



„Wychowanie w Rodzinie” t. XVI (2/2017)

nadesłany: 20.09.2016 r. – przyjęty: 16.05.2017 r.

Maja PIOTROWSKA*

Kilka słów o potrzebie prowadzenia poradnictwa w sytuacji rozwodu w rodzinie. Komunikat z badań

A few words about the need for providing counselling in the event of divorce in the family. The message from the study

Streszczenie

Rozwód w rodzinie dotyka coraz to większą liczbę rodzin w Polsce i na świecie. Wielu badaczy zajmujący się tą tematyką wskazuje na istnienie długofalowych skutków rozwodu, sięgających poza wymiar jednostkowy. Rozwód doświadczany w rodzinie niesie wiele niebezpieczeństw dla wszystkich członków rodziny. Szczególnie dla dzieci. Zazwyczaj są one niewinnymi ofiarami rozwodu swoich rodziców. Udzielenie pomocy i wsparcie ich w tak trudnym dla nich czasie jest niezwykle ważnym elementem powrotu do równowagi życiowej. W prowadzonych badaniach interesuje mnie, z jakimi problemami dnia codziennego spotykają się rodzice w trakcie i po rozwodzie. W jaki sposób rodzice pomagają swym dzieciom w trakcie rozwodu oraz po tym wydarzeniu? Czy korzystają oni z pomocy specjalistycznej? I czego od niej oczekują? W prezentowanym tekście postaram się odpowiedzieć na niektóre z postawionych wyżej pytań.

Słowa kluczowe: rozwód w rodzinie, kryzys w rodzinie, rodzina, dziecko, rodzicielstwo porozwodowe.

* e-mail: majapiotrowska@interia.pl

Instytut Pedagogiki, Wydział Nauk Historycznych i Pedagogicznych, Uniwersytet Wrocławski, J.W. Dawida 1, 50-527 Wrocław, Polska.

Abstract

Divorce in the family is affecting more and more families in Poland and all over the world. Many researchers point out the existence of long-term effects of the divorce extending beyond the individual dimension. A divorce in the family brings a lot of dangers for all family members, and in particular for children. They are usually the innocent victims of the divorce of their parents. Granting help and assistance to them in such a time difficult for them is an extremely important element of the return to the practical balance. In my research I am interested in the problems of everyday life encountered by parents during and after the divorce. How can parents help their children during the divorce, and after the event? Do they take the help of a specialist? And what do they expect from it? In the presented text I will try to answer the above questions.

Keywords: divorce in the family, crisis in the family, family, child, post-divorce parenting.

„Małżeństwo i rodzina są tylko i wyłącznie tym, co sami z nich czynimy”¹.

Carlos Ruiz Zafón

Wprowadzenie

Podjęcie rozważań na temat zagrożeń w życiu rodzinnym, szczególnie tych kończących się rozpadem rodziny i rozwodem, staje się niezwykle doniosłe w czasach późnej nowoczesności. Istnieje wiele argumentów świadczących o tym, iż warto, a nawet należy wciąż mówić i pisać o postępujących procesach dezintegracji wielu rodzin oraz podejmować nowe próby eksplorowania obszarów rozwodowej rzeczywistości wielu rodzin. Do najważniejszych uzasadnień powyższej tezy należy zaliczyć choćby rosnące liczby przeprowadzanych rozwodów w Polsce i na świecie. Oprócz statystyk mamy dzisiaj do czynienia z dużą ilością par kohabitujących, posiadających potomstwo – te rodziny również ulegają rozpadowi, chociaż do formalnego rozwodu nigdy nie dochodzi, ponieważ partnerzy nie byli związani małżeństwem. Nieformalny charakter związku, a tym samym brak wymogu orzeczenia sądu o ustaniu wspólnoty małżeńskiej, wedle niektórych opinii, może ochronić członków rozpadającej się rodziny przed traumatycznymi następstwami postępowania sądowego, publicznego „prania brudów” i ujawnienia wielu faktów, często intymnych z życia rodziny. Brak postępowania sądowego, a w jego rezultacie zakończenia małżeństwa przez rozwód, nie jest w stanie uchronić dorosłych i ich dzieci przed psychologicznymi następstwami dezintegracji systemu rodzinnego. Po drugie, wśród rozwodzących się małżeństw 2/3 posiada dziecko lub dzieci. Oznacza to, że wciąż rośnie liczba dzieci, która na kartach swojej, jeszcze krótkiej, biografii

¹ C.R. Zafón, *Cień wiatru*, Wydawnictwo Muza, Warszawa 2012, s. 2.

zapisła niezwykle doniosłe wydarzenie krytyczne, które będzie w sposób niebagatelny rzutowało na ich teraźniejsze i przyszłe losy. Doświadczenie rozwodu może być i coraz częściej jest interpretowane jako druga szansa dla dorosłych partnerów na nowe, lepsze od dotychczasowego, pozbawione uprzednich błędów życie. Należy mieć jednak świadomość istniejących w nim zagrożeń, szczególnie tych o charakterze długofalowym, a dotyczących najmłodszych członków rozwiedzionej rodziny. Doświadczenie tak trudne emocjonalnie dla członków zdeintegrowanej rodziny, jakim jest rozwód uwidacznia coraz bardziej palącą potrzebę opracowywania profesjonalnych programów pomocowych dla osób w sytuacji kryzysu. Pomoc ta powinna obejmować swym zasięgiem wszystkie etapy procesu dezintegracji struktur systemu rodzinnego: etap przedrozwodowych kłótni i walk, etap rozwodu właściwego oraz czas porozwodowy, kiedy osłabiona doświadczeniem krytycznym rodzina reorganizuje swe siły w powrocie do utraconej równowagi.

W prezentowanym tekście skupię się na opisanu i przeanalizowaniu trudności, które ujawniają się w szeroko rozumianym czasie kryzysu rozwodowego w rodzinie, w relacji dorosły – dziecko z perspektywy rodziców. A tym samym pragnę podkreślić żarliwą potrzebę zaistnienia w naszym systemie pomocowym profesjonalnych źródeł wsparcia dla osób (dorosłych i dzieci) doświadczających rozwodu w rodzinie.

Zjawisko rozwodu w rodzinie w świetle literatury przedmiotu

Problematyka kryzysów i rozwodu w rodzinie podejmowana jest szeroko zarówno przez badaczy polskich, jak i tych poza naszymi granicami. Szeroko opisywane są psychologiczne i społeczne (zarówno jednostkowe, jak i rodzinne) następstwa, które niesie ze sobą to wydarzenie. Moim zdaniem, by jak najlepiej uchwycić wielowymiarowość zjawiska rozwodu, warto odwołać się do koncepcji Paula Bohannana – sześciu typów rozwodu², w której autor dogłębnie analizuje każdy z odrębnych jakościowo obszarów, a tym samym różne płaszczyzny wydarzenia rozwodu, mające niebagatelne znaczenia dla jego całościowego odbioru przez jednostki weń uwikłane.

Pierwszy z typów rozwodu, wymienionych przez Bohannana, to rozwód emocjonalny, zapoczątkowujący serię zmian w obrębie życia pary i rodziny. Charakterystyczną cechą rozwodu emocjonalnego jest stopniowe oddalanie się od siebie partnerów, przy coraz większym poczuciu dyssatisfakcji z wzajemnego pożycia. Co najczęściej objawia się niechęcią, obojętnością we wzajemnych relacjach oraz zanikiem pozytywnych uczuć wobec małżonka. Drugi rodzaj

² M. Beisert, *Rozwód. Proces radzenia sobie z kryzysem*, Fundacja Humaniora, Poznań 2000.

rozvodu to rozwód legalny. Utrzymujące się niezadowolenie oraz coraz częstsze napięcia między dwojgiem dorosłych, także pomimo podejmowanych prób ratowania związku, często owocuje podjęciem decyzji o formalnym rozwodzie. Od tej pory zmienia się status poszczególnych osób i całej rodziny, która z formy pełnej przechodzi transformację w kierunku rodziny rozwiedzionej, niepełnej, zdeorganizowanej, monoparentalnej. W wyniku przeprowadzenia rozwodu legalnego ujawniają się kolejne typy, będące konsekwencją zaistniałej sytuacji. To rozwód rodzicielski, określający zmiany w relacji rodzice – dziecko/dzieci. Jego istota polega na uregulowaniu kilku problemów, tj.: ustanowieniu rodzica opiekuńczego, wskazaniu miejsca zamieszkania dzieci, określeniu typu opieki oraz oddzieleniu kontaktów partnerskich od kontaktów rodzicielskich. Kolejny, obejmujący metamorfozy, jakie zachodzą w sytuacji materialnej rodziny, to rozwód ekonomiczny, wywołujący w obrębie rodziny wiele tarć, kłótni i walk o majątek. Piąty typ, wymieniony przez autora, to rozwód środowiskowy, dotyczący z kolei modyfikacji zachodzących w życiu towarzyskim rozwiedzionej pary. Ostatni to rozwód psychiczny, dotyczący procesu uzyskiwania psychicznej autonomii na drodze odseparowywania się od wpływów byłego partnera. To proces żmudny, polegający na rekonstrukcji własnej tożsamości, zmianach w poziomie samooceny, zmaganiu się z pozostałością gniewu i żalu wobec byłego partnera oraz tworzeniu nowych planów na przyszłość³.

W obliczu tak zarysowanych typów rozwodu należy przyjrzeć się zadaniom, które to wielowymiarowe i niejednoznaczne w swym odbiorze społecznym wydarzenie krytyczne stawia przed osobami w nie zaangażowanymi. Judith S. Wallerstein zarysowuje dwa zestawy takich psychologicznych zadań. Osobno dla dorosłych i dla ich dzieci. Wskazuje, że inne jakościowo zadania na drodze powrotu do utraconej równowagi życiowej mają do wykonania dorośli (z jednej strony przyjmując dla nich zupełnie nową rolę – byłych małżonków, z drugiej jako rodzice), odmienne dzieci doświadczające rozwodu swoich rodziców. Dorośli mają dwa główne zadania do wykonania. Obejmują one odbudowanie swojego życia w taki sposób, by mogli wykorzystać drugą szansę daną przez rozwód. Na to zadanie składają się poszczególne etapy wymagające od osób dorosłych zakończenia swojego małżeństwa, przeżycia żałoby po stracie, odbudowania i wzmocnienia siebie, złagodzenia lub opanowania negatywnych emocji, rozpoczęcia życia od nowa („ruszenie do przodu”) oraz stworzenie nowej, trwałej relacji, będącej lepszą od poprzedniej lub ustabilizowanie satysfakcjonującego życia bez małżeństwa (odbudowa)⁴. Wraz z tymi zadaniami dorośli muszą się zmierzyć z trudnym czasem przystosowania do nowej sytuacji, szczególnie do silnie odczuwanej samotności, następującej po czasie życia w parze oraz przyjęciem nowej roli głowy zdeintegrowanej rodziny i często wzięcie

³ Tamże, s. 96–97.

⁴ J.S. Wallerstein, S. Blakeslee, *Druga szansa. Mężczyźni, kobiety i dzieci dziesięć lat po rozwodzie*, Charaktery, Kielce 2006, s. 331–335.

całkowitej odpowiedzialności za wychowywanie dzieci. Drugie, niezwykle istotne zadanie obejmuje wsparcie i ochronę swych dzieci, szczególnie przed uwikłaniem ich w wojnę prowadzoną przez dorosłych. Wielu rodziców boryka się z zaistniałymi u dzieci, w wyniku sytuacji rozwodowej, problemami emocjonalnymi oraz zmianami w zachowaniu. Rodzice muszą pomóc swym dzieciom w przejściu przez czas rozvodu i lata następujące po nim⁵. Tym bardziej że lista psychologicznych zadań dla dzieci w obliczu rozvodu rodziców jest długa i trudna w realizacji. W ramach tych zadań dzieci powinny uświadomić sobie rzeczywistość rozpadu małżeństwa rodziców, spróbować „oderwać się” od konfliktu rodziców i powrócić do swych codziennych dziecięcych spraw, uporać się ze stratami wynikłymi z doświadczenia rozvodu rodziców, nauczyć się radzić sobie z gniewem i samoobwinianiem oraz zaakceptować trwałość (nieodwracalność) rozvodu rodziców, i pokonać strach przed powtórzeniem błędów swych rodziców, a tym samym osiągnąć gotowość do wchodzenia w autentyczne relacje interpersonalne⁶. Wallerstein podkreśla, że przepracowanie przez dziecko doświadczenia rozvodu rodziców może trwać przez kilka, a nawet kilkanaście lat (od 10 do 15 lat). W tym czasie nieodzowne wydają się pomoc i wsparcie rodziców, niezależnie od etapu rozwojowego dziecka, którzy mogą zminimalizować zagrożenie, a tym samym złagodzić możliwe negatywne następstwa rozvodu. Tym bardziej że wydarzenie rozvodu wymusza niejako na dziecku odnalezienie się w nowej sytuacji, która nastąpiła i wobec której najczęściej czuje się bezsilne. Musi poradzić sobie od tej pory z poczuciem braku stałości w rodzinie, do którego było przyzwyczajone, i które było mu dobrze znane.

Reakcje na rozwód w rodzinie i funkcjonowanie w sytuacji kryzysu dzieci w różnym wieku

Siła oraz skutki przeżywanego przez dziecko stresu z powodu rozstania rodziców zależą od wielu różnych czynników. Specjaliści (Judith S. Wallerstein, Kuba Jabłoński, Martin Herbert) za istotne kryteria, do oszacowania możliwych reakcji i trudności związanych z funkcjonowaniem psychospołecznym dziecka, uznają wiek, płeć, indywidualne cechy osobowościowe dziecka, stopień przywiązania do rodziców oraz jakość i kształt wzajemnych relacji. Za ważne uznają także percepcję małoletniego sytuacji domowej przed rozводом i w jego trakcie. Projektując działania pomocowe dla uwikłanych w rozwód rodziców dzieci, należy brać powyższe czynniki pod uwagę. Najczęściej, niezależnie od wieku, rozwód rodziców napawa dzieci lękiem, sprawia, że wpadają w panikę, obawiając się, że rozstanie rodziców będzie miało na nie negatywny wpływ. Większość

⁵ Tamże, s. 336.

⁶ Tamże, s. 343–349.

dzieci nie umie też mówić o własnych uczuciach, a ich uczucia przejawiają się raczej w nagłych zmianach zachowania niż komunikatach werbalnych. Na ogół dzieci źle radzą sobie ze smutkiem, dlatego często przyjmują rolę błazna udając, że wszystko jest w porządku. Dla wielu dzieci to czas wielkiej samotności, ponieważ rodzice owładnięci własnym cierpieniem, walką, kłótniami, zapominają o nich⁷.

Najważniejszym zadaniem rozwojowym najwcześniejszego okresu życia jest stworzenie specyficznego związku z matką i ojcem, którzy to od tego czasu stają się dla dziecka najważniejszymi osobami w życiu, gwarantującymi poczucie bezpieczeństwa i przewidywalność zdarzeń. Tworzą się wówczas fundamenty ufności dziecka wobec jego rodziców, a tym samym do świata. Niemowłeta nie posiadają świadomości, że ich rodzice się rozwodzą. Wyczuwają jednak atmosferę panującą w domu i emocje przeżywane przez głównego opiekuna. Dwu-, trzylatki rozumieją, że rodzice nie mieszkają razem, niewiedzą tylko dlaczego⁸.

Dziecko w wieku przedszkolnym żyje nadzieją, że jego rodzice pogodzą się w końcu i do siebie wrócą, by być znowu szczęśliwą rodziną⁹. Dla dzieci w wieku 3–5 lat najbardziej dotkliwą konsekwencją rozstania rodziców jest doświadczenie zmiany i poczucie straty (zarówno wyrażającej się w poczuciu straty pełnej rodziny, jak i jednego z rodziców, który na co dzień już nie mieszka z dzieckiem). Będąc w tym okresie rozwoju dzieci doświadczające rozvodu swoich rodziców bardzo boją się porzucenia i przejawiają tendencję do przypisywania sobie winy za rozpad małżeństwa rodziców. Jak wskazuje Wallerstein:

„[...] w rodzinach, w których dzieci mają mniej niż sześć lat, można śmiało powiedzieć, że większość dzieci, których rodzice się rozwodzą, będzie o to obwiniać siebie”¹⁰.

W tym czasie dzieci stają się impulsywne w swych działaniach i agresywne wobec najbliższego otoczenia. Są bezradność wobec wydarzeń dziejących się w rodzinie wyładowują na kolegach z przedszkola i podwórka¹¹.

Dzieci w wieku szkolnym zaczynają pomalu rozumieć, co to jest rozwód. Wiedzą, że rodzice przestali się kochać i nie będą już razem mieszkać¹². W tym wieku dzieci martwią się o swoich rodziców i bardzo tęsknią za tym, który jest

⁷ J.S. Wallerstein, S. Blakeslee, *Rozwód a co z dziećmi?*, Wydawnictwo Zysk i S-ka, Poznań 2005, s. 52–53.

⁸ Tamże, s. 60.

⁹ A. Lewicka-Zelent, M. Wąsik, *Funkcjonowanie psychospołeczne dzieci rozwodzących się rodziców*, [w:] A. Lewicka-Zelent, K. Korona (red.), *Dziecko a rozwód. Bajki dla dzieci rozwodzących się rodziców*, Wydawnictwo Difin, Warszawa 2015, s. 90.

¹⁰ J.S. Wallerstein, S. Blakeslee, *Rozwód a co z dziećmi?*..., dz. cyt., s. 70.

¹¹ A. Lewicka-Zelent, M. Wąsik, *Funkcjonowanie psychospołeczne dzieci rozwodzących się rodziców*, [w:] A. Lewicka-Zelent, K. Korona (red.), *Dziecko a rozwód*..., dz. cyt., s. 91.

¹² M. Tański (red.), *Dziecko w rozwodzie. Poradnik dla rodziców*, Centrum Mediacji „Partners” Polska, Warszawa 2005, s. 6.

nieobecny. Sytuacja domowa rzutuje na ich osiągnięcia i sukcesy edukacyjne. Dzieci doświadczające rozvodu rodziców nie potrafią się skupić na zajęciach w szkole, opuszczają się w nauce i zaczynają sprawiać trudności wychowawcze. Może się u nich ujawnić poczucie wstydu przed rówieśnikami z powodu zmian dokonujących się w strukturze rodzinnej. To wszystko rzutuje na ich obecność i przyszłą samoocenę. Powstaje niebezpieczeństwo utraty wiary we własne możliwości¹³. W tym czasie rodzi się także poczucie konfliktu lojalności. Mogą pojawić się dolegliwości somatyczne, będące efektem doświadczanego silnego stresu. W starszym wieku szkolnym (9–10 lat) dzieci bardzo boją się tego, co nastąpi. Rosnący w nich gniew wyładowują w szkole, na boisku oraz kierują go w stronę rodziców. Jednocześnie martwią się o rozwodzących się dorosłych i pragną ich pocieszyć. W tym czasie następuje również rozwój poczucia moralności, co skutkuje wyrażaniem przez dzieci dość krytycznych, a czasami bardzo surowych ocen, odnoszących się do zachowań, jakie prezentują ich rodzice¹⁴.

Nastolatki rozumieją, co to jest rozwód, ale wcale nie muszą go akceptować¹⁵. To dla dziecka trudny rozwojowo okres wielu zmian, hormonalnej burzy, labilności emocjonalnej, poszukiwania, eksperymentowania i określania własnej tożsamości. Rozwód rodziców to kolejna silnie obciążająca je zmiana, z którą muszą sobie poradzić. Dzieci w tym wieku uważają rozwód rodziców za ich ogromną porażkę. Obawiają się, że skoro dorosłym nie udało się stworzyć stabilnego związku i one mogą mieć takie problemy w przyszłości i powtórzyć błędy swoich rodziców. Dla młodych ludzi to czas wielkich ideałów, to, co robią ich rodzice często spotyka się z ostrym osądem moralnym i wystawioną naganą. Bardzo niebezpieczną reakcją nastolatków na konflikt w rodzinie bywa rozluźnienie więzi emocjonalnej z rodziną. Objawia się to zazwyczaj wycofaniem młodych ludzi z sytuacji trudnej, której nie są w stanie sprostać. Pojawiają się skłonności do niekontrolowanych zachowań ekstremalnych. Rodzi się niebezpieczeństwo zwrócenia się w stronę środowisk rówieśniczych o charakterze przestępczym, patologicznym. Z uwagi na wiek, dzieci te mogą mieć także poczucie nadmiernego obciążenia, związanego z przyjęciem większej odpowiedzialności za kształt i funkcjonowanie rodziny (opieka nad młodszym rodzeństwem, przyjęcie roli głowy rodziny – w przypadku chłopców, wspieranie i pocieszanie rodzica, który pozostał)¹⁶.

¹³ A. Lewicka-Zelent, M. Wąsik, *Funkcjonowanie psychospołeczne dzieci rozwodzących się rodziców*, [w:] A. Lewicka-Zelent, K. Korona (red.), *Dziecko a rozwód...*, dz. cyt., s. 91.

¹⁴ J.S. Wallerstein, S. Blakeslee, *Rozwód a co z dziećmi?*..., dz. cyt., s. 94.

¹⁵ M. Tański (red.), *Dziecko w rozwodzie...*, dz. cyt., s. 6.

¹⁶ J.S. Wallerstein, S. Blakeslee, *Rozwód a co z dziećmi?*..., dz. cyt., s. 103–120.

Opis założeń metodologicznych i wyniki badań własnych

W prowadzonych przeze mnie badaniach o charakterze jakościowym udział wzięło dwadzieścia osób dorosłych, szesnaście kobiet i czterech mężczyzn, będących rodzicami dzieci po doświadczeniu rozwodu. Wszyscy badani znajdowali się w okresie średniej dorosłości, wszyscy byli mieszkańcami województwa dolnośląskiego. Podstawowym narzędziem badawczym stał się jakościowy wywiad badawczy z przewodnikiem do wywiadu¹⁷.

W prowadzonych badaniach najbardziej interesowało mnie: Z jakimi problemami wynikającymi z relacji rodzic – dziecko spotykają się badani dorośli w trakcie i po swoim rozwodzie? Które z nich uważają za najbardziej obciążające? W jaki sposób mierzą się z tymi trudnościami? Samodzielnie czy szukają raczej pomocy specjalistycznej?

W zainicjowanych przeze mnie wywiadach narratorzy często wskazywali na sytuacje pojawiające się zarówno w okresie rozwodu, jak i po rozwodzie, w których potrzebowaliby skorzystać z pomocy profesjonalisty. Kogoś, kto dałby im wskazówki, w jaki sposób postępować, co mówić, jak reagować. Na potrzeby tego artykułu odniosę się do dwóch sytuacji, w których znajdują się rodziny w trakcie i po kryzysie rozwodu, z którymi moi narratorzy mieli najwięcej trudności, za sprawą których doświadczali poczucia bezradności i bezsilności.

Najczęściej sygnalizowaną trudnością rozwodzących się i rozwiedzionych rodziców jest brak wiedzy czy pomysłu na to, w jaki sposób powiedzieć dziecku o mających nastąpić zmianach w obrębie rodziny. Jak poinformować je o planowanym rozwodzie, co powiedzieć, by nie cierpiało. Tak opowiadali o tym moi narratorzy:

„Nie miałam pojęcia, jak mu to powiedzieć. Jak dobrać odpowiednie słowa, by 5-cio letniemu dziecku powiedzieć, że jego ukochany tato nie będzie już z nami mieszkał. Pamiętam, że nie spałam po nocach zastanawiając się, co mam zrobić... Bałam się skrajnych reakcji” (kobieta, lat 37).

„Wiedziałem, że dzieci będą płakać, są związane bardzo i ze mną i z moją byłą żoną. I tego chyba się najbardziej bałem, że ich nie opanuję. Starsza córka coś przeczuwała, ale dla młodszego to był po prostu szok. Pamiętam, że nie mogłem z siebie wydobyć słowa, jakby coś stało mi w gardle” (mężczyzna, lat 40).

„Głowiłam się nad tym bardzo długo, tym bardziej, że mój były mąż miał to gdzieś. On by najchętniej nic nie mówił, bo i po co. Według niego Lenka jest za mała, by coś zrozumieć. I zostawił mnie z tym całkiem samą” (kobieta, lat 38).

¹⁷ Zob.: S. Kvale, *Interviews. Wprowadzenie do jakościowego wywiadu badawczego*, Trans Humana Wydawnictwo Uniwersyteckie, Białystok 2004.

„U nas nie było żadnej rozmowy. Tak jakoś się to wszystko rozeszło... Dzieci widziały co się w domu wyprawia. Nie pytały, może liczyły, że się to jakoś wszystko poukłada, jak zawsze, gdy najpierw była awantura, a potem znowu szczęśliwa rodzina na chwilę...” (kobieta, lat 40).

Jak wynika z powyższych wypowiedzi przekazanie dzieciom informacji o rozwodzie sprawia dorosłym wiele trudności. Zazwyczaj nie wiedzą ani co powiedzieć, ani w jaki sposób to zrobić. Towarzyszy im obawa, że dziecko bardzo to przeżyje i wolą nie narażać je na doświadczenie bólu i cierpienia. Niektórzy wskazywali, że dziecko i tak nic nie zrozumie, bo jest małe, co stawało się dla nich argumentem za niepodejmowaniem takiej rozmowy i odkładaniem jej na konkretnie niesprecyzowaną przyszłość. U większości narratorów dominowały uczucia strachu przed tym, że dziecko źle zareaguje na ową informację, a wtedy już zupełnie tracą inicjatywę i nie będą wiedzieli, co robić.

Zaplanowanie i przygotowanie się do rozmowy z dzieckiem, podczas której poinformuje się je o mającym nastąpić rozstaniu, wymaga od rodziców i wiele odwagi, i taktu oraz dobrej znajomości swojego dziecka. Przeprowadzenie takiej rozmowy nie jest łatwe, wiąże się bowiem z szeregiem trudnych emocji, ujawniających się w jej trakcie współwystępujących często z płaczem dzieci, agresją fizyczną i/lub werbalną skierowaną w stronę, informujących o rozwodzie, rodziców. Nie ma łatwego i prostego sposobu na odbycie takiej rozmowy z dzieckiem. Nie ma też gwarancji, że nawet najbardziej przemyślana i przygotowana rozmowa uchroni dziecko przed bolesnymi uczuciami smutku, gniewu czy osamotnienia. Jednakże uczciwa i szczerza rozmowa pozwoli poczuć dziecku, że jest ważne dla swoich rodziców i że troszczą się oni o jego dobro. Dzieci mają prawo do bycia poinformowanymi o tym, co dzieje się z ich rodziną, mają prawo do prawdy. Podczas takiej rozmowy najlepiej wyjaśnić dzieciom, że rodzice podjęli decyzję o rozstaniu oraz co ona oznacza dla całej rodziny i poszczególnych jej członków. Na taką rozmowę powinno się wygospodarować odpowiednią ilość czasu, by móc spokojnie porozmawiać; należy wybrać dzień, kiedy wszyscy będą w domu. Warto, aby po takiej rozmowie rodzice mieli czas dla swoich dzieci na ewentualne pytania, które mogą pojawić się wraz z upływem czasu, kiedy dzieci przemyślą to, co zostało im zakomunikowane. Ogromną rolę odgrywają tutaj takie czynniki, jak: otwartość, szczerzość, okazanie własnego smutku z powodu rozpadu małżeństwa i rodziny (o ile tak jest naprawdę). Skrywanie uczuć przez rodziców może emocjonalnie zablokować dziecko i zbudować w nim przekonanie, że te uczucia są złe i należy je zdusić jeszcze w zarodku. Niezwykle istotne jest, by w trakcie tej rozmowy rodzice zapewnili swoje dzieci, że nadal je bardzo kochają i nie są one niczemu winne¹⁸. Planując przebieg takiej rozmowy warto brać pod uwagę wiek, płeć dziecka, stopień przywiązania do

¹⁸ Por.: J.S. Wallerstein, S. Blakeslee, *Rozwód a co z dziećmi?...*, dz. cyt.

rodziców oraz jego indywidualne cechy, po to, by osiągnąć jak najlepszy rezultat. Dziecko musi wiedzieć, że jego rodzice mają kontrolę nad dziejącymi się wydarzeniami, że wiedzą dokąd zmierzają w swoim postępowaniu oraz jak będzie wyglądało ich przyszłe życie, tylko wtedy może konstruktywnie adaptować się do następujących zmian. Gdy obserwuje zanurzonych w chaosie rodziców, bez perspektyw i planów na zaprojektowanie tej nowej czekającej ich wszystkich przyszłości, odczuwa ogromny strach przed tym, co przyniosą następne dni.

U podstaw drugiej, sygnalizowanej często, trudności leżał, moim zdaniem, brak wiedzy, w jaki sposób pomóc dziecku w obliczu rozwodu rodziców. Moi narratorzy wskazywali na mnogość reakcji dzieci, które zaczęły ujawniać się wraz z nastaniem konfliktu rozwodowego i często trwają nadal, pomimo zakończenia formalnego rozwodu. Oto niektóre z ich wypowiedzi:

„Nie wiedziałam, jak odpowiadać na te wszystkie pytania, reagować na te wszystkie wybuchy gniewu, kiedy krzyczała, że mnie nienawidzi itp. To był koszmar! Czułam się totalnie bezradna” (kobieta, lat 40).

„Pewnego dnia zadzwoniła do mnie nauczycielka, że moja spokojna, kochana córeczka pobili się na przerwie ze swoją koleżanką. Nie mogłam w to uwierzyć! Gdy odbierałam ją ze szkoły usłyszałam tylko: Kasia powiedziała, że muszę być bezradziejna, że tato mnie zostawił i teraz ma nowego synka. Powiedz, w czym jestem gorsza od niego? Serce mi się pokrajało” (kobieta, lat 38).

Nie tylko rodzice mieszkający z dzieckiem są świadkami doznawanego przez nie cierpienia. O swoich doświadczeniach tak opowiadał jeden z ojców odwiedzających swe dziecko dwa razy w tygodniu:

„Widziałem, jak się smuci, jak przeżywa to wszystko i jak nie chce się ze mną rozstawać za każdym razem, gdy przyjeżdżałem. Nie miałem pojęcia, co robić, jak to wytłumaczyć, że teraz tak już musi być” (mężczyzna, lat 38).

Powyższe wypowiedzi rodziców ujawniają wielość reakcji, jakie towarzyszą ich dzieciom w trakcie i po rozwodzie, gdy rodzina zamieszkuje osobno. Rodzice obserwują cierpienie swych dzieci i często odczuwają własną bezradność. Nie wiedzą, jak ulżyć im w cierpieniu. W jaki sposób na nowo zbudować pełną ufności i poczucia bezpieczeństwa relację z dzieckiem. Warto, by w tym czasie rodzice wykazali się niezwykłą uważnością na potrzeby dziecka. Rozmawiali z dzieckiem dużo, nie okazując gniewu. Pytali je, czy mogą coś zrobić, żeby przestało się martwić sytuacją w domu, by poczuło się lepiej. Dzieci muszą usłyszeć od swoich rodziców, że nie są odpowiedzialne za to, co się stało, że w każdej sytuacji rodzice będą się o nie troszczyć i je chronić. A kształt rodziny, w której się teraz wychowują, nie oznacza, że są gorsze. Rodzice powinni dodać swym dzieciom otuchy i chwalić je za to, że w obliczu tak trudnej sytuacji są bardzo dzielne. Po rozpadzie rodziny dobrze skontaktować się ze szkołą

dziecka i powiadomić nauczyciela o zaistniałej sytuacji, umówić się na rozmowę z pedagogiem lub psychologiem szkolnym. Opracować wspólnie z nauczycielem plan postępowania ze sprawiającym trudności wychowawcze dzieckiem. Nade wszystko jednak rodzice powinni pokazywać własnym przykładem, że nad wszystkim panują, a ich wzajemne relacje cechuje szacunek. Warto zadbać o to, by dziecko miało dobry kontakt zarówno z matką, jak i z ojcem, by nie stawiać je w obliczu konfliktu lojalności – od obojga potrzebuje w tej sytuacji wsparcia¹⁹.

Rodzice mogą zrobić wiele, by pomóc i wesprzeć dziecko w tym trudnym dla niego okresie życia. Przede wszystkim powinni zadbać o to, by:

- zwracać uwagę na zmiany w sposobie wypowiedzania się i zachowania dziecka, które to mogłyby być zapowiedzią głębszego problemu (np.: samoobwinianie się, przeciągający się stan depresyjny, zachowania agresywne i anty-społeczne),
- zapewnić dziecku sferę prywatności, miejsce, w którym może wyrazić swoje emocje lub побыć w ciszy i samotności,
- poświęcać mu swój czas i uwagę, zawsze go wysłuchać,
- szczerze odpowiadać na każde pytania²⁰,
- umiejętnie podejmować trudne tematy i rozwiewać pojawiające się wątpliwości,
- pozwolić dzieciom wyrażać smutek i mówić o nim,
- utwierdzać dzieci w przekonaniu, że są kochane przez obydwójce rodziców, pomimo że nie mieszkają już razem.

Zakończenie

Zaprezentowane powyżej wypowiedzi osób badanych ujawniają palącą potrzebę prowadzenia działań specjalistycznych o charakterze psychoedukacyjnym dla rozwodzących się/rozwiedzionych już rodziców.

W oparciu o przeprowadzone rozmowy można wyartykułować również inne formy pomocy, jakich potrzebują rodzice w tym ciężkim dla nich czasie. Można do nich zaliczyć:

- wskazówki, w jaki sposób samemu zmagać się z własnymi przeżyciami wynikającymi z rozwodu,
- różnorodne formy wsparcia ze strony szkoły, by lepiej radzić sobie z pojawiającymi się reakcjami dzieci na wydarzenie rozwodu,
- pomoc specjalistyczna dla dziecka (poradnictwo psychologiczno-pedagogiczne, terapia, działania zindywidualizowane i grupowe).

¹⁹ Tamże.

²⁰ M. Herbert, *Rozwód w rodzinie*, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2005, s. 25.

Na podstawie przeprowadzonych badań mogę stwierdzić, iż rodzice doświadczający rozvodu wskazują na potrzebę wsparcia i profesjonalnej pomocy w tym trudnym dla nich czasie. Wobec powyższego niezbędne staje się przygotowanie propozycji pomocowych dla tej właśnie grupy odbiorców. Propozycji o charakterze interdyscyplinarnym i kompleksowym, łączącym w sobie działania wielu specjalistów z różnych obszarów nauki (doradcy rodzinni, pedagodzy, psycholodzy, nauczyciele, lekarze), mogących wesprzeć dziecko i jego rodziców w obliczu rozvodu w rodzinie.

Bibliografia

- Beisert M., *Rozwód. Proces radzenia sobie z kryzysem*, Fundacja Humaniora, Poznań 2000.
- Herbert M., *Rozwód w rodzinie*, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2005.
- Kvale S., *Interviews. Wprowadzenie do jakościowego wywiadu badawczego*, Trans Humana Wydawnictwo Uniwersyteckie, Białystok 2004.
- Lewicka-Zelent A., Wąsik M., *Funkcjonowanie psychospołeczne dzieci rozwodzących się rodziców*, [w:] A. Lewicka-Zelent, K. Korona (red.), *Dziecko a rozwód. Bajki dla dzieci rozwodzących się rodziców*, Wydawnictwo Difin, Warszawa 2015.
- Wallerstein J.S., Blakeslee S., *Druga szansa. Mężczyźni, kobiety i dzieci 10 lat po rozwodzie*, Charaktery, Kielce 2006.
- Zafón C.R., *Cień wiatru*, Wydawnictwo Muza, Warszawa 2012.