

OJCOSTWO PO ROZWODZIE

FATHERHOOD AFTER DIVORCE

Klinika Rehabilitacji Psychiatrycznej IPiN
Kierownik: doc. dr hab. Joanna Meder

fatherhood divorce

Artykuł — w kontekście zwiększającej się w ostatnich dekadach liczby rozwodów — porusza zagadnienie ojcostwa po rozwodzie. Autorki opisują zachodzące w świadomości społecznej zmiany w postrzeganiu roli ojca, prezentują problem zmiany relacji ojciec — dziecko po rozwodzie rodziców oraz wpływ utraty kontaktu z dzieckiem na zdrowie psychiczne i stan somatyczny mężczyzny.

Summary. Little attention is paid in literature to the issue of paternity after divorce. Over the last decades the number of divorces has been increasing and so has the involvement of fathers in children's upbringing. Traditional and cultural perceptions of the man's role as well as the legal and economic conditions result in situations where fathers most frequently do not take over the care of the child after the divorce.

Research demonstrates that such a situation is a source of various forms of stress for men, which is reflected in their social functioning and deteriorating lifestyle, and affects their psychological and physical health.

This social group requires professional psychotherapeutic interventions aimed at preventing psychological disorders and development of methods of coping with hard experiences of separation and isolation from children.

Niniejszy artykuł porusza zagadnienie ojcostwa po rozwodzie. Zawiera informacje pochodzące z dostępnej literatury i mediów oraz nasze własne przemyślenia.

W ciągu ostatnich dziesięcioleci obserwuje się dwa równoległe zachodzące zjawiska: zwiększa się liczba rozwodów i jednocześnie rośnie zaangażowanie ojców w wychowanie dzieci. W świadomości społecznej zmienia się postrzeganie roli ojca, a istniejące stereotypy ulegają weryfikacji. Problematyka rozwodu jest złożona. Nie da się tu poruszyć wszystkich jego aspektów i wyczerpująco omówić jego konsekwencji dla matki i dziecka. W niniejszej pracy zamierzamy przyjrzeć się temu zjawisku z punktu widzenia ojca.

Ojcostwo po rozwodzie zostało przedstawione z trzech perspektyw. Interesowały nas stereotypy roli ojca i ich zmiana w ostatnich dekadach, zmiana relacji ojciec — dziecko po rozwodzie rodziców oraz wpływ utraty dotychczasowego kontaktu z dzieckiem na zdrowie psychiczne i stan somatyczny mężczyzny.

W literaturze wiele miejsca poświęcono relacji matka — dziecko oraz problematyce samotnych matek. Do lat 70. XX wieku faworyzowano rolę matki w życiu dziecka. Zgodnie z zasadą „tender years” — twierdzono, że potrzeby dzieci w wieku przedszkolnym mogą być zaspokojone głównie przez matki, natomiast rola ojca ogranicza się do utrzymania

rodziny [1]. Uważano również, że małe dziecko potrafi skupić się na relacji tylko z jedną osobą [2]. W tym czasie dyskutowano na temat schizofrenogennych matek, lodowatych ojców („ice-box fathers”), podkreślano jakościowe i ilościowe różnice pomiędzy ojcami a matkami [3]. Zainteresowanie zaangażowaniem ojca w życie dzieci ograniczało się do roli osoby, która zapewnia rodzinie utrzymanie. Ojców określano jako „breadwinners” (zarabiających na chleb). Odejście ojca z rodziny w wyniku separacji lub rozwodu rozpatrywano jako krzywdzące przede wszystkim dla kobiety i dzieci z powodu pogorszenia się warunków finansowych. Dopiero w ostatnich dziesięcioleciach XX wieku uwaga środowisk akademickich i opinii publicznej zwróciła się w stronę ojców jako ważnych również z innych względów [4].

Sztynne określanie ról rodziców sięga czasów najdawniejszych i istniało miejsce w różnych kulturach na całym świecie. Dzieci do czasu symbolicznego przejścia w dorosłość pozostawały pod opieką matki. Po obrzędzie inicjacji chłopcy podejmowali role uznane za męskie, na przykład udział w polowaniu, a dziewczęta były przyuczane do zajęć domowych, by wkrótce wyjść za mąż. Przewidywalnie zjawisko to znajduje odbicie w decyzjach współczesnych sądów, które częściej przyznają ojcom prawo opieki nad synami niż córkami [3]. Argumentują to przekonaniem, że dorastanie pod opieką ojca uczy chłopca męskich wzorów zachowań, natomiast dziewczynkę może narazić na nadużycia seksualne [5].

Postać ojca jest obecna w literaturze psychologicznej od czasów Zygmunta Freuda, który w swoich wielu pracach odnosił się do relacji ojciec — dziecko. Freud analizował ten aspekt w kontekście rozwoju dziecka, psychopatologii człowieka dorosłego, wreszcie w kontekście kulturowym, nie zajmował się jednak rodzicielstwem z perspektywy ojca. Natomiast Melanie Klein w swojej teorii relacji z obiektem zasadniczą rolę w rozwoju dziecka przypisała matce [6]. Zmiany w życiu społecznym drugiej połowy XX wieku zaowocowały powstaniem wielu ruchów i organizacji na rzecz praw kobiet. W konsekwencji tego, kobiety masowo podjęły pracę zawodową, a mężczyźni w większym stopniu zostali włączeni w opiekę nad domem i dziećmi. W literaturze pojawiło się określenie „new parenthood”, czyli „nowe rodzicielstwo, w którym role ojca i matki zostają niejako zamienione, a czasem wymieszane, a także roli ojca i męża zmieniającej się niejako pod naporem myśli feministycznej” [6, s. 2]. Kolejną zmianą w życiu społecznym i rodzinnym był wzrost liczby rozwodów, a co za tym idzie — wzrost liczby samotnych rodziców opiekujących się dziećmi. Pod koniec XIX wieku około 7% pierwszych małżeństw kończyło się rozwodem, a w latach 80. XX wieku było to już prawie 67% [7].

Tak szybko dokonujące się zmiany społeczne nie szły w parze ze zmianami w ustawodawstwie, faworyzującym matki przy przyznawaniu prawa do opieki nad dzieckiem po rozwodzie. W początku lat 80. XX wieku adwokaci ojców powołali ruch wspólnej opieki (joint-custody), która w założeniu miała wprowadzać równowagę pomiędzy płciami. Prawnie wyraża ona dosłownie i symbolicznie normę wspólnego rodzicielstwa, w tym wartość uczestnictwa ojca w wychowaniu dziecka. Jest jednak orzekana znacznie rzadziej niż opieka pojedyncza (sole-custody) [1]. Jacobs [8] pisze, że główną skargą wielu ojców, którzy zgłaszają się na leczenie w czasie trwania kryzysu związanego z rozwodem, jest obawa przed utratą więzi ze swoimi dziećmi. Ojcowie często przeżywają rozwód jako dramatyczne ograniczenie lub całkowite zerwanie kontaktów ze swoimi dziećmi. Ci,

którzy chcą opiekować się dzieckiem po rozwodzie, nie tylko muszą udowodnić swoje odpowiednie kompetencje i miłość, ale przede wszystkim — wykazać niemożność matki do opieki. Niezdolność matki do opieki nad dzieckiem uznaje się wtedy, gdy jest ona chora psychicznie, uzależniona od narkotyków lub alkoholu, prostytuuje się. Dopiero jednoznacznie wyrażona niechęć matki do opieki nad dzieckiem skłania sędziów do przyznania prawa opieki ojcu [5]. Zdarza się również, że w takich sytuacjach, mimo starań ojca, trafia ono do domu dziecka.

Na przyznanie ojcu znaczącej roli w opiece nad dzieckiem po rozwodzie ma wpływ również to, jak wyraża się jego odpowiedzialność w zakresie finansowego wspierania rodziny przed rozwodem, podczas gdy aspekt ten nie jest brany pod uwagę przez sądy w przypadku przyznania opieki matce. Paradoksem jest to, że w wielu rodzinach na mężczyznach spoczywa odpowiedzialność finansowego utrzymania rodziny, co w znacznej mierze ogranicza ilość czasu spędzanego z dziećmi. Fakt ten wykorzystywany jest podczas spraw rozwodowych jako argument przeciwko przyznaniu ojcu prawa do opieki ze względu na małe zaangażowanie w wychowanie dzieci przed rozwodem [2]. Z literatury wynika, że liczba ojców z prawem do samodzielnej opieki nad dzieckiem waha się od 10% do 22% samotnych rodziców. Stowarzyszenie Obrony Praw Ojca podaje, że w Polsce od 1989 roku wzrosła liczba dzieci pozostających pod opieką ojca z 0% do 10%. Około 25 000 dzieci rocznie przechodzi pod opiekę matki, a tylko 1000 pod opiekę ojca. W Stanach Zjednoczonych od roku 1963 do 1976, liczba dzieci oddanych po rozwodzie pod opiekę ojca wzrosła o 75% [5].

Z danych U.S. Bureau of the Census z 1995 roku wynika, że w 85–90% rozwodów głównym opiekunem zostawała matka, a w 10–15% ojciec. Aghajanian [za: 9] podaje, że nawet w Iranie, gdzie prawo do opieki w oczywisty sposób faworyzuje ojców (dzieci uważa się za „własność” ojców), dostępne, choć ograniczone, dane wskazują, że matki uzyskują opiekę nad dzieckiem w 70% spraw rozwodowych. W ostatnich latach w całej Europie uformowały się ruchy rozwiedzionych ojców, którzy silnie protestują przeciwko ograniczaniu ich praw. Zawijają oni stowarzyszenia, zakładają swoje strony internetowe oraz dyskutują o swoich problemach na forach internetowych. Domagają się praw i zobowiązań wobec swoich dzieci, tworzą lobby, aby zapewnić większy dostęp do dzieci po separacji. Organizacje, takie jak Million Man March, National Fatherhood Initiative i United Fathers Forum, domagają się możliwości wypełniania społecznych i moralnych zobowiązań wynikających z ojcostwa [4]. Akcje ojców domagających się swoich praw przybierają niekiedy dziwny i dramatyczny charakter. Angielska grupa Fathers 4 Justice wzbudziła światowe zainteresowanie, kiedy jeden z jej członków w kostiumie Batmana wdarł się na balkon królewskiego pałacu Buckingham z transparentem: „Fighting for your right to see your kid”. W Hiszpanii kultura protestu ojców przekroczyła dopuszczalne granice: przed dwoma laty dwóch mężczyzn w Madrycie oblało się benzyną i podpaliło. W Austrii aktywnie działa stowarzyszenie na rzecz prawa dziecka do obojga rodziców (Verein für das Recht des Kindes auf beide Eltern) [10].

W Polsce mamy Stowarzyszenie na rzecz Równouprawnienia i Poszanowania Prawa oraz powstałe 17 lat temu Stowarzyszenie Obrony Praw Ojca, które nie tylko wspiera swoich członków w walce o prawa do opieki nad dzieckiem, udziela porad prawnych, organizuje akcje uświadamiające problem, ale także działa na rzecz zmiany ustawodawstwa prawa

rodzinnego. Od niedawna SOPO organizuje szkolenia dla sędziów i kuratorów rodzinnych, zwracając uwagę na fakt, że stanowiska te piastują głównie kobiety. W przekonaniu tych organizacji w świadomości sędziów funkcjonują nadal dawne stereotypy roli mężczyzny i kobiety [11, 12]. Wspomniana wcześniej zasada „tender years” została z czasem zastąpiona standardem „the best interest of the child”, co nie zmienia faktu, że nadal faworyzowany jest rodzic, który przed rozwodem był bardziej zaangażowany w opiekę nad dzieckiem, czyli najczęściej — matka [1]. Ruch feministyczny okazał się bardziej nowatorski i domaga się ustalenia podziału obowiązków w zakresie opieki nad dziećmi pomiędzy małżonkami podczas trwania związku.

Faktem jest, że nadal w wielu rodzinach matka przejmuje główną rolę w wychowaniu dziecka („primary parenting”), a głównym zadaniem ojca jest utrzymanie rodziny i angażowanie dzieci w życie społeczne i rekreację. Bywa, że ojcowie sami przyczyniają się do utrwalania tych stereotypów poprzez rezygnację z bycia autorytetem jako rodzic i przez podkreślanie swojej instrumentalnej roli [1]. Współczesne kobiety coraz częściej stają się współdecydentami w sprawach finansowych, planowania rodziny, natomiast mężczyźni coraz częściej kąpią swoje dzieci, karmią, opiekują się nimi, kupują ubrania dla niemowląt [13]. Społeczne rozumienie roli ojca ulega zmianie. Obecnie mężczyzna nie traci na swojej męskości opiekując się dzieckiem, otwarcie wyrażając swoje uczucia czy przechodząc na urlop wychowawczy. Nawet zaangażowani w opiekę ojcowie, którzy potrafią wykonać przy dziecku wszystkie niezbędne czynności, często w obecności żony stają się drugoplanowymi obserwatorami — matka reguluje kontakt ojca z dzieckiem, przejmuje rolę gatekeepera [14]. Ważnym czynnikiem mającym wpływ na zaangażowanie ojca jest postawa żony. Model opieki, ukształtowany przez małżonków podczas trwania związku, odtwarzany jest często po jego rozpadzie [1].

Po rozwodzie „zmieniają się role byłych małżonków — przestali być partnerami, ale wciąż są rodzicami” — pisze Irena Jelonekiewicz. Zaczynają „wykonywać obowiązki rodzicielskie inaczej niż do tej pory. [...] Rodzice muszą wypracować nowe formy współpracy wychowawczej, by ich oddziaływania były spójne” [15, s. 35].

Ojcostwo to wiele uczuć, umiejętności i zachowań, które mogą być nabyte, wyuczone i ulepszone w praktyce. Pleck [za: 1] uważa, że ojcostwo znacznie bardziej niż macierzyństwo kształtowane jest przez siły rodziny i społeczeństwa. Inaczej niż w macierzyństwie, instynkt ojcostwa pojawia się nie zawsze jednocześnie z przyjściem dziecka na świat, jednak niezależnie od tego, większość mężczyzn łączy się ze swoimi dziećmi i staje się kompetentnymi opiekunami, osobiście zaangażowanymi w ich wychowanie. Pomimo radości i satysfakcji, jaką mężczyźni czerpią z wychowania dzieci, odgrywają swą rolę nie bez pewnego poczucia dezorientacji.

W mediach istnieją dwa stereotypy samotnych ojców. Ojcowie przedstawiani są w konwencji humorystycznej lub romantycznej, jako nieudacznicy lub bohaterowie. Przykładem są takie filmy, jak „Sprawa Kramerów”, „Mrs Doubtfire”, „Evelyn” czy polski film „Tato”. Z jednej strony przypisuje się im atrybuty rodzica padającego ze zmęczenia, nieobecnego pracocholika — pokazuje się ich jako niedołącznie wychowujących, lubiących zabawę, ale odpowiedzialnych rodziców. Z drugiej strony ich tarapaty, jako głównych opiekunów, bywają gloryfikowane, pomimo że ta forma opieki jest nadal dosyć rzadka [1].

Uwarunkowania prawne, ekonomiczne, a także te wynikające z tradycji i kultury sprawiają, że ojciec po rozwodzie staje się rodzicem, który najczęściej nie sprawuje opieki nad dzieckiem. Mężczyźni przyczyniają się do swojej marginalizacji poprzez zachowania w trakcie sprawy rozwodowej. Przy podejmowaniu kluczowych decyzji dotyczących opieki nad dziećmi często ustępują żonom, podobnie jak to robili w małżeństwie. Tylko niewielu w nich otwarcie wyraża swoją chęć przejęcia opieki nad dzieckiem [1]. Sytuacja zmienia się po rozwodzie, kiedy część ojców po raz pierwszy ma możliwość opiekowania się dziećmi samodzielnie, bez udziału żony. Podjęcie nowych obowiązków staje się dla nich wyzwaniem.

Rozwód jest traumatycznym przeżyciem dla każdego członka rodziny i zmienia dotychczasowy porządek rzeczy. Dla mężczyzny może oznaczać samodzielne wychowywanie dzieci lub wyprowadzkę ze wspólnego domu, rozłąkę z dziećmi oraz problemy związane z organizacją spotkań z nimi. Głównym problemem, przed którym stają ojcowie, jest brak jasno określonej roli, co powoduje dodatkowe nasilenie stresu. W rezultacie — starają się przejąć sposoby wychowywania, tradycyjnie uznane za matczyne. Dotyczy to przede wszystkim ojców, którzy samotnie wychowują dzieci. Stanowią oni odrębną grupę społeczną. Wśród wyzwań, z którymi muszą się zmierzyć, najważniejsze to opieka i wychowanie dzieci, szczególnie córek, bez matek, samodzielne prowadzenie gospodarstwa domowego oraz zaspokajanie emocjonalnych potrzeb dzieci. W jednym z nielicznych badań na ten temat samotni ojcowie stwierdzili, że mieli mniej trudności w pełnieniu funkcji rodzicielskich niż wcześniej przypuszczali. Byli również przekonani o tym, że radzą sobie lepiej niż inni samotni ojcowie. Trudniejsze niż sama opieka nad dzieckiem okazało się dla nich przygotowywanie posiłków, prowadzenie domowego budżetu i sprząatanie. W procesie przystosowania się do nowych warunków trudności sprawiało również wygospodarowanie czasu dla dzieci i na kontakty towarzyskie. Skarżyli się również na brak elastyczności pracodawcy [5].

Bardzo istotne jest wsparcie społeczne. Dzięki niemu samotny rodzic łatwiej przystosowuje się do nowej sytuacji. Dobrostan ojców po rozwodzie zależy również od satysfakcji płynącej z ojcostwa, jasności odgrywanej roli ojca, wieku (im starszy ojciec, tym lepiej sobie radził), zaangażowania w związek z nową partnerką i zakresu kontaktów z dzieckiem [16].

Trudno przecenić znaczenie kontaktu ojca z dzieckiem, zarówno dla rozwoju dziecka, jak i dla zdrowia i samopoczucia mężczyzny. Tymczasem dane statystyczne są alarmujące: w latach 90. w Wielkiej Brytanii 35% ojców mieszkających oddzielnie nie utrzymywało kontaktu ze swoimi dziećmi. Oznacza to, iż tylko w Anglii i Walii żyje około 3/4 miliona ojców, którzy utracili kontakt z dziećmi. W USA ponad 50% dzieci traci kontakt z ojcem w ciągu 10 lat po rozwodzie [14]. W roku 2003 w Austrii przeprowadzono 16 400 rozwodów — 90% ojców znalazło się w sytuacji rodzica niemieszkającego razem z dzieckiem. W Niemczech każdego roku rozpada się ok. 180 tys. małżeństw, połowa dzieci urodzonych w latach dziewięćdziesiątych doświadcza separacji rodziców przed osiągnięciem 18. roku życia. Z badań przeprowadzonych przez Institut für Geschlechter- und Generationenforschung z Uniwersytetu w Bremie wynika, że na terenie Niemiec, Austrii i Szwajcarii jeden ojciec na pięciu traci całkowicie kontakt z dzieckiem. Część z nich przyznaje, że poddała się i zrezygnowała ze spotkań z powodu nieustannego poczucia frustracji wywołanego

trwającymi przez miesiące lub lata konfliktami z byłą żoną [10]. Podobne badania wykazały, że około 60% ojców, którzy po rozwodzie nie mają kontaktu ze swoimi dziećmi lub widują je rzadko, chciałoby częściej się z nimi spotykać oraz dyskutuje na ten temat ze swoimi partnerkami. Wielu rozwiedzionych ojców twierdziło, że czyniło starania, by podtrzymać kontakt z dziećmi, jednak zrezygnowało z powodu uczucia frustracji [14].

Autorzy badań amerykańskich [17] próbowali określić częstość odwiedzin ojców w domach ich dzieci. Rok po rozwodzie ponad 80% ojców widywało swoje dzieci przynajmniej raz w tygodniu, po kolejnych dwóch latach około 75% kontynuowało te wizyty. Mimo iż w miarę upływu czasu malała częstość wizyt, spotkania trwały dłużej, przeciętnie około 4 godzin. Co ciekawe, im więcej czasu mijało od rozstania rodziców, tym częściej dzieci nocowały w domach swoich ojców. W badaniach tych nie wykazano korelacji pomiędzy zaangażowaniem w wychowanie a częstością spotkań z dzieckiem. Sugeruje to, że ojcowie, którzy często widują się ze swoimi dziećmi, nie muszą czuć się z nimi bardziej związani niż ci, którzy odwiedzają swoje dzieci rzadziej [17]. Stwierdzono, że nawet kilkanaście lat po separacji rodziców ok. 20% ojców spotyka się ze swoimi dziećmi co tydzień. Wyniki innego badania pokazują, że trzy lata po rozwodzie 64% dzieci miało kontakt z ojcem w ciągu miesiąca poprzedzającego badanie [2]. Niemieckie dane pochodzące z Institut für Geschlechter- und Generationenforschung, opublikowane w czasopiśmie „Profil” w 2004 roku, mówią, że ponad połowa rozwiedzionych niemieckich ojców staje się „Wochenendepapa”, czyli widuje się ze swoimi dziećmi przynajmniej w co drugi weekend, natomiast 23,8% nie utrzymuje z nimi żadnego kontaktu [10].

Na podstawie prezentowanych wyników można stwierdzić, że częstość spotkań z dziećmi jest podobna w różnych krajach i istotnie nie zmieniła się w ciągu minionych 25 lat, mimo większej świadomości społecznej roli ojca i mimo większej liczby rozwodów. Częstość kontaktu z dziećmi początkowo wzrasta bezpośrednio po rozwodzie, a następnie zazwyczaj spada wraz z upływem czasu. Aż 40% ojców badanych po roku i trzech latach od rozwodu potwierdzało, że czują się gośćmi w życiu swoich dzieci [17].

W literaturze pojawiają się różne, czasem sprzeczne, wyniki badań. Z części z nich wynika, że ojcowie, którzy nie dążą do podtrzymania kontaktu z dzieckiem po rozwodzie, wcześniej też byli mało zaangażowani w budowanie tej relacji. Inne badania sugerują, że ojcowie, którzy przejawiają brak zaangażowania po rozwodzie, byli szczególnie silnie związani ze swoim dzieckiem, zanim nastąpiła separacja [14]. Okazuje się, że postawa rodzicielska przed rozwodem nie przekłada się na zaangażowanie w kontakty z dzieckiem po rozwodzie [2].

Powstaje pytanie, co ma wpływ na utrzymanie kontaktu z dzieckiem. Czynniki mające największy wpływ na zaangażowanie ojca w relację z dzieckiem to poczucie odpowiedzialności za bycie ojcem oraz subiektywnie odczuwany sens dalszego zaangażowania, brak przeszkód w spotkaniach z dziećmi [17]. Według badań, im częściej mężczyzna doświadcza poczucia ojcowskiej odpowiedzialności, tym silniej poszukuje okazji do zaangażowania się w wychowanie dziecka; również dzieci tych ojców są bardziej zadowolone z kontaktów z nimi [18]. Thompson [2] zauważył, że ojcowie, którzy nie są w stanie zapewnić dziecku wsparcia finansowego, najczęściej znikają z jego życia. Ponadto zwrócił uwagę, że chętniej udzielają dziecku regularnego wsparcia finansowego, kiedy czerpią satysfakcję z kontaktu z nim.

Część badaczy szukała potwierdzenia tezy mówiącej o wpływie częstości kontaktu na zaangażowanie w bliską relację z dzieckiem. Okazuje się jednak, że częstość spotkań nie przekłada się na dobry kontakt, a o jakości relacji decyduje przede wszystkim sposób spędzania wspólnego czasu. Rozwiedzeni ojcowie zazwyczaj uczestniczą w zajęciach rekreacyjnych dziecka, jedzą razem posiłki, odwiedzają krewnych, załatwiają różne sprawy lub pozostają w domu, gdzie oglądają telewizję i rozmawiają. Prawie połowa tych spotkań ma miejsce w domu ojca [17]. Spotkania z dziećmi mają najczęściej charakter socjalny lub rekreacyjny, co utwierdza popularny stereotyp ojca jako „niedzielnego św. Mikołaja” albo „dyrektora ds. spędzania wolnego czasu” [2].

Zmiana relacji po rozwodzie towarzyszy zmianie zaangażowania mężczyzny w sprawy domowe jego dziecka. Odwiedzający ojciec nie bierze udziału w różnorodnych codziennych zajęciach — od prac domowych do pomocy w odrabianiu lekcji, przestaje funkcjonować w życiu dziecka jako prawdziwy rodzic. Badania potwierdzają tę tendencję — ojcowie, których dzieci nie nocowały w ich nowych domach, mieli najmniejsze szanse na udział w codziennym życiu dziecka i uczestniczenie w jego ważnych wydarzeniach. Ta grupa ojców doświadcza szczególnych trudności w radzeniu sobie z zachowaniem dyscypliny i kontroli nad dziećmi [14]. Bywa również, że sami ojcowie przyznają, że porzucili rolę rodzica wymagającego dyscypliny na rzecz bycia przyjacielem czy kumplem. W tej trudnej sytuacji braku ciągłości czasu spędzanego razem powstaje jednak szansa na stworzenie nowego rodzaju bliskości emocjonalnej. Rola ojca staje się w tym układzie mniej jasna, ale nie mniej ważna niż w pełnej rodzinie [10]. Ojcowie, których dzieci regularnie u nich nocują, mają możliwość zaangażowania się w opiekę nad nimi w sposób, którego nigdy nie doświadczyli przed rozwodem. W niektórych przypadkach sytuacja ta może doprowadzić do wytworzenia się bliższej relacji, większej intymności między dzieckiem i rodzicem [14].

W licznych badaniach na temat kontaktów ojca z dzieckiem po rozwodzie podkreśla się znaczenie relacji byłych małżonków. Stosunek matki do byłego partnera i jej wizja relacji dziecka z ojcem wywiera wpływ na częstość ich spotkań oraz jakość relacji [14].

Amerykański terapeuta Jacobs dokonał analizy przebiegu terapii swoich pacjentów — rozwodzących się ojców. Wszyscy spośród badanych mężczyzn doświadczyli złości i depresji z powodu zerwanych więzi z dzieckiem. Najwięcej pomocy wymagali ojcowie najbardziej zaangażowani w życie rodzinne przed rozwodem — to oni mieli największe trudności w ustaleniu na nowo relacji z dzieckiem. Wielu z nich, nie mogąc poradzić sobie ze smutkiem, złością, poczuciem winy, ograniczyło wizyty, a nawet zaprzestało odwiedzin, przyczyniając się tym samym do powstania błędnego koła — ograniczenie funkcji rodzicielskiej, słabsza identyfikacja z rolą rodzica oraz mniejsze poczucie własnej wartości coraz bardziej oddalały ich od dziecka i w konsekwencji doprowadzały do depresji i przewlekłego przeżywania bólu [19].

Wcześniej prezentowane wyniki badań podkreślają znaczenie identyfikacji z rolą ojca dla pełniejszego zaangażowania w relację z dzieckiem. Czyni to ojca lepszym, ale w sytuacji rozwodu jednocześnie bardziej nieszczęśliwym. Ojcowie, którzy mają znikomy kontakt ze swoimi dziećmi, odczuwają złość, poczucie winy, zranienia, a także chęć zemsty [14]. Doświadczając negatywnych uczuć przy każdym kolejnym rozstaniu z dzieckiem, mówią, że łatwiej jest się pożegnać, jeżeli istnieje perspektywa ponownego długiego bycia razem. W literaturze opisano przypadek ojca, który kilkugodzinne spotkania z dzieckiem

w niedzielne popołudnia nazywał „drażnieniem go” i przypominaniem tego, co utracił. Część ojców żyje w przekonaniu, że muszą zasłużyć na to, żeby dziecko chciało się z nimi widywać i dlatego próbują uatrakcyjnić spotkania. Dziecko wywiera większy wpływ na sposób spędzania czasu z odwiedzającym go rodzicem niż miałyby to miejsce w pełnej rodzinie [18]. Oczywiście formy spędzania czasu zmieniają się wraz z wiekiem dziecka — to, co było atrakcyjne dla przedszkolaka, jest inaczej odbierane przez nastolatka, który staje przed dylematem podziału swojego cennego wolnego czasu między odwiedzającym rodzicem a spotkaniami z grupą rówieśników.

„Oczekiwanie wobec mężczyzny są większe niż wobec kobiety. Jest on spostrzegany i sam siebie spostrzega jako ten, od którego, bardziej niż od kobiety, zależy zarówno powodzenie, jak i niepowodzenie rodziny. Określenia: głowa rodziny, ostoja rodziny, filar rodziny wskazują, jaką pozycję mu się przypisuje. A ponieważ opuszcza rodzinę najczęściej mężczyzna, to on — niezależnie od stanu faktycznego i formalnych ustaleń sądu — jest zwykle obciążony odpowiedzialnością za rozwód zarówno w opinii otoczenia, jak i własnej. Ta odpowiedzialność obciąża psychicznie” [19, s. 44].

Wyniki niektórych badań wskazują na to, że styl życia ojców oraz ich zdrowie pogarsza się po separacji. Żonaci mężczyźni są zdrowsi i żyją dłużej, a rozwodnicy mają wyższą śmiertelność i zapadalność na choroby, nawet w porównaniu z mężczyznami, którzy nigdy nie byli żonaci. Styl życia rozwiedzionych mężczyzn jest zdeorganizowany i chaotyczny. Przeżywają oni często okresy szalonej aktywności seksualnej oraz epizody wzmożonej aktywności w pracy. Rozwiedzeni mężczyźni skarżą się często, że stracili pewność siebie w zakresie zdolności społecznych i w kontaktach z kobietami, czują się przegrani jako ojcowie i mężowie [21]. Z badań, kierowanych przez Gerharda Amendta, w Institut für Geschlecht- und Generationenforschung w Bremie wynika, że ponad 3/4 badanych rozwiedzionych ojców przyznaje, że ból rozstania wyraził się w poważnych problemach zdrowotnych. 6,6% odczuwa stałe dolegliwości fizyczne, a 26,1% boryka się z przewlekłymi problemami psychicznymi [za: 10]. Silny stres wywołany rozwodem wpływa na śmiertelność w wyniku samobójstw [21]. Dla wielu mężczyzn separacja małżeńska jest sytuacją kryzysową, w której obawa utraty lub ograniczenia kontaktów z dziećmi jest źródłem silnego lęku i często prowadzi do stanów paniki lub zaburzeń depresyjnych [8].

Badani mężczyźni pod wpływem silnego stresu wywołanego rozwodem relacjonowali nasilenie dolegliwości fizycznych. Uskarżali się na dolegliwości oczu i bóle zębów, które nie znalazły uzasadnienia w badaniu przedmiotowym. Skarżyli się na utratę wagi ciała, zaburzenia snu i jedzenia, nadciśnienie tętnicze oraz dolegliwości reumatyczne [18]. W innych badaniach stwierdzono, że 50% samotnych ojców doświadczało w różnym zakresie depresji, uczucia smutku i opuszczenia (67%) oraz miało tendencję do martwienia się (59%), jednak tylko niewielu z nich poddało się leczeniu. Mniej niż 1/3 ojców zgłaszała większą potrzebę palenia (28%) lub picia (29%), ale tylko niewielu przyznało się do zależności od alkoholu (6%) lub narkotyków (1%) [5].

Jacobs [19], na podstawie własnych doświadczeń terapeuty osób przeżywających rozstanie, zwrócił uwagę na to, że często trudno stwierdzić, czy depresja zaczęła się podczas rozwodu. W niektórych przypadkach powstaje pytanie, czy obniżony nastrój występował dużo wcześniej, na przykład jako cecha osobowości lub jako objaw przewlekłych zaburzeń psychicznych. Z pracy własnej tego autora wynika, że rozwiedzeni ojcowie myślą

często o morderstwie żony lub dziecka czy o samobójstwie. Podczas terapii fantazje te muszą zostać odkryte i omówione. Jeżeli to nie nastąpi — mogą być przyczyną objawów hipochondrycznych, poczucia winy, obsesyjnego zamartwiania się o członków rodziny, albo nawet skończyć się morderstwem lub samobójstwem.

Gerhard Amendt, autor książki „Rozwiedzeni ojcowie” (Scheidungsväter) [za: 10], pisze, że jeszcze w latach 80. XX wieku większość rozwiedzionych ojców uważała, że nie potrzebują leczenia ani żadnego poradnictwa psychologicznego. Natomiast współcześni ojcowie badani przez niego, częściej korzystają z pomocy terapeutycznej (około 30%). Amendt uważa, że dawny stereotyp mężczyzny uległ zmianie. Obecnie łatwiej przychodzi im otwarcie mówić o swoich uczuciach [za: 10]. Trudne przeżycia związane z rozwodem, separacją i wyprowadzką mogą zostać zminimalizowane, jeżeli będzie podtrzymany kontakt z dzieckiem. Ojcom zaangażowanym w życie dziecka łatwiej przychodzi odnalezienie się w nowej sytuacji życiowej. Ci, którzy spędzają dużo czasu ze swoimi dziećmi, wykazują mniejszą skłonność do depresji i osiągają większe poczucie satysfakcji po separacji małżeńskiej [18]. Dobre ułożenie kontaktów ojca z dzieckiem wymaga nie tylko współpracy i dobrej woli ze strony obojga rozstających się partnerów, ale również zmiany w sposobie myślenia sędziów i innych osób, których decyzje mogą skrócić czas rozwodu. Również dużo zależy od świadomości tej problematyki wśród profesjonalistów, lekarzy, psychologów, terapeutów. Grill i wsp. [21] piszą, że separację mężczyzny od jego dzieci należy postrzegać jako potencjalną sytuację kryzysową oraz że mężczyźni ci wymagają profesjonalnego wsparcia i działań prewencyjnych w związku z ryzykiem pogorszenia się stanu ich zdrowia.

W podsumowaniu warto zwrócić uwagę na fakt, że w literaturze niewiele miejsca poświęcono kwestii ojcostwa po rozwodzie, a samotni ojcowie stanowią, jak dotąd, mało poznaną grupę społeczną. Powodów upatrujemy zarówno w problemach metodologicznych (mała liczebność badanej populacji, trudności z dotarciem do niej), jak i w niewielkim zainteresowaniu specjalistów tym tematem. Stosunkowo więcej uwagi poświęcono rozwiedzionym ojcom niemieszkającym na stałe ze swoimi dziećmi, jednak uwagę badaczy częściej przykuwa samotna matka lub dzieci wychowywane w niepełnych rodzinach niż samotny ojciec. W wyniku zmian norm socjalnych, legislacyjnych i orzecznictwa sądowego rośnie populacja samotnych ojców. Na podstawie wyżej zaprezentowanych wyników badań oraz danych statystycznych wydaje nam się ważne, aby środowisko medyczne i terapeutyczne było świadome tego, że separacja od dzieci stanowi dla mężczyzn źródło stresu. Jak już wspomnieliśmy następstwa rozwodu to dla nich zarówno zmiana stylu życia, jak i pogorszenie się fizycznego i psychicznego stanu zdrowia, co w konsekwencji prowadzi do ich gorszego funkcjonowania w społeczeństwie oraz do większej zapadalności na wiele poważnych chorób psychicznych i somatycznych. Ta szczególna grupa społeczna wymaga profesjonalnych działań psychoterapeutycznych w zakresie zapobiegania zaburzeniom psychicznym oraz wypracowania skutecznych sposobów radzenia sobie z konsekwencjami trudnych przeżyć związanych z izolacją od dzieci.

Piśmiennictwo

1. Kline Pruett M, Pruett K. Fathers, divorce, and their children. *Child Custody* 1998; 7 (2): 389–407.

2. Thomson RA. The role of the father after divorce. *Child. Divor.* 1994; 4 (1): 211–240.
3. Adams PL. Fathers absent and present. *Can. J. Psychiatry* 1984; 29 (4): 228–233.
4. Teitler JO. Father involvement, child health and maternal health behavior. *Child. Youth Serv. Rev.* 2001; 23 (4/5): 403–425.
5. Chang PN, Deinard AS. Single-father caretakers: Demographic characteristics and adjustment processes. *Am. J. Orthopsychiatr.* 1982; 52 (2): 236–243.
6. Żechowski Cz. Rola ojca w rozwoju dziecka. Maszynopis niepublikowany, Klinika Psychiatrii Dzieci i Młodzieży IPiN, 1995.
7. Braver SH, Wolchik SA, Sandler IN, Fogas BS, Zvetina D. Frequency of visitation by divorced fathers: differences in reports by fathers and mothers. *Am. J. Orthopsychiatr.* 1991; 61(3): 448–454.
8. Jacobs JW. The effect of divorce on fathers: an overview of the literature. *Am. J. Psychiatry* 1982; 139 (10): 1235–1241.
9. Coiro MJ, Emery R. Do marriage problems affect fathering more than mothering? A quantitative and qualitative review. *Clin. Child Fam. Psychol. Rev.* 1998; 1 (1): 23–40.
10. Hager A, Hofer S. Papa muss draußen bleiben. *Profil* 2004; 22: 88–96.
11. www.wstroneojca.ngo.pl
12. www.sopowawa.z.pl
13. Friedman HJ. The challenge of divorce to adequate fathering: The peripheral father in marriage and divorce. *Psychiatr. Clin. N. Am.* 1982; 5 (3): 565–580.
14. Dunn J. Annotation: children's relationships with their nonresident fathers. *J. Child Psychol. Psychiatr.* 2004; 45 (4): 659–671.
15. Jelonkiewicz I. Rozstanie jest zawsze trudne. W: Podhorecka A, red. *Rozwód? Czy się rozwodzić. Jak się rozwodzić. Co po rozwodzie.* Instytut Psychiatrii i Neurologii; 1994, s. 20–43.
16. Stone G. Father postdivorce well-being and exploratory model. *J. Genet. Psychol.* 2001; 162 (4): 460–77.
17. Tepp AV. Divorced fathers: predictors of continued parental involvement. *Am. J. Psychiatry* 1983; 140 (11): 1465–1469.
18. Brown Greif J. Fathers, children, and joint custody. *Am. J. Orthopsychiatr.* 1979; 49 (2): 311–319.
19. Jacobs J W. Treatment of divorcing fathers: social and psychotherapeutic considerations. *Am. J. Psychiatry* 1983; 140 (10): 1294–1299.
20. Czabała Cz. Ten, który odszedł. W: Podhorecka A, red. *Rozwód? Czy się rozwodzić? Jak się rozwodzić? Co po rozwodzie.* Instytut Psychiatrii i Neurologii; 1994, s. 44–61.
21. Grill E, Weitkunat R, Crispin A. Separation from children as a specific risk factor to fathers' health and lifestyles. *Soz. Präventivmed.* 2001; 46 (4): 272–8.

Adres: Klinika Rehabilitacji Psychiatrycznej IPiN
al. Sobieskiego 9
02-957 Warszawa