

# "Dziecko na wojnie (rozwodowej)" M. Rymaszewska

autorka: Małgorzata Rymaszewska, psycholog dzieci i rodzin

Od kiedy ponad dekadę temu podjęłam pracę jako psychoterapeutka w prywatnej poradni psychologicznej zderzyłam się z nieznanym mi do tego czasu zagadnieniem sytuacji dziecka w czasie rozwodu. Prawie każda sesja w sprawie rozwodu pokazywała mi, że prawdę mówili Holmes i Rahe – twórcy tzw. skali stresu, gdy dowodzili, że rozwód jest drugim po śmierci współmałżonka najbardziej stresogennym doświadczeniem w życiu człowieka. Ponieważ wcześniej pracowałam głównie z chorymi lub porzuconymi dziećmi niewiele widziałam takich zachowań osób dorosłych, które wskazywałyby na tak ogromny brak kontaktu z rzeczywistością, jak zachowania rodziców walczących o dziecko. Lęk zdaje się zupełnie upośledzać ich zdolność logicznego rozumowania, pragnienia stają się należnymi prawami, jakieś zbitki informacji dowodami sądowymi, a dotychczas nawet najlepszy rodzic staje się w oczach osoby zaślepionej chęcią zemsty niewartym kszty zaufania, niemoralnym agresorem. I kalumnie te nie mają końca.

## Sytuacja psychiczna dziecka uwikłanego w konflikt rozwodowy

Wyobraźmy sobie teraz, że nie przez godzinę czy dwie na sesji u psychologa, ale przez wiele godzin tygodniowo z taką osobą mieszka w domu dziecko lub więcej dzieci. Czasem tylko spotyka się z rodzicem przez jeden dzień w weekend, ale to naprawdę wystarczy, by - w najlepszym przypadku - zepsuć kilkulatkowi humor, a w najgorszym - zupełnie zachwiać jego poczuciem bezpieczeństwa na wiele następnych dni.

Dla osób zajmujących się pracą z rozwodzącymi się rodzicami jeden fakt nie podlega dyskusji: nic nie wpływa tak negatywnie na możliwość poradzenia sobie przez dziecko z rozwodem rodziców jak trwający między nimi konflikt. Dziecko wpada w pułapkę, z której - jako zależne od rodziców - samo nie może się wydostać. Szuka więc pomocy u tego rodzica, który zadaje się mieć większą siłę i władzę, bo ten daje nadzieję na przetrwanie.

Czy napewno ten rodzic, który zdaje się być silniejszy, jest tym najlepszym dla dziecka, jest owym „dobrem dziecka”, do którego odwołujemy się zawsze w tego rodzaju sporach?

W sytuacji rozwodu ludzie, gdy czują się skrzywdzeni przez partnera najczęściej pragną zemsty. Najłatwiejszą jej formą jest zabranie partnerowi tego, co dla niego najdroższe. Tym najdroższym zwykle jest dziecko. Rodzice często wprost mówią: „Skoro on mi zabrał nadzieję/miłość/najlepsze lata, dlaczego miałabym teraz dać mu to, czego on chce, tzn. tyle kontaktu z dzieckiem ile sobie zażyczy? To niesprawiedliwe!!” Nigdzie jednak w tym wołaniu nie słychać troski o dziecko. I nawet jest to zrozumiałe, bo w szoku, traumie ludzie są sparaliżowani intelektualnie i emocjonalnie, odzywają się w nich najprostsze instynkty.

Najczęściej jednak, po upływie fazy szoku, rodzice są w stanie dostrzec dziecko i ograniczają swoje zapędy zemsty. Niestety nie wszyscy. I zdaje się, że ze względu na ewidentne w Polsce preferowanie przez sądy przyznawania opieki na dzieckiem matce, kobiety właśnie pozostają w stanie nienawiści, szoku, braku kontaktu z rzeczywistością typowych dla stanu traumy niepotrzebnie długo. Pamiętajmy jednak, że zachowanie takie nie jest typowe dla kobiet, ale dla wszystkich osób, które czują się silniejsze: czy to ze względu na uwarunkowania prawne, czy przewagę materialną. W krajach muzułmańskich, gdzie mężczyźni mają większe prawa do dzieci obserwujemy podobną do polskiej sytuację, tylko płeć jest inna. Również w sytuacjach, gdy żona nie ma żadnego majątku i zawsze była bardzo zależna od bogatego i wpływowego męża mężczyźni mają tendencję do dalszego „niszczenia” partnerki przez pokazywanie dzieciom, że przy matce nie będą miały zaspokojonych podstawowych potrzeb. Ekstremalne zachowania rodziców ograniczające dziecku możliwość bycia w relacji z drugim rodzicem (zwane w psychologii alienacją rodzica) są o wiele rzadsze w krajach, w których prawo do opieki nad

dzieckiem przyznawane jest na podstawie rzeczywistych predyspozycji osobowościowych i umiejętności rodzicielskich, w więc mających na uwadze rzeczywiste dobro dziecka.

## Co się dzieje, gdy ostry konflikt okolorozwodowy trwa dłużej?

Jak wspomniałam wcześniej, uwikłane w rozwód dziecko szuka silnego wybawcy. Na podstawie werbalnych i niewerbalnych zachowań rodziców łatwo dostrzega tego, przy którym będzie narażone za mniejsze rozdarcie i konflikt lojalności. Ten konflikt lojalności można jednak w relacji z alienującym rodzicem rozwiązać tylko przez zaparcie się i wyrzeczenie drugiego rodzica. Dziecko zatem przywiera do silniejszego i razem z nim buduje obraz „złego” drugiego rodzica. Rozwija wtedy zespół objawów i zachowań, które psychologowie i prawnicy nazywają zespołem alienacji rodzica lub PAS (od ang. Parental Alienation Syndrom).

## Czym jest PAS?

Po raz pierwszy zdefiniował PAS Richard Gardner w latach osiemdziesiątych XX w. Były to czasy, kiedy w USA kobiety nadal korzystały przywilejów wynikających z wcześniejszych teorii psychologicznych o znaczeniu relacji z matką dla rozwoju dziecka. Z drugiej strony - dzięki zmianom ekonomicznym i rosnącemu znaczeniu ruchu feministycznego - kobiety stały się bardziej niezależne finansowo i rozwody stały się bardziej powszechne. Jednocześnie, w toku tych procesów, mężczyźni bardziej zaangażowali się w opiekę nad dziećmi i rozwinęli z nimi relacje zarezerwowane wcześniej dla kobiet. Zatem miała miejsce sytuacja, która zainstniała w Polsce w latach 90-tych i na początku obecnego wieku. Dlatego też, podobnie jak Gardner w Stanach Zjednoczonych, my psychologowie w Polsce obserwujemy gwałtownie wzrost konfliktów o dzieci w trakcie rozwodów.

Żeby można było mówić o PAS muszą być spełnione pewne warunki. Po pierwsze: dziecko powinno być przez rozwodem względnie prawidłowe relacje z alienowanym rodzicem i w miarę trwania konfliktu relacja ta stopniowo, ale w oczywisty sposób pogasza się. Po drugie, nie mówimy o PAS, gdy dziecko rzeczywiście było ofiarą i jest nadal przemocą ze strony alienowanego rodzica. Po trzecie w końcu, PAS to nie tylko nakłanianie dziecka do wyrażania negatywnej postawy wobec alienowanego rodzica i „pranie mu mózgu” nieprawdziwymi informacjami, ale również jednoczesna aktywna postawa dziecka w wyrażaniu takiej postawy.

Dziecko, u którego obserwujemy PAS zachowuje się więc w następujący sposób:

1. deprecjonuje alienowanego rodzica używając brzydkich słów i prezentuje wobec niego postawę silnie opozycyjną;
2. podaje słabe, niewiarygodne, często niewyobrażalne powody uzasadniające jego niechęć i złość;
3. dziecko jest absolutnie pewne swojego zdania i nie pokazuje jakiegokolwiek ambiwalencji: zwykle bezwzględnie nienawidzi alienowanego rodzica i bezwzględnie aprobuje i podziwia rodzica alienującego;
4. zapewnia, że jego postawa wynika tylko i wyłącznie z jego doświadczeń i przemyśleń, i że nikt go do tego nie nakłaniał (fenomen „niezależnego myśliciela”);
5. wspiera i czuje potrzebę chronienia rodzica alienującego;
6. nie czuje się winne z powodu okrutnego traktowania alienowanego rodzica;
7. w jego wypowiedziach pojawiają się scenariusze sytuacji, których dziecko nie mogło doświadczać;
8. wrogość dziecka z czasem rozszerza się na dalszą rodzinę i przyjaciół alienowanego rodzica.

W mojej praktyce widziałam i słyszałam niejednokrotnie takie dzieci i zawsze mam wrażenie, że gdy w jakikolwiek sposób wspomniany jest alienowany rodzic dziecko staje się jakby inną osobą. Znika dziecko, z którym bawię się lub rozmawiam w gabinecie, a pojawia się nad wyraz dojrzały

obrońca z jednej strony i zaciekle agresor z drugiej – oczywiście wszystko w jednej małej osobce. Wiem też o, a czasem znam dzieci, które na wspomnienia słowa „ojciec” bezwiednie oddawały moc; takie, które nie mogły chodzić i poruszyły się na wózku inwalidzkim, bo nie były w stanie udźwignąć roli, którą im przypisano w konflikcie; inne, które traciły przytomność, gdy spędzały miły weekend z matką (z którego później musiały się „wykłamać” alienującemu ojcu. Państwo widzieliście takiego czterolatka w telewizji, gdy płakał przerażony zanim jeszcze dojrzał czekającego nań przy furtce ojca, i trzymającego się kurczowo próbującej go wypchnąć do ojca matki. Dziecko doświadczające rzeczywistej przemocy od rodzica nie zachowuje się w ten sposób. Dziecko systematycznie zastraszane, które zinternalizowało przekazany mu obraz złego, nieprzewidywalnego ojca – tak. Dlatego za żadne skarby nie puści matki; czuje się ponadto przez nią zdradzone, bo każe mu iść do tego potwora. Zatem i ta ostatnia więź, która mu pozostała nie jest bezpieczna. I życie przestaje być bezpieczne.

Badania wskazują, że gdy proces alienacji nie zostanie przerwany na samym początku jego skutki są zwykle nieodwracalne. Dzieci takie przeważnie nie tylko tracą na zawsze więź z alienowanym rodzicem. Większość, żyje w ciągłym poczuciu zagubienia, frustracji, braku zrozumienia rzeczywistości, mają trudności w rozwinięciu swojego potencjału intelektualnego, nawiązaniem prawidłowych relacji społecznych (słabo rozwinięte sumienie, brak wiary w ludzi), łatwo wdają się konflikty i bójki z rówieśnikami, zwykle też borykają się z zaburzeniami psychiatrycznymi – depresją, zaburzeniami osobowości.

Najczęściej też, bez długotrwałej psychoterapii, nigdy nie będą świadome przyczyn swoich trudności życiowych i krzywdy, jaka została im wyrządzona.

Musimy pamiętać, że jeśli nic nie zostanie zrobione, dziecko pozostanie w ścisłym kontakcie i bliskiej lękowej więzi z często bardzo zaburzonym rodzicem. Gdy my psychologowie przyglądamy się matkom i ojcom, którzy dopuszczają się tych bardziej ekstremalnych form alienacji widzimy osoby, które zatrzymały się na bardzo wczesnym etapie w rozwoju emocjonalnym – na etapie uczenia się umiejętności przetrwania. Nie potrafią jeszcze dawać, a jeśli dają - to zawsze w zamian za coś. Pełna kontrola nad dzieckiem to dla nich sprawa życia lub śmierci. Nie przestrzegają żadnych zasad, więc najczęściej wyroki sądowe nie mają dla nich żadnej wartości. Taki rodzic zwykle nie ma zdolności widzenia dziecka, jako odrębnej istoty, z własnymi pragnieniami, potrzebami (tzw. brak zdolności do indywidualności), jest „nadmiernie zaangażowany”, jeśli nie zupełnie „złany” z dzieckiem. Czasem może być narcystyczny, tzn. zakładać w każdym swoim działaniu, że prawa obowiązują innych, a on lub ona jest ponad prawem. Niewielki procent to osoby socjopatyczne – bez sumienia, niezdolne do empatii i widzenia punktu widzenia innej osoby, bez zdolności rozróżnienia prawdy od kłamstwa. Prognozy leczenia takich osób są bardzo niezadowolające, dlatego w krajach zachodnich, gdzie istnieje większa niż u nas świadomość PAS w przypadkach zagrożenia lub zaobserwowania u dziecka objawów PAS stosuje się separację dziecka od takiego rodzica i ściśle kontroluje jego interakcje z dzieckiem.

Nie będę się tu zajmowała omawianiem interwencji terapeutycznych w przypadku PAS, chciałabym natomiast spróbować wskazać pedagogom w przedszkolach i innych placówkach oświatowych i medycznych, w jaki sposób mogą pomóc dzieciom w takiej sytuacji.

## Jak można pomóc?

Przede wszystkim ważna jest świadomość, że taki problem istnieje. Często, ponieważ dziecko bardzo wyraźnie werbalizuje i okazuje niechęć, nienawiść lub lęk wobec do jednego z rodziców, nawet specjaliści mają problem z podjęciem decyzji, co tak naprawdę się dzieje z dzieckiem. Tym niemniej ważne, by w takich sytuacjach zachować przynajmniej bezstronność wobec rodziców. Jeżeli żadnemu z rodziców nie zostały odebrane prawa rodzicielskie oboje mają prawo do bycia informowanym o postępach dziecka w przedszkolu, o jego trudnościach (w taki sposób, by nie oskarżać któregoś z rodziców), do bycia informowanym o wydarzeniach z udziałem rodziców, odbywających się w przedszkolu itp.

W sytuacjach, kiedy którykolwiek rodzic dopuszcza się przemocy fizycznej lub werbalnej na terenie placówki w ochronie dziecka rozwodzących się i innych dzieci przedstawiciel placówki powinien stanowczo nakazać natychmiastowe jej zaprzestanie, a w przypadku, gdy to nie przyniesie skutku – nakazać opuszczenie placówki, a nawet zgłosić takie zachowanie policji. Jeśli będziemy bierni i bezradni w sytuacji przemocy psychicznej – dziecko będzie w niej tkwiło latami. Często stanowcze działanie osoby z zewnątrz przynosi choćby chwilowe opamiętanie, a nawet pozwala na zobaczenie własnego zachowania z innej perspektywy.

Postępowanie wobec dziecka doświadczającego takiej przemocy psychicznej powinno być podobne do postępowania wobec innych ofiar przemocy i udzielana mu pomoc powinna polegać na:, a więc:

1. Zadbajmy o czas i miejsce rozmowy.
2. Słuchajmy uważnie;
3. Postarajmy się zrozumieć dziecko – bądźmy empatyczni i wyobraźmy sobie jego sytuację;
4. Nie gańmy wprost i nie negujmy zachowań i zabaw pozwalających dziecku poradzić sobie z sytuacją przemocy, ale reagujmy na brak empatii, sumienia ze strony dziecka, odwołujemy się do obowiązujących społecznie norm. Być może przedszkole to jedyne miejsce, gdzie one obowiązują wobec wszystkich.
5. Jasno precyzujemy nasze przekonania dotyczące przemocy i prawo dziecka do serdecznej, bezpiecznej więzi z obojgiem rodziców;
6. Pozwólmy dziecku uwierzyć, że nie jest odpowiedzialne za przemoc;
7. Włączmy się aktywnie w opracowanie planu zapewniającego dziecku maksymalne bezpieczeństwo, łącznie z koniecznością zgłoszenia sprawy policji lub prokuraturze;
8. Znajdźmy mocne strony dziecka i wzmacniajmy je;
9. Odwołujmy się do nadziei, marzeń, planów na przyszłość;
10. Nawijmy współpracę z innymi służbami, które mogą pomóc dziecku i aktywnie z nimi współpracujemy.

Musimy też być świadomi, że alienacja rodzica spełnia wszystkie kryteria tzw. chłodnej przemocy psychicznej i jest jedną z najcięższych form przemocy psychicznej wobec dzieci. Niestety, podobnie jak w przypadku innych rodzajów przemocy psychicznej często pozostaje niezgłoszona, a więc niezauważona i nieodzwierciedlona w statystykach sądowych. Od nas – pedagogów, członków społeczeństwa, lekarzy zależy więc czy taka pozostanie, czy będziemy o niej mówić i zapobiegać - jak to się stało w przypadku przemocy fizycznej w ostatnich latach.

#### *Źródła:*

Gardner, R.A. (1998) *The Parental Alienation Syndrome*, Second Edition, Cresskill, NJ  
Major, J. A. *Parents Who Have Successfully Fought Parental Alienation Syndrome*,  
[breakthroughparenting.com](http://breakthroughparenting.com)

Lowenstein, L.F. (2010) *The Effects on Children in the Future Who Have Been Successfully Alienated Against a Parent*.  
[parental-alienation.info/publications](http://parental-alienation.info/publications)

Jaszczak-Kuźmińska, D. *Przemoc psychiczna- tajemnica czterech ścian* PARPAMEDIA  
Michalska, K. i Jaszczak-Kuźmińska (2007). *Przemoc w rodzinie*. PARPAMEDIA.

Powrót