

Julen giver singleforældre kvaler

For landets mange singleforældre og skilsmisseg familier er julen fuld af svære beslutninger, for hvem skal have børnene juleaften? Spørgsmålet debatteres lystigt på et internetforum for singleforældre, og en psykolog giver gode råd.

Familien Danmark gør sig klar til julehyggen, og længe før selve juleaften skal det besluttes, hvor man skal være den 24. december og med hvem. Men for en del er overvejelserne og diskussionerne ekstra svære, for hvem skal være sammen med børnene juleaften? Der bor over 165.000 singlemødre og næsten 20.000 singlefædre i Danmark, og de skilsmisseproblematikker, der skal klares til daglig, kan være endnu sværere at håndtere i december. Dels fordi julen er børnenes fest, og dels fordi der er mange familietraditioner knyttet til specielt juleaften, og de færreste vil derfor – fraskilte eller ej – tilbringe d. 24. december uden deres børn.

Psykolog Henrik Tingleff kender udmærket problematikken, og han har erfaringer med, at det er en udmærket løsning at holde to juleaftener på to forskellige dage. Mange singleforældre er bekymrede for, at det er en forvirrende løsning for børnene, men det er der ikke den store grund til, mener han.

- Børn bliver kun forvirrede, hvis de voksne er forvirrede, så det er bedst at have en klar aftale om eksempelvis at skiftes til hver især at have juleaften og lillejuleaften hvert andet år, siger Tingleff.

Han mener, at det vigtigste er, at man glæder sig sammen med sit barn, for så er det meget sandsynligt at barnet vil lære at glæde sig over, at der er dobbelt-op på alt fra mad til gaver.

Singlefar på nettet

Søren Jensen er en af de mange, der kender til de overvejelser og tovtrækkerier, der kan foregå ved juletid – både mellem forældrene og inde i én selv. Han er weekendfar til en dreng på syv år og har som så mange andre måttet konstruere sine egne juletraditioner i familien.

- Min søn og jeg har det fint med at være sammen hver anden jul. Han har aldrig kendt til andet, og han kender derfor ikke til andre måder at fejre jul. Men jeg sørger for ikke at gøre et stort nummer ud af det de år, hvor vi ikke fejrer jul sammen, siger Søren Jensen.

Han har med sine egne erfaringer i bagagen været med til at starte hjemmesiden Singleplus.dk op, hvor singleforældre mødes for at kunne være sammen med ligesindede, få tips fra folk i tilsvarende situation og gå på jagt efter en kæreste. Flere tusinde singleforældre fordelt over hele landet er tilmeldt Singleplus.dk, og ifølge Søren Jensen er brugerne i øjeblikket meget optaget af spørgsmålet, om det er far eller mor, der skal have børnene juleaften, og hvordan man bedst håndterer juletiden som singleforælder.

- Vi har altid en livlig debat i gang om forskellige emner, men der er en del, der i øjeblikket spørger hinanden til råds om julen. Skal man holde juleaften to aftener i træk, skal man bide afsavnet i sig og lade som ingenting eller skal far og mor måske prøve at enes og så holde jul sammen med børnene, citerer Søren Jensen brugerne på Singleplus.dk.

Børn opfanger konflikterne

Forslaget om at fraskilte forældre skal holde jul sammen, er psykolog Henrik Tingleff fra onlinepsykologerne.dk dog ikke begejstret for.

- Jeg tror, det er de færreste forældre i et forlist ægteskab, der kunne holde en juleaften sammen til børnenes bedste. Juleaften skal være en aften med tryk og rolig stemning, og børn er de bedste til at opfange, hvis der er den mindste antydning af konflikt i luften.

Han pointerer, at det er de voksne, der er optaget af selve datoen 24. december, mens børnene interesserer sig mere for de oplevelser, de forbinder med juleaften.

Også på Barneguiden.dk er Louise Pagsberg optaget af spørgsmålet om skilsmissebørnenes jul. Hun anbefaler, at man lægger en plan for julen og diskuterer den med børnene.

- Skriv det hele ned, så der ikke senere opstår usikkerhed om hvad børnene skal. Når planen foreligger, er det tid til at præsentere den for børnene og høre deres kommentarer og tilføje deres ideer. Det er vigtigt for børnene at få sat ord på deres forventninger og mærke, at de bliver hørt. Det bidrager til trygheden på forhånd at kunne indstille sig på hvad der skal ske og føle at man selv har været med til planlægningen, siger hun.

Søren Jensen har for længst lagt de planer, som de mange forældre på Singleplus.dk for tiden diskuterer med hinanden, så han og sønnen Nicolai får mest muligt ud af de juledage, der er til rådighed.

- De største julegaver fra mig får han hjemme hos sin mor juleaften, og når jeg så skal være sammen med ham, spiser vi en god middag den 27. december og deler lidt gaver ud. På den måde får han den mest "almindelige" jul, jeg kan tilbyde ham.

FAKTA:

Cand. psyh. Henrik Tingleff fra Onlinepsykologerne anbefaler, at skilsmisseforældre har en klar aftale om juledagene, og at de sørger for at glæde sig sammen med børnene.

Singleplus.dk er et mødested, der især henvender sig til singleforældre. Her er der debat, dating, arrangementer og netværk blandt ligesindede.

Singleplus.dk har flere tusinde brugere fordelt over hele landet.

Der bor over 166.515 singlemødre og næsten 18.822 singlefædre i Danmark.

Sidste år blev 37.711 par gift, mens 15.774 par lod sig skille (Danmarks Statistik)