

Kako djeci objasniti da se roditelji razvode?

Kada se roditelji odluče razvesti, obično je već prošlo duže vremena i događaja koji su doveli do te odluke. U nekim obiteljima roditelji štite djecu i potajice razgovaraju o vlastitim problemima i nesuglasicama, dok u drugim obiteljima međusobne svađe mogu biti svakodnevnice i trajati duže vrijeme.

Neovisno o tome na koji način roditelji rješavaju vlastite nesuglasice i neslaganja, a time i odnos s djecom, kada se odluče razvesti, djeca to moraju znati. Dječja reakcija na razvod roditelja često je povezana upravo s načinom na koji su im roditelji prenijeli informaciju o odluci da se razvedu. Zbog toga je važno da roditelji pažljivo promisle što će i na koji način reći djeci.

Poželjno bi bilo da oba roditelja zajedno djetetu priopće vlastitu odluku i odgovore na sva djetetova pitanja. Ova strategija može također pomoći roditeljima da izbjegnu međusobno optuživanje za razvod. Potrebno je odvojiti vrijeme kako bi se obitelj sastala, roditelji bi trebali međusobno i u dogovoru odlučiti na koji će način i kako reći djetetu, vlastite nesporazume ostaviti sa strane i uzeti djetetovu dobrobit u prvi plan.

Što reći djeci?

Važno je zapamtiti da je razvod roditelja i njihovo odvajanje za djecu teško razumljiva i stresna situacija. Kada roditelji po prvi put razgovaraju sa djecom, ograničite raspravu na isključivo važne stvari jer se djeca mogu lako zbuniti ako odjednom dobiju previše informacija.

- djeca trebaju čuti da će njihove osnovne potrebe biti zadovoljene, da će im netko i dalje pripremati doručak ujutro, pomagati im oko zadaće i spremati ih u krevet navečer.
- djeca također trebaju znati da će se njihov odnos s oba roditelja i dalje nastaviti, ako je to moguće. Slušajući što će se sve promijeniti, djeca također trebaju čuti što će ostati isto. Roditelji mogu uvjeriti djecu kroz riječi i djela da će se njihova roditeljska ljubav nastaviti usprkos promjenama u svakodnevnom obiteljskom životu. Za vrijeme tih obiteljskih rasprava, važno je da roditelji kažu djeci da je razvod finalan i na taj način izbjeci davanje lažnih nada svojoj djeci o ponovo ujedinjenoj obitelji.
- roditelji mogu iskoristiti ovo vrijeme i objasniti djeci da ona nisu kriva za razvod. Većina djece starije od 4 ili 5 godina vjeruje da je razvod posljedica nečega što su oni učinili. Na primjer, neka su djeca na pitanje zašto se roditelji razvode odgovarala da se roditelji

razvode jer su se djeca loše i neposlušno ponašala ili su dobila loše ocjene u školi. Djeca trebaju stalno uvjeravanje da nisu kriva za razvod. Sjetite se i pitati djecu o njihovim strahovima i brigama. Dajte djeci potrebno vrijeme kako bi porazmislili o razvodu i o promjenama koje dolaze.

- dječja pitanja i brige uzmite ozbiljno i SLUŠAJTE što imaju reći. Jedno je dijete reklo: «ovo će promijeniti ostatak mog života i ja ne znam kako to oni ne mogu shvatiti, a možda i ne žele, ili,... ne znam..., ali osjećam da me ne slušaju!». Djeca trebaju znati da roditelji shvaćaju utjecaj razvoda na njihov život. Slušajući dječje misli i osjećaje o razvodu, roditelji pokazuju svoju brigu i osjećaje.

Izvor: Poliklinika za djecu Grada Zagreb