

# Mentalno zdravlje djece razvedenih roditelja

Jelena Matošević

Sveučilište u Zagrebu

Filozofski fakultet

Odsjek za psihologiju

ORCID: 0000-0003-4350-7816

## SAŽETAK

**Ključne riječi:** eksternalizirani problemi, internalizirani problemi, mentalno zdravlje djece, razvod braka, roditeljstvo

Razvod braka značajno utječe na mentalno zdravlje djece razvedenih roditelja. Brojni stresori povezani s razvodom povećavaju rizik od razvoja problema prilagodbe te internaliziranih i eksternaliziranih problema kod djece. U ovom radu imenovani su i objašnjeni stresori vezani uz razvod braka kao što su smanjena efikasnost roditeljstva, međuroditeljski konflikti te teške ekonomske prilike u obitelji. Prikazani su i specifični internalizirani i eksternalizirani problemi djece razvedenih roditelja kao što su anksioznost, depresivnost, problemi u ponašanju te slabiji školski uspjeh. Opisano je kako i zašto se oni pojavljuju, na koji se način manifestiraju te koji se tretmani preporučuju. Također su istaknuti rizični i zaštitni čimbenici mentalnog zdravlja djece te je objašnjeno na koji način oni djeluju kad se dijete suoči s razvodom svojih roditelja.

## ABSTRACT

**Keywords:** children's mental health, externalized problems, internalized problems, parental divorce, parenthood

Parental separation and divorce significantly impact children's mental health. Children who experience their parents' divorce face multiple stressors that intensify the risk of developing adjustment problems, as well as internalized and externalized problems. This article describes several stressors associated with divorce, such as inefficient parenthood, interparental conflicts, and family economic problems. Additionally, specific internalized and externalized problems are outlined, such as anxiety, depression, behavioural problems, and poor academic achievement. This article summarizes their development, manifestation, and recommended treatments. It also presents multiple risk and protective factors, and describes their effect on children's mechanisms for coping with parental divorce.

**UVOD**

Brak je zajednica, obično između jednog muškarca i jedne žene, koja je regulirana zakonima, pravilima, običajima, vjerovanjima i stavovima koji propisuju prava i obaveze partnera te njihov zajednički status prema djeci (ako ih bračni partneri imaju). U Republici Hrvatskoj brak je zakonom uređena zajednica muškarca i žene (Obiteljski zakon, 2015). U zemljama zapadne Europe posljednjih se desetljeća povećava stopa razvoda brakova, a taj je trend vidljiv i u Hrvatskoj. Prema posljednjim podacima Državnog zavoda za statistiku Republike Hrvatske (2019), u 2018. godini gotovo svaki treći sklopljeni brak završio je razvodom, što ukazuje na trend koji se u Republici Hrvatskoj nije značajno promijenio zadnjih nekoliko godina. Konkretno, u 2018. je godini sklopljen 19921 brak, dok je broj razvedenih brakova bio 6125. Grad Zagreb u tome prednjači, a razlozi za to mogu biti brojni. Primjerice, manje je zastupljen tradicionalan način života, rodne su uloge slabije izražene, životni stil omogućava lakše preseljenje i život bez supružnika. S obzirom na veliku stopu razvoda, brojna društvena istraživanja usmjerila su se k tom području. Mnoge istraživače u području psihologije zanimalo je na koji način razvod braka utječe na razvedene roditelje, njihovu djecu, širu obitelj te okolinu. S obzirom da su djeca najranjivija skupina pogođena razvodom braka, posebna se pažnja posvećuje njihovom mentalnom zdravlju i dobrobiti. Oni stresore, pa tako i razvod braka, bolje podnose kad je okolina dobro strukturirana i stabilna, predvidljiva i sigurna te negujuća i podržavajuća (Wenar, 2003). Međutim, okolina djece razvedenih roditelja često je nepredvidljiva i nestrukturirana, stoga ne začuđuje činjenica da kod djece razvedenih roditelja postoji veći rizik za pojavljivanje različitih internaliziranih i eksternaliziranih problema nego što je to slučaj kod djece iz cjelovitih obitelji (Sandler, Miles, Cookston i Braver, 2008; Kelly i Emery, 2003; McIntosh i Long, 2005). Sukladno tome, postavlja se pitanje koji su to zaštitni, a koji rizični čimbenici koje vezujemo uz razvod braka. Kako to da postoje djeca iz cjelovitih obitelji koja imaju više internaliziranih i eksternaliziranih poteškoća nego mnoga djeca razvedenih roditelja? Razlikuju li se djevojčice i dječaci u nošenju s razvodom? Kako je dob djeteta u trenutku razvoda roditelja povezana s mentalnim zdravljem djeteta i prihvaćanjem razvoda roditelja? Koliko je trajan utjecaj razvoda na djecu i kako se ona s njime nose te koju ulogu u prilagodbi djece imaju roditelji, stručnjaci, odgajatelji i učitelji?

**UTJECAJ RAZVODA BRAKA NA DJECU**

Istraživanja (Amato, 2010; Cherlin i sur., 1991) pokazuju da se smetnje kod djece uočavaju i prije samog razvoda braka te da već tada postoji razlika među djecom čiji roditelji imaju probleme u braku i onih koji ih nemaju. Iz tog je razloga opravdano zaključiti da sam razvod ne djeluje direktno na dobrobit djece, već posredno (Amato, 2000). Medijatori koje Amato (2000) navodi su smanjena briga roditelja za djecu, roditeljski konflikti i ekonomski problemi. Smanjena roditeljska briga i pažnja moguća je zbog preokupiranosti roditelja samim postupkom razvoda braka ili zbog nepostojanja suradničkog roditeljstva. Prema McIntosh i Long (2005), samo 8% majki i 12% očeva koji se razvode svoj su suroditeljski odnos opisali kao pozitivan. Oba roditelja manje komuniciraju sa svojom djecom i pokazuju im

manje nježnosti i bliskosti (Wenar, 2003). Slabije primjenjuju autoritativno roditeljstvo koje uključuje dosljednost u provođenju discipline gdje djeca znaju pravila koja se sustavno i konzistentno primjenjuju pri čemu su prisutni i roditeljska toplina, brižnost i responzivnost roditelja na djetetove potrebe (Berk, 2008). Nadalje, i roditeljski konflikti otežavaju djetetovu prilagodbu na razvod braka te uzrokuju teškoće i prije samog razvoda. Prema Buchanan, Maccoby i Dornbusch (1991) roditeljski konflikti direktno djeluju na dijete posebice ako je ono posrednik roditeljskog konflikta (prenosi poruke, okreće ga se protiv drugog roditelja i sl.). S druge strane, može djelovati i indirektno time što potencijalno smanjuje kvalitetu roditeljstva (Fabricius i Lercken, 2007; Krishnakumar i Buehler, 2000; prema Sandler i sur., 2008). Roditeljski odnosi koje karakterizira visoka razina konflikta jednako nepovoljno utječu na internalizirane i eksternalizirane probleme djece. Međutim, prema Sandler i suradnicima (2008), čak i kada je razvod braka visokokonfliktna, toplina i dobar odnos barem jednog od roditelja s djetetom mogu značajno smanjiti rizik od pojave internaliziranih i eksternaliziranih problema te služiti kao zaštitni čimbenik. Uz smanjenu brigu roditelja za djecu i roditeljske konflikte, treći medijator koji Amato (2000) navodi su ekonomski problemi. U većini slučajeva oni nastaju tijekom prve godine nakon razvoda braka (Wenar, 2003). Žene, koje najčešće dobivaju skrb nad djetetom, suočavaju se sa smanjenjem prihoda. Razvedene majke rjeđe jedu sa svojom djecom u usporedbi s majkama u cjelovitim obiteljima, vrijeme odlaska na spavanje nije ustaljeno, a djeca često kasne u školu (Wenar, 2003). Takva roditeljska praksa može biti povezana s teškoćama razvoda koje utječu na same roditelje tako da zaokupljaju njihovu pažnju i vrijeme te im time otežavaju brigu za djecu. Također, često većina roditeljskih odgovornosti pripadne upravo majkama koje se zbog toga ne mogu u potpunosti posvetiti svim aspektima brige o djetetu.

Ne reagiraju sva djeca jednako na razvod braka svojih roditelja. Većina djece se vrlo uspješno nosi s tim kriznim razdobljem, no dio djece razvija brojne internalizirane i eksternalizirane probleme pod pritiskom raznih stresora koji prethode razvodu braka i prate ga (Buljan Flander, Štimac i Špoljarić, 2013). Način i uspješnost ovladavanja razvodom, osim o prirodni roditeljskog odnosa prije, za vrijeme i poslije razvoda braka, ovisi i o individualnim karakteristikama djeteta kao što su temperament i osobine ličnosti. Temperament, ovisno o tome kakav je, povećava vjerojatnost pojave psihičkih problema kod djeteta ili ga pak štiti od negativnih učinaka vrlo stresnih obiteljskih situacija kao što je razvod braka. Djeca lakog temperamenta još se od dojenačke dobi lakše prilagođavaju novim i nepoznatim situacijama te ih je lakše umiriti nego što je to slučaj kod djece teškog ili opreznog temperamenta (Berk, 2008). Istraživanja pokazuju da se djevojčice uspješnije prilagode na razvod roditelja (Guidubaldi i sur., 1983; Hetherington i sur., 1985; Hodges, 1986; prema Hoyt, Cowen, Pedro - Carroll i Alpert - Gillis, 1990). Za to postoje dva moguća objašnjenja. Prvo se odnosi na to da su dječaci ti koji češće pokazuju eksternalizirane teškoće koje se lakše zamjećuju pa i pravovremeno tretiraju, dok su kod djevojčica češći internalizirani problemi koje okolina teže primijeti. U skladu s tim, moguće je da se zbog češćih internaliziranih problema kod djevojčica pogrešno interpretira da se one uspješnije prilagođavaju razvodu roditelja. U tom bi

slučaju bilo bolje reći da razvod jednako teško djeluje na djecu neovisno o njihovom spolu (Mechanic i Hansell, 1989; Fischer, 2007; Zill, Morrison i Coiro, 1993). Prema drugom objašnjenju, djevojčice se bolje prilagođavaju jer je, nakon razvoda braka, skrbništvo češće dodijeljeno majkama, stoga djevojčice tijekom odrastanja imaju jasniju sliku modela za razvoj identiteta.

Nadalje, postavlja se pitanje ima li dob djeteta u trenutku razvoda roditelja ulogu u prihvaćanju razvoda te kakve posljedice razvod ima na mentalno zdravlje djeteta ovisno o dobi djeteta tijekom razvoda. Ranija istraživanja (Amato, 1987; Wallerstein, 1984) sugeriraju da je prvotna reakcija na razvod roditelja teža kod mlađe djece, no da su ona kasnije bolje prilagođena nego djeca koja su doživjela razvod roditelja u starijoj dobi. Drugo je stajalište da su djeca jednako pogođena razvodom roditelja neovisno o dobi u kojoj dožive razvod, no da njihova reakcija na razvod ovisi o razvojnom razdoblju u kojemu se nalaze (Demo i Acock, 1988; Landerkin i Clarke, 1990). Landerkin i Clarke (1990) navode tipične reakcije na razvod ovisno o dobi djeteta, no naglašavaju mogućnost pojavljivanja reakcija i neovisno o razvojnoj dobi. Najčešća reakcija na razvod roditelja do treće godine djetetova života je regresija u razvojnim zadacima, pri čemu se misli na usvojene obrasce spavanja, jedenja i govorne komunikacije. Kod djece predškolske dobi mogu se javiti separacijska anksioznost i teškoće u socijalnim odnosima. Djeca školske dobi često na razvod reagiraju neugodnim emocijama poput tuge, ljutnje prema roditeljima i somatizacijom. Somatizaciju opisujemo kao tendenciju da se psihološke teškoće prikažu u obliku tjelesnih simptoma (Begić, 2016). Pri tome je bitno medicinskim pregledom utvrditi da ne postoje organski uzroci koji dovode do spomenutih tjelesnih simptoma koji, primjerice, mogu biti bol u trbuhu ili glavobolja. Sve navedeno za djecu školske dobi vrijedi i za adolescente, no kod njih se uočava i problem u formiranju identiteta te ljutnja prema samima sebi. Probleme u formiranju identiteta možemo opisati kroz difuziju identiteta (Marcia, 1980; prema Berk, 2008). Naime, adolescenti s ovim statusom identiteta nisu se obvezali vrijednostima i ciljevima niti su jasno usmjereni u životu. Ne istražuju aktivno sve moguće alternative jer im se taj zadatak čini pretežak ili previše prijeteći.

Posljedice razvoda braka neku djecu mogu pratiti i u odrasloj dobi (Arambašić, 2000). Odrasli, koji su kao djeca doživjeli razvod roditelja, češće postižu niže razine obrazovanja, imaju više problema u vlastitom braku te je veća vjerojatnost da će i njihov brak završiti razvodom, manje su bliski s roditeljima (posebice s očevima) i pokazuju niže razine psihološke dobrobiti (Amato i Sobolewski, 2001; Barrett i Turner, 2005; Teachman, 2002; Wolfinger, Kowaleski - Jones i Smith, 2003; prema Amato, 2010). Prema Wallerstein i Blakeslee (1989), bez jasne predodžbe o tome kako izgleda stabilan partnerski odnos, odrasli čiji su se roditelji rastali imaju teškoće s iskazivanjem osjećaja, ostvarivanjem intimnog odnosa te trajnim vezivanjem uz jednu osobu zbog straha od napuštanja i nepovjerenja. Stoga je čak 60% sudionika ovog longitudinalnog istraživanja izvijestilo o problemima u socijalnim odnosima. Iako smo do sad istaknuli da razvod braka ima negativne posljedice za uredan socio-emocionalni razvoj djeteta, treba istaknuti da u nekim situacijama razvod braka može pozitivno djelovati na dijete (Amato i

Booth, 2001). To vrijedi za one situacije u kojima razvod dovodi do poboljšanja kvalitete života djeteta. Primjerice, kada je dijete živjelo u obitelji gdje je svakodnevno bilo prisutno nasilje i teški sukobi među roditeljima. U ovom slučaju razvod braka predstavlja bijeg iz nepovoljnih uvjeta koji ugrožavaju pojedinca (Simons i sur., 1999; prema Buljan Flander i sur., 2013). Dapače, odgoj djeteta u disfunkcionalnoj obitelji u kojoj su prisutni nasilje i sukobi može biti štetnije za dijete nego sam razvod.

## INTERNALIZIRANI PROBLEMI

Kao što je već navedeno, mnoga istraživanja (Sandler i sur., 2008; Kelly i Emery, 2003; McIntosh i Long, 2005) pokazuju da izloženost djece brojnim stresorima prije, tijekom i poslije razvoda braka roditelja predstavlja rizični čimbenik za pojavu različitih internaliziranih problema. Internalizirani ili pretjerano kontrolirani problemi odnose se na probleme poput depresivnosti, anksioznosti, somatizacije i na druga neugodna stanja koja nisu vidljiva ni neugodna za okolinu (Nietzel, Bernstein i Milich, 2002). Kroz intervju s djecom između 5. i 18. godine života (McIntosh i Long, 2005) saznalo se da je primarni osjećaj koji djeca vezuju uz konflikt među roditeljima tuga. Zatim slijede strah i ljutnja, dok je čak kod polovice djece prisutno samookrivljanje za razvod i konflikte među roditeljima. Trećina djece posrednici su roditeljskog konflikta, pri čemu najstarija djeca u obitelji imaju veću vjerojatnost dobiti tu ulogu nego mlađa djeca. Djeca u dobi do sedam godina ne shvaćaju roditeljski konflikt, razloge koji su do konflikta doveli i hoće li se razriješiti, zbog čega se s tom situacijom nose ili poricanjem ili imaginacijom. Takav odnos prema razvodu vidljiv je iz projektivnih tehnika kada djeca primjenjuju bajkovite obrasce za razrješenje obiteljskih konflikata (*Mama, tata i ja ćemo živjeti sretno do kraja života.*).

Anksioznost je često doživljena emocija u djetinjstvu i adolescenciji (Koplewicz, 1996; prema Wolfe, 2002). Međutim, razina anksioznosti pokazuje se višom kod djece razvedenih roditelja nego što je to slučaj kod djece iz cjelovitih obitelji (Buljan Flander i sur., 2013; Hoyt i sur., 1990; Wolfe, 2002). Povezujemo je s djetetovom brigom o vlastitoj sigurnosti, nepovjerenjem u odanost roditelja (Wolfe, 2002) i sa zabrinutosti oko odbijanja, napuštanja i gubitka roditeljske ljubavi (Kelly i Wallerstein, 1976). Valja napomenuti da, prema dijateza-stres modelu (Nietzel i sur., 2002), za pojavu smetnji i teškoća psihičkog zdravlja nisu odgovorni samo okolinski stresori, već i biološka dispozicija pojedinca. James Kagan (1989; prema Nietzel i sur., 2002) tako je primijetio da neke karakteristike temperamenta, a kasnije i ličnosti, mogu djelovati kao dijateza u razvoju kasnijih psihičkih smetnji i teškoća kod djece. Pokazalo se da su neuroticizam i visoka razina inhibicije ponašanja povezane s višom razinom anksioznosti kod djece (Vreeke i Muris, 2012). Primjerice, bojažljiva djeca češće su opisivana kao ovisna o pomoći odraslih, lako se emocionalno uznemire, stidljiva su, povučena, nesigurna i ne mogu se izboriti za svoja prava na igralištu (Holmes, 1935; prema Wenar, 2003; Burnham, 2009). Takva djeca ponašaju se opreznije, češće su napeta i fiziološki pobuđena (Nietzel i sur., 2002). Sve navedeno ide u prilog hipotezi da samopouzdanje istraživanje i sposobnost testiranja realnosti strahova

predstavljaju glavne razloge zbog kojih se ti strahovi svladavaju. Odsutnost samopouzdanja i osjećaj osobne neučinkovitosti ili bespomoćnosti može pojačati i održati strahove, a poznato je da je samopoštovanje niže kod djece razvedenih roditelja (Buljan Flander i sur., 2013). Valja naglasiti da nedostatak podrške i nerazriješeni problemi mogu dovesti do patološke razine anksioznosti kod djece. Ukoliko do toga dođe, dvije vrste terapija pokazale su se učinkovitima u tretiranju anksioznosti. To su kognitivno-bihevioralna terapija i psihoanalitički orijentirane terapije igrom (Miller, Barrett, Hampe i Noble, 1972). Također se pokazalo da je dob važan čimbenik za ishode psihoterapije. Djeca između 6. i 10. godine pokazala su veće poboljšanje uz terapijske tretmane od djece u kontrolnoj skupini. S druge strane, djeca između 11. i 15. godine nisu pokazala razliku (Wenar, 2003). Valja navesti da anksiozni poremećaji u dječjoj dobi povećavaju rizik za razvoj psihopatologije u odrasloj dobi. Primjerice, Waldron (1976) je utvrdio da 21% anksiozne djece u odrasloj dobi ima dijagnozu anksioznog poremećaja, 14% dijagnozu poremećaja ličnosti te 5% psihoze. Iako postoji kontinuitet anksioznosti od dječje do odrasle dobi, odnos između pojedinih smetnji još uvijek nije utvrđen.

Zasigurno jedan od najzahtjevnijih zadataka s kojima se susreće dijete čiji se roditelji razvode jest gubitak (Wallerstein i Kelly, 1980). Naime, mnoga djeca razvedenih roditelja nemaju priliku jednaku količinu vremena provoditi s oba roditelja te su najvećim dijelom s roditeljem skrbnikom (McIntosh i Long, 2005). Čest je slučaj da djeca u tim situacijama žude za roditeljem koji nije skrbnik i nadaju se pomirenju među roditeljima. Osim gubitka jednog roditelja, djeca često gube pažnju i naklonost oba roditelja. Zbog emocionalne preplavljenosti i bračnih problema, smanjuje se kvaliteta roditeljstva te dijete često biva zanemareno, usamljeno i osjeća se odbačeno. Zbog svega navedenog, moguća je pojava depresivnih smetnji kod djece kao dio reakcije na neki prepoznatljiv stres što je u ovom slučaju razvod roditelja (Wenar, 2003). Za sve dobne skupine, od školske dobi do adolescencije, bez obzira na težinu depresivnih smetnji, dominirajuća emocija je tuga. Osim toga, uz depresivne smetnje vezujemo i emocije kao što su potištenost, obeshrabrenost i usamljenost. Valja naglasiti da postoje velike dobne i spolne razlike što se tiče manifestacija depresivnih smetnji (Kaslow i Rehm, 1985; prema Nietzel i sur., 2002). Naime, u dječjoj dobi ljutnja igra važnu ulogu kod depresivnosti, no ne i u adolescenciji i odrasloj dobi. Kod dječaka je izraženije neprijateljsko ponašanje nego kod djevojčica te dječaci češće mogu biti opisani kao djeca s poremećajem u ponašanju. Već je navedeno da djeca razvedenih roditelja imaju nižu razinu samopoštovanja i osjećaja vlastite vrijednosti (Buljan Flander i sur., 2013). Sam gubitak samopoštovanja ne dovodi nužno do depresije, već treba biti pojačan idejom da osoba ne može promijeniti stanje stvari, što dovodi do osjećaja bespomoćnosti koji kontinuirano traje (Wenar, 2003). Novija istraživanja (Haaga, Dyck i Ernst, 1991; Hammen, 1990; prema Wenar, 2003) usmjerena su na kognitivnu trijadu osjećaja bezvrijednosti (*Nisam ni za što*), bespomoćnosti (*Ne postoji način kako bih si mogao pomoći*) i beznađa (*Uvijek će biti ovako*). Negativan stav o sebi kod djece dovodi do pristranih interpretacija informacija koje time „potvrđuju“ djetetovo uvjerenje o vlastitoj bezvrijednosti i nesposobnosti. Kako te depresivne smetnje ne bi dosegly patološku razinu, djetetu je potrebna pravovremena i kvalitetna podrška. Psihoterapije

često uključuju kognitivno-bihevioralne modele, igranje uloga kako bi se naučile interpersonalne tehnike i tehnike rješavanja problema, kognitivno restrukturiranje da se umanje neprilagođena kognitivna shvaćanja te veliki broj različitih tehnika samoprosudbe i samopotkrepljivanja.

## **EKSTERNALIZIRANI PROBLEMI**

Općenito češće i lakše uočljivi problemi kod djece razvedenih roditelja su eksternalizirani ili premalo kontrolirani problemi. Razlog tome je što se oni aktivno iskazuju i negativno djeluju na okolinu pojedinca (Nietzel i sur., 2002). Djeca tada često postaju agresivnija, neposlušnija, plačljivija, više prigovaraju te pokazuju manju naklonost prema roditeljima, učiteljima i vršnjacima. Sve navedene reakcije snažnije su i dugotrajnije kod dječaka nego kod djevojčica (Wenar, 2003). Na njih okolina brže reagira te postoji veća vjerojatnost da će dijete s izraženim eksternaliziranim problemima dobiti adekvatnu i pravovremenu pomoć u većoj mjeri nego ono koje ima samo internalizirane probleme. Općenito, eksternalizirani problemi mogu se iskazivati kao impulzivnost, hiperaktivnost, agresivnost i delikvencija (Nietzel i sur., 2002).

Brojna istraživanja pokazuju da djeca razvedenih roditelja imaju više problema u ponašanju nego što je to slučaj kod djece iz cjelovitih obitelji (Hetherington i Clingempeel, 1992; Hodges, Tierney i Buchsbaum, 1984; Spiegelman i Spiegelman, 1991; Teja i Stolberg, 1993; Wood i Lewis, 1990; prema Wolfe, 2002). Studije nedvojbeno potvrđuju tu povezanost, no bitno je protumačiti je ispravno. Naime, većina istraživača slaže se da je pojava problema u ponašanju kod djece povezana s konfliktima među roditeljima i bračnom neslogom općenito, a ne samim razvodom braka ili separacijom roditelja. Emery (1982; prema Davison i Neale, 1999) predlaže nekoliko teorija koje objašnjavaju način na koji bračna nesloga i konflikti djeluju na ponašanje djece. Hipoteza modeliranja govori da roditelji djeci služe kao modeli čije ponašanje oponašaju. Dakle, djeca će oponašati agresivno i hostilno rješavanje problema svojih roditelja, stoga će ih okolina okarakterizirati kao djecu s problemima u ponašanju. Prema drugoj teoriji, roditelji koji su preokupirani svojim bračnim problemima pokazuju manju efikasnost u obnašanju roditeljskih dužnosti. Između ostalog, manje paze na disciplinu zbog čega ponašanje djece postaje manje kontrolirano. Zadnje objašnjenje ponudio je Minuehin (1974; prema Davison i Neale, 1999) koji probleme u ponašanju vidi kao pokušaj djece da preusmjere pažnju roditelja sa svojih problema na sebe.

Djeca razvedenih roditelja postižu slabije rezultate u školi, završavaju niže razine obrazovanja i veća je vjerojatnost da će odustati od daljnjeg školovanja nego što je to slučaj kod djece iz cjelovitih obitelji (Wolfe, 2002). Hoyt i suradnici (1990) navode da razlog većih problema s učenjem kod djece razvedenih roditelja može biti snižena sposobnost koncentracije. Naime,

usmjerenost na školski sadržaj i sposobnost koncentracije zasigurno su ograničene zbog brige oko neslaganja, razvoda i svađa roditelja, zbog razdora obitelji te tuge i žaljenja oko brojnih gubitaka koji su posljedica razvoda roditelja. Još jedan od razloga koji pridonosi postizanju slabijeg školskog uspjeha je i smanjena uključenost roditelja u školske obveze djeteta (Sandler i sur., 2008). Razvedeni roditelji manje vremena ulažu u pomaganje djeci oko školskih obveza kao što su zadaće i izvannastavne aktivnosti.

## ZAŠTITNI ČIMBENICI

Kao što je već i ranije spomenuto, kod mnoge djece razvedenih roditelja vidljiva je izrazito dobra prilagodba na razvod braka i efikasno nošenje s brojnim stresorima koje vezujemo uz razvod. Takav povoljan ishod moguć je zahvaljujući različitim zaštitnim čimbenicima. Emocionalna regulacija ključna je za uspješnost nošenja sa stresom prije, za vrijeme i poslije razvoda braka roditelja. Fosco i Grych (2012) definiraju je kao ravnotežu između adekvatne kontrole pretjeranog i neprimjerenog izražavanja emocija (primjerice gubitak kontrole kad smo izrazito ljuti) i sposobnosti iskazivanja emocionalnih potreba, a ne njihovo potiskivanje. Istraživanja pokazuju da djeca koja su sposobna efikasno regulirati vlastite emocije postižu bolji akademski uspjeh, imaju pozitivnije odnose s drugima te pokazuju bolje načine nošenja sa stresom od djece koja ne reguliraju efikasno svoje emocije (Barisg, 2012; prema Tarroja, Balajadia-Alcala i Catipon, 2017). Valja također napomenuti da sposobnost i efikasnost emocionalne regulacije kod djece ovisi o njihovoj dobi, temperamentu, neurofiziologiji, kognitivnom razvoju i socijalnom kontekstu (Morris, Silk, Steiberg, Myers i Robinson, 2007). S tim u vezi, djeca u ranoj školskoj dobi još uvijek nisu u mogućnosti uspostaviti ravnotežu između pretjeranog i neprimjerenog izražavanja emocija i iskazivanja emocionalnih potreba na primjeren način. Nadalje, temperament određuje reakcije djeteta na socijalnu i fizičku okolinu te socijalna okolina različito reagira na djecu različitog temperamenta još od dojenačke dobi (Berk, 2008). Djeca teškog temperamenta teško prihvaćaju nova iskustva, sporije se prilagođavaju nepoznatim situacijama, sklona su negativnim i intenzivnim reakcijama te ih je teže umiriti. Model stupnja podudaranja (Thomas i Chess, 1977; prema Berk, 2008) pomaže nam objasniti razlog zbog kojega je kod djece teškog temperamenta prisutan veliki rizik od kasnijih problema prilagodbe, pa tako i prilagodbe na razvod braka roditelja. Model podrazumijeva stvaranje odgojne okoline koja uvažava djetetov temperament uz istodobno poticanje adaptivnijeg funkcioniranja. Djeca teškog temperamenta često su zahtjevnija i izložena roditeljstvu koje se slabo podudara i ne odgovara njihovim dispozicijama. Primjerice, roditelji takve djece češće pribjegavaju disciplini kažnjavanjem i ljutnjom nakon čega slijedi popuštanje djetetovoj reakciji prkosa. Kroz interakciju s okolinom, iz temperamenta se razvija ličnost. Za djecu teškog temperamenta vjerojatnije je da neće razviti dobru emocionalnu regulaciju. Međutim, Berk (2008) ističe da samo 10% djece ima težak temperament te responzivno i adekvatno roditeljstvo može pozitivno oblikovati razvoj ličnosti tijekom djetetovog odrastanja. Roditelji također imaju veliku ulogu u poticanju i razvoju regulacije emocija kod svoje djece preko modeliranja adekvatnog iskazivanja

emocija, reagiranja na djetetovo iskazivanje emocija te podučavanjem strategija emocionalne regulacije (Morelen, Shaffer i Suveg, 2014; prema Tarroja i sur., 2017). Sljedeći zaštitni čimbenik je podrška rodbine, vršnjaka i škole u prilagodbi djeteta na razvod roditelja (Silitsky, 1996). Dapače, većina istraživanja pokazuje da podrška uvelike olakšava prilagodbu djece, bez obzira na to od koga dolazi (Čudina-Obradović i Obradović, 2006). Buljan Flander i suradnici (2013) ispitivali su moderatorski učinak podrške obitelji i prijatelja kod prilagodbe djece na razvod roditelja. Pokazalo se da djeca razvedenih roditelja koja imaju višu razinu obiteljske podrške pokazuju značajno više razine samopoštovanja i značajno niže razine anksioznosti od djece koja dobivaju slabiju obiteljsku podršku. Mnogi smatraju da kvaliteta obiteljske podrške u velikoj mjeri ovisi o naporima koje roditelji ulažu kako bi ublažili učinak razvoda na dijete (Amato, 2000). Iako se u ovom istraživanju nije pokazala statistički značajnom, Buljan Flander i suradnici (2013) napominju da ne bismo trebali zanemariti ni pozitivnu povezanost između samopoštovanja i podrške prijatelja. Odnosi s vršnjacima imaju različiti utjecaj s obzirom na razvojno razdoblje djeteta (Wenar, 2003). U predškolskoj dobi on ne utječe na djetetovu prilagodbu. U školskoj dobi postojanje barem jednog prijatelja može ublažiti učinke razvoda na dijete, dok odbacivanje od strane vršnjaka pojačava probleme u prilagodbi. Adolescentsku dob karakterizira sve veća uključenost u odnose s vršnjacima. Hoće li ti odnosi ublažiti ili otežati prilagodbu na razvod ovisi o vršnjačkoj skupini kojoj se adolescent priključuje. Istraživanje Landstedta, Hammarströma i Winefielda (2015) provedeno je na istim sudionicima u dobi od 16, 21, 30 i 42 godine te pokazuje da je kvaliteta odnosa s roditeljima i vršnjacima valjani prediktor za mentalno i tjelesno zdravlje pojedinca čak i nakon 26 godina.

## INTERVENCIJE

Brojna istraživanja proučavala su utjecaj razvoda i povezanih stresora na mentalno zdravlje i dobrobit djece (Cherlin i sur., 1991; Hoyt i sur., 1990; McIntosh i Long, 2005; Sandler i sur., 2008). Prikupljeni podaci omogućili su stručnjacima da identificiraju čemu u intervencijama treba posvetiti posebnu pažnju i što kod djece treba ojačati. Podrška i uključivanje djetetove okoline u intervenciju može biti veliki zaštitni čimbenik u nošenju djeteta s razvodom roditelja (Buljan Flander i sur., 2013). Wolchik i suradnici (2002) provjeravali su dugoročni učinak dvaju preventivnih intervencija za razvedene žene i djecu razvedenih roditelja. Prva intervencija odnosila se na rad s majkama koje imaju skrbništvo nad svojom djecom i izvorno se naziva mother program (dalje u tekstu MP). Cilj je bio poboljšati kvalitetu odnosa između majke i djeteta te učinkovitost provođenja discipline, smanjenje konflikta između razvedenih roditelja i omogućavanje učestalog viđanja djeteta s ocem koji nije skrbnik. Korištene su metode temeljene na socijalnom učenju te kognitivno-bihevioralni principi promjene ponašanja. Program intervencije za majke sastoji se od 11 susreta te dva strukturirana individualna susreta. Preventivni program pod izvornim nazivom mother plus child program (dalje u tekstu MPCP) koji uključuje rad s majkama i njihovom djecom istovremeno također se fokusira na osnaživanje kapaciteta za nošenje sa stresom razvoda, smanjenje negativnih misli o razvodu i povezanim stresorima te unaprjeđenje odnosa između majke i djeteta. Također su korištene metode temeljene na socijalnom učenju i socijalno-kognitiv-

noj teoriji koja uključuje označavanje i prepoznavanje emocija, rješavanje problema, ja-poruke i pozitivno kognitivno restrukturiranje problema. Prethodna istraživanja (Stolberg i Mahler, 1994; prema Wolchik i sur., 2002) o kratkoročnom efektu navedenih programa pokazala su da oba programa smanjuju vjerojatnost pojave eksternaliziranih problema kod djece, MPCP umanjuje vjerojatnost dijagnosticiranja psihičkih poremećaja i broj različitih seksualnih partnera, a MP smanjuje vjerojatnost konzumacije alkohola te marihuane i ostalih opojnih sredstava. Svi ovi efekti pokazali su se i dugoročno korisnima za adolescente koji su u programima sudjelovali u dječjoj dobi. Općenito, učinak programa pokazao se posebno značajnim za one s većim rizikom pojave eksternaliziranih problema te konzumaciju opojnih sredstava. Istraživanje Wolchika i suradnika (2002) nije pokazalo efekte na smanjenje internaliziranih problema kod sudionika. U svakom slučaju, vrlo je značajan nalaz da preventivne intervencije za majke i djecu pogođenu razvodom braka imaju dugoročni učinak koji je vidljiv i u adolescentskoj dobi korisnika kada je vjerojatnost rizičnog ponašanja neovisno o razvodu roditelja vrlo visoka.

## ZAKLJUČAK

Razvod roditelja stresan je događaj u životu djeteta koji može biti rizičan čimbenik za pojavu internaliziranih i eksternaliziranih problema kod djece. Svojom prirodom, razvod i sve što mu prethodi i slijedi, restrukturira djetetovu percepciju stabilne, predvidljive i sigurne okoline što može omesti uredan socio-emocionalan razvoj djeteta. Roditeljski konflikti, smanjena briga za djecu i ekonomski problemi mogu smanjiti efikasnost roditeljstva i nepovoljno utjecati na odnos roditelja s djetetom. Kao primjer dobrog roditeljskog stila posebno se ističe autoritativno roditeljstvo koje karakteriziraju responzivnost, dosljednost u provođenju discipline i toplina u odnosu roditelja i djeteta, što često može biti nenamjerno zanemareno s roditeljske strane prije, za vrijeme i poslije razvoda braka. Neadekvatno nošenje sa stresorima vezanima uz razvod te nedostatna podrška okoline dovode do razvoja brojnih internaliziranih i eksternaliziranih problema kod djece poput depresivnosti, anksioznosti, slabog školskog uspjeha i problema u ponašanju. Djeca razvedenih roditelja često imaju nisko samopoštovanje i okrivljuju se za razvod. Kod pojave navedenih teškoća kod djece, iznimno su se važnima pokazale pravovremene i kvalitetne intervencije stručnjaka. S druge strane, vidljivo je da se neka djeca vrlo dobro nose s razvodom svojih roditelja te se kod njih ne razvijaju poteškoće prilagodbe na novonastalu situaciju. Ta razlika u prilagodbi jednim dijelom ovisi o temperamentu, osobinama ličnosti i emocionalnoj regulaciji djece razvedenih roditelja, no također i o podršci okoline, stilu roditeljstva te suroditeljskom odnosu. Dobar odnos djeteta s barem jednim od roditelja, dobar suroditeljski odnos, niskokonfliktni razvodi, podržavajuća i sigurna okolina, autoritativno roditeljstvo, laki temperament i dobra emocionalna regulacija predstavljaju zaštitne čimbenike za uredan razvoj djeteta, unatoč ovako stresnom životnom događaju kao što je razvod roditelja.

## LITERATURA

- Amato, P. R. (1987). Children's Reactions to Parental Separation and Divorce: The Views of Children and Custodial Mothers. *Australian Journal of Social Issues*, 22 (4), 610-623.
- Amato, P. R. (2000). Children of divorce in the 1990s: An update of the Amato and Keith (1991) meta-analysis. *Journal of Family Psychology*, 15, 355-370.
- Amato, P. R. (2010). Research on divorce: Continuing trends and new developments. *Journal of Marriage and Family*, 72(3), 650-666.
- Amato, P. R. i Booth, A. (2001). The legacy of parent's marital discord: Consequences for children's marital quality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81, 627-638.
- Arambašić, L. (2000). Stresni i traumatski događaji te gubitci u dječjoj dobi. *Dijete i društvo*, 2, 175-186.
- Begić, D. (2016). *Psihopatologija*. Zagreb: Medicinska naklada.
- Berk, L. (2008). *Psihologija cjeloživotnog razvoja*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
- Buchanan, C. M., Maccoby, E. E. i Dornbusch, S. M. (1991). Caught between parents: Adolescents' experience in divorced homes. *Child Development*, 62, 1008-1029.
- Burnham, J. J. (2009). Contemporary fears of children and adolescents: Coping and resiliency in the 21st century. *Journal of Counseling & Development*, 87(1), 28-35.
- Cherlin, A. J., Furstenberg, F. F., Chase-Lansdale, P. L., Kiernan, K. E., Robins, P. K., Ruane Morrison, D. i Teitler, J. O. (1991). Longitudinal studies of effects of divorce on children in Great Britain and the United States. *Science*, 252(5011), 1386-1389.
- Čudina-Obradović, M. i Obradović, J. (2006). *Psihologija braka i obitelji*. Zagreb: Golden marketing-Tehnička knjiga.
- Davison, G. C. i Neale, J. M. (1999). *Psihologija abnormalnog doživljavanja i ponašanja*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
- Demo, D. H. i Acock, A. C. (1988). "The Impact of Divorce on Children". *Journal of Marriage and the Family*, 50, 619-648.
- Državni zavod za statistiku. (2019). Hrvatska u brojkama. Preuzeto s <https://www.dzs.hr/> (2. veljače 2020.)
- Fischer, T. (2007). Parental divorce and children's socio-economic success: Conditional effects of parental resources prior to divorce, and gender of the child. *Sociology*, 41(3), 475-495.
- Flander, G. B., Štimac, D. i Špoljar, R. Č. (2013). Podrška obitelji i prijatelja kao čimbenik prilagodbe djeteta na razvod roditelja. *Klinička Psihologija*, 6(1-2), 63-77.
- Fosco, G. M. i Grych, J. H. (2012). Capturing the family context of emotion regulation: A family systems model comparison approach. *Journal of Family Issues*, 34, 558-578.
- Hoyt, L. A., Cowen, E. L., Pedro-Carroll, J. L. i Alpert-Gillis, L. J. (1990). Anxiety and depression in young children of divorce. *Journal of Clinical Child Psychology*, 19(1), 26-32.
- Kelly, J. B. i Emery, R. E. (2003). Children's adjustment following divorce: Risk and resilience perspectives. *Family Relations*, 52, 352-362.
- Kelly, J. B. i Wallerstein, J. S. (1976). The effects of parental divorce: Experiences of the child in early latency. *American Journal of Orthopsychiatry*, 46, 20-32.
- Landerkin, H. F. i Clarke, M. E. (1990). Divorce - Effects on Families: Helping Strategies for Primary Care Physicians. Presented at 35th Scientific Assembly, College of Family Physicians, Alberta Chapter, Banff, AB.
- Landstedt, E., Hammarström, A. i Winefield, H. (2015). How well do parental and peer relationships in adolescence predict health in adulthood? *Scandinavian Journal of Public Health*, 43, 460-468.
- McIntosh, J. i Long, C. (2005). Current Findings on Australian Children in Postseparation Disputes: Outer Conflict, Inner Discord. *Journal of Family Studies*, 11(1), 99-109.

- Mechanic, D., & Hansell, S. (1989). Divorce, family conflict, and adolescents' well-being. *Journal of Health and Social Behavior*, 30(1), 105-116.
- Miller, L. C., Barrett, C. L., Hampe, E. i Noble, H. (1972). Comparison of reciprocal inhibition, psychotherapy and waiting list control for phobic children. *Journal of Abnormal Psychology*, 79, 269-279.
- Morris, A. S., Silk, J. S., Steiberg, L., Myers, S. S. i Robinson, L. R. (2007). The role of the family context in the development of emotion regulation. *Social Development*, 16, 361-388.
- Nietzel, M. T., Bernstein, D. A. i Milich, R. (2002). *Uvod u kliničku psihologiju*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
- Obiteljski zakon (2015). *Narodne novine*, 103/2015.
- Sandler, I., Miles, J., Cookston, J. i Braver, S. (2008). Effects of father and mother parenting on children's mental health in high- and low-conflict divorces. *Family Court Review*, 46(2), 282-296.
- Silitsky, D. (1996). Correlates of psychological adjustment in adolescents from divorced families. *Journal of Divorce and Remarriage*, 26, 151-169.
- Tarroja, M. C. H., Balajadia-Alcala, M. A. i Catipon, M. A. A. D. (2017). Children of divorce. In C. A. Essau, S. LeBlanc i T. H. Ollendick (Eds.), *Emotion regulation and psychopathology in children and adolescents*. (pp. 331-350). New York, NY: Oxford University Press.
- Vreeke, L. J. i Muris, P. (2012). Relations between behavioral inhibition, Big Five personality factors, and anxiety disorder symptoms in non-clinical and clinically anxious children. *Child Psychiatry and Human Development*, 43(6), 884-894.
- Waldron, S. (1976). The significance of childhood neuroses for adult mental health. A follow-up study. *American Journal of Psychiatry*, 133, 532-538.
- Wallerstein, J. S. (1984). Children of Divorce: Preliminary Report of a Ten Year Follow-up of Young Children. *American Journal of Orthopsychiatry*, 53 (3), 444-458.
- Wallerstein, J. S. i Blakeslee, S. (1989). *Second chances: Men, women and children a decade after divorce*. Boston: Houghton Mifflin.
- Wallerstein, J. S. i Kelly, J. B. (1980). *Surviving the breakup: How children and parents cope with divorce*. New York: Basic.
- Wenar, C. (2003). *Razvojna psihopatologija i psihijatrija*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
- Wolchik, S. A., Sandler, I. N., Millsap, R. E., Plummer, B. A., Greene, S. M., Anderson, E. R., ... Haine, R. A. (2002). Six-year follow-up of preventive interventions for children of divorce A randomized controlled trial. *JAMA: Journal of the American Medical Association*, 288(15), 1874-1881.
- Wolfe, L. (2002). Family resilience and parental competence: Contributors to variation on child depression scores in divorced and intact families [ProQuest Information & Learning]. In *Dissertation Abstracts International Section A: Humanities and Social Sciences* (Vol. 62, Issue 12-A, p. 4337).
- Zill, N., Morrison, D. R. i Coiro, M. J. (1993). Long-term effects of parental divorce on parent-child relationships, adjustment, and achievement in young adulthood. *Journal of Family Psychology*, 7(1), 91-103.