



Rozwód rodziców widziany oczami dziecka.



Bardzo trudne sytuacje w małżeństwie prowadzą niekiedy do rozstania rodziców.



Nierzadko jest ono poprzedzone licznymi napięciami i konfliktami, których świadkami są dzieci.

Tymczasem rodzice powinni być świadomi tego, że sytuacja rozstania jest trudna nie tylko dla nich, ale przede wszystkim dla ich pociech.

Mimo przeżywania intensywnych emocji powinni pamiętać, że rozwód jest ich wyborem.

Wszystko, co dzieje się w małżeństwie, jest wynikiem działań osób dorosłych. Nawet kiedy rozpad rodziny jest wynikiem trudnych, czasem długotrwałych sytuacji, nie mogą zapominać, że dziecko może mieć odmienny obraz wydarzeń. Naturalną potrzebą dziecka jest bowiem kochać oboje rodziców i być przez nich kochanym. Dlatego, pomimo wszystko, chce ono zachować dobre wspomnienia o chwilach spędzonych z mamą i tatą.

W związku z tym, wielkim błędem rodziców jest oczekiwanie, aby dziecko opowiedziało się po którejś ze stron rozpadu ich związku. Sytuacja taka rodzi w dziecku **poważny w skutkach konflikt lojalnościowy**. Dziecko uwikłane w niego staje się ofiarą manipulacji, polegającej na „przeciąganiu” go na stronę jednego z rodziców, poprzez niszczenie obrazu drugiego.

Przejawami takiego postępowania rodzica, może być marginalizowanie udziału nieobecnego rodzica w życiu dziecka oraz jego krytykowanie. Rodzice pod wpływem silnych emocji, nie zdają sobie sprawy z tego, że przedstawianie byłego partnera jako osoby złej i bezwartościowej, wywołuje emocjonalny ból i bezpośrednio uderza w osobiste poczucie własnej wartości dziecka. Mając złego rodzica, samo zaczyna czuć się gorsze od innych.



Dziecko przeżywające konflikt lojalnościowy, często jest zmuszone do ukrywania tęsknoty za drugim rodzicem, by nie zranić tego, z którym przebywa. Czasami nawet samo odrzuca rodzica by zadowolić drugiego. Niestety **placi za to wielką cenę**, którą jest utrata więzi z rodzicem. Często w dorosłości przeżywa z tego powodu wyrzuty sumienia, poczucie niskiej wartości, a nawet depresję.



Nierzadko dzieci obwiniają się za decyzję rodziców i biorą odpowiedzialność za zaistniałą sytuację na siebie. Wyobrażają sobie, że rodzice nie chcą być ze sobą, bo to one były nieposłuszne, używały niewłaściwych słów, mówiły nieprawdę czy niewystarczająco dobrze uczyły się.

Dla dziecka zmiany jakie niesie za sobą rozwód, wiążą się ze zburzeniem dotychczasowego porządku, są źródłem niepewności, lęku i utraty poczucia bezpieczeństwa.



Dlatego rodzice powinni dążyć do zminimalizowania kosztów rozstania.

W obliczu wszystkich trudności, jakie przeżywają dzieci, ważne jest „wzniesienie” się ponad podziałami, właśnie dla ich dobra.

Z dzieckiem należy rozmawiać i uświadamiać mu, że decyzja, którą podjęli rodzice, nie ma nic wspólnego z jego zachowaniem. Należy je upewniać, iż mimo, że sytuacja się zmieni, nadal będzie kochane przez obojga rodziców.

W nowej sytuacji należy dążyć do tego, aby sytuacja dziecka była możliwie stabilna. Lepiej jest, jeżeli dziecko pozostaje przy jednym rodzicu, a drugi je odwiedza. Dla wielu dzieci, zwłaszcza młodszych, ważne jest aby w jego otoczeniu nie robić zmian. W pokoju, w którym mieszka, powinny być te same przedmioty i zabawki. Rodzic, który pozostaje z dzieckiem, powinien starać się poświęcić mu jak najwięcej czasu na rozmowy, wspólne zabawy, a jeśli jest to potrzebne, na pomoc w odrabianiu lekcji.

Jest ważne dla dziecka, aby odwiedzający rodzic nie zaniedbywał umówionych spotkań. Dzieci zawsze czekają na nie i nie mogą trwać w niepewności, czy do nich dojdzie, czy nie. Jeśli na drodze stoi przyczyna nie do pokonania, np. choroba, rodzic powinien odpowiednio wcześniej wyjaśnić zaistniałą sytuację.



Wspólnie spędzony czas powinien być poświęcony wyłącznie dziecku. Dobrze jest kiedy rodzic jest otwarty na oczekiwania dziecka, a z drugiej strony sam wychodzi z atrakcyjnymi propozycjami. Często dzieci spragnione są rozmowy, umiejętnego słuchania, ciepła i serdeczności.



Niewłaściwym sposobem postępowania jest” kupowanie”
uczucie dziecka, poprzez zrzucanie go drogimi zabawkami.

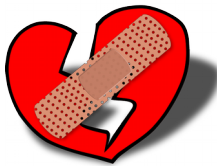
Głębokich więzi i uczuć nie da się wypełnić wartościami materialnymi.

Ważnym elementem, stabilizującym życie rodzinne po rozstaniu rodziców, jest komunikacja między rodzicami.



W sprawach dotyczących dzieci, powinni rozmawiać bezpośrednio i rzeczowo. Niestety, częstym błędem jest delegowanie dzieci jako posłańców w sprawach, które nie powinny do nich należeć.

Jeśli sytuacja jest na tyle konfliktowa, że rodzice nie potrafią oddzielić swoich emocji od racjonalnych decyzji, niezbędna jest pomoc psychologa. Pomoc taka daje szansę na ujrzenie sytuacji w pewnym dystansie i podjęcie odpowiednich działań, aby chronić zdrowie psychiczne swoich dzieci.



Elżbieta Leśniak - Drozdowicz