

Mathias' mor og far bor ikke længere sammen. I dag har far hentet Mathias i børnehaven, og de har haft en rigtig hyggelig dag. Nu er Mathias blevet puttet, og hans far ligger ved siden af ham, for Mathias kan ikke falde i søvn. Han ligger og kigger op i loftet, vender sig fra den ene til den anden side og kan slet ikke finde ro. Mathias tænker på sin mor. Hvad hun mon laver lige nu. Tænker hun på ham, og savner hun også ham? Det tør Mathias ikke fortælle sin far, for så tror han måske ikke på, at Mathias syntes, det var rigtig sjovt at lege med alle dyrene i dag.

Mathias' far kan godt fornemme, at Mathias ligger og funderer over et eller andet, og at der er noget, der trykker ham. Mathias' far tænker på, hvordan han kan hjælpe sin søn i den situation, men han føler sig helt magtesløs. Hvad skal han sige? Hvordan skal han indlede? For hvad hvis han får gjort Mathias helt ulykkelig? Det vil næsten ikke være til at bære, og han har som far i forvejen rigtig dårlig samvittighed over, at Mathias må lide under skilsmissen.

**Står du foran, midt i eller efter en skilsmisse? Og mangler du troen på, at I som forældre stadig kan give jeres barn et trygt familieliv ... også selvom I er skilt?**

Det var netop, hvad forfatter og socialrådgiver Camilla Semlov manglede, da hun i 2004 blev skilt og brød sin knap fireårige søns fundament i tilværelsen op. Som alle forældre ønskede hun at give sin søn det allerbedste. Men i dette tilfælde kunne hun ikke opfylde ønsket. For skilsmissen var eneste udvej på et samliv, der ikke længere fungerede. Men behøver det næstbedste egentlig at være så slemt?

Det er muligt at give jeres barn gode vilkår, at finde en deleordning, der virker for alle parter og at finde sammen som ny familie. Og vigtigst af alt: At sørge for, at delebarnet forbliver et helt menneske.

*Det næstbedste* er historien om, hvordan Camilla Semlov og hendes tidligere mand sagde farvel til den traditionelle tilværelse som kernefamilie til i dag at være en helt anden familie – komplet med nye ægtefæller, bonusbørn, bonus- og halvsøskende og et hav af bedsteforældre. Med afsæt i sin egen historie viser Camilla Semlov, hvor afgørende betydning selv små detaljer kan have for dit barns trivsel og mulighed for at navigere ubesværet mellem to hjem.

Bogen giver blandt andet konkrete råd om, hvordan man undgår at skændes foran barnet, hvordan man lærer at stole på, at den anden gør det godt nok, og hvordan man får et godt og tillidsfuldt samarbejde med sin tidligere partner. Sammenhold, samarbejde og sammenhæng er nøgleordene, der hjælper jer som forældre til at skabe en tryk tilværelse for jeres fælles barn.

Det næstbedste kan også være godt nok.

forlaget **INDBLIK**

ISBN 978-87-93068-22-3



CAMILLA SEMLOV

DET NÆSTBEDSTE  
– NÅR FAR OG MOR IKKE BOR SAMMEN



# DET NÆSTBEDSTE

– NÅR FAR OG MOR IKKE BOR SAMMEN

CAMILLA SEMLOV



**“Denne bog burde være obligatorisk til alle forældre, der ikke længere bor sammen.”**  
Adm. dir. Helle Laursen Petersen, [delebarn.dk](http://delebarn.dk)



Camilla Semlov, familierådgiver og indehaver af *hele delebørn*. Siden 1999 har hun arbejdet med skilsmissec familier og med børnenes oplevelse af deres egen situation i et skilsmissecforløb. Erfaringen fra sit arbejde brugte hun i sin egen skilsmissecproces for at hjælpe sønnen Emil på vej og sammen med hans far skabe de bedst mulige vilkår for ham som delebarn.



[www.heledeleborn.dk](http://www.heledeleborn.dk)

*“Det gør et godt indtryk, at forfatteren sideløbende fortæller om egne erfaringer.”*  
Bogvægten

*“Virkelighedsnær brugsbog, som ærligt møder læseren i øjenhøjde med empati og gode redskaber til at håndtere et brud.”*

Dansk Biblioteks Center