

Barbara Józefik

**PROBLEMATYKA ROZWODU
I RODZIN REKONSTRUOWANYCH
– IMPLIKACJE TERAPEUTYCZNE**

Wprowadzenie

Zachodzące w ostatnich dziesięcioleciach w europejskim kręgu kulturowym wyraźne przemiany struktury i funkcjonowania rodziny wskazują na kryzys instytucji małżeństwa i rodziny w ich tradycyjnym rozumieniu. Alternatywne formy związków nie tylko stają się coraz bardziej atrakcyjne, ale i akceptowane społecznie, podczas gdy tradycyjna forma rodziny ulega ewolucji. Wielu autorów mówi o rodzinie ponowoczesnej, wskazując na jej zróżnicowanie i odchodzenie od jednego modelu.

Takie zjawiska, jak narastanie wskaźnika rozwodów, związków nieformalnych, rodziców samotnie wychowujących dzieci, rodzin rekonstruowanych konfrontują zarówno badaczy, jak i klinicystów ze specyficzną dla każdej z wymienionych podgrup problematyką. W praktyce terapeutycznej szczególnie złożone procesy, wymagające często pomocy psychologicznej, terapii rodzinnej lub mediacji występują w przypadkach rozwodu oraz rodzin rekonstruowanych. Badacze zwracają uwagę, że w obu wymienionych wariantach zachodzące w relacjach rodzinnych intensywne procesy emocjonalne nakładają się na fazy cyklu życia rodzinnego, komplikując ich przebieg i utrudniając wypełnianie zadań rozwojowych właściwych dla danej fazy. Może to z jednej strony nasilać występowanie kryzysu normatywnego, z drugiej stanowić źródło kryzysu o charakterze nienormatywnym.

Rodzina w sytuacji rozwodu

Rozwód można rozpatrywać, biorąc pod uwagę jego procesualny charakter i fazowość zjawisk, jakie temu towarzyszą. Ich zrozumienie i analiza jest niezwykle

istotna, gdyż umożliwia lub nie – konstruktywne rozwiązanie dylematów, jakie przeżywają członkowie rodziny w związku z rozpadem rodziny. Zdarza się, że rozwód przebiega w neutralnej atmosferze, znacznie częściej jednak towarzyszą mu bardzo silne negatywne emocje, takie jak utrata nadziei, rozpacz, poczucie krzywdy, poczucie winy, gniew, wrogość, chęć zemsty, żal. W praktyce życia codziennego i przestrzeni społecznej niewiele jest miejsca na ekspresję tych uczuć i możliwość otrzymania wsparcia. Większość rozwodzących się rodzin samotnie przechodzi przez ten proces i jedynie niektóre z nich korzystają z profesjonalnej pomocy psychologicznej.

Badacze wymieniają szereg problemów związanych z sytuacją rozwodu. Destrukcyjne procesy, jakie zachodzą w rodzinie przechodzącej przez proces rozwodu, dotyczą m.in. ogromnych trudności rodziców związanych ze wzajemną komunikacją, występowaniem wrogości i agresji, utratą poczucia własnej wartości, zachwianiem poczucia stabilności i bezpieczeństwa, z walką o zrekonstruowanie własnego życia. Wpływają one zasadniczo na sposób przeżywania przez dzieci swojej sytuacji rodzinnej. Z perspektywy dzieci rozwód wiąże się z utratami dotyczącymi szeregu zakresów. Wśród najważniejszych można wymienić utratę poczucia ciągłości życia, poczucia bezpieczeństwa, ograniczenie lub utratę kontaktu z rodzicem, z którym dziecko nie mieszka. Dodatkowo, co bardzo istotne, często rozwód wiąże się pogorszeniem poziomu życia, zmianą stylu spędzania wolnego czasu, miejsca zamieszkania, zmianą środowiska szkolnego i rówieśniczego. Wymienione zmiany wprowadzają więc dalsze, nie mniej ważne utraty. Potwierdzają to wyniki badań szwedzkich, które pokazują, iż utrzymanie zbliżonego do sytuacji sprzed rozwodu poziomu materialnego i stylu życia znacząco ułatwia adaptację dziecka do nowej sytuacji rodzinnej i zmniejsza trudności emocjonalne (Wadsby 1993).

Oczywiście powyższy opis nie odnosi do tych ekstremalnych sytuacji, w których dziecko doświadcza w rodzinie wielorakich form przemocy, wówczas bowiem rozwód i brak kontaktów rodzicem stosującym przemoc czy seksualnie molestującym dziecko będzie optymalnym rozwiązaniem wnoszącym ulgę i przywracającym poczucie bezpieczeństwa i godności.

Jednym z istotnych problemów, jakich doświadczają dzieci w sytuacji rozwodu rodziców, jest trudność utrzymania stałego i pozytywnego związku z rodzicem, z którym dziecko nie mieszka. Badania i doświadczenia kliniczne pokazują, iż jest to powszechny problem, będący źródłem wielu trudności emocjonalnych dzieci. Można tu wymienić: poczucie braku akceptacji, odrzucenia, trudności w identyfikacji w roli psychoseksualnej. Dla ilustracji należy tutaj przytoczyć badania brytyjskie, z których wynika, iż 2 lata po rozwodzie mniej niż połowa dzieci utrzymuje kontakt z rodzicem mieszkającym poza rodziną Cookeett i Tripp (1994, za: Gorell Barnes 1998). Oznacza to jednocześnie utratę kontaktu z dziadkami i innymi krewnymi.

Badacze zwracają także uwagę, iż uporanie się z problemem rozwodu trwa około dwa lata, a więc trwa dłużej niż okres normatywnej żaloby, co potwierdza intensywność zachodzących w rodzinie procesów (Ahrns, Rodgers 1987). Do-

świadczenia kliniczne poparte badaniami wskazują, iż procesie rozwodu wyodrębnić możemy 4 zasadnicze fazy (Carter, McGoldrick 1989). Dla każdej z nich charakterystyczny jest proces emocjonalny, który wyznacza zadania rozwojowe. Zostaną one poniżej kolejno przedstawione.

Zaburzenia cyklu życia rodzinnego wymagające dodatkowych etapów w celach stabilizacji rozwoju

Schemat 1. Rozwód (za: Carter, McGoldrick 1989)

Faza 1. Decyzja o rozwodzie

Proces emocjonalny

- akceptacja niemożności rozwiązania napięć małżeńskich w taki sposób, aby możliwe było kontynuowanie relacji małżeńskiej

Zadania rozwojowe

- akceptacja własnego udziału, odpowiedzialności za nieudaną relację małżeńską

Faza 2. Planowanie rozwodu

Proces emocjonalny

- przewidywanie i planowanie, w jaki sposób przeprowadzony będzie rozwód oraz rozpoznanie, kto i w jakim zakresie będzie potrzebował wsparcia

Zadania rozwojowe

- opracowanie zasad dotyczących opieki nad dziećmi, spraw finansowych, odwiedzin dzieci
- przeprowadzenie rozmów o planowanym rozwodzie z rodzinami pochodzenia

Faza 3. Separacja

Proces emocjonalny

- praca nad rozwiązaniem, uporządkowaniem relacji małżeńskiej
- wola kontynuowania procesu współdziałania rozwodzących się małżonków jako rodziców, wspieranie finansowe dzieci

Zadania rozwojowe

- przechodzenie przez proces żałoby z powodu rozbicia rodziny
- przekształcanie relacji z dalszą rodziną
- utrzymywanie kontaktów z rodziną małżonka
- rekonstrukcja relacji małżeńskiej w rodzicielską
- odpowiedzialność za sprawy finansowe
- adaptacja do oddzielnego mieszkania małżonków

Faza 4. Przeprowadzenie rozwodu

Proces emocjonalny

- kontynuowanie pracy nad emocjonalnym rozwodem
- przezwyciężenie uczuć zranienia, gniewu, winy

Zadania rozwojowe

- proces żałoby z powodu utraty rodziny
- porzucenie fantazji o ponownym połączeniu się
- odzyskanie nadziei, marzeń, oczekiwań związanych z dalszym życiem
- utrzymywanie kontaktów z rodziną poszerzoną

Schemat 2. Rodzina po rozwodzie

1. Rodzic sprawujący opiekę

Proces emocjonalny

- akceptacja finansowej odpowiedzialności za dzieci
- wola utrzymywania kontaktów z byłym małżonkiem w sprawach dotyczących wychowania dzieci
- wspieranie kontaktów dzieci z byłym małżonkiem i jej/jego nową rodziną

Zadania rozwojowe

- plastyczność w zakresie utrzymywania kontaktów i odbywania wizyt
- stworzenie własnego zabezpieczenia finansowego
- stworzenie własnego systemu wsparcia (znajomi, rodzina)

2. Rodzic niesprawujący opieki

Proces emocjonalny

- wola utrzymywania kontaktów z byłym małżonkiem w sprawach wychowawczych dzieci
- wspieranie relacji byłego małżonka z dziećmi

Zadania rozwojowe

- znalezienie sposobu bycia rodzicem w nowej, zmienionej sytuacji
- utrzymanie finansowej odpowiedzialności za dzieci
- stworzenie własnego systemu wsparcia (znajomi, rodzina)

Jak już wspomniano, rozwód jest tym wydarzeniem, które zaburza przebieg cyklu życia rodziny i równowagę w systemie rodzinnym. Stąd pojawia się konieczność wypełnienia emocjonalnych zadań, jakie wynikają z faz tego procesu. Nie oznacza to, iż wymienione fazy dokładnie występują w przedstawionej powyżej kolejności. Rodziny, które nie uporządkowały w adekwatny sposób swoich relacji, pozostają na lata uwięzione w konfliktach, często przeciągających na następne pokolenia. Z doświadczeń klinicznych wynika, iż dla rodziny niekorzystne jest rozwiązywanie swoich problemów przez emocjonalne odcięcie czy zerwanie relacji, stąd celem pracy terapeutycznej jest wspieranie rodziny w wysiłkach przezwyciężania wzajemnych zranień, tak aby możliwe było współdziałanie rodziców na rzecz ich dzieci i utrzymywanie przez dzieci kontaktów z rodzinami pochodzenia obojga rodziców. Przedstawiony schemat może być ramą do badania, w jaki sposób i czy w ogóle rodzina rozwiązywała problemy wymienione jako zadania rozwojowe. Kluczowym aspektem tego procesu jest analiza procesów emocjonalnych zachodzących pomiędzy rozwodzącymi się małżonkami i ich dziećmi. Konieczność wycofania się ze związku, w który zainwestowane były marzenia, plany, oczekiwania i cele życiowe jest utratą przeżywaną jako żałoba, jest doświadczaniem zróżnicowanych, często sprzecznych uczuć. Jednym z najistotniejszych wątków staje się możliwość rezygnacji z oskarżania partnera, gdyż dzięki temu nie eskalowane są konflikty, w których zazwyczaj uczestniczą dzieci. Ponadto stanowi to podstawowy warunek do inicjowania procesu przebaczenia w rodzinie. W praktyce często bardzo trudno jest osiągnąć ten etap i rodziny zatrzymują się na fazach wcześniejszych, co w różnym stopniu utrudnia im utrzymywanie kontaktów ważnych z punktu widzenia ich zadań jako rodziców. Nieukończony proces emocjonalnego rozwodu i problemy z niego wynikające zazwyczaj ulegają nasileniu w momencie wchodzenia w kolejny związek.

Rodzina rekonstruowana

Rodzina rekonstruowana także przechodzi przez dodatkowe fazy, które modyfikują tradycyjny cykl życia rodziny.

Schemat 3. Rekonstruowana rodzina (za: Carter, McGoldrick 1989)

Faza 1. Rozpoczęcie nowej relacji

Proces emocjonalny

- „uzdrowienie się” z utraty poprzedniego małżeństwa – adekwatny rozwód emocjonalny

Zadania rozwojowe

- gotowość do podjęcia nowych zobowiązań, do bycia w związku i posiadania nowej rodziny oraz radzenia sobie z całą złożonością spraw, jakie wnoszą partnerzy

Faza 2. Planowanie nowej rodziny

Proces emocjonalny

- akceptowanie własnych obaw oraz obaw dzieci dotyczących nowego związku

Zadania rozwojowe

- praca nad otwartością w nowym związku
- wola dalszego utrzymywania relacji z byłym małżonkiem i odpowiedzialne dzielenie zobowiązań finansowych
- udzielanie pomocy dzieciom w radzeniu sobie z lękami i konfliktami lojalności w nowej rodzinie
- ustalenie na nowo relacji z rodziną pochodzenia, tak aby włączyć partnera i jego dzieci
- kontynuowanie relacji dzieci z rodziną pochodzenia byłego małżonka

Faza 3. Powtórne małżeństwo i rekonstrukcja rodziny

Proces emocjonalny

- dalsza praca nad własną relacją z byłym partnerem
- akceptacja zmienionego modelu rodziny z przepuszczalnymi granicami

Zadania rozwojowe

- rekonstrukcja więzi rodzinnych umożliwiająca włączenie nowego partnera i jego dzieci
- ustalanie relacji i finansów z byłym małżonkiem
- zostawienie przestrzeni na relację pomiędzy dziećmi i biologicznymi rodzicami
- dzielenie się wspomnieniami i doświadczeniami, tak aby zintegrować rodziny

Rodziny rekonstruowane, ze względu na zmiany struktury rodziny i przynależność do różnych, często będących w konfliktach subsytemów, stanowią swoiste wyzwanie zarówno dla swoich członków, jak i osób profesjonalnie im pomagających. Istotne zagadnienia obejmują tutaj takie aspekty, jak poczucie sprawiedliwości, lojalność, poczucie przynależności *versus* wykluczenie, granice, koalicje. Mimo, iż różnorodne są przyczyny, w konsekwencji których zawierany jest kolejny związek, a dzieci z poprzednich relacji są wychowywane przez nowych partnerów rodziców (rozwód, śmierć, związek nieformalny), istnieją pewne wspólne dla tej grupy rodzin dylematy. Z perspektywy dzieci najważniejsze to:

- zazdrość o uczucia rodzica do swojego nowego partnera,
- obawy o to, jak zmieni się ich pozycja, gdy partner zamieszka z rodziną,

- jaka będzie jego rola,
- w jakim stopniu zaistniała zmiana utrudni utrzymywanie kontaktów z rodzicem, który mieszka oddzielnie,
- jeżeli partner zamieszka wraz z dziećmi z poprzedniego związku, jaka będzie ich pozycja, kto będzie faworyzowany,
- czy akceptacja nowego partnera nie będzie „zdrada” wobec rodzica.

Jak widać, główne problemy ogniskują się wokół poczucia bezpieczeństwa i lojalności. Badania wskazują istotne znaczenie utraty bliskiej relacji z rodzicem, który nie mieszka z dzieckiem, i wzorów adaptacji w rodzinie rekonstruowanej. Odczuwane zazwyczaj w takiej sytuacji przez dziecko poczucie odrzucenia może utrudniać nawiązanie relacji z nowym partnerem zarówno przez antycypowanie tego doświadczenia, jak i przez mechanizm idealizacji. Mimo iż dobrze dobrani nowi partnerzy wnoszą wiele zasobów do życia rodzinnego, w tym emocjonalną stabilność, poprawę sytuacji materialnej rodziny, wiele dzieci wolałoby mieszkać z jedynie z rodzicem biologicznym, gdyż potwierdza to istnienie silnej więzi (Gorell Barnes 1998).

Analizując problematykę rodzin rozwodzących się i rekonstruowanych, należy zwrócić na uwagę zagadnienie sekretów rodzinnych i spraw objętych milczeniem. Z badań prowadzonych przez Cockett i Tripp (1994) oraz Gorell Barnes i zespół (Gorell Barnes i wsp. 1998) wynika, że jedynie 20% dzieci może swobodnie rozmawiać z rodzicami o doświadczeniu rozwodu, zmianach, jakie on wniósł w życie rodziny, i o drugim rodzicu. Tak wysokie wskaźniki milczenia utrzymują się także, życiu dorosłym dzieci pochodzących z rozwiedzionych i rekonstruowanych rodzin. Szczególnie często rozmowa o drugim rodzicu jest objęta tabu. Jak pokazują wyniki badań, nie tylko złość i konflikt utrudniają komunikację w rodzinie, ale i dobrowolne milczenie, odcięcie się od przeszłych doświadczeń, zerwanie ciągłości pamięci.

Podsumowanie

Można się zastanawiać, czy przedstawione schematy nie są modelami idealnymi, a więc zbyt odległymi od porozwodowej rzeczywistości rodzin. Zapewne tak, ale ich niewątpliwą zaletą wydaje się konceptualizacja złożonego procesu rozwodu i rekonstruowania rodziny w nowym związku, pozwalająca na wnikliwą analizę, wspólnie z rodziną, przebiegu tego procesu z wyodrębnieniem momentów szczególnie trudnych, blokujących możliwość osiągnięcia równowagi w zmienionym systemie rodzinnym. W tym kontekście, w zależności od faz, różne będą cele terapeutyczne i sposoby ich realizowania we wspólnej pracy z rodziną.

Bibliografia

- Ahrons C., Rodgers R. (1987), *Divorced families. Meeting the challenge of divorce and remarriage*, New York–London.
- Carter B., McGoldrick M. (1989), *The changing family life cycle. A framework for family therapy*, Boston–London–Sydney–Toronto.
- Cockett A., Tripp J. (1994), *The Exter Study*, Joseph Rowntree Foundation.
- Gorell Barnes G. (1998), *Family therapy in changing times*, Macmilian Press LTD.
- Wadsby M. (1993), *Children of divorce and their parents*, „Linköping University Medical Dissertations”, no 405, Sweden.