

Vještina roditeljske komunikacije nakon razvoda

Ana Štimac, dipl.soc.radnica, Obiteljsko savjetovalište Caritasa Zagrebačke nadbiskupije

Komunikacija je gotovo uvijek složena i višeslojna vještina. Poruke šaljemo *riječima, načinom* na koji razgovaramo, držanjem tijela, mimikom, *neverbalnim znakovima* koji izražavaju nesvjesne procese i sve to upućujemo drugoj osobi koja ima svoja očekivanja, drugačija iskustva, raspoloženja, svoj način interpretacije rečenog i doživljenog. Komunikacija rastavljenih roditelja unaprijed je obilježena većom ili manjom težinom iz bračne povrijeđenosti, prethodnih sukoba, krivnjom i odgovornošću za sudbinu djeteta. Iskreni roditelji u tim okolnostima imaju visok stupanj samonadranja, nesebičnosti, usredotočenosti na najvrednije među njima – suodgovornost dobrobit njihovog djeteta. Prije razvoda često čujemo uz opis nerazumijevanja i loše komunikacije u braku tešku konstataciju – neću to trpjeti *samo zbog djeteta* ili *iz ljubavi prema djetetu*. Kako li je obezvrjeđena ljubav u toj konstataciji. S druge strane, može li se bračni par koji ima djecu zaista rastati tako da jedno s drugim *više nema posla*. Neki roditelji smatraju da *djeci neće ništa nedostajati nakon razvoda – imat će barem mir*. A on je samo djelomično dobiven razvodom – nemir se vraća, u manjoj ili većoj mjeri u svim djeci značajnijim događanjima – rođendanima, ljetovanjima, zimovanjima, , maturallac, prva pričest, firma, izbor zanimanja, svadba...

Bračni partneri koji imaju svoju djecu povezani su zauvijek, osuđeni su na doživotu komunikaciju. Način i kvaliteta njihove komunikacije obilježat će više generacija i zato je o njoj važno, u svim njenim segmentima, ozbiljno razmisliti i dobro ju posvijestiti uz promatranje posljedica. Razvedeni bračni par može uz iskrenu posvećenost u roditeljstvu postići visok stupanj prepoznavanja, razumijevanja i prihvatanja različitosti i suglasnosti posebno u osnovnim životnim vrijednostima i roditeljskim stavovima. Ukoliko uz zajednički /ili pojedinačni/ napor roditeljska komunikacija i dalje nije na zadovoljavajućoj razini potrebno je potražiti stručnu pomoć savjetovatelja ili medijatora.

Naravno, ne može se govoriti o dobroj komunikaciji ili suradnji s roditeljem čija su ponašanja uništavajuća ili opasna po život. Iako je takvih roditelja znatno manje, svako takvo ponašanje potrebno je prijaviti institucijama kako bi dijete bilo zaštićeno.

Djeca uvijek primjećuju kakav je roditeljski odnos, osjećaju njihove emocije iako ne razumiju sadržaj i to svaki puta kada su blizu jer *nemoguće je ne komunicirati u situaciji kada se dvoje ljudi vide - jer aktivnost ili neaktivnost, riječi ili šutnja, sve ima vrijednost poruke*. (Watzlawick)

Ukoliko nadrastu svoju povrijeđenost u interesu djeteta neće biti nemoguće da su oba roditelja djetetu dostupna i uključena u njegov život. Neće biti problema da mu jasno pokažu odobravanje da se viđaju s drugim roditeljem (i njegovom obitelji) da nastavljaju s njima blizak odnos.(Roje, 2017). Zreo roditelj djeci ni na koji način ne govori sadržaj bračnih problema, *ne zamjenjuje ulogu djeteta i roditelja* time što od djeteta traži sažaljenje i podršku ne govori *ostavio/la nas je* - ne prekida se roditeljsko nego bračno partnerstvo; a još je otrovnije pričati o varanju, alimentaciji i drugim bračnim *otrovima*. Djeca se nikada *u srcu*

neće opredijeliti ni za jednog već će ih jednako voljeti /ili patiti/. Ako roditelji i pitaju odraslije dijete *s kim će živjeti* možemo čuti u povrijeđenosti kako kažu *jedva čekam da imam 18 g da vas nijedno ne vidim ili ja vas jednako volim ostavite me na miru da živim svoj život, želim biti s prijateljicama na rođendanu kad i svi, a ne da moram biti u neko vrijeme kod nekog od vas samo da se ne bi svađali*.

U Poliklinici za zaštitu djece i mladih grada Zagreba iz razgovora s djecom saznaju da gotovo svako dijete *ima želju da se roditelji pomire*, kao par, a kad mu se objasni da se to neće dogoditi, druga želja mu je *da se roditelji dobro slažu -pristojno se ponašaju, lijepo razgovaraju, slikaju se zajedno za djetetov rođendan i sl.* Iako su životne priče različite djetetove su potrebe i želje slične. (Roje)

Zdrava roditeljska komunikacija znači dalje: davati važne informacije o djetetu drugom roditelju; usuglašavati osnovne roditeljske vrijednosti i granice te često djetetu reći *čarobnu* rečenicu koja pokazuje suradnju roditelja *zato što smo se ja i tata tako dogovorili ili o tome se ja i mama još moramo dogovoriti*; poštovati dogovoreno vrijeme uzimanja i vraćanja djeteta; pristajati na kompromise koji *mi baš ne pašu*, ali su u interesu djeteta; suzdržati se od stalnog ometanja (zvanja) i nadziranja vremena provedenog s drugim roditeljem ; osloboditi dijete *špijuniranja* života drugog roditelja ; *organiziranju* vremena koje dijete provodi s drugim roditeljem; nastojati da kod oba roditelja dijete ima red igre, druženja,red kućnih i školskih obaveza primjerene djetetovoj dobi.

Ukoliko ponašanje djeteta odskače od uobičajnog i roditelji u svojoj (oskudnoj) komunikaciji ne mogu izaći na kraj s njim potrebno je da zajedno potraže stručnu pomoć u roditeljstvu, umjesto prekomjernog i preuranjenog izlaganja djeteta procjenama i tretmanima stručnjaka. Kvalitetnom roditeljskom suradnjom roditelji mogu utjecati na ponašanje djeteta dugo nakon djetinjstva, ako ne i doživotno.

Istraživanje internetske stranice Healbee u kojem je sudjelovalo 2 000 parova pokazalo je da će 83 % parova ostati u braku i potruditi se da brak uspije *zbog djece*, a svaki deseti par odgađa *dok djeca odrastu* kako bi to lakše podnijela. Pet posto parova je ostalo u braku zbog djece, a ipak *nakon njihovog odlaska od kuće uspjeli su riješiti svoje probleme*.

Prema mnogim statistikama broj razvoda u inozemstvu je u porastu. Johna Gottman, psiholog na sveučilištu Washington, osnivač cijenjenog bračnog instituta Gottman, kao glavni uzrok raspada brakova smatra – *prijezir* - negativan osjećaj neodobravanja popraćen gađenjem, ljutnjom i odbacivanjem. Prijezir znači da partner na drugoga ne gleda kao na nekog ravnog sebi, već ga drži "ispod sebe" i vrijedi manje.

Istraživanje Michaela Rosenfelda, profesora sociologije na Stanfordu, provedena između 2009. i 2015. g pokazuju da žene češće iniciraju razvod braka (u 69%) zbog lošijeg odnosa sa suprugom nego su imale prije braka.

U Hrvatskoj je u 2015. godini bio *porast* broja brakova i *pad* broja razvoda. Uprkos tome i dalje je zabrinjavajući broj od 30% razvedenih brakova, iako 3% manje nego 2014g.

U Zagrebu je u 2016.g, a tako je krenulo i u 2017. godini, zahtjev za razvod braka predalo *više parova s djecom* nego parova bez djece.

Zdrava bračna komunikacija je nastavak komunikacije *iz vremena hodanja* u kojoj se partneri poštuju, vole i doživljavaju *onog drugog* -sve sporno raspravljaju, a novonastale obveze zajednički dijele i u njima međusobno surađuju. Različitost po spolu znači različito doživljavanje svijeta, različite snage i sposobnosti za različite stvari, one uz uzajamno poštovanje - obogaćuju zajedništvo.

Ravnopravni smo kao ljudi vrijedni ljubavi, pažnje i poštovanja.

Zdrava bračna komunikacija čini se kao dobra prevencija razvoda, a kad do njega ipak dođe, nužno je zadržati poštovanje kako bi se nastavila roditeljska komunikacija zbog ljubavi i dobrobiti prema zajedničkoj djeci.

Literatura:

<http://www.czss-zagreb.hr/maksimir>; LETAK - Razvod braka i psihosocijalne posljedice – drugi dio

http://www.dzs.hr/Hrv/system/first_results.htm

*Iva sorta-bilajac**, *Jelena sorta*** *Primjena teorije komunikacije Paula Watzlawicka na praksu komuniciranja u medicini i zdravstvu*

<http://klokanica.24sata.hr/roditelji/sretna-mama/odrzavanje-nesretnog-braka-uci-djecu-pogresnim-modelima-ljubavi-6723> - klokanica.24sata.hr

<http://zadovoljna.dnevnik.hr/clanak/kako-djetetu-olaksati-proces-razvoda---468147.html>