

# Sammenbragte familier

Sammenbragte familier er en meget udbredt familieform. Den er skøn og fuld af svære udfordringer for mange, og for at fungere i en sammenbragt familie, kræver det meget tydelighed, dialog, vilje, kærlighed, ord på følelser af tabuer, sorg og værdier. Nogle af disse berøres i det følgende.



**Af Lone Carmel**  
familierådgiver og  
terapeut. Kandidat i  
pædagogisk psykologi,  
er familierådgiver,  
terapeut og tilbyder  
virksomhedsrådgivning,  
familierådgivning  
og terapi.  
[www.relazion.dk](http://www.relazion.dk)

Jeg hører ofte sætninger som; "jeg er vild med hende, men hendes børn kan jeg ikke holde ud" eller; "jeg er vild med ham, men hans eks-kone blander sig og sidder ligesom med til bords stadig". Den andens børn og dens andens eks, er oftest de sværeste paradokser. Dertil kommer det store spørgsmål om hvor man skal bo – særligt nu hvor mange børn bor på skift en uge ad gangen.

Husk at ingen børn har valgt denne "nye" familie. Det er to voksne der har valgt kærligheden og hinanden og det er primært deres ansvar at få det til at fungere. Til gengæld kan der knyttes tætte relationer på tværs af det biologiske og sociale.

## Alene-tid

En af de særlige udfordringer er, at der sjældent er alene-tid i forelskelsen mellem de voksne. Derfor skal de voksne lære hinanden at kende, mens børnene er til stede. De skal tage sig af deres indbyrdes forhold, samtidig med at de skal lære børnene at kende. Netop derfor skal der rummes mange følelser og tages et særligt ansvar i denne familieform. Alle skal have tid til ændringer i den nye familie med dens mange forskelligheder.

Det er grundlæggende at de voksne taler og finder deres fælles værdier, for de er limen i hele dette puslespil. Endvidere er det en god idé med en åben stor kalender, så aftaler kan koordineres, for mange har i dag, måske flere eks'er at samarbejde med, så systematisér i forhold til tid.

For nogen familier kan det være godt at alle børn er samlet de samme dage, for andre kan det være bedre med nogen overlap, så der kan være lidt "alene-tid", med "hver sin forældres" børn. Tag evt. en snak om at man måske ikke hele tiden behøver være sammen allesammen, det kan være fint ind imellem at dele oplevelserne lidt op – så bliver der mere plads til den

enkeltes behov. Til gengæld kan det være fint at have fælles dage, hvor alle mødes. Rum og tålmodighed er en særlig dyd i nogle af disse konstellationer.

## Der kan opstå jalousi

Giv plads til jalousi og de mange forskellige måder man gør tingene på i en familie. Lige fra almen opdragelse til skik og brug omkring middagsbordet.

For at få synliggjort forskellighederne kan I lave husmøder, og tale om hvordan jeres familie skal være, og sæt trivsel øverst på dagsorden. Hvor er det svært? Hvad kan hver enkelt bidrage med? Hvordan kan vi andre gøre det nemmere for dig? Kan der findes nogen rammer, hvor alle kan mødes? Gør plads til de svære følelser, og hav plads til de forskellige grænser.

Hvordan skilsmissemis forud er forløbet, har stor betydning for ressourcerne i den sammenbragte familie. Hvem der har forsonet eller tilgivet hvem og om der stadig er meget uforløst "stof" tilstede.

Som regel er det de biologiske forældre, der har den største plads i børnenes hjerter. De biologiske forældre skal også fortsat samarbejde omkring barnets skole, venner og trivsel – med opbakning og støtte fra den nye partner på sidelinjen. Det er vigtigt, selvom det kan være hårdt og give en følelse af at være "udenfor". Det er primært den biologiske forælders ansvar at inkludere sin nye kæreste – i forhold til sine børn. Som den nye partner, kan du melde dig ind som bekendt, eller måske en ven (det afhænger også af barnets alder, samt historie) til den andens børn.

Husk at vaner, rutiner og regler i familier er meget individuelle og de tager lang tid at ændre. Giv tid og plads for de meget forskellige følelser og historier, så kan den sammenbragte familie blive fantastisk at leve i. ●

## Inspirerende litteratur:

Jette Meier Carlsen og Jørgen Høg "Stedblomster",

Nancee Kempler og Christine Byriel "stedefamilien - en anderledes familie",

Marie Scott Poulsen "børn på gule plader"

"Fusionsfamilien" af Charlotte Egemar Kaaber