

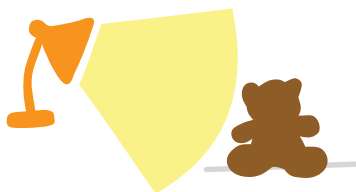
Kako se djeca od 3 do 5 godina nose sa situacijama vezanim uz razvod i “kako može pomoći “Tata Superman”?”

Djeca u dobi od tri do pet godina znatno su razvila svoje mogućnosti kretanja, govora. Uspostavila su prve odnose s vršnjacima, ali im je obitelj važnija od njih. Ona žive u uvjerenju da odrasli nadziru sve u njihovom životu, uključujući i vremenske prilike. Kako roditelji brinu o svemu, svijet je za njih sigurno mjesto i znaju da će njihove potrebe biti zadovoljene. No, razvod će poljuljat to uvjerenje. Djecu će zabrinuti tko će sada brinuti o njima, kad roditelj nije tu?

Ona još uvijek nemaju razvijen pojam vremena. I dalje ne shvaćaju što znači minuta, sat, dan, tjedan, ne razumiju izmjenu dana i noći. Zbog toga neće razumjeti kada će to ponovno vidjeti drugog roditelja, a to bi moglo ugroziti brigu o njima i plaši ih. U ovoj dobi djeca nemaju razvijen pojam udaljenosti pa im se čini da je udaljenost od par ulica, udaljenost do kraja svijeta. Zato je udaljenost od roditelja neizmjerljiva i boje se da bi se mogla izgubiti. Njih svako razdvajanje, bilo danju ili noću, svaka promjena rutine, ispunjava strahom. Odsutnost očeva posebno izluđuje dječake. Zato ne čudi kada Robert kaže: *Trebam tatu. Nabavite mi stalnog tatu.* (Wallerstein, 2016.). Ona ne shvaćaju da netko može promijeniti svoje uvjerenje ni da dvoje ljudi može imati različit pogled na svijet, različite osjećaje. Zato i ne mogu shvatiti da je razvod nastao bez ičije krivice.

Mala djeca vjeruju da su ona uzrok razvoda. To vjerovanje još više povećava njihovu nesreću. Razlog za takvo vjerovanje je činjenica da su za njih uzrok i posljedica personalizirani (*Mama je napravila ovo, tata je napravio ono, a ja sam napravio to.*). Uz to, promjene raspoloženja roditelja ne doživljavaju kao privremene. Ta konačnost ih plaši. Dječja logika ove razvojne faze, u situaciji razvoda ide u smjeru: *Ako je jedan roditelj ostavio drugog, zašto oba ne bi ostavila mene?* A i to ih straši. Zbog toga postaju razdražljiva pa i agresivna. U ovoj dobi djeca imaju malo načina da se utješe. Ona mogu otkriti da ih tješi topli palac, ljuljanje, pretvaranje da su male bebe. Neki otkriju da im pomažu napadi bijesa. Neka pak se “prilijepe” uz roditelja. Spremna su učiniti sve da roditelja natjeraju da dotrči i usmjeri pažnju tamo gdje ona žele. Najbolje reaguju na pokušaj tješnja. Utješne riječi pomažu, a zagrljaj je za njih od neprocjenjive vrijednosti. Njima je potrebno stalno tješjenje i zagrljaji. Od pomoći je držanje rutina, osobito onih vezanih uz odlazak na spavanje.

Omogućite im da sa sobom nose svoju dekiću, plišanca ili neki drugi njemu važan predmet. Vole pohvale. Korisno je da im čitate priče prije spavanja, slušate s njima uspavanke, da ponekad liježete s njima u krevet, osobito kad su usplahirena, ostavite upaljeno svjetlo (noćna svjetiljka ili tinjalica).



Nekoju djeci pomažu i najave što će se raditi neposredno nakon bavljenja s njima (*Bit ću u sobi i gledati TV.*), idućeg dana. I dalje je djeci važno da se svako odvajanje odvija postepeno. Pomažu najave uključujući i one kada idu od jednog roditelja drugom. Djeca oko pete godine imaju osnovni pojam o vremenu pa uzmite kalendar i u njemu jarkim bojama označite dane kada je s vama, a kad je s drugim roditeljem. Četverogodišnjaci to baš i neće razumjeti, no redovitost će ih umiriti. Nastojte privremeno odgoditi prekovremeni rad, ako je ikako moguće. Jednako tako izbjegavajte da dijete čuvaju starija braća jer su i sama djeca, iako vam mogu pripomoći u čuvanju djeteta. Vodite računa da su i to samo djeca! Dok ste na putu do drugog roditelja, prije razdvajanja, možete se s djetetom igrati traženja psa ili mačaka, semafora, kolica s bebama... koje vidite na putu. Tako ćete djetetovu pažnju skrenuti s odvajanja. Možete i tražiti karakteristična mjesta na putu kao parkić s toboganom, nogometno igralište... Na taj način ćete im, s vremenom, pojačati osjećaj kontrole i osjećaj sigurnosti. Kad djeca dolaze k vama, vedro ih dočekujte i ispratite. Kad su s vama, ostanite kod kuće i potičite dijete da se zajedno igrate. Važno je neprekidno podsjećati djecu da ona nisu kriva za razvod i da je to stvar odraslih. Možete ponavljati često, kao mantru: *Nisi ti kriv. Mi smo tako odlučili., Nikud ne idem. Bit ću ovdje dok god ćeš me trebati.* Nastojite sve promjene u obiteljskom životu objasniti, a objašnjenja ponavljati. Osobito je važno da roditelji uporno ponavljaju: *Mi te volimo i bit ćemo uz tebe., Nikud ne idem. Bit ću tu, dok god me budeš trebao.*

Sve ovo činite da biste izrazili razumijevanje, smirili djetetovu zabrinutost i strahove da će biti napušteno. Na taj način vraćate i jačate djetetovu vjeru u vas da ćete mu osigurati stabilan svijet u koji se može pouzdati.

