samlinger og gruppegange, som de deltagende familier indgår i undervejs i forløbet.

Overblik over interventionen

"Sammen om Børnene" er som nævnt inspireret af det anerkendte hollandske program "No Kids in the Middle". Begge programmer følger samme struktur og indeholder fælles delelementer. Dette afsnit giver et overblik over "Sammen om Børnene", sådan som interventionen er udviklet og afprøvet af Center for Familieudvikling i perioden 2019-2022 med det formål at formidle et behandlingsprogram til familier i højkonflikt skilsmisse i en dansk kontekst.

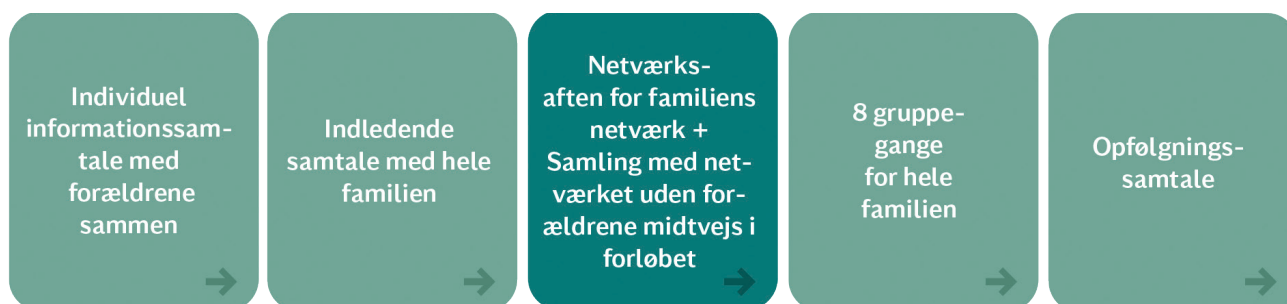
Aktører i interventionen

"Sammen om Børnene" er grundlæggende en *flerfamilie*-intervention for *hele* familiesystemet omkring børnene i de højkonflikte skilsmisser. Der indgår således flere aktører i programmet: Dels bliver op til seks familier tilbudt deltagelse i et fælles gruppeforløb, dels er alle forældre, deres fælles børn (i alderen 4-16 år) samt familiernes netværk inkluderet i behandlingen. Det betyder, at forældre og børn er til stede på samme tid og deltager i programmet, hvor der arbejdes terapeutisk i henholdsvis en forældregruppe og en børnegruppe. Ligeledes inddrages familiernes netværk undervejs i forløbet som en støtte til forældre og børn bl.a. gennem netværkssamlinger.

Interventionen ledes af minimum fire terapeuter, der indgår i et fast team omkring gruppen. To terapeuter er knyttet til forældregruppen og to er tilknyttet børnegruppen. Det samlede terapeutteam har tæt kontakt igennem hele interventionen, hvor der løbende reflekteres på tværs af grupperne.

Hele interventionen fra start til slut løber over en periode på minimum 18 uger. Strukturen i "Sammen om Børnene" (med samtaler, samlinger og gruppegange) vil her blive præsenteret for at give et overblik over det samlede behandlingsforløb, som familierne gennemgår.

Et forløb for en familie består af:



Informationssamtale med forældrene (1 time)

Efter en indledende interessetilkendegivelse eller henvisning fra andre aktører indkaldes forældreparret til en informationssamtale med to terapeuter. Samtalen har til formål at informere forældrene om forløbets indhold, så de på den baggrund kan give et oplyst og kvalificeret tilsagn om, hvorvidt de ønsker at deltage i "Sammen om

Børnene". Der lægges ikke op til nogen form for dialog mellem forældrene på dette tidspunkt. Forældrene får derimod lejlighed til at lytte til hinandens håb for forandring, hvilket for flere forældre er motiverende og beroligende. Samtalen giver ligeledes terapeutteamet mulighed for at vurdere forældrenes motivation for at deltage samt afklare eventuelle tvivlsspørgsmål.

Indledende samtale med hele familien (1,5 time)

Når begge forældre har sagt ja til at deltage i interventionen, inviteres hele familien til en indledende samtale. Ved samtalen deltager to terapeuter fra forældregruppen og minimum én terapeut fra børnegruppen. Ved den indledende samtale er familien samlet og deles derefter hurtigt op, sådan at børnene følger med børneterapeuterne, og forældrene bliver hos forældreterapeuterne.

Børneterapeuterne taler med børnene om de to hjem og "the space inbetween", dvs. den måde børnene oplever konflikten mellem forældrene. Børnene får således lejlighed til at fortælle, hvordan de som børn oplever stemningen mellem forældrene, og hvordan de er påvirket af konflikten. Imens får forældrene lejlighed til at tale med forældreterapeuterne hver for sig. Forældrene interviewes om deres tidligere samliv, og hvordan deres brud har påvirket dem personligt. Efterfølgende mødes terapeuterne med begge forældre, og terapeuterne opsummerer det, de har forstået af forældrenes fortælling. Disse terapeutrefleksioner er et af de første skridt hen mod at blødgøre den dæmoniserende fortælling, der ofte hersker mellem forældrene. Ved at terapeuterne reflekterer højt om f.eks. forældrenes braste håb, sorg eller intentionerne med deres valg, giver det forældrene et begyndende nyt sprog for deres fastlåste konflikt.

Til slut mødes hele familien igen, og børnene får at vide, at forældrene har arbejdet godt. Det aftales desuden, hvilke netværkspersoner forældrene vil medbringe til netværkssamlingen.

Netværkssamling 1 (2 timer)

Alle forældre bliver bedt om at invitere minimum to personer fra deres netværk, der kan støtte og udfordre dem igennem forløbet. Netværkspersoner kan være gode venner, kollegaer eller familiemedlemmer. Til netværkssamlingen introduceres det samlede netværk for tænkningen i interventionen (se mere om dette på side 17ff). Netværkspersonerne får beskrevet, hvordan børn og voksne påvirkes af en konflikt, og de får indsigt i forventningerne til dem som netværk. En central del af netværkets opgave er at være sparringspartnere for forældrene, dvs. hjælpe dem med hjemmeopgaver og desuden tilbyde forældrene tryghed, støtte og tilpas med modspil, som kan hjælpe forældrene væk fra et dæmoniserende perspektiv på medforælderen.

De 8 gruppegange (2,5 time pr. gang)

Når selve gruppeforløbet går i gang, følger hver gruppegang den samme skabelon. Alle familierne samles til en start i gruppelokalet. Her byder det samlede terapeutteam

velkommen og igangsætter en "icebreaker" eller opvarmningsøvelse. Formålet med icebreaker-øvelserne er dels at lande roligt i rummet og herved give en tryk start for både børn og forældre, dels at skabe en styret ramme for, at den enkelte familie kan få nye erfaringer i samspillet med hinanden.

Efter den fælles start går børnene med børneterapeuterne til deres grupperum. Herefter følger ca. 1 times arbejde i de to grupper, henholdsvis forældregruppen og børnegruppen, hvorefter børnene går tilbage til forældrelokalet for at holde pause sammen med deres forældre. De fælles pauser er interventionens ustyrede øvebane for samarbejdet mellem forældrene, idet forældrene selv har ansvaret for, hvordan samværet i pauserne skal foregå. Terapeutteamet trækker sig fra lokalet og bruger pausen på en intern drøftelse af processen i både børne- og forældregruppen.

Efter pausen deles familierne igen op i børn og voksne, og der arbejdes videre i de to grupper indtil den fælles afslutning, hvor terapeutteamet siger tak for i dag, og familierne tager afsked med hinanden (se også s. 29ff og s. 39ff).

Netværkssamling 2 (2 timer)

Mellem gruppegang 4 og 5 inviteres netværket til endnu en samling, denne gang uden forældrene. Her arbejdes der med de foreløbige erfaringer, som netværket har fået, og eventuelle dilemmaer og udfordringer behandles. Det er dermed netværkets mulighed for at få støtte og eventuel fornyet motivation i arbejdet med at give sparring og hjælp til børnene og forældrene.

Mange netværkspersoner er glade for at kunne dele tanker og udfordringer som eksempelvis loyalitetskonflikter og fastlåsthed. For mange er det også på dette tidspunkt betydningsfuldt at få justeret fokus fra forældrene over mod børnene. Hvordan kan de som netværk hjælpe forældrene til at skabe mere ro for børnene?

Opfølgende indsats for forældrene (1-4 timer)

Efter endt gruppeforløb inviteres forældrene til minimum én opfølgende samtale med repræsentanter fra både forældre- og børneterapeutteamet. Terapeuterne spørger, hvordan forløbet har påvirket børnene, og hvordan de som forældre har mærket en forandring. Terapeuterne spørger også til, hvad forældrene selv har gjort for at skabe forandring, og hvad de værdsætter ved det, den anden har gjort. Til slut afklares det med forældrene, om der er behov for yderligere hjælp til familien. For nogle vil det være relevant med yderligere 1-4 samtaler for at forhindre tilbagefald.

Gennem samtaler, gruppegange og netværkssamlinger arbejdes der således terapeutisk med hele familiesystemet over en længere periode. Interventionen er tilrettelagt på en sådan måde, at forældre, børn og netværk indgår i parallelle processer og dermed hele tiden får mulighed for at opleve og erfare fremskridt (og tilbageskridt) i relationen til hinanden.

Med afsæt i dette overblik over interventionens struktur og samlede forløb giver næste afsnit en introduktion til interventionens fire grundsten, som definerer den grundlæggende tænkning og tilgang i "Sammen om Børnene".



Grundsten i interventionen

Som det fremgår af det foregående afsnit, er "Sammen om Børnene" en struktureret model til at arbejde terapeutisk med børn og voksne, som er fanget i højkonflikte skilsmisser. Modellen udstikker nogle på forhånd fastlagte rammer og strukturer (indledende samtaler, otte gruppegange, en forældregruppe og en børnegruppe, planlagte netværkssamlinger, etc.) indenfor hvilke, behandlingsarbejdet foregår.

Samtidig er det vigtigt at understrege, at hvert forløb indenfor disse rammer kan og bør udvikle sig forskelligt og i nogen grad uforudsigeligt. Dette er en forudsætning for at skabe forandring. De fastlagte strukturer i "Sammen om Børnene" skal netop udgøre en tryk og stabil ramme, som kan give plads til den fleksibilitet, spontanitet og kreativitet, der er nødvendig for at gribe de afgørende øjeblikke og skabe bevægelse i de fastlåste tanke- og handlemønstre, som familierne er fanget i.

En fleksibel tilgang

Det er nødvendigt med en fleksibel tilgang, fordi hver familie og hvert netværk har forskellige ressourcer og udfordringer, ligesom hvert terapeutteam bidrager med særlige faglige og personlige kompetencer og opmærksomheder. Når alle disse forhold kommer i spil i et "Sammen om Børnene"-forløb med forældregruppe, børnegruppe og netværkssamlinger, opstår der nye og uforudsigelige dynamikker og temaer, som kommer til at karakterisere det enkelte forløb.

Hvert forløb udgør dermed en unik historie, og hver families rejse gennem "Sammen om Børnene" har sit eget individuelle forløb. Det er f.eks. svært at forudse, hvilke gruppegange eller øvelser der i særlig grad kommer til at udfordre den enkelte familie, ligesom man ikke kan vide, hvad der kommer til at gøre den afgørende forskel – hvor vil forandring og ny adfærd pludselig blive mulig?

Derfor tilskynder "Sammen om Børnene"-modellen til at udvise fleksibilitet og kreativitet i processen. Terapeuterne opfordres aktivt til at bidrage med deres særlige idéer og kompetencer, ligesom både forældre, børn og netværkspersoner aktivt opfordres til at bidrage til forløbet med det, de har at give. Hver session er i udgangspunktet planlagt, og planen følges så længe, det giver mening. Men hvis der opstår situationer, der påkræver sig opmærksomhed, eller hvis gruppens proces har brug for noget andet end det planlagte forløb, bliver man nødt til at stoppe op og tage hånd om det i samarbejde med gruppen.

"Sammen om Børnene" bibringer samtidig en grundlæggende terapeutisk metode, som er retningsanvisende for arbejdet, og i den forstand er det ikke op til den enkelte terapeut eller terapeutteamet alene at skulle definere tilgangen. Metoden kan beskrives som en sammensmeltning af idéer fra narrativ og systemisk familierapi (Minuchin &

Fishman, 1981; White & Epston, 1990), mentaliseringsbaseret terapi (Allen & Fonagy, 2006) samt emotionsfokuseret familierterapi (Johnson, 2019)¹.

Denne terapeutiske metode består af fire forandringskabende kerneelementer eller grundsten. De fire grundsten gennemsyrrer arbejdet i "Sammen om Børnene", idet de er repræsenteret i alle aspekter af processen fra start til slut og fungerer som pejlemærker for terapeuterne. Terapeuter i "Sammen om Børnene" kan bruge grundstenene til at orientere sig ud fra og som afsæt til at træffe beslutninger. Hvis man som terapeut derimod opdager, at man går på kompromis med grundstenene – eller arbejder på en måde, der kan være i konflikt med en eller flere af disse grundsten – er der stor sandsynlighed for, at man bliver nødt til at sadle om.

Der vil være en grundig gennemgang af de fire grundsten på de følgende sider, men de kan kort beskrives således:

- **Børnene i centrum.** Det er børnenes tilstedeværelse i behandlingsprogrammet, der binder "Sammen om Børnene" sammen. Interventionens primære formål er at fremme børnenes trivsel og udviklingsmuligheder, og omdrejningspunktet og katalysatoren for forældrenes forandringsarbejde er forældrenes mentaliserende opmærksomhed på børnenes følelser og behov.
- **Forandring i fællesskaber.** I "Sammen om Børnene" arbejdes der relationelt med en relationel problemstilling. Det er en grundantagelse for modellen, at de fastlåste mønstre, som kan virke urokkelige for den enkelte (person, familie eller terapeut), kan løsnes op i trygge, relationelle og dialogiske rum, hvor der skabes mulighed for spejlinger, perspektivskift og anerkendende udfordringer.
- **Destruktive mønstre.** De konflikter, som "Sammen om Børnene" retter sig mod at afhjælpe, ansues i modellen som destruktive tanke- og handlemønstre, som holder familierne fanget. Interaktionsmønstrene modvirker forsøg på forandring og skaber grobund for den håbløshed og opgiveness, som er så karakteristisk for familier i høj-konflikte skilsmisser.
- **Anerkendelse og ansvarliggørelse.** I "Sammen om Børnene" bliver det betragtet som en nødvendig forudsætning for forandring, at man møder hinanden på en anerkendende og ikke-dømmende måde. Skal familierne og deres netværk kunne bryde med de destruktive mønstre, er det samtidig en nødvendig forudsætning, at hver person erkender og tager ansvar for sin andel i opretholdelsen af mønsteret og aktivt arbejder med at bryde det.

¹ Sidstnævnte er i sig selv en syntese af systemiske og oplevelsesbaserede tilgange koblet med en grundlæggende tilknytningsteoretisk forståelse af emotionelle og relationelle dynamikker.

Første grundsten: Børnene i centrum

Det primære formål med "Sammen om Børnene" er at forbedre trivslen for børn i de deltagende familier. Interventionen kan samtidig siges at rette sig mod beslægtede formål såsom at nedbringe konfliktniveauet imellem forældrene og derved styrke den kombinerede forældreevne samt at reducere stress i familierne og i netværket omkring familierne. I sidste ende peger mange af disse sekundære formål dog henimod en ønsket forbedring i børnenes trivsel og udviklingsmuligheder.

Sædvanligvis er både de henvisende myndigheder, de involverede behandlere og de deltagende forældre samt deres netværk enige i, at den overordnede målsætning med "Sammen om Børnene" er at arbejde for, at børnene kommer i bedre trivsel. Dette er en reel fælles interesse, der binder interventionen sammen.

Tilsvarende er det også børnenes eksistens, der binder forældrenes liv sammen. Hvis børnene ikke fandtes, kunne forældrene, når og hvis de ønskede det, forsvinde helt ud af hinandens liv. Men med fælles børn, som de begge vil være tæt på, og som de i et eller andet omfang bliver nødt til at samarbejde om, er det ikke en mulighed for forældrene at afbryde deres relation. I stedet bliver de nødt til at arbejde med at omlægge relationen og finde frem til et acceptabelt forældresamarbejde. Når dette ikke lykkes, og forældresamarbejdet præges af konflikt og uro, kan alle – også forældrene – se, at børnene lider under det.

"Fordi de elsker deres børn..."

Samtidig er det på sin vis også for børnenes skyld, at konflikten fortsætter. Hvis ikke forældrene elskede deres børn og var bekymrede for deres trivsel, ville de ikke have nogen grund til at fortsætte deres stridigheder, som også ofte handler om børnene (f.eks. samværsordninger, skærmtider, fritidsinteresser, vaccinationer, specialpædagogiske behov, etc.). Ofte føler forældrene sig derfor fanget i en umulig situation: Kampen kan ikke fortsætte, men den kan heller ikke opgives. Begge dele ville være det samme som at svingte børnene. Som Justine van Lawick og Margaret Visser formulerer det:

"[Forældrene] bliver overbeviste om, at de bliver nødt til at bekæmpe hinanden for deres børns skyld. Fordi de elsker deres børn, føler de sig drevet til at redde dem fra den anden forælders skadelige adfærd. At stoppe kampen føles for disse forældre som at svingte deres børn." (van Lawick & Visser, 2015:35).

De fleste forældre, der deltager i "Sammen om Børnene", tilkendegiver, at deres livskvalitet er endog meget negativt påvirket af de opslidende konflikter og den stress, konflikterne bærer med sig. Alligevel er forældrenes egen mistroivsel ofte ikke i sig selv motivation nok til, at de vil deltage i et behandlingsforløb, der sigter mod at nedbringe konfliktniveauet i relationen til deres medforælder. Modstanden imod at være i rum med den anden forælder og håbløsheden i forhold til, om det nytter noget at arbejde med relationen, overstiger ofte motivationen for forandring.

Når denne motivation er til stede eller kan findes frem, er det næsten altid, fordi forældrene genkender billedet af, at deres børn lider under konflikterne. De kan se, at børnene mistrives, og de indser helt eller delvist, at det konfliktfyldte forældresamarbejde er med til at gøre livet svært for deres børn.

Børnene ved også, at "Sammen om Børnene" først og fremmest iværksættes for deres skyld. De bliver fortalt, at det er deres forældre, der skal i arbejdstøjet for at blive bedre til at samarbejde og derved gøre det nemmere for børnene at være børn.

Som reaktion på denne framing bliver nogle børn fra starten optagede af at fortælle og udstråle, at mor og far allerede er rigtig gode forældre, men for næsten alle børn er det alligevel en betydningsfuld gestus, at mor og far arbejder på at blive bedre forældre for dem. Når forældrene som ansvarlige forældre erkender, at de bliver nødt til arbejde på at forbedre situationen – og ikke mindst har tænkt sig at gøre det i samme rum – er det ofte et skridt på vejen til at løsne op for fastlåstheden.

Børnene som katalysator for forandring

Undervejs i forløbet er børnenes tilstedeværelse på flere forskellige måder af afgørende betydning for, at forandring overhovedet er mulig for forældrene.

For det første betyder børnenes deltagelse i programmet og i børnegruppen, at forældrene i langt mindre grad falder for fristelsen til at nedprioritere forløbet eller ligefrem droppe ud. Én ting er at skuffe eller frustrere ens medforælder, når andre ting kommer i vejen, eller det er svært at få fri fra arbejdet. Noget helt andet er at udsætte børnene for at skulle deltage uden den ene forælder.

Samtidig er børnenes deltagelse i børnegruppen vigtig for mange forældre, som fornemmer, at det er lindrende for børnene at deltage i et fællesskab, hvor de kan dele deres oplevelser med andre, der forstår dem. Selv når disse forældre mister troen på, at interventionen kan påvirke konfliktniveauet eller samarbejdsrelationen, fortsætter de, fordi de håber, at børnene får noget ud af at deltage i børnegruppen.

I det terapeutiske arbejde i forældregruppen, hvor børnene ikke er fysisk til stede, er de alligevel omdrejningspunkt for meget af det, der foregår. Igen og igen beder forældregruppeterapeuterne forældrene om at forholde sig emotionelt til, hvordan børnene mon har det med f.eks. den måde, forældrene kommunikerer med hinanden på, eller med de aftaler, de har lavet for de kommende ferier. Dette fokus udspringer af en antagelse om, at mange forældre i vedvarende konflikt med tiden mister fornemmelsen for deres børns følelser og behov. Arbejdet handler netop om at bringe børnene og børnenes perspektiv *mentalt og emotionelt til stede* for forældrene – at hjælpe forældrene (tilbage) til at mentalisere deres børn eller *have dem på sinde* (Allen & Fonagy, 2006). (Dette beskrives mere detaljeret på s. 29ff).

Det at "bringe børnene ind" i forældregruppearbejdet kunne selvfølgelig i nogen grad lade sig gøre i en ren forældregruppe, men det er meget virkningsfuldt, at forældrene

ved, at børnene her og nu sidder i et lokale tæt på og arbejder med skilsmisssituationen på deres måde. Samtidig bringes børnenes stemmer ind i forældregruppearbejdet på mere konkret vis i form af børnenes præsentationer for forældrene og i forskellige øvelser, f.eks. flaskepostøvelsen, som udfordrer forældrenes forhåbning om, at børnene ikke lægger mærke til konflikten (se mere om børnepræsentationer og flaskepostøvelsen på s. 43ff).

Børnene skal hjælpes, ikke forandre sig

Rollefordelingen i "Sammen Om Børnene" er klar: Det er forældrene, der skal arbejde for en forandring; det er ikke børnene, der skal forandre sig.

En stor del af de børn, der deltager i "Sammen om Børnene", udviser symptomer på mistroivsel eller adfærd, der er problematisk og bekymrende. Mange af dem er også del af en intervention eller behandling fra det offentlige system, som supplerer den indsats, der gøres i "Sammen om Børnene". I sig selv retter "Sammen om Børnene" sig ikke mod at behandle de børn, der deltager. Snarere er det et forsøg på at behandle og skabe forandring i den kontekst, børnene befinder sig i.

Det er en grundantagelse for programmet, at det i sidste ende ikke er tilstrækkeligt at arbejde terapeutisk med børnene, hvis den kontekst, de vokser op i, og relationen mellem deres vigtigste tilknytningspersoner forbliver konfliktpræget og utryg.

Derfor fokuseres der på at give børnene følelsesmæssig støtte og hjælpe dem med at skabe mening og sammenhæng i deres oplevelse af situationen. Ved at dele deres oplevelser med de andre børn og med børnegruppeterapeuterne højnes børnenes forståelse af situationen, ligesom de får en øget opmærksomhed på deres egne *estringsstrategier* – hvad de allerede gør, som hjælper dem til at klare sig godt igennem de smertefulde situationer, de befinder sig i. Arbejdet i børnegruppen er derfor fortrinsvist af støttende og resiliens-opbyggende karakter.

Anden grundsten: Forandring i fællesskaber

Både "Sammen om Børnene" og den hollandske intervention "No Kids in the Middle" er grundlæggende funderet i et systemisk blik på psykiske, relationelle og sociale udfordringer (van Lawick & Visser, 2015). Eller sagt lidt forenklet: De observerbare problemer stammer ikke fra fejl eller mangler *inden i personer*, men fra negative dynamikker, der opstår *imellem personer*.

Det systemiske blik er til stede i og med, at programmet først og fremmest retter sig mod konflikten *imellem* forældrene (og i forlængelse heraf: deres netværk). Det er altså ikke hverken børnenes individuelle personlighed eller den enkelte forælders individuelle forældreevne, som interventionen retter sig imod. Tværtimod er det en antagelse, at baggrunden for den mistroivsel eller problematiske adfærd, som børnene udviser,

snarere skyldes den konfliktfyldte kontekst, børnene befinder sig i. Tilsvarende er det en grundlæggende antagelse, at en stor del af den problematiske forældreadfærd, som kan iagttages, er afledt af det konfliktfyldte forældresamarbejde. Konflikterne og de manglende forældresamarbejde nedsætter simpelthen forældreevnen.

Trygge, dialogiske rum

Det systemiske blik på problematikken, som tilsiger, at familierne først og fremmest er fanget i fastlåste konfliktmønstre, modsvares af en grundlæggende systemisk teori om forandring. Ligesom de negative dynamikker opstår i interaktion, er det også igennem relationelle interaktioner, spejlinger og perspektivskift, at forandring bliver mulig, og nye mønstre kan opstå.

Det er en grundlæggende antagelse i arbejdet med "Sammen om Børnene", at de problemstillinger, som fremstår umulige at rokke ved for det enkelte individ, for den enkelte familie eller for den enkelte terapeut, med fordel kan adresseres i konteksten af en *gruppe*.

Derfor er det et kendetegn ved interventionen, at familierne samles i en forældre- og børnegruppe, og at terapeuterne arbejder sammen som et team for derved at undgå, at de kommer til at sidde fast i et bestemt perspektiv på familierne og konflikterne. På det allermest grundlæggende plan består "Sammen om Børnene" således af etableringen af *gruppen* og dermed af *trygge, dialogiske rum*, hvor familierne kan arbejde sammen om at bryde deres fastlåste interaktionsmønstre. Det er terapeutteamets første og vigtigste ansvar at få etableret to trygge, dialogiske rum (børnegruppen og forældregruppen) og en tryk ramme omkring de fælles gruppesamlinger, hvor deltagerne med tiden kan falde til, kan spejle sig i hinanden og bidrage konstruktivt til hinandens arbejde med at danne nye interaktionsmønstre.

Flerfamilieterapi

"Sammen om Børnene" kan kategoriseres som flerfamilieterapi (Asen & Scholz, 2011), som adskiller sig fra gruppeterapi på den måde, at familierne aktivt opfordres til at forholde sig terapeutisk til hinanden. De hjælper og støtter hinanden, kommer med forslag til forbedringer og bevidner hinandens processer. Terapeuterne arbejder aktivt for at inddrage gruppen i problemløsning, bevidning og fælles refleksion. Dette betyder også, at terapeuternes position i det konkrete arbejde, og særligt i forældregruppen, kan betegnes som decentreret. Terapeuterne afstår fra at sætte sig i en ekspertposition, hvor de kan give eller afkræves råd eller svar på de dilemmaer, forældrene kæmper med. Terapeuternes ansvar er i stedet at facilitere en tryk og inddragende proces, der aktiverer gruppens egne problemløsningsfærdigheder.

"Er der nogle af jer andre, der kan genkende det?"
"Hvem kan se en vej frem herfra?"

Vekselvirkningen mellem både at kunne spejle sig i andre familier og selv at blive spejlet og bevidnet af andre giver mange forældre en ny mulighed for refleksion. At være fastlåst i et konfliktmønster handler også om at være fastlåst i et bestemt perspektiv på, hvad der er gået galt, og hvis ansvar det er. De fleste forældre, der deltager i "Sammen om Børnene", bærer rundt på meget negative narrativer om skilsmissem, som er centreret om den anden forælders svigt, og de har derigennem udviklet udpræget negative (og i visse tilfælde dæmoniserende) indre repræsentationer af den anden forælders personlighed. Mængden af perspektiver, forældre møder igennem arbejdet i "Sammen om Børnene", bløder op for meget af den fastlåsthed og giver plads til nuancerede og polyfoniske narrativer. De perspektiver, som forældrene indledningsvist møder op med, er ikke nødvendigvis usande. Men der er andre sandheder, som kan nuancere billedet og give plads til nye interaktioner.

Samtidig virker det som en art *eksternalisering* (White & Epston, 1990) at tage problemerne op i en gruppe af lidelsesfæller, som kan genkende mønstrene fra deres eget liv. Det bliver tydeligt for den enkelte, at de problemer, familien kæmper med, ikke blot skyldes deres individuelle historie eller personlighed. Tværtimod er det et forståeligt og genkendeligt mønster af udfordringer, som i nogen grad stammer fra objektive faktorer ved den situation, familierne befinder sig i. Forældrenes erkendelse bliver: *"Det er ikke fordi, der er noget galt med os. Det er fordi, vi befinder os i en meget kompliceret situation, som også skaber problemer for andre, der befinder sig i lignende omstændigheder."*

Netværket spiller en afgørende rolle

Foregangsprojektet for "Sammen om Børnene", det hollandske "No Kids in the Middle", bestod oprindeligt kun af en børnegruppe og en forældregruppe. Med tiden blev der også indført en indledende netværkssamling, og netværket blev gradvist indarbejdet mere og mere i interventionen.

Grunden til dette var, at terapeuterne havde en oplevelse af, at de forandringer, der var sket i den enkelte session, var blevet rullet tilbage, når forældrene mødte op til næste gruppesamling. Denne observation tydede på, at netværket indtog en vedligeholdende position i forhold til konfliktmønstret, idet: *"netværket ikke forstod eller forventede forandringen og reagerede derfor sædvanligt"* (van Lawick & Visser, 2015). Dette viser, at konflikten ikke begrænser sig til den enkelte familie, men ofte også involverer netværkspersoner (bedsteforældre, venner, søskende og nye partnere). Dermed er det ikke nok, at forældrene for sig selv forsøger at tænke eller handle på nye måder. Hvis ikke forældrenes nærmeste netværk er med på forandringen og bakker op om den, vil konfliktmønstrene i visse tilfælde blive opretholdt.

I "Sammen om Børnene" opfordres familierne derfor til at involvere deres netværk så meget som muligt, fordi netværket kan virke terapeutisk og være på forandringens

side og i modsatte fald kan virke opretholdende for konflikten. Et typisk dilemma, som næsten alle velfungerende netværkspersoner kommer til at stå i undervejs, er, hvordan man kan støtte og anerkende den forældre, man er tæt på, samtidig med at man holder fast i, at det er meningen, at forælderen skal arbejde med sig selv og sin egen andel i konflikten.

Terapeuterne arbejder som et team

Det kræver mindst fire terapeuter at gennemføre "Sammen om Børnene". To børnegruppeterapeuter og to forældregruppeterapeuter. Dette skyldes praktiske forhold, men nok så vigtigt, at terapeuterne kan gøre brug af hinanden på samme måde som familierne, der indbyrdes støtter sig op af hinandens perspektiver og erfaringer. Terapeuterne udgør på sin vis deres egen gruppe, som mødes i forberedelserne til hele forløbet, før hver gruppegang, i pauserne og til debriefing.

Terapeuterne udgør altså et team, der arbejder sammen, deler observationer og både støtter og udfordrer hinandens perspektiver, idéer og interventioner. Dette er nødvendigt af flere årsager.

For det første har terapeuterne brug for hinanden til følelsesmæssig støtte. Forskningen viser, at højkonflikte skilsmisser er et af de områder, hvor fagfolk hurtigt brænder ud (Ordway et al., 2020). Det er nemt at blive ramt af konflikterne, stemningen forældrene imellem og de åbenlyse konsekvenser, dette har for børnene. Mange terapeuter oplever undervejs at blive smittet af den modløshed og håbløshed, som omgiver familierne, og i disse situationer har terapeuterne brug for hinanden til at holde liv i håbet om forandring.

Dernæst betyder et team af terapeuter, at den enkelte terapeut ikke bliver låst fast i et bestemt perspektiv på en specifik familie eller et tema, der dukker op. Det sker med jævne mellemrum, at den ene terapeut føler sig overbevist om en bestemt tolkning af



situationen, kun for at opdage, at en kollega er ligeså overbevist om det modsatte. Igen må det understreges, at dette ikke er et problem ved modellen, men tværtimod en nødvendighed for at kunne lykkes. Der er ikke brug for én sandhed. Der er brug for, at flere sandheder kan få lov til at eksistere side om side.

Tredje grundsten: Destruktive mønstre

I "Sammen om Børnene" ansues problemet, som familierne kæmper med, grundlæggende som selvopretholdende og i mange tilfælde også som selvforstærkende negative interaktionsmønstre. Mønstrene består af:

- Den observérbare, konfliktoptrappende adfærd og kommunikation.
- De svære oplevelser, som forældrene efterhånden får flere af med hinanden.
- De negative fortolkninger, narrativer og fjendebilleder, som forældrene bærer på.
- De indre sårbarheder og følelsesmæssige reaktioner, som forældrene trigger hos hinanden.

Disse mønstre finder både sted imellem forældrene (og deres netværk) og indeni forældrene i den forstand, at f.eks. indre sårbarheder og følelsesmæssige reaktioner på den anden forælders adfærd giver brændstof til at holde de ydre dele af mønsteret i gang (negativ adfærd og kommunikation).

Mønstrene er selvopretholdende og ofte selvforstærkende, fordi de forskellige elementer er indbyrdes forbundne og forstærker hinanden. Det betyder f.eks., at det negative billede, som forældrene har af hinanden, på den ene side retfærdiggør en negativ eller fjendtlig interaktionsform, som fører til skuffende eller krænkende oplevelser, der igen bekræfter billedet af, at den anden forælder ikke er til at stole på.

Når først et sådant mønster er etableret, vil selv oprigtige forsøg på at bryde mønsteret fra den ene forælders side oftest slå fejl. Det skyldes, at forsøg på ny adfærd vil blive tolket ind i de rodfæstede negative antagelser, som den anden forælder bærer på. Dermed kan forsøgsvis venlig adfærd tolkes som manipulation, forsøg på kontakt kan tolkes som angreb, og omsorgsfuld bekymring for børnene kan tolkes som anklager om dårlig forældreevne. Oftest kræver det derfor en fælles proces at bryde med et destruktivt konfliktmønster, hvilket er, hvad "Sammen om Børnene" faciliterer.

At tage ejerskab for egen andel

Det at frame mønsteret som problemet – til forskel fra, at det eksempelvis er den ene eller begge forældres personlighed, der er problemet – er på den ene side en lettelse for forældrene. Grundlæggende er det ikke dem, den er gal med. De er begge ofre for et mønster, der er opstået imellem dem, og som nu holder dem fanget.

På den anden side fungerer det som ansvarspåleggende, fordi det hører med til idéen om et interaktionelt mønster, at man ikke kan være en del af mønsteret uden at bidrage

til det. Adfærd, som den enkelte forælder selv opfatter som forsøg på at nedtrappe konflikten (det kunne f.eks. være passivitet, følelsesmæssig upåvirkethed eller "høflighed"), kan skabe utryghed hos den anden forælder og dermed være medvirkende til at opretholde konfliktmønsteret.

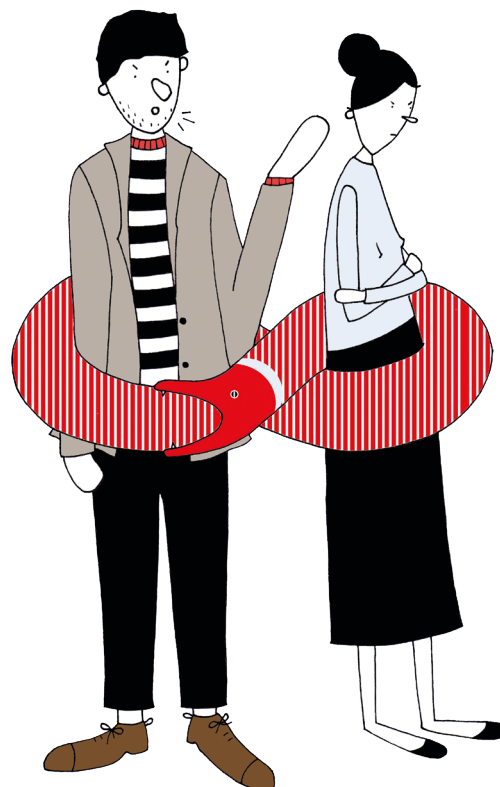
Dermed opstår den vigtige opgave for forældrene at få øje på egen andel af mønsteret, tage et delvist ejerskab over det og finde ud af, hvad de hver især selv kan gøre for at bryde det. Nøglespørgsmål bliver: *"Hvad er det, jeg gør, eller ikke gør, som bidrager til vores fastlåste konfliktmønster? Hvad kan jeg prøve at gøre anderledes?"*

Dette kræver en del overvindelse for mange forældre, fordi de i begyndelsen af interventionen ofte ensidigt føler sig som ofre for den anden forælders grænseoverskridende eller konfliktoptrappende adfærd. De har på sin vis sat sig i en passiv situation, hvorfra de godt nok delvist beskytter sig imod at blive bebrejdet for den uholdbare situation, men på samme tid ikke oplever at kunne gøre noget for at påvirke den til det bedre.

Det er derfor en vigtig terapeutisk opgave at hjælpe forældrene til at indse, at den ansvarsfralæggelse, der ligger i at give den anden skylden for konflikterne, samtidig bidrager til deres egen oplevelse af magtesløshed. Hvis de ikke selv har en andel i at opretholde konflikten, er det også umuligt for dem at gøre noget for at stoppe den. Omvendt ligger der *empowerment* i at tage ejerskab for egen andel i mønsteret, fordi det indebærer, at ens handlinger rent faktisk kan påvirke situationen. Man har ikke kontrol, men man har indflydelse, og det er altid op til en selv at navigere så hensigtsmæssigt som muligt.

At give slip

Det kan lyde paradoksalt, men man kan sige, at forældre i højkonflikte skilsmisser på mange måder er mindre skilt end forældre i mere harmoniske skilsmisser. Mange forældre i højkonflikte skilsmisser forsøger ganske vist at have så lidt med hinanden at gøre som muligt, og de følelser, de giver udtryk for i forhold til hinanden, er alt andet end positive. Samtidig er det tydeligt, at forældrene fortsat fylder meget i hinandens liv. De er fortsat betydningsfulde for hinanden i den forstand, at den ene forælders adfærd, holdninger og følelser har stor indvirkning på den anden. De er med andre ord stadig filtret ind i hinanden og



ude af stand til at frigive de nødvendige ressourcer til at komme videre og bruge deres kræfter på noget andet.

I lyset af dette handler arbejdet i "Sammen om Børnene" også om at nedbringe den betydning, forældrene har for hinandens tilværelse. Det handler ikke om, at forældrene skal samarbejde tættere, men at de skal give hinanden ro og plads til at være forældre hver for sig. Man kan sige, at "Sammen om Børnene" også er en vej til at fuldende en skilsmisse, der ikke helt er lykkedes. Visser og van Lawick (2021) formulerer det som, at forældrene er fanget i en *liminal fase*, hvor parforholdet godt nok er brudt endeligt sammen, men hvor de ikke har været i stand til at etablere de følelsesmæssige og praktiske rammer om en ny harmonisk tilværelse som skilsmissecfamilie. Det betyder, at den store del af forældrenes intrapsyriske arbejde i "Sammen om Børnene" handler om at "blive ordentligt skilt". Dette indebærer at give slip på den smerte, de sårede følelser og den oplevelse af svigt, som sidder fast i dem, og som de på sin vis klynger sig til.

I denne bevægelse hen imod at give slip bliver det nødvendigt at give slip på en bestemt sandhed eller et bestemt fastlåst narrativ om, hvordan skilsmissen foregik, hvem der er den skyldige, og hvad det betyder for den nuværende situation. Sandheden med stort S kan blive udvekslet med forskellige sandheder eller oplevelser, der kan stå ved siden af hinanden.

Fjerde grundsten: Anerkendelse og ansvarliggørelse

De fleste forældre, som gennemgår en skilsmisse, er yderst optagede af at begrænse de negative konsekvenser, skilsmissen måtte have for deres børn. Mange har på trods af længerevarende mistrivsel i parforholdet kæmpet for at opretholde det for børnenes skyld. Nu hvor den bestræbelse har slået fejl, plages de af skyld og skam over, at skilsmissen gør børnene ulykkelige og i værste fald får varig negativ indvirkning på børnenes trivsel og udvikling.

I højkonflikte skilsmisser er hensynet til børnene, som tidligere beskrevet en del af brændstoffet til konflikterne. Samtidig bliver selve konflikten et selvstændigt problem, som faktisk sætter børnenes trivsel og udvikling i fare. Disse forældre skal ikke alene leve med, at drømmen om det gode parforhold og den gode kernefamilie er brast. For dem er håbet om den gode skilsmisse også forvitret. For forældrene er det en kompleks og meget ulykkelig situation, som de dels føler sig fanget i, dels føler sig skyldige i.

Behov for anerkendelse

Derfor er det ekstra smertefuldt og kontraproduktivt, når forældre i højkonflikte skilsmisser både fra deres netværk og fra fagpersoner risikerer at møde en fordømmende holdning til deres adfærd. Opfordringer til, at de f.eks. bliver nødt til at

tage sig sammen, eller at de må prioritere deres børn over deres egne følelser, er ofte ikke gavnlige. Det er forståeligt, at sympatien for børnenes svære situation kan føre til disse forsøg på at motivere forældrene til handling, men hvis de ikke stammer fra en empatisk validering af, hvor svær en situation forældrene står i, vil de formentlig virke imod hensigten.

I "Sammen om Børnene" mødes forældrene altid ud fra en grundantagelse om, at de er kærlige og omsorgsfulde forældre, der vil deres børn det allerbedste. Forældrene kan have en reel bekymring for børnenes trivsel, og denne bekymring og smerte er forståelig og meningsfuld. Det er deres håndtering af bekymringen og smerten, der kan puste til konflikten og fremme en negativ spiral, hvilket det er nødvendigt at gøre opmærksom på. Derfor er den grundholdning, som terapeuterne anlægger overfor både forældre og børn, anerkendende og validerende. Terapeuterne forsøger at forstå hver enkelt forælders perspektiv og forsøger at støtte forældrene i at skabe mening. Denne ikke-dømmende holdning modelleres så vidt muligt i både børne- og forældregruppen, således at familierne også møder hinanden i gensidig anerkendelse og respekt.

Brug for ansvarliggørelse

Som terapeut kan man imidlertid ikke nøjes med at anerkende og validere forældrenes perspektiv, da dette perspektiv samtidig er en del af fastlåstheden. Her er det nødvendigt at gøre opmærksom på, hvordan et bestemt fastlåst perspektiv fratager forældrene deres handlemuligheder og gør det svært for børnene at finde fodfæste i skilsmissen.

Det er eksempelvis forståeligt, at den enkelte forælder på baggrund af smertefulde oplevelser, som vedkommende kan have været igennem, udvikler et fjendebillede af sin medforælder. Samtidig har dette fjendebillede og den adfærd, som det afføder, en indvirkning på forældresamarbejdet, som skaber problemer for børnene. Hvis en forælder f.eks. oplever sig udsat for psykisk vold og dermed ikke ønsker kontakt til den anden forælder, vil man som terapeut både skulle forsøge at forstå, anerkende og validere den utryghed og sårethed, som forælderen giver udtryk for, og samtidig holde fast i, at det kan være nødvendigt at finde en måde at kommunikere med medforælderen på, for at børnenes hverdag og liv kan hænge sammen.

De fire grundsten, som her er blevet præsenteret, giver et overblik over den grundlæggende tænkning og metodiske tilgang i "Sammen om Børnene". I de næste to afsnit følger en nærmere beskrivelse af det arbejde, der foregår i henholdsvis forældregruppen og børnegruppen.

Indblik i forældregruppen

Dette afsnit giver et glimt ind i det terapeutiske arbejde, der finder sted i forældregruppen. Afsnittet beskriver formålet med forældregruppen, giver et overblik over temaerne på de otte gruppesamlinger og et indblik i en typisk gruppesamling. Alle forældre vælger nogle netværkspersoner, som skal støtte dem undervejs i forløbet, og betydningen af at inddrage familiernes netværk i interventionen bliver ligeledes belyst i dette afsnit.

Formålet med forældregruppen

Formålet med "Sammen om Børnene" er at frisætte børnene, så de ikke kommer i klemme i forældrenes konflikter. Dette indebærer at reducere konflikterne imellem forældrene og sikre, at børnene kommer i fokus, og en afgørende del af dette arbejde foregår i forældregruppen.

Centralt for forældregruppen står arbejdet med at skabe et mere trygt forældreskabsklima for børnene, hvor forældrene er fokuseret på at forbedre deres egen udøvelse af forældreskabet. Et mere trygt forældreskabsklima beror også på, at forældrene bliver bedre til at acceptere hinandens forskelligheder frem for at spille hinanden dårlige som forældre gennem gensidig kritik, kontrol og konfliktoptrapning. Målet er derfor ikke at skabe et meget tæt og udvidet forældresamarbejde, da det sjældent er muligt for denne gruppe af forældre i højkonflikt skilsmisse. Bliver barrieren for forældresamarbejdet sat for højt, vil det blot øge risikoen for, at forældrene oplever at mislykkes, og det kan fremme følelsen af håbløshed og afmagt.

For at lykkes med at deeskalere forældrenes konflikter bliver en vigtig del af indsatsen i forældregruppen at støtte forældrene i deres eget intrapsyriske arbejde hen imod at finde større mental og følelsesmæssig ro. Forældre, der har været i mange års konflikt, oplever ofte et højt stressniveau, har svært ved at regulere deres følelser, reagerer typisk ud fra automatiserede overlevelsesstrategier og er præget af en stor grad af afmagt og handlingslammelse. De ser ikke længere nogen mulighed for at reducere konflikterne. Disse forældre betragter ofte den anden forælder som årsagen til, at den svære situation er opstået og har vanskeligt ved at få øje på deres eget bidrag til og ansvar for, at de vedvarende konflikter opretholdes.

Derfor bliver arbejdet med forældrenes egen proces en vigtig del af arbejdet i forældregruppen som en forudsætning for at sætte børnene fri af konflikterne og fremme børnenes trivsel. Når forældrene bliver bedre til at tage hånd om sig selv, og når forældrene befinder sig et mere roligt sted følelsesmæssigt og mentalt, smitter det af på børnene, der også selv vil falde mere til ro.

I den proces har forældrene brug for at blive mødt af terapeuterne med støtte og anerkendelse. Hele situationen er opslidende og stressende for forældrene at befinde sig i, og samtidig er forældrene ansvarlige for, at den uholdbare situation ikke opretholdes. Terapeuterne i forældregruppen forsøger derfor hele tiden at ramme en balance imellem på den ene side at validere og anerkende de udfordringer og den smerte, som forældrene oplever, og på den anden side at insistere på, at forandring i både tanker, kommunikation og adfærd er nødvendig.

At få forældrene i arbejdstøjet og motivere dem igennem børnene

I "Sammen om Børnene" sker det forandringsskabende arbejde i forældregruppen. Det er forældrene, der skal i arbejdstøjet, og det er forældrene, som skal arbejde hårdt for at skabe et miljø, som er bedre for børnene at vokse op i. Derfor er forældregruppens fokus rettet mod at minimere de forhold, som reducerer børnenes trivsel, og maksimere de forhold, der fremmer børnenes trivsel.

Selv om forældre og børn det meste af tiden befinder sig i opdelt grupper i "Sammen om Børnene", er børnenes deltagelse i programmet af afgørende betydning for at skabe resultater. Det er i høj grad børnenes tilstedeværelse og børnenes budskaber – bl.a. i form af udvekslinger af budskaber fra børnegruppen igennem flaskepostøvelsen og produktpræsentationen – der motiverer forældrene til at skabe den nødvendige forandring (læs mere om dette på s. 39ff). Små skridt mod forandring kan også ske i de pauser, der er indlagt i gruppesamlingerne som interventionens ustyrede øvebane, hvor forældrene skal lære at være i rum med hinanden og sammen med børnene. Endelig kan forældrene blive motiveret til at tage nye skridt, ved at børnegruppeterapeuterne – med børnenes accept – deler konkrete budskaber med de enkelte forældre. Tilstedeværelsen af både forældre og børn i "Sammen om Børnene" bliver på den måde en afgørende faktor i programmet, som forklarer, hvorfor interventionen kan lykkes.

Etablering af tryghed i gruppen

Gruppen som aktør er et centralt element i hele interventionen, idet gruppen betragtes som en drivkraft til forandring. I "Sammen om Børnene" arbejdes der relationelt med en relationel problemstilling, og i forældregruppen skabes der rum for, at gruppen af forældre kan arbejde med de fastlåste mønstre, som kan virke urokkelige for den enkelte.

Det er væsentligt, at gruppeterapeuterne indtager rollen som facilitatorer i disse processer. På de første gruppesamlinger har terapeuterne et særligt fokus på at etablere gruppen og fremme tryghed i gruppen. Det er også ved de første samlinger, der sættes rammer for, hvordan forældrene kan være aktive deltagere og medskabere af gruppen. Gruppens aktive deltagelse er afgørende for interventionen. Samtidig stiller det nogle udfordringer, fordi det særlige ved forældre i højkonflikt skilsmisse er, at de både oplever hårde og bløde følelser og bringer begge dele ind i rummet, når de mødes

i forældregruppen. I og med at de to forældre, der er i konflikt med hinanden, skal være i rum sammen, kan det resultere i en forsigtighed og tilbageholdenhed i at dele mere sårbart og personligt stof. Derfor er det fra starten vigtigt at skabe en tryghed i gruppen, ligesom terapeuterne er nødt til at være mere processtyrende på de første gruppesamlinger.

Terapeuterne skal have en opmærksomhed på at bremse de konflikter, der måtte opstå imellem forældrepar. Der skabes en kultur, hvor alle i vid udstrækning taler i 1. person ental som f.eks.: *"Jeg tænker"*, *"Jeg føler"*, *"Jeg gør"*, *"Jeg ønsker"* og undgår at tale nedsættende og kritiserende om medforælderen. Særligt i de første samlinger bliver forældregruppen delt op i 2-3 mindre grupper, når der skal laves øvelser, og her bliver et forældrepar ikke sat i samme gruppe. Undervejs i gruppeforløbet retter terapeuterne fokus på de små tegn på positiv udvikling, der opstår, og deler iagttagelserne med gruppen. Det er betydningsfuldt at fremme et realistisk håb for, at forandring kan ske – særligt i en forældregruppe, der er fanget af så stor håbløshed og resignation.

Når terapeuterne sammen med gruppen skaber en ramme, der fremmer tryghed, bremser konfliktoptrapning, sætter lys på de små positive fremskridt og søger at maksimere følelsen af håb, kan gruppen fungere som arnested for de forandringer, som "Sammen om Børnene" søger at opnå.

Overordnet struktur for forældregruppen

I en forældregruppe deltager seks forældrepar, altså 12 forældre, og hver gruppegang følger i store træk samme struktur:

En gruppesamling består af to halvlege, begge af en times varighed, hvor kun forældrene deltager. Hver samling har også en kort fælles opstart, et kvarters pause midtvejs og en kort fælles afslutning, og her deltager forældrene sammen med børnene.

Forældrenes gruppesamling indledes typisk med at følge op på hjemmeopgaven (se mere om dette på s. 37f). Terapeuterne fokuserer på de forældre, der har lavet deres hjemmeopgave, og bestræber sig på, at forskellige forældre kommer til orde fra gang til gang. Ikke alle forældre kan nå at sige noget hver gang. Herefter præsenteres dagens tema og de konkrete øvelser, der indgår i dagens samling. Temaet kan introduceres med metaforer eller små psykoedukative budskaber, der er udviklet i programmet, eller med genkendelige fortællinger fra andre familier i højkonflikt skilsmisse. Det søges i videst mulig udstrækning at aktivere forældrene gennem forskellige øvelser, så forældrene ikke kun er passive tilhørere. Efter pausen forsætter arbejdet med dagens tema, hvor forældrene igen på forskellig vis er aktive. Det er som regel det samme tema, der arbejdes med i hele gruppesamlingen både før og efter pausen.

Gruppesamlingerne afsluttes ofte med, at terapeuterne deler nogle refleksioner med gruppen. Terapeuterne kan f.eks. fortælle, hvad de har oplevet ske undervejs i samlingen: Bevægende øjeblikke de har bevidnet, stemninger de har fornemmet, sårbarheder de har set komme i spil, konflikter der har stukket ansigtet frem og små positive bevægelser, der er sket undervejs. Terapeutrefleksionerne fungerer som en spejling af forældrene, som en validering af forældrenes ståsteder, kampe og dilemmaer såvel som en reframing af konflikterne og de fastlåste mønstre.

Endelig formuleres næste hjemmeopgave, inden forældresamlingen afsluttes med en runde, hvor hver forælder siger ét ord, der betegner, hvordan det har været at deltage i dagens samling. Dette giver en fornemmelse af gruppens udbytte af samlingerne, ligesom det bidrager til forældrenes tryghed ved at være en del af gruppen og gruppens måde at arbejde på.

Her er en række eksempler på sådanne ord, som er blevet delt af forældre i begyndelsen af et nyt gruppeforløb:

- Dilemmafyldt
- Inspirerende
- Forventningsfuld
- Uforløst
- Udmattet
- Tillidsfuld
- Urovækkende
- Udfordrende

Der er således en overordnet struktur for forældregruppen. Der er ligeledes indtænkt en bevægelse i det forløb, forældrene bringes igennem, hvor de vil møde bestemte emner og problematikker på forskellige forældresamlinger, hvilket vil blive præsenteret her. Temaerne bygger oven på hinanden i både form og indhold. De tre første grup-



pesamlinger er mere strukturerede, og terapeuterne indtager en mere centreret rolle som procesfacilitatorer. Længere henne i gruppeforløbet er programmet mere løst, og terapeuterne indtager en mere decentreret position.

Selv om der er en mere eller mindre fast rytme for samlingerne, er det afgørende, at der er plads til de spontane behov og ønsker, der måtte opstå undervejs. Det væsentlige er, at det overordnede formål med gruppens arbejde bliver nået, og i mindre grad om alle øvelser eller delementer bliver nået. Dette skaber terapeuterne mere og mere rum for, som forløbet skrider frem.

Bevægelsen i de otte gruppesamlinger

Første gruppesamling – fokus på den omsorgsfulde forælder og de destruktive kommunikationsmønstre

På denne samling sættes rammen for gruppens kultur, som har til hensigt at fremme forældrenes tryghed ved at deltage i gruppen. Alle forældrene skal fortælle om et aspekt ved relationen med deres barn/børn, som de sætter særlig pris på. Efter pausen arbejdes der med tre negative kommunikationsmønstre, som ofte præger kommunikationen imellem forældre i højkonflikte skilsmisser. Forældrene skal forholde sig til, om de kan genkende nogle af de samme negative mønstre i deres egen kommunikation med medforælderen.

Anden gruppesamling – fokus på børn og konflikter

På denne samling er der fokus på, hvordan det er at være barn, når forældrene er fanget i negative kommunikationsmønstre og konflikt. Forældrene skal igennem en oplevelsesbaseret øvelse prøve at sætte sig i børnenes sted, og forældrene taler om, hvordan deres børn mon mærker konflikterne. Forældregruppen får en flaskepost fra børnegruppen, hvor børnene har sat ord på, hvordan de mærker forældrenes konflikter, hvad konflikterne gør ved dem, og hvordan det ville være, hvis konflikterne stoppede.

Tredje gruppesamling – fokus på skilsmisefortællingen

På denne samling skal forældrene på skift dele deres skilsmisefortælling med de andre forældre. De har fået stillet det som en hjemmeopgave, at de skal nedskrive deres skilsmiseshistorie på en sådan måde, at deres børn kan holde ud at lytte til den. Forældregruppen er aktivt involveret, hver gang en forælder læser sin fortælling op. Hele gruppegangen går med denne øvelse. (Se mere på s. 34f).

Fjerde gruppesamling – fokus på forældrenes egen proces i skilsmissen og forældrerollen

På denne samling skal forældrene i mindre grupper dele med hinanden, hvordan de har oplevet skilsmissen, hvilke oplevelser der har været særligt svære for dem, og hvilke svære følelser der til tider løber af med dem. Til sidst i samlingen skal forældrene tale om, hvordan det nogle gange kan være udfordrende at støtte børnene og være tilgængelig som forælder, når man selv er mærket af skilsmissen og konflikterne med den anden forælder.

Femte gruppesamling – fokus på nye løsninger på konkrete uenigheder

På denne samling skal to forældrepar fortælle om en konkret uenighed, som de ofte kommer i konflikt over. De har arbejdet med dette i deres hjemmeopgave. Gruppen er aktivt involveret i hele øvelsen, og alle lærer noget af at lytte til hinandens konflikter. Målet er, at forældreparrene tager et lille skridt i en ny og bedre retning, og forventningen er ikke, at de løser hele deres konflikt.

Sjette gruppesamling – fokus på børnepræsentationer og nye løsninger på konkrete uenigheder

På denne samling præsenterer børnene deres produkter for forældregruppen, og efterfølgende reflekterer forældrene over præsentationerne: Hvad gør det ved dem at høre børnenes fortællinger om konflikterne og lytte til børnenes behov? Efter pausen arbejder forældrene ligesom i sidste gruppesamling med at formulere løsninger på konkrete uenigheder, og nye forældrepar får mulighed for at tage en uenighed op.

Syvende gruppesamling – fokus på forældrepræsentationer og nye løsninger på konkrete uenigheder

På denne samling giver forældrene deres respons på børnenes præsentationer foran hele børnegruppen. Det har været en del af forældrenes hjemmeopgave til denne gruppesamling. Efter præsentationerne reflekterer den samlede forældregruppe over den respons, de gav børnene, og hvordan børnene mon tog imod den. Efter pausen arbejder forældrene igen med øvelsen at finde løsninger på konkrete uenigheder, og nye forældrepar får mulighed for at præsentere en uenighed.

Ottende gruppesamling – fokus på evaluering af forløbet og vejen videre

I denne samling er der fokus på, at forældrene evaluerer deres eget udbytte af forløbet. Forældrene fortæller om den positive udvikling hos dem selv eller de andre forældre, som de har observeret er sket undervejs i forløbet. Gruppen taler om, hvordan de kan undgå tilbagefald efter gruppeforløbet, og hvad de forsat har brug for at arbejde med. Der afsluttes med at spise pizza sammen med børnegruppen og fejre, at det fælles forløb nu er afsluttet.

Eksempel på en øvelse – skilsmissefortællingen

Mange af øvelserne i "Sammen om Børnene" er oplevelsesbaserede og bygger på den forståelse, at adfærdsændring skabes ved at sætte gang i følelsesmæssige processer frem for rent kognitive processer. Emotionelle oplevelser fremmer motivation og tro på, at det er muligt at ændre sin handlemåde. Når forældrene mærker, at deres børn kommer i klemme i konflikterne, aktiverer det den omsorgsfulde forælder, der findes i dem alle, og det øger en parathed til at gøre en indsats og begynde at ændre adfærd.

Det oplevelsesbaserede format er gennemgående for mange af øvelserne i forældregruppen. Her følger en beskrivelse af den øvelse, der finder sted på tredje gruppesamling, hvor forældrene deler deres skilsmisshistorie med hinanden.

Hjemmeopgaven, som forældrene har fået stillet på forhånd og forberedt sig på, lyder: *Du skal skrive et brev til dit barn/dine børn med titlen "Hvorfor lever mor og far ikke sammen mere?" Det kan f.eks. starte sådan her: Kære... Jeg skriver til dig for at give dig en forklaring på, hvorfor mor og far er blevet skilt. Vi har haft fortalt dig om det før, men det kan have været forvirrende og svært for dig at forstå...*

Når forældrene mødes til tredje gruppesamling, skal et forældrepar ad gangen sætte sig frem foran de andre forældre og læse deres brev højt. Hver forælder skal vælge en af de andre forældre i gruppen som en "ven", der kan støtte dem undervejs i øvelsen. Terapeuterne får to andre forældre til at sætte sig på nogle "børnestole" og spille børn. Det skal ikke være bestemte børn fra gruppen, men forældrene vælger selv, om de eksempelvis vil være "Lasse på 9 år" eller "Sofie på 11 år".

Forældrene på børnestolene skal lytte til det, der bliver læst op, som var de det barn, de har valgt at spille. De flytter børnestolene frem, hvis det oplæste lyder rart, og bagud hvis det lyder ubehageligt. "Børnene" bliver ind imellem spurgt af terapeuterne, hvorfor de flytter deres stole, som de gør. Hvad var det, der blev læst op, som var rart eller ubehageligt? Terapeuten kan derefter bede den forælder, der læser op, prøve at justere lidt i fortællingen, så børnene får lettere ved at lytte til den. Her kan "vennen" hjælpe og komme med forslag til rettelser. De forældre, der ikke er en aktiv del af øvelsen, bliver til sidst bedt om at dele eventuelle refleksioner, de har haft ved at være tilskuere.

Skilsmisefortællingen har til formål at gøre det lettere for børnene at forstå, hvad der er sket i forældrenes skilsmisse, og samtidig gøre det muligt for børnene fortsat at elske begge forældre. Historien skal med andre ord ikke udstille den anden forælder på en måde, hvor det ikke er rart for børnene. Det er en meget virkningsfuld øvelse, og mange forældre fortæller, at det er hårdt at sidde i børnestolene og lytte som børn, fordi det rammer dem selv og deres egen skilsmisefortælling.

Forældrene har ofte involveret deres netværksperson i hjemmeopgaven, og mange af forældrene har også talt med forældregruppeterapeuterne i deres forberedelse. Ofte spørger forældrene, om de skal undlade at fortælle sandheden i skilsmisefortællingen. Til dette er svaret: *"Du skal ikke lyve. Men du skal øve dig i at fortælle en historie om skilsmissen, som dine børn kan leve med."* Øvelsen gør, at mange forældre bliver klar over, hvordan deres negative fortællinger – og i visse tilfælde dæmonisering af den anden forælder – påvirker børnene. Øvelsen får forældrene til at gentænke, hvordan de taler om skilsmissen og medforælderen og udfordrer dem til at skabe en fortælling, børnene bedre kan leve med.

Forældregruppeterapeuterne spiller en faciliterende rolle under øvelsen, så øvelsen glider, og rollerne blandt forældrene er tydelige. Det er afgørende, at terapeuterne ikke indtager en ekspertposition, men viser tillid til gruppeprocesserne og giver plads til, at

forældrene kan hjælpe hinanden. Er der tegn på konfliktoptræning, træder terapeuterne til og hjælper.

Andre øvelser i "Sammen om Børnene" har typisk et lignende set-up blot med et andet tematisk fokus, som f.eks. øvelsen "konkrete uenigheder" eller "indercirkel/ydercirkel", der med fordel kan benyttes i den store forældregruppe til at processere dilemmaer, spørgsmål og temaer, der har relevans for alle. Endelig deles forældregruppen ofte op i små refleksionsgrupper, hvor forældrepar ikke er i gruppe med hinanden. Et tilbagevendende opmærksomhedspunkt i refleksionsgrupperne er forældrenes egen andel i konflikterne og deres ansvar for at skabe forandring. I de små refleksionsgrupper kan det opleves trykt at dele mere sårbare følelser, når man ved, at den anden forælder ikke lytter med.

Netværksinddragelse og hjemmeopgaverne

"Uden hjælp fra netværket kan vi ikke lykkes med at hjælpe forældrene og børnene et bedre sted hen" (Visser & van Lawick, 2021).

Det er karakteristisk for "Sammen om Børnene", at gruppen af forældre og teamet af terapeuter arbejder sammen om at skabe et bedre klima for børnene at vokse op i. Den sidste vigtige aktør i dette arbejde er forældrenes selvvalgte netværkspersoner (gerne 2-3 personer pr. forælder). I højkonflikte skilsmisser er det ofte ikke længere en konflikt mellem to forældre, men tværtimod to klaner eller stammer, der holder gang i konflikten. Vejen ud af den fastlåste konflikt kræver derfor, at forældrenes netværk spiller aktivt med.

Visser & van Lawick (2021) fremhæver, at der er et fællestræk ved den gruppe af familier, som enten ikke profiterer nævneværdigt af interventionen, som ved interventionens afslutning ikke er lykkedes med at reducere konflikterne, eller som dropper ud undervejs. For disse familier gælder det, at en eller begge forældre enten ikke har haft netværkspersoner med til de to netværkssamlinger, at netværkspersonerne kun i mindre grad har været involveret i at støtte forældrene undervejs, eller at netværket fortsat har medvirket til at fastholde eller ligefrem optrappe konflikterne imellem forældrene. Dette understreger, hvorfor relevant og tilstrækkelig inddragelse af netværket undervejs i forløbet er af afgørende betydning for interventionen (Visser & van Lawick, 2021).

Forud for den første gruppesamling med de seks familier i "Sammen om Børnene" bliver der afholdt en netværkssamling for forældrene og deres netværkspersoner. Her fortæller terapeuterne om "Sammen om Børnene", og hvordan alle forældre har sagt ja til at deltage i programmet. Det bliver fremhævet, at der er brug for netværkspersonernes støtte, hvis det skal lykkes forældrene at reducere deres konflikter. Terapeuterne

spørger herefter netværkspersonerne, om de vil påtage sig denne opgave, og netværks-samlingen afsluttes med, at netværkspersonerne kan stille anonyme spørgsmål til terapeuterne.

Allerede fra første gruppegang får forældrene hjemmeopgaver med hjem, og disse hjemmeopgaver sendes også til netværkspersonerne sammen med et par linjer om, hvordan det går med forældregruppen. Idéen er, at forældrene ikke skal tale med hinanden om hjemmeopgaverne, men heller ikke skal stå alene med opgaverne, og at netværkspersonerne her kan blive en støtte.

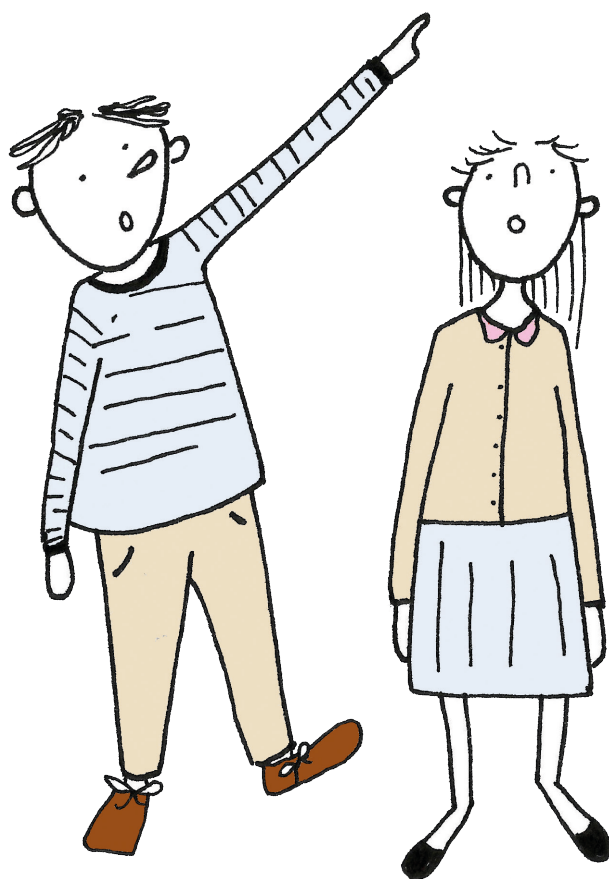
Efter den fjerde forældregruppegang er der en samling for netværket uden forældrene. Terapeuterne taler med netværkspersonerne om den udvikling, de ser hos forældrene, og om de udfordringer, netværkspersonerne oplever i arbejdet med at støtte forældrene. Terapeuterne står til rådighed for netværkspersonerne, når de til tider oplever det svært at lykkes med deres opgave, hvilket typisk viser sig, når netværkspersonerne skal udfordre forældrene til at tage nye skridt henimod konfliktnedtrapning. Er der et forældrepar, der slet ikke rykker sig, kan terapeuterne invitere netværkspersonerne til en individuel samtale sammen med de pågældende forældre for ved fælles hjælp at prøve at bryde fastlåstheden og skabe små positive forandringer. Det samme kan ske ved de opfølgende samtaler efter endt gruppeforløb, hvor netværkspersonerne ligeledes kan inddrages.

Hjemmeopgaverne

Imellem gruppesamlingerne arbejder forældrene med hjemmeopgaver, og hver gruppesamling indledes typisk med at følge op på hjemmeopgaven: Hvordan har det været at arbejde med hjemmeopgaven? Hvordan har forældrene involveret deres netværkspersoner i hjemmeopgaven? Og er der nogen særlige overvejelser, forældrene har taget med fra deres arbejde med hjemmeopgaven?

Dernæst vil terapeuterne spørge forældrene, om de har taget små skridt i retning af at nedtrappe deres konflikter, eller om de har oplevet små positive forandringer i forældresamarbejdet. Som afslutning på hver gruppegang formuleres næste hjemmeopgave, og terapeuterne giver mulighed for at svare på forældrenes spørgsmål til opgaven.

Hjemmeopgaverne har ofte fokus på forældrenes egen bearbejdning af skilsmissen, egen andel i konflikterne og egen forælderrolle, da disse emner kan være sårbare at bringe i spil i grupperummet. Formålet med hjemmeopgaverne er, at det, der har fundet sted i gruppeforløbet – ny viden, psykoedukative pointer, oplevelsesbaserede øvelser og motivationsarbejdet – bliver omsat til handling og ny adfærd, der deeskalerer forældrenes konflikter og fremmer en mere samarbejdende attitude imellem forældrene. Når netværket ydermere inddrages i hjemmeopgaverne, skaber det bedre mulighed for at integrere ny adfærd i forældrenes sociale liv udenfor forældregruppen, og at forandringerne holdes i live efter gruppeforløbets afslutning.



Indblik i børnegruppen

Det er som nævnt børnene, der er i centrum i "Sammen om Børnene", mens forældrene er de primære ansvarlige for at skabe forandring i de fastlåste mønstre og nedbringe konflikterne. Det betyder imidlertid ikke, at børnene er passive objekter i interventionen. Dette afsnit beskriver formålet med børnegruppen og belyser nogle af de konkrete metoder og særlige opmærksomhedspunkter, der knytter an til arbejdet i børnegruppen.

Formålet med børnegruppen

Børnene møder ind i børnegruppen med historier, der er vidt forskellige, men fælles for alle børnene er, at de på en eller flere måder er mærket af forældrenes konflikt. Børnene lider, fordi de er fanget mellem forældre i en højkonflikt skilsmisse, hvilket er hele udgangspunktet for denne intervention. Det kommer til udtryk hos børnene på forskellige måder. Nogle børn har en stor kropslig uro. Nogle har en stille og afventende attitude præget af skepsis. Andre viser tydeligt, at de intet håb har for, at deres liv kan forbedres. Nogle er vrede, andre vagtsomme. Flere er optaget af at balancere, hvad de siger, så det ikke bliver dem, der bringer brændsel til forældrenes konflikt.

Det er kendetegnende for børnene, at de er på overarbejde i forhold til at navigere i forældrenes ofte meget forskellige fortællinger. Børnene er som regel præget af utryghed, usikkerhed og forvirring. Følelser af skyld, sorg og vrede er hverdagskost. Derfor er det et primært formål med børnegruppen at give hvert enkelt barn følelsesmæssig støtte, så børnene kan opleve en større sammenhæng mellem deres indre, følelsesmæssige tilstand og de livsvilkår, de har. Med andre ord bliver der i børnegruppen arbejdet fokuseret på at skabe mening og sammenhæng i det, børnene mærker og oplever. Der ligger en stor opgave i at fortælle børnene, at det ikke er dem, der er forkerte, men at det handler om, at mor og far er uvenner. Derudover arbejdes der i børnegruppen på, at børnene kan øve sig i at formidle budskaber til forældrene om, hvordan det er at være barn af forældre i en højkonflikt skilsmisse.

Børnenes egen proces – den følelsesmæssige støtte

En essentiel del af børnegrupperarbejdet består i at støtte børnene til at mærke og give udtryk for de følelser, som knytter sig til skilsmissen og forældrenes konflikter. Det sker med hjælp og støtte fra de to børnegrupperapeuter. Der arbejdes målrettet med, at børnegruppen bliver en god og tryk ramme for, at børnene kan dele med hinanden, hvordan det er at have forældre, der er skilt, og hvad der kan være særligt karakteristisk ved at have forældre, der er i konflikt med hinanden. På den måde får børnene mulighed for at opleve genkendelse i gruppen, og de kan erfare, at det er helt normalt og helt i orden at have de følelser og tanker, de har.

Til illustration af den følelsesmæssige proces, et barn kan gennemgå i en børnegruppe, kan dette eksempel nævnes:

Et barn kommer i børnegruppen og er meget afvisende overfor sin far. Barnet genfortæller, hvad han mener, far gør forkert og fremhæver mor som den gode forælder. Den følgende gruppegang kommer samme barn, men denne gang er han helt og holdent på fars side. Nu er det mor, der er den dårlige forælder, mens far gør alt rigtigt.

Barnet viser i sin adfærd en stor følelsesmæssig smerte. Han har svært ved at indgå i kontakten til børnegruppelederne og afviser i starten alle former for hjælp. Gennem gruppeforløbet får barnet genfortalt sine fortællinger flere gange. Han lytter til de andre børns oplevelser, og han møder stor forståelse hos gruppelederne for den følelsesmæssige forvirring, der opstår, når mor og far konstant angriber hinanden. Barnet bliver mødt i, at det er svært at stole på begge forældre på samme tid, og at det giver god mening, at man bliver nødt til at vælge side. Mod gruppeforløbets slutning giver barnet udtryk for en begyndende fornemmelse af at have en stemme selv. Barnet ønsker at fortælle forældrene, at det føles som at blive trukket midt over, når de anklager hinanden.

Eftersom børnene er til stede i interventionen parallelt med forældrene og oplever, at forældrene arbejder med at tage ansvar for at nedbringe konflikten, kan børnene falde mere til ro. Børnene oplever ikke på samme måde, at det er nødvendigt at vælge side. Den effekt forældrenes arbejde har på børnenes trivsel, beskriver Visser & van Lawick således:

"When parents work hard, fight less and cooperate better, this is reflected in the children. The children become calmer, and can better describe what they feel and what they wish for. When parents return to escalating fights, children will slide back too." (Visser & van Lawick, 2021:151).

Barnet i eksemplet ovenfor begyndte at tro på en udvikling henimod det bedre, fordi forældrene uge efter uge arbejdede på deres relation. Barnet blev med tiden mere insisterende på at føle sig forstået af andre og blev mindre afvisende i kontakten. Det blev også muligt for barnet at se, at både mor og far havde gode intentioner, og at han kunne have det rart hos dem begge.

Produktproduktion og præsentation for forældregruppen

I børnegruppen arbejder børnene over flere gruppegange med et produkt, som de skal præsentere for forældregruppen på sjette gruppegang. Produktet er en åben opgave i den forstand, at børnene selv bestemmer, hvad produktet skal være. Det eneste krav er, at produktet skal vise, hvordan det er at have forældre, som er i konflikt efter en skilsmisse. Den kreative proces med at skabe et produkt har netop til formål at støtte børnene i at vise forældrene, hvordan de bliver berørt af skilsmissen og forældrenes konflikt.

Børnene er ofte meget engagerede i processen. De laver små film, skriver sange, maler, bygger lego eller laver tegneserier. Små og store børn hjælper hinanden og bliver inspireret af hinanden. Visser & van Lawick beskriver formålet med præsentationerne således:

“The group mainly revolves around the presentations that the children are going to make for their parents. The goal is for them to find their own voice, to be able to feel what they feel and to shape the thoughts they have. This may increase their resilience.” (Visser & van Lawick, 2021:159).

Øget resiliens eller øget mestring er dermed et af målene med børnegruppen. Det er afgørende, at børnene får nye erfaringer med, at de kan give udtryk for deres oplevelser på en sådan måde, at det bliver hørt og forstået af forældrene. Derudover forventes præsentationerne at have en effekt på forældregruppen. Håbet er, at præsentationerne har en positiv og motiverende indvirkning på forældrene, uden at det dog skal tjene dette formål i sig selv:

“Nearly always, the children’s presentation has a great and therapeutic impact on the parents, but that should not be the goal. The children are not the therapists of the parents.” (Visser & van Lawick, 2021:159).

Børnenes stemmer kan være motiverende og oplysende for forældrene, men igen skal det understreges, at det er forældrenes ansvar at skabe den nødvendige forandring – ikke børnenes.

Overordnet struktur for børnegruppen

Hver gruppegang følger i store træk samme struktur: Efter icebreakeren sammen med forældrene samles børnegruppen og laver en øvelse, der giver mulighed for at lande i rummet. Det kan f.eks. være en øvelse med smileykort. De følgende ca. 45 minutter frem mod pausen bliver der arbejdet med dagens tema. Efter pausen bliver der sammen med børnene samlet op på, hvordan pausen gik. Herefter er der leg og/eller produktion af produkt frem mod afslutningen på dagen. Afslutningen foregår med et fast ritual, hvor alle får sagt tak for i dag til hinanden.

Det følgende er en kort præsentation af det overordnede indhold for hver af de otte gruppegange og den bevægelse, børnene gennemgår undervejs i forløbet. Det er samtidig vigtigt at understrege, at indholdet i børnegruppens specifikke program kan variere indenfor den tilrettelagte struktur. Terapeuterne har ansvaret for, at den overordnede struktur bliver fulgt, mens de temaer og præsentationer, der arbejdes med, i høj grad er under indflydelse af børnene, og hvad de oplever som meningsfuldt og vigtigt. Her er det terapeuternes ansvar at behandle det, der har betydning for børnene. Afhængig af gruppens sammensætning og dagsform vil de enkelte gruppegange derfor

blive tilrettelagt på en fleksibel måde, der tager højde for de enkelte børns udgangspunkt.

Bevægelsen i de otte gruppesamlinger

Første gruppesamling – fokus på genkendelse af vilkår

Den første gruppegang bliver der fokuseret på at skabe et trygt miljø for børnene og en begyndende fornemmelse for, at børnene deler et særligt livsvilkår: De har forældre, som er i konflikt efter skilsmissen. Børnene får gennem øvelsen "de to hjem" lov til at fortælle om deres familiesituation. Der leges forskellige lege med fokus på de blandede følelser, man kan opleve, når man deltager i "Sammen om Børnene". Her går gruppelederne forrest ved at markere, at netop de blandede følelser er helt almindelige.

Anden gruppesamling – tema om konflikt

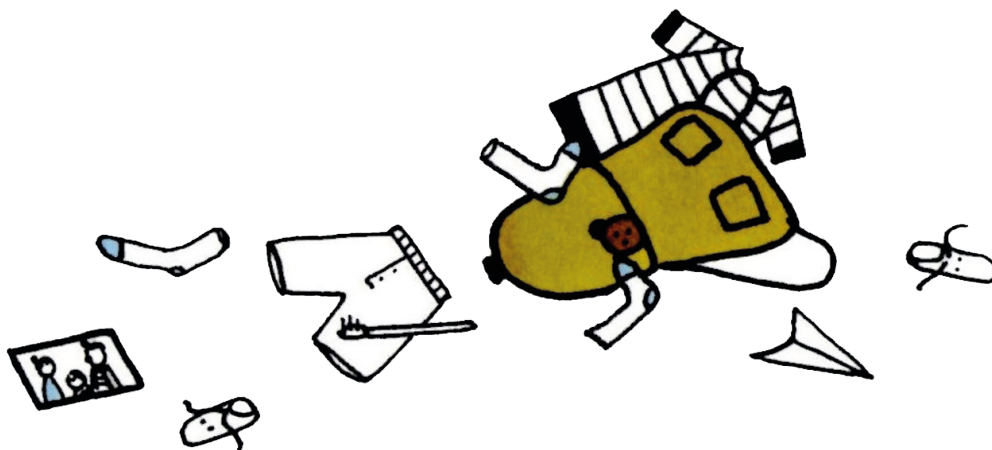
På denne gruppesamling sættes der fokus på konflikt. Hvordan forstår børnene konflikt, og hvordan føles det, når man selv eller andre er i konflikt? Børnene laver øvelsen flaskepost (se beskrivelse på s. 44f), som i løbet af gruppegangen overleveres til forældrene. Desuden introduceres børnene til deres fælles arbejde med at skulle lave et produkt, som vil blive præsenteret for forældrene på den sjette gruppegang.

Tredje til femte gruppesamling – produktarbejde

Fra tredje til femte gruppesamling arbejdes der mere intensivt med børnenes produkter. Børnene går i gang med at finde frem til form og indhold på produktet. Gruppelederne støtter og faciliterer processen og sætter mere strukturerede øvelser og lege i gang efter behov. Den femte gruppegang øver børnene, hvordan de vil præsentere deres produkter for forældrene.

Sjette gruppesamling – børnepræsentationer

Denne gruppegang består primært af børnenes præsentationer for forældrene. Gruppelederne støtter børnene, så de er så trygge ved processen som muligt. Børnene støtter også hinanden, og efter præsentationerne er der mulighed for at reflektere over både børnenes og forældrenes reaktioner. Hvordan var det for børnene at præsentere produktet? Hvad lagde børnene mærke til, at forældrene gjorde, mens de lyttede?



Syvende gruppesamling – forældrepræsentationer

På denne dag er det børnenes tur til at få en respons fra forældrene. Efter forældrenes præsentationer bearbejdes indtrykkene i børnegruppen: Hvad var særlig rart at høre? Hvad hæftede børnene sig ved, at forældrene sagde?

Ottende gruppesamling – afslutning

Den ottende gruppegang bruges til at afslutte børnegruppeforløbet. Der arbejdes med bevidning af børnene, ligesom der vil være forskellige øvelser, som sætter fokus på børnenes mestringsstrategier – at børnene får øje på de muligheder, som hjælper dem til at klare sig godt igennem de svære situationer.

Eksempel på en gruppegang

For at give et mere detaljeret indblik i gruppegangenes indhold, følger her et eksempel på, hvordan anden gruppesamling kan forløbe:

Efter den fælles icebreaker følges børnene med terapeuterne til børnegrupperummet og sætter sig omkring det fælles arbejdsbord. Med hjælp fra børnene lægger terapeuterne kort med forskellige smileyer ud på bordet. Børnene får til opgave at vælge ét eller to kort, der illustrerer, hvordan de har det med at være i børnegruppen i dag. Terapeuterne interviewer derefter børnene en ad gangen om, hvorfor de har valgt lige præcis de kort. Ofte vil børnene vælge smileyer, der illustrerer dobbeltheden i at være til stede: Det kan både være dejligt og irriterende; man kan være træt og glad; man kan synes, det er lidt spændende samtidig med, at man er lidt genert. Terapeuterne vælger også to kort og fortæller om deres dobbelthed og legitimerer dermed, at der er plads til alle følelser.

Efter denne øvelse introduceres børnene for dagens tema: Konflikt. Gennem en samtale, som er styret af terapeuterne, får børnene lov til at fortælle om deres forhåndskendskab til begrebet konflikt. Hvad kender de allerede til konflikt fra deres hverdag? Skænderier i skolen, mellem venner, med forældre og mellem forældre? Og hvordan er det at være barn, når mor og far er i konflikt?

Som en måde at samle op på samtalen svarer børnene på følgende tre spørgsmål, og deres svar skrives op på tre flip-overs:

- Hvordan lægger du mærke til, at mor og far er uvenner?
- Hvordan føles det, når mor og far er uvenner?
- Hvordan tror du, du vil få det, hvis konflikterne bliver mindre?

Børnenes svar varierer, men til det første spørgsmål vil de ofte beskrive subtile iagttagelser som f.eks.: *"Mor og far sender onde øjne til hinanden"* eller *"Far bliver i dårligt humør, når han har talt i telefon"*.

Til det andet spørgsmål fortælles der ofte om kropslige sansninger og følelser af tristhed og håbløshed som f.eks.: *"Jeg får ondt i maven", "Jeg føler, alting brister"* eller *"Jeg bliver ked af det og vred"*. Det tredje spørgsmål vækker ofte håb hos børnene, og de svarer f.eks.: *"Hvis konflikterne stopper, vil jeg blive glad igen"* eller *"Jeg ville få det rigtig rart, hvis jeg ikke skulle græde så meget"*.

De tre flipovers med børnenes anonyme udtalelser overleveres som en flaskepost til forældregruppen, der får lov til at læse, hvad børnene oplever. Øvelsen er dermed en begyndende træning for børnene i at overlevere budskaber til forældrene.

Når flaskepostøvelsen er færdig, gøres der klar til pausen. Terapeuterne forbereder børnene til pausen ved at fortælle, at pausen nogle gange kan opleves lidt usikker, fordi begge forældre er til stede. Børnene bliver spurgt, om de har sådanne tanker, og om der er nogen, der også glæder sig til pausen.

Efter pausen processerer terapeuterne de følelser, som den fælles pause har aktiveret hos børnene. For terapeuterne er der fokus på, at børnene oplever genkendelse og normalisering i de tilfælde, hvor forældrene eksempelvis har ignoreret hinanden, eller stemningen har været anspændt. Der er også plads til at fortælle om de gode oplevelser, der kan tyde på fremskridt hos forældrene som f.eks.: *"Min mor og far talte helt normalt om noget"*.

Frem mod gruppegangens afslutning introduceres børnene til opgaven med at lave det produkt, som skal præsenteres for forældrene på sjette gruppegang. Børnene får forklaret formålet med opgaven, og hvad der forventes af dem i forhold til præsentationen. Terapeuterne fortæller om de forskellige materialer og medier, der er til rådighed, og der laves en fælles brainstorm på emnet.

Herefter kommer forældrene ind i lokalet for at sige et par ord i fællesskab om, hvordan det var at modtage flaskeposten og hvilket indtryk, det efterlod dem med. En repræsentant for forældrene kan sige: *"Tak for jeres budskab. Vi blev meget rørt og faktisk også lidt flove over os selv. Tak fordi I fortæller os det."*

Dagen rundes af med et afslutningsritual, hvor alle får sagt tak for i dag, inden forældre og børn tager afsked med hinanden.

Særlige opmærksomheder i arbejdet med børnegruppen

De to børnegrupperapeuter vil allerede den første gruppegang rette fokus mod, hvordan det er for børnene at være samlet i børnegruppen, og hvordan det er at være samlet som familie med både mor og far ved opstart, pauser og afslutning. For mange børn kan det være længe siden, de har set mor og far sammen, og derfor kan interventionens struktur i sig selv sætte gang i mange følelser.

Ved at rette fokus mod dette får børnene en mulighed for langsomt at lande i gruppen. Samtidig viser børnegrupperapeuterne, at de tør gå forrest ved at rette opmærksom-

hed mod det, som fylder for børnene her og nu, uden at terapeuterne præcist ved, hvad det er. På denne måde kan børnegrupperapeuterne demonstrere overfor børnene, at ingen følelser er farlige. Alle kan rummes i gruppen, og som de voksne går terapeuterne forrest og efterlader ikke børnene alene med ansvaret for at bringe de svære tanker og følelser på banen.

I børnegruppen er der ikke på samme måde som i forældregruppen et erklæret mål om, at børnene skal bevæge sig et bestemt sted hen som følge af deltagelse i børnegruppen. Håbet med hele interventionen er, at børnenes trivsel øges, men det er en grundpræmis, at dette primært vil ske som følge af de forandringer mod et bedre forældresamarbejde, som forhåbentlig vil ske i forældregruppen.

På denne måde er børnegrupperapeuternes arbejde i børnegruppen af mere støttende karakter. De følger, bevidner og støtter børnenes proces. Børnegrupperapeuternes arbejde ligger i at facilitere processer, hvor børnene kan komme i kontakt med og få en øget forståelse for nogle af de tanker og følelser, som knytter sig til at have forældre i en højkonflikt skilsmisse. I det hele taget er der for børnegrupperapeuterne en central opgave i at skabe mentaliserende aktivitet i børnegruppen og give refleksionsmuligheder på en kreativ og legende måde med tilpas distance til det, der opleves svært.

Derudover vil børnegrupperapeuterne også hjælpe børnene til at få blik for de mestringsstrategier, de allerede benytter i forhold til forældrenes konflikter. Herigennem støttes børnene i at opdage, at de er ressourcefulde børn, som allerede gør, hvad de kan for at håndtere det svære livsvilkår, de er havnet i. Terapeuternes attitude er venlig, støttende og positiv. Terapeuterne foreslår temaer, som kan behandles i gruppen, men de insisterer ikke (Visser & van Lawick, 2021:152).

Endnu en vigtig præmis i børnegrupperarbejdet handler om, at der skal være plads til forskellighed. Børnene kan have forskellige ønsker til, om de vil fortælle om deres liv og oplevelser, ligesom de kan have forskellige oplevelser med lignende situationer. Der ikke er krav om, at børnene skal fortælle eller bidrage til gruppen. De gør det, når de har lyst eller er klar til det. Hvis nogle børn er for usikre eller på andre måder er tilbageholdende, er det legitimt at være til stede i grupperummet uden at sige noget. Nogle børn er heller ikke klar til at lave en præsentation for forældrene på sjette gruppegang, enten fordi de er for vrede eller for utrygge ved forældrenes respons til at kunne udtrykke sig på den måde. Terapeuterne tager hånd om dette ved sammen med børnene at sætte ord på tanker og dermed gøre børnenes valg legitime.

Nogle børn har svært ved at deltage i samtaler og vil hellere lege. Dette er der plads til, og ofte vil terapeuterne opdage, at der bliver lyttet til samtalerne, selv om det virker til, at barnets fokus er et andet sted. Det gjorde sig gældende for en yngre dreng,

der tilbragte meget af tiden i børnegruppen under en sofa, men som alligevel bidrog relevant til den fælles samtale ved fra tid til anden at sige: *"Det kender jeg godt. Sådan kan jeg også gøre, når jeg bliver sur."*

Selv om der skal være plads til børnenes forskellige behov og ønsker, er det samtidig et vigtigt krav, at tilstedeværelsen i gruppen altid foregår på en måde, så gruppen som helhed kan fungere og være tryk. Leg og aktivitet er på alle måder tilladt, men der stilles fra terapeuternes side tydelige krav til børnene om at være respektfulde overfor hinanden. I gruppen må børnene tage hensyn til hinanden, lytte til hinanden og ikke drille eller grine af hinanden. Da børnene ofte har levet i et konfliktfyldt miljø i årevis, vil de potentielt være urolige, usikre, garderede og generelt meget emotionelle. De vil derfor have et stort behov for en tydelig ramme, hvor de ikke føler sig truede eller latterliggjort af de andre deltagere.

Denne introduktion til "Sammen om Børnene" har i de første fem afsnit præsenteret interventionens målgruppe, indhold, struktur, grundsten og grundtænkning samt arbejdet i forældregruppen og børnegruppen. I det følgende afsnit, som er denne introduktions sidste afsnit, præsenteres nogle af de overordnede erfaringer, der er opsamlet igennem arbejdet med "Sammen om Børnene" i en dansk kontekst og med "No Kids in the Middle" i Holland. Disse erfaringer er tiltænkt fagfolk i det videre arbejde med at hjælpe familier i højkonflikte skilsmisser.

Vejen videre

Center for Familieudvikling har i perioden 2019-2022 udviklet behandlingsprogrammet "Sammen om Børnene" i samarbejde med Århus kommune og med støtte fra Socialstyrelsen. I den 3-årige periode er "Sammen om Børnene" blevet afholdt seks gange (fire gange af Center for Familieudvikling og to gange af Århus kommune). Igennem arbejdet med de familier, der har deltaget i disse forløb, og med henvisning til det internationalt anerkendte program "No Kids in the Middle", er der opnået nogle overordnede erfaringer med, hvordan vi bedre lykkes med at hjælpe familier i højkonflikte skilsmisser. Disse erfaringer vil blive præsenteret i denne introduktions sidste afsnit med henblik på, hvordan bl.a. kommunale systemer landet over kan arbejde med "Sammen om Børnene" eller integrere delelementer af programmet i den lokale indsats.

Behov for evidensbaserede programmer

Der er ingen tvivl om, at der er et stort behov for særlige interventioner og metoder, som er udviklet til at hjælpe familier i røde skilsmisser, og at programmerne skal have vist sig virkningsfulde på baggrund af evidens og praktisk erfaring.

Med afsæt i det evidens- og erfaringsgrundlag, der ligger i "No Kids in the Middle" og "Sammen om Børnene", har begge programmer på en unik måde vist sig at kunne adressere de konflikter, som familierne i målgruppen kæmper med. Med "Sammen om Børnene" er der skabt en dansk intervention, der formår at møde de berørte familier på en anerkendende, validerende og imødekommende måde, hvorved forældrene bliver støttet og udfordret til at skabe de ønskede forandringer. Når interventionen skaber gode resultater, skyldes det i høj grad, at interventionens teori og metoder på mange måder viser vejen for fremtidens behandling. Her opsummeres nogle af de elementer, som bidrager til at skabe en effektiv intervention for familier i højkonflikte skilsmisser:

Først og fremmest er det afgørende at involvere børnene på en god måde. Ved at inddrage børnenes perspektiver har det vist sig muligt at motivere forældrene til at trække i arbejdstøjet. Når børnene fortæller, hvordan de bliver fanget i forældrenes konflikter og mistrives i det konfliktfyldte miljø, bliver barnets stemme en katalysator for forældrenes forandringsskabende arbejde. Det har også vist sig virkningsfuldt at kombinere forældrenes interpersonelle arbejde, hvor fokus er på de indbyrdes dynamikker, og forældrenes intrapsyriske arbejde, hvor fokus er på de individuelle processer. Ligeledes har arbejdet med de narrativer, som forældrene fortæller om bruddet og den anden forælder, stor betydning. Igennem arbejdet med bl.a. skilsmisefortællingen får børnene en historie, de kan leve med, hvor de fortsat har lov til at elske begge forældre. Også involveringen af familiernes netværk er udslagsgivende for at kunne skabe forandring, idet netværkspersoner spiller en central rolle i at støtte forældrene i deres intrapsyriske arbejde og forsøg på at tage nye skridt. Endelig skal variationen af metoder nævnes. I "Sammen om Børnene" er det kombinationen af mentaliseringsbaseret terapi, oplevelsesbaserede tilgange og psykoedukative greb, der har vist sig brugbar for at skabe positive resultater.

At skabe forandring kræver tid

"Sammen om Børnene" bekræfter, at det tager tid at skabe forandring. Når en familie i højkonflikt skilsmisse gennem længere tid har bevæget sig hen imod større og større fastlåsthed, kræver det tid at hjælpe familien et mere positivt og roligt sted hen. Der bor ofte en oplevelse af afmagt og håbløshed hos disse familier, og enhver tro på, at situationen kan blive bedre, synes opgivet. Tiden er derfor i sig selv en afgørende faktor for at kunne skabe den nødvendige forandring.

"Sammen om Børnene" er en langstrakt intervention, der løber over ca. fem måneder – fra de visiterende samtaler, over de otte gruppesamlinger til de afsluttende opfølgningssamtaler. Timesummen løber også op. Der tænkes afsat ca. 2,5 time til de indledende samtaler med hver familie, 20 timers gruppeintervention fordelt over de otte gruppesamlinger, 1-4 timers opfølgende indsats med hver af familierne samt 4 timers inddragelse af netværket. Hertil kommer den spontane kontakt, der er med de enkelte familier imellem gruppesamlingerne.

Det er med andre ord en længerevarende intervention, hvilket er afgørende for, at de ønskede resultater kan opnås. De berørte familier kræver i forvejen mange ressourcer hos de forskellige systemer såsom Familieretshuset, retten og kommunerne. Tager man i betragtning, hvad der i dag bruges af ressourcer på bl.a. børnefaglige undersøgelser og forældrekompetencevurderinger, kan det hurtigt vise sig, at en mere omfattende indsats som "Sammen om Børnene" både på det økonomiske og menneskelige plan er mere ansvarlig.

Da "Sammen om Børnene" er en ressourcekrævende intervention, er det ikke realistisk at forestille sig, at programmet i sin helhed kan leve i alle kommuner eller institutioner. I de tilfælde kan den grundlæggende tænkning i "Sammen om Børnene", såvel som enkelte metoder fra programmet, tages i brug indenfor rammerne af mere individuelle forløb. Det er dog erfaringen er, at "Sammen om Børnene" i sin helhed rummer et unikt potentiale, som de enkelte elementer i løsrevet form ikke kan indfri i samme grad.

Brug for at arbejde sammen som et team

Et unikt element i "Sammen om Børnene" er den arbejdsform, som det terapeutiske team skaber. En af de største risikofaktorer for de behandlere, der arbejder med familier i højkonflikt skilsmisse, er at de selv bliver viklet ind i forældrenes konflikter og bliver smittet af familiernes følelse af håbløshed. I mange tilfælde ved behandlere ikke, hvad de skal gribe til i deres arbejde, og i værste fald vil de brænde ud i forsøget på at hjælpe familierne. Mange behandlere oplever ligefrem en aversion imod at arbejde med familier i højkonflikt skilsmisse, hvilket forstærkes af, at denne målgruppe fylder i sagsbunkerne. Derfor skal det tages alvorligt, at der er brug for bedre behandlingsmiljøer, så behandlerne ikke brænder ud i forsøget på at hjælpe familierne.

Et særligt element ved "Sammen om Børnene" er, at terapeuter og behandlere arbejder sammen som et team omkring familierne. Minimum fire terapeuter indgår i interventionen: To terapeuter er tilknyttet børnegruppen, og to terapeuter er tilknyttet forældregruppen. Ingen behandlere arbejder alene, men indgår i et team, og teamet af behandlere kan støtte hinanden i deres arbejde. Kører en behandler fast, kan en af de andre tage over, ligesom terapeutteamets mange øjne og stemmer kan sikre, at forskellige perspektiver på den enkelte forælder og det enkelte barn er repræsenteret. At arbejde som et team er i sig selv et vigtigt bidrag i programmet. Fra de behandler-teams, der igennem projektperioden har arbejdet med "Sammen om Børnene", lyder det således:

"Det er godt at arbejde sammen som team om denne målgruppe. Efter at have arbejdet med denne målgruppe i årevis har arbejdet med 'Sammen om Børnene' ligefrem bragt en lethed og en glæde ind i arbejdet, som ikke alene fremmer arbejdsglæden hos behandlerne, men også effektiviteten i arbejdet med familierne."

Behov for efteruddannelse, specialtræning og supervision

En central erkendelse i arbejdet med familier i højkonflikte skilsmisser er, at det er et område, der kræver specialkompetencer. Forældre og børn i røde skilsmisser er en af de sværeste grupper at hjælpe set ud fra et terapeutisk og behandlingsmæssigt perspektiv. Det er med andre ord ikke tilstrækkeligt med en generel terapeutisk og psykologfaglig uddannelse. Indsatsen med at hjælpe familier i højkonflikt skilsmisse bør i langt højere grad betragtes som en specialindsats, der kræver særlig oplæring, træning og efteruddannelse, hvis det skal lykkes bedre, end tilfældet er i dag.

Knud Illeris, som er psykolog og professor i læring, beskriver i sin bog om kompetencer, at læring ikke først og fremmest handler om at gøre mennesker klogere, men om at gøre dem dygtigere, så de kan "handle i relation til bestemte kendte såvel som ukendte situationer" (Illeris, 2012:37). Mange af nutidens læringsteorier peger også på, at hvis langtidsholdbar læring skal finde sted, kræver det en kombination af viden, gøren og supervision. Der tales om, at det skal ske i størrelsesforholdet 10% viden, dernæst 70% gøren og parallelt hermed 20% supervision, hvorefter processen gentager sig. Center for Familieudviklings projekt med at udvikle og afprøve "Sammen Om Børnene" over en 3-årig periode har været en læringsproces med elementer af både viden, gøren og supervision, og det har resulteret i en stejl læringskurve. Alle i projektteamet har flere års erfaring med at arbejde med familier i højkonflikt skilsmisse, men står tilbage med en ydmyg erkendelse af at vide mere i dag, end før projektet gik i gang.

Det er nødvendigt, at de kommunale og private behandlingsenheder, der arbejder med familier i højkonflikte skilsmisser, ser dette som en specialiseret indsats, der kræver specialoplæring og løbende opkvalificering. Det er et alt for stort ansvar at lægge på de enkelte behandlere, at de må finde deres egen vej, og det skal i højere grad tænkes

ind i en målrettet oplæringsstrategi. Det er af afgørende betydning, at specialenheder bliver trænet til at arbejde med disse familier, og at der investeres i en tilbagevendende opkvalificering og supervision til de relevante medarbejdere. Dette vil bidrage positivt til den enkelte medarbejder såvel som det større team, der får en form for ensartethed i forhold til metoder og programmer.

At rekruttere familier er en selvstændig problematik

En af de største udfordringer ved programmet har vist sig at være rekrutteringen af familier i højkonflikte skilsmisser, og den problematik er der arbejdet intensivt med i løbet af projektperioden.

Center for Familieudvikling har afprøvet "Sammen om Børnene" fire gange, og det lykkedes at rekruttere seks familier til tre af forløbene og fem familier til et af forløbene. Dette i en tid, hvor Covid-19 på mange måder besværliggjorde rekruttering til en gruppeintervention. Århus kommune har gennemført "Sammen om Børnene" to gange, og det lykkedes her at rekruttere seks familier til begge forløb. Det var hensigten at gennemføre yderligere to forløb i Århus kommune, hvilket måtte opgives på grund af forsamlingsrestriktionerne under Covid-19.

Selv hvis der ses bort fra de særlige forhold under Covid-19, er det en væsentlig opgave – og en selvstændig udfordring – at rekruttere familier til at deltage i interventionen. Ofte er målgruppen ikke motiveret for at modtage hjælp, hvilket skyldes flere faktorer: Nogle forældre vil ikke være i rum sammen eller synes, forløbet er for tidskrævende. Andre har ikke længere håb for, at der kan skabes forandring, eller de oplever, at det udelukkende er den anden forælder, der er årsag til konflikterne, hvorfor de ikke selv ser grund til at deltage.

Selv om både "No Kids in the Middle" og "Sammen om Børnene" har vist sig at være effektive programmer til målgruppen, hjælper det ikke at have den rette behandling, hvis ikke familierne vil tage imod den. Skal et program som "Sammen om Børnene" startes op, kræver det derfor en særlig indsats med at rekruttere familierne. Det ligger udenfor denne introduktions rammer at udfolde rekrutteringsindsatsen mere dybdegående. Dog kan der peges på nogle generelle forhold, som skal være til stede for, at rekrutteringen kan lykkes:

- Det er en forudsætning, at myndighedsafsnit bliver trænet i, hvordan de rekrutterer familierne. De skal have et godt kendskab til selve interventionen, ligesom de skal vide, hvordan de kan motivere forældrene til at deltage.
- Det er nødvendigt med et tæt samarbejde imellem myndighedsafsnit og behandler-team, så de kan arbejde sammen om at finde den rette målgruppe og motivere disse familier til at deltage.

- Der er brug for, at myndighedsafsnit og behandlerteam har lov til at pege disse familier i retning af "Sammen om Børnene" eller en lignende specialindsats. Dette kræver, at fagfolk har kendskab til effektive behandlingsprogrammer, og med myndighed kan henvise målgruppen til at deltage i programmerne.
- Det er vigtigt med godt informationsmateriale om interventionen.



Afsluttende perspektiver – hvad kan vi gøre som samfund?

Det er ikke en skilsmisse i sig selv, der giver børn ar på sjælen, skaber dårlig trivsel og svækker børnenes trygge tilknytningsrelationer i opvæksten. Langt de fleste børn kommer godt videre efter en skilsmisse. Det helt afgørende er, hvad der sker efter et brud, og det er konflikterne efter en skilsmisse, der er problemet.

Når forældre ender med at bekæmpe hinanden efter et brud, og nogle gange ligefrem kæmper om retten til at være den eneste forælder i børnenes liv, er der brug for at gribe ind og forbedre det miljø, børnene vokser op i. Børn skal have lov til at være børn, elske begge deres forældre og have ro til at gå i skole, opbygge venskaber og leve en tryk hverdag. Et rigt samfund som Danmark skal løfte den opgave og påtage sig ansvaret for, at børn og forældre i højkonflikte skilsmisser får den forandringskabende hjælp, de har brug for.

”Sammen om Børnene” er et bud på et behandlingsprogram til familier i højkonflikt skilsmisse, hvor en målrettet indsats fremmer børnenes trivsel ved at nedbringe forældrenes konflikt. Et kvalificeret og effektivt behandlingsprogram skaber imidlertid ikke forandringen alene. Som afslutning på denne introduktion, og som oplæg til videre overvejelse og drøftelse, vil der derfor blive fremhævet fem perspektiver, der kan videreføre den vej til forandring, som ”Sammen om Børnene” giver børn og forældre i højkonflikt skilsmisse.

1. At der fra politisk side i højere grad bliver rettet opmærksomhed mod, at der er en gruppe af familier fra røde skilsmisser, som bliver svigtet, fordi de ikke får tilstrækkelig hjælp og ikke bliver hjulpet i tide. Skal dette ændres, forudsætter det politisk vilje til at prioritere området.
2. At Familieretten kan sætte skilsmissesager og -afgørelser på pause og rent juridisk pålægge forældre at deltage i et behandlingsprogram.
3. At der skabes tættere kontakt mellem den første indsats, som Familieretshuset sætter ind med, og den hjælp, der ydes kommunalt. Ofte går der for lang tid, før kommunerne opdager et barn, der er kommet i klemme i en skilsmisse, og får ikke sat ind overfor familien i tide, hvilket et tættere samarbejde imellem kommunerne og Familieretshuset kunne afhjælpe.
4. At kommunernes indsats overfor familier i højkonflikte skilsmisser bliver styrket gennem prioritering af bl.a. efteruddannelse, specialtræning og supervision til relevante fagpersoner.
5. At mindre kommuner går sammen om at rekruttere familier til ”Sammen om Børnene”, da de små kommuner ofte ikke selv kan rekruttere nok familier.

Tak

"Sammen om Børnene" var ikke blevet virkeliggjort uden den støtte, projektgruppen har modtaget undervejs i forløbet:

Der skal lyde en særlig tak til Socialstyrelsen, som med økonomisk støtte har muliggjort projektarbejdet med at udvikle "Sammen om Børnene".

Ligeledes skal der siges en særlig tak til Børnecentret i Århus kommune for samarbejdet om at afprøve "Sammen om Børnene" i en dansk kontekst. Tak til Christine Eg Clausen og Charlotte Jæger for et konstruktivt samarbejde.

En særlig tak skal også rettes til den følgegruppe af eksperter, som har fulgt projektet igennem projektperioden og fungeret som sparringspartner for arbejdsgruppen bag "Sammen om Børnene".

Derudover skal der lyde en særlig tak til VIVE, Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for Velfærd, som har udarbejdet en evalueringsrapport af "Sammen om Børnene".

Endelig skal der siges en særlig tak til Justine van Lawick, der har udviklet "No Kids in the Middle" og givet projektgruppen frie ramme til at udvikle et dansk behandlingsprogram på baggrund af den hollandske intervention. Derudover har Justine løbende støttet projektgruppen med undervisning og supervision.

*Søren Marcussen, Sinne Pedersen, Mathias Rolskov Jakobsen
Center for Familieudvikling, Maj 2022*

Litteratur

- Allen, J. G. & Fonagy, P. (2006). Handbook of mentalization-based treatment. Chichester: Wiley.
- Amato, P.R. & Cheadle, J. (2005). The long reach of divorce: Divorce and child well-being across three generations. *Journal of Marriage and Family*, 67(1), 191-206.
- Amato, P.R. & Keith, B. (1991). Parental divorce and the well-being of children: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 110(1), 25-46.
- Asen, E. & Morris, E. (2020). High-conflict parenting post-separation. Forlaget Routledge.
- Asen, E. & Scholz, M. (2011). Flerfamilieterapi i praksis. København: Hans Reitzels Forlag.
- Buehler, C. & Gerard, J.M. (2002). Marital conflict, ineffective parenting, and children's and adolescents' maladjustment. *Journal of Marriage and Family*, 64, 78-92.
- Dalton, C., Carbon, S. & Olesen, N. (2003). High conflict divorce, violence, and abuse: Implications for custody and visitation decisions. *Juvenile and Family Court Journal*, 54, 11-33.
- Davies, P.T., Winter, M.A. & Cicchetti, D. (2006). The implications of emotional security theory for understanding and treating childhood psychopathology. *Development and Psychopathology*, 18, 707-735.
- Dejour, R. C. T., Marcussen, S., Kristensen, J. K. & Mateskovic, D. L. (2017). KIFF – mødet med skilte forældre. Ledermanual. Center for Familieudvikling.
- Illeris, K. (2012). *Kompetence – Hvad – Hvorfor – Hvordan?* Forlaget Samfundslitteratur.
- Johnson, S. (2019). *Tilknytningsteorien i aktion. Emotionsfokuseret terapi for enkeltpersoner, par og familier.* København: Mindspace.
- Minuchin, S. & Fishman, H. (1981). *Family Therapy Techniques.* Cambridge: Harvard University Press.
- Ordway, A. M., Moore, R. O., Casasnovas, A. F., & Asplund, N. R. (2020). Understanding Vicarious Trauma, Burnout, and Compassion Fatigue in High-Conflict Divorce. *The Family Journal*, 28(2), 187–193.
- Tjersland, O.A. (2011). *Fortsatt Foreldre.* Børne- og Familiedirektoratet, Norge.
- White, M. & Epston, D. (1990). *Narrative Means to Therapeutic Ends.* New York: W. W. Norton.
- Van Lawick, J. & Visser, M (2015). No Kids in the Middle: Dialogical and Creative Work with Parents and Children in the Context of High Conflict Divorces. *Australian and New Zealand Journal of Family Therapy*. 36. 33-50.
- Visser, M. & van Lawick, J. (2021). *Group Therapy for High-Conflict Divorce. The "No Kids in the Middle" Intervention Programme.* Taylor and Francis.
- Øvreeide, H. (2009). *At tale med Børn – metodiske samtaler med børn i svære livssituationer.* Hans Reitzel forlag.
- "Med børnene som våben", vist på TV2 (2022): play.tv2.dk/programmer/dokumentar/serier/med-boernene-som-vaaben



