

Moksliniai tyrimai įrodo, kad išsiskyrusių tėvų vaikai, suaugę ir sukūrę šeimas, daug dažniau ir patys patiria skyrybas, nei tie, kurie užaugo neišsiskyrusių tėvų šeimose. Ar įmanoma šiam „paveldimam“ elgesio modeliui užkirsti kelią? Valstybės vaiko teisių apsaugos ir įvaikinimo tarnybos psichologė Jūratė Marcinkevičienė sako, kad bent sumažinti šią riziką tikrai galima. Kartu ji pabrėžia, kad tikrai yra daug gražių pavyzdžių, kai kilę iš išsiskyrusių šeimų žmonės sukuria tvirtas santuokas, puoselėja gražų, ilgalaikį ryšį, augina vaikus.

Kasmet be vieno iš tėvų lieka 7 tūkstančiai vaikų

Kokią elgesio modelį vaikas pasirinks užaugęs, esą, labai priklauso nuo teisingo tėvų elgesio per skyrybas ir po jų, nuo to, kaip tėvai vaikui aiškina apie savo skyrybas, kokią tarpusavio bendravimo pavyzdį rodo. Pasak psichologės, vaikams, kurie išgyvena tėvų skyrybas, daugeliu atvejų reikalinga ir psichologinė pagalba.

Statistikos rodo, kad skyrybų skaičius Lietuvoje kasmet auga. Mūsų šalyje išsiskiria beveik kas antra susituokusi pora. 2019 m. duomenimis, daugiau nei pusė (54 proc.) išsituokusių porų turėjo bendrų iki 18 metų amžiaus vaikų. Po skyrybų be vieno iš tėvų (dažniausiai be tėvo) kasmet lieka gyventi apie 7 tūkstančiai vaikų. 2009–2019 m. nepilnose šeimose liko gyventi daugiau nei 80 tūkst. vaikų.

„Didelis skyrybų skaičius Lietuvoje reiškia, kad daugėja šeimų, kuriose vienas arba abu partneriai yra kilę iš nepilnų šeimų. Atlikti tyrimai patvirtina, kad tokios šeimos skiriasi dažniau, išsiskyrusių tėvų vaikai linkę anksčiau kurti santuokas, taip pat daug dažniau jiems nepavyksta santuokos išsaugoti. Jei abiejų jaunavedžių tėvai yra išsiskyrę, skyrybų rizika santuokos pradžioje padidėja net 620 procentų ir tik vienuoliktais santuokos metais sumažėja iki 20 procentų“, – sako tarnybos psichologė J. Marcinkevičienė.

Pasak jos, tėvų skyrybos nėra tik faktas. Tai ilgas procesas, kurio pradžia – dar iki skyrybų, o pasekmės gali būti jaučiamos ilgą laiką. Kiekvienas vaikas į tėvų skyrybas reaguoja individualiai, tačiau tiesa tokia, kad visiems šis įvykis yra skaudus ir dažnai netikėtas. Tėvų skyrybų pasekmės labai priklauso nuo tėvų elgesio su vaiku ir tarpusavyje.

„Tėvų skyrybos daro didelę įtaką vaikų psichikai. Vaikai stebi tėvus ir kopijuoja jų elgesio modelį. Šeima yra pamatas formuoti vaiko vertybių sistemai, o po tėvų skyrybų šis pamatas Skyrybos, turint vaikų: verta žinoti dažnai praranda stabilumą. Skyrybų procesas daro įtaką vaiko savęs bei aplinkos supratimui, didėja jo pažeidžiamumas, gali išryškėti elgesio bei emocijų sunkumai, kurie lemia vaiko prisitaikymą bei turi reikšmės gebėjimui sukurti

ilgalaikius bei pastovius santykius ateityje“, – sako J. Marcinkevičienė.

Vykstant skyryboms, svarbu nepamiršti vaiko

Pasak psichologės, vaikams, kurie išgyveno tėvų skyrybas, daugeliu atvejų reikalinga psichologinė pagalba ir parama. Tai gali būti tėvų, bendraamžių, artimųjų palaikymas. Gerai, jei psichologinę pagalbą gali suteikti kvalifikuoti specialistai.

Psichologė pabrėžia, kad, nepaisant vykstančių skausmingų išgyvenimų, susijusių su skyrybų procesu, tėvams svarbu nepalikti vaikų nežinioje. Būtina prisiminti, kad skyrybos tai nėra tik tėvų reikalas – vaikai šį procesą išgyvena ypatingai skausmingai. Akivaizdu, kad skyrybos padidina tikimybę, jog vaikai susidurs su įvairiais iššūkiais, todėl tėvams svarbu užtikrinti visapusišką bei nuoseklią paramą savo vaikams.

„Svarbu, kad vaikas apie skyrybų procesą sužinotų ne iš svetimų, bet iš jam artimiausių žmonių. Vaikams būtina žinoti, kas vyksta šeimoje. Jiems turi būti atsakyta į rūpimus klausimus. Suaugusiųjų vaidmuo šiame procese – ypatingai svarbus. Tėvams būtina skirti dėmesio vaikui, įsigilinti į jo vidinį pasaulį bei išgyvenamus jausmus. Tokiu būdu tėvai gali padėti vaikui susiformuoti tinkamą sampratą apie skyrybas ir padėti jam lengviau jas įveikti“, – sako J. Marcinkevičienė.

Svarbu skyrybų laikotarpiu padėti vaikams tinkamai suvokti pokyčius. Vaikai turi teisę žinoti kas vyksta šeimoje ir susidaryti jiems aiškų ir priimtina vaizdą apie skyrybų priežastis. Vaikui būtina paaiškinti, kad jis dėl tėvų skyrybų nėra kaltas, kad tėtis ar mama nepalieka jo. „Kai kurie vaikai gali padaryti netinkamą išvadą, kad tėvai palieka ne tik sutuoktinį, bet ir juos. Taip pat gali manyti, kad skyrybos – tik laikinas dalykas ir, labai pasistengus, galima vėl padėti tėvams gyventi kartu. Toks galvojimas kelia vaikui nepagrįstų lūkesčių ir nepadeda įveikti krizės. Nerealistiška viltis, kad tėvai vėl galėtų gyventi kartu, padidina vaiko atsakomybės už skyrybas suvokimą“, – sako psichologė.

Pasak jos, taip pat labai svarbu, kad vaikas besiskiriančių tėvų nebūtų naudojamas kaip ginklas – manipuliacijos objektas aiškinantis santykius, keršijant vienas kitam. Psichologės patarimai tėvams, kaip elgtis, kad skyrybos kuo mažiau sužeistų vaiką ir būtų kuo mažesnė tikimybė, kad vaikas užaugęs kartos skyrybų modelį:

- Paaiškinti vaikui esamą situaciją jam suprantama kalba (atsižvelgiant į vaiko amžių).
- Pasakyti vaikui, kad jis nekaltas dėl tėvų skyrybų.
- Paaiškinti vaikui su kuo jis gyvens, kada ir kaip galės matytis su kitu iš tėvų, kuris išsikrausto.
- Paaiškinti vaikui, kad skyrybos nėra laikinas dalykas, kad tėvai nebesueis kartu gyventi.

- Priimti vaiko jausmus (pyktį, kaltę, baimę ir t.t.), stengtis įsigilinti į vaiko vidinį pasaulį.
- Vykstant konfliktams tarp suaugusių, vaikas neturi būti jų centre. Būtina atskirti sutuoktinių tarpusavio santykius nuo jų santykių su vaikais. Nedera sakyti, kad pvz., “tėtis blogai elgiasi, todėl mes jo nebepriimsime į namus”.
- Tėvams gyvenant atskirai, svarbu, kad vaikas iš abiejų tėvų girdėtų bei matytų pagarba paremtus santykius, nepaisant to, kad jie išsiskyrę.
- Tėvams nedera kaltinti vaiko perkeliant išsiskyrusio partnerio neigiamas savybes į vaiką, pvz., skaudžiai skyrybas išgyvenanti motina gali lyg tarp kitko savo vaikui pasakyti “rėki ant manęs visai kaip tėvas” ir panašiai.
- Svarbu pagarba paremtas bendravimas tarp išsiskyrusių tėvų. Konstruktyvūs problemų sprendimo įgūdžiai leidžia vaikui suprasti, kad ir kartu negyvendami, tėvai gali sutarti bei suteikti vaikui visapusišką paramą bei pagalbą.

Vaiko teisių apsaugos ir įvaikinimo tarnybos psichologė J. Marcinkevičienė pabrėžia, kad dėmesys, nuoseklumas, pastovumas bei laiku suteikta pagalba vaikams suteikia galimybę emociškai lengviau išgyventi krizę dėl įvykusių tėvų skyrybų. Besiformuojantys konstruktyvūs streso įveikimo bei konfliktų sprendimo įgūdžiai, rūpinimasis vaiko psichinės sveikatos stiprinimu didina tikimybę, kad vaikai ateityje sėkmingiau kurs ilgalaikius santykius.

Sigita Zumerytė Arlauskienė

Viešųjų ryšių ir komunikacijos skyriaus vyriausioji specialistė

Dėl galimo vaiko teisių pažeidimo kreipkitės į artimiausią teritorinį Tarnybos skyrių – darbo dienomis nuo 8:00 iki 17:00. Norėdami pranešti apie galimą vaiko teisių pažeidimą po darbo valandų, nedarbo bei švenčių dienomis kreipkitės bendruoju pagalbos telefonu – 112.



Get real time update about this post category directly on your device, subscribe now.

[Subscribe](#)