

„Gdy rodzice się rozwodzą ...”

Jak wynika z danych GUS liczba rozwodów w Polsce stale rośnie. Każdego roku sądy orzekają około 65 tysięcy rozwodów. Wśród rozwodników ponad 50% to małżeństwa z przynajmniej jednym małoletnim dzieckiem. Z perspektywy psychologicznej rozwód uznawany jest jako jedno z najbardziej stresogennych wydarzeń w życiu każdego człowieka. Nie ma znaczenia z jakiego powodu dochodzi do rozpadu życia rodzinnego, emocjonalne konsekwencje są zawsze bardzo duże.

W zależności od wieku reakcje dzieci na rozwód rodziców mogą być różne. Niewątpliwie sytuacja ta zaburza ich cały dotychczasowy świat, nie wiedzą, jak będzie wyglądało ich życie, szukają winnych, czują się bezradne i nieszczęśliwe.

Dziecko w wieku przedszkolnym bardzo często zmaga się z poczuciem winy, przyczyną rozwodu upatruje w swoim złym zachowaniu („tatuś zostawił nas, bo byłem niegrzeczny”). Zdarza się, że przejawia zachowania o charakterze regresji – moczy się w nocy, ssie kciuk, wymaga bardzo bliskiego kontaktu z obojgiem rodziców. Często przeżywa niepewność i lęk, przez co miewa kłopoty z zasypianiem, boi się ciemności, budzi się w nocy. Może pojawić się również tzw. myślenie magiczne – dziecko żyje nadzieją, że rodzice znów będą razem.

U dzieci w wieku 6-8 lat najczęściej występującą reakcją jest lęk, silne poczucie osamotnienia czy zdrady. Dziecko może czuć, że musi wybierać, wobec którego z rodziców być lojalnym. Może też wyrażać silną złość na tego rodzica, którego wini za rozpad rodziny.

Dzieci w wieku 9 – 12 lat mogą przeżywać głębokie poczucie straty, żalu i bezradności. Bardzo często wstydzą się przed innymi tego, co się dzieje w rodzinie. Mogą doświadczać różnych dolegliwości somatycznych. Nagromadzona złość może prowadzić u nich do zachowań agresywnych.

Dziecko w wieku dojrzewania (13-18 lat) może czuć nadmierne obciążenie emocjonalne związane z koniecznością udzielania wsparcia rodzicom. Ponad to może czuć się zmuszone do samodzielnej decyzji dotyczącej tego, z którym rodzicem chce pozostać. Bardzo często dochodzi również u dzieci w tym wieku do chronicznego zmęczenia, problemów z koncentracją uwagi oraz wycofania z kontaktów z rodzicami.

Według badań przeprowadzonych na grupie dzieci w wieku 8-15 lat, dzieci najbardziej w sytuacji rozwodu rodziców, boją się, że:

- „Rodzice powiedzą, że rozwód jest przeze mnie”
- „Moi rodzice zaczną się bić albo krzyczyć na siebie”
- „Mój tata powie mi, że nie lubi, kiedy jestem z mamą”
- „Mama i tata będą się kłócić przy mnie”
- „Mama będzie brzydko mówić o tacie”
- „Mama będzie nieszczęśliwa”
- „Nie będę wiedzieć, jak powiedzieć o rozwodzie rodziców moim kolegom i znajomym”.

Bibliografia:

1. Wydawnictwo edukacyjne Parpamedia - „Gdy rodzice się rozwodzą ...”
2. Centrum Mediacji Partners Polska – „Dziecko w rozwodzie”