



## **Fölir skuggar**

Áhrif skilnaðar á börn, ábyrgð foreldra og samfélags

Arnbjörg Edda Kormáksdóttir

**Lokaverkefni til BA-gráðu í félagsráðgjöf  
Háskóli Íslands  
Félagsvísindasvið**



**HÁSKÓLI ÍSLANDS**

**Fölr skuggar**  
***Áhrif skilnaðar á börn, ábyrgð foreldra og samfélags***

Arnbjörg Edda Kormáksdóttir

281288-3429

Lokaverkefni til BA-gráðu í félagsráðgjöf

Leiðbeinandi: Gyða Hjartardóttir

Félagsráðgjafardeild

Félagsvísindasvið Háskóla Íslands

júni 2013

Ritgerð þessi er lokaverkefni til BA gráðu í félagsráðgjöf og er óheimilt að afrita ritgerðina á nokkurn hátt nema með leyfi rétthafa.  
© Arnbjörg Edda Kormáksdóttir 2013

Prentun: Svansprent  
Reykjavík, Ísland 2013

## Útdráttur

Í þessari ritgerð, sem er lokaverkefni til B.A. gráðu í félagsráðgjöf við Háskóla Íslands verður leitast við að skoða áhrif skilnaðar á börn, sem og hugsanleg langtímaáhrif eða viðvarandi áhrif skilnaðar, sem fram geta komið á fullorðinsárum. Í ritgerðinni er einnig tekið mið af ábyrgð foreldra og samfélags gagnvart hagsmunum barna, auk þess hvaða úrræði eru í boði og hvaða félagslegir þættir hafa mest áhrif á líðan barna.

Áður fyrr voru skilnaðir ekki jafn algengir og þeir eru í dag og sýndu eldri rannsóknir fram á að skilnaður hafði almennt neikvæð áhrif á líf barns. Margar seinni tíma rannsóknir vilja þó meina að skilnaður hafi ekki eins slæm áhrif á börn og áður var talið. Í nútíma samfélagi og eftir örar samfélagsbreytingar undanfarinna ára, eru skilnaðir mun algengari enda upplifa á ári hverju um 1000 íslensk börn skilnað. Líklegt er að margir þættir hafi haft áhrif á mismunandi niðurstöður fyrri og seinni tíma rannsókna. Sem dæmi hafa lög, sem tengjast börnum og velferð þeirra, sem og lög um forsjá foreldra, tekið miklum breytingum. Nú er mun algengara að foreldrar fari með sameiginilega forsjá og samvinna skilnaðaraðila virðist í mörgum tilvikum betri en áður. Þannig hafa ekki einungis löginn breyst heldur einnig almennt viðhorf fólks til skilnaða og framkvæmd þeirra.

## Efnisyfirlit

Útdráttur .....	1
Efnisyfirlit .....	2
Töfluskra .....	4
Formáli .....	5
Inngangur .....	6
<b>1 Fjölskyldan og skilnaðir .....</b>	<b>8</b>
1.1 Hvað er fjölskylda? .....	8
1.2 Skilnaðartíðni .....	9
1.3 Afhverju ákveður fólk að skilja? .....	10
1.4 Skilnaður .....	11
<b>2 Skammtímaáhrif skilnaðar .....</b>	<b>13</b>
2.1 Neikvæð áhrif á æsku barns .....	13
2.2 Aldurstengd viðbrögð .....	15
2.3 Sorgarferli eftir skilnað. ....	16
2.4 Fjölskyldutengsl .....	16
2.5 Stjúpfjölskyldur .....	17
<b>3 Langtímaáhrif skilnaðar .....</b>	<b>18</b>
3.1 Sambönd og skilnaðir .....	18
3.2 Kynlíf .....	21
3.3 Áfengi og eituryf .....	21
3.4 Gamlir draumar .....	21
<b>4 Úrræði .....</b>	<b>23</b>
4.1 Að tjá börnum skilnaðinn .....	23
4.2 Enginn blóðrabögull .....	23
4.3 Foreldrasamvinna .....	24
4.4 Búseta .....	25
4.5 Tala við börnin .....	25

<b>5</b>	<b>Ráðgjöf og starf félagsráðgjafa .....</b>	<b>26</b>
5.1.	Heildarsýn .....	26
5.2.	Vistfræðikenningin .....	26
5.3.	Þjónusta og fræðsla .....	27
<b>6</b>	<b>Samfélagið og lagaramminn .....</b>	<b>29</b>
6.1.	Tillaga til breytinga .....	30
6.1.2.	Sáttameðferð.....	30
6.2.	Reynsla foreldra eftir breytingar á lögum. ....	31
6.3.	Stuðningur frá samfélaginu .....	32
6.4.	Markmið og þróun Íslensks samfélags .....	33
<b>7</b>	<b>Niðurstöður .....</b>	<b>34</b>
<b>8</b>	<b>Umræða .....</b>	<b>37</b>
	<b>Heimildarskrá .....</b>	<b>39</b>

## Töfluskra

Tafla 1. Lögskilnaðir alls 1951-2011.....	9
Tafla 2 Alls sambúðarslit og skilnaðir að borð og sæng árið 2006-2010.....	10

## **Formáli**

Ég vil byrja á því að þakka öllum þeim sem hafa veitt mér stuðning og hvatningu við gerð þessarar ritgerðar og þá sérstaklega leiðbeinanda mínum Gyðu Hjartardóttur fyrir góða leiðsögn og uppbyggjandi gagnrýnið mat sem hjálpaði mér heilmikið við skrifin. Einnig vil ég þakka föður mínum Kormáki Bragasyni fyrir yfirlestur, sem og allri minni nánustu fjölskyldu og vinum fyrir hvatningu og stuðning.



## Inngangur

Við gerð þessarar ritgerðar verður notast við íslenskar jafnt sem erlendar heimildir í leit að svörum við rannsóknarspurningum. Heimildir, sem notaðar eru, finnast í gagnaböndum ritrýndra greina en einnig verður notast við bækur og rit fagfólks með sérþekkingu á sviði skilnaðamála og hagsmunamála barna. Sérstaklega verða þó skoðaðar íslenskar rannsóknir, sem gerðar hafa verið á íslenskum börnum, foreldrum þeirra og skráðri reynslu fagfólks í íslenskum veruleika. Einnig er notast við tölfræðilegar upplýsingar frá Hagstofu Íslands. Leitast verður við að skoða afleiðingar skilnaðar, bæði til skamms tíma sem og afleiðingar hans til lengri tíma, meðal annars á fullorðinsárum. Einnig hvað hægt er að gera til að fyrirbyggja neikvæðar afleiðingar skilnaða og hver ábyrgð foreldrana er í þeim efnum. Jafnframt verður einhverju ljósi varpað á ábyrgð samfélagsins og hvernig lögin hafa þróast varðandi stuðning við skilnaðarforeldra og börn þeirra.

Íslenskar rannsóknir hafa sýnt fram á að árlega upplifa yfir 1000 börn á Íslandi skilnað og sum hafa upplifað skilnað foreldra oftari en einu sinni. Frá árinu 1970 urðu skilnaðir algengari á Norðurlöndunum, þar með talið á Íslandi, en þó jókst skilnaðartíðnin hérlandis hægar en í nágrennalöndunum (Sigrún Júlíusdóttir, Jóhanna Rósa Arnardóttir og Guðlaug Magnúsdóttir, 2008).

Í kjölfar aukinna skilnaða jókst áhugi fræðimanna, sem stunduðu fjölskyldurannsóknir, á málefninu. Þar af leiðandi tók fagfólk til við að rannsaka enn frekar áhrif skilnaða á börn. Til dæmis hvaða áhrif þeir höfðu á félagslega þætti, líðan og heilsu barna, en einnig hvaða aðrir þættir gætu mögulega haft áhrif. Þessar rannsókir hafa veitt mönnum betri skilning á því hvað börn upplifa við skilnað og hvaða stuðning þau þurfa á að halda í skilnaðarferlinu (Sigrún Júlíusdóttir og Sólveig Sigurðardóttir, 2011).

Að ganga í gegnum skilnað getur verið afar erfitt fyrir þá einstaklinga sem í hlut eiga. Oftar en ekki upplifir fólk brostna drauma og/eða viðteknar væntingar varðandi samvistir við maka. Draumar um að deila lífinu með öðrum einstaklingi, mynda fjölskyldu og lifa fjölskyldulífi verða að engu. Flestir einstaklingar stofna til sambands með þá hugmynd að leiðarljósi að það muni endast út æfina (Álfheiður Steinþórsdóttir og Guðfinna Eydal, 2007). Skipbrotið getur því verið stórt og hefur af sálfræðingum oft verið talið eitt af því erfiðasta, sem einstaklingur gengur í gegnum á lífsleiðinni, jafnvel eitthvert mesta áfall, sem hægt er

að upplifa. Einungis dauðsfall maka reiknast sem meira áfall og því getur skilnaður valdið mikilli og langvarandi vanlíðan, sem margir hverjir eiga erfitt með að vinna sig út úr. Samtímis er mikilvægt að hafa það í huga að skilnaður getur og er oft afar erfiður fyrir börn þeirra foreldra sem skilja. Börn upplifa oft miklar breytingar við skilnað foreldra og geta upplifað alvarlegt áfall enda álagið á þau afar mikið. Þær breytingar, sem oft koma í kjölfar skilnaðar, eru til dæmis þær að annað foreldrið flytur út, börnin flytja á annað heimili, minni og oft á tíðum minnkandi samskipti við annað foreldrið og svo framvegis. Þessar breytingar geta haft ýmis áhrif á tilfinningalíf barnsins, sem getur leitt til hegðunarvandamála, óöryggis og einbeitingarskorts í námi svo eitthvað sé nefnt (Sigrún Júlíusdóttir og Sólveig Sigurðardóttir, 2011).

Mikilvægt er að hafa í huga að í nútíma samfélagi eru skilnaðir mun algengari en áður. Engu að síður eru foreldrar mun betur upplýstir um afleiðingar skilnaðar á börn. Ef foreldrar eru meðvitaðir um áhrif skilnaðar á barnið eða börnin og vanda til þess hvernig að honum er staðið, eru minni líkur á að hann hafi neikvæðar afleiðingar á þau. Mikilvægast er að hagsmunir barnsins eða barnanna séu hafðir að leiðarljósi, til dæmis með því að komast að samkomulagi um samskipti og samvistir foreldra við börnin. Hins vegar getur skilnaður einnig verið til góðs fyrir börn sem upplifað hafa afar neikvæð samskipti foreldra. Skilnaðurinn getur jafnvel verið þeim léttir eða frelsun frá þrúgandi heimilisaðstæðum. Með hagsmuni barnsins í huga getur því í mörgum tilvikum skilnaður verið betri lausn en tilvist í óhamingjusamri og niðurbjótandi fjölskyldu þar sem þau í mörgum tilvikum eru notuð sem afsökun fyrir sambúðinni (Sigrún Júlíusdóttir og Sólveig Sigurðardóttir, 2011).

Á meðan skilnaður stendur yfir geta foreldrar í sumum tilfellum átt erfitt með að hlúa að börnum sínum vegna eigin vanlíðunar og erfiðleika í glímunni við breyttar aðstæður. Það er stundum ekki fyrr en þau eru búin að vinna úr sínum eigin málum að þau geta aftur einbeitt sér að börnunum og sinnt þeirra þörfum. Samfélagslegur stuðningur við skilnaðarfjölskyldur er því afar mikilvægur sem og utanaðkomandi aðstoð við bæði börnin og foreldrana. Tilfinningalegur vandi skilnaðarbarna og foreldra þeirra verður oft samfélagslegur vandi, sem smitar frá sér í vinnu, skóla og almennt út í samfélagið (Benedikt Jóhannson, 2004).

## 1 Fjölskyldan og skilnaðir

Samkvæmt gríska heimspekingnum Aristótelesi gegnir fjölskyldan því mikilvæga hlutverki að vera frumhópur einstaklings. Engin stofnun eða hópamyndun innan samfélagsins nær því hlutverki betur en fjölskyldan. Fjölskyldur eru mikilvægar fyrir öll samfélög hvort sem litið er til efnahags- eða félagslegra þátta. Fyrr á tímum höfðu hjónabönd án barna bæði minna siðferðis- og félagslegt gildi innan samfélagsins og slíkum fjölskyldum þótti erfitt að treysta, sem efnahagslegri stofnun. Fjölskyldan var álitin stofnun, sem hafði skyldur og ábyrgð og því var oft mikilvægara fyrir fólk að einfaldlega giftast frekar en hverjum það giftist. Í nútíma samfélagi hafa form og gildi fjölskyldunnar breyst mikið og er fólk ekki lengur jafn háð því að haldast í sambúð eða hjónabandi. Skilnaðir eru því mun algengari en áður fyrr (Sigrún Júlíusdóttir, 2001).

### 1.1 Hvað er fjölskylda?

Á Íslandi finnst ekki nein lagaleg skilgreining á því hvað fjölskylda er og hvaða meðlimir séu innan hennar. Sú fræðilega skilgreining eða viðmið sem stuðst er við í þessari ritgerð er; „Fjölskyldan er hópur einstaklinga sem á sameiginlegt heimili þar sem þeir deila tómsfundum, hvíld, tilfinningum, efnahag, ábyrgð og verkefnum. Meðlimir eru oftast fullorðnar manneskjur af báðum kynjum, eða einstaklingur ásamt barni eða börnum (þeirra). Þeir eru skuldbundnir hvorum öðrum siðferðilegra gagnkvæmri hollustu“ (Valgerður Halldórsdóttir, 2012). Það eru þó ef til vill ekki allir fræðimenn sammála þessari skilgreiningu. Miklar breytingar, sérstaklega í vestrænum löndum, hafa átt sér stað í seinni tíð á samsetningu fjölskyldunnar og eru þær eins mismunandi í dag og þær eru margar (Newman og Grauerholz, 2002).

Í rannsóknum, fræðiritum og fræðibókum má oft sjá hugtakið kjarnafjölskylda og er það samkvæmt íslensku orðabókinni algengt fjölskylduform og telst fólk tilheyra kjarnafjölskyldu þegar foreldrar búa saman með börnum sínum, sem eru undir 18 ára aldri (Mörður Árnason, 2002).

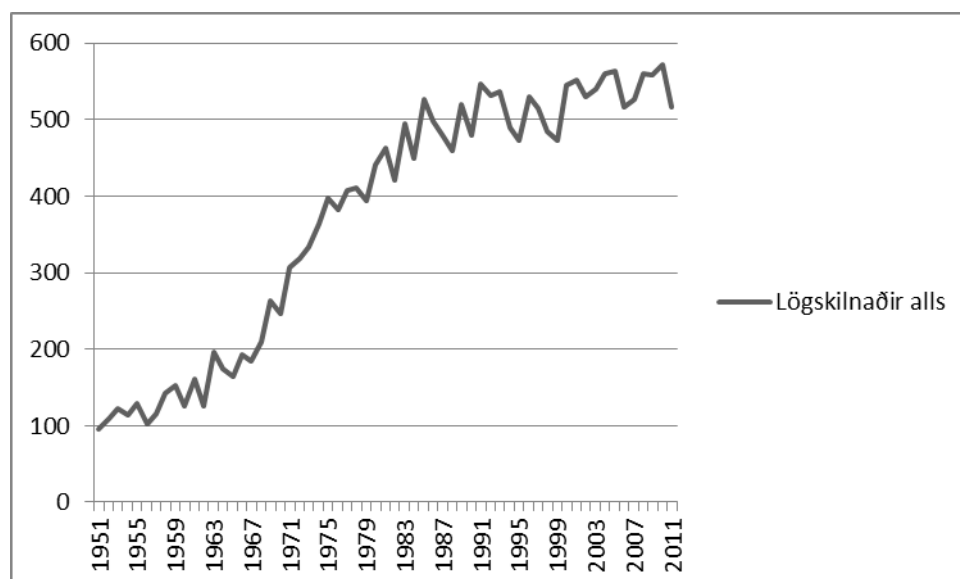
Margskonar og ólík samfélög leiða augljóslega til mismunandi fjölskyldugerða. Það er mismunandi eftir þjóðerni, samfélagsgerð og jafnvel einstaklingum hvað flokkast sem fjölskylda. Gildi fjölskyldunnar virðast einnig vera mismunandi eftir samfélögum og það er í dag mjög algengt í „þróuðum samfélögum“ að þör slíti samvistum eða skilji þegar erfiðleikar koma upp í stað þess að halda sambandinu eða hjónabandinu áfram. Fólk lítur sem sagt á skilnaði sem lausn sem það gerðir ekki fyrir á tíðum (Newman og Grauerholz, 2002).

## 1.2. Skilnaðartíðni

Frá árinu 1950 tóku skilnaðir að færast í aukana í „þróuðum ríkjum“. Þessa þróun má meðal annars tengja ákveðnum samfélagsbreytingum til dæmis því að konur hófu aukna þátttöku á atvinnumarkaði og urðu fjárhagslega sjálfstæðar. Af því leiddi aukið félagslegt sjálfstæði kvenna samtímis sem einstaklingshyggja varð meira áberandi. Jafnframt dró úr áhrifum trúarbragða sem áður voru ekki hliðholl skilnuðum (flest ekki enn) og lagaumhverfið breyttist á þann veg að fólk fékk heimildir til að skilja og ákvæði um forsjá barna var leitt í lög (Sigrún Júlíusdóttir, 2001).

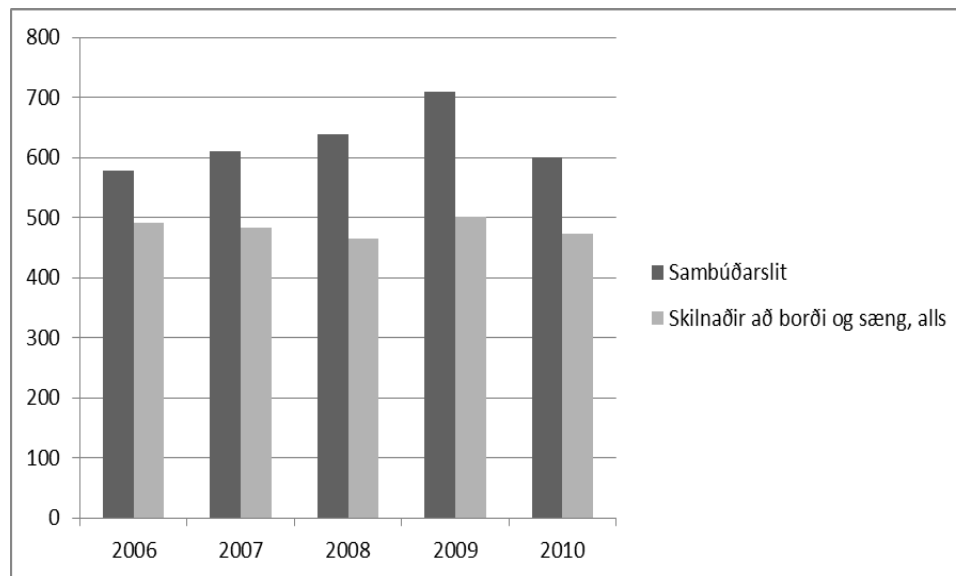
Ljóst er að Ísland sker sig ekki úr í þessum efnum og má sjá samkvæmt tölum Hagstofu Íslands að skilnaðartíðni hefur aukist hérlandis frá árinu 1951 en þá slitu alls 501 pör hjúskap og þar af 96 með lögskilnaði. Hinsvegar slitu 1271 pör hjúskap árið 2011 og lauk 516 þeirra með lögskilnaði (Hagstofa Íslands, e.d.-a).

Tafla 1. Lögskilnaðir alls 1951-2011



Þá hafa tölur Hagstofu Íslands sýnt fram á það að pör sem eru skráð í sambúð eru líklegri til að slíta sambúð en þeir sem að skilja. Það sama kom í ljós í rannsókn Sigrúnar Júlíusdóttur (2008) að algengara væri að fólk í sambúð sliti samvistum heldur en fólk sem hafði gift sig. Þá sýna tölur Hagstofunar að á árunum 2006-2010 slitu alls 3137 pör sambúð (Hagstofa Íslands, e.d.-b) meðan að 2416 pör skildu að borði og sæng samkvæmt Hagstofu Íslands (Hagstofa, e.d.-c).

**Tafla 2 Alls sambúðarslit og skilnaðir að borð og sæng árið 2006-2010**



### 1.3. Afhverju ákveður fólk að skilja?

Ákvörðun um að skilja við maka sinn er líklegast mun erfiðari en sú að giftast eða hefja sambúð með honum. Uppspretta skilnaðar liggur sjaldnast hjá báðum einstaklingunum samstímis. Oftast byrjar þetta með óánægju annars aðilans í sambandinu sem eykst svo með tímanum. Mismunandi er hve lengi óhamingjan eða óánæjan stendur yfir þar til að einstaklingur ákveður að sækjast eftir skilnaði. Þetta tímabil getur verið allt frá vikum, mánuðum eða jafnvel upp í mörg ár. Hjónabandsrjúg snúast í mörgum tilvikum um að koma sök á makann. Allt, sem er ómögulegt í sambandinu, er makanum að kenna (Carter og McGoldrick, 2005). „Skilnaðarvakinn“ reynir að stimpla makann sem sökudólg, þann sem í raun er valdur að skilnaðinum. Þessi tími í skilnaðarferlinu getur verið afar streituvaldandi og þá sérstaklega fyrir börn sem verða vitni að ferlinu. Ekki er óalgengt að foreldrar láti reyna á

sambandið í lengstu lög vegna barnanna og skilja ekki eða fresta skilnaðinum þar til börnin eru orðin eldri. Hinsvegar vilja hjónabandsráðgjafar meina að það sé í flestum tilfellum verra fyrir börnin þar sem að erfitt er að fela streitu og óhamingju til lengri tíma. Líklegra er að spenna og vanlíðan myndist á heimilinu sem börnin skynja auðveldlega og líða fyrir (Carter og McGoldrick, 2005).

#### 1.4. Skilnaður

Að ganga í gegnum skilnað eða sambandsslit getur verið afar sárt fyrir þá einstaklinga, sem hlut eiga að máli. Skilnaðurinn hefur oftast en ekki áhrif á nánasta umhverfi viðkomandi einstaklinga, sérstaklega börn þeirra (Benedikt Jóhannsson, 2004). Skilnaður getur verið bæði léttir jafnt sem áfall fyrir börn, enginn skilnaður er eins og fer það eftir fjölskyldum, einstaklingum og persónulegum viðmiðum hvernig hann fær á hvern og einn. Hvort sem skilnaður virkar sem léttir eða áfall þá fylgja honum alltaf breytingar og álag á daglegt líf. Öll börn bregðast á einhvern hátt við skilnaði en það er mjög misjafnt hve lengi þau sýna þessi viðbrögð eftir skilnað. Hér er enn og aftur samstarf foreldra bæði fyrir og eftir skilnað lykilatriði að því hvernig til tekst (Álfheiður Steinþórsdóttir og Guðfinna Eydal, 2007). Áður fyrr var algengt að talað væri um skilnaði á neikvæðan hátt. Mögulega var það vegna þess að skilnaðir voru óalgengir og samfélagslega óæskilegir. Í mörgum tilfellum voru skilnaðir í minni samfélögum rót illis umtals og félagslega afar erfiðir þeim sem í þeim stóðu, sérstaklega fyrir konur. Enn þá má í dag heyra harðorðar skoðanir um skilnaði og þær neikvæðu afleiðingar sem hann getur haft á börn (Benedikt Jóhannsson, 2004).

Sálfræðingurinn Contance Ahrons gerði langtímarannsókn á 98 fjölskyldum til að kanna líf þeirra eftir skilnað. Við gerð rannsóknarinnar varð hún vör við það að sumir einstaklingar höfðu ýmsar neikvæðar skoðanir varðandi skilnað og finnst henni mikilvægt að breyta þeirri neikvæðu umfjöllun. Þær neikvæðu staðhæfingar, sem hún heyrði varðandi skilnað, voru til dæmis að skilnaður bindur enda á fjölskylduna, skemmi börnin, sé afbrigðilegur og sé ráðgáta sem valdi mikilli ógæfu (Álfheiður Steinþórsdóttir og Guðfinna Eydal, 2007). Ahrons telur að fyrirbyggja meigi neikvæða umfjöllun með því að endurorða hlutina og tala um skilnað á jákvæðari hátt. Hennar hugmyndir varðandi staðhæfingarnar hér að framan er til dæmis að við skilnað þarf að skilgreina fjölskylduna upp á nýtt. Börn sem

eiga tvær fjölskyldur eru jafn heilbrigð og þau sem búa með foreldrum sínum. Tala á um skilnað sem eðlilegan hlut og að skilnaður getur verið fyrirsjáanlegur. Skilnað má skipuleggja þannig að hann valdi fjölskyldunni sem minnstum erfiðleikum (Álfheiður Steinþórsdóttir og Guðfinna Eydal, 2007). Í niðurstöðum fyrri tíma rannsókna kom gjarnan fram að skilnaður hafði verulega neikvæðar afleiðingar í för með sér fyrir börn. Þessar rannsóknir og niðurstöður lituðu viðhorf um umræður um skilnaði. Niðurstöður nýlegri rannsókna benda hins vegar til að neikvæðar afleiðingar skilnaðar séu ef til vill ekki jafn slæmar eða algengar og áður var talið. Engu að síður þykir ljóst að skilnaður getur oft haft alvarlega neikvæðar afleiðingar í för með sér (Rosamond, 1989).

Ef börn ganga í gegnum erfiðan skilnað og verða fyrir miklu tilfinningalegu áfalli er líklegt að skilnaðurinn hafi viðvarandi neikvæðar afleiðingar, bæði neikvæðar afleiðingar í æsku og í versta falli til langs tíma. Skilnaðurinn getur skilið eftir sár, sem hafa afgerandi áhrif á fullorðinsárum. Stundum kemur það þó ekki í ljós fyrr en viðkomandi einstaklingar stefna á náið samband með öðrum aðila (Ottaway, 2010).

Til að koma í veg fyrir neikvæðar afleiðingar skilnaða á börn er mikilvægt að foreldrar setji börnin í forgrunn og taki tillit til hagsmuna þeirra, sem dæmi er mikilvægt að foreldrar ræði skilnaðinn við börnin og upplýsi þau um hvaða breytingar muni eiga sér stað eftir skilnaðinn. Það er mikilvægt að þau skilji það sem fram fer og geta þar af leiðandi betur sætt sig við orðinn hlut. Jafnframt er mikilvægt að árétta að skilnaðurinn sé ekki þeim að kenna og losa þau undan ábyrgð og samviskubiti, sem oft hrjái skilnaðarbörn. Ljóst er að rannsóknir sýna að börn hugsa hlutina öðruvísi en fullorðnir og oft á tíðum taka ábyrgð á hlutum sem ekki eru þeirra. Stundum vantar börnin ítrekað að fá staðfestingu á því að þau séu elskuð og að báðir foreldrarnir séu enn þá til staðar. Viðbrögð barna eru að sjálfsögðu mismunandi eftir aldri og skilningsgetu og því er mikilvægt að foreldrar taki tillit til þroska barnsins þegar rætt er við það (Valgerður Halldórsdóttir, 2012).

## 2 Skammtímaáhrif skilnaðar

Sálfræðingarnir Álfheiður Steinþórsdóttir og Guðfinna Eydal vilja meina eftir reynslu úr starfi sínu með börnum að fæst börn óski þess að foreldrar þeirra skilji. Þrátt fyrir að börn verði vitni af erjum milli foreldra sinna og finni fyrir spennu inn á heimilinu þá eru mörg þeirra tilbúin að líta fram hjá því svo lengi sem að foreldrarnir séu áfram saman og engar raskanir verði innan fjölskyldunnar (Álfheiður Steinþórsdóttir og Guðfinna Eydal, 1986). Skilnaður reynist börnum í flestum tilvikum afar erfiður og ganga mörg þeirra í gegnum erfitt sorgarferli eftir skilnað. Þá upplifir hluti barna ákveðna afneitun, þar sem þau vilja trúa því að foreldrar þeirra muni taka saman á ný og þau horfast ekki í augu við orðinn hlut. Einnig finna mörg þeirra fyrir reiði og þau reyna að finna blóðraböggul, sem þau ásaka fyrir skilnaðinn (Benedikt Jóhannsson, 2004). Sálfræðilegar afleiðingar skilnaðar fyrir börn geta því verið margkonar og skiptir þar bæði persónuleiki og ýmsir umhverfislegir þættir (til dæmis félagsleg viðhorf í nánasta umhverfi) miklu um viðbrögð þeirra (Rosemond, 1989).

### 2.1. Neikvæð áhrif á æsku barns

Niðurstöður margra rannsókna hafa sýnt að skilnaður getur haft neikvæð áhrif á æsku og unglingsár barns. Talið er að börn, sem hafa upplifað skilnað, séu líklegri til að upplifa erfiðleika í lífinu frekar en önnur börn.

Árið 2004 var lögð könnun fyrir börn í grunnskólum Íslands til að athuga líðan þeirra í skólanum. Könnunin var nefnd „Börnin í borginni“. Niðurstöður hennar voru þær að þau börn, sem bjuggu hjá föður sínum einum voru daprari og kvíðafyllri en önnur börn. Þau virtust einnig verða oftari fyrir stíðni og gjarnan skilin útundan af samnemendum sínum. Ekki er þó hægt að alhæfa út frá niðurstöðu þessarar rannsóknar á þann veg að það sé slæmt fyrir börn að búa hjá föður sínum. Rannsóknin náði til mjög fárra einstaklinga, sem þannig var ástætt fyrir og gefur því eingöngu mynd af þeim en segir ekkert um aðra sem búa hjá föður sínum einum. Einnig má benda á að erfiðleikar þessara barna geta átt rætur í því að móðir þeirra er í erfiðri stöðu eftir skilnaðinn og það getur ýtt undir vanlíðan hjá börnunum (Benedikt Jóhannsson, 2004). Niðurstöður könnunarinnar sýndu einnig að börn sem bjuggu



hjá einstæðri móður voru líklegri til að standa sig síður í skóla og gátu átt í erfiðleikum með samskipti við önnur börn. Þá sýndu niðurstöður rannsóknarinnar meðal annars fram á að drengir, sem eru félagslega vel staddir, eru ef til vill betur settir hjá föður sínum með þá karlmannsímmynd, sem þeir þurfa. Hana fá síður þeir drengir sem búa með einstæðri móður. Einnig virtist feðrum oft ganga betur að aga syni sína en mæðrunum. Fram kom í könnuninni að mörg þeirra barna, sem sækja sálfræðipjónustu í grunnskólum, hafa upplifað skilnað foreldra og þurfa þau stundum frekar á sálfræðiaðstoð að halda en önnur börn. Jafnframt virðist sem skilnaður hafi alltaf áhrif á líf barns, þar sem að róttækar breytingar á lífi þess eru nánast óhjákvæmilegar. Því meiri sem breytingarnar eru, því erfiðara getur verið fyrir barnið að ganga í gegnum skilnaðinn (Benedikt Jóhannson, 2004).

Samkvæmt niðurstöðum úr rannsókn sem Sigrún Júlíusdóttir og fleirri gerðu árið 2008 kom fram að ýmsir áhættuþættir gætu verið til staðar við skilnað sem gætu leytt til neikvæðra afleiðinga. Sigrún skipti þáttunum niður í þrjá flokka. Fyrsti þátturinn snýr að fjölskyldunni og tengist fjármálum, umhverfi og félagslegum aðstæðum. Ef það foreldri, sem fer með forsjá barns og eða er með lögheimilið hjá sér, upplifi þrengingar í fjárhagsmálum, getur það haft neikvæðar afleiðingar í för með sér. Ef það foreldri, sem barnið býr hjá, hefur úr minna fé að spila úr getur það í vissum tilfellum komið niður á barninu. Í öðru lagi getur það haft neikvæð áhrif á fjölskyldutengsl. Samskiptin verða ef til vill meiri við annað foreldrið og fjölskyldu þess en minni við hitt og þá fjölskyldu. Það er einnig algengt að barnið missi samband við fleiri í fjölskyldunni svo sem ömmu og afa eða frændsystkini þess foreldris, sem það býr ekki hjá. Í þriðja lagi getur það haft neikvæð áhrif á barn ef staða þess og hlutverk innan fjölskyldunnar breytist. Algengt er að börn sem búa hjá einstæðu foreldri þurfi að taka meiri ábyrgð mun fyrir (í raun allt of snemma) en önnur börn. Ætlast er til þess að barnið sé sjálfstæðara og bjargi sér sjálft á margan hátt. Algengast er að börn flytji með móður sinni og getur það leitt til þess að þau börn búa við lakari lífskjör, þar sem að konur hafa enn þá oftast lægri tekjur en karlar. Mörg börn finna fyrir skilnaðinum fjárhagslega og einnig er algengt að þau flytji í síðra húsnæði (Sigrún Júlíusdóttir o.fl., 2008).

Þá kom fram í rannsókn sem gerð var af John Rosemond, að drengir ættu stundum erfiðara með að aðlagast eða sættast við skilnað foreldra sinna en stúlkur. Hann vildi einnig meina að þeir sýndu meiri streitumerki og væru líklegri til að taka upp óæskilega hegðun fremur en stúlkurnar. Hann taldi að það gæti verið vegna þess að flest börn fylgja oftast móður sinni eftir skilnað og velti því fyrir sér hvort að það gæti verið betra fyrir drengi að

fylgja föður sínum og hafa áfram karlmannsímynd í lífi sínu. Hann vildi samtímis meina að þetta ætti einnig við um stúlkur sem flyttu til föður síns eftir skilnað en þó væru færri dæmi um það. Samtímis taldi hann að þessi viðbrögð væru aldurstengd og persónubundin (Rosemond, 1989).

## 2.2. Aldurstengd viðbrögð

Lítill börn sýna stundum óttaviðbrögð eftir skilnað, fer aftur í þroska og vilja að foreldrar þeirra hugsi um sig lýkt og lítið barn. Þau verða oft afar krefjandi á foreldra sína, vilja til dæmis láta halda á sér og eiga erfitt með að sjá af foreldrinu þó ekki sé nema litla stund. Börn undir þriggja ára aldri sýna oft lítinn skilning á skilnaðinum sjálfum en sýna þó stundum einkenni streitu og spennu. Þau bregðast þá aðalega við vanlíðan foreldra sinna og finna það stundum á sér að ekki er allt með felldu. Leikskólabörn á aldrinum þriggja til sex ára túlka hlutina gjarnan út frá sjálfum sér og eiga það til að sýna óöryggi og hræðslu. Í ljósi þess geta börn á þessum aldri sundum kennt sjálfum sér um skilnaðinn og talið að foreldrar þess séu að skilja vegna þess að þau hafi kannski verið svo erfið eða óþekk. Börnin sýna þetta óöryggi bæði í leikskólanum og heima fyrir. Þá eiga börn á grunnskólaaldri það til að sýna mjög hörð viðbrögð gagnvart skilnaðinum og geta upplifað sorg og kvíða. Þegar börn upplifa andlega vanlíðan þá eiga þau til að fá líkamleg einkenni lýkt og maga- og höfuðverk, svefntruflanir og í sumum tilfellum koma ýmsir hegðunarerfiðleikar í ljós. Þá fá sum þeirra aðskilnaðarkvíða og vilja ekki fara í skólann heldur einungis vera með foreldrum sínum. Stálpuð börn geta oft á tíðum varið sig betur gegn breytingum sem fylgja skilnaði og eru oftast upptekin af skóla- og félagsstarfi. Þrátt fyrir það geta þessi börn sýnt líkamleg einkenni vegna breytinganna lýkt og til dæmis höfuð- og magaverki. Börn á aldrinum sex til tólf ára geta átt það til að taka meira inn á sig líðan foreldra sinna frekar en börn á öðrum aldri og eru viðkvæm fyrir því að verða vitni af vanlíðan foreldra sinna. Þau geta því í sumum tilfellum orðið upptekin af því að reyna að fá foreldra sína til að taka saman aftur með ýmsum aðferðum. Unglingar geta verið mjög viðkvæmir fyrir skilnaði foreldra sinna þar sem þau eru sjálf að upplifa miklar breytingar í lífi sínu bæði andlega og líkamlega (Álfheiður Steinþórsdóttir og Guðfinna Eydal, 2007). Foreldrar ætlast í sumum tilfellum til að þau taki meiri ábyrgð, sem í mörgum tilfellum þau ráða ekki við. Unglingar finna gjarnan fyrir sorg og söknuði og í verstu tilfellum geta þau fest

sig í biturleika og reiði. Hinsvegar eru dæmi um unglunga, sem ná að nýta skilnaðinn á uppbyggjandi hátt og verða þroskaðri og sjálfstæðari eftir lífsreynsluna (Álfheiður Steinþórsdóttir og Guðfinna Eydal, 2007).

### **2.3. Sorgarferli eftir skilnað.**

Eftir skilnað upplifa börn stundum mikla sorg og fara í gegnum sorgarferli. Fyrsta stig ferlisins felst oft í afneitun, og eru þau viðbrögð eðlileg við nánast sérhverjum missi. Börn vilja stundum halda lengi í þá trú að foreldrar þeirra ætli og vilji vera saman áfram og neita að trúa því að þau séu að skilja. Þá er annað stig ferlisins reiði og ósætti. Börn verða reið og vilja finna sökudólg til að kenna um skilnaðinn. Þá geta þau átt það til að sýna árásarhneigð, orðið snögg pirruð og ólíðleg við foreldra sína og aðra. Þriðja stig sorgarinnar er samningsstig. Þá reyna börnin að komast að samkomulagi við umhverfið sitt, bæði guð og menn til að hafa áhrif á skilnaðinn. Með því kaupa þau sér tíma og reyna að koma í veg fyrir sorgina og sársaukan, sem fylgir skilnaðinum. Fjórða stigið einkennist af þunglyndi. Á því stigi hafa börn oftast áttað sig á því að foreldrarnir eru að skilja og því að það er ekkert sem þau geta gert til að breyta þeirri staðreynd. Þessari uppgötvun getur fylgt mikil sorgartilfinning, sem telst eðlileg við missi og eftirsjá. Það er mikilvægt að börn fái að syrgja samband foreldra sinna og tíma til að sættast við þær breytingar sem eiga sér stað á högum fjölskyldunnar. Foreldrar, sem hvetja börn sín til að vera jákvæð yfir skilnaðinum, eru oftast en ekki sjálf í erfiðri baráttu við tilfinningar sínar og þá fremst þá sorg sem sambandsslitin framkalla. Fimmta eða lokastiginu lýkur með viðurkenningu eða sátt. Þá er barnið að vinna úr sorginni og komast yfir skilnaðinn. Það getur tekið allt að mörgum vikum upp í nokkur ár fyrir barn að sætta sig við skilnað foreldra sinna. Ef foreldrið er lengi að sætta sig við skilnaðinn er líkleggra að barnið verði einnig lengur að syrgja (Valgerður Halldórsdóttir, 2012).

### **2.4. Fjölskyldutengsl**

Í íslenskri rannsókn eftir Sigrúnu Júlíusdóttur og fleiri, sem gerð var árið 2008, á ungmennum, sem upplifað höfðu skilnað foreldra sinna var kannað hvaða fjölskyldumeðlimi þau teldu vera sína allra nánustu. Samkvæmt niðurstöðu hennar töldu 95% þeirra að móðir

þeirra væri þeim nánust og mun óalgengara að þau nefndu föður sinn. Þau börn sem bjuggu ekki með föður sínum töluðu sum hver einungis við föður sinn einu sinni í viku auglits til auglits og önnur sjaldnar en vikulega í síma. Niðurstöður rannsóknarinnar sýndu einnig að skilnaðarbörn töluðu almennt minna við foreldra sína en þau börn sem ekki höfðu upplifað skilnað. Einnig virtust börn vera í minni samskiptum við föðurömmu og föðurafa en móðurföður og móðurömmu. Jafnframt kom í ljós samkvæmt umræddri rannsókn að skilnaðarbörn upplifðu tengsl við ömmur sínar sem fjarlægari en önnur börn (Sigrún Júlíusdóttir o.fl., 2008).

## 2.5. Stjúpfjölskyldur

Eftir skilnað er ekki óalgengt að annað foreldri fari inn í nýtt samband og getur sú breyting jafnt verið jákvæð sem neikvæð fyrir börnin. Ef of miklar breytingar eiga sér stað á skömmum tíma þá getur tekið lengri tíma og verið erfiðara að aðlagast þeim (Valgerður Halldórsdóttir, 2012).

Í bandaríksri langtímarannsókn sem gerð var af Wallerstein kom í ljós að sum börn elskuðu og virtu stjúpforeldra sína meira en sína líffræðilegu foreldra en þó virtust tilfinningaböndin allrei verða samskonar og þau höfðu gagnvart sínu líffræðilega foreldri. Til dæmis fannst þeim mjög vænt um stjúpforeldra sína en þau höfðu ekki áhyggjur eða vorkenndum þeim lýkt og þau gerðu gagnvart líffræðilegu foreldri sínu. Í niðurstöðum rannsóknar Wallerstein tekur hún dæmi um ungan mann. Sá sagði að stjúpfaðir hans hefði verið að öllu leiti fullkominn en hann gæti allrei komið í stað allvöru föður hans eða tekið í burt sársaukann sem hann fann í garð föður síns. Wallerstein vildi með því meina að börn eru út lífið mjög trú raunforeldrum sínum hvort sem það varðar ást, reiði eða þjáningar (Wallerstein, Lewis og Blakeslee, 2000).

### 3 Langtímaáhrif skilnaðar

Í þessum kafla verður fjallað um langtíma afleiðingar skilnaðar og einkum notast við rannsókn gerða af af Judith Wallerstein. Hún er þekkt fyrir rannsóknir sínar á afleiðingum skilnaða til lengri eða skemmri tíma. Árið 2000 kynnti Wallerstein langtímarannsókn, sem staðið hafði yfir í 25 ár, þar sem hún fylgdist með 7 skilnaðarbörnum frá því að foreldrar þeirra skildu og til fullorðinsára. Wallerstein lagði áherslu á að leita eftir hvaða áhrif skilnaðurinn hefði á ástarsambönd þessara einstaklinga og hvort að skilnaðurinn eða hvernig að honum var staðið hefði áhrif á aðra þætti í lífi þeirra (Wallerstein o.fl. , 2000).

Einnig verður notast við grein eftir Amber J. Ottaway sem er samantekt rannsókna á langtíma afleiðingum skilnaðar og er þar lögð sérstök áhersla á að skoða áhrif skilnaðar á nánin sambönd í framtíðinni hjá einstaklingum sem hafa upplifað skilnað í æsku (Ottaway, 2010).

#### 3.1. Sambönd og skilnaðir

Rannsóknir hafa sýnt fram á að barn, sem upplifir skilnaði í æsku getur orðið fyrir neikvæðum langvirkum afleiðingum á fullorðinsárunum og þá sérstaklega í tengslum við nánin sambönd við aðrar manneskjur (Ottaway, A.J. , 2010).

Wallerstein kemst að sömu niðurstöðu og vill meina að afleiðingar skilnaðar komi fyrst almennilega í ljós á fullorðinsárunum þegar kemur að því að einstaklingar fari að velta fyrir sér að hefja ástarsamband. Þeir finna gjarnan fyrir óöryggi og kvarta undan því að hafa enga fyrirmynd af hamingjusömu hjónabandi og viti í raun ekki hvað þau sjálf vilja fá úr sínu sambandi. Hins vegar virðast börn, sem upplifa foreldra sína hamingjusama eftir skilnað, líklegri til að líða og farnast betur á fullorðinsárunum en þau sem verða vitni af óhamingju og reiði foreldra sinna (Wallerstein o.fl. , 2000).

Mögulegt er að þeir einstaklingar, sem upplifað hafi skilnað hafi aðra sýn á nánin sambönd og eigi stundum erfitt með að mynda djúp tengsl. Ein af ástæðum þess getur verið sú að þeir hafa oft á tíðum beinlínis ekki trú á langtímasamböndum líkt og flestir þeir, sem ekki hafa upplifað skilnað. Þeim finnst einhvern veginn líklegt að sambandið muni enda með

skilnaði, eins og að það sé hinn eðlilegi farvegur sambanda (Ottaway, 2010). Með þessu móti er hægt að segja að skilnaður í æsku getur ýtt undir vantrú fólks á nán sambönd á fullorðinsárum. Í sumum tilfellum er mögulegt að þeir einstaklingar, sem upplifa skilnað foreldra, hafi laka eða ranga fyrirmynd af ástarsambandi. Þeir hafa ef til vill skilið illa hvað um var að vera meðan á skilnaðarferlinu stóð og skort verulega aðstoð utanaðkomandi til að glíma við eigin tilfinningar og þær breytingar sem voru að eiga sér stað í lífi þeirra (Ottaway, 2010).

Þrátt fyrir að skilnaðarbörn geti átt í meiri erfiðleikum með að fara í náið samband á fullorðinsárum frekar en aðrir einstaklingar þá virðast þau þó sækjast meira eftir því heldur en aðrir. Niðurstöður rannsókna hafa sýnt fram á að það sé líklegt að þau séu að leita eftir ást, umhyggju og nánd sem að þau fengu ekki frá fjölskyldu sinni vegna skilnaðarins (Ottaway, 2010).

Í bandaríksri rannsókn, sem gerð var af Mullett & Stolberg árið 2002, á skilnaðarbörnum kom í ljós að kynjamunur virðist vera til staðar þegar kemur að því að fara í samband á fullorðinsárunum hjá þeim einstaklingum sem upplifað hafa skilnað í æsku.

Kona, sem upplifað hefur skilnað er líklegri til að þróa með sér óöryggi á fullorðinsárunum og þá sérstaklega þegar kemur að því að fara í náið samband með karlmanni. Ástæðan virðist liggja í því að oft missa stúlkur samband við föður sinn eftir skilnað. Þær upplifa við það höfnun af hálfu karlmanns (föður), sem gerir það að verkum að seinna meir upplifa þær óöryggi gagnvart maka sínum á fullorðinsárunum. Þær konur sem upplifa þessa höfnun virðast þó oft á tíðum leita frekar eftir því að komast í náið samband við karlmann þrátt fyrir óttann við endurtekna höfnun (Ottaway, 2010). Wallerstein komst að svipuðum niðurstöðum með lagtímarannsókn sinni. Hún vildi meina að sum börn, sem upplifað hafi skilnað, velji sér maka síður út frá ást heldur leyfi þau stundum makanum að velja sig og láta sér nægja að eiga maka sem að sýnir þeim ást og öryggi. Þá hefur Wallerstein það eftir konu, sem tók þátt í langtímarannsókn hennar, að hún hefði ákveðið að vera með maka sínum vegna þess að hún var viss um að hann myndi aldrei fara frá sér. Henni þótti öryggi í því þar sem að hún vildi ekki enda ein eins og foreldrar sínir eða vera ein yfir höfuð (Wallerstein o.fl., 2000). Einnig vildu Mullett & Stolberg meina að karlar, sem upplifað hafa skilnað foreldra í æsku, forðast oft náið samband og gifta sig síður en menn sem ekki hafa upplifað slíkt. Þeir virðast þá líka oft passa sig á að halda sig í hæfilegri fjarlægð frá maka sínum til að mynda ekki of mikla nánd. Oft verður þessi fjarlægð eða varkárni karlmannsins

gagnvart maka þeirra til þess að konan reynir enn frekar að komast í tæri við hann eða nær honum. Það gerir hins vegar oft að verkum að maðurinn endar með að draga sig enn meir í hlé. Þessi togstreita leiðir oft til samskiptaörðuleika á milli parsins, sem getur endað í vítahring og að endingu með skilnaði. Bæði kynin virðast geta átt erfitt með að leysa úr árekstrum og ágreiningi í sambandi sínu við maka og hafa minni hæfileika til að takast á við vandamálin heldur en þeir sem ekki hafa upplifað skilnað foreldra. Ástæðan fyrir því er líklegast að þau skortir reynslu af jákvæðum úrlausnum ágreiningsmála. Þau hafa orðið vitni af rífrildum foreldra sinna, sem oft hafa verið mjög neikvæð. Einstaklingar, sem hafa foreldra sína sem góða fyrirmynd í sambandi, til dæmis verða vör við ást, hlýju og umhyggju á milli foreldra sinna eru líklegri til að sýna maka sínum slíka umhyggju og hlýju á fullorðinsárunum. Þeir einstaklingar sem hafa upplifað skilnað í æsku eiga það til að upplifa erfiðleika við að treysta maka sínum. Samfélagsfræðingar og aðrir rannsakendur skilnaða meina að orsökkin geti verið að þeir hafi orðið vitni að sambandslokum og þar af leiðandi alltaf búist við því að hið sama gæti hent þá. Einnig virðast þeir frekar kjósa að vera í sambúð en að gifta sig. Bæði kynin líta á skilnað sem raunverulega útgönguleið úr sambandi. Ef þeir verða óánægðir innan þess, kjósa þeir stundum frekar þann valmöguleika heldur en að reyna að vinna í sambandinu. Þeir gefast fyrr upp á bæta úr vanköntunum. Þessir einstaklingar virðast líta á skilnað sem bestu lausnina á vandanum (Ottaway, 2010).

Wallerstein er þó ósammála þessum niðurstöðum og vill meina að einstaklingar sem upplifað hafa skilnað í æsku reyni allt sem þau geta gert til að komast hjá skilnaði. Hún telur skilnaðarbörn reyna allt sem þau geta til að komast hjá því að skilja þar sem þau eru smeik við að endurtaka það sem miður fór hjá foreldrum þeirra. Samtímis vilja þau reyna að komast hjá því að eigin börn upplifi skilnað og allt sem honum fylgir líkt og þau gerðu. Þá vill hún einnig meina að þeir einstaklingar, sem hafa upplifað skilnað í æsku og skilja sjálfir á fullorðinsárunum, geti sumir endurupplifað skilnaðinn sem þau urðu vitni að í æsku. Tilhugsunin og skilnaðurinn sjálfur verður miklu erfiðari en fyrir þá sem ekki hafa upplifað skilnað áður (Wallerstein o.fl., 2000).

### 3.2. Kynlíf

Þrátt fyrir að kynin séu ólík á margan hátt þá eiga sum skilnaðarbörn það sameiginlegt að byrja að stunda kynlíf mun fyrr en þau sem ekki hafi upplifað skilnað og eiga oft fleiri rekkjunauta í gegnum lífið en aðrir. Til dæmis eru stúlkur, sem eru í góðu sambandi við föður sinn ólíklegri til að byrja ungar að aldri að stunda kynlíf (Ottaway, 2010).

Samkvæmt langtímarannsókn Wallerstein benntu niðurstöðurnar til þess að þeir einstaklingar sem höfðu upplifað mikinn einmannaleika eftir skilnað og lítil samskipti við foreldra sína, voru líklegri til að eiga fleiri rekkjunauta og byrjuðu að stunda kynlíf fyrr en þeir sem gerðu það ekki. Þá vildu svarendur rannsóknarinnar meina að þau leituðu meira í kynlíf og í snertingu við hitt kynið til að finna fyrir nánd, ást og blíðu (Wallerstein o.fl., 2000).

### 3.3. Áfengi og eiturylf

Wallerstein telur að erfiður skilnaður foreldra geti ýtt undir að skilnaðarbörn misnoti áfengi og eiturylf. Þá vill hún meina að þeir einstaklingar sem hafa orðið fyrir meiriháttar áfalli við skilnað og upplifað mikla andlega vanlíðan séu líklegri til að þróa með sér lélegt sjálfstraust. Þeim finnast þau ekki verðug þess að vera elskuð, finnst þau almennt vera lítils virði og þar af leiðandi séu líklegri til nota áfengi og eiturylf í óhófi. Væntanlega til að deyfa erfiðar tilfinningar sínar (Wallerstein, o.fl., 2000).

### 3.4. Gamlir draumar

Í eigindlegri langtímarannsókn, sem gerð var af Ahrons, á 173 fullorðnum einstaklingum 20 árum eftir að foreldrar þeirra höfðu skilið, kom í ljós að einstaklingar, sem áttu fráskipda foreldra, væru sumir enn þá á sínum fullorðins árum að upplifa óöryggi og kvíða varðandi samskipti foreldra sinna. Þessi togstreita gerir vart við sig þegar fjölskyldan sameinast vegna viðburða svo sem brúðkaupa, afmæla og skýrna svo eitthvað sé nefnt. Þá upplifa sumir spennu milli foreldra sinna í mörg ár eftir skilnað, sem veldur þeim vanlíðan og kvíða (Ahrons, 2007). Mörg skilnaðarbörn óska foreldrum sínum þess að geta verið vinir eftir



skilnað. Samt eru tilfelli þar sem þau óska þess eins að foreldrarnir geti komið og verið saman í herbergi án þess að það valdi ussla eða óþægindum. Sumir svarendana sögðust hafa sett foreldrum þau mörk að mæta ekki á viðburði ef þau gæti ekki komið vel fram við fyrrverandi maka. Aðrir enda með að bjóða aðeins öðru foreldrinu til að koma í veg fyrir togstreitu og svo eru það þeir sem að bjóða báðum og vona hið besta (Ahrons, 2007).

## 4 Úrræði

Í þessum kafla verður fjallað um möguleg úrræði og fyrirbyggjandi aðgerðir til að koma í veg fyrir viðvarandi neikvæð skilnaðaráhrif.

Eftir að foreldrar hafa tekið ákvörðun um að skilja er margt sem þarf að hafa í huga til að fjölskyldan, sem heild og þá aðalega börnunum líði sem best í skilnaðarferlinu og eftir skilnað. Ef foreldrar vanda sig í skilnaðarferlinu og hafa hagsmuni barnanna ávallt í huga þá er hægt að gera margt til að koma í veg fyrir bæði skammtíma eða langtíma óæskileg áhrif skilnaðarins á börnin (Sigrún Júlíusdóttir og fl., 2008).

### 4.1. Að tjá börnum skilnaðinn

Í Íslenskri rannsókn sem gerð var af Sigrúnu Júlíusdóttir og fleiri árið 2008, sýndu niðurstöður að aðeins þriðjungur íslenskra barna höfðu reynslu af því að báðir foreldrarnir tilkynntu sér sameiginlega um skilnaðinn á meðan í fjórðungi tilvika var það móðirin sem tilkynnti þeim það ein. Í sumum tilfellum finnst börnum hvorugt foreldrið hafa sagt sér frá skilnaðinum eða hvað koma skyldi. Mikilvægt er fyrir foreldra að hafa í huga, áður en ákvörðun um skilnað er tekin, að oft á tíðum er mikil spenna inn á heimilinu, aðalega á milli foreldranna, sem börnin finna eða verða vör við. Í sumum tilfellum verða þau vitni að rifrildi foreldranna og finna að það er eitthvað að, eitthvað óeðlilegt í gangi. Það getur gert það að verkum að börn upplifi ákveðna óvissu sem getur leitt til kvíða, óöryggis og vanlíðunar. Til að fyrirbyggja misskilning og óöryggi hjá börnunum er mikilvægt að foreldrar ræði við börnin og útskýri fyrir þeim í sameinigu að þau ætli að skilja og hver næstu skref eftir skilnaðinn verði (Sigrún Júlíusdóttir og fl., 2008).

### 4.2. Enginn blóðraböggull

Gott er að passa upp á að börnin upplifi ekki að annað foreldrið beri ábyrgð á skilnaðinum. Samkvæmt niðurstöðum úr rannsókn Sigrúnar Júlíusdóttur (2008) kom fram að í 87% tilfella upplifa börn að faðir þeirra beri ábyrgðina og getur það haft áhrif á samskipti þeirra í

fram tíðinni. Börn setja sjálf ábyrgðina á annað foreldrið og verður faðirinn oftast fyrir valinu. Hann er ekki eins sýnilegur og móðirin og í mörgum tilfellum er það hann sem flytur út af heimilinu. Einnig virðast feður oft vera fljótari að hefja nýja sambúð eftir skilnaðinn, og í sumum tilfellum fara þeir í mörg ný sambönd á stuttum tíma og eignast jafnvel ný börn. Þetta getur veikt stöðu feðra gagnvart börnum sínum úr fyrra sambandi. Því virðast fyrstu skref eftir skilnaðinn geta skipt sköpum fyrir tengsl föður og barns (Sigrún Júlíusdóttir o.fl., 2008).

### 4.3. Foreldrasamvinna

Góð samvinna foreldra eftir skilnað hefur jákvæð áhrif á tilfinningalíðan barna og aðlögun þeirra eftir skilnað. Samvinnan einfaldar ekki aðeins tilveruna fyrir börnin heldur einfaldar einnig líf foreldranna. Það að geta unnið vel saman og komist að samkomulagi léttir á öllum. Góð foreldrasamvinna gerir það oft að verkum að barnið heldur betra sambandi við báða foreldra sína og hafa rannsóknir sýnt að börn sem verja jöfnum tíma með báðum foreldrum vegnar betur í lífinu (Sigrún Júlíusdóttir og Sólveig Sigurðardóttir, 2011).

Robert Emery, sem hefur starfað sem sáttasemjari í mörg ár og hefur margra ára reynslu að baki í skilnaðarmálum, segir að mun betra sé fyrir fjölskyldur og börn þeirra ef foreldrar komist að samkomulagi um hvernig forsjáin skal vera frekar en að málið fari fyrir dóm. Ef skilnaðurinn fer fyrir dóm þá er það skylda dómarans að dæma í málinu með hagsmuni barnsins að leiðarljósi. Í sumum tilfellum er hægt að efast um hvort að dómari hafi ávallt réttast fyrir sér í þeim efnum, þar sem að það eru væntanlega foreldrarnir sem þekkja barnið og þarfir þess betur. Því er mikilvægt að aðstoða foreldra við að leggja reiðina til hliðar og vinna saman að samkomulagi sem gætir hagsmuni allra og þá aðalega barnsins. Emery telur að á meðan sáttamiðlunini stendur yfir er mikilvægt að báðir foreldrarnir taki þátt og að gerður sé ýtarlegur samningur sem báðir foreldrar samþykkja. Í þessum samningi er gott að láta koma skýrt fram hver er með barnið hvar og hvenær, hvernig þau ætli að háttu uppeldinu svo að börnin fái svipaðar kröfur og væntingar frá báðum foreldrum (Emery, 2012).

Í rannsókn Sigrúnar Júlíusdóttur kom fram að foreldrar með sameiginlega forsjá voru líklegri til að geta átt í góðri samvinnu og höfðu þau yfirleitt hagsmuni barnsins að leiðarljósi

og tóku þarfir barnsins fram yfir sínar eigin (Sigrún Júlíusdóttir og Sólveig Sigurðardóttir, 2011).

#### **4.4. Búseta**

Í rannsókn Sigrúnar Júlíusdóttur „Ungmenni og ættartengsl“, bentu niðurstöður til þess að margir foreldrar haga ekki búsetu sinni með tillit til þarfa barna sinna. Röskun á búsetu getur haft áhrif á tilvistarlíf barns og mikilvægt að foreldrar hafi það í huga þegar þau flytjast á milli staða og bæjarhverfa. Aðeins 20% barnanna, sem tóku þátt í rannsókninni, bjuggu í göngufæri frá því foreldri sem það bjó ekki hjá. Hin börnin (80%) bjuggu í talsverðri akstursfjarlægð. Foreldrar, sem fara með sameiginilega forsjá, eru líklegri til þess að búa í göngufæri hvort frá öðru. Þannig má vonast eftir jákvæðari þróun í þeim efnunum eftir að lög um sameiginilega forsjá voru tekin í gildi árið 2006 (Barnalög nr. 69/2006). Gott væri að efla umræðu og fræðslu um mikilvægi þess að foreldrar búi í sama skólahverfi til að draga úr röskun í daglegu lífi skilnaðarbarna. Styttri vegalengd á milli heimilanna getur einfaldað foreldrasamvinnuna, möguleika barns til frístundaiðkunar og sambands við vini í hverfinu og skólafélags almennt (Sigrún Júlíusdóttir o.fl., 2008).

#### **4.5. Tala við börnin**

Í sumum tilfellum gleymist að tala við börnin og útskýra fyrir þeim hvað um sé að vera í skilnaðarferlinu. Til dæmis er nauðsynlegt að útskýra fyrir þeim einfalda hluti lýkt og hvar þau muni búa, hvar foreldrarnir ætli að búa, hvenær þau fá að hitta það foreldri sem ekki mun búa með þeim og svo framvegis. Þetta eru dæmi um upplýsingar sem geta hjálpað börnunum að skilja aðstæðurnar betur og veitt þeim ró og öryggi í stað ringlureiðar og óöryggis. Sérstaklega er gott að leyfa börnunum að tala um hvað þau eru að upplifa við skilnaðinn. Hvað þeim finnst þeim um að mamma og pabbi séu að skilja og hjá hvoru foreldrinu þau vilji búa ef þau hafa þroska til og ef aðstæður leyfa (Sigrún Júlíusdóttir o.fl., 2008).

## 5 Ráðgjöf og starf félagsráðgjafa

Félagsþjónustan á Íslandi hefur verið í sífelldri þróun undanfarin ár og tókum við oft nágranna okkar á Norðurlöndunum til fyrirmyndar í þeim efnum. Mikið hefur verið lagt upp úr þróuðum úrlausnum fjölskyldumála á Norðurlöndunum undanfarin ár og hefur þjónusta aukist verulega við fjölskyldur almennt. Lagt er upp úr því að þessi þjónusta sé veitt af fagfólki, eins og til dæmis félagsráðgjöfum (Sigrún Júlíusdóttir o.fl., 2008). Íslenskir félagsráðgjafar starfa eftir siðareglum félagsráðgjafa. Þær reglur segja til um hvernig félagsráðgjafar eiga til dæmis að mæta skjólstæðingum og hjálpa þeim að hjálpa sér sjálfir (Félagsráðgjafafélag Íslands, e.d.). Félagsráðgjafar hafa þá lengi tileinkað sér að veita ráðgjöf með því að skoða rót vanda skjólstæðings síns út frá „heildarsýn“ (Hrefna Ólafsdóttir, 2006).

### 5.1. Heildarsýn

Heildarsýn er vinnuaðferð sem að félagsráðgjafar nota við vinnu sína þegar kemur að því að hjálpa einstaklingum sem eiga í erfiðleikum eða vantar ráðgjöf. Aðferðin felst í því að skoða ekki aðeins einstaklinginn heldur einning umhverfi hans og þá þætti sem mögulega gætu haft áhrif á líf hans og líðan, til dæmis fjölskylduna, skólann, vinnuna og svo framvegis. Þar með eru ólík kerfi skoðuð og samspil þeirra. Heildarsýnin tekur auk þess miða af líkamlegri heilsu einstaklings enda hafa rannsóknir sýnt fram á að andlegt og félagslegt heilbrigði helst gjarnan í hendur, sem skilnaðarviðbrögð (Hrefna Ólafsdóttir, 2006).

### 5.2. Vistfræðikenningin

Samkvæmt vistfræðikenningunni á að hjálpa einstaklingnum að skilja hvaða áhrif umhverfið getur haft á hann og hvernig hann getur nýtt sér þá þekkingu við að aðlagast breyttum aðstæðum. Einstaklingurinn er skoðaður með umhverfi hans sem viðmið eða þau áhrif sem hann hefur á umhverfið og öfugt. Þá hjálpa slíkar úttektir okkur einnig að skilja hvernig kerfi innan samfélagsins geti haft áhrif á einstaklinginn. Þau kerfi sem teljast hafa áhrif kallast míkro-, mesó- og makrókerfi (Farley, Smith og Boyle, 2009).

Míkrókerfið snýr að einstaklingnum sjálfum og tekur mið af andlegum, líkamlegum og félagslegum þáttum. Mesókerfið snýr aftur á móti að fjölskyldunni og öðrum minni hópum sem einstaklinginn er innan, til dæmis vinahópi, skólabekk, vinnufélögum og svo framvegis. Makrókerfið tekur mið af stórum einingum innan samfélagsins til dæmis skólum, vinnustöðum, íþróttafélögum og öðrum stórum stofnunum (Farley, Smith og Boyle, 2009).

Þessi kenning byggir á líkri hugmyndafræðinni og þeirri sem er á bakvið „heilgarsýn“ og á því almennt heima í félagsráðgjöf. Félagsráðgjafi sem tileinkar sér þessa hugmyndafræði og beitir henni í starfi sínu getur nýtt sér þessa kenningu til að aðstoða barn og fjölskyldu þess í gegnum skilnaðarferlið og þær breytingar sem eiga sér stað í umhverfinu í kjölfar skilnaðar (Hrefna Ólafsdóttir, 2006).

### 5.3. Þjónusta og fræðsla

Sigrún Júlíusdóttir telur út frá sinni rannsóknavinnu niðurstöður sýna aukna þörf á þjónustu við foreldra almennt og þá sér í lagi þá sem eru að ganga í gegnum skilnað. Sigrún skiptir mikilvægi þáttanna niður í þrennt. Fyrsti þátturinn snýr að almennri fjölskyldufræðslu. Sú fræðsla er hugsuð fyrir þör, sem eiga von á sínu fyrsta barni. Annar þátturinn felst í skilnaðarfræðslu fyrir alla þá foreldra sem leita eftir því að skilja. Með fræðslu er hægt að fyrirbyggja margs konar neikvæðar afleiðingar skilnaðar og aðstoða foreldra um leiðir og úrræði í ýmsum málum bæði gagnvart börnum og þeim sjálfum. Til dæmis hvernig ræða á við börnin, allt eftir aldri þeirra og þroska, um skilnaðinn og annað sem tengist honum. Einnig er mikilvægt að benda foreldrum á hvað sé heppilegt og hvað sé óheppilegt að ræða við börnin varðandi skilnaðinn. Þriðji þátturinn er þjónusta, sem ætluð er fyrir foreldra sem eiga í sérstaklega miklum erfiðleikum með að finna lausn á vandamálum sínum og þeim hjálpað að styðja við börn sín og sinna þeim á viðunandi hátt (Sigrún Júlíusdóttir o.fl., 2008).

Auður Sigurðardóttir rannsakaði gildi skilnaðarfræðslu og hvort að fræðslan gæti fyrirbyggt neikvæð áhrif. Rannsóknina vann hún við gerð mastersritgerðar sinnar í félagsráðgjöf árið 2007. Niðurstöður rannsóknarinnar sýndu að þeir foreldrar sem fengu skilnaðarfræðslu höfðu mestar áhyggjur af framtíð barna sinna. Þá fannst foreldrum sjálfum fræðslan mikilvæg til að fá aðstoð við að hafa þarfir barna sinna í forgangi. Einnig kom fram

að til þess að foreldrar gætu aðstoðað börn sín við að komast sem best út úr skilnaðinum þá skipti samvinna, vilji og styrkur foreldranna mestu máli (Auður Sigurðardóttir, 2007).

Þjónustu og fræðslu af þessu tagi er hægt að veita með ýmsum hætti, svo sem í formi námskeiða, hópstarfs eða úthluta fræðsluefni í formi bæklinga eða myndbands (Sigrún Júlíusdóttir o.fl., 2008).

## 6 Samfélagið og lagaramminn

Á Íslandi er tíðni skilnaða afar há þrátt fyrir að vera sú lægsta á Norðurlöndunum. Samkvæmt Íslenskri rannsókn frá árinu 2011, sem gerð var af Sigrúnu Júlíusdóttur og Sólveigu Sigurðardóttur þá er vöntun á þjónustu við einstaklinga, sem eiga í skilnaði. Þær telja þjónustu á Íslandi vera lakari en þá þjónustu sem stendur til boða á hinum Norðurlöndunum. Þar er lagt upp úr því að veita þörum aðstoð í því umstangi, sem skilnaðurinn leiðir af sér og margs konar úrræðaval í tengslum við nýjar aðstæður (Sigrún Júlíusdóttir og Sólveig Sigurðardóttir, 2011).

Hérlendis virðast stjórnvöld hafa takmarkaðan áhuga á fjölskyldumálum og málaflokkurinn í mörgum tilvikum fjársveltur samkvæmt Sigrúnu og Sólveigu. Þær telja að þróunin í þeim efnum sé lítil sem engin og til dæmis hefur frekar verið lögð áhersla á að skrá tíðni skilnaða en að skoða ástæður og afleiðingar þeirra. Rannsókn þeirra sýndi einnig fram á að bætt þjónusta og stuðningur við sambúðarfólk, sem stendur í skilnaði bæti velferð foreldra og barna þeirra og nýtast þeim á jákvæðan hátt í skilnaðarferlinu. Það er samtímis sífellt algengara að fólk sækist eftir slíkri þjónustu (Sigrún Júlíusdóttir og Sólveig Sigurðardóttir, 2011).

Þrátt fyrir allt hefur lagaramminn í kringum fjölskyldumálefni breyst mikið á undanförunum árum í tengslum við aðrar breytingar í samfélaginu. Sem dæmi má nefna lög um sameiginilega forsjá, sem tóku gildi árið 2006. Nýju löggin þýddu að báðir foreldrar höfðu forsjá með barninu eftir skilnað eða sambúðarslit nema að annað yrði ákveðið í samráði eða með dómi (barnalög nr 69/2006). Þar á undan gátu foreldrar samið um forsjá barns og valið á milli þess hvort að barnið ætti að vera í forsjá annars foreldris eða þeirra beggja, þau lög höfðu verið í gildi frá árinu 1992 (Barnalög nr. 20/1992).

Fyrir þann tíma gat aðeins annað foreldrið verið með fullt forræði yfir barninu og var algengast að börn væru undir forsjá móður. Það hafði oft í för með sér að erfiðara var fyrir feður að hafa aðgang að börnum sínum og sóttust jafnvel minna eftir samskiptum fyrir vikið. Í dag er algengast að foreldrar barna fari með sameiginlegt forræði yfir börnum sínum hér á landi eftir að löggin tóku í gildi um sameiginilega forsjá. Engu að síður hefur „sameiginlegt forræði“ til skamms tíma frekar verið formleg birtingarmynd forræðis en eiginleg (Sigrún Júlíusdóttir og Sólveig Sigurðardóttir, 2011).



## 6.1. Tillaga til breytinga

Líkt og áður hefur verið tekið fram hafa íslensk lög breyst og mótast á síðustu árum í samfloti við breytingar innan samfélagsins. Árið 2009 birtist tillaga í skýrslu frá Velferðaráðuneytinu um að ákjósalegt væri að breyta 42. gr. Hjúskaparlaga, nr. 31/1993. Tillagan hljómaði á þann veg að fagaðilum með sérþekkingu í fjölskylduráðgjöf yrði bætt við þá sem voru nefndir í þáverandi lögum. Í þeim lögum, sem eru í gildi núna er gert ráð fyrir að hjón sem eru að skilja hafi möguleika á því að leita til „sáttasemjara“ ef að þau eru með ósjálfráða barn í forsjá. Þau geta valið að leita til prests, formanns annara trúfélaga eða sýslumanns ef þau standa fyrir utan trúfélag. Í tillögunni kom einnig fram að ráðlegt væri að skylda þar, sem á börn saman og er að slíta hjúskap eða sambúð, að mæta í viðtöl hjá fagaðila og fá ráðgjöf um samskiptahætti eftir skilnað. Gilti þá einu hvort um gott samkomulag aðila eða ósætti væri að ræða. Jafnframt var talið að viðtölin ættu að vera að lágmarki tvö (Félags- og tryggingamálaráðuneytið, 2009).

Ef að ósætti var til staðar, ætti markmið fagaðilans að vera að koma á sáttum milli skilnaðaraðila með hagsmuni barnsins í fyrrarúmi. Mikilvægt var talið að koma á sáttum milli foreldra og tryggja uppbyggilega samvinnu þeirra og þá þótti mögulega þörf á að viðtölin yrðu fleiri, til dæmis fimm. Það fagfólk sem helst kom til greina, til að taka þessi viðtöl þóttu vera félagsráðgjafar eða fjölskylduráðgjafar. Þau viðtöl væru jafngild viðtölum við prest og ættu viðtölin að vera þarinn að kostnaðarlausu eða gjaldtöku haldið í lágmarki (Félags- og tryggingamálaráðuneytið, 2009). Þann 1. janúar 2013 urðu breytingar á barnalögum þar sem segir að foreldrar sem ákveða að skilja beri skylda að mæta í viðtal til „sáttasemjara“ sem aðstoðar þá við að komast að samkomulagi um forsjá og umönnun barns. Það er gert til að tryggja öryggi og hagsmuni barns (Barnalög nr.20/1992).

### 6.1.2. Sáttameðferð

Í 33.gr. barnalaganna, sem tóku gildi í janúar 2013, segir að áður en dómur sé kveðinn upp varðandi forsjá, lögheimili, umgengni, foreldra við barn sitt, dagsektir eða aðför ákvarðaðar vegna sammingsbrota þá ber foreldrum skylda að leita sátta. Samkvæmt lögum fara foreldrar, sem voru með sameiginilega forsjá fyrir sambúðar- eða hjúskaparslit, áfram með

sameiginilega forsjá nema um annað sé samið (Barnalög nr. 69/2006). Sýslumaðurinn í Reykjavík ráðleggur foreldri, sem ætla að semja um hagi barns eftir skilnað, að panta viðtal hjá lögfræðingi í sifja- og skiptadeild sýslumanns. Eftir sambúðar eða hjúskaparslit bera báðir foreldrar ábyrgð á því að tryggja rétt barns til að hitta báða foreldra sína og sjá til þess að barn umgangist einnig það foreldri sitt sem það býr ekki hjá. Ef samkomulag tekst á milli foreldra í sáttarmeðferð þá skal það vera bókað í gerðbók og foreldrum skylt að undirrita samninginn. Ef foreldrar ná ekki að komast að samkomulagi um forsjá barns, þá þurfa þau að höfða dómsmál og mun þá dómari úrskurða í málinu. Dómari getur einnig dæmt um meðlagsgreiðslur og umgengni (Sýslumaðurinn í Reykjavík, e.d.).

Í mars 2013 auglýsti Sýslumaður Reykjavíkur eftir starfskrafti í nýja stöðu innan embættisins. Óskað var eftir sérfræðing til starfa á skrifstofu til að sinna málefnum sérfræðiráðgjafar og sáttarmeðferðar samkvæmt barnalögum með síðari breytingum lög nr. 61/2012 og 144/2012. Starfið felst meðal annars í því að aðstoða foreldra í deilum um forsjá, lögheimili og umgengni. Markmið starfsmannsins á því að vera að leiðbeina foreldrum til sáttar og aðstoða þá við að komast að niðurstöðu sem yrði barninu fyrir bestu. Þá voru félagsráðgjafar og sálfræðingar hvattir til að sækja um starfið (Sýslumaðurinn í Reykjavík, e.d.-a).

## **6.2. Reynsla foreldra eftir breytingar á lögum.**

Fimm árum eftir að foreldrum bauðst sá valmöguleiki að fara með sameiginlega forsjá barna sinna samkvæmt lögum, þ.e. árið 1992, var gerð íslensk rannsókn á reynslu fráskilinna foreldra á þeirri tilhögun. Rannsóknin leiddi í ljós að foreldrar töldu að sameiginleg forsjá kæmi sér vel. Foreldrar voru almennt ánægðir, eða 58% þeirra sem tóku þátt í rannsókninni en þó voru feður ánægðri með samkomulagið. Niðurstöður rannsóknarinnar sýndu að þeir foreldrar, sem deildu forsjá gekk almennt betur að vinna saman, ábyrgðin varð jafnari og minna var um ósætti og ágreining á milli þeirra. Samkomulag virtist einnig draga úr því að tengslaslit yrðu á milli kynslóða (Sigrún Júlíusdóttir, Helena Konráðsdóttir og Dögg Pálsdóttir, 2012).

Tveimur árum eftir að sú breytingin var gerð á lögnum árið 2006, að við skilnað færu báðir foreldrar með forræði nema annað yrði tekið fram, var gerð ný rannsókn á reynslu

fráskilinna foreldra. Niðurstöður sýndu að 92% þeirra sem tóku þátt í rannsókninni fóru með sameiginlega forsjá og var algengara að foreldrar, sem höfðu slitið sambúð gerðu það, en fólk sem hafði gengið gegnum lögskilnað (Sigrún Júlíusdóttir og Sólveig Sigurðardóttir, 2011).

Almennt er þessi þróun litin jákvæðum augum í íslensku samfélagi þar sem aðrar íslenskar rannsóknir sýna fram á mikilvægi samskipta og samvista barna við báða foreldra sína. Flest börn virðast þó skráð til lögheimilis hjá móður sinni og voru mæður almennt sáttar við það á meðan um helming feðra eða 46% þeirra töldu það ásættanlegt (Sigrún Júlíusdóttir og Sólveig Sigurðardóttir, 2011).

Árið 2012 var gerð íslensk rannsókn á högum og viðhorfum foreldra sem áttu í forsjádeilum. Rannsóknin skoðaði sérstaklega ferli og félagslegar hliðar forsjármála sem fara fyrir héraðsdómstóla á Íslandi. Niðurstöður rannsóknarinnar sýndu að almennt gengi foreldrum vel að vinna saman og komast að málamiðlun eftir skilnað. Það virðist því einungis lítið hlutfall, þeirra sem að skilja, sem lenda í forsjárdeilum. Sá hópur á oftast við fleiri undirliggjandi erfiðleika að stríða. Það eru svipaðar niðurstöður og fengust úr bandarískri rannsókn, sem gerð var á skilnaðarhópi, sem átti í hörðum forsjárdeilum, foreldrar í þeim hópi áttu sumir hverjir við geðræn vandamál að stríða, greindarskerðingu og/eða höfðu sýnt ofbeldishneigð (Sigrún Júlíusdóttir o.fl., 2012).

### **6.3. Stuðningur frá samfélaginu**

Samkvæmt rannsókn Sigrúnar Júlíusdóttur, sem framkvæmd var árið 2012, taldi hún mikilvægt að sá minnihluta hópur, sem ætti í mestum erfiðleikum, fengi aðstoð og leiðsögn um hvernig best sé að fara með forsjá barns eða barna í slíkum tilvikum. Jafnframt er talið að þessir foreldrar þurfi sérstaka eftirfylgni fagfólks umfram aðra til að tryggja velferð barna sinna. Samkvæmt íslensku rannsókninni var algengara að mæðrum væri dæmd forsjá barnanna, oftast fullt forræði yfir börnunum eða í 65% tilfella sem skoðuð voru í rannsókninni (Sigrún Júlíusdóttir o.fl., 2012).

Algengasta skýringin á þessum málalokum er sú að oftast fékk það foreldri forræðið sem átti sameiginlegt löghemili með barninu. Slík málalok töldust eðlileg með tilliti til barnsins. Þannig var komið í veg fyrir frekara umrót í lífi þess og umhverfi (Sigrún Júlíusdóttir o.fl., 2012).

#### 6.4. Markmið og þróun Íslensks samfélags

Í lok árs 2011 hélt Rannsóknarstofnunn barna- og fjölskyldumála málþing þar sem Ögmundur Jónasson Innanríkismálaráðherra ræddi mikilvægi þess að aðstoða foreldra, sem stæðu í skilnaði, til að koma í veg fyrir að deildur foreldra um forræði færu fyrir dóm. Hann taldi mikilvægt að leiða foreldra til sátta, þeim og börnum þeirra til hagsbóta. Slík aðstoð myndi bæði spara samfélaginu fjárútlát til lengri tíma litið en auk þess fyrirbyggja mikinn sársauka bæði foreldra og barna, sem gæti haft í för með sér neikvæðar langtíma afleiðingar (Félags- og tryggingarmálaráðuneytið, 2009).

Þegar fólk ákveður að skilja er mikilvægt að það hafi hagsmuni barnsins ávallt í huga í öllum ákvörðunum sem teknar eru í framhaldinu, sérstaklega sem tengjast börnunum. Líkt og fram kom hér að framan þá eru skilnaðir mjög tíðir hér á landi og í kjölfar þess hafa lög sem tengjast skilnuðum verið endurskoðuð á undanförunum árum (Sigrún Júlíusdóttir o.fl., 2012). Dæmi um það er þegar lögum um forsjá var breytt með því að gefa foreldrum færi á að fara með sameiginlega forsjá (barnalög nr 69/2006).

## 7 Niðurstöður

Viðahorf til skilnaða hefur tekið stakkaskiptum á undanförunum árum enda hefur íslenskt samfélag breyst verulega hin síðari ár og margt sem var umdeilt áður þykir eðlilegt í nútímanum. Áður fyrr voru skilnaðir litnir hornauga, þar sem að fjölskyldur voru álitnar vera stofnun eða ígildi stofnunar og virkuðu sem vinnuafli innan samfélagsins. Í dag eru breyttir tímar, skilnaðir eru afar algengir í „þróuðum löndum“. Til dæmis hefur skilnaðartíðni færst í aukana á Norðurlöndunum, þar á meðal á Íslandi, sem þó er með lægstu skilnaðartíðina af þeim. Meðal þeirra breytinga, sem geta verið orsakabættir aukinnar skilnaðartíðni, má nefna að konur hafa aukið þátttöku á atvinnumarkaði og eru orðnar fjárhagslega sjálfstæðari fyrir vikið og því ekki jafn háðar mönnum sínum fjárhagslega. Í dag velur fólk sér frekar maka á tilfinningarlegum forsendum, svo sem vegna ástar, frekar en af hagkvæmnisástæðum, skyldu eða út frá öryggissjónarmiði og svo mætti lengi telja.

Eftir að skilnaðartíðni jókst upp úr 1970 fengu fræðimenn meiri áhuga á að rannsaka fjölskyldumál, þar á meðal helstu ástæður skilnaða og afleiðingar þeirra fyrir foreldra, börn og samfélag.

Bæði nýjar og gamlar rannsóknir benda til að skilnaðir hefðu miklar og neikvæðar afleiðingar í för með sér. Margar niðurstöður eldri rannsókna greindu frá skilnaði, sem gífurlegu áfalli bæði fyrir foreldra og börn og benntu eldri rannsóknir sérstaklega til að afleiðingar skilnaðar á börn væru neikvæðar. Þessar rannsóknir sýndu fram á að skilnaðarbörnum liði almennt verr enn öðrum börnum, ættu færri vini og liði almennt illa andlega og líkamlega.

Nýlegri rannsóknir sýna hins vegar að ólíklegt sé að skilnaðir hafi jafn alvarlegar afleiðingar og talið var áður. Hins vegar segja þær að ákveðinn áhætta sé ávallt til staðar og er það á ábyrgð foreldra og samfélagsins að fyrirbyggja hugsanlegan skaða. Með rannsóknum og reynslu fagfólks hefur verið bent á ákveðna áhættuþætti hvað varðar neikvæðar afleiðingar skilnaða á börn, margir upplifa viðvarandi afleiðingar á meðan aðrir upplifa þær sem tímabundnar. Mikilvægt er að hafa hagsmuni barnsins ávallt í huga meðan á skilnaðarferlinu stendur og útskýra ferlið fyrir börnunum með hliðsjón af aldri þeirra og þroska svo þau skilji betur hvað um er að vera. Einnig ber að hafa í huga að skilnaður er ekki alltaf það versta, sem komið getur fyrir barn. Í sumum tilfellum hafa börn búið á heimilum

þar sem mikil togstreita og spenna hefur ríkt og þá er skilnaðurinn í sumum tilfellum léttir fyrir börnin. Fyrir þau börn merkir skilnaðurinn oftast að togstreitunni, ástandinu (stundum ofbeldi) muni linna. Skilnaður hefur þó alltaf einhverjar breytingar í för með sér og eiga börn stundum erfiðara með að takast á við breytingar en fullorðnir. Einnig ganga flest börn sem upplifa skilnað í gegnum ákveðið sorgarferli, því skilnaður er sjaldnast einfaldur og sársaukalaus. Skilnaði fylgja töluverðar breytingar, sem oft á tíðum getur reynst börnum erfitt að sætta sig við. Sem dæmi má nefna það að búa ekki lengur með báðum foreldrum og í sumum tilfellum minni samskipti við annað foreldrið. Samt sem áður er ljóst að ef vel er staðið að skilnaðinum og sérstaklega ef börnin fá réttan stuðning, þá ætti það að hjálpa þeim að komast fyrr í gegnum hugsanlega erfiðleika tengda honum. Þau börn sem oftast upplifa neikvæðar afleiðingar við skilnað eru börn þeirra foreldra sem að setja þarfir sínar í forgang, fram yfir þarfir barna sinna. Einnig eru börn þeirra foreldra sem eiga í hörðum forsjárdeilum í áhættuhópi.

Á meðan skilnaðarferli stendur yfir upplifa einstaklingar miklar og blendnar tilfinningar en þrátt fyrir álag og vanlíðan eru margar ákvarðanir sem fólk þarf að taka. Til dæmis hver á að hafa börnin, hvar og hvenær. Þessir „litlu“ hlutir geta verið yfirþyrmandi þegar einstaklingur er í raun að ganga í gegnum mikið sorgar- og streituferli og þá er gott að geta leitað til fagmanns (til dæmis sálfræðings, félagsráðgjafa eða prests) eftir aðstoð við skilnaðinn og ákvörðunartökurnar. Þannig má oft koma í veg fyrir að málið fari fyrir dóm því lög og reglugerðir taka sjaldnast mið af tilfinningum fólks. Einnig er mikilvægt að gera fólki í þessum aðstæðum grein fyrir því að skilnaðarferlið getur verið langvarandi en líka að tilhögun ýmissa eftirmála skilnaðar getur tekið og í flestum tilfellum tekur breytingum yfir tíma. Það er ekki síður vinna að vera skilinn en að vera í hjónabandi eða sambúð.

Mikilvægt er því að foreldrar geti fengið stuðning og leitað sér fræðslu hjá fagfólki til dæmis félagsráðgjöfum og er það að mati margra fagaðila á ábyrgð samfélagsins að bjóða upp á slíka þjónustu. Norðurlöndin hafa verið að þróa öflugra fjölskylduþjónustu undanfarin ár og hefur Ísland horft til þeirra varðandi þróun mála hérlendis. Margar tillögur hafa verið lagðar fram til úrbóta en í skrifuðum orðum með ástand efnahagsmála í huga virðist langt í land að við jöfnum metin við grannþjóðirnar. Engu að síður hafa ýmsar lagabreytingar hérlendis síðustu ár haft veruleg áhrif til batnaðar. Sem dæmi má taka lög um forsjá sen tekin voru í gildi árið 2006 um sameiginilega forsjá en rannsókn hefur sýnt fram á að eftir að lögin tóku gildi fara nú fleiri foreldrar með sameiginilega forsjá en áður. Það er reyndar

óalgengengara í dag að annað foreldrið fari eitt með forsjá barns. Þá sýndu rannsóknir einnig að foreldrar sem fara með sameiginilega forsjá, gengur betur í foreldrasamvinnu.

Þegar á heildina er litið virðist vera sem að skilnaðir hafi ávallt áhrif á líf einstaklings, hvort sem um foreldri eða barn er að ræða. Hinsvegar má fyrirbyggja langvarandi neikvæðar afleiðingar með fræðslu, stuðningi og ráðgjöf.

## 8 Umræða

Við undirbúning og skrif þessarar ritgerðar var leitast við að skoða hvaða afleiðingar skilnaður hefur á líf einstaklinga og hvaða ábyrgð foreldrar og samfélagið í heild þurfi að sýna til að koma í veg fyrir neikvæðar sálfræði- og samfélagslegar afleiðingar í kjölfar skilnaða. Í daglegu tali fólks má heyra bæði börn og foreldra ræða eigin upplifun af skilnaði bæði jákvæðar eða neikvæðar en oft má merkja að börn og unglingar ræða skilnað á annan hátt en fullorðin fólk. Það er því áhugavert að skoða hvað bæði eldri og nýlegri rannsóknir sýna fram á um neikvæðar afleiðingar skilnaða. Viðtekið viðhorf um neikvæðar afleiðingar hefur að líkindum orðið til þess að í dag er mun meiri áhersla er lögð á forvarnir í þessum málaflokki.

Rannsóknir, niðurstöður þeirra og viðbrögð við þeim hafa leitt til að fjöldi úrræða til að koma í veg fyrir neikvæðar afleiðingar á börn og fjölskyldur þeirra hafa margfaldast. Við skrif þessarar ritgerðar kom í ljós að nýlegri rannsóknir virðast komast að öðrum niðurstöðum en þær eldri. Nokkuð ljóst er að mun fleiri rannsóknir hafa verið gerðar á afleiðingum skilnaða á æsku barna en viðvarandi langtímaafleiðingum á einstaklinginn. Engu að síður sýna þær rannsóknir fram á, sem gerðar hafa verið á langtíma afleiðingum skilnaða, að skilnaðarupplifun í æsku getur haft neikvæð áhrif á einstakling á fullorðinsárunum. Þetta á sérstaklega við þegar skilnaðarbörn fara í náið samband við annan einstakling á fullorðinsárum. Nokkuð ljóst er að opinská umræða um skilnaði, hreinskilin viðtöl við skilnaðarbörnin sjálf og góð samvinna foreldra og nánasta umhverfis ræður úrslitum. Einnig sparar ríkur stuðningur samfélagsins við viðkomandi einstaklinga ómældar sorgir og vandræði.

Þá hefur verið áhugavert að skoða við gerð ritgerðarinnar hvaða breytingar hafa orðið á íslensku samfélagi eftir að skilnaðir urðu algengari og hvaða áhrif það hefur haft á íslenska löggjöf. Til að nefna breyttust lög um forsjá árið 2006 sem gerði það að verkum að foreldrar sem slitu sambúð eða skildu fóru enn þá með sameiginlegt forræði. Þá sýndi rannsókn sem Sigrún Júlíusdóttir gerði eftir að lögin tóku gildi að foreldrum sem færu með sameiginlega forsjá, gengi betur að vinna saman að uppeldi og hag barna sinna. Þeir voru almennt ánægðari og það leiddi til þess að börnunum leið gegnumgangandi betur.



Í dag er afar óalgengt að foreldri fari eitt með forsjá eftir að lög um sameiginilega forsjá tóku gildi árið 2006. Lagabreytingin virðist hafa haft þær breytingar í för með sér að algengara sé að feður sinni börnum sínum eftir skilnað og að börn verji meiri tíma með feðrum sínum. Fyrir lagabreytingarnar var lang algengast að móðir færi ein með forsjá. Þá voru lög samþykkt 1. janúar 2013 með breytingum á barnalögum að foreldrar sem skildu eða slitu sambúð og væru með barn undir 18 ára í forsjá bæri skilda til að mæta í sáttameðferð. Sú meðferð felst í því að koma sáttum á milli foreldra eftir sambandslit og veita þeim ráðgjöf um það hvernig árangursríkast er að haga hlutunum til að hagsmunir barnsins verði ávallt hafðir í fyrirrúmi. Áhugavert verður að sjá seinna meir hvort þessi lög munu hafa enn frekari áhrif á hag þeirra barna sem upplifa skilnað foreldra.

Það virðist sem börn gleymist oft í ferlinu og þarfir foreldranna og samfélagsins eru tekin fram yfir þarfir barnanna, þrátt fyrir að það sé ekki ætlunin. Þá virðist vera sem rödd barnanna sé oft á tíðum ekki tekin gild.

Velferð skilnaðarbarna er hinsvegar viðvarandi málaflokkur, sem brýnt er að sinna.

## Heimildarskrá

Ahrons, P.D. (2007). Family Ties after Divorce: Long-Term Implications for children. *Family Process*, 46, 53-65.

Álfheiður Steinþórsdóttir og Guðfinna Eydal. (1986). *Nútímafólk, í einkalífi og starfi*. Reykjavík: Bókaútgáfa Helgarpóstsins.

Álfheiður Steinþórsdóttir og Guðfinna Eydal. (1995). *Barnasálfræði, frá fæðingu til unglingsára*. Reykjavík: Mál og menning.

Álfheiður Steinþórsdóttir og Guðfinna Eydal. (2007). *Ást í blíðu og stríðu, sálfræðibók um sambönd*. Reykjavík: Mál og menning.

Auður Sigurðardóttir. (2007). *Skilnaðarfræðsla, leið til góðrar foreldrasamvinnu*. Óbirt MSW-ritgerð: Háskóli Íslands, félagsvísindadeild.

Barnalög nr. 20/1992

Barnalög nr. 69/2006

Benidikt Jóhannsson. 2004. *Börn og skilnaður*. Reykjavík: Skálholtsútgáfan.

Carter, B. Og McGoldrick. (2005). *The expanded family life cycle. Individual, Family, and social perspectives*. New York: Allyn and Bacon.

Emery, R.E. (2012). *Renegotiating family relationships, divorce, child custody and mediation*. New York: The Guildford Press

Farley, W.O., Smith, L.L. og Boyle, S.W. (2009). *Introduction to social work*. Boston: Pearson/Allyn Bacon.

Félagsráðgjafafélag Íslands. (e.d.). *Íslenskar siðareglur félagsráðgjafa*. Sótt þriðjudaginn 2. apríl af: [http://www.felagsradgjof.is/Stjorn/Sidareglur\\_islenskra\\_felagsradgjafa/](http://www.felagsradgjof.is/Stjorn/Sidareglur_islenskra_felagsradgjafa/)

Félags- og tryggingarmálaráðuneytið. 2009. Nefndar um stöðu barna í mismunandi fjölskyldugerðum. Sótt fimmtudaginn 7. Mars 2013 af: [http://www.velferdarraduneyti.is/media/09FrettatengtFEL09/Skyrsla\\_nefndar\\_um\\_stoðu\\_barna\\_i\\_mismunandi\\_fjolskyldugerdu.pdf](http://www.velferdarraduneyti.is/media/09FrettatengtFEL09/Skyrsla_nefndar_um_stoðu_barna_i_mismunandi_fjolskyldugerdu.pdf) (Skýrsla mögulega breyta uppsetningu heimildar).

Hagstofa Íslands (e.d.-a), Sótt miðvikudaginn 27. mars 2013 af: <http://hagstofa.is/?PageID=2593&src=/temp/Dialog/varval.asp?ma=MAN06201%26ti=Lok+hj%FAskapar+og+skilna%F0ir+a%F0+bor%F0i+og+s%E6ng+1951%2D2011++++++%26path=./Database/mannfjoldi/Skilnadir/%26lang=3%26units=Fj%F6ldi>

Hagstofa Íslands (e.d. –b). Sótt Mánudaginn 1.apríl 2013 af:

<http://hagstofa.is/?PageID=2593&src=/temp/Dialog/varval.asp?ma=MAN06216%26ti=Lok+samb%FA%F0ar+1991%2D2011++++++%26path=../Database/mannfjoldi/Skilnadir/%26lang=3%26units=Fj%F6ldi>

Hagstofa Íslands (e.d.-c). Sótt Mánudaginn 1.apríl 2013 af:

<http://hagstofa.is/?PageID=2593&src=/temp/Dialog/varval.asp?ma=MAN06201%26ti=Lok+hj%FAskapar+og+skilna%F0ir+a%F0+bor%F0i+og+s%E6ng+1951%2D2011++++++%26path=../Database/mannfjoldi/Skilnadir/%26lang=3%26units=Fj%F6ldi>

Hrefna Ólafsdóttir. (2006). Börn og geðræn vandkvæði. Í Sigrún Júlíusdóttir og Halldór Sig. Guðmundsson (ritstjórar), *Heilbrigði og Heildarsýn* (bls. 111-127). Reykjavík: Háskóli Íslands.

Hjúskaparlög nr. 31/1993

Mörður Árnason (2002). *Íslensk orðabók*. Reykjavík: Edda.

Newman D.M. og Grauerholz, L. (2002). *Sociology of families*. London: Pine Forge Press.

Ottaway, A.J. (ágúst 2010). The impact of Parental Divorce on the Intimate Relationships of Adult Offspring: A Review of the Literature. [rafræn útgáfa]. *Graduate journal of counseling psychology*, 2, 36-50. Sótt föstudaginn 1. febrúar 2013 af:  
<http://epublications.marquette.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1037&context=gjcp>

Rosemond, J. (1989). Effects of divorce on children vary: researchers: [Final Edition]. *The Ottawa Citizen*. Sótt mánudaginn 1.apríl 2013 af:  
<http://search.proquest.com/docview/239297736/13D35AF290A5AA4066E/10?accountid=28822>

Sigrún Júlíusdóttir, Jóhanna Rósa Arnardóttir og Guðlaug Magnúsdóttir. (2008). *Ungmenni og ættartengsl*. Reykjavík: Rannsóknasetur í barna- og fjölskylduvernd og Háskólaútgáfan.

Sigrún Júlíusdóttir og Sólveig Sigurðardóttir. (2011). Eftir skilnað, þrír ólíkir foreldrahópar og staða barna. Í Halldór Sig. Guðmundsson (ritstjóri), *Þjóðarspegillinn 2011, rannsóknir í félagsvísindum, XII, félagsráðgjafadeild*. (bls. 60-68). Reykjavík: Háskóli Íslands. Sótt þriðjudaginn 26. febrúar 2013 af:  
<http://skemman.is/stream/get/1946/10250/25560/1/F%C3%A9lagsradgjafardeild.pdf>

Sigrún Júlíusdóttir. (2001). *Fjölskyldur við aldahvörf: Náin tengsl og uppeldisskyliroði barna*. Reykjavík: Háskólaútgáfan.

Sigrún Júlíusdóttir, Helena Konráðsdóttir og Dögg Pálsdóttir. (2012). Foreldrar í forsjárdeilu. Rannsókn á umfangi, ferli og félagslegum þáttum forsjármála fyrir héraðsdómstólum á Íslandi. *Tímarit lögfræðinga*, 62, 285-316.

Sýslumaðurinn í Reykjavík. (e.d.-a). *Störf hjá sýslumanni*. Sótt mánudaginn 8.apríl 2013 af:  
<http://syslumadur.is/Default.aspx?id=77&cmd=menu> (Auglýsing birtist einnig inn á :  
<http://www.visir.is/ExternalData/pdf/atv/AA130309.pdf>).

Sýslumaðurinn í Reykjavík. (e.d.-b). *Sambúðarslit*. Sótt þriðjudaginn 2.apríl 2013 af:  
<http://syslumadur.is/Default.aspx?id=15&cmd=menu>

Valgerður Halldórsdóttir. (2012). *Hver er í Fjölskyldunni? Skilnaðir og stjúp tengsl*. Reykjavík:  
Vaka Helgafell.

Wallerstein. J.S., Lewis.J.M. og Blakeslee.S. (2000). *Unexpected Legacy of Divorce, a 25 year landmark study*. New york: Hyperion.