

Penelope Leach

Când părinții se despart

Cum să ne ajutăm copiii
să treacă prin procesul de separare



Traducere din engleză de Elena Irimia

Să analizăm divorțul din punctul de vedere al copiilor

Când o familie se destramă, acesta nu este un eveniment, ci un proces; deseori unul foarte lung și lent. Chiar dacă unul dintre partenerii de cuplu a plecat, jurând că nu se va mai întoarce niciodată, tot va trebui să revină. Va reveni să-și ia lucrurile, pentru și mai multe discuții chinuitoare, certuri și acuzații, și poate chiar și pentru câteva clipe de neașteptată nostalgie, când cea mică se va întinde spre el, s-o ia în brațe, iar câinele îi va linge mâinile. Și atunci cei doi aproape că se împacă din nou, iar el trece la tuns peluza.

Divorțul este unul dintre cele mai mari necazuri ale vieții de adult, și, când treci prin așa ceva, cam toată atenția îți este absorbită și nu prea mai ai resurse să observi ce se petrece cu orice altceva, sau cu oricine altcineva, inclusiv copiii tăi.

Dar acestea nu sunt doar necazuri ale oamenilor mari, ci afectează copiii în aceeași măsură. Da, poate căsătoria voastră este cea care se destramă, dar este vorba de familia lor. Tu îți pierzi soțul, soția sau partenerul de viață, dar ei nu pierd doar părintele care lipsește fizic, ci îi pierd pe Tati și Mami, deoarece, chiar și atunci când sunteți prezenți, niciunul dintre voi nu este părintele pe care l-au avut în trecut.

O fetiță de 10 ani spune:

„Când mama conducea mașina, nu părea să observe cum se schimbă culorile semaforului, așa că atunci când s-a făcut roșu am țipat cu toții «Semaforul!»“

Un băiețel de 8 ani spune:

„De dimineață, tati a venit s-o vadă pe mami. Doar pe mami. Nu și pe mine. De unde știi? Pentru că a fost surprins să mă găsească acasă. Efectiv uitase că eram în vacanță.“

O fetiță de 6 ani spune:

„Mami nu prea mă mai ascultă. Zice doar «Mhm...»“

Decizia de a vă despărți v-a dat pe amândoi pradă atât confuziei prezentului, cât și necesității de a vă alcătui, într-un final, noi moduri de viață; copiii voștri nu au avut niciun cuvânt de spus în luarea acelei decizii și nu au de ales cu privire la cele ce urmează să se întâmple. Despărțirea voastră va da peste cap viețile copiilor voștri. Nu poți face nimic pentru a preveni asta, dar, dacă știi ce poate îmbunătăți sau înrăutăți situația pentru fiecare copil, poți face multe pentru a tempera furtuna ce va urma.

Aproape jumătate din căsătoriile din America ajung la divorț. Statistici de genul acesta fac senzație în presă, dar cum se concentrează mai degrabă pe adult, tratează divorțul drept o problemă a adulților, și nu ca pe o destrămare a întregii familii, și ne spun surprinzător de puține lucruri despre copii. Atât *de facto*, cât și moral, accentul este pus greșit. În ultimele două decenii s-a constatat clar că despărțirea părinților chiar este o problemă a copiilor, și că în loc să-i implicăm în special ca arme în războiul conjugal, ar trebui să-i recunoaștem drept victime. Pentru copiii de toate vârstele, de la nou-născuți până

la cei adulți, destrămarea familiei este întotdeauna ceva teribil de distrugător, de obicei trist și uneori tragic.

Părinții nu vor să audă că procesul de separare va duce întotdeauna la nefericirea copiilor, așa că în rarele cazuri în care această consecință este menționată, le este oferită într-o proporție bine diluată cu asigurări despre cât sunt de „rezistenți” cei mici, și despre cât de repede se adaptează. Totuși, spre binele copiilor, acest mesaj ar trebui să fie răspândit cât mai mult și înțeles cum se cuvine. Separarea sau divorțul este o experiență grea pentru voi toți și ar fi bine să recunoașteți față de voi înșivă: copilul are tot atâtea șanse să „treacă peste asta” câte aveți și voi, dacă prin asta înțelegeți să uita sau să nu i se mai pară important.

Oricât de dispuși ați fi să vă confrunțați cu impactul pe care separarea voastră, ca părinți, îl va avea asupra copiilor voștri, vă va fi greu să găsiți informații corecte și relevante, deoarece statisticile oficiale sunt mai degrabă despre divorț, și nu despre toate felurile de separare, și reprezintă niște surse de informație foarte nepotrivite când vine vorba despre impactul asupra copiilor. Nu fiecare divorț afectează direct copilul; în America, aproximativ o treime dintre cuplurile care divorțează sau se despart nu au copii, iar în cazul celor cu copii, problemele conjugale le-au afectat deja de destul de mult timp, cu mult înainte ca părinții să ajungă să semneze actele și să devină o cifră a acelor statistici. Mulți copii sunt afectați de despărțirea părinților, care nu ajung niciodată însă să calce în curtea de judecată, fie pentru că s-au despărțit fără să divorțeze, fie pentru că erau necăsătoriți și prin urmare nu este nevoie să se despartă oficial. Chiar și în cazul statisticilor despre cazurile de despărțiri în care sunt implicați și copiii, aflăm mult prea puține lucruri despre acei copii: câți au fost implicați în familie sau în total; ce sex aveau; ce vârste aveau când s-a finalizat divorțul, sau măcar vârsta aproximativă când căsătoria părinților a început să se dezintegreze.

INDICELE DE SATISFAȚIE ÎN CAZUL COPIILOR AI CĂROR PĂRINȚI S-AU DESPĂRȚIT

Gradul de satisfacție a vieții a 50 000 de copii de 13, 14 și 15 ani ai căror părinți s-au despărțit este comparat cu gradul de satisfacție a 150 000 de copii din familii intacte, din 36 de state vestice.

Toți copiii proveniți din familii care trecuseră prin separare erau mai puțin fericiți decât cei din familii intacte:

- *Custodie comună – 21% (aici s-a înregistrat cea mai mică diferență, față de familiile intacte)*
- *Mamă naturală și tată vitreg – 33%*
- *Mamă singură – 28%*
- *Tată singur – 49%*
- *Tată și mamă vitregă – 62% (aici s-a înregistrat cea mai mare diferență, față de familiile intacte)*

Sursa: Nielsen *et al.*, 2012

Statisticile care se referă la proporția familiilor monoparentale pun ceva mai mult accent pe copil, firește, dar informațiile oferite nu sunt simplu de interpretat, deoarece rareori fac diferența între familiile în care părinții s-au despărțit și cele care au fost de la bun început monoparentale, sau în care a survenit decesul unui părinte. Ne ajută totuși să ne reamintim că atât de multe despărțiri și divorțuri înseamnă implicit și mulți părinți singuri. Conform ultimului recensământ din America, în anul 2010 în Statele Unite ale Americii aveam 11,7 milioane de părinți singuri, dintre care 85% (9,9 milioane) erau mame care dețineau custodia copilului, iar 15% (1,8 milioane) erau tați deținători de custodie. Pentru Anglia, cifrele sunt puțin diferite: din 2 milioane de părinți singuri, 92% sunt mame, care dețin custodia, și 8% tați; 1,9 milioane de părinți singuri au câte un copil mai mic de 16 ani, 621 000 au doi copii și 238 000 au mai mult de trei copii.

În marea majoritate a familiilor monoparentale, mama este părintele care deține custodia, iar tatăl este cel absent. Poate în cazul

vostru este invers, firește, dar dacă este așa, sunteți o minoritate – una chiar minusculă. Deseori se presupune că mamele ajung să fie părinți singuri pentru că bărbații sunt mai predispuși decât femeile să-și părăsească familiile sau pentru că încă se consideră – atât în cadrul cuplurilor care se despart, cât și din partea societății și a curților de judecată care o reprezintă – că atunci când părinții se despart, este mai potrivit ca mama să aibă grijă zilnic de copii, și nu tatăl. Totuși, mai există și alte motive pentru care sunt atât de puțini tați singuri. În primul rând, mortalitatea în rândul adulților tineri este mult mai mare pentru bărbați, deci dacă un copil are un singur părinte supraviețuitor, cel mai probabil este vorba despre mama acestuia. În al doilea rând, nu există un echivalent masculin al „mamei necăsătorite”, deși, având în vedere folosirea ovulelor donate și a sarcinilor surrogat, e posibil să se schimbe și asta.

FAMILII MONO-PARENTALE ÎN ȚĂRILE VORBITOARE NATIV DE LIMBA ENGLEZĂ

- *Australia: 1 din 6*
- *Canada: 1 din 4*
- *Noua Zeelandă: 1 din 7*
- *Africa de Sud: 1 din 3*
- *Anglia: 1 din 4*
- *America: 1 din 3*

Sursa: Exemple din Comisia Economică a Națiunilor Unite pentru Europa, 2014

Statisticile care ne spun câte familii monoparentale există rareori explică și motivele din spatele acestora, și rareori vorbesc despre ceea ce se petrece acum sau se va petrece în viitor cu copiii din acele familii. Nici măcar nu putem ști cu siguranță ce înseamnă pentru aceste statistici

termenul „familie”, sau dacă două studii diferite folosesc termenul în același mod. Majoritatea oamenilor presupun că o familie înseamnă un bărbat și o femeie care au copii împreună, dar nu fiecare familie se bazează pe relații heterosexuale. O mică minoritate, dar în creștere de copii pot să se nască sau să fie crescuți de către cupluri homosexuale, care pot fi bărbați sau femei, căsătoriți sau în parteneriat civil sau concubinaj. Marea majoritate a copiilor provin, firește, din cupluri heterosexuale, dar asta nu garantează nicidecum stabilitatea familiei. Fiecare copil are aproape 50% șanse să i se despartă părinții, iar dacă acest lucru se întâmplă, experiențele ulterioare ale copilului cu privire la „familie” vor fi probabil cu mult mai complicate decât ne sugerează aceste sumarizări statistice simpliste, deoarece fiecare dintre părinți va intra probabil în noi relații, care au și mai multe șanse să se rupă. Rata de eșec a celei de-a doua căsătorii în America este de 60-67%, iar pentru a treia căsătorie, procentul este de 74%. Un divorț al părinților, urmat de doar câte un nou partener pentru fiecare părinte și o nouă relație de căsătorie duc la câte patru combinații de figuri parentale, iar fiecare posibilă combinație poate aduce în viața copilului un nou bunic, unchi, o nouă mătușă, un nou verișor, ca și frați vitregi sau frați de mamă sau de tată, dintre care unii îi pot fi de aceeași vârstă sau alții pot fi aproape adulți.

Când vă gândiți la ce va însemna despărțirea voastră pentru copil, e important să vă reamintiți că acei copii ai căror părinți se despart vor avea parte de o multitudine de relații cu persoane adulte, pentru tot restul copilăriei lor, și că aceste relații se vor schimba în timp. Este posibil ca părinții să ajungă din nou împreună, fie temporar, fie permanent; multe cupluri trec prin câteva încercări de reconciliere înainte ca mariajul să se dizolve sau, mai rar, să fie reluat. Copiii pot să locuiască cu mama, dar pot menține o legătură mai mult sau mai puțin strânsă cu tatăl. Pot să locuiască pe rând doar cu mama, cu mama și un iubit al acesteia sau cu o serie de iubiti, cu mama și un partener de viață permanent al acesteia, sau cu mama și un tată vitreg. Oricare dintre acești bărbați poate reprezenta sau nu o figură paternă pentru ei, și oricare dintre acești bărbați își poate sau nu aduce propriii copii, formând alături de voi o familie mixtă. În același timp, tatăl absent poate deveni cel cu care copiii locuiesc și, fie că se întâmplă asta, fie că nu, pot trece printr-un set similar de relații care le

pot aduce sau nu în viață încă o figură maternă și/sau copii care le sunt, formal sau informal, frați sau surori vitrege. Mai pot exista și frați din partea mamei sau doar din partea tatălui.

Din rău spre bine

Nu poți face nimic ca despărțirea voastră să nu vă afecteze copiii, însă grație cercetărilor efectuate în ultimii cincisprezece ani, părinții care se despart în zilele noastre (și cei care-i sfătuiesc) pot face mai mult bine copiilor decât cei din generația trecută. Și dacă poți face mai bine, atunci așa ar trebui să faci. Există cercetări noi și în plină desfășurare despre dezvoltarea copiilor, în special cea emoțională și cea socială, care te pot ajuta să înțelegi ce reprezintă despărțirea ta pentru fiecare dintre copiii tăi și oferă informații științifice ușor de înțeles despre cum putem trata acest proces, pentru a contracara sau atenua efectele sale negative.

FAMILII NOI ÎN FORME VECHI

„Famiiliile occidentale moderne nu se mai potrivesc tiparului nucleic convențional... Famiiliile care au avut o structură nucleică se pot reforma, o dată sau de mai multe ori, implicând și excluzând nu numai persoane cu rol de părinte și poate frați sau surori vitrege sau doar din partea unuia, dar și relațiile copiilor cu aceștia. Dacă un bărbat vine să locuiască cu o femeie divorțată, care are doi copii, atunci mama acestuia le devine bunică? Poate el să le fie tată vitreg, dacă rămân necăsătoriți? Și dacă da, pentru cât timp trebuie să locuiască împreună, până să treacă de la statutul de iubit sau prieten al mamei la cel patern? Și dacă are loc o căsătorie, el, ca tată vitreg, rămâne în familia copiilor, dacă ulterior mama acestora divorțează de el?”

Sursa: Leach, 1995

Știm cât de importante sunt efectele pe termen lung ale dizolvării familiei și separării părinților pentru copii, și cunoaștem unele modalități de a le minimaliza impactul, de la bun început. Știm la ce ne putem aștepta să înțeleagă copiii și tinerii de diverse vârste din despărțire, și câte ceva despre cum să clarificăm, pe măsură ce trec zilele, săptămânile și lunile, că în niciun caz nu sunt ei de vină pentru cele ce se întâmplă și că nu sunt un rezultat al lipsei de dragoste. Mai presus de toate, avem dovezi concrete prin care vă putem ajuta să luați acele decizii dificile: unde și cu cine ar trebui să locuiască cei mici și cum un părinte absent poate să-și păstreze rolul de părinte. Avem mare nevoie de asemenea informații, adunate și oferite având permanent în prim-plan perspectiva copilului, deoarece fără ele copiii suferă adeseori fără rost. Când oamenii spun că „așa e corect”, să locuiască copiii un număr egal de zile pe an cu fiecare părinte, se referă la corectitudinea față de ei, dar asta nu înseamnă că este corect sau potrivit și pentru copii. Un avocat care-și încurajează clientul să încerce, să insiste să obțină hotărârea ca bebelușul sau copilul să își petreacă cu el fiecare sfârșit de săptămână este posibil să nici nu aibă habar de cât de stresante pot fi asemenea despărțiri de mamă, și pe parcursul nopții, la o vârstă atât de fragedă, și chiar cât de dăunătoare ar putea fi pentru relația de atașament a celui mic și implicit pentru dezvoltarea sa neuronală, care depinde parțial de această relație.

Informațiile *generale* despre copiii din familii separate nu pot fi servite drept o rețetă pentru cazul tău particular, firește, deoarece fiecare membru al fiecărei familii este unic, și ce merge pentru unul nu merge sau nu este posibil pentru altul. Dar măcar acum avem la dispoziție câteva reguli generale, bazate pe cercetări științifice, care par să se aplice tuturor copiilor de orice vârstă și în orice circumstanțe. Este bine să aveți mereu în minte aceste reguli, deoarece vor fi de obicei o variantă mai bună pentru copii, în loc ca voi doi să vă pierdeți nopțile în certuri fără rost sau să primiți sfaturi contradictorii de la familie și prieteni, care pot fi părtinitori. În orice caz, asemenea cercetări pot fi doar de ajutor pentru copii, dacă faceți un efort să vă gândiți la fiecare copil ca la un individ și dacă-i păstrați bine în

mente tot timpul, și pe parcursul celor câțiva ani care probabil vă vor fi necesari să vă adaptați la noile structuri familiale din care veți face parte. Firește, ușor de zis și greu de făcut, mai ales când vă copleșesc propriile sentimente și aranjamente, dar acesta este modul în care îi puteți ajuta.

O fetiță de 11 ani, mijlocia din trei surori, a fost trimisă la o școală-internat, deoarece tatăl său, cuprins de furie, nu putuse – și nici nu încercase să se prefacă că-și dorește – să aibă grijă de ea, dar nici nu dorea s-o lase să locuiască cu mama sa și cu iubitul acesteia (viitorul tată vitreg). Sora cea mare a scăpat, dând la Facultatea de teatru; mezinei, cu mult mai mică, i s-a permis să rămână cu mama. Copilul acesta s-a simțit cu totul uitat.

O fetiță de 11 ani spune:

„Mama îmi scria, ce-i drept, o dată pe săptămână, dar multe alte fete primeau scrisori, pachete, telefoane și vizite tot timpul... Mi-am spus că e ocupată cu noua ei viață. M-am bucurat pentru ea. Da, sincer m-am bucurat. Îmi făceam atâtea griji pentru ea când era nefericită. Dar eu, eu am simțit că parcă dispărașem.”

Cel mai simplu mod de a le păstra tuturor în mintea ta acel spațiu vital este să faci o distincție mentală clară între relațiile dintre bărbat și femeie și cele dintre părinte și copil (vezi capitolul 4). Cu alte cuvinte, nu exprima (și încearcă să nici nu arăți) sentimentele rănite, nefericirea, furia care țin de relația voastră sexuală, în locul celei de parenting. Poate că bărbatul tău a fost un soț îngrozitor; nu s-a îngrijit deloc de nevoile voastre; a fost un bărbat lipsit de suflet, insensibil; un ticălos nenorocit. Dar cum este el ca tată al copilului tău? În primul rând, nu este „fostul” tată – poate că voi doi divorțați, dar el nu divorțează și de copil. Și, dacă-i acorzi o șansă, poate că nu este, ca tată, nici dezamăgitor, nici lipsit de suflet și nici insensibil. Unul dintre cele mai dureroase lucruri pe care femeile care trec printr-un proces de separare trebuie să-l recunoască este

că copiii lor încă îl mai iubesc și ar trebui să îl iubească pe acest bărbat căruia-i spun Tati.

După cum vom vedea în capitolul 5, este un adevărat teren minat, atât practic, cât și personal, să împarți sarcinile de părinte atunci când nu mai împarți și același cămin cu celălalt. Dar orice probleme ar fi între voi și oricum le veți rezolva acum sau pe viitor, amintiți-vă că sunteți amândoi părinții acestui copil (sau acestor copii), și că sunteți mamă și tată, nu mamă și un fel de mamă masculină junior. Sunteți oameni diferiți, aveți roluri diferite, și oricât de bine sau de rău vă îndepliniți aceste roluri, amândoi aveți o importanță crucială pentru copilul vostru.

PENTRU COPII, CONTEAZĂ MAI MULT SĂ AIBĂ O RELAȚIE STRĂNSĂ CU TATĂL LOR DECÂT CEEA CE FACE ACESTA

Conform unei analize a studiilor de cercetare desfășurate între 1987 și 2007, copiii din familii intacte care aveau o relație strânsă cu tatăl lor s-au descurcat mai bine aproape în orice aspect al vieții decât cei care nu aveau parte de o asemenea relație. De exemplu, unul dintre studii a urmărit 8 441 de nou-născuți de ambele sexe, până la vârsta de 33 de ani, și a demonstrat că aceia care aveau figuri paterne apropiate lor aveau un nivel superior de educație, mai mulți prieteni de ambele sexe și era mai puțin probabil să se apuce de fumat sau să aibă probleme cu poliția. Alt studiu demonstrează cum femeile care au avut relații bune cu tații lor la vârsta de 16 ani au ajuns, la vârstă adultă, să aibă relații mai bune cu soții lor și o stare de bine superioară, atât mentală, cât și fizică.

Sursa: Lewis and Lamb, 2007

Studiile de specialitate recente, întreprinse de cercetătorii americani, australieni și britanici ne-au ajutat să înțelegem multe despre ce înseamnă pentru copii despărțirea părinților, prin faptul

că în asemenea studii familiile sunt studiate ani de zile și nu doar pe parcursul perioadei de criză. Mulțumită unei ample colecții de date în continuă creștere, începem să acumulăm cunoștințe unanim acceptate drept factuale de către comunitatea științifică. Nu fiecare dintre acestea sunt exacte sau relevante pentru copiii voștri sau copiii pe care-i ai în vedere, dar, în general, aceste observații sunt cât se poate de aproape de adevăr.

- **Procesul de separare sau de divorț face copiii să se simtă îngrozitor.**

Copiii care sunt prea mici să înțeleagă cele ce se petrec între părinții lor refuză deseori cu încăpățânare să creadă că există o despărțire sau că aceasta este definitivă. Orice le-ai spune, probabil va trebui să le repeți iar și iar.

Copiii mai mari, care înțeleg de obicei că despărțirea este planificată sau permanentă, urăsc acest proces cu amărăciune. Este evident că oricât ar fi de defectuoasă relația dintre părinții lor, aproape toți copiii și-ar dori să continue. Mulți visează la o reconciliere și fac eforturi în această direcție. Singurele excepții notate de cercetători sunt cazurile în care copiii sunt abuzați de părintele care pleacă. Numai atunci se simt ușurați să-l vadă plecând.

Firește, asta nu înseamnă că o căsătorie care nu merge ar trebui menținută doar „de dragul copiilor” (uneori, copiii nu-și dau seama ce-și doresc), însă ce putem conchide pe baza acestor constatări este că, dacă vă despărțiți, nu puteți presupune că acești copii – chiar și cei care sunt aproape adulți – vor fi de acord că este mai bine să despartă familia decât să vă certați întruna.

- **Copiii tind să se învinovățească pentru despărțirea părinților.**

În special copiii mai mici, care nu reușesc să înțeleagă multe dintre realitățile unei relații adulte, cu toate aspectele ei uzuale, sexuale și de cooperare, tind să creadă că din cauza lor s-a destrămat familia.

Este foarte greu pentru un copil, a cărui întreagă viață se învâрте în jurul relației sale cu voi, să înțeleagă că reciproca nu este valabilă pentru voi, părinții: că părinții săi au părți din viață care sunt complet separate de ei. Mai mult, multe dintre certurile la care au asistat au avut probabil legătură și cu propriul său comportament – făcut gălăgie, obraznicii, poate mama îl alinta, poate tatăl îl neglija –, așa că este ușor pentru copil să considere toate aceste mici nereguli acumulate drept sursa dezastrului.