

Dziecko w sytuacji rozwodu

Agata Ejsmont

Z doświadczeń pracy z pacjentami w sytuacjach kryzysowych wiem, że rozwód jest jedną z trudniejszych i bardziej skomplikowanych sytuacji. Dotyczy bowiem wszystkich członków rodziny. W szczególności cierpią jednak ci najmłodszy.

Rozstanie rodziców, separacja, wyprowadzenie się któregoś z rodziców z domu jest dla dziecka zawsze bardzo bolesnym doświadczeniem i przeżyciem. Sytuacja jest tym bardziej trudna, jeśli z perspektywy dziecka wszystko wyglądało dobrze i wydawało mu się, że rodzice już zawsze będą razem.

W sytuacji rozwodu dziecko jest świadkiem wielu konfliktów, kłótni, które zdecydowanie naruszają jego poczucie bezpieczeństwa. Rodzice zapominają wtedy o dziecku i bardzo często nie zdają sobie sprawy z tego, jak silne i nieprzyjemne emocje ono przeżywa.

Zazwyczaj my rodzice potrafimy pomóc dziecku najlepiej. Może jednak dojść do takiej sytuacji, kiedy problemy nawarstwiają się i pomoc rodziców może być już niewystarczająca. Potrzebna jest wtedy ingerencja psychologa.

Bardzo ważne jest traktowanie dziecka w sytuacji rozwodu ze specjalną troską i zainteresowaniem. Szacunek dla wrażliwości dziecka, liczenie się z jego potrzebami, a przede wszystkim wiedza rodziców o tym, co dzieje się z dziećmi podczas ich rozstania, sprawiają, że bardzo wiele problemów, negatywnych emocji, cierpienia i krzywdy, można z powodzeniem uniknąć.

Na początku warto zastanowić się jak dzieci rozumieją rozstanie rodziców.

Oczywiście zawsze jest to zależne od wieku dziecka. Im mniejsze dziecko tym mniej rozumie rozwód. Na początku rozumie, że rodzice nie mieszkają razem, ale nie wie dlaczego. W szkole podstawowej zaczyna rozumieć czym jest rozwód, jest w stanie zrozumieć, że rodzice już nigdy nie będą razem. Podobnie wygląda sytuacja u dzieci z gimnazjum czy liceum. Nie oznacza to jednak, że dzieci które rozumieją sytuację, muszą ją zaakceptować.

Dlatego bardzo istotne jest przygotowanie dziecka i przeprowadzenie z nim stosownej rozmowy. Młodszym dzieciom trzeba wyjaśnić sytuację w jak najprostszy sposób. Należy opisać sytuację uczciwie, tak jak ona wygląda naprawdę. Unikać przy tym oceniania siebie nawzajem, okłamywania dziecka i opisywania niemiłych szczegółów. Należy zapewnić dziecko o tym, że nadal będzie miało dwoje rodziców, którzy będą je kochać, pomimo tego, że nie będą mieszkali razem. Należy przygotować się na wiele pytań, nagłych, emocjonalnych reakcji ze strony dziecka. Pamiętaj aby uprzedzić dziecko o tym co się zmieni w jego życiu, a co nie ulegnie zmianie.

Im starsze dziecko, tym więcej szczegółów mu się należy. Opowiedz/opowiedzcie mu co robiliście, żeby ratować związek. Pamiętajcie zawsze, żeby nie oskarżać drugiej strony, nie robić z siebie ofiary i nie reagować zbyt emocjonalnie. Przygotujcie się też na wiele pytań, które mogą paść jeszcze długo po rozmowie. Bądźcie przygotowani na to, że wiele razy

usłyszycie od dziecka to samo pytanie, np.: „Dlaczego tata nie może zostać dzisiaj z nami na noc?”. Pamiętajcie też o tym, że rozwód może mieć również swoje konsekwencje w kontaktach rówieśniczych Waszego dziecka, w szkole i w innych miejscach, w których dziecko spędza czas. Pozwólcie mu odreagować Wasze rozstanie i uszanujcie jego uczucia. Starajcie się też nie obwiniać go za jego złe zachowanie. Są to sygnały, które Wasze dziecko będzie dawać, aby zwrócić uwagę otoczenia na siebie i na swoje problemy.

Temat dziecka w sytuacji rozwodu jest bardzo rozległy i myślę, że wielu czytelników bardzo zainteresuje. Ilość rozwodów w Polsce w roku 2009 wyniosła aż 65 tysięcy i niestety wcale, z roku na rok, się nie zmniejsza. Powrócę więc do tematu przy następnych wydaniach gazety. Rozwinę temat o tematykę związaną z opieką nad dzieckiem w trakcie i po rozwodzie. Pomogę mam nadzieję w ten sposób uniknąć wielu niepotrzebnych problemów.

Przedstawiciele tych zawodów rozwodzą się najczęściej!

Profesor Michael Aamodt z Uniwersytetu Radford opublikował ostatnio wyniki dość ciekawych badań. Zbadał on losy życiowe 449 osób z całego świata, zajmujących się przeróżnymi profesjami. Sprawdził w ten sposób przedstawiciele których zawodów rozwodzą się najczęściej. Z badań jednoznacznie wynika, że osoby, które w swojej pracy mają częsty kontakt z innymi osobami, mają największą tendencję do zdrad. Idąc za jego badaniami najczęściej rozwodzą się tancerze, choreografowie, barmani, masażyści (ok. 40%). Dalej mamy operatorów maszyn przemysłowych, w przemyśle żywnościowym, operatorów telefonii stacjonarnej i komórkowej oraz operatorów maszyn w przemyśle tekstylnym – i to jest już mniej zrozumiałe. Osoby najmniej zagrożone rozwodami to natomiast: inżynierowie rolnictwa, optycy, policjanci drogówki, katecheci, lekarze pediatrzy oraz chemicy (1-6% przypadków rozwodów u przedstawicieli tych zawodów).