

Dijete i razvod braka

Vrbanec, Judita

Undergraduate thesis / Završni rad

2016

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **University of Zagreb, Faculty of Teacher Education / Sveučilište u Zagrebu, Učiteljski fakultet**

Permanent link / Trajna poveznica: <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:147:032410>

Rights / Prava: [In copyright](#) / [Zaštićeno autorskim pravom.](#)

Download date / Datum preuzimanja: **2024-05-14**

Repository / Repozitorij:

[University of Zagreb Faculty of Teacher Education -
Digital repository](#)



SVEUČILIŠTE U ZAGREBU
UČITELJSKI FAKULTET
ODSJEK ZA ODGOJITELJSKI STUDIJ

PREDMET: Razvojna psihologija

JUDITA VRBANEC

ZAVRŠNI RAD

DIJETE I RAZVOD BRAKA

Čakovec, rujan 2016.

SVEUČILIŠTE U ZAGREBU
UČITELJSKI FAKULTET
ODSJEK ZA ODGOJITELJSKI STUDIJ
Čakovec

PREDMET: Razvojna psihologija

ZAVRŠNI RAD

KANDIDAT: Judita Vrbanc

TEMA I NASLOV ZAVRŠNOG RADA: Dijete i razvod braka

MENTOR: dr. sc. Tea Pahić

Čakovec, rujan 2016.

SADRŽAJ

Sažetak	4
Summary	5
1. UVOD	6
2. RASTAVA BRAKA U HRVATSKOJ.....	7
3. KAKO DJETETU OBJASNITI RAZVOD BRAKA	8
3.1. Uvjeti za optimalan razgovor s djecom.....	9
4. ČEGA SE DJECA U RAZVODU NAJVIŠE BOJE	11
5. REAKCIJA I UTJECAJ RAZVODA BRAKA NA DIJETE ODREĐENE DOBI	12
5.1. Tromjesečno dijete	12
5.2. Dijete u dobi od 4 do 5 mjeseca	13
5.3. Dijete u dobi od 5 do 6 mjeseci.....	13
5.4. Dijete u dobi od 7 do 8 mjeseci.....	13
5.5. Dijete u dobi između 10 i 11 mjeseci.....	14
5.6. Dijete u dobi između 1. i 3. godine	14
5.7. Dijete u dobi između 3. i 5. godine	15
5.8. Dijete u dobi između 6. i 8. godine	16
5.9. Dijete u dobi između 9. i 10. godine	17
5.10. Dijete u dobi od 11. do 13. godine	19
5.11. Dijete u dobi od 14. do 17. godine	20
5.12. Dob od 18 godina naviše.....	21
6. KAKO POMOĆI DJECI DA PRIHVATE I PROĐU KROZ RAZVOD BEZ VEĆIH POSLJEDICA	22
6.1. Razgovor	22
6.2. Aktivnosti	24
7. KAD JEDAN RODITELJ ŽELI „UNIŠTITI“ DRUGOGA.....	25
8. ZAKLJUČAK	28
9. LITERATURA	29
Kratka biografska bilješka.....	31

Sažetak

Svaki odgajatelj svakodnevno provodi vrijeme s barem jednim djetetom koje je prošlo ili prolazi kroz rastavu braka svojih roditelja. Iz tog je razloga sadržaj ovog rada usmjeren na djecu u procesu razvoda braka, i cilj mu je proširiti znanje, dati optimalne mogućnosti za pomoć djeci, uz adekvatan pristup i metode koje se u odnosu s djecom mogu koristiti. Tema je razrađena kroz slijedeće naslove: Rastava braka u Hrvatskoj, Kako djetetu objasniti razvod braka, Uvjeti za optimalan razgovor s djecom, Čega se djeca u razvodu najviše boje, Reakcija i utjecaj razvoda braka na dijete određene dobi, Kako pomoći djeci da prihvate i prođu kroz razvod bez većih posljedica i Kad jedan roditelj želi “uništiti” drugoga.

I vrlo malenom djetetu se na njemu primjeren način može reći što se između njegovih roditelja događa i pripremiti ga na rastavu braka. Proces razvoda je vrijeme kada su roditelji često usmjereni na sebe i svoju bol, povrijeđenost više nego inače, dok djeci treba upravo suprotan redoslijed pažnje i emocija - tad su im razgovori, iskrena briga i posvećenost najviše potrebni. Razgovor u kojem će roditelji prvi put s djecom progovoriti o razvodu braka koji slijedi uvelike će utjecati na djecu i ostaviti utisak koji nikad neće potpuno nestati. Iz tog je razloga taj razgovor neizmjereno važan i u radu su objašnjene smjernice i uvjeti kako da on bude optimalan za djecu. Djeca u svakom razvojnem razdoblju drugačije reagiraju i doživljavaju razvod, pa su prema razdobljima i objašnjene reakcije djeteta i utjecaj na dijete. Brojne su aktivnosti koje stručnjaci koriste i preporučaju kako bi dijete pravilno prošlo kroz razvod, izražavajući svoje emocije, a ne ih potiskujući. Posljednji naslov u radu govori o osvetoljubivim partnerima te zaštiti djece i odnosa između djeteta i roditelja u takvim okolnostima.

Ključne riječi: Dijete, razvod braka, razgovor s djecom, reakcije djece, pomoć djetetu

Summary

Every preschool teacher spends time with a child that went through or is going through their parents' divorce on a daily basis. This is the reason why this paper deals with children in the divorce process and its goal is to spread knowledge and to give optimal possibilities for helping children with an appropriate approach and appropriate methods which can be used in communication with the children. The subject is elaborated through the following titles: Divorce in Croatia, How to approach the child on the subject of divorce, Conditions for an optimal conversation with children, The greatest fears of children going through divorce, Reactions of children and the influence of divorce on children of a specific age group, How to help children accept and go through the divorce without bigger consequences and When one parent wishes to “harm” the other.

A very small child can be talked to with an appropriate approach about the things happening between his/her parents, as well as he/she can be prepared for the divorce. The process of getting a divorce is when the parents are often focused on themselves and their own pain and suffering more than usually, while children need the opposite sequence of attention and emotions – that is the time when conversations, true care and dedication are most needed. The conversation in which the parents will talk to the child about the upcoming divorce for the first time will greatly influence the child and leave an imprint that will never fully disappear. For that reason, the conversation is of extreme importance and the directions and requirements on making the conversation optimal are explained in the paper. Children of different age groups respond in different ways to their parents' divorce, so the reactions and influences are explained according to the age group. There are numerous activities which experts use and recommend in order for the child to go through the divorce properly while expressing his/her emotions and without repressing them. The last title in the paper talks about revengeful partners and protecting the child and the relationship between the child and the parents in such circumstances.

Key words: The child, divorce, conversation with children, children's reaction, helping the child

1. UVOD

Razvod braka nešto je s čime se danas gotovo svakodnevno susrećemo. S razvodima se bave mnogi stručnjaci, postoje brojna savjetovišta za bračne parove koji su se odlučili na rastavu, može se pronaći nebrojeno mnogo literature te tematike. Ovaj je rad izrazito usmjeren na djecu koja prolaze ili su prošla kroz razvod braka svojih roditelja. Kako se oni osjećaju, kroz što prolaze, koja je njihova uloga, kakve posljedice razvod braka roditelja na njih ostavlja? Kako im na optimalan način objasniti što se događa i pomoći im da prođu kroz to bez većih i trajnih posljedica? To su sve pitanja na koja ovaj rad daje odgovore, počevši od razvoda braka u Hrvatskoj, do zaštite djece i odnosa između djeteta i roditelja u odnosima gdje je jedan od partnera osvetoljubiv, nestabilan i agresivan

2. RASTAVA BRAKA U HRVATSKOJ

Rastava braka u Republici Hrvatskoj provodi se po odredbama Obiteljskog zakona objavljenog u Narodnim novinama (116/03, 17/04, 136/04 i 107/07). Rastava se provodi na sudu, zainteresirane stranke mogu prijedlog za rastavu dati zajednički ili tužbom - ako samo jedna strana pokreće razvod. Na prvom ročištu sud upućuje stranke na provođenje posredovanja u odgovarajućem Centru za socijalnu skrb, a u roku od tri mjeseca Centar daje stručno mišljenje koje dostavlja strankama, a koje one trebaju priložiti sudu. Sva su daljnja pitanja odvijana na sudu. Sud često traži mišljenje Centra kome je bolje povjeriti djecu na odgoj i skrb. Sud u brakorazvodnoj parnici odlučuje o razvodu braka, kome će se povjeriti djeca na odgoj i skrb, visini alimentacije te susretima i druženju djeteta s drugim roditeljem. Visina alimentacije ovisi o podatku Ministarstva zdravstva i socijalne skrbi koji se jednom godišnje u travnju objavljuje u Narodnim novinama, a govori o minimalnom iznosu alimentacije za dijete koje živi s drugim roditeljem. U pitanjima i odlukama što je za dijete najbolje, sud se rukovodi odredbama Međunarodne konvencije o pravima djeteta usvojene 20. studenog 1989. Rasprava o imetku također se odvija na sudu, ali u drugom postupku (Lüpkes, 2010).

3. KAKO DJETETU OBJASNITI RAZVOD BRAKA

Brojni autori daju prijedloge objašnjenja razvoda braka primjerene i jasne djetetu. Beyer i Winchester (2006, str. 10-11) kažu slijedeće: “Rastava je način na koji odrasli rješavaju probleme odraslih. Roditelji se ne rastaju od tebe, oni se rastaju jedno od drugoga. Tata i mama nisu zato prestali voljeti tebe. To nikada nemoj zaboraviti”.

Na početku roditelji djeci trebaju reći da su se voljeli kad su se vjenčali i da su mislili da će cijeli život provesti zajedno, da su bili presretni kad su se oni rodili jer su željeli obitelj. Zatim bi trebali reći da se više ne slažu i da čine jedno drugog nesretnim, da su vrlo različiti te žele drugačije živjeti. Potrebno je jasno reći i što to znači da žele drugačije živjeti. Primjerice: “Tata radi sedam dana u tjednu i često je na poslovnom putu. On voli svoj posao i, iako želi provoditi vrijeme i s vama, osjeća da će biti nesretan bude li manje radio. Mama je jako usamljena i nesretna i želi da on bude više kod kuće.” Ili nešto poput “Mama je vrlo bliska s djedom i bakom. Gotovo je stalno s njima, a tata bi htio samostaliju obitelj” (Wallerstein i Blakeslee, 2006, str. 20).

Roditelji imaju utjecaj na način na koji će djeca prebroditi rastavu. Ako im daju informacije iskreno i otvoreno, uvjerit će ih da su sigurna. Govoreći im svaki put iznova da su važna, da ih vole i da ih nikad neće prestati voljeti, roditelji vode djecu kroz oluju rastave braka. Djeca zauvijek pamte kako, gdje i što su im roditelji rekli na kraju svojeg braka. To je jedan od najvažnijih razgovora u njihovu životu. Ona trebaju znati što će se s njima dogoditi te da ona nisu razlog rastave, da ih roditelji i dalje vole jednako. Mnoga djeca rastavljenih roditelja se žale da im u tom trenutku nitko ništa nije objasnio. Mnoga su saznala o prekidu na dan selidbe jednog od roditelja. To je za djecu zastrašujuće i time se ugrožava njihov osjećaj sigurnosti, povećava tjeskoba, te ona gube povjerenje i u roditelje i u cijeli svijet (Beyer i Winchester, 2006).

3.1. Uvjeti za optimalan razgovor s djecom

Prema Beyer i Winchester (2006), uvjeti koji omogućuju optimalan razgovor s djecom o razvodu braka roditelja su sljedeći:

(1) Oba roditelja trebaju biti prisutna: Čak i ako je prekid neugodan i težak, roditelji trebaju ostaviti vlastite razmirice sa strane i zajedno razgovarati s djecom. Važno je da tijekom razgovora izgledaju smireno i samopouzdana, kako bi djeca mogla vjerovati da se na njih mogu osloniti čak i u vrijeme krize. Ako iz nekog razloga jedan od roditelja neće biti prisutan kad se djeci govori o rastavi, bitno je da ga drugi roditelj ne krivi pred djecom, da uvjeri djecu da će ih oboje nastaviti vidati (naravno, samo ako je to točno), da odobravaju njihovu ljubav i prema drugom roditelju, da mogu postaviti bilo kakva pitanja i jednom i drugom roditelju, te da je odluka bila obostrana - da su i otac i majka odlučili da ne mogu živjeti zajedno.

(2) S djecom treba razgovarati istodobno: Ako roditelji imaju više djece, treba ih okupiti i sa svima zajedno razgovarati. S vremenom je dobro razgovarati i sa svakim djetetom posebno, no kad prvi put čuju novosti bitno je da budu zajedno. Ako se rastava objašnjava pojedinačno, mogu se pojaviti problemi koji će zakomplicirati i otežati situaciju. Primjerice, ako razgovor započne sa najstarijim djetetom, roditelji će ga zamoliti da ne kaže ništa mlađima dok oni prvi ne porazgovaraju s njima. Starije dijete to može protumačiti kao poruku da se rastava provodi potajno i da obitelj nije u stanju o tome otvoreno razgovarati, dok će se mlađe dijete ukoliko sazna od starijeg osjećati zapostavljeno i još više zabrinuto nego u normalnim okolnostima.

(3) Treba biti iskren i pružiti prikladne informacije: Roditelji djeci trebaju objasniti da će živjeti na odvojenim mjestima. Trebaju im reći da su se jako trudili popraviti stvari, ali nisu mogli ostati zajedno, da im je žao što brak nije uspio, ali da čine ono što je za sve njih ispravno. Cilj je objasniti djeci što se događa i kako će to utjecati na njih, uvjeriti ih da će se i dalje brinuti o njima i pružiti im sve što im treba. Djeca ne trebaju znati za sve probleme koje roditelji imaju, trebaju čuti da brak nije funkcionirao i da im je žao što se to dogodilo.

(4) Treba im reći da rastava nije njihova krivnja: Gotovo uvijek djeca krive sebe za rastavu roditelja. Roditelji trebaju djeci i za vrijeme rastave i poslije nje govoriti da prekid nije

njihova krivnja. Djeca trebaju čuti tu poruku opet i svaki puta iznova.

(5) Roditelji trebaju djecu uvjeriti u svoju ljubav: Djeca se često boje da će mama i tata prestati voljeti i njih, budući da su se međusobno prestali voljeti. Roditelji trebaju djeci reći da se odrasli ponekad prestanu voljeti ili živjeti zajedno, ali nikad ne prestanu voljeti svoju djecu. Djeca trebaju znati da su oba roditelja bila sretna kad su oni ušli u njihove živote, te da ih nikad neće prestati voljeti, bez obzira na to jesu li u braku ili nisu.

(6) Roditelji trebaju s djecom razgovarati o budućem načinu života: Djeca trebaju znati sve detalje vezano uz novi dom ili novi način života, novi raspored boravka i posjeta. Stoga roditelji trebaju pružiti djeci onoliko informacija koliko mogu, koliko u trenutnoj situaciji znaju, te ih uvjeriti da će učiniti sve što je u njihovoj moći da bi se njihovi životi što manje poremetili. Ukoliko imaju više djece, najbolje je ne razdvajati ih, jer će jedno drugome sad posebno trebati i biti potrebna podrška.

(7) Roditelji trebaju pitati djecu što žele znati: Vrlo je važno da roditelji potaknu djecu da postavljaju pitanja i kažu im što ih brine ili zanima vezano uz rastavu. Manja djeca ne razumiju što zapravo rastava znači i mnoge stvari će pogrešno shvatiti i brinuti se.

(8) Roditelji ne smiju tražiti krivca: Nužno je da roditelji ne pokazuju da se međusobno okrivljuju zbog rastave. Djeca moraju osjetiti da smiju voljeti oba roditelja. Zbog svaljivanja krivnje na drugog roditelja, djeca se mogu osjećati kao da krive njih. Otkrivanje detalja o neslaganjima, sarkastične primjedbe ili napeta tišina vrlo su jasni i vidljivi djeci. Tada djeca svjedoče neprijateljstvu roditelja, što može uzrokovati dalekosežne posljedice.

4. ČEGA SE DJECA U RAZVODU NAJVIŠE BOJE

Djetetu nijekati očitost problema ili mu zatajiti što se događa u trenutku kad mu se jedan od roditelja nalazi pred vratima s kovčegom u rukama, isto je što i reći mu da nije važno svojoj obitelji i da je to što se događa u obitelj previše ozbiljno da bi ono bilo dostojno njihova objašnjenja. Lijek za dijete čiji se roditelji rastaju i koje se nalazi u neizvjesnosti i strahu da će biti ostavljeno, jest iskren razgovor i strpljivost primjereni njegovim godinama i zrelosti (Rodriguez, 2007).

Rodriguez (2007) kaže da je osjećaj napuštenosti za dijete možda mnogo jači od bilo kojeg drugog. Djecu odmah treba obavijestiti o tome što se događa među roditeljima i kako će sve izgledati ubuduće, kako ne bi odrasla u uvjerenju da nisu dovoljno važna svojim roditeljima ili da su učinila nešto toliko strašno da su kažnjena napuštanjem.

Autorica Sandra Lüpkes (2010) navodi sljedeće razloge zbog kojih dijete pati i muči se prilikom rastave braka svojih roditelja: Strah (moj tata/moja mama napušta me, iako su se nekada voljeli, hoće li on/ona to učiniti i meni?), krivnja (možda se nisam dobro ponio, pa sam time prouzročio probleme, jesam li mogao nešto spriječiti?), osjećaj vlastite vrijednosti (naslijedio sam tako mnogo osobina od oca/majke na koje se onaj drugi sada tuži, jesam li loš?), čežnja (ne mogu više toliko često koliko bih želio viđati oca/majku, što ako me on/ona zaboravi?), sram (moja obitelj nije dobro funkcionirala, ali kod drugih je sve u redu, smatraju li me drugi čudakom?), gnjev (moji roditelji dobro znaju kako je njihovo ponašanje za mene bolno, zašto je njima to svejedno?), konflikt zbog lojalnosti (volim oba roditelja pa i kada ocrnjuju jedno drugoga, moram li se odlučiti za jednoga?), osjećaj odgovornosti (moram sam izaći na kraj s ovom situacijom, jer moji roditelji imaju toliko posla sami sa sobom, zašto im ne mogu pomoći?), identifikacija s istim spolom (tata kaže da je mama furija, kao i sve žene, a mama smatra da je tata tipičan mačo tip, a što sam onda ja?), zabrinutost za budućnost (kuća se mora prodati, mama mora ići raditi, a stalno se svađaju zbog novaca, jesmo li sada siromašni?), sugestivno razmišljanje (ako sada čvrsto u to vjerujem, sve će opet bit dobro, na kraju krajeva mi ipak pripadamo zajedno, zašto to ne shvaća nitko osim mene?)

5. REAKCIJA I UTJECAJ RAZVODA BRAKA NA DIJETE ODREĐENE DOBI

Koliko će se djeca dobro nositi s razvodom ovisi o psihičkom zdravlju roditelja skrbnika, djetetovim karakteristikama, socijalnoj podršci unutar obitelji i šire zajednice, i dr. (Berk, 2008).

Kratkotrajnim reakcijama smatraju se reakcije djece koje traju do dvije godine nakon razvoda roditelja. To su gotovo uvijek povećana agresija i/ili depresija. Česta su i društveno neprihvatljiva ponašanja, smanjena društvenost, usporen kognitivni razvoj. Dugotrajne reakcije su oblici ponašanja koji postaju svojevrsan način življenja, svojstven pojedincima i u zreloj dobi. Istraživanja pokazuju da djeca čiji su roditelji rastavljeni češće postižu nižu obrazovnu razinu, kasnije su u životu slabije plaćena, u odnosima s partnerima su kritična, nepovjerljiva i manjeg su bračnog zadovoljstva (Čudina-Obradović i Obradović, 2006).

Neke osjećaje i reakcije na razvod braka roditelja možemo primjetiti u svakoj životnoj dobi djece. Također je svako dijete različito te genetski i okolinski uvjeti imaju svoj utjecaj. Ipak, svaka razvojna dob djeteta donosi neke karakteristike u njegovim reakcijama i utjecaju razvoda na nj.

5.1. Tromjesečno dijete

Tromjesečno dijete prepoznaje kad je u majčinu ili očevu naručju, a kad u naručju neke druge osobe. Posebno razlikuje miris i glas majke od mirisa i glasa drugih osoba, duže je usmjereno na složenije uzorke, zaobljenije, umjerene svjetline, i osobito one slične ljudskom licu. Već nekoliko dana po rođenju novorođenče radije gleda majku nego druge osobe (Starc i sur., 2004). Mrzovoljnost ili plakanje kad nije u naručju majke ili oca, pokazuju da je sposobno uspostaviti kontakt sa svojim roditeljima i biti aktivan odašiljač. Mnogi ljudi vjeruju da što je dijete mlađe, posljedice razdvajanja su manje, no upravo često može biti suprotno. Dodir, toplina, igre primjerene djetetovoj razvojnoj dobi i kontakti nužni su i neizmjereno važni tromjesečnom djetetu (Rodriguez, 2007). Dijete ne smije biti ostavljeno da dugo plače kako bi se samo smirilo, treba reagirati na plač i ostale zvukove i zadovoljiti djetetove potrebe jer ono u toj razvojnoj fazi stvara osjećaj sigurnosti i povjerenja da će okolina zadovoljiti njegove potrebe (Starc i sur., 2004). Ako ono osjeća

previše podražaja, galamu ili svađu, vjerojatno je da će vrištati još jače i biti još nemirnije kako bi ga roditelji čuli, a može se dogoditi i da će se emocionalno blokirati radi samozaštite i odbijati kontakt (Rodriguez, 2007). Već nakon 6 tjedana ono razlikuje emocije na licu skrbnika te pokazuje pažnju pri promjeni njegova izraza lica ili promjeni glasa (Starc i sur., 2004). Stres, napetost i neposvećenost skrbnika utjecati će na dijete, ono će to itekako osjećati i proživljavati.

5.2. Dijete u dobi od 4 do 5 mjeseca

Rodriguez (2007) kaže da je u razdoblju između 4 i 5 mjeseci dijete najviše ovisno o reakcijama odraslih koji ga čuvaju i počinje uvježbavati sposobnost oponašanja. Oponašati će ne samo geste i pokrete, već i emocionalna stanja. Prema Starci sur. (2004), u ovoj se dobi usavršavaju i usklađuju sve djetetove senzorne funkcije koje dijete koristi u spoznavanju okoline. Ovo razdoblje također je svojstveno po jakoj afektivnoj ovisnosti o majci i važno je paziti na poruke koje dijete prima od odraslih, jer postupno razvija privrženost prema skrbniku..

5.3. Dijete u dobi od 5 do 6 mjeseci

Prema Rodriguezu (2007), kad je dijete staro između 5 i 6 mjeseci već zna da njegova djela izazivaju odgovore, te posebno pazi na reakcije oca i majke. Ako plačući otkrije da su roditelji zbog toga uznemireni, može nastaviti plakati kako bi postigla te reakcije i tako pronalazi način provođenja svoje moći. Također se ono osjeća uzročnikom negativnih reakcija roditelja, njihova stresa ili nezainteresiranosti. Bacanjem, okretanjem predmeta i proizvodnjom zvukova uočava svoje mogućnosti djelovanja na promjene u vanjskom svijetu te se na taj način spoznajno razvija (Starc i sur., 2004).

5.4. Dijete u dobi od 7 do 8 mjeseci

Kad dijete starosti između sedam i osam mjeseci ne vidi svoje roditelje, može osjećati jaku tjeskobu i bespomoćnost, do izražaja posebno dolazi separacijski strah - strah od odvajanja (Starc i sur., 2004). Razlog je tome što za dijete stvari i osobe postoje jedino ako ih vidi, i osjećat će se nezaštićeno kad izgubi roditelje iz vidnog polja (Rodriguez, 2007).

5.5. Dijete u dobi između 10 i 11 mjeseci

Dijete staro deset ili jedanaest mjeseci osjeća se sposobnim za mnogo toga. Karakteristično za to razdoblje je da se dijete može grubo odvojiti od roditelja prema kojemu je manje sklono i baciti u naručje onom uz kojeg se osjećaju sigurnijima. To ne znači da dijete drugog roditelja ne treba, samo znači da je trenutno sigurnije i sklonije roditelju s kojim provodi više vremena, tj. s kojim živi (Rodriguez, 2007).

5.6. Dijete u dobi između 1. i 3. godine

Kad dijete ima jednu ili dvije godine, ono najčešće pokazuje nezavisnost i iako ne vlada govornim jezikom, vrlo dobro razumije što mu se kaže. U ovoj razvojnoj fazi s roditelja na djecu vrlo lako prelaze sva njihova tjeskobna stanja i djeca se lako zabrinu za dobrobit svojih roditelja. Usprkos naglašenoj potrebi za većom neovisnošću, ako je njihovi osnovni sustav sigurnosti uzdrman, vraćaju se na prijašnju etapu razvoja ili pokazuju nezainteresiranost za ono što bi u normalnim okolnostima privuklo njihovu pozornost. Najviše što roditelji u ovoj dobi mogu učiniti za dijete jest smanjiti stresne situacije na minimum i ne zanemarivati dječja raspoloženja i reakcije, kakve god one bile (Rodriguez, 2007).

Ako je dijete stabilno i vedre naravi, pokazivati će relativno malo znakova da je uznemireno. Ako pati od kolika - dojenačkih grčeva, ako je nemirno ili ne reagira brzo na tješjenje, tada će utjecajem razvoda to vjerojatno biti još izraženije. Ako je dijete mirne naravi, moguće je da će nastaviti učiti hodati i govoriti, a možda će biti primijećeni zaostaci u napredovanju ili čak nazadovanje. Sve što dijete doživi do svoje treće godine života postavlja temelje o tome kako će doživljavati ljude i sebe. Kad se radi o djetetu koje još ne govori, najvažnije je održati oazu smirenosti oko sebe i djeteta. Djetetu treba mir i vrijeme da nauči da uvijek može računati na svoje roditelje, i ta veza, koja će imati središnju ulogu u budućnosti djeteta, iziskuje vrijeme i prostor kako bi ojačala. Najbitnije i prvo čime se to postiže jest stavljanje brige za dijete u prvi plan. I ako su roditelji u "ratu", trebali bi pronaći način da privremeno surađuju zbog dobrobiti djeteta. Ako dijete već hoda i govori, a jedan od roditelja se odselio, glavni bi skrbnik trebao objasniti djetetu da će se trenutno odsutni

roditelj vratiti i da će to biti ubrzo (Wallerstein i Blakeslee, 2006). Dijete je u dobi od druge do treće godine sposobno prihvatiti bez burnog reagiranja kraće rastanke (Starc i sur., 2004).

5.7. Dijete u dobi između 3. i 5. godine

Prosječno dijete u ovoj dobnoj skupini misli da odrasli u njegovom životu nadziru sve. Kad je dijete ozlijeđeno, roditelj poljupcem može izliječiti bol; kad je gladno, hrana se čudesno stvara. Taj svijet koji predstavlja sigurno mjesto gdje su sve njegove potrebe zadovoljene, bit će poljuljan razvodom. Zbog toga je djetetova prva reakcija na razvod strah. Ono ne shvaća koliko je dugo jedan dan ili jedan tjedan, te nema pojam o udaljenostima, pa tako i roditeljsku odsutnost od tjedan dana ili čak puno više, vide kao odlazak i vlastitu ostavljenost (Wallerstein i Blakeslee, 2006).

Logika djeteta u toj dobi još ih više same straši - ako jedan roditelj može ostaviti drugog, zašto oboje ne bi ostavili njega. Većina djece te dobi samo se probudi i otkrije da je jedan roditelj napustio kuću, što samo u njima probudi očekivanje da će i ovaj drugi otići. Zbog toga je bitno da roditelji djetetu unaprijed kažu što će se dogoditi i ustrajno mu ponavljaju umirujuće riječi - iako roditelji ponekad mogu ostaviti jedno drugo, oni nikada, baš nikada neće ostaviti svoju djecu (Wallerstein i Blakeslee, 2006). Djetetovo razumijevanje svijeta određeno je onim što vidi (Starc i sur., 2004).

Djeca te dobi često napuste svoje posljednje dostignuće, bilo to samostalno odlaženje na WC, jasno izgovaranje rečenica ili odlaženje u vrtić s prijateljevom mamom. Iako rutina odlaska u vrtić ili jednostavnog odvajanja od majke kad ide na posao može biti potpuno jednaka, dijete će vrlo vjerojatno uznemireno reagirati, neće puštati roditelja, pitajući se hoće li ga ponovno vidjeti. Odjednom za dijete svijet postaje strašno i nesigurno mjesto u kojem se i najbliskiji odnosi možda neće održati. Mala djeca često vjeruju da su uzrok razvoda, što još više povećava njihovu tugu. Ona još uvijek ne mogu shvatiti neosobne uzroke. Ideja da dvoje ljudi mogu imati različite poglede i osjećaje nije u njihovoj spoznajnoj domeni. Djeca u četvrtoj godini najbolje reagiraju na pokušaje tješnja. Lakše će prihvatiti rastanak i odvajanje ako je na to pripremljeno i ako mu je na njemu razumljiv način objašnjeno (Starc i sur., 2004). Na roditelju je da se maksimalno potruži da ne ostavlja svoje dijete. Ono u tom razdoblju treba puno više vremena i posvećenosti nego prije jer ga

muči strah da će biti napušteno, kao što su njegovi roditelji napustili jedno drugo. Ono što roditelji mogu i trebaju učiniti, a puno znači djetetu, jest da održavaju svakodnevne aktivnosti onakve kakve su bile prije raskida. Također trebaju poticati dijete da se igra s njima i drugom djecom. Igra je odlična aktivnost za obnavljanje emocionalne ravnoteže (Wallerstein i Blakeslee, 2006). Od 4. do 5. godine kod djeteta može dolaziti i do vrlo burnih emocionalnih reakcija te raste njegov strah od mraka, samoće, odvajanja i ostavljanja od strane skrbnika - najčešće strah da se majka neće vratiti kući (Starc i sur., 2004).

Dijete treba roditelja koji može razumjeti njegovu zabrinutost i smiriti njegove strahove da će biti napušteno. Roditelj može vratiti djetetovu vjeru u njega osiguravajući mu stabilan svijet u koji se može pouzdati. Sve što dijete može uvjeriti da postoji stalnost i kontinuitet u njegovu životu, unatoč odvojenosti od jednog roditelja, biti će za njega utješno. Pomoći će ponavljanje riječi poput “Mislit ću na tebe kad idem na posao i biti ću sretna navečer kad te vidim” (Wallerstein i Blakeslee, 2006, str. 46). Dijete na svađe roditelja ili odlazak jednog od roditelja može reagirati i ljutnjom, koja se najčešće manifestira ujedanjem, guranjem, štipanjem, pljuvanjem, bacanjem na pod i vrištanjem (Starc i sur., 2004).

5.8. Dijete u dobi između 6. i 8. godine

Kako navode Wallerstein i Blakeslee (2006), dijete staro šest, sedam ili osam godina živi u dva svijeta - jedan je kod kuće, a drugi s prijateljima u školi. Njegov se intelektualni kapacitet povećava, bolje shvaća uzrok i posljedicu i zna da njegovi roditelji ne upravljaju cijelim svijetom. Budući da dijete ove dobi živi u dva “svijeta” - obitelj i vanjski svijet, najviše se boji da će mu razvod poremetiti do sad hrabro napredovanje u društvenom životu s vršnjacima. Kad se obiteljski život ruši, “noga kojom je zakoračio van postaje nesigurna” (str. 49), i ako se boji da će izgubiti ravnotežu, povući će se i vratiti na razvojni stupanj mlađeg djeteta. Ponovno se mogu pojaviti mokrenje u krevet ili sisanje palca. Za nesmetani je razvoj djetetu te dobi neophodan osjećaj sigurnosti u obitelji na koju može računati.

Djeca te dobi reakcije pokazuju najviše u razredu ili na igralištu. Iako najčešće ne pate toliko od usamljenosti koliko mlađa djeca, i oni krive sebe za razvod. Usprkos većoj

sposobnosti da povežu uzrok i posljedicu, njihova zrelost još uvijek ne uključuje psihološko shvaćanje, te oni ne povezuju sukob i razvod. Roditelj bi u slučaju privremenog doma, dok se stvari ne poslože i ne nađu bolji i stalni dom, trebali ispričati djetetu svoje planove. Trebali bi mu što prije reći kako će biti organizirani posjeti ili skrbništvo. Također bi dijete trebalo biti pitano kako se to slaže s njegovim rasporedom aktivnosti. To će ga uvjeriti da roditelj koji odlazi od kuće nije izbačen niti je pobjegao, te da ne treba žaliti zbog njegovog odsustva jer on je i dalje sastavni dio njegova života (Wallerstein i Blakeslee, 2006).

U prvom periodu nakon razvoda najvažnije je da roditelj pokaže djetetu da ga uočava i da brine. Dakle, djeca ove dobi trebaju čuti da nisu odgovorna za razvod, da je brak njegovih roditelja počeo u ljubavi, da su ga roditelji željeli, da će ga štititi. Cilj roditelja treba biti ohrabrivanje djeteta da ostane uključeno u život u školi i nastavi se normalno razvijati. U nekim slučajevima djeca postanu nemoguća kod kuće, što je češće vidljivo kod dječaka. Dječaci mogu pokušati zauzeti nekadašnje mjesto oca odijevajući njegovu odjeću i autoritetno se postavljajući. Takvo ponašanje treba obeshrabrivati nježno i oprezno, jer dijete samo pokušava simbolički uspostaviti obitelj. Ukoliko takvo ponašanje ne izmiče kontroli, majka može pustiti dijete, no ukoliko dijete počne imitirati oca u svađi, vičući na majku, ona to odlučno treba prekinuti (Wallerstein i Blakeslee, 2006).

5.9. Dijete u dobi između 9. i 10. godine

Djecu tog uzrasta uznemiriti će promjena u uobičajenom načinu života. Oni brzo uče nove vještine, otvaraju se novim mogućnostima, “daroviti su glumci koji igraju po cijeloj pozornici”, prave se važni, riskiraju. Iz njihove perspektive, posao je roditelja da im drže pozornicu. Slikovito rečeno, ono očekuje od roditelja da će mu osigurati temelje kako se pozornica ne bi srušila ili svjetla ugasila; ono je na glavnoj pozornici, dok roditelj iza kulisa pazi da sve ide kako treba i pojavljuje se u publici dok treba zapljeskati ili dotrči kad je potrebna pomoć. Za vrijeme razvoda, djetetu izgleda kao da su mu roditelji „izmaknuli pozornicu ispod nogu, oteli publiku i reflektore usmjerili na sebe” (Wallerstein i Blakeslee, 2006, str. 58).

Bijes je glavna reakcija djeteta te dobi i na neki je način uzrokovana shvaćanjem sebe kao središta obitelji. No ispod glasnog ispada stoji zabrinuto dijete koje se boji da bi moglo

izgubiti roditelje i potporu koja mu je potrebna za odrastanje. Taj se bijes može očitovati u školi ili u igri s vršnjacima, no bijes nije uperen na njegove prijatelje, već roditelje. Cilj im je natjerati ih da promijene odluku o razvodu. Neka djeca se najviše naljute na roditelja kojeg smatraju krivim i odgovornim za razvod, a obično je to osoba koja želi otići, te sklapaju "savez" s ostavljenim roditeljem. No uz djetetov gnjev, roditelj može doživjeti i izvanrednu ljubav i suosjećanje. Djeca te dobi brinu za svoje roditelje, proučavaju lice kako bi odredili raspoloženje i uče tumačiti jezik tijela. Njihove su nježnosti i pokušaji tješnja, zagrljaj i držanje za ruku zaista iskreni. Djeci ovog uzrasta izrazito je važna moralnost. Važno im je što je dobro, a što loše. U roditelju traže uzor, ali također se u njemu mogu razočarati. Ako dijete vidi da roditelj radi nešto što ono ne odobrava, posljedice mogu biti zaista ozbiljne. U slučaju nevjere, roditelji mogu očekivati da će ih njihovo dijete ove dobi okrivljavati, i važno je da imaju objašnjenje koje će biti vjerodostojno i omogućiti djetetu da ih i dalje poštuje. Njihov strah od razvoda povezan je s gubitkom strukture obitelji koja ih štiti. Oni su još uvijek djeca, trebaju i svoje roditelje i obiteljske aktivnosti koje ih povezuju (Wallerstein i Blakeslee, 2006).

Postavljanje granica za vrijeme trajanja i poslije razvoda braka važnije je nego ikada. Dijete treba osjećati da roditelj vlada situacijom. Djeca su u ovoj dobi već savršeno sposobna za vođenje vlastitih kampanja te će se tipičan desetogodišnjak pokušati riješiti svojih strahova napadajući roditelje ili braću i sestre. Ne reagiraju ni sva djeca ljutito. Neka se mogu uplašiti i povući. Neka će se ugodnije osjećati maštajući ili provodeći vrijeme s mlađom djecom (Wallerstein i Blakeslee, 2006).

Djecu posebno zanima kako se roditelji ponašaju jedno prema drugome za vrijeme razvoda i promatraju svaki postupak kako bi stvorili mišljenje o njima. Zbog toga se roditelji trebaju maksimalno truditi da ne kritiziraju jedan drugog, ali i više od toga, trebaju biti pažljivi i brižni ako je jedan od njih emocionalno ili fizički bolestan. Ako je jedan od roditelja otišao i nije pokušavao kontaktirati s djetetom, ono treba znati istinu. Treba znati da taj roditelj nije ni bolestan ni mrtav i da ne mora skrivati svoju nelagodu i bol zbog toga. Roditelj s kojim dijete ostaje treba pokazati da je svjestan djetetove patnje i podizati mu samopouzdanje, dok s druge strane treba ostaviti mogućnost da se njegov otac ponovno pojavi (Wallerstein i Blakeslee, 2006).

Bijes djeteta samo govori koliko mu je potrebna obitelj i koliko se boji ući u pubertet koji slijedi. Ono treba moralnu i fizičku zaštitu, oslonac za dobro napredovanje, uvjerenje da je njegova obitelj i nakon razvoda stabilna te strukturu, nježnost i pravila (Wallerstein i Blakeslee, 2006).

5.10. Dijete u dobi od 11. do 13. godine

Reakcija jednog trinaestogodišnjaka može biti bilo što, od panike do nezainteresiranog pogleda, no bez obzira na to što se izvana vidi, vijest o razvodu najvjerojatnije će ga zaprepastiti. Mnoge dramatične reakcije znak su privremene panike, koje najčešće iščezne u roku od 24 sata. Neka djeca požele pobjeći od kuće, no uglavnom imaju premalo iskustva da bi to proveli u djelo. Najčešće se javlja rizično ponašanje koje postaje ozbiljniji izazov za roditelje. Većinu ipak još djece ove dobne skupine razvod gurne u uzbudljivi svijet puberteta mnogo ranije nego su spremni. Ako dijete vjeruje da razvod znači manje zabrana i pravila, postoji vjerojatnost da će se upustiti u rizično ponašanje koje može imati ozbiljne posljedice. Druga reakcija je gotovo potpuno nijekanje bilo kakve promjene u njihovu životu, češća među djecom koja su dobra i cijenjena u školi. Uznemirenost se javlja i zato što se više ne mogu na toliko toga osloniti i shvaćaju da će veze oslabjeti. Otac i majka na dva različita mjesta, bilo da se slažu ili svađaju, ne predstavljaju sigurnu obitelj. Uglavnom su oboje vrlo zauzeti razvodom i uspostavljanjem novog života. U toj dobi djeca još nisu fizički i emocionalno spremna ostaviti djetinjstvo za sobom. Trebaju vrijeme kako bi spoznali tko su te naučili kontrolirati svoje biološke porive; psihologija i svijest tek će uhvatiti tijelo. Uz izbor vršnjaka kojima je okruženo, ono može postati mladi delikvent, mogu mu se rugati da je dobrica ili se pak može zbunjeno povući (Wallerstein i Blakeslee, 2006).

Previše slobode neće pomoću djetetu u ovom razdoblju. Ono je premlado da nađe pravi posao, ali roditelj mu može naći neki posao za koji će biti plaćen. Također ga može potaknuti i na dobrovoljni rad u zajednici, jer u toj dobi pomaganje drugima pomaže da razviju važan osjećaj odgovornosti i suosjećanja, te zdrav ponos. Rani je pubertet opasno vrijeme za svako dijete, a posebno je teško za one gdje je obitelj oslabljena. Trebaju otvorenu komunikaciju, jasna pravila ponašanja, te roditelja koji je spreman slušati, učiti i

rasti s njim, bez obzira na prkos koji se javlja (Wallerstein i Blakeslee, 2006).

5.11. Dijete u dobi od 14. do 17. godine

Tinejdžeri ne pokazuju tipične reakcije na razvod. Možda će biti šokirani u trenutku kad čuju da se roditelji rastaju, no to je realnost i neće biti dugo iznenađeni. Bez obzira na to, neće smatrati da je to u redu samo zato što je to već mnogo obitelji prošlo. Većina njihovih briga vrti se oko financija - hoće li i dalje biti ljetovanja, toliko nove odjeće, hoće li moći i dalje živjeti u istom mjestu. Iako je prva reakcija na vijest o razvodu uglavnom hladna i nezainteresirana, tinejdžer može uskoro roditelja zasuti gnjevom, napadajem plača ili dramatičnim izlaskom uz lupanje vrata (Wallerstein i Blakeslee, 2006).

Adolescenti su između dva svijeta i imaju dvostruku sliku o sebi - jedno je slika djeteta, a drugo slika odrasle osobe. Koliko god se opirali zabranama i disciplini, duboko u sebi znaju da nisu spremni postaviti vlastite granice i trebaju roditelje na koje se mogu osloniti, pa čak i na koje se mogu buniti i s kojima se mogu boriti za neovisnost. To je postupno sazrijevanje tempom koji im je ugodan i otići će kad sami budu spremni. Razvod, osim što može gurnuti u ponor, također ima moć dati tinejdžeru veći osjećaj odgovornosti za sebe i obitelj te više svjesnosti o moralnim pitanjima. Oslanjanje roditelja na tinejdžera u vođenju kućanstva ili brizi za mlađu djecu većina tinejdžera ozbiljno shvaća. Roditelj treba pokazati veliko zanimanje za ono što se događa u školi i nakon škole, i tada će otkriti da je djetetu jako drago što žele sudjelovati i da smatra to izrazom ljubavi (Wallerstein i Blakeslee, 2006).

Dječacima je u toj dobi potrebno očevo ohrabrenje i pomaže im ako čuju oca da je ponosan na njih i da vjeruje u njih. Djevojčice također trebaju ohrabrenje oca koji može govoriti o svojim ambicijama i ciljevima, pomažući svojoj kćeri. Očeva pohvala ima posebnu ulogu u podizanju samopoštovanja i nade u budućnost. Ako je dijete posebno neprimjerenog ponašanja i zastranjuje, roditelji bi trebali sazvati obiteljski sastanak koji uključuje oba roditelja, usprkos rastavi. Dijete treba vidjeti njihovu zabrinutost zbog onoga što se događa, surađivanje, te mu se tako šalje snažna poruka. Tinejdžeri znaju tko od roditelja želi razvod i pronaći će na licima roditelja znakove zadovoljstva ili povrijeđenosti. I osim ako postoje jasni i važni razlozi za razvod, vjerojatno će se prikloniti roditelju koji

djeluje manje sretan (Wallerstein i Blakeslee, 2006).

5.12. Dob od 18 godina naviše

Reakcije mladih ljudi na razvod roditelja vrlo su individualne, no one neće izostati i biti će snažne. Zabrinjava ih pomisao na to da obiteljske veze ne traju i da je ljubav nepouzdana. Razmišljajući o vlastitim vezama, neki će prekinuti sa stalnim partnerom, a drugi ga se čvrsto držati, no mnogi od njih osjećaju da su unaprijed osuđeni na propast. I studenti će vjerojatno okriviti jednog roditelja za razvod, te će izražavati svoje negodovanje ili osudu. Druga je reakcija žalovanje za domom. Mada ljudi tog uzrasta uglavnom ne stanuju više kod kuće, to je mjesto gdje su odrasli i simbol je njihove prošlosti (Wallerstein i Blakeslee, 2006).

6. KAKO POMOĆI DJECI DA PRIHVATE I PROĐU KROZ RAZVOD BEZ VEĆIH POSLJEDICA

Mnoga djeca ne govore o tome koliko ih rastava boli, pa roditelji mogu zaključiti da prilagođenom djetetu nije potrebno reći neke odgovore niti s njime o rastavi razgovarati.

6.1. Razgovor

William L. Coleman (2005) autor je knjige koja se sastoji od kratkih priča za djecu u kojima se dotiču gotovo sve brige i teme s kojima se djeca suočavaju za vrijeme ili nakon razvoda braka svojih roditelja. Pričanjem svake priče napisane na djetetu razumljiv način, dotiče se jedna od tema te time otvara prostor za daljnju komunikaciju, pitanja i odgovore vezane uz nju. To je vrlo neutralan i objektivan način, a djeca će moći lakše pitati o stvarima koje ih brinu ili im nisu jasne, dok će roditeljima biti lakše odgovarati na pitanja, jer prividno se ne radi o njima već “nekim roditeljima” iz priče. Knjiga omogućava i djetetu i odrasloj osobi da komuniciraju - putem čitanja iste.

Primjer priče (Coleman, 2005, str. 23) *Čak se i dobri roditelji znaju rastati*: “Ako se ne slažeš najbolje s Darkom koji živi iza ugla, to ne znači da si loša osoba. Znači samo da postoji netko s kime se ne slažeš. Bilo bi ljepše kad biste se ti i Darko bolje slagali, ali zasad nije tako. Tvoji se roditelji ne slažu. Neki roditelji koji se rastaju svađaju se i viču jedno na drugo. Drugi su, pak, šutljivi i gotovo uopće ne razgovaraju. Ni jedni ni drugi se ne slažu dobro. Zato se rastaju. Ali, to što se međusobno ne mogu složiti ne znači da se ne mogu dobro slagati s tobom. Mogu biti brižni roditelji i jako te voljeti, iako su se rastali. Mogu ti se smiješiti, pomagati pri pisanju zadaće, popravljati tvoj bicikl - i svejedno se rastati. Iako se međusobno rastaju, ne rastaju se od tebe. Tebe jako, jako vole. Svakako im uzvрати tu ljubav. Čak se i dobri roditelji znaju rastati.”

Slijedeća priča potiče djecu da postavljaju pitanja i razgovaraju o tome što ih najviše brine kod rastave (Coleman, 2005, str. 25 i 26) - *Treba postavljati pitanja*: “Svi mi želimo mnogo toga pitati. Kako ribe dišu u vodi? Kako avioni lete? Je li ti ikada palo na pamet da upitaš kako televizijska slika može putovati zrakom i doći u tvoju dnevnu sobu? Pitanja su divna stvar. Ako ih postaviš pravoj osobi, odgovori ti mogu dati mnogo novih ideja. Pametan

čovjek nije onaj tko se pravi da sve zna, nego onaj tko pita i doznaje činjenice. Rastavu je teško razumjeti. Tvoji se roditelji dosad nisu rastajali. Mnogo toga bi se moglo dogoditi. Dobar način da doznaš nešto o tome jest da im postavljaš pitanja. Tvoji roditelji možda misle da ti ponešto već i znaš, pa o rastavi ne govore. Želiš li nešto doznati, najbolje je pitati. Odaberi trenutak kad ničim nisu zauzeti. Bolje je ako mogu sjesti i posvetiti malo vremena tome da ti odgovore. Možda je baš sada odličan trenutak da ih upitaš. Ima najrazličitijih pitanja: Tko će dobiti televizor? S kim će živjeti tvoj braco? S kim ćeš ti živjeti? Kad ćeš opet vidjeti tatu? Kad ćeš opet vidjeti mamu? Vole li te roditelji još uvijek? Možeš li i dalje posjećivati baku i djeda? Hoće li se mama ili tata vjenčati s nekim drugim? Hoćeš li morati promijeniti školu? Tko će paliti kosilicu? Hoćeš li možda dobiti novog brata ili sestru? Hoćete li biti siromašni? Popis pitanja može biti jako dugačak, a da na njemu ipak ne bude ono što si ti htio pitati. Postupi pametno, pa pitaj ono što tebe najviše zanima, makar tih pitanja ovdje nema.”

Jedna od priča objašnjava i obrađuje rane izrečene ružnim riječima koje je dijete slušalo (Coleman, 2005, str. 41) - *Ružne riječi*: “Jana i Kiki lijepo su se i tiho igrali, ali to se odjednom promijenilo. Počeli su se svađati i naguravati. Jana se tako naljutila da je na kraju viknula na Kikija: “Da znaš da sam te uvijek mrzila!” Kad smo povrijeđeni ili razočarani, često znamo reći nešto ružno. Dogodi nam se da poželimo nešto okrutno, zbog čega će se druga osoba loše osjećati. To se može dogoditi i kad se bračni par rastaje. Roditelji pate i zato se može dogoditi da jedno o drugome kažu nešto ružno. Razumiješ to, zar ne? Kad su ljudi uzrujani, katkad se ne ponašaju kako bi trebali. Nijedan roditelj nije savršen. Istina je da su u nečemu i pogriješili. Svi griješimo. Ali nisu mislili sve ono ružno što su izrekli. Može se dogoditi da mama ili tata kažu nešto ružno jedno o drugome, a poslije to požale. Ne zaboravi da se oboje pokušavaju obraniti od toga da budu još nesretniji. Katkad svi to činimo. Kad se tvoja mama ili tvoj tata smire, možda će misliti drukčije. Nastoj da se ne svađaš s roditeljima kad su uzrujani - to će samo sve pogoršati.”

6.2. Aktivnosti

Buljan Flander i Zarevski (2010) djeci preporučaju svakakve aktivnosti koje mogu provoditi kad su emocionalno rastrgana tijekom ili nakon razvoda braka svojih roditelja: kad žele nekome izreći nešto nepristojno, mogu to napisati na papir i poslije ga poderati i baciti, mogu otići negdje gdje će moći biti sama, zamisliti da je kraj njih osoba prema kojoj osjećaju snažne negativne emocije i reći joj na glas sve što žele, mogu nacrtati ili naslikati svoju ljutnju i bijes i kasnije papir poderati ili pak učiniti s njime što požele, također mogu i otpjevati ili otplesati svoju ljutnju. Kad se radi o starijoj djeci, kod osjećaja ljutnje i bijesa, autori preporučaju da napuste prostoriju da bi se smirili, prošetali ili napravili tjelovježbu, razgovaraju s prijateljem ili osobom kojoj vjeruju, slušaju glazbu koju vole, pjevaju ili plešu, razmisle o tome zašto su ljuti i kako bi to željeli riješiti. Autori objašnjavaju i ulogu stručnjaka kojima se mogu obratiti i pružaju popis osoba i telefonskih brojeva, savjetovališta i otvorenih telefonskih linija koje mogu nazvati. Preporučaju i vođenje dnevnika, u kojem mogu opisati i objasniti sve što prolaze. Vježbanje i bavljenje sportom vrlo je preporučljivo, zatim je tu kreativni rad, a i plakanje.

7. KAD JEDAN RODITELJ ŽELI „UNIŠTITI“ DRUGOGA

Otrov razvoda (2008) knjiga je doktora Richarda Warshaka u kojoj se bavi osvetoljubivim partnerima i zaštitom odnosa između roditelja i djeteta. “Otrov razvoda se nalazi u različitim koncentratima. U blagom obliku sastoji se od povremenog okrivljavanja i ocrnjivanja. U svojim jačim oblicima sastoji se od potpunog ispiranja mozga. Svaki od njih zahtijeva različit protuotrov” (str. 39).

Djeca se identificiraju s oba roditelja, što znači da ocrnjivanje jednog roditelja doživljavaju kao osobni napad. Zato ocrnjivanje jednog roditelja od strane drugog umanjuje samopoštovanje djeteta, i roditelj koji ocrnjuje drugog roditelja ocrnjuje i samo dijete. Ako dijete ponavlja nešto ružno roditelju što je čulo od drugog roditelja, roditelj treba znati da se dijete nije nužno okrenulo protiv njega, već ga takvi komentari uznemiruju i treba njegovu pomoć. Roditelj treba djetetu dati na znanje da razumije da je to što je čulo za njega uznemirujuće, jer će suosjećanje pomoći djetetu da izrazi osjećaje umjesto da ih negira ili potiskuje. I u slučaju kad je to što je dijete čulo istina i u slučaju kad nije, roditelj treba djetetu reći da mu je žao što je to moralo čuti, pitati ga što misli o tome što je čulo i objasniti da su grube riječi izrečene u ljutnji, dajući primjer kad je i samo bilo ljuto i možda reklo nešto što nije zaista mislilo. Kod ocrnjivanja djeca potiskuju svoje ponašanje i pokazivanje osjećaja prema jednom roditelju zbog straha da će razočarati drugog, razvijaju osjećaj krivnje te moraju skrivati svoju ljubav prema drugom roditelju.

Prema autoru, blaćenje ide još korak naprijed. Blaćenje je grubo, zlobno ili sarkastično obezvjeđivanje; drugim riječima, ono je destruktivno kritiziranje. Nije djetetov posao ispravljati roditelja koji blati ili braniti blaćenog. Roditelj treba podučiti dijete kako da prihvati realnost blaćenja, umjesto da se pretvara da ono ne postoji. To može učiniti i preko primjera oluje: „Prihvaćamo da smo oluju nemoćni kontrolirati. Umanjujemo strah boljim razumijevanjem pojave. Štitimo se pokrivalima ili uklanjanjem s putanje oluje. Na jednak način, djeca sama mogu reći: „A joj, tata je opet onakav. Idemo mu se maknuti s puta i raditi nešto drugo dok oluja ne prođe.““ (Warshak, 2008, str. 45)

Blaćenje postaje štetnije kad je nekontrolirano i gotovo neprestano. Kad se djeca programiraju kako bi se pridružila roditelju koji obezvrjeđuje onog drugog, autor to naziva

ispiranjem mozga. Ako se dijete okreće protiv jednog roditelja uz podršku i ohrabrenje drugog, ako postane otuđenije ili izražava mržnju koja se ničim ne može opravdati, roditelj koji okreće dijete protiv onog drugog koristi tehnike za kontrolu uma, dok drugi roditelj može lako opisati promjene u ponašanju svoje djece prema njemu. Sve sretne uspomene koje dijete vežu za njega više ne postoje, isključene su iz dječjih misli, osjećaja i ponašanja, i na njihovim su mjestima strah i mržnja.

Prema Warshaku, slijedeća je razina, ako do nje nije došlo do potrebne i prikladne intervencije, sindrom potpunog otuđenja od roditelja. Kako prepoznati otuđeno dijete, od ljutog i povrijeđenog djeteta u normalnim okolnostima? U normalnim okolnostima, dijete će osjećati krivnju i znati će da krši prihvatljivo ponašanje i pravila, dok će otuđena djeca pokazivati sadističko ponašanje i ponašati se kao da imaju pravo primati dobra od roditelja, dok ga istovremeno tretiraju pakosno i bez poštovanja i zahvalnosti. Kad se otuđenu djecu pita zašto mrze svoje roditelje, ona će navesti uobičajene i nerazumne pritužbe koje ne mogu biti razlog ekstremnog preokreta u njihovim osjećajima. Primjerice, dijete može reći da mu roditelj govori da mora prati zube svako ujutro i svaku večer prije spavanja, da mu ne dozvoljava da ostane do kasno budan i slično. Zatim, dijete koje je trovano protiv jednog roditelja, tog će roditelja smatrati potpuno lošim, dok će drugi roditelj biti "svet". Također će otuđeno dijete podržavati svaku pritužbu poštovanog roditelja, ponavljati sve što je taj roditelj rekao te ugrađivati njegove riječi u vlastiti govor, čak i kada ih ne razumije.

Koliko će roditelj koji želi dijete otuđiti od drugog u tome imati uspjeha, ovisi o nekoliko komponenata, a one su, prema autoru, slijedeće: kontekst i način na koji se otuđivanje događa, prethodni odnos roditelja kojeg se ocrnjuje i djeteta, specifične osobine djeteta i ponašanje ocrnjivanog roditelja prema djetetu koje se prema njemu počinje odnositi kao prema neprijatelju. Prva komponenta je najbitnija jer je otuđenje najlakše spriječiti ako dijete ostaje u fizičkom kontaktu s roditeljem, ako zadržava s njim psihološku vezu i nije pretjerano ustrašeno od roditelja otuđitelja. Odnos prije otuđenja ima važnu ulogu, jer ako se dijete boji roditelja, lako može postati njegov gorljivi sljedbenik da bi izbjeglo bijes, ili pak ako se osjećalo zanemareno, može jedva dočekati novonastalu zainteresiranost, ne prepoznajući da roditelj pokušava kupiti njegovu odanost. Također, odnos prije otuđenja može poboljšati šanse u korist roditelja kojeg se ocrnjava. Djeca su

manje sklona opirati se okretanju protiv roditelja na kojeg su već ljuta ili s njim nisu bliska, ali s druge strane, dječje povjerenje i ljubav prema roditelju mogu biti toliko duboke da ga nitko ne može uvjeriti u suprotno. Što se tiče karakteristika djeteta, što je dijete psihološki na većoj razvojnoj razini, lakše će zadržati dobre odnose s oba roditelja. Također, dijete koje je naviknuto razmišljati kritički i neovisno, odupriet će se pokušajima manipulacije.

Roditelju čije se dijete okreće protiv njega, autor preporuča sljedeće: da se ne ponaša preagresivno i da ne kritizira grubo dijete; da ne odbija dijete zbog njegove visoke razine verbalne agresije i provokacija - da zapamti da su djeca koja mu nanose bol i sama žrtve; da ne dopušta pasivno da bivši partner i dijete diktiraju uvjete kontakta s djetetom - da obavezno zadrži kontakt s djetetom; da ne pokušava razgovorom preokrenuti djetetove negativne stavove i ne raspravlja o razlozima njegove mržnje nego da sudjeluje u ugodnoj interakciji, provodeći aktivnosti u kojima uživaju i prisjećajući se povremeno lijepih trenutaka; da ne obezvrjeđuje dječje osjećaje kakvi god oni bili - dijete treba osjetiti razumijevanje; da ne optužuje dijete da samo ponavlja ono što je drugi roditelj rekao, jer će se dijete tada osjećati napadnuto i uvijek će to zaniijekati; da ne ocrnjuje roditelja koji okreće dijete protiv njega i da pokaže samokontrolu.

Roditelj otuđitelj ima namjeru neposredno utjecati na dijete, direktno potkrepljujući njegovo ponašanje i dajući djetetu upute, uvježbavajući ga u smjeru željenog ponašanja i izražavanja emocija. Roditelj žrtva treba djelovati posredno i vjerodostojno, tako da dijete promatranjem može vidjeti i prihvatiti njegovo ponašanje i izražavanje emocija (Brajša - Žganec, 2003).

8. ZAKLJUČAK

Razvod braka roditelja nikad nije i ne može biti samo razvod supružnika. Usprkos svim emocijama koje sami prolaze, njihova briga, ljubav i pažnja trebaju maksimalno biti usmjerene na djecu.

Djeca imaju pravo biti zaštićena od osvećivanja i ratovanja između roditelja, imaju pravo na to da se ne moraju priklanjati jednome od roditelja, imaju pravo na to da ih jedan roditelj ne okreće protiv drugog, niti ih koristi za prenošenje poruka ili vlastite laži i urote. Djeca imaju pravo voljeti svoje roditelje - oba roditelja, i ne osjećati se krivom pred jednim jer vole onog drugog. Imaju pravo na to da svi koji odlučuju o njihovoj sudbini čine to nesebično i s dužnim poštovanjem, misleći prvo o dječjim, pa tek onda o svojim interesima (Buljan Flander i Zarevski, 2010).

Da bi ta, samo neka od prava, mogla biti zadovoljena, potrebno je proći kroz stručnu literaturu, poslušati riječ psihologa i drugih stručnjaka, vrijeme i ljubav posvetiti djeci usprkos vlastitoj boli i problemima, te im pomoći da razvod braka njihovih roditelja ne ostavi trajne posljedice na njihovo shvaćanje ljudi, ljubavi i života, na njihovo sazrijevanje i djetinjstvo na koje imaju pravo i koje im ne smije biti ukradeno. U kvalitetnim odnosima i znanju roditelja o tome kako se ponašati u procesu razvoda, djeca rastavljenih roditelja čak mogu kasnije u životu biti korak ispred djece nerastavljenih, u zrelosti, razumijevanju i odvažnosti (Lüpkes, 2010). No ona trebaju roditelje, i roditelji nikad ne smiju zaboraviti da se razvode samo od supružnika, ne i od svoje djece, i da su djeci sad najviše potrebni.

9. LITERATURA

1. Berk, L. E. (2008). *Psihologija cjeloživotnog razvoja*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
2. Beyer, R. i Winchester, K. (2006). *Mama i tata se rastaju, što ću ja sad? Vodič za preživljavanje*. Zagreb: Naklada Nika.
3. Beyer, R. i Winchester, K. (2006). *Rastajemo se: kako to objasniti djeci?* Zagreb: Naklada Nika.
4. Brajša-Žganec, A. (2003). *Dijete i obitelj: emocionalni i socijalni razvoj*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
5. Buljan Flander, G. i Zarevski, P. (2010). *Moji se roditelji razvode. Priručnik za pomoć djeci i mladima čiji su roditelji razvedeni ili su u postupku razvoda braka*. Zagreb: Marko.M usluge d.o.o.
6. Coleman, W. L. (2005). *Što djeca trebaju znati kad se roditelji rastaju. Za djecu koja proživljavaju traumu rastave*. Zagreb: STEPress.
7. Čudina-Obradović, M. i Obradović, J. (2006). *Psihologija braka i obitelji*. Zagreb: Golden Marketing-Tehnička knjiga.
8. Lüpkes, S. (2010). *Napuštam te! Priručnik za one koji odlaze*. Zagreb: Škorpion.
9. Narodne novine (2003). *Obiteljski zakon*. Zagreb: Narodne novine d.d., 116/03
10. Narodne novine (2004). *Zakon o izmjenama i dopunama obiteljskog zakona*. Zagreb: Narodne novine d.d., 17/04
11. Narodne novine (2004). *Zakon o izmjeni obiteljskog zakona*. Zagreb: Narodne novine d.d., 136/04
12. Narodne novine (2007). *Prekršajni zakon*. Zagreb: Narodne novine d.d., 107/07
13. Rodriguez, N. (2008). *Djeca u vrtlogu razvoda. Zaštitite dijete od negativnih posljedica razdvajanja*. Rijeka: Dušević & Kršovnik d.o.o.
14. Starc, B., Čudina Obradović, M., Pleša, A., Profaca, B. i Letica, M. (2004). *Osobine i*

psihološki uvjeti razvoja djeteta predškolske dobi. Zagreb: Golden marketing - Tehnička knjiga.

15. Wallerstein, J. S. i Blakeslee, S. (2006). *A što s djecom? Odgoj djece prije, za vrijeme i nakon razvoda.* Zagreb: Planetopija.

16. Warshak, R. A. (2008). *Otrov razvoda. Zaštita odnosa između roditelja i djeteta od osvetoljubivog bivšeg partnera.* Zagreb: Algoritam.

Kratka biografska bilješka

Moje je ime Judita Vrbanc. Rođena sam 13. srpnja 1994. godine u Čakovcu, gdje i danas živim. Završila sam s odličnim uspjehom svaki razred u Prvoj osnovnoj školi u Čakovcu, uz koju me vežu vrlo lijepa sjećanja. Nakon osnovnoškolskog obrazovanja, srednjoškolsko sam obrazovanje nastavila u Ekonomskoj i trgovačkoj školi Čakovec, koju sam upisala 2009. godine, smjer ekonomist. Razrede sam završavala četvorkom, dok sam završni rad obranila peticom koja je zaokružila srednjoškolski uspjeh. Po završetku srednje škole, iste sam godine - 2013., upisala Učiteljski fakultet Sveučilišta u Zagrebu, na odsjeku Čakovec, smjer Rani i predškolski odgoj i obrazovanje. Taj se preokret iz ekonomije u dječje vrtiće dogodio uz moj vrlo česti rad s djecom, bebisitajući, animirajući dječje rođendane i slično, što me puno više ispunjavalo i sve više privlačilo.