



# ROZWÓD OCZAMI DZIECKA

"Moi rodzice przestaną mnie kochać skoro się rozwodzą"

"Teraz oddadzą mnie do domu dziecka"



"To już koniec naszej rodziny. Już nigdy nie będzie tak jak kiedyś..."

Dlaczego rozwód lub rozstanie rodziców często omawiane jest w kategoriach straty?

*Na kolejnych infografikach rozpatrzymy poszczególne etapy zachowania się dziecka podobne do etapów przeżywania żałoby.*



# ROZWÓD OCZAMI DZIECKA

## CZ.1 ROZWÓD JAKO STRATA

*Rozwód lub rozstanie rodziców jest dla dziecka zmianą dotychczasowego życia. Często wyprowadzka i rzadsze spotkania z jednym z rodziców są równoznaczne z utratą rodzica lub nawet całej rodziny na stałe. Z tego powodu w uzasadnionych przypadkach zachowanie dziecka można rozpatrywać w oparciu o stadia rozwijającej się żałoby lub straty.*

### **Etap 1. Zaprzeczanie**

- Rodzice, skupiając się na konflikcie pomiędzy sobą, nie rozmawiają z na ten temat z dzieckiem
- Dziecko ma nadzieję, że kryzys pomiędzy rodzicami jest przejściowy
- Kiedy dziecko nie otrzymuje od rodzica informacji o planowanych zmianach, nie ma możliwości przygotowania się do nich
- W takiej sytuacji dziecko stara się przewidywać konsekwencje ("Na pewno rodzice oddadzą mnie do domu dziecka!")
- Na podstawie takich przypuszczeń dziecko wysuwa błędne wnioski (np. "Jestem kłopotem dla rodziców")
- **EMOCJE** jakie towarzyszą dziecku na tym etapie to głównie: niepewność, lęk ALE pamiętajmy, że pojawiają się także inne



# ROZWÓD OCZAMI DZIECKA

## CZ.1 ROZWÓD JAKO STRATA

### **Etap 2. Gniew i bunt**

- Często z powodu istniejącego pomiędzy rodzicami konfliktu, dziecko musi wybierać pomiędzy jednym a drugim rodzicem (np. z kim chce iść do kina, kogo bardziej kocha). To stawia dziecko w trudnej sytuacji. Dziecko może chcieć iść do kina z tatą ale boi się, że mama się za to obrazi.
- Włączanie się do konfliktu pomiędzy rodzicami osoby trzeciej (np. babci) także nie jest dobrym rozwiązaniem, gdyż to daje dziecku obraz kolejnej osoby, która skierowana jest przeciwko jednemu z rodziców.
- To powoduje kumulację w dziecku emocji, które dotychczas w sobie tłumilo.
- W końcu dochodzi do wybuchu **EMOCJI**: złość na tym etapie jest naturalną reakcją dziecka na zmiany.
- Dziecko złości się samo na siebie, uważając, że rozpad rodziny jest jego winą ("Byłem niegrzeczny więc rodzice się rozwiedli"). Z tego powodu w kolejnej fazie podejmuje próby "scalania" związku rodziców.
- Często dziecko obwinia także za rozstanie jednego z rodziców. Wtedy w stosunku do niego przejawia nadmierną agresję i złość.
- Nadmiar złości może prowadzić do pojawienia się zachowań autodestrukcyjnych, takich jak samookaleczanie.



# ROZWÓD OCZAMI DZIECKA

## CZ.1 ROZWÓD JAKO STRATA

### **Etap 3. Negocjacje**

Dziecko chce spróbować "naprawić" to, co zepsuło się pomiędzy rodzicami, przez to jego działania przybierają różne formy :

- ja jako bohater - jeśli kłótnie dotyczą np. bałaganu, dziecko będzie sprzątało, aby zapobiec wystąpieniu kłótni
- ja jako kozioł ofiarny - jeśli dziecko zauważy, że rodzice potrafią lepiej się porozumieć kiedy ono jest np. chore, będzie symulowało chorobę aby spowodować lepszy kontakt pomiędzy rodzicami
- ja jako maskotka/klaun - dziecko może przybierać postać klauna, aby spróbować rozładować napięcie pomiędzy rodzicami, wprowadzić poprawę nastroju
- ja jako dziecko wycofane - dziecko może próbować odizolować się od rodziców i toczących się pomiędzy nimi sporów, aby nie sprawiać im dodatkowych kłopotów.

Tendencja do odgrywania przez dziecko takich ról powinna zwrócić uwagę rodziców. Świadczy to o tym, że dziecko zaczyna wchodzić w rolę dorosłego i brać odpowiedzialność za to aby przywrócić rodzinę do stanu normalności. Kiedy zauważysz niepokojące sygnały - porozmawiaj z dzieckiem i powiedz, że to rodzice ponoszą całkowitą odpowiedzialność za rozstanie.

**EMOCJE** jakie pojawiają się na tym etapie: złość dziecka na siebie, że nie potrafi naprawić swojej rodziny oraz na rodziców, że nie potrafią się porozumieć, nadzieja na naprawę relacji w rodzinie.