

# Far er vred, fordi han er bange for at blive forladt

## Om højkonfliktfyldte skilsmisser, set i en tilknytningsteoretisk forståelsesramme

Matrix, 2014; 3, 192-209

Jan Kaa Kristensen

*"Nærværende artikel giver en tilknytningsteoretisk forståelse af højkonfliktskilsmisser, da disse har en indgribende og negativ effekt på børns livskvalitet og senere giver risiko for, at børnene kommer ind i et patologisk udviklingsmønster. Ved et samlivsbrud aktiveres en persons eget tilknytningssystem. Hvis tilknytningssystemet kan karakteriseres som utrygt, ambivalent og/eller desorganiseret, gør det separationsprocessen særlig vanskelig og stressende med en forøget risiko for mentaliseringsvigt og medfølgende konfliktadfærd. De aggressive følelser og den tilhørende adfærd kan i et tilknytningsteoretisk perspektiv forstås som en måde at beskytte sig mod mere grundlæggende følelser af angst – særlig angsten for at blive forladt. Der gives eksempler på andre forhold, der har en forstærkende virkning på konfliktniveauet. På baggrund af en case diskuteres teorien, og afslutningsvis perspektiveres der i forhold til konsekvenserne for praksis, teoriens begrænsninger og fremtidig forskning."*

### Indledning

Ifølge statistikken bliver ca. 15.000 par skilt hvert år (Danmarks Statistik). De fleste af de par, der bliver skilt, har børn. Hvert femte barn mellem 0 og 15 år vokser op i en skilsmissefamilie, og hvert tredje skilsmissebarn har som 11-årig oplevet en så konfliktfyldt skilsmisse, at sagen endte i Statsforvaltningen (Børns Vilkår).

Forfatter: Jan Kaa Kristensen, cand.psych., leder af Børne- og familiecentret i Roskilde  
E-mail: jan-kaa@hotmail.com. Adresse: Garmvej 9B, 9000 Roskilde

Børn, der vokser op i skilsmissefamilier, hvor deres biologiske forældre er i konflikt, har en alvorlig risiko for at udvikle forskellige belastningsreaktioner. Amato and Keiths metaundersøgelse fra 1991 sammenlignede skilsmissefamilier i lav konflikt med skilsmissefamilier i høj konflikt. De konkluderede, at både skilsmissen i sig selv, men også graden af konflikt, havde indflydelse på børnenes trivsel. Børnene fra højkonfliktfamilier havde flere adfærdsproblemer, var mere angst, mere deprimerede og havde et mindre selvværd, end børnene fra lavkonfliktfamilierne.

Selv om denne metaundersøgelse er tilbage fra 1991, er der ingen grund til at tro, at den belastning, som højkonfliktskilsmisser har for de involverede børn, er ændret i dag. Ottosen og Schwartz' (2013) undersøgelse bekræfter, at skilsmisse og konfliktadfærd er en risikofaktor for børnenes senere udvikling.

Gaulier et al. (2007) peger på, at 20 procent af alle skilsmisser i USA ender i højkonflikt. Michael Saini, ph.d. fra Canada, peger på, at ca. 10 procent af skilsmisserne her kan kategorises som højkonfliktskilsmisser (Saini, 2012). Det har ikke været muligt at finde præcise tal for Danmark, men Børns Vilkårs hjemmeside peger på, at en tredjedel af alle danske skilsmisser ender i Statsforvaltningen, og med indværende artikels forfatters erfaring fra Statsforvaltningen kan en betydelig andel af disse sager kategoriseres som højkonfliktskilsmisser.

Den særlige udfordring, Statsforvaltningen og også retsinstanterne har i forhold til disse sager, er stor. Statsforvaltningen kan tilbyde mægling eller børnesagkyndig rådgivning. Det drejer sig ofte om et enkelt møde på to eller tre timers varighed. Det kan være tilstrækkeligt i nogle sager, men i mange sager er det ikke tilstrækkeligt. Ofte er der lang ventetid på at få et tilbud om børnesagkyndig rådgivning eller konfliktmægling. Indimellem kan der være fra tre måneder til et halvt års ventetid. Et andet tilbud er de såkaldte KIFF-kurser, der særlig er rettede mod skilsmissefamilier. Det er et tilbud, der p.t. gives tilskud til, og det udbydes af *Center for Familieudvikling*. Det er et 10-12 timers underøvelingsforløb, der henvender sig til skilsmissepar.

KIFF står for kursus i fælles forældreansvar og er et tilbud, der handler om at give eksparterne mulighed for at skabe et godt samarbejde med udgangspunkt i barnets behov. I undervisningen indgår både videoklip, situationsspil, samtale med egen partner og træning af færdigheder. Kurset giver inspiration til at se og forstå sine egne reaktioner på bruddet, sin partners reaktion på bruddet og ikke mindst børnenes forskellige reaktioner på bruddet. Kurset giver praktiske samarbejds- og kommunikationsråd, der skal forebygge konflikt og fremme et godt samarbejde om de fælles børn (Center for Familieudvikling).

Erfaringen er, at det kun er de færreste skilsmisseramte, og kun dem med et lavt til moderat niveau af konflikt, der gør brug af disse kurser. Dermed er der en stor gruppe af par fra højkonfliktskilsmisser, der ikke modtager et relevant tilbud. Disse højkonfliktsager er voldsomt belastende for de børn, der er fanget i konfliktfeltet mellem forældrene. Samme gruppe trækker også mange ressourcer i retsinstanterne og Statsforvaltningen, idet de ofte bruger disse nær til at udspille konflikten i.

Der er i litteraturen på feltet bred enighed om, at der er brug for metodeudvikling i forhold til højkonfliktskilsmisser (Gaulier et al, 2007; Saini, 2012). En udvikling af nye metoder og en dybere teoretisk forståelse af dynamikkerne i disse sager vil kunne bidrage til at skabe et mindre belastende følelsesmæssigt miljø for de børn, der er fanget i disse skilsmisser.

Gaulier, B., Margerum, J., Price, J., Windell, J. (2007) fremhæver følgende forhold, der øger sandsynligheden for en konfliktfyldt skilsmisse: Forældrenes familieforhold under opvæksten, traumatiske oplevelser og vanskeligheder i tidligere forhold. De fremhæver desuden de personlige karakteristika hos personer i højkonfliktskilsmisser med egenskaber som: Rigiditet, sort/hvid-tænkning, kontrollerende adfærd og ejerskabsfølelse over den anden.

Formålet med denne artikel er derfor at forsøge at nå en dybere teoretisk forståelse af de negative dynamikker, der udspiller sig i disse familier. Det skal ved først at redegøre for relevant litteratur inden for en tilknytningsteoretisk forståelsesramme for at få en dybere forståelse af dynamikken i højkonfliktskilsmisser. Herefter vil der, på baggrund af erfaringer fra egen praksis, først kondenseres forskellige forhold, der vurderes at indvirke negativt på tilknytningsniveauet i en skilsmisse. Dernæst redegøres der for en case til at illustrere teorien i praksis. Denne case holdes kort op imod teorien. Casen er inspireret af flere forskellige cases i arbejdet med højkonfliktfyldte skilsmisser i Statsforvaltningens regi, men også fra egen praksis. Formen er valgt for at bevare anonymiteten over for de klienter, hvis fortælling der trækkes på. Afslutningsvis perspektiveres der i forhold til konsekvenserne for praksis, teorins begrænsninger og fremtidig forskning.

## Højkonflikt

I næsten alle skilsmisser vil der være en periode i forbindelse med samtykkebruddet, hvor der udspiller sig forskellige grader af konflikt.

Man finder flest konflikter mellem eksparterne, der har børn, idet de ikke kan holde op med at have kontakt, fordi de skal samarbejde om børnene (Saini, 2012).

Gode skilsmisser, hvor parterne har formået at udarbejde nogle gode aftaler, vil i startfasen af skilsmissen ofte gennemgå en periode med konflikt (ibid.). Der vil i denne periode kunne udspille sig forskellige mindre former for konfliktadfærd som følge af den generelle, uafklarede situation, men begge parter formår at tilpasse sig den nye virkelighed i løbet af denne periode.

Højkonfliktadfærd defineres som adfærd, hvor samarbejdet mellem forældrene stadig er præget af verbal og/eller fysisk vold, efter at der er gået mere end et år. Der skelnes ikke mellem, om den verbale og/eller fysiske vold er udøvet, mens der er børn til stede. Sagsakterne vil ofte indeholde en række sms- og e-mail-korrespondancer, hvor de to eksparterne beskriver hinanden i ofte negative og krænkende vendinger.

## Tilknytning hos voksne

På baggrund af den omfangsrige teori og forskning, der ligger omkring tilknytningsteori i barndommen, mener flere teoretikere, herunder Mikulincer and Shaver, 2007, at det er de samme dynamikker fra barndommens tilknytningsadfærd, der også gør sig gældende for voksne, når de er i et følelsesmæssigt forhold til en anden voksen.

Det vil sige, at de samme tilknytningsmønstre, som Ainsworth og kolleger identificerede tilbage i 1978: tryk tilknytning: utryk, undgående tilknytning og utryk, ambivalent tilknytning, samt den mere indgribende desorganiserede tilknytningsstil, også gør sig gældende hos voksne. I forhold til konfliktadfærd i skilsmisser ser man ofte en utryk, ambivalent tilknytning (Fonagy, Peter; Luyten, Patrick; Strathearn, Lane, 2011), der ofte også kan være desorganiseret (Saini, 2012).

De samspilserfaringer, barnet har med sine tidligere omsorgsgivere, danner det, som John Bowlby betegner som "en indre arbejdsmodel" af omverdenen (ibid.). Og kvaliteten af tilknytningssystemet er en markør for, hvor fleksibel og robust denne model er, når man møder modgang i livet.

Det, at være utryk eller desorganiseret tilknyttet, kan derfor betegnes som at have en sårbarhedsfaktor i forhold til at håndtere de voldsomme følelser, der aktiveres ved et samlivsbrud.

Seldmans doktorafhandling fra 1993, der omhandler voksne menneskers måde at håndtere et følelsesmæssigt tab på, bekræfter dette. De utrykt, ambivalent tilknyttede oplever et højere niveau af følelsesmæssig stress efter et samlivsbrud, og det tager længere tid for dem at komme sig efter et følelsesmæssigt tab end dem, der er trykt tilknyttede og dem, der er utrykt, undgående.

Fra praksis er det dog også erfaringen, at de utrygt, undgående måske ikke samme grad er bange for at blive forladt, men i højere grad kan være mere eksplosive i deres følelsesmæssige udtryk, når de først reagerer, og derfor i højere grad risikerer at reagere med et dybere mentaliseringsvigt. Ofte kan det være i form af voldelig fysisk adfærd, der er et udtryk for de vanskeligheder, de har ved at identificere og udtrykke deres følelsesmæssige tilstande.

### Tilknytning og mentaliseringsvigt

En del personer, der er involveret i højkonfliktskilsmisses, kan diagnosticeres med borderlinepersonlighedsforstyrrelse. Fonagy et al. (2011) beskriver de dynamikker hos personer med en borderlineforstyrrelse, der ofte bliver aktiveret i en højkonfliktskilsmisses.

Fonagy et al. (2011) konkluderer, at det er kendetegnende for personer med en borderlinepersonlighedsforstyrrelse, at de alle har en lav tærskel for aktivering af tilknytningssystemet under stress. I kombination med dette har de også store vanskeligheder med at kunne udføre en moden mentalisering, især evnen til at differentiere mentale tilstande hos sig selv fra andres. Det medfører et generelt bredere mentaliseringsvigt, hvor både den interpersonelle og den indre verden bliver uforståelig. Dette skaber forudsætningen for negative konflikt-dynamikker.

Det, at blive forladt, reaktiverer tilknytningssystemet og aktiverer en meget følelsesladet proces. Denne reaktivering kan udløse en automatiseret tilknytningsadfærd, eksempelvis søgen efter nærhed med ekspartneren eller angstfulde vredesudbrud, der kan forstærke og vedligeholde konflikten med eks-partneren. Det kan i nogle tilfælde resultere i højkonflikt (Hopper, 2001).

### Højkonflikt og tilknytning

Saini (2012) konstaterer, at tilknytningsteori på det seneste har været brugt som en ramme til udforskning af specifikke processer i parforhold. Assessment og behandling af par i højkonflikt kan trække på en forståelse af ekspartnerens eget tilknytningssystem. Skilsmisses påvirker mange familier, men det er kun en lille gruppe af skilsmisses, der kan kategoriseres som "højkonfliktfyldte". For ekspartnere kan stærke grundfølelser af angst forøge uhensigtsmæssige følelsesmæssige reaktioner efter skilsmissen. Eksempelvis angsten for at blive forladt, at erkende tabet og at blive devalueret. Som et resultat af utrygge eller desorganiserede tilknytningstilstande hos enten den ene eller begge forældrene kan separationsprocessen udvikle sig til en højkonflikt (Saini, 2012).

Det vil endvidere være karakteristisk i en højkonfliktskilsmisses, at én eller begge ekspartnere i højkonflikt vil have begrænset opmærksomhed på, at deres egen tilknytningshistorie og deres eget tilknytningsbehov kan spille en afgørende rolle og dermed vedligeholde de negative følelses- og adfærdsmønstre (Saini, 2012).

### Vrede som beskyttelse mod forladthedfølelser

I de fleste højkonfliktsager er den mest synlige følelse på overfladen vrede. Men hvis man undersøger det nærmere, finder man ofte, at vreden får sin betydning fra stærke følelser af angst, der er tæt forbundet med personernes eget tilknytningssystem (Saini, 2012).

For at forstå den dybere, følelsesmæssige dynamik i højkonfliktskilsmisses opdeler Saini først følelser i to kategorier, de primære og de sekundære.

De primære følelser defineres ofte som en persons grundlæggende følelser, der typisk er en persons umiddelbare og direkte reaktion på en situation. LeDoux (1996) har reduceret antallet af grundlæggende følelser til fire: angst, vrede, afsky og glæde (ibid.).

Sekundære følelser kan bedst beskrives som følelsesmæssige reaktioner på tilstedeværelsen af primære følelser. Det er følelsesmæssige reaktioner på tanker og følelser omkring de primære følelser og i virkeligheden ikke en reaktion på, hvad der sker i omgivelserne (ibid.).

En ekspartner med en utryg/desorganiseret tilknytningsstil kan opleve vedvarende angst for at blive forladt, selv om der er sket ændringer i forholdet, og også selv om der er en relation til ekspartneren. Man kan sige, at ekspartnerens tilknytningssystem er hyperaktivt, og vedkommende er konstant bange for at blive forladt. Personer med et sådant tilknytningssystem vil ofte i en separationsproces have meget vanskeligt ved at håndtere følelser af angst og vil kunne komme til at opleve disse som vrede – en sekundær følelse.

En ekspartner, der er utryg/desorganiseret vil ofte blive meget vred og ikke være opmærksom på, at denne følelse trækker energi fra angsten for at blive forladt, der blev udløst af separationsprocessen. Vreden er ofte vedvarende, fordi denne type personer ikke har en organiseret strategi til at håndtere disse følelser. Følelserne håndteres ofte på en uhensigtsmæssig måde, og personen søger nærhed med den tidligere partner ved eksempelvis at anlægge en retssag i retssystemet eller ved at skælde ekspartneren ud i et resultatløst forsøg på at processere sine følelser. Ofte vil den anden partner typisk opleve vrede som en primær følelse på den første partners adfærd og således kunne komme til at forstærke den negative cirkel af højkonflikt (ibid.).

Newlin (2012) påpeger, på baggrund af arbejdet med mænd i militæret, at mænd i forhold til kvinder har et mindre spektrum af følelser, som de kan genkende og benævne. Oftest vil de have lettest adgang til følelsen af vrede og vrede kan derfor blive det synlige udtryk for mange forskellige følelser. De undertrykte følelser kan medføre forskellige vanskeligheder i relation til personen selv og andre, og det er ofte den primære grund til, at mænd søger terapeutisk hjælp (Newlin, 2012). Det er selvfølgelig væsentligt at pointere, at det ikke er alle mænd, der undertrykker sig selv følelsesmæssigt.

### Andre faktorer i højkonflikter

Tilknytningsteori er ikke en universel teori, der rummer alle facetter af højkonfliktskilsmissen. I det følgende vil der derfor blive listet en række forhold op, der ikke er udtømmende, men som er karakteristiske for at forstå konflikter. Disse har indværende artikels forfatter kunnet kondensere ud fra de sager, som forfatteren har haft kendskab til gennem de sidste fem år i sit arbejde med børnesagkyndige undersøgelser for Statsforvaltningen og retten. Faktorerne er listet i følgende figur 1:

- Forældre, hvor én eller begge forældre har et utrygt og/eller desorganiseret tilknytningssystem
- Primitive, indre arbejdsmodeller til at håndtere konflikter
- En dynamik mellem parret, der forøger sandsynligheden for en negativ konfliktspiral
- Karakteren af bruddet mellem parret
- Meget forskellige forældrestile
- Et netværk, der fastholder og vedligeholder konflikten
- Den juridiske konfliktodynamik
- Lang ventetid i Statsforvaltningen

Figur 1. Oversigt over faktorer, der øger risikoen for højkonfliktskilsmissen

### Primitive, indre arbejdsmodeller til at håndtere konflikter

Fra praksis ses det også, at én eller begge parter i højkonfliktskilsmissen ikke har konstruktive arbejdsmodeller til at håndtere konflikter. Deres barnes hjem har ofte været præget af, at konflikter enten har været fortiet eller har

været løst på en primitiv og uhensigtsmæssig måde. Ofte har konflikter været forsøgt løst med truster og vold. Derfor har mange også oplevet, at de enten selv har været udsat for vold, eller at de har været vidne til, at der har været vold mellem deres forældre. En typisk fortælling er også, at én eller begge parternes egne forældre har haft et misbrugsproblem, enten i form af alkohol, hash eller hårde stoffer. Dette misbrug kan ses som en uhensigtsmæssig måde at håndtere vanskelige følelser på, som en slags selvmedicinering. En beskyttende faktor kan være, at en eller begge forældre i større eller mindre grad har forholdt sig til de vanskelige, følelsesmæssige oplevelser, de har haft i deres opvækst, og derfor har tillært sig andre mere hensigtsmæssige måder at håndtere egne og andres følelser på. Der kan i forhold til denne gruppe være særlig vanskelige livsomstændigheder, eksempelvis børn, der har særlige behov, hvilket gør, at deres oplevede livssituation er for stressende til, at de kan bruge den tilkænte måde at håndtere konflikter på i disse situationer. I tilknytningsspektivet kan man sige, at denne gruppe arbejder på at blive trykt tilknyttede til sig selv som voksne, men at de oplever særlige sårbarheder, når presset bliver for stort:

### Forskellige forældrestile

Forældre med utryk tilknytning har forskellige grader af sårbarhed i deres livshistorie, som de ikke indgående har forholdt sig til. De vil kunne have en tendens til at projicere deres "eget indre sårede barn" ud på deres eget barn. De vil derfor have vanskeligt ved altid at skelne mellem barnets behov og egne behov. De vil ofte være optagede af at være perfekte forældre i et forsøg på at give barnet de bedste forudsætninger for at få det gode barneliv, som de ikke selv fik som barn. I de sager vil forældrenes forskellige måder at være forældre på kunne være kimen til en konflikt. Hvis den ene forældre eksempelvis vil regulere sit barn ud fra en given situation, og den anden forældre ønsker at regulere ud fra givne, mere overordnede, rammer, vil dette kunne reaktivere forældrenes egne tilknytningssystemer, når de ser den anden forældre regulere barnet. Den ene forældre vil måske se den anden forælders rammesættende adfærd som for aggressiv og vil forsøge at beskytte barnet mod denne person. Den anden forældre vil se den mere situationorienterede regulering som for blødsøden og vil opleve, at barnet for lov til at styre alt for meget. Den adfærd, der ser hos den anden forældre, vil ubevidst være farvet af de fejlreguleringer, de selv har oplevet som børn, og som de ikke har fået følelsesmæssigt bearbejdet. Derfor vil de kunne have en forøget risiko for at opleve forskellige niveauer af mentaliseringsvigt.

### Dynamikken mellem parret

Ifølge Sinkjær Simon (2005) er der en tendens til, at man finder sammen som par med en person, der har den modsatte overlevelsesstrategi i forhold til at håndtere følelser. Den ene kan være følelsesmæssigt minimerende den anden følelsesmæssigt maksimerende. I tilknytningssystemet kunne man sige, at den utrygt, undgående finder sammen med en utrygt, ambivalent tilknyttet person.

Afhængigt af deres personlighedsmæssige organiseringsniveau og deres samlede personlighedsmæssige ressourcer vil disse personer, når de er ovre den første fascination i forelselsesfasen og kommer ind i det, som Sinkjær Simon (2005) betegner som kampfasen, have to grundlæggende forskellige måder at håndtere og kommunikere følelser på. Den utrygt, undgående-part vil forsøge at lægge afstand til partneren for at undgå at være i kontakt med ubehagelige følelser, og den utrygt, ambivalente har brug for at være tæt på den anden for at føle sig tryk. Hvis den utrygt, ambivalente person ikke får dette behov dækket, vil vedkommende have en tendens til at lade sin vrede og frustration gå ud over den utrygt, undgående. Denne vil have en tendens til at irakke sig endnu mere. Parterne vil have et stort arbejde med at forstå og respektere hinandens forskelligheder. Hvis de ikke har ressourcer til dette eller får hjælp udenfra, kan det være starten på en negativ konfliktcirkel, der, såfremt de når til et decideret samlivsbrud, vil aktivere deres tilknytningssystem med stor risiko for mentaliseringssvigt og konfliktadfærd. De mest ressourcestærke i denne gruppe finder vej til KIFF-kurser eller parterapi og drager ofte stor nytte af dette.

### Karakteren af bruddet mellem parterne

Et brud mellem to parter kan foregå på mange forskellige måde. Det kan ske i fred og fordragelighed. Måske har de egentlig bare brug for nogle gode råd og kan så gå fra hinanden i gensidig forståelse. Dette hører absolut til sjældenhederne i Statsforvaltningen.

Der er mange dårlige måder at gå fra hinanden på, og i de følgende redogøres for to, der ofte ses som særlig konfliktfyldte, og som skaber øget risiko for højkonflikt.

Den ene måde er, når årsagen er utroskab. Hvis én af parterne har haft en affære, og dette er den afgørende grund til samlivsbruddet, vil det aktive den forladtes tilknytningssystem særlig voldsomt, med stærk vrede og sorg rettet mod den utro samlever, som han eller hun måske stadig har meget stærke følelser over for. Evnen til at komme sig over et sådan svigt afhænger af personens ressourcer – både personlige og netværksmæssige – til at bearbejde et sådan svigt.

Er personen trygt tilknyttet sker det en del lettere, end hvis personen er utrygt tilknyttet (Saini, 2012).

Den anden måde er, hvis bruddet sker tidligt i graviditeten eller i løbet af den første tid efter fødslen. Mor oplever sig som forladt og vil i sin fortælling ofte fremhæve, at far har mistet sin legitimitet i forhold til barnet. Far vil dels skulle kæmpe for at etablere en tilknytning til barnet, dels kæmpe med mors modstand imod, at han får etableret en tilknytning.

### Et netværk, der fastholder og vedligeholder konflikten

Et mønster, der ofte ses i højkonfliktsager, er, at parternes egne netværk kommer til at fastholde og vedligeholde konflikten ved at repetere den negative fortælling om modparten. Ekspartnerens respektive netværk kan have en afgørende betydning for, om eksparterne kan bevæge sig mod et lavere konflikt-niveau. Til mange møder i Statsforvaltningen har én eller begge parter taget ét eller flere familiemedlemmer med. De kan, indimellem, være meget støttende og befordrelen bevægelse frem mod mindre konflikt mellem parterne. De kan også være meget konfliktskabende og vise, både verbalt og non-verbalt, deres holdning til ekspartneren. Som børnesagkyndig får man i Statsforvaltningen og retsinstanterne et indblik i de familiedynamikker, der er skabt af utrygge tilknytningssystemer, og hvor vanskeligt det er at bryde disse dynamikker.

### Den juridiske konfliktodynamik

Den juridiske konfliktodynamik skal forstås som det juridiske spil, der går i gang, når to forældre ikke kan løse deres konflikt omkring bopæl eller samvær og derfor opruster konflikten ved at finde en advokat, der kan tale deres sag i Statsforvaltningen og retten. Efter et samlivsbrud, hvor der er børn, er der både følelsesmæssige og reelle ting på spil for begge parter. Hvem skal være bopælsforælder, og hvem samværsforælder? Vil mor flytte tilbage til sin hjemegn, langt væk fra far, så han ikke får en så stor rolle at spille i barnets liv? Medfører skilsmissem, at de må realisere et stort, økonomisk tab, der kommer til at påvirke deres konkrete muligheder i fremtiden? I forbindelse med en skilsmisse vil der altid være økonomiske interesser på spil. En lige deleordning udløser ikke bidragspligt, hvilket eksempelvis en såkaldt 9-5-ordning gør. Det kan være en stor barn en del mindre end bopælsforælderen, også skal betale bidrag til sin ekspartner. Oven i købet til en ekspartner, der måske har været utro.

I en skilsmisse er det utrolig vanskeligt at holde et vedvarende fokus på barnets trivsel og behov. Der findes advokater, der formår at finde en balance mel-



lem et helhedsorienteret blik med fokus på barnet og det handlerum, der er forhold til klientens ønsker og behov. Men i en del sager kan der opstå en juridisk konfliktodynamik, hvor en parts advokat giver en rådgivning, der maksimerer konflikten med henblik på eksempelvis at minimere samværstidens omfang eller sætte vilkår for eksempelvis at minimere samværstidens omfang. Den anden advokat vil kunne have en tendens til at følge efter.

Til møderne i Statsforvaltningen ses indimellem i højkonfliktsagerne en kamp mellem de ansatte i Statsforvaltningen på den ene side og parternes advokater på den anden side. Statsforvaltningens ansatte af både jurister og børnesagkyndige kan forsøge at få parterne til at indgå et forlig om eksempelvis samvær, og én af eller begge parternes advokater arbejder imod at forlige parterne. Advokaterne kan i disse sager have en tendens til at maksimere deres klients interesse, men set fra et mere helhedsorienteret perspektiv kommer de til at eskalere en konflikt, hvor forældrene og barnet samlet set bliver mest belastet af et mere betændt relationelt klima.

Senere kan man i Statsforvaltningen se samme sag, nu meget tykkere, og med børn, der er i endnu dårligere trivsel, fordi øjeblikke med mulighed for forlig ikke blev grebet.

### Lang ventetid i Statsforvaltningen

Afslutningsvist skal det fremhæves, at det i sagens natur ikke fremmer konfliktniveauet, hvis der er flere måneders ventetid i Statsforvaltningen. De mange organisatoriske ændringer og de mange besparelser sætter de skilsmisseparate under et ekstra hårdt pres, hvor en del konflikter kommer til at udvikle sig uhensigtsmæssigt.

### Case

Et par midt i 30'erne er uenige om samværet med deres lille dreng på fem år. De har kendt hinanden i en årrække, men valgte at få et barri, da de havde en lille krise i parforholdet.

Mor fortæller om sin opvækst, at hun altid har fået lov til at gå sine egne veje, og at hendes mor arbejdede meget, og derfor var hun tit meget alene hjemme i en tidlig alder. Hun har været vant til at klare tingene selv. Hun har som følge af tab af en forælder været i et terapeutisk forløb, som hun har fået meget ud af. Hendes far døde, da hun var seks år gammel efter et kort sygdomsforløb. Hun så ikke sin far så meget, fordi hendes mor og far blev skilt, da hun var et år gammel. Hendes mor fandt aldrig en ny samlever, men havde korte forhold med forskellige mænd.

Far fortæller om sin opvækst, at hans mor altid har været der for ham, og at han altid blev trøstet, når han var ked af det som barn. Han fortæller også, at mor var dagplejemor, og at hun ofte havde rigtig mange børn, hun skulle tage sig af. Der ligger udtalt, at far indimellem er blevet overladt til sig selv, når hans mor har skullet tage sig af de andre børn. Fars beskrivelse af forholdet til sin egen far bærer præg af en noget fraværende og autoritær far, der sjældent gav udtryk for sine egne følelser.

I perioden, før parret fik barn, har de rejst meget sammen og beskriver begge forholdet som rigtig godt. Da deres lille dreng bliver født, er de begge glade og lykkelige, men hurtigt bliver det svært. Drengen har svært ved at tage næring til sig. Amningen går i stå, og han får flaske. Han får kolik, og mor og far prøver at samarbejde, men det går ikke så godt. For lidt søvn og for lidt tid til hinanden gør, at de taler mindre og mindre sammen. De skændes mere og mere. Far vil gerne give gode råd, men mor ønsker ingen råd og vil gerne klare det selv. Far starter en affære op ved siden af forholdet. Mor fornemmer, at der er noget galt. Hun konfronterer ham, men han benægter. Mor starter også en affære op, og far opdager det. Hun vælger at bryde ud af forholdet. Far ønsker, at de skal finde sammen igen. Mor ønsker det ikke. Far er belastet af, at mor fortsætter sit forhold med en anden og taler i telefon med ham, når far er hjemme. Far bliver boende, og de bor sammen i flere måneder, før mor flytter. De må vente et par måneder på det første møde i Statsforvaltningen.

Til første møde i Statsforvaltningen møder far op med en meget aggressiv advokat. Far føler sig forstået af sin advokat, der virkelig maler mor i meget negative farver. Trods mange forsøg fra børnesagkyndig og jurist i Statsforvaltningen er det umuligt at få en aftale om, hvem barnet skal bo hos, og hvordan samværet fremadrettet skal være, så sagen ankes til retten.

Far sender mange vrede e-mails til mor hver dag. Mor ignorerer dem og svarer kun på det mest nødvendige. De etablerer en deleordning med barnet. Det er det, de kan blive enige om. Deres økonomi er dårlig, og far bliver nødt til at sælge huset. Mor betaler ikke til huset, der er svært at sælge.

Fars egen mor og far er meget påvirkede af konflikten og vælger at slå hånden af deres svigerdatter.

Far har bopælen og vil ikke give mor den. De ender i retten, hvor mor får bopælen. Far vil ikke skrive under på passet, da mor skal ud at rejse med barnet. Det fører til en ny retssag. Far underskriver passet, inden de skal i retten. Far er voldsomt følelsesmæssigt belastet i de uger, hvor han ikke har sin lille dreng. Der udspiller sig derfor altid konflikter i forbindelse med afleveringen af drengen, der altid foregår på mors bopæl. Han fortæller, at han går hjem og

græder en time efter afleveringen. Han skriver mange hadefulde e-mails til mor og til hendes arbejdsplads. Drengen begynder at mistroives. Han udviser et voldsomt temperament i børnehaven. Far udtaler, at han aldrig vil være til stede sammen med mor, når der er fællesarrangementer i børnehaven, og han kan heller ikke forestille sig, at det kommer til at gøre sig gældende i skolen. Far udtaler, at mor har ødelagt hans liv. Han vil aldrig involvere sig i et forhold igen. Han involverer drengen i sit negative syn på mor og hendes nye partner. Mor, der siger, at hun har forsøgt at samarbejde, bliver bekymret for drengens situation. Mor mener, at det er far, der er for dårlig en far. Far mener, at mor er for dårlig en mor. De ender i Statsforvaltningen til et tværfagligt møde med en jurist og en psykolog, hvor de skal forsøge at aftale en ny samværsmode. Mor har taget sin nye kæreste med. Far har ingen bisidder med. I processen, der er voldsom, er forældrene optaget af at svine hinanden til. Mor har taget en udskrift af alle de e-mails og sms'er, som far har sendt til hende. Psykolog og jurist prøver at få fokus på den lille dreng, der ikke trives. Mor falder til ro og erkender af, at de ikke kan samarbejde bedre. Far forklarer igen og igen, at drengens adfærd skyldes, at mor er gået fra ham, og at hun i øvrigt er en dårlig mor. De kan ikke blive enige om en ny samværsmode for drengen. Far vil fortsætte deleordningen, mens mor ønsker en ordning, hvor mor har drengen i ti dage, og far har drengen i fire dage. Der iværksættes en børnesagkyndig undersøgelse. Statsforvaltningen beslutter på baggrund heraf at indføre en såkaldt 9-5-ordning. Far anlægger en bopæls sag, da han gerne vil have drengen i alle dage med aflevering og afhentning i institution, hvilket også senere bliver aftalt for at mindske konfliktniveauet. Retten beslutter, at mor får bopælsen. I Statsforvaltningen besluttet det senere at organisere samværet i en 10-4-ordning. Psykologen anbefaler, at forældrene deltager i KIFF-kursus eller søger hjælp til at få et bedre samarbejde omkring drengen. Forældrene afslår.

## Diskussion

Ovenstående case kunne være en standardsag i Statsforvaltningen. De findes selvfølgelig med mindre eller mere konfliktadfærd, men det typiske er en proces, hvor forældrene bliver optaget af, hvor inkompetent og dårlig den anden forælder er. De glemmer perspektivet på barnet. Drengens primære problem skyldes ikke samværsmodellen, men derimod forældrenes konflikt. Ofte taber forældrene nej til konfliktmægling og KIFF-kurser.

I denne case reaktiveres fars tilknytningssystem ved aflevering af drengen til mor. Der er mange tegn på, at hans ambivalente tilknytningssystem er hyper-

aktiv. Hans mentaliseringsevne er som følge af denne aktivering lav, og han udviser megen vrede.

Fars anlæggelse af de mange retssager kan ses som et ubevidst forsøg på at håndtere sin angst (for at blive forladt), som han ikke har kontakt til. Det kan sammenlignes med et lille, utrygt, ambivalent barns adfærd med at søge tæt på sin tilknytningsfigur, men uden at kunne finde følelsesmæssig ro ved det. Mor kommer for far til at repræsentere den uforudsigelige forælder, der er baggrunden for hans grundlæggende relationelle sårbarhed.

Fars aggressive adfærd kan også i et tilknytningsteoretisk perspektiv forstås som et forsøg på at beskytte sig mod den ubehagelige følelse af at være blevet forladt – og den angst det udløser på baggrund af tilknytningssystemet. Hans involvering af drengen i konflikten og hans e-mails til mors arbejde, hvor han udstiller hende, kan forstås som et mentaliseringsvigt udløst af sårbarheden i tilknytningssystemet.

Det, at afleveringsstedet ændres til et mere neutralt sted, virker som en måde at undgå, at fars tilknytningssystem aktiveres for meget, og at drengen ikke skal opleve konflikten mellem forældrene.

Der er en række forstærkende faktorer i forhold til konfliktniveauet. Begge forældre har været utro. Fars egne forældre vil muligvis kunne fastholde et konfliktniveau, da de selv er følelsesmæssigt påvirkede af situationen og holder med deres søn. Der har været ventetid i Statsforvaltningen og retssystemet, og fars advokat ved det første møde griber ikke de muligheder, der er, for et forlig.

Sammenfattende vurderes det, at de tilknytningsteoretiske aspekter i denne case giver en grundlæggende teoretisk forståelse af konfliktfeltet mellem parterne og peger i retning af, hvilken intervention der ville kunne have støttet parret i ikke at have udviklet en negativ konfliktspiral.

I dette tilfælde kunne en mere intensiv psykoterapeutisk proces, hvor både mor og far fik indsigt i deres egne tidlige, tilknytningsemæssige betingninger, have skabt forudsætningen for, at de kunne få en indsigt i de mekanismer, der fastholder dem i den negative konfliktodynamik. Det kan være en længere proces, og nogle vil have vanskeligt ved at kunne indgå i den meget krævende følelsesmæssige proces.

I en vis forstand skal parterne arbejde på at blive deres egen gode forælder, der kan rumme og hele de følelsesmæssige sår, de har fået i barndommen. Når denne proces har haft sin virkning, vil de såkaldte KIFF-kurser være relevante, hvor parterne tilegner sig en måde at kommunikere på, der er konfliktssænkende. Alternativt kunne man tilbyde et kortere forløb i parterapeutisk regi,

hvor de sammen får en erkendelse af den dynamik, der har udsplillet sig imellem dem.

En særlig udfordring er at skabe motivation for at indgå i en sådan proces. Det har ofte været hensigtsmæssigt over for forældre i højkonflikt at betone de store negative konsekvenser deres konflikt har for deres børns udvikling og trivsel. Dette budskab formuleret med et tilpasset tydeligt ordvalg har ind i mellem kunnet skabe tilstrækkelig motivation til, at forældrene sammen kan formulere en fælles aftale til gavn for børnene.

### Begrænsninger i at bruge tilknytningsteori som forståelsesramme

Erfaringen fra arbejdet med højkonfliktskilsmisses i Statsforvaltningen og retsinstanser er, at det ikke er alle sager, hvor en tilknytningsteoretisk forståelsesramme er tilstrækkelig til at skabe positiv forandring. Der vil være personer, hvor denne tilgang ikke vil kunne bidrage positivt til processen.

Den tidsmæssige ramme gør det simpelthen ikke muligt.

Der findes ingen enkel teori, der kan ramme alle de variabler, der har indflydelse på en højkonfliktskilsmisses, så det er nødvendigt for de professionelle, der arbejder inden for dette område, at trække på flere teorier (Saini, 2012).

Det er dog sikkert, at de tilknytningsteoretiske overvejelser i det kliniske møde med eksparterne i højkonflikt giver en meningsfuld og teoretisk underbygget model til at forstå dynamikken. I sin essens handler det om, at disse forældre skal finde veje til følelsesmæssigt at berolige sig selv, så de ikke vedlægger og udvikler konflikten.

Der er forskellige andre tilgange til arbejdet med højkonfliktskilsmisses med baggrund i forskellige teoretiske referencerammer. Eksempelvis Wernik (2010) med et mere kognitivt fokus, eller Lebow et al. (2007) med en mere familierapeutisk tilgang. Disse vil kunne supplere den tilknytningsteoretiske tilgang, når den ikke er tilstrækkelig.

### Udvikling af nye metoder i højkonfliktskilsmisses

Teoretisk er der bred enighed om, at eksparterne i en højkonfliktskilsmisses med fordel vil kunne drage nytte af et mere omfattende tilbud end det, der eksisterer i dag.

Saini (2012) peger på, at de kliniske interventioner med højkonfliktfamilier bør sætte fokus på at hjælpe familier i højkonflikt med at få en mere bevidst

adgang til deres følelsesmæssige mønstre, når deres tilknytningssystem udløser en uhensigtsmæssig adfærd.

Greenberg (2006) mener, at disse personer har behov for hjælp til at få adgang til deres primære følelser, som eksempelvis deres angst, og at blive hjulpet til at regulere og transformere deres sekundære følelser af vrede.

Fonagy et al. (2011) anbefaler i forhold til personer med borderlineforstyrrelse, at der terapeutiske arbejde bør sigte på at udvikle parternes evne til at mentalisere. De anbefaler mentaliseringsbaseret terapi.

Ud fra et tilknytningsteoretisk perspektiv er det ikke tilstrækkeligt, at eksparterne i højkonflikt kun får en intellektuel forståelse af separationsprocessen. De vil ofte have behov for en terapeutisk proces, hvor de får mulighed for at håndtere og omorganisere de vanskelige følelser af vrede, skuffelse og tab, så de kan genetablere et godt forhold til deres eksparter og deres fælles børn. Det vil også være væsentligt at udvikle nye arbejdsmodeller for tilknytning, så de ikke længere er styret af de oplevelser, de har haft som børn (Saini, 2012). Dette forudsætter både, at personer vil indgå i et terapeutisk forløb, og at et sådant behandlingstilbud tilbydes.

### Perspektivering

Som det indledningsvis blev påstået, er de tilbud, der gives i Statsforvaltningen, ikke tilstrækkelige til at imødegå de problemstillinger, som familier i højkonflikt lider under. De tilbud til skilsmisseramte, der eksisterer i dag, vælges ofte af de mest ressourcerstærke par. De par, der har allermost brug for et tilbud, med et utrygt tilknytningmønster, vælger tilbuddene fra. Det vil derfor være en særlig opgave at finde veje til at skabe motivation hos disse par og at kunne tilbyde dem et tilstrækkeligt og kvalificeret tilbud.

### Konsekvenser for praksis

De mange resurser, som Statsforvaltningen og retsinstanser bruger på at afgøre sager om bopæl, forældremyndighed og samvær for eksparterne i højkonflikt, skaber i mange tilfælde ikke en holdbar løsning for de involverede børn og familier, men tværtimod vedligeholder de, og indimellem forstærker de, konflikterne mellem parterne.

I Norge har man organiseret familieretten på en anden måde, hvor et forebyggende perspektiv i højere grad er indarbejdet ved at gøre brug af KIFF-kur-



ser og såkaldte skilsmisseforebyggende PREP-kurser på mere omfattende vis. Det er tankevækkende at antallet af sager i familieretten i Norge, der bliver afgjort af retsinstanterne, er markant lavere end i Danmark.

Højkonfliktskilsmisser skaber megen smerte og lidelse hos de børn og forældre, der er viklet ind i disse. Sagerne er ofte meget omkostningstunge for både kommuner, regioner og staten. Et mere intensivt forbyggende arbejde ville kunne reducere den lidelse og smerte, de involverede oplever, og bidrage til at udvikle bedre arbejdsmodeller til at håndtere konflikter, så en negativ social arv ikke videreføres til børnene.

Samtidig vil et mere omfattende forebyggende tilbud på langt sigt kunne reducere nogle af de store omkostninger, der rent samfundsmæssigt er forbundet med disse sager.

## Fremtidig forskning

Statsforvaltningen har en stor berøringsflade med forældre, der er i konflikt og højkonflikt. Man ligger inde med en stor viden, der vil kunne sættes i spil i forskningsmæssigt regi. Den fremtidige forskning bør sætte fokus på at udvikle, implementere og evaluere strategier til at reducere højkonflikt og reducere dens indvirkning på børn og forældre. Her vil det tilknytningsteoretiske perspektiv være et solidt fundament i arbejdet, suppleret med de andre relevante perspektiver, der er på dette forskningsfelt.

## Litteraturliste:

- Amato, P., Keith, B. (1991). Parental divorce and well-being of children: a meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 110(1), 26-46.
- Børns Vilkår: <http://www.bornsvilkar.dk>.
- Center for familieudvikling: <http://www.familieudvikling.dk/kurser-til-skille>.
- Danmarks Statistik: <http://www.dst.dk/da/Statistik/emner/vielser-og-skilsmisser/skilsmisser.aspx>.
- Fonagy, P., Luyten, P., Strathearn, L. (2011). Borderline personality disorder, mentalization and neurobiology of attachment. *Infant Mental Health Journal*, DOI 10.1002/imhj. Published on behalf of the Michigan Association for Infant Mental Health.
- Foreningen Far: <http://www.foreningenfar.dk/nyheder/10-gode-rad-til-statsforvaltningen>.
- Greenberg, L. (2006). Emotion-focused therapy: A synopsis, *Journal of contemporary Psychotherapy*, 36, 87-93.
- Gaulier, B., Mangerum, J., Price, J., A., Windell, J. (2007). *Defusing the High-Conflict Divorce*. Impact Publishers.
- Hart, S., Swartz, R. (2008). *Fra interaktion til relation*. Hans Reitzels forlag.

Hopper, J. (2001). The symbolic origins of conflict in divorce. *Journal of Marriage and Family*, 63(2), 430-445.

Ottosen, M. H., Schwartz, R. (2013). Beskyttelses- og risikofaktorer for skilsmissebørn i deleordninger. *Fokus på Familien 1-2013*, 58-78.

Lebow, J., Rekart, K. N. (2007). Integrative Family therapy for high-conflict divorce with disputes over child custody and visitation. *Family Process*, mar 2007, 47(1).

LeDoux, J. (1996). *The emotional brain. The mysterious underpinnings of emotional life*. New York, NY: Touchstone.

Mikulincer, M., Shaver, P. R. (2007). *Attachment in adulthood. Structure, dynamic and change*. New York, NY: Guilford.

Newlin, J. (2012). *Working with traditional men in the military: Dealing with trauma; in Gender in the therapy hour; Voice of female clinicians working with men*, edited by Sweet, Holly Barlow, s. 235-251. New York, NY, US: Routledge/Taylor and Francis Group.

Saini, M. (2012). Reconceptualizing high-conflict divorce as a maladaptive adult attachment response. *Families in Society: The Journal of Contemporary Social Services*, 93(3), 175-180. DOI: 10.1606/1044-3894.4218.

Seldman, R. S. (1993). Coping with adult romantic relationship loss: An attachment-theoretical perspective. *ProQuest Dissertations and Theses*, 1993. PsycINFO.

Simon, J.-S. (2005). *Imago – kærlighedens terapi*. Dansk psykologisk forlag, 1. ebogsudgave 2010.

Wernik, U. (2010). Mending broken hearts with a throw of a dice. *Sexual and relational therapy*, 26(1), Februar 2011.

## Abstract

*This paper offers an understanding of attachment disorders in high-conflict-divorces, as they have a profound and negative effect on the quality of life and later is a risk for the children to develop pathologic symptoms. In a collapse of living-together a persons specific style of attachment is activated. If the attachment system can be described as insecure, ambivalent or disorganised the separation will become very difficult and stressing followed by a risk of faulty mentalisation and conflict seeking behavior. The aggressive emotions and behavior can, in the perspective of mentalisation, be seen as a way to protect oneself against more basic feelings of anxiety – especially the fear of abandonment. Examples of other disposing factors for conflicts are given. A case illustrates the theory and perspectives are given towards the consequences for clinical practice, the shortcomings of the theory and research for the future.*

**Keywords:** Attachment disorders, mentalisation, divorce, child pathology.