

Laps ja lahusus

Florence Schmitt
Psühhoterapeut
Turu Ülikooli keskhaigla
Lastepsühhiaatria kliinik

30.10.2015
Tallinn

Üldiselt

- Soomes kogeb umbes 30.000 last, e pooled oma vanuserühma lastest, vanemate abielulahutust
- Lapse seisukohalt ei ole oluline, kas tegemist on abielu või kooselu purunemisega
- Lahutatud vanemate lapsed on oluliselt vähem edukad kui nende mitte-lahutatud vanematega eakaaslased
- Neil on kõrgendatud risk kogeda vaimse tervise häireid, uimastisõltuvust või sotsiaalset tõrjutust

- Nende laste osas, kellel ei arene kliiniliselt tõsiseid häireid, viib vanemate lahutus pikaajalise masenduse ja segaduseni.
- vanematel, lähedastel ja õpetajatel on raske märgata laste masendust.

- Frisco, M., L., Muller, C. & Frank, K. (2007). Parents' Union Dissolution and Adolescents' School Performance: Comparing Methodological Approaches in *Journal of Marriage and Family*, 69, 721-741.
- Hango, D., W. & Houseknecht, S., K. (2005). Marital Disruption and Accidents/Injuries among Children in *Journal of Family Issues*, 26, 3-31.
- Sun, Y. & Li, Y. (2002). Children's Well-Being During Parent's Marital Disruption Process: A Polled Time- Series Analysis in *Journal of Marriage and Family*, 64, 742-762.
- Moon, M. (2011). The Effects of Divorce on Children: Married and Divorced Parents' Perspectives in *Journal of Divorce and Remarriage*, 52, 344-349.

- Cherlin, A., J. (2009). *The Marriage-GoRound: The State of marriage and the Family in America Today*. New York, Knopf.
- Laumann-Billings, L. & Emery, R., E. (2000). Distress Among Young Adults From Divorced families in *Journal of Family Psychology*, 14, 671-687.
- Marquardt, E. (2005). *Between Two Worlds: The inner Lives of Children of Divorce*. New York: Crown.

- Uurimustulemused võivad olla vastuolulised, aga igal juhul, kuigi lahutus ei ole enam häbiväärne, kannatavad lapsed lahutuse tõttu, ja neil on endal suuri raskusi luua usaldavaid paarisuhteid. (Albertini, M., Garriga, A. (2011). The Effect of Divorce on Parent-Child Contacts: Evidence of Two declining Effect Hypotheses in European societies 13(2), 257-278.)

Kohanemine: Lahutusest rääkimine

- See viis, kuidas üks abikaasadest avaldab soovi lahutuseks, mõjutab tugevalt seda, mil viisil asjast lastele räägitakse ning seeläbi mõjutab ka lapse kohanemist.
- Kui haavatud on 'mahajäetu'?
- Kui suur on 'mahajätja' süü?
- Kuivõrd on otsus sündinud üheskoos?
- Üldiselt on 3 rasket aastat enne lõplikku otsust – lahutus ei tule kunagi ootamatult

- Milliseid kogemusi on inimestel probleemidega töötamisest?
- Milliseid strateegiaid on suguvõsas kasutatud?
- Kuidas on suguvõsas rasketest asjadest räägitud või vaikitud?

Kuidas lastele rääkida?

- Hea on rääkida üheskoos ja vanematel tuleb ennast vaos hoida, et ei süüdistataks teineteist või ei riieldaks laste kuuldes
- Rääkida tuleb lastele eakohasel viisil, sobival ajal ja sobivas kohas (mitte vahetult enne magamaminekut või olukorras, kus lastel ei ole aega ega ruumi reageerida)
- Valmistuda vastama laste küsimustele: ei tohi valetada, aga ei tohi ka valada lastele välja kõiki vanemate suhte üksikasju (nt truudusetus...)

- Rääkida, et see ei ole lapse põhjustatud, see on vanemate valitud lahendus
- kuigi vanemad lahutavad, jäävad nad ikka emaks ja isaks
- Laste reaktsioonide kuulamine - ei jäta üksi - lubada raevutsemist
- Õdede-vendade erisuste lubamine
- Ennetada ja struktureerida

- Kuidas rääkida muudele sugulastele ja kuidas hoitakse suhet vanavanematega?
- Kuidas rääkida koolile, lasteaiale jne.
- Lastele peab rõhutama, et vanemad jäävad... suured probleemid siis/juhul kui üks vanematest kaob laste elust ja mahajäetu kibestub

Vanemlus pärast lahutust

- Sigal, A., Sandler, I., Wohlchik, S. & Braver, S. (2011). Do Parent education Programs Promote Healthy Postdivorce Parenting? Critical Distinctions and a Review of the Evidence in Family Court Review, 49(1), 120-139. Selle uurimuse järgi on lahutusejärgses vanemuses eriti oluline:
 - Koos veedetud aeg
 - Jagatud vanemlus
 - vanemluse kvaliteet

Vanemlus pärast lahutust

- Tuleb teha vahet paarisuhte ja vanemlussuhte vahel. Kuigi paarisuhe on läbi, vanemate vaheline liit, vanemlus, jätkub. Ja see võib võtta lahutuse järel varasemast rohkem aega ja jõudu.
- Parim on planeerida kõik lastesse puutuv - külastused jne kohe lahutusega koos ja vahendaja kasutamine on kindlasti parim lahendus kui inimesed ei suuda omavahel kokkuleppele jõuda: esikohal on lapse kasu ja õigus mõlemale vanemale, mitte, et vanematel on õigused lastele.

Vanemlus pärast lahutust

- Kokkuleppimine - lähivanem ja külastatav vanem
- Nädal-nädal süsteem
- Vanemate konfliktid ja lapsed vahendina selles
- Võõrandumine teisest vanemast
- Kas peab kohtuma vägivaldse või ohtliku teise vanemaga?
- Mis vanuseni võib last 'sundida' teise vanemaga kohtuma?
- Kuidas säilitada suhet teiste sugulastega?

Vanemlus pärast lahutust

- Vanemluse jagamine: co-parenting vs hooldamine
- Üksikvanemlus ja kaasvanemlus (oheishuoltajuus)
- Ettevalmistumine haiguseks või surmaks
- Kaugvanema kohtamiste tihedus

- Ahrons, C. (1994). *The Good Divorce: Keeping Your Family Together When Your Marriage Comes Apart*. New York, Harper Collins. Selle uurimuse järgi võime eristada 4 kategooriat lahutatud vanemaid:
 - Koostööpartnerid; võimelised koostööks, paindlikkuseks, muutusteks ja kommunikatsiooniks.
 - Parimad sõbrad: Palju koostööd ja kommunikatsiooni (nii et imestatakse, miks lahutasid)
 - Vihased liitlased – harva toimub koostööd ja mõistlikku kommunikatsiooni
 - Suurimad vaenlased – ei ole koostööd ega kommunikatsiooni

Halva koostööga kaasnevad riskid

- väikesed lapsed on paanikas, segaduses kardavad, et nad hüljatakse, kannatavad ärevuse all
- Suuremad lapsed kasvavad liiga kiiresti ja võtavad liiga palju vastutust, ka mahajäetud vanema eest ja tema lohutamise eest.
- Murdeealised jäävad kõrvale ja on suur risk "täiskasvada" liiga kiiresti, varased seksuaalsuhted ja teismeliste rasedused

Vanemluse kvaliteet

- Sageli on lahutuse järel vanemad väga stressis ja see mõjutab laste kohtlemist: soojus (warmth), kord, piirid (discipline), aktsepteerimine (acceptance), julgustamine (encouragement), lähedus (closeness), usaldus (trust) võivad olla varasemast erinevad.
- Vanem võib olla ärritunud, masendunud, vihane ja range (eriti kui laps meenutab oma olemuselt mahajätnud abikaasat)
- Laps võib kogeda väga suurt hülgamis-hirmu.

Pärast lahutust - uuspere

- Kui varsti ja kui kiiresti tuleb?
- Kelle tingimustel?
- Lapsel ei ole kohustust, et talle meeldiks teine täiskasvanu ega tema lapsed.
- Minu, sinu ja meie lapsed ja nende kohtlemine
- Murdeealiste segadus