

Urszula Dudziak

Psychologiczne skutki rozwodu rodziców dla ich dzieci

Forum Teologiczne 13, 97-108

2012

Artykuł został opracowany do udostępnienia w internecie przez Muzeum Historii Polski w ramach prac podejmowanych na rzecz zapewnienia otwartego, powszechnego i trwałego dostępu do polskiego dorobku naukowego i kulturalnego. Artykuł jest umieszczony w kolekcji cyfrowej bazhum.muzhp.pl, gromadzącej zawartość polskich czasopism humanistycznych i społecznych.

Tekst jest udostępniony do wykorzystania w ramach dozwolonego użytku.

URSZULA DUDZIAK

Wydział Teologii

Katolicki Uniwersytet Lubelski Jana Pawła II w Lublinie

PSYCHOLOGICZNE SKUTKI ROZWODU RODZICÓW DLA ICH DZIECI

Słowa kluczowe: rozwody, skutki rozwodów, dorosłe dzieci rozwiedzionych rodziców.
Key words: divorce, effects of divorce, adult children of divorced parents.
Schlüsselworte: Scheidung, Scheidungsfolgen, erwachsene Kinder geschiedener Eltern.

Wzrastająca liczba rozwodów oraz ich społeczna aprobata wymaga zwrócenia tym większej uwagi na następstwa, jakie one powodują. Psychologiczne skutki rozwodów występujące u rozwiedzionych małżonków, ich dzieci, a nawet dorosłych dzieci rozwiedzionych rodziców, uwidaczniają, do czego prowadzi odejście od prawa Bożego i normy moralnej, jaką jest nierozzerwalność małżeństwa. W perykopach biblijnych¹, pismach ojców Kościoła², w Kodeksie prawa kanonicznego³ oraz w innych dokumentach i publikacjach⁴ małżeństwo przedstawione jest jako nierozzerwalne. Niestety, rzeczywistość katolickiej Polski odbiega od nauczania moralnego. Każdego roku przeprowadza się kilkadziesiąt tysięcy rozwodów, co z jednocześnie rosnącą aprobatą dla cywilnego rozwiązywania ważnie zawartego małżeństwa, przeczy obrazowi trwałego związku. Doświadczenie terapeutyczne oraz psychologiczne i pedagogiczne badania empiryczne dowodzą wielu poważnych następstw przeżytych rozwodów, zwłaszcza przez dzieci rozwodzących się rodziców. Uświadomienie

Adres/Adresse/Anschrift: dr hab. Urszula Dudziak, Katedra Psychofizjologii Małżeństwa i Rodziny, Katolicki Uniwersytet Lubelski Jana Pawła II, Al. Raławickie 14, Lublin 20-950, e-mail: ududz@kul.pl

¹ Rdz 2,24; Mt 19,5.

² A. Młotek, *Nierozzerwalność małżeństwa w nauczaniu Ojców Kościoła*, Colloquium Salutis Wrocławskie Studia Teologiczne 10 (1978), s. 181; B. Sitek, *Nierozzerwalność małżeństwa w nauczaniu Ojców Kościoła*, Prawo Kanoniczne 33 (1990) 3–4, s. 150.

³ KPK 1057; KPK 1141.

⁴ KDK 49; KKK 2383–2384; A. Sarmiento, *Małżeństwo chrześcijańskie. Podręcznik teologii małżeństwa i rodziny*, Kraków 2002, s. 267; R. Szytchmiller, *Obowiązki małżeńskie*, Warszawa 1999, s. 63.

tych następstw powinno być potraktowane jako ostrzeżenie przed podejmowaniem nieodpowiedzialnych decyzji, zarówno przed zawarciem małżeństwa, jak i w trakcie jego trwania. To także potwierdzenie wagi dotrzymywania przysięgi złożonej współmałżonkowi i posłuszeństwa Bożemu prawu.

Dzieci doświadczające rozvodu rodziców

Na kształtowanie się osobowości dzieci przedszkolnych zdecydowany wpływ ma rozwód rodziców. Jaki jest zakres tego oddziaływania badała jedynastoma metodami psychologicznymi Barbara Kaja⁵. Zastosowane zostały: *Skala Inteligencji* według Mieczysława Choynowskiego, *Test Bajek* Luizy Depert, *Test Dwóch Domków* według Wiktora Szyryńskiego, *Rysunek Rodziny* według Anny Frydrychowicz, *Kwestionariusz zachowania się dziecka w przedszkolu i szkole* według Earla Schaefera i May Aaronson, *Sprawdzian osiągnięć rozwojowych* opracowany przez B. Kają, *Badanie samooceny dziecka przedszkolnego 5–6-letniego* według B. Kai, *Badanie percepcji dobra i zła* według Andrzeja Klimentowskiego w modyfikacji B. Kai, *Badanie dotyczące pragnień dzieci*, *Badanie dotyczące stopnia przeżycia rozvodu przez dziecko* i *wywiad* w wersji dla rodzin rozbitych i rodzin pełnych. W badaniu wzięło udział 152 dzieci w wieku 6 lat, z których grupę eksperymentalną stanowiły dzieci rozwiedzionych rodziców (DRR), a grupę kontrolną dzieci z rodzin pełnych (DRP). Rezultaty badań ujawniły pomiędzy obiema grupami różnice w ocenie siebie, stosunku do rodziców, kontaktach z innymi.

Analiza uzyskanych wyników wykazała, że u dzieci z rodzin rozbitych częściej pojawia się niska samoocena (29%) niż u dzieci z rodzin pełnych (8%). Dzieci, których rodzice się rozwiedli w porównaniu z dziećmi z rodzin pełnych częściej oceniają nisko swą możliwość wzbudzenia sympatii wśród nauczycieli (34% – 7%). Niemal co czwarte dziecko z rodziny rozwiedzionej negatywnie ocenia swój wygląd zewnętrzny związany z ubiorem, podczas gdy wśród badanych z rodzin pełnych żadne dziecko nie dało takiej odpowiedzi. Wskazane różnice ocen wyrażonych przez obie grupy dzieci osiągają poziom istotności statystycznej. Bliska istotności statystycznej jest też negatywna ocena własnej urody, którą wyraża 41% dzieci z rodzin rozwiedzionych i 20% dzieci z rodzin pełnych. Rzutuje to na negatywną ocenę wzbudzania przez dziecko sympatii u innych. Przeżywana sytuacja rozwodowa wywołuje u dziecka następujące wątpliwości: „Czy można mnie lubić? Czy jestem wy-

⁵ B. Kaja, *Rozwód w rodzinie a osobowość dziecka*, Bydgoszcz 1992.

starczająco ładny?”⁶. Niska ocena związana z ubiorem może ujawniać rzeczywisty stan związany z obniżeniem standardów materialnych rodziny. Zdaniem autorki badań niska ocena siebie może się wiązać z długotrwałym wychowywaniem się dzieci bez ojca. Nieobecność rodzica ma niekorzystne znaczenie dla kształtującej się osobowości dziecka ze względu na uniemożliwienie identyfikacji z nim. Odejście ojca powoduje utratę poczucia „bycia ważnym”. Przeprowadzone przez B. Kaję badania pozwalają twierdzić, że „traumatyzująca sytuacja rozwodowa, przeżyta silnie przez dziecko, zakłóca proces formowania się samooceny”⁷. Nieprawidłowa, czyli nieadekwatna do rzeczywistości ocena, określana jako zbyt wysoka lub zbyt niska pojawia się zwłaszcza u badanych charakteryzujących się wysokim stopniem przeżycia rozwodu. U dzieci z rodzin rozbitych ujawnia się też tendencja do odsuwania na plan dalszy emocjonalnego kontaktu z drugim człowiekiem i postrzegania siebie jako osoby mniej wartościowej od innych. Przeżycie rozwodu powoduje u dzieci pewne ukierunkowanie rozwoju osobowości „bardziej na obronę siebie, niż na rozwijanie swojej osobowości poprzez współuczestnictwo w działaniu z innymi”⁸. W odniesieniu dziecka do rodziców „można powiedzieć, że o ile ojciec po rozwodzie najczęściej traci w oczach dziecka, o tyle matka nic nie zyskuje”⁹. Negatywny stosunek do ojca przejawia 62% dzieci z rodzin rozbitych i 1% grupy dzieci pochodzących z rodzin pełnych. Do matki negatywnie ustosunkowuje się 4% dzieci z rodzin pełnych, a z rodzin rozbitych żadne nie ujawnia takiego stanowiska. Więcej jednak dzieci, które doświadczyły rozwodu, w porównaniu z grupą kontrolną, przejawia do swej matki stosunek ambiwalentny (dzieci z rodzin rozwiedzionych DRR 46% – dzieci z rodzin pełnych DRP – 34%) i mniej, spośród nich, ma do niej pozytywny stosunek (DRR 54% – DRP 68%). Rozbieżność pomiędzy odniesieniami do obojga rodziców, na niekorzyść ojca, może wiązać się z tym, że wszystkie badane dzieci z rodzin rozwiedzionych pozostały przy matce.

Ocena zachowania dzieci w przedszkolu umożliwiła stwierdzenie, że u dzieci z rodzin rozbitych niski poziom ekspresji słownej występuje dwukrotnie częściej niż u dzieci z rodzin pełnych (60% – 30%). Podobne różnice pomiędzy badanymi grupami występują w poziomie przejawianej życzliwości (DRR 29% – DRP 60%), towarzyskości (30% – 57%), taktowności (39% – 57%). W kontaktach społecznych dzieci z rodzin rozbitych mają większą skłonność do wycofywania się niż dzieci z rodzin pełnych (DRR 53% – DRP 26%), prze-

⁶ Ibidem, s. 43.

⁷ Ibidem.

⁸ Ibidem, s. 83.

⁹ Ibidem, s. 82.

jawiają większą nerwowość (58% – 43%), nieśmiałość (54% – 33%), zawziętość (65% – 32%).

Dzieci z rodzin rozbitych częściej niż ich rówieśnicy z rodzin pełnych negatywnie oceniają kogoś, kto jest zły i agresywny (24% – 9%). W związku z tym, że wynik ten jest istotny statystycznie, warto podać prawdopodobną jego interpretację. Jak przypuszcza Barbara Kaja, „sytuacja rozwodowa mogła u tych dzieci łączyć się z obserwowaniem rodzica będącego modelem agresywnych zachowań, co np. przy większej wrażliwości empatycznej dziecka pozwalającej wczuć się w położenie atakowanego powodowało, że ten rodzaj zła, jako często doświadczany, bo istniejący w najbliższym otoczeniu, uznawany był za najgorszy”¹⁰.

Pedagogiczne badania rodzin rozwiedzionych wraz z dziećmi w wieku 7–16 lat, będących uczniami szkół podstawowych i gimnazjów, przeprowadził Henryk Cudak. Zastosowanymi metodami były: ankieta, wywiad, obserwacja, analiza dokumentów sądowych, socjometryczna technika Jacob, Levy Moreno, *Test Rysunku Rodziny* według Marii Braun-Gałkowskiej, *Test uzupełniania niedokończonych zdań* w opracowaniu H. Cudaka. Badaniami objęto dwie grupy rodziców. Jedną stanowili rodzice rozwiedzeni, drugą żyjące w rodzinach pełnych. Każda grupa liczyła 276 rodziców. Dzieci z rodzin po rozwodzie było 287, a dzieci z rodzin żyjących razem – 289.

Sytuacja rozwodowa spowodowała u dzieci niedosyt miłości, brak zróżnicowania przyjaznych uczuć, pozbawienie pozytywnych wzorców osobowych, poczucie bycia zdradzonym. Stany emocjonalne najczęściej ujawniane przez potomstwo osób rozwiedzionych (DRR) to: smutek (35%), beznadziejność (32%), brak poczucia sensu życia (32%), niska samoocena (26%), lęk i niepokój (22%), rozpacz (22%), gniew, złość, agresja (16%), poczucie winy (15%)¹¹. W przypadku dzieci żyjących w rodzinach pełnych (DRP), stany depresyjne odczuwa 4–16%.

Niektórzy uczniowie próbują ukryć fakt rozwodu rodziców, tłumacząc nieobecność jednego z nich wyjazdem za granicę lub do innego miasta w celach zarobkowych, dodatkowymi zajęciami w pracy, chorobą, dłuższym wyjazdem do rodziny. Często czują się gorsze, bo inni mają mamę i tatę, a oni nie; wstydzą się tego, że rodzice mieszkają oddzielnie, sobie przypisują winę z tego powodu, mówiąc: „Chyba jestem gorszym dzieckiem od innych, jeśli tata nie chce mną już się zajmować. Wszystko robię z mamą, nawet gram w piłkę, a moi koledzy mają tatę. Oni są po prostu grzeczniejsi ode mnie, a mój tata nie mógł już chyba ze mną wytrzymać”¹².

¹⁰ Ibidem, s. 74.

¹¹ H. Cudak, *Funkcjonowanie dzieci z małżeństw rozwiedzionych*, s. 86.

¹² Ibidem, s. 87.

Konflikty rozwiedzionych rodziców powodują, że dzieci stają się: nieposłuszne (23%), agresywne (22%), buntownicze (19%), nieufne (16%), zamknięte w sobie (14%), lękliwe (13%), apatyczne (10%). Tylko 13,2% badanych przez H. Cudaka dzieci pochodzących z rodzin rozwiedzionych zachowuje się właściwie, w przypadku gdy w grupie kontrolnej wskaźnik zachowujących się właściwie sięga 47%¹³. U dzieci, które przeżyły rozwód rodziców, częściej niż u tych, które nie miały takiego doświadczenia, występują zaburzenia emocjonalne, takie jak: nadpobudliwość psychoruchowa (DRR 29% – DRP 13%), nerwice dziecięce (24% – 4%), zaburzenia snu (18% – 8%), stany lękowe (10% – 4%), moczenie nocne (8% – 3%), brak łaknienia (6% – 3%)¹⁴. Częściej ma miejsce nieposłuszeństwo (29% – 20%), upór (20% – 10%), kłamstwo (17% – 11%), krzykliwość (16% – 11%), kłótność (14% – 6%), płaczliwość (13% – 8%).

Dezorganizacja życia rodzinnego, zaburzenie wewnętrznej harmonii, nieobecność jednego z rodziców, zanik więzi rodzinnej, wstyd z powodu tego, co się stało i rozmaite próby ukrycia rozwodu rodziców rodzą u dzieci przykre napięcia uczuciowe. Doświadczana sytuacja niweczy poczucie bezpieczeństwa i utrudnia nawiązywanie kontaktów z innymi. Dzieci czują się gorsze, są „z reguły nieśmiałe, lękliwe, płaczliwe, bez inicjatywy, niezaradne, nieodporne na stresy. Charakteryzują się też obniżoną aktywnością społeczną w klasie, unikają trudności i przeszkód, często popadają w przygnębienie, szukają oparcia u innych osób, chcą mieć przyjaciela, który otoczyłby je opieką, pomógł w trudnych chwilach. Zjawisko to można traktować jako próbę kompensacji emocjonalnych potrzeb dziecka”¹⁵. Zdarzają się jednak także zaburzone zachowania objawiające się w formie: „lekceważenia obowiązków szkolnych, uporczywości, przekory, dokuczliwości czynnej i biernej, agresji, impulsywności. Dzieci te zachowują się na terenie szkoły krzykliwie, plotkują, są kłótniwe, uparte i podejrzliwe”¹⁶. Wśród zachowań aspołecznych badanej grupy dzieci i młodzieży z rodzin rozbitych, H. Cudak wynotował: oszukiwanie rówieśników (18%), lekceważenie obowiązków (15%), agresję w zachowaniach (15%), wywoływanie konfliktów i narzucanie swojej woli (po 14%), wycofywanie się z kontaktów (12%) i inne. Ich rówieśnicy z grupy kontrolnej tego typu zachowania przejawiali rzadziej. Najczęstsze było też okłamywanie (14%), ale pozostałe manifestacje niedostosowania wymieniane były przez oceniających zachowanie uczniów nauczycieli w granicach 6% – 9%¹⁷.

¹³ Ibidem, s. 108.

¹⁴ Ibidem, s. 114.

¹⁵ Ibidem, s. 159.

¹⁶ Ibidem.

¹⁷ Ibidem, s. 160.

Zdaniem Czesława Cekiery, rozwód rodziców jest jednym z powodów specyficznej ucieczki od problemów wyrażającej się w sięganiu po narkotyki i alkohol¹⁸. Brunon Hołyst dodaje, że brak ojca i związana z tym trudna sytuacja opiekuńcza, wychowawcza i socjalizacyjna przyczynia się do niedostosowania społecznego dzieci i młodzieży, ich wykolejenia i popełniania przestępstw¹⁹. „Badania etiologiczne nieletnich przestępców wskazują, że pochodzą oni w znacznej mierze z rodzin zdeorganizowanych. Bardzo często (21%–36% w zależności od zbiorowości) chodzi tu o rodziny rozbite i niepełne, w których dzieci wychowywane są pod opieką samotnych matek, co powoduje z reguły (54%–70%) brak właściwej opieki i kontroli nad dziećmi²⁰. Charakterystyczne jest, że problemy związane z przeżywanym rozwodem rodziców nie ustępują po okresie dzieciństwa, lecz sięgają także w dorosłe życie potomstwa.

Dorosłe dzieci rozwiedzionych rodziców

Jednym z pierwszych autorów opisujących cechy typowe dla osób, które przeżyły rozwód swoich rodziców jest Jim Conway²¹. Swoją pracę opiera na: prowadzonych badaniach ankietowych wśród dorosłych dzieci rozwiedzionych rodziców²², w większości 30–40-letnich; obserwacjach zachowań studentów, których rodzice się rozwiedli; danych z prowadzonego ponad 30 lat poradnictwa i na własnym doświadczeniu. Zebrany w ten sposób materiał upoważnia do stwierdzenia, że rozwód powoduje ogromne spustoszenie w życiu ludzi²³. Dotyczy to nie tylko rozwodzących się małżonków, lecz „także – i to w jeszcze większym stopniu – ich dzieci”²⁴. Uczestniczący w badaniach 45-letni mężczyzna napisał: „w przypadku rozwodu wszystkie zaangażowane weń strony cierpią przez całe życie, gdyż jego destruktywny wpływ sięga najgłębszych pokładów emocji i samoobrony. Można to porównać do powolnej śmierci, a powrót do zdrowia – jeśli w ogóle do tego dojdzie – jest powolny i bolesny²⁵”. Oprócz

¹⁸ Cz. Cekiery, *Patologia rodziny w środowisku narkomanów, alkoholików i samobójców*, *Zdrowie Psychiczne* 2 (1985), s. 85-100.

¹⁹ B. Hołyst, *Kryminologia*, Warszawa 1999.

²⁰ M. Jarosz, *Problemy dezorganizacji rodziny, determinanty i społeczne skutki*, Warszawa 1979, s. 69.

²¹ J. Conway, *Dorosłe dzieci rozwiedzionych rodziców. Jak uwolnić się od bolesnej przeszłości?* Warszawa 1995.

²² Pierwsze badania wśród kilkunastu studentów, których rodzice byli po rozwodzie, Jim i Sally Conway podjęli w 1980 r. Następne ogólnokrajowe badania ankietowe zostały przeprowadzone w roku 1989. Większość badanych liczyła 30–40 lat. Rozpiętość wieku ankietowanych sięgała 56 lat, ponieważ najmłodszy respondent miał 16 lat, a najstarszy 72; *ibidem*, s. 33.

²³ *Ibidem*, s. 38.

²⁴ *Ibidem*, s. 33.

²⁵ *Ibidem*.

usankcjonowanego prawnie rozvodu rodziców Jim Conway pisze także o zjawisku emocjonalnego rozstania małżonków, mimo wspólnego zamieszkiwania. Ma to również negatywne następstwa w życiu dzieci. Fakt ten stanowi dodatkowy argument za tym, że w przypadku nierozwiązanych konfliktów nie jest właściwy ani rozwód, ani trwanie w zaburzonym związku, ale zdecydowane podjęcie prób naprawy wzajemnych relacji w rodzinie.

Prawny lub emocjonalny rozwód rodziców jest faktem, który przyczynia się do powstania neurotycznych cech utrzymujących się u dzieci przez długie lata, także w okresie ich dorosłości. Z doświadczenia J. Conwaya wynika, że do cech tych zalicza się zdecydowanie negatywny obraz siebie, lęk przed ludźmi, poczucie braku przynależności do świata. Mimo wyglądu stwarzającego wrażenie, że ma się do czynienia z człowiekiem sukcesu, osoba ta odczuwa wewnętrzną pustkę, przepełniający gniew, niespełnienie, brak zadowolenia z czegoś, co udało się dokonać²⁶. Istnienie długoterminowych skutków rozvodu udokumentowała badaniami 60 rozbitych rodzin kalifornijskich Judith Wallerstein. Ogromne poczucie bycia nieszczęśliwym było pierwszą reakcją dzieci na rozwód rodziców. Słabło ono po około 18 miesiącach od daty rozvodu, ale po upływie 5 lat znowu znacznie się nasilało; 39% badanych czuło się odrzucenymi i niekochanymi przez ojca, u 37% stwierdzono umiarkowaną bądź nawet silną depresję. Jej manifestacją było stałe, silne uczucie nieszczęścia, natrętne myśli samobójcze, promiskuityzm, sięganie po alkohol i narkotyki, kradzieże, gniew, apatia, niepokój, poczucie silnej i trwałej deprivacji emocjonalnej związanej z doświadczeniem nieodwracalnej utraty jedności rodzinnej²⁷. Dziesięć lat od rozvodu rodziców nie stwierdzono zmiany na lepsze. U 60% obecne było poczucie odrzucenia, 2/3 kobiet w początkach swego dorosłego życia dręczył głęboki niepokój, widoczna była nieumiejętność zawierania trwałych związków, obawa, że partner zdradzi. Młodzi mężczyźni wywodzący się z rozwiedzionych rodzin nie potrafili zdobyć się na niezależność, brakowało im pewności siebie, nie umieli znaleźć celu swego życia, często zmieniali kierunek studiów i miejsce pracy²⁸. Gdy rodzice przeżywali swe rozstanie jako wyzwolenie, szczęście, szansę nowego początku, ich dzieci osaczało cierpienie z powodu utraty obecności obojga rodziców w życiu. Nawet wtedy, gdy rodzice dużo się kłócili, dzieci były przeciwne ich rozwodowi²⁹. Próbując odnaleźć

²⁶ Ibidem, s. 13, 15, 21.

²⁷ J.S. Wallerstein, J.B. Kelley, *Surviving the Breakup: How Children and Parents Cope with Divorce*, New York 1980, s. 211.

²⁸ Zob. J.S. Wallerstein, S. Blakeslee, *Second Chances: Men, Women and Children a Decade after Divorce*, New York 1989.

²⁹ W. Jaede, *Jak uchronić dziecko przed skutkami rozvodu rodziców – poradnik dla rodziców*, tłum. A. Kleszcz, Kraków 2007, s. 46; zob. też J.S. Wallerstein, J.M. Lewis, S. Blakeslee, *Scheidungsfolgen – die Kinder tragen Last*, Münster 2002.

utraconą miłość, dziewczęta z rodzin rozbitych, wcześniej niż ich koleżanki, pochodzące z rodzin pełnych, podejmowały współżycie seksualne. Nastoletni chłopcy doświadczający rozpadu swych rodzin okazali się być bardziej zagrożeni demoralizacją i przestępczością. Typowa dla dorosłych dzieci rozwiedzionych rodziców była tendencja „do dłuższego przejawiania zachowań typowych dla nastolatków – niekiedy nawet do wieku trzydziestu lat”³⁰. Z obserwacji prowadzonych przez J. Conwaya wynika, że „studenci pochodzący z rodzin rozbitych przez rozwód na ogół mieli kłopoty z nauką, nie potrafili nawiązywać kontaktów z innymi ludźmi i brakowało im pewności siebie [...] Rozpaczliwie poszukiwali miłości, a ta rozpacz kierowała ich nieraz w stronę niezdrowych związków emocjonalnych i powiązań seksualnych. Ludzi tych, tak wyraźnie poszukujących »domu«, cechował perfekcjonizm, niemożność zaufania innym i głęboko zakorzeniony gniew”³¹. W kolejnych latach, dorosłe dzieci rozwiedzionych rodziców miały trudności z odzyskaniem wiary w miłość, „gdy osiągnęły wiek, w którym same chciały związać się z kimś na stałe lub założyć rodzinę, często czuły się niepewnie. Ich podstawowe zaufanie do instytucji rodziny i małżeństwa zostało zachwiane, a one stale miały się na baczności, żeby ich związek się nie rozpadł”³².

Historie życia opisane w książce J. Conwaya *Dorosłe dzieci rozwiedzionych rodziców*, ujawniają jak bardzo rozwód rodziców przeorganizowuje życie dzieci. Bywa, że przejmują one na siebie odpowiedzialność za porzuconego rodzica, traktując to jako priorytet, któremu całkowicie podporządkowują własne życie zawodowe i rodzinne. Efektem tego jest uświadomione dość późno – w przypadku Charlotty w wieku ponad 60 lat, już po śmierci jej matki – poczucie ograbienia z własnego życia³³. Rozwód powoduje wewnętrzną, głęboką ranę, odczuwaną jako emocjonalny ciężar niesiony przez lata. Dorosłe dzieci rozwiedzionych rodziców (DDRR) doświadczają poczucia zagrożenia, lęku przed związaniem się na stałe z innymi, braku wzoru do realizacji własnych ról rodzicielskich. Dążą do perfekcjonizmu, chcąc zasłużyć na pochwałę. Zdarza się, że tracą zdolność koncentracji uwagi i rezygnują z dalszego kształcenia. Wstrząs wywołany rozwodem rodziców powoduje wewnętrzne rozbicie, poczucie bycia oszukanym przez rodziców, niewiarę we własne możliwości, niepewność w wykonywaniu własnej pracy, utratę zaufania do Boga, ucieczkę w seks lub różne uzależnienia. Dorośli, którzy w dzieciństwie przeżyli rozwód własnych rodziców „czują, że zostali czegoś pozbawieni, bo nie

³⁰ J.S. Wallerstein, S. Blakeslee, *Rozwód, a co z dziećmi? Jak uchronić własne dzieci przed negatywnymi skutkami rozvodu?*, tłum. C.E. Urbański, Poznań 2005, s. 266.

³¹ J. Conway, *Dorosłe dzieci rozwiedzionych rodziców*, s. 16.

³² W. Jaede, *Jak uchronić dziecko przed skutkami rozvodu rodziców*, s. 46.

³³ J. Conway, *Dorosłe dzieci rozwiedzionych rodziców*, s. 50–52.

mieli normalnego domu, [...] ich obraz siebie, ich nauka szkolna, kariera zawodowa – wszystko zostało naznaczone piętnem dysfunkcjonalnej rodziny. Jej niekorzystny wpływ ujawnia się również w ich małżeństwach i u ich dzieci. Boją się, że obejmie nawet ich wnuki”³⁴.

Osoby z grupy DRRR odczuwają lęk przed swoją przeszłością, próbują ją ukrywać i odsuwać od siebie, nie wiedząc, że jej ujawnienie jest nieodzowne w osiągnięciu własnej dojrzałości do małżeństwa. Chcą wyprzeć ze świadomości własną przeszłość, „głęboko pogrzebać ból i cierpienie” wynikające z rozwodu rodziców. Tłumią wszelkie myśli i odczucia odnoszące się do określonych wydarzeń, czasami wypierają z pamięci całe fragmenty życia. Zdarza się, że przekształcają minioną rzeczywistość, zachowując w pamięci te wspomnienia, które są miłe, a wypierając te, które są nie do zniesienia³⁵.

Dorośle dzieci rozwiedzionych rodziców wypaczają własny obraz i mają trudności w relacjach z innymi. Mają trudności z tym, by siebie polubić i poczuć, że są czegoś warte. Uważają, że nikt ich nie chce. Wątpią w to, czy ktoś ich kocha, dążąc do spokoju za wszelką cenę, idą „na każdy kompromis i starając się wszystkich zadowolić”³⁶, pozwalają sobą manipulować w zamian za najmniejszą pochwałę, marzą, by być ideałem, robią wszystko, by zasłużyć na miłość, a jednocześnie cierpią, pytając siebie: „Po co mam dalej żyć? Im bardziej się staram, tym mniej otrzymuję. Inni lubią mnie wyłącznie za to, co dla nich robię, a nie za to jaka jestem”³⁷. Zazwyczaj unikają ryzyka, nie podejmują nowych możliwości, szybko wycofują się, bojąc się dalszych rozczarowań. Lękają się przyznania do swoich słabości, by nie utracić posiadanych pozycji. Uważają, że do niczego się nie nadają, że są gorsi od innych. To, że czegoś nie umieją budzi ich gniew, mają poczucie winy z tego powodu, że nie są doskonali, czynią też sobie wyrzuty z powodu żalu i gniewu odczuwanego wobec siebie, innych osób i Boga. Racjonalnie zdają sobie sprawę z tego, że będąc dzieckiem nie mogli przyczynić się do rozwodu rodziców, a jednak emocjonalnie nie potrafią tego przyjąć i obwiniają się, że gdyby nie oni, nie doszłoby do rozwodu. Jako dorośli wciąż czują to, co odczuwali jako dzieci. Jedną ze swych pacjentek, doświadczających nieustającego cierpienia z powodu rozwodu rodziców, Jim Conway opisuje: „na zewnątrz dorosła kobieta, wewnątrz – płaczące dziecko”³⁸. Podobne stwierdzenie w imieniu dorosłych dzieci rozwiedzionych rodziców wyrażone zostało w pracy Johna Bradshawa: „wewnątrz nas kryje się małe dziecko, które czuje pustkę i nienasycenie,

³⁴ Ibidem, s. 54.

³⁵ Ibidem, s. 56–57.

³⁶ Ibidem, s. 68.

³⁷ Ibidem, s. 63.

³⁸ Ibidem, s. 25.

którego potrzeby na zawsze pozostaną niezaspokojone, bo są to potrzeby dziecka ukrytego w ciele osoby dorosłej³⁹”. Doświadczony zawód ze strony najbliższych i niska samoocena utrudniają stosunki z innymi zarówno w życiu prywatnym, jak i zawodowym. Kompensując własne braki mogą na zewnątrz wydawać się silni, radośni i przebojowi, wewnątrz jednak czują się słabi, smutni i niepewni siebie. „Badacze stwierdzili, że w porównaniu z dziećmi z normalnych domów, dorosłe dzieci rozwiedzionych rodziców doświadczają zwykle silniejszych uczuć depresji, gniewu, wrogości, smutku, żalu, niepokoju o przyszłe kontakty z innymi, pustki, niedającej się opanować wściekłości, goryczy; z trudnością radzą sobie ze wspomnieniami, wykazują większą podatność na stres, skłonność do zmartwień, izolowania się; uważają, że pod wieloma względami nigdy im się nie powiedzie tak, jak dzieciom z normalnych domów, a także czują się przytłoczone ciężarem życia i mają obniżony poziom samooceny⁴⁰. Następujące po sobie reakcje DRRR to: poczucie straty, frustracja z tego powodu, próby wyparcia jej z pamięci, gniew, poczucie winy, zgorzknienie, brak nadziei, depresja, izolacja, tendencje samobójcze⁴¹.

Statystyka strat poniesionych przez dorosłe dzieci rozwiedzionych rodziców obliczona na podstawie wypowiedzi ankietowych udzielonych w badaniach prowadzonych przez Jima i Sally Conway wskazywała, że 70% respondentów czuło się ograbionych z części własnego życia, 63% uznawało, że wymaga się od nich nadmiernej odpowiedzialności, a 58% czuło wewnętrzne rozdarcie, okazując posłuszeństwo zarówno matce, jak i ojcu⁴².

Mając rozwiedzionych rodziców, dzieci a nawet wnuki, jako nieustanną trudność niemożliwą do przezwyciężenia traktowali obecność na przyjęciach i uroczystościach rodzinnych, a zwłaszcza przydzielanie miejsc za stołem. Zadańnione urazy, konflikty i rywalizacja rozwiedzionych rodziców są dla nich przeszkodą, by usiąść obok siebie, czy stanąć do wspólnego zdjęcia.

Bez względu na to, ile lat upłynęło od rozwodu rodziców, ich dorosłe już dzieci stale poszukują akceptacji (58%), wypierają z pamięci część swojej przeszłości (54%), zbyt surowo się oceniają (53%), czują odmienność w porównaniu z innymi z powodu konfliktu między rodzicami i ich rozwodu (51%), czują, że ich rozwój został zahamowany (50%), traktują siebie zbyt poważnie (47%), ciągle zastanawiają się, czym jest normalna rodzina (45%), reagują zbyt silnie w sytuacjach, nad którymi nie mają kontroli (42%), mają trudności w kontaktach z innymi ludźmi (40%), niełatwo im pozwolić sobie na

³⁹ J. Bradshaw, *Healing the Shame That Binds You*, Deerfield Beach 1988, s. 58.

⁴⁰ K. McGuire, *Adult Children of Divorce: Curative Factors of Support Group Therapy*, wykład doktorski wygłoszony na Wydziale Psychologii Rosemead School of Psychology, Biola University, maj 1987, cyt. za: J. Conway, *Dorosłe dzieci rozwiedzionych rodziców*, s. 38.

⁴¹ J. Conway, *Dorosłe dzieci*, s. 68.

⁴² *Ibidem*, s. 36.

relaks i zabawę (35%), mają trudności w doprowadzeniu do końca swoich zamierzeń (21%)⁴³.

Poprzez swój rozwód rodzice naznaczają swoje dzieci; to znamie noszą one także w życiu dorosłym. Przyjmowane w dzieciństwie role wdrukowują się na stałe – jedni grają rolę „odpowiedzialnego” i „bohatera”, i tak też starają się zachowywać w wieku dorosłym, „osłaniając słabości rodziny”; inni przyjmują postać „niewidzialnego świadka” i w dorosłości ignorują wszelkie problemy lub nawet sami przyjmują zachowania uznawane przez środowisko za niestosowne. „Gołąbek pokoju” stara się uszczęśliwić innych „kosztem własnej tożsamości i zdolności”, bo jest przekonany, że gdy przestanie zabiegać o dobro dla innych, to zostanie przez nich odrzucony. Na „kozła ofiarnego” społeczeństwo zrzuca wszystkie swoje winy. „Maskotka” stara się dowcipem zagłuszać problemy i rozładowywać napięcie, robi też niemal wszystko, by nie ujawnić innym swych uczuć i nie stawiać czoła trudnym sprawom, odsuwając je na bok. Odgrywanie ról jest wyrazem chęci przejęcia kontroli nad światem, chronienia siebie i braku zaufania do innych⁴⁴.

Oparte na zwierzeniach ludzi, którzy doświadczyli rozwodu własnych rodziców, opisy ich problemów mogą służyć osobistej diagnozie własnych trudności i stać się początkiem drogi do wyzdrowienia⁴⁵. Miliony skrzywdzonych dorosłych powinny zdobyć się na odwagę ponownego przeanalizowania doświadczonego rozpadu rodziny i mimo świadomości tego, jak bardzo bolesny będzie to proces – podjąć decyzję o poddaniu się leczeniu.

Poważne, liczne i długotrwałe skutki rozwodu skłaniają do tego, by na nowo uświadomić sobie wartość nierozzerwalności małżeństwa. Rozwiązaniem problemów małżeńskich nie jest rozwód, lecz praca nad niewłaściwymi relacjami między mężem a żoną, rodzicami i dziećmi. Ta praca powinna być ukierunkowana na wyeliminowanie negatywnych wzorców i zastąpienie ich pozytywnymi. Jej celem ma być niedopuszczenie do dysfunkcji rodziny i jej przyszłych negatywnych skutków dla rodziców i dzieci. Włączając się w kampanię społeczną Fundacji Mamy i Taty (od 2011 r.) „Rozwód? – Przemyśl to!”, warto ojcom i matkom powtarzać: „Kochasz swoje dziecko? Nie rób mu krzywdy! Dotrzyjmy danego słowa!”⁴⁶.

⁴³ Ibidem, s. 37.

⁴⁴ Ibidem, s. 111–112.

⁴⁵ Świadomość istnienia wielu negatywnych następstw rozwodu skłoniła badaczy zajmujących się tym zagadnieniem do tworzenia poradników: M. Herbert, *Rozwód w rodzinie. Jak wesprzeć dzieci*, tłum. A. Sawicka-Chrapkiewicz, Gdańsk 2005; J.S. Wallerstein, S. Blakeslee, *Rozwód, a co z dziećmi? Jak uchronić własne dzieci przed negatywnymi skutkami rozwodu*, tłum. C.E. Urbański, Poznań 2005; W. Jaede, *Jak uchronić dziecko przed skutkami rozwodu rodziców poradnik dla rodziców*, tłum. A. Kleszcz, Kraków 2007; A.D. Hart, *Rozwód. Jak ratować dzieci?*, tłum. M. Ciszewska, Poznań 2006.

⁴⁶ <http://www.rozwodprzemyslto.pl/spot-3/> (25 IX 2011).

THE PSYCHOLOGICAL EFFECTS OF PARENTS' DIVORCE ON THEIR CHILDREN (SUMMARY)

The increasing number of divorces and social acceptance of them require paying more attention to the consequences they cause. Psychological results of divorces appearing among divorced spouses, their children and even among adult children of divorced parents show what omitting God's Law and the social norm of indissolubility of marriage lead to. The existence of these effects is confirmed by empirical studies led by Barbara Kaja among preschool children and by Henry Cudak among students of primary and middle schools. The long-term effects in adult children of divorced parents are described by Jim and Sally Conway, Judith Wallerstein and John Bradshaw. The negative effects of divorce are manifested in children in poor self-esteem, withdrawal or emotional overreaction to various life situations and problems with establishing relationships with others. Divorce is an everlasting 'opportunity' for having many negative experiences, depression as well as cognitive, educative, organizational and relaxation difficulties. It involves the loss of a real self-image and playing the role of somebody's 'lucky charm', 'scapegoat' or something else. The results of family dissolution are lingering and far-reaching and cause never-ending suffering and spread from generation to generation. The results are not harmless to the establishment of future family ties and prove severely damaging to himself/herself, their spouse, children and society. Understanding these results and a reminder of the requirement of keeping wedding vows should be additional incentives for the intensification of divorce prevention.

PSYCHOLOGISCHE FOLGEN DER SCHEIDUNG FÜR DIE KINDER (ZUSAMMENFASSUNG)

Die steigende Zahl der Scheidungen sowie ihre gesellschaftliche Akzeptanz macht es notwendig, die Folgen dieser gesellschaftlichen Fakten zu untersuchen. Psychologische Folgen von Scheidungen bei den geschiedenen Gatten sowie ihren kleinen, aber auch erwachsenen Kindern zeigen, wohin das Verlassen des göttlichen Gesetzes und der moralischen Norm der Unauflöslichkeit der Ehe führt. Die Folgen werden anhand der empirischen Erhebungen formuliert. Barbara Kaja hat die Situation bei Vorschulkindern und Henryk Cudak bei Grundschulkindern und Gymnasiasten untersucht. Langfristige Folgen bei den erwachsenen Kindern werden von Jim und Sally Conway, Judith Wallerstein sowie John Bradshaw beschrieben. Negative Folgen der Scheidungen zeigen sich bei Kindern in ihrem geringen Selbstwertgefühl, im Zurückgezogen sein bzw. in übertriebenen Reaktionen auf verschiedene Lebenssituationen sowie in Problemen beim Aufbau der zwischenmenschlichen Beziehungen. Die Scheidung der Eltern wird zu einer endlosen Ursache der unangenehmen Erfahrungen, depressiver Verstimmungen, aber auch Erkenntnisstörungen, schulischer und organisatorischer Probleme oder sogar Relaxationsstörungen. Sie führt zur Verlust des realistischen Selbstbildes sowie zum Spielen der Rolle eines Maskottchen, eines Sündenbocks oder anderer Rollen. Die Folgen von Zerrüttung einer Familie sind langfristig und tiefgreifend. Sie verursacht endloses Leid, das manchmal ganze Generationen umfasst und für die Bildung der zukünftigen Familienbeziehungen nicht bedeutungslos ist. Sie sind Zeichen einer Verwundung, die man sich selbst, dem Ehegatten, den Kindern, aber auch der ganzen Gesellschaft angetan hat. Die Untersuchung dieser Folgen soll ein zusätzlicher Ansporn sein, die Scheidungsprophylaxe zu intensivieren und die Bedingungen der Treue gegenüber dem Eheversprechen in Erinnerung zu rufen.