

Πηγή εικόνας

Ψυχοκοινωνικά προβλήματα στην παιδική και εφηβική ηλικία: Διαζύγιο

Διαζύγιο

Τραυματική εμπειρία που σηματοδοτεί μια σειρά από μεταβάσεις

Σημαντικές επιπτώσεις για όλα τα μέλη της οικογένειας: ψυχολογικές, συναισθηματικές, κοινωνικές, οικονομικές.

Η προσαρμογή στο διαζύγιο

Σύνθετη και συνήθως διαρκεί
μεγάλο χρονικό διάστημα

Σύζυγοι: Διαπραγμάτευση νέας
ταυτότητας προκειμένου να
πραγματοποιηθεί με επιτυχία η
μετάβαση

Συναισθηματική, ψυχολογική
και κοινωνική μετάβαση

Η προσαρμογή στο διαζύγιο

Προσαρμογή των συζύγων στο διαζύγιο
πρέπει να πραγματοποιηθεί σε έξι (6)
τομείς της ζωής:

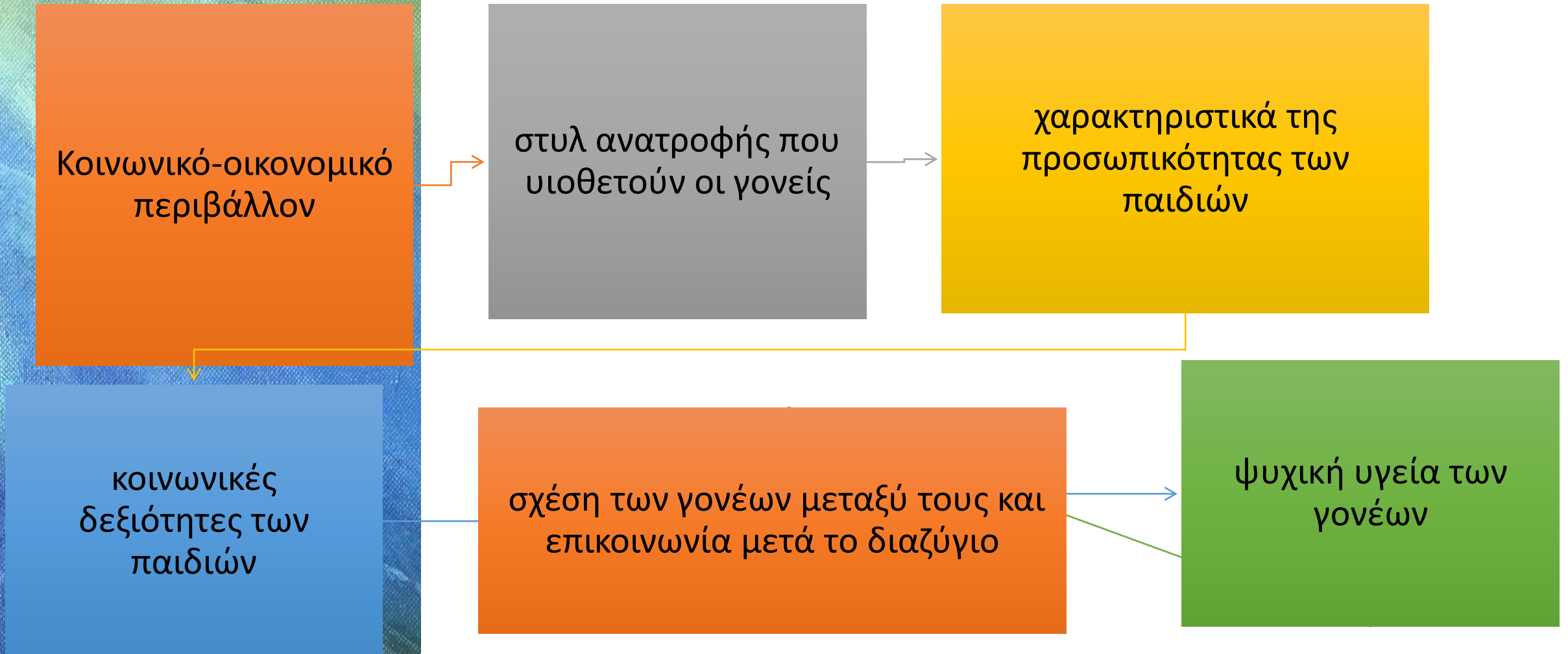
- (α) συναισθηματικό
- (β) ψυχολογικό
- (γ) νομικό
- (δ) οικονομικό
- (ε) κοινωνικό
- (στ)γονικό τομέα

Η προσαρμογή των παιδιών στο διαζύγιο

Συναισθηματικές και συμπεριφορικές αντιδράσεις των παιδιών και των εφήβων στο διαζύγιο: Μειώνονται σταδιακά, προσαρμογή των παιδιών σε διάστημα περίπου 1 έως 2 ετών

Μικρότερος αριθμός παιδιών και εφήβων εξακολουθούν να παρουσιάζουν δυσκολίες προσαρμογής για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα

Η προσαρμογή των παιδιών στο διαζύγιο



Η προσαρμογή των παιδιών στο διαζύγιο

Παράγοντες που **δυσχεραίνουν** την προσαρμογή του παιδιού στο διαζύγιο

- Πτώση του επιπέδου διαβίωσης
- Αλλαγή τόπου διαμονής
- Δυσκολίες στην ανατροφή του παιδιού εξαιτίας των προσωπικών δυσκολιών των γονέων
- Μείωση του χρόνου που οι γονείς περνούν με το παιδί
- Διαιώνιση ενός συγκρουσιακού οικογενειακού περιβάλλοντος
- Ψυχολογικά προβλήματα των γονέων (κατάθλιψη, αγχώδεις διαταραχές)
- Είσοδος νέων μελών στην οικογένεια (των νέων συντρόφων των γονέων)

Η προσαρμογή των παιδιών στο διαζύγιο

Παράγοντες που διευκολύνουν την προσαρμογή του παιδιού στο διαζύγιο :

- Υποστηρικτικό κοινωνικό περιβάλλον του παιδιού
- Σταθερή κοινωνικοοικονομική κατάσταση της οικογένειας μετά το διαζύγιο
- Ψυχική υγεία των γονέων
- Υποστηρικτικό στυλ ανατροφής των παιδιών
- Ελαχιστοποίηση των συγκρούσεων των γονέων
- Επικοινωνίας του παιδιού με τον γονέα που δεν έχει την επιμέλεια

Η ανατροφή των παιδιών μετά το διαζύγιο

Γονικό στυλ ανατροφής

Αυταρχικό ή επιτρεπτικό
στυλ: εμφανίζουν
περισσότερες δυσκολίες
ανατροφής σε σύγκριση
με αυτά που ο γονέας
τους υιοθετεί
υποστηρικτικό στυλ

Η ανατροφή των παιδιών μετά το διαζύγιο

Καλύτερη
προσαρμογή
του παιδιού
στο διαζύγιο
όταν ο γονέας
που έχει την
επιμέλεια:

- παρέχει συναισθηματική υποστήριξη
- ελέγχει επαρκώς το παιδί
- υιοθετεί υποστηρικτικό στυλ ανατροφής
- έχει προσδοκίες ανάλογες με την ηλικία του παιδιού

Επικοινωνία με τον γονέα που δεν έχει την επιμέλεια

Παράγοντες που επηρεάζουν την επικοινωνία πατέρα-παιδιού:

- Η σχέση ανάμεσα στους γονείς μετά το διαζύγιο
- Η συμφωνία τους σε οικονομικά θέματα και θέματα ανατροφής των παιδιών
- Οι αντιλήψεις της μητέρας για τον ρόλο του άνδρα στην ανατροφή των παιδιών
- Οι εργασιακές υποχρεώσεις
- Η πραγματοποίηση ενός δεύτερου γάμου
- Η απόσταση κατοικίας
- Τα ψυχικά προβλήματα
- Το κοινωνικο οικονομικό επίπεδο

Επικοινωνία με τον γονέα που δεν έχει την επιμέλεια

Η επικοινωνία διευκολύνεται όταν:

- Ο γονέας είναι ψυχικά υγιής
- έχει μια στενή σχέση με το παιδί ήδη πριν από το διαζύγιο
- δεν υπάρχει έντονη σύγκρουση ανάμεσα στους δύο γονείς.
- ο γονέας βοηθάει στις σχολικές εργασίες το παιδί
- όταν υιοθετεί ένα υποστηρικτικό στυλ ανατροφής
- όταν έχει κατάλληλες προσδοκίες από το παιδί
- όταν συμμετέχει σε δραστηριότητες μαζί του και παρέχει οικονομική υποστήριξη

Επικοινωνία με τον γονέα που δεν έχει την επιμέλεια

Περισσότερα παιδιά: Μικρή επικοινωνία με τον πατέρα τους μετά το διαζύγιο και μάλιστα η συχνότητα της επικοινωνίας μειώνεται με τα χρόνια

Ασφαλείς σχέσεις των παιδιών στην ενήλικη ζωή: Ικανοποιητική επαφή και επικοινωνία με τον πατέρα μετά το διαζύγιο

Διαμόρφωση ανασφαλών σχέσεων των παιδιών στην ενήλικη ζωή: Χαμηλά επίπεδα συμμετοχής του πατέρα στην ανατροφή των παιδιών

Οικονομικές συνθήκες και διαζύγιο

Διαζύγιο:
Μείωση των
οικονομικών
πόρων της
οικογένειας

Μετακόμιση

Παύση
συμμετοχής
από τα παιδιά
σε
δραστηριότητες
που στο
παρελθόν τους
πρόσφεραν
ευχαρίστηση
(π.χ. άθλημα)

Κοινωνικές συνθήκες και διαζύγιο

Απαραίτητο να
επαναπροσδιοριστούν οι
σχέσεις με συγγενείς και
φίλους

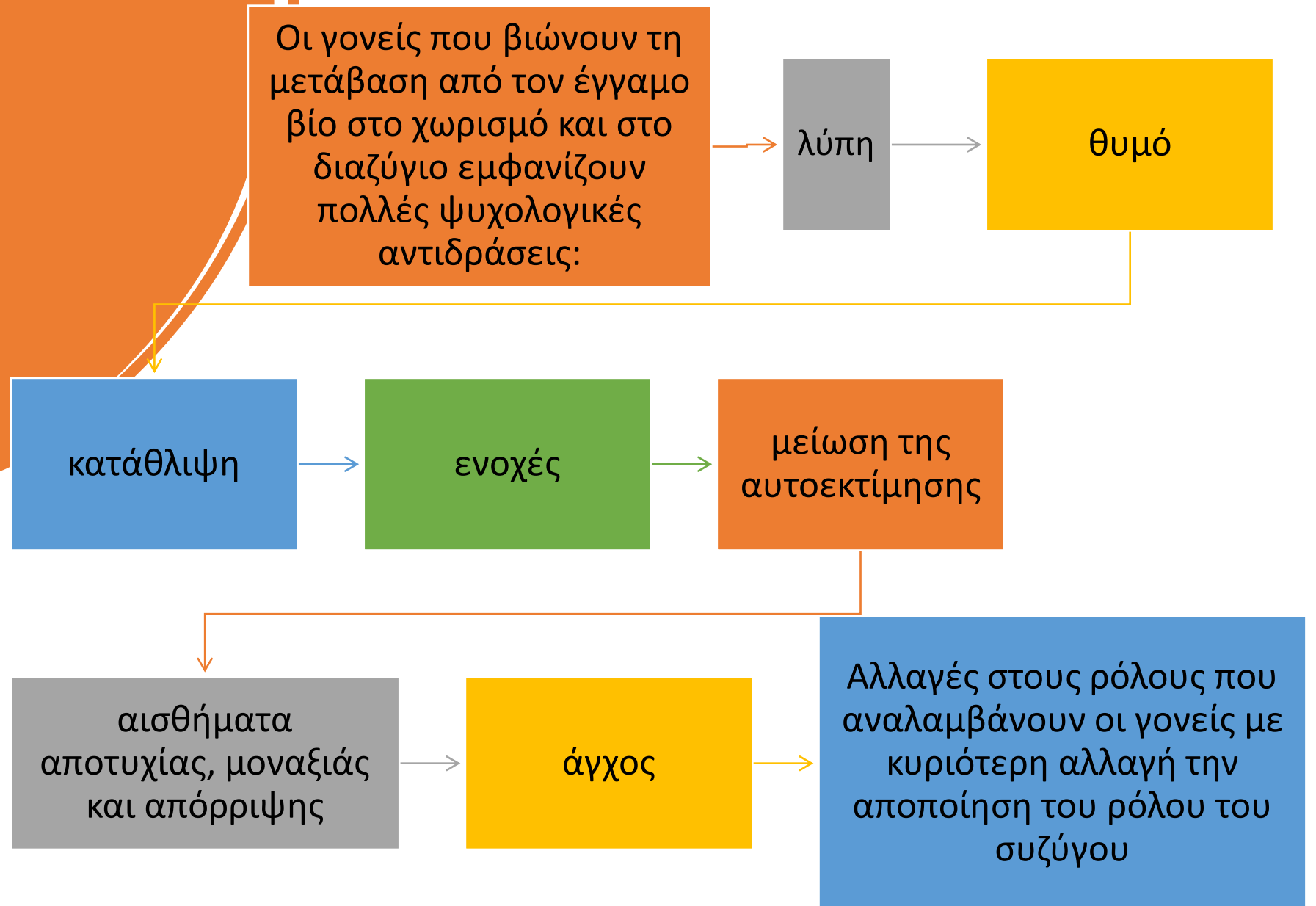
Μείωση των
κοινωνικών
συναναστροφών του
και της κοινωνικής
υποστήριξης που
λαμβάνει το παιδί

Δεύτερος γάμος και θετοί γονείς

- Συναισθήματα αβεβαιότητας
- Ανασφάλεια
- Άγχος

Σταδιακά τα περισσότερα παιδιά προσαρμόζονται στη νέα οικογένεια και διαμορφώνουν θετικούς δεσμούς με τον θετό γονέα

Επιπτώσεις του διαζυγίου στους γονείς



Επιπτώσεις του διαζυγίου στους γονείς

Παράγοντες οι οποίοι επηρεάζουν την πορεία της προσαρμογής των συζύγων στο διαζύγιο:

- η προσωπικότητα
- το φύλο
- η ηλικία
- το μορφωτικό και κοινωνικο-οικονομικό επίπεδο
- η διάρκεια της σχέσης
- η ύπαρξη παιδιών
- ο ρόλος του κάθε συζύγου στη λήψη της απόφασης για το διαζύγιο
- η επικοινωνία μεταξύ των συζύγων
- τα επίπεδα αυτοεκτίμησης
- η ύπαρξη ενός υποστηρικτικού κοινωνικού δικτύου
- Η υποκειμενική αίσθηση ευεξίας

Επιπτώσεις του χωρισμού και του διαζυγίου στα παιδιά και στους εφήβους

Μετά τον χωρισμό των γονέων το παιδί και ο έφηβος μένει ή με έναν γονέα ο οποίος συνήθως είναι λιγότερο συναισθηματικά, ψυχολογικά αλλά και χρονικά διαθέσιμος σε σύγκριση με πριν από το χωρισμό



Μειωμένη επαφή με τον γονέα που δεν έχει την επιμέλεια .



Περιβαλλοντικές αλλαγές που επιφέρει το διαζύγιο όπως μια μετακόμιση και η αλλαγή σχολείου δημιουργούν πρόσθετα προβλήματα στα παιδιά που θα πρέπει ξαφνικά να προσαρμοστούν σε νέες συνθήκες ζωής .

Επιπτώσεις του διαζυγίου στα παιδιά και στους εφήβους

Βραχυπρόθεσμες επιπτώσεις του διαζυγίου:

- Εκδήλωση άγχους
- Εμφάνιση κατάθλιψης
- Ανάπτυξη φοβιών
- Δυσκολίες στον ύπνο και στη διατροφή
- Ανάπτυξη αρνητικών στάσεων προς το γάμο και τις σχέσεις με το άλλο φύλο
- Εμφάνιση άγχους αποχωρισμού
- Εκδήλωση επιθετικότητας
- Μείωση της αυτοεκτίμησης
- Πτώση της σχολικής επίδοσης
- Αυξημένη συχνότητα εμφάνισης προβλημάτων υγείας
- Μειωμένη αίσθηση αυτό αποτελεσματικότητας

Επιπτώσεις του διαζυγίου στα παιδιά και στους εφήβους

Τα παιδιά και οι έφηβοι που προέρχονται από διαζευγμένες οικογένειες εμφανίζουν χαμηλότερες κοινωνικές δεξιότητες

Διατρέχουν υψηλότερο κίνδυνο για κατάχρηση ουσιών ή εγκληματικές συμπεριφορές σε σύγκριση με παιδιά που δεν προέρχονται από διαζευγμένες οικογένειες

Επιπτώσεις του διαζυγίου στα παιδιά και στους εφήβους



Παιδιά προσχολικής ηλικίας και διαζύγιο

- Πλήττεται το αίσθημα ασφάλειας και εμπιστοσύνης που βιώνουν τα παιδιά στη σχέση με τους γονείς τους.
- άγχος αποχωρισμού, φόβος, έντονη λύπη, θυμός
- συναισθήματα απώλειας, αποπροσανατολισμού και απομόνωσης
- απόσυρση του παιδιού
- εκδήλωση κατάθλιψης
- παλινδρόμηση σε συμπεριφορές που χαρακτήριζαν προηγούμενα αναπτυξιακά στάδια.
- αδυνατούν να κατανοήσουν γνωστικά τον χωρισμό και τους λόγους που οδηγούν τους γονείς τους σε αυτόν και μπορεί να κατηγορούν τον εαυτό τους .

Παιδιά προσχολικής ηλικίας και διαζύγιο

Τα έντονα συναισθήματα εμφανίζονται στον ίδιο βαθμό σε αγόρια και κορίτσια και μπορεί να εκδηλώνονται με συμπεριφορές όπως

- διαταραχές στον ύπνο και στο φαγητό
- παλινδρόμηση στον έλεγχο των σφικτήρων
- επιθετικότητα
- κλάμα
- ευερεθιστότητα
- έντονη προσκόλληση στους γονείς
- εκδήλωση υπερβολικών απαιτήσεων φροντίδας
- άρνηση να παραμείνουν μόνοι μόνα τους
- σχολική άρνηση στα παιδιά που πηγαίνουν στον παιδικό σταθμό ή το νηπιαγωγείο
- φαντασιώσεις εγκατάλειψης, θανάτου ή τραυματισμού των γονέων
-
- Σωματοποίηση των συναισθημάτων τους τους πχ πονοκεφάλους ή στομαχόπονους

Παιδιά σχολικής ηλικίας και διαζύγιο

- Θλίψη, απόσυρση, φόβος, άγχος, θυμός, ενοχή, αισθήματα απώλειας ή απόρριψης
- Πολύ συχνά τα παιδιά μεταθέτουν τον θυμό που αισθάνονται για το διαζύγιο σε άλλα άτομα του οικογενειακού ή του σχολικού περιβάλλοντος εκδηλώνοντας επιθετικότητα προς αυτά.
- Μπορεί να έχουν φαντασιώσεις ότι τα ίδια ευθύνονται για τον χωρισμό ή ότι οι γονείς τους θα συμφιλιωθούν .
- Αλλαγές στη συμπεριφορά στο σχολείο και μείωση των κινήτρων για μάθηση και συμμετοχή στις σχολικές δραστηριότητες, η οποία συνοδεύεται από πτώση της σχολικής επίδοσης .
- Σωματοποίηση των συναισθημάτων

Παιδιά σχολικής ηλικίας και διαζύγιο

Έντονο αίσθημα συναισθηματικού και γνωστικού αποπροσανατολισμού και άγχους στα παιδιά που δεν έχουν πληροφορηθεί επαρκώς για τις μεταβάσεις που συνεπάγεται το διαζύγιο

Στα μεγαλύτερα παιδιά 9 έως 12 ετών, αν και τα συναισθήματα της θλίψης και του πόνου είναι εξίσου έντονα, τείνουν να μην τα εξωτερικεύουν και να αναζητούν τρόπους να ξεχαστούν

Είναι πολύ δύσκολο για το παιδί αυτής της ηλικίας να μιλήσει για το χωρισμό των γονέων του εξαιτίας της θλίψης αλλά και της ντροπής που αισθάνεται γι αυτό

Έφηβοι και διαζύγιο

Συνήθεις αντιδράσεις των εφήβων στο χωρισμό είναι:

Θλίψη

Ντροπή

Αμηχανία

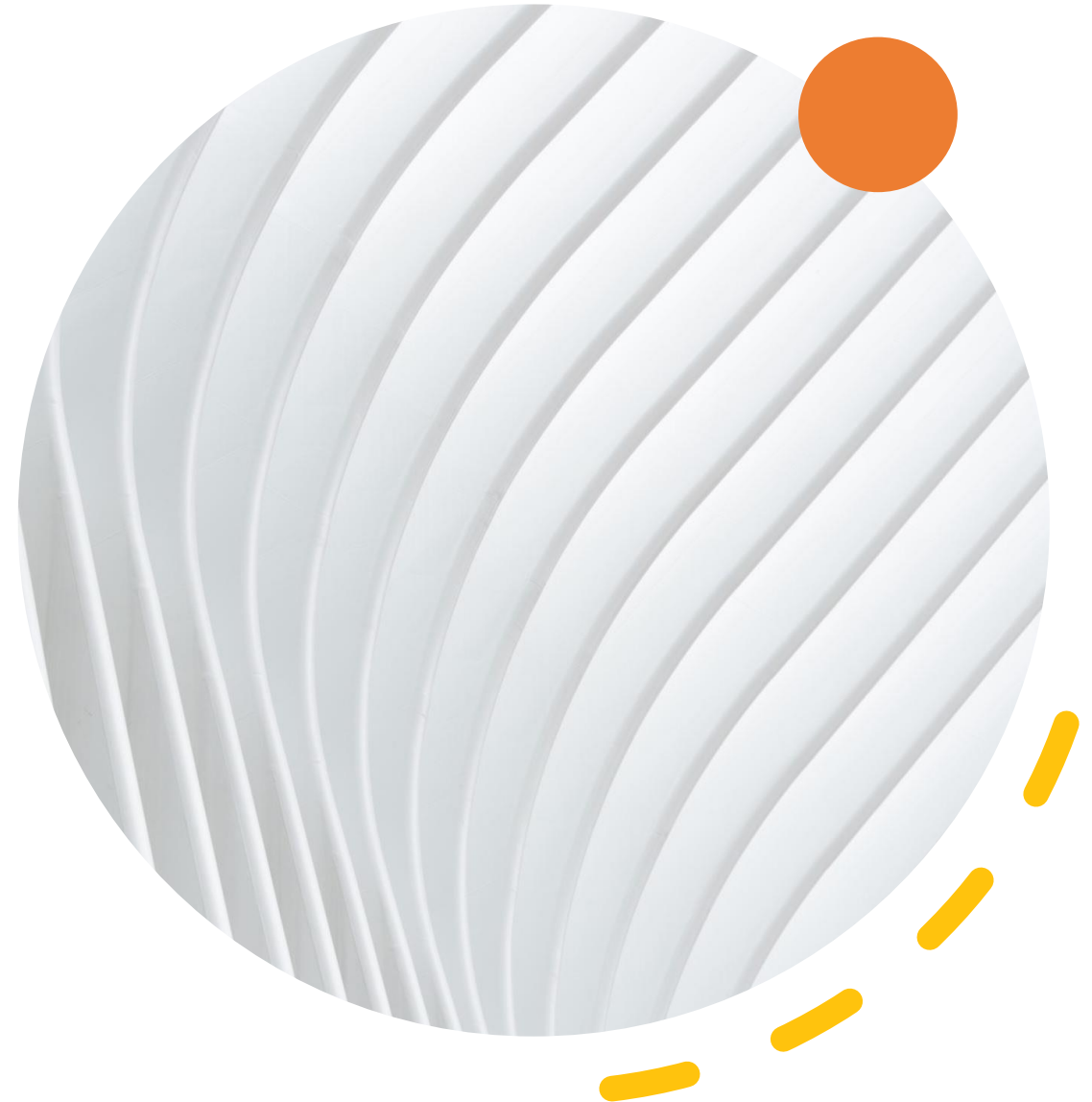
Κατάθλιψη

Απόσυρση από την οικογένεια

Αίσθημα ανησυχίας για το μέλλον

Αύξηση των παραβατικών συμπεριφορών

Πτώση της σχολικής επίδοσης



Έφηβοι και διαζύγιο

Άγχος, αγωνία,
θυμός προς τους
γονείς

Σε κάποιες
περιπτώσεις
απότομη προσωπική
ανάπτυξη του
εφήβου

Οι έφηβοι
διαζευγμένων
οικογενειών ξεκινούν
να έχουν σεξουαλικές
σχέσεις νωρίτερα σε
σύγκριση με τους
εφήβους που ζουν
και με τους δύο
γονείς τους

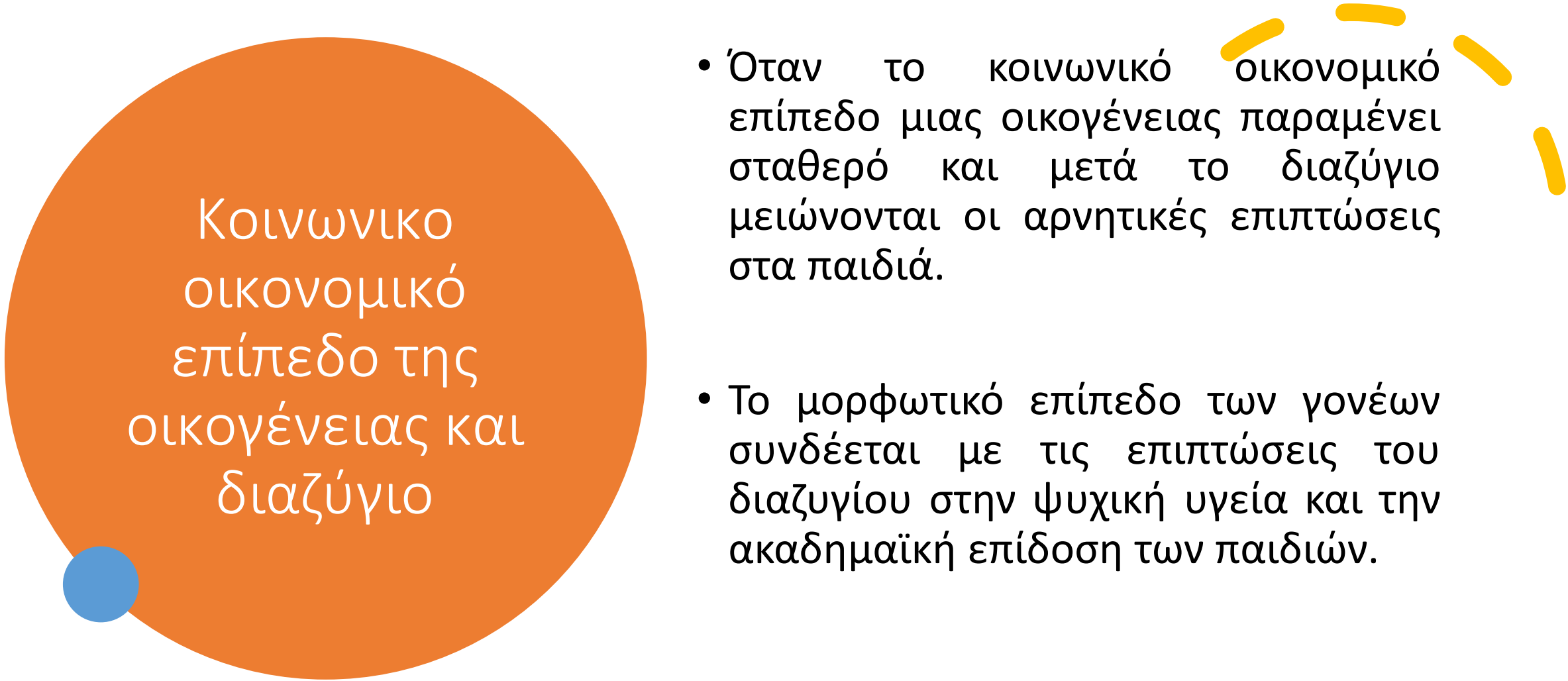
Φύλο και διαζύγιο

- Αγόρια: Τείνουν να εμφανίζουν περισσότερα προβλήματα συμπεριφοράς στο σπίτι και στο σχολείο
- Κορίτσια: εμφανίζουν περισσότερες εσωτερικευμένες δυσκολίες
- Εφηβεία: Κορίτσια είναι πιθανότερο να έχουν ολοκληρωμένες σεξουαλικά σχέσεις σε νεαρότερη ηλικία
- Η σχέση της μητέρας που έχει την επιμέλεια με την κόρη μπορεί να βελτιωθεί μετά το διαζύγιο ενώ στα αγόρια δεν παρατηρείται κάτι τέτοιο
- Η σχέση με τον πατέρα φαίνεται ότι επηρεάζεται αρνητικά και στα δύο φύλα ιδιαίτερα όμως στα κορίτσια

Κοινωνική υποστήριξη και διαζύγιο

Η ύπαρξη ενός υποστηρικτικού κοινωνικού πλαισίου διευκολύνει την προσαρμογή των παιδιών και των εφήβων στο διαζύγιο και μειώνει την πιθανότητα εκδήλωσης αρνητικών αντιδράσεων σε αυτό

Αρνητικές αντιλήψεις και στερεότυπα σχετικά με τις διαζευγμένες οικογένειες επηρεάζουν αρνητικά τη διαμόρφωση υποστηρικτικών κοινωνικών σχέσεων



Κοινωνικό
οικονομικό
επίπεδο της
οικογένειας και
διαζύγιο

- Όταν το κοινωνικό οικονομικό επίπεδο μιας οικογένειας παραμένει σταθερό και μετά το διαζύγιο μειώνονται οι αρνητικές επιπτώσεις στα παιδιά.
- Το μορφωτικό επίπεδο των γονέων συνδέεται με τις επιπτώσεις του διαζυγίου στην ψυχική υγεία και την ακαδημαϊκή επίδοση των παιδιών.

Οι μακροχρόνιες επιπτώσεις του διαζυγίου στα παιδιά

Τα παιδιά διαζευγμένων οικογενειών:

- τείνουν να έχουν χαμηλότερο κοινωνικο οικονομικό στάτους και περισσότερες ψυχολογικές δυσκολίες στην ενήλικη ζωή
- τείνουν να παντρεύονται σε νεαρότερη ηλικία αλλά αντιμετωπίζουν περισσότερες συγκρούσεις και λιγότερη ασφάλεια στο γάμο τους.
- έχουν μεγαλύτερη πιθανότητα να πάρουν διαζύγιο («διαγενεακή μεταβίβαση του διαζυγίου»)
- Η πλειονότητα των παιδιών που προέρχονται από διαζευγμένες οικογένειες προσαρμόζονται κατάλληλα χωρίς να εμφανίζουν ψυχοπαθολογικά προβλήματα.

Παιδιά διαζευγμένων οικογενειών και σχολείο

- Οι εκπαιδευτικοί θα πρέπει να ευαισθητοποιηθούν στις συναισθηματικές, ψυχολογικές και ακαδημαϊκές επιπτώσεις που μπορεί να έχει το διαζύγιο στα παιδιά, ώστε να μπορούν να τα υποστηρίξουν στο σχολικό πλαίσιο.
- Εφαρμογή παρεμβάσεων στα σχολεία έτσι ώστε να εστιάζουν τόσο στη συναισθηματική και κοινωνική υποστήριξη των μαθητών όσο και επίπεδο ακαδημαϊκών κινήτρων.

Συμβουλευτική διαζυγίου για ενήλικες

Στόχοι της συμβουλευτικής διαζυγίου για ενήλικες:

- η ανάπτυξη δεξιοτήτων αντιμετώπισης προβλημάτων των γονέων
- η ανάπτυξη δεξιοτήτων επικοινωνίας με στόχο τη μείωση των συγκρούσεων ανάμεσα στους γονείς
- η παροχή ενός ασφαλούς περιβάλλοντος ώστε να μπορούν να εκφράζουν και να επεξεργάζονται συναισθήματα που σχετίζονται με το διαζύγιο
- η ενημέρωση των γονιών για τις επιπτώσεις του διαζυγίου στα παιδιά και η παροχή συμβουλών ώστε μπορούν να στηρίξουν τα παιδιά πριν κατά τη διάρκεια και μετά το διαζύγιο
- η υποστήριξη των γονέων στην αναπτύξουν ένα υποστηρικτικό στυλ ανατροφής των παιδιών
- Η συμβουλευτική διαζυγίου συχνά προσφέρεται στο πλαίσιο σύντομων ομαδικών παρεμβάσεων

Συμβουλευτική διαζυγίου

Παρεμβάσεις σε χωρισμένους ή και η διαζευγμένους γονείς:

- βοηθούν τους ενήλικες να προσαρμοστούν στη διαδικασία του χωρισμού και του διαζυγίου
- συμβάλλουν στην αύξηση της αυτοεκτίμησης και της κοινωνικής υποστήριξης που δέχονται τα άτομα
- συμβάλλουν στη μείωση της κατάθλιψης
- συντελούν στη βελτίωση των σχέσεων με τον πρώην σύντροφο
- συνεισφέρουν στη βελτίωση της ψυχολογικής ευεξίας
- βελτιώνουν την ποιότητα της σχέσης ανάμεσα στους γονείς και στο παιδί

Στόχοι της συμβουλευτικής σε παιδιά και εφήβους

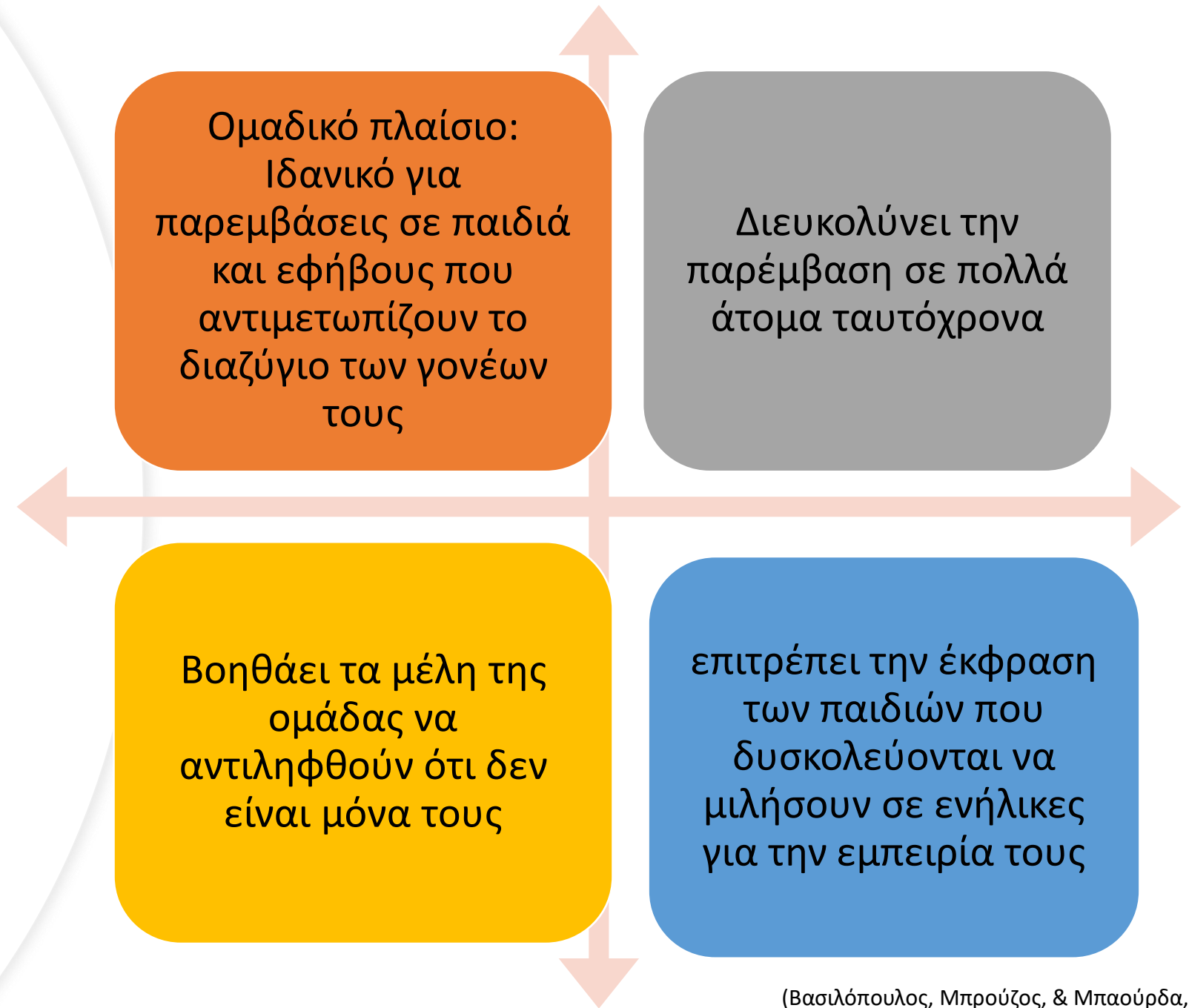
Πληροφόρηση των παιδιών σχετικά με θέματα που αφορούν το διαζύγιο αλλά και την ίδια τη διαδικασία του διαζυγίου ώστε να επιλύονται οι απορίες τους

Παροχή ενός υποστηρικτικού περιβάλλοντος ώστε τα παιδιά να εκφράζουν και να επεξεργάζονται τα συναισθήματα θυμού και λύπης αλλά και τις σκέψεις τους για το διαζύγιο

Ανάπτυξη δεξιοτήτων αντιμετώπισης προβλημάτων επικοινωνίας και διαχείρισης του θυμού

Επικοινωνία και συζήτηση με άλλα άτομα που έχουν την ίδια εμπειρία ώστε να μειωθεί το αίσθημα της απομόνωσης

Συμβουλευτική σε παιδιά και εφήβους



Συμβουλευτική σε παιδιά και εφήβους

Ψυχοεκπαιδευτικές ομάδες για παιδιά διαζευγμένων γονέων:

Βοηθούν σημαντικά τα μέλη τους να προσαρμόζεται στο διαζύγιο και να αντιμετωπίσουν τις συνήθεις δυσκολίες που τους προκαλεί .

Μειώνουν τα συναισθήματα κατάθλιψης, άγχους και τις παράλογες πεποιθήσεις σε σχέση με το διαζύγιο που έχουν τα παιδιά

Αυξάνουν την αυτοεκτίμηση και τις κοινωνικές δεξιότητές τους

Περιορίζουν τις προβληματικές συμπεριφορές των παιδιών στο σχολείο και στο σπίτι

Βιβλιογραφία

- Βασιλόπουλος, Στ., Μπρούζος, Α., & Μπαούρδα, Β. (2016). *Ψυχοεκπαιδευτικά ομαδικά προγράμματα για παιδιά και εφήβους*. Αθήνα: Gutenberg.
- Χολέβας, Ν. (2017). *Το διαζύγιο των γονιών στα μάτια των παιδιών*. Αθήνα:OWNBOOKS
- Χατζηχρήστου, Χ. Γ. (2015). *Ο χωρισμός των γονέων, το διαζύγιο και τα παιδιά. Η προσαρμογή των παιδιών στη διπυρηνική οικογένεια*. Αθήνα:Πεδίο.
- Dr. Hakan Usakli (2013). Comparison of Single and Two Parents Children in terms of Behavioral Tendencies. *International Journal of Humanities and Social Science*, Vol. 3. No. 8.



Ευχαριστώ πολύ για
την προσοχή σας!
