

# Kui peab, aga ei tahaks...

## Laps ja lahutus



Ruth Soonets

Pediaater



# Juhtum 1

Perekond: 2 last (16a T, 5a P), ema, isa.

Isa teeb lastel vahet, poega hoiab, tütresse suhtub vaenulikult (“ei salli naisi”), laste ema suhtes vägivaldne.

N. korduvalt traumapunkti pöördunud, politseisse mitte.

2009.a. lahutatud. Isa lubas maksta elatusraha, kui N. ei nõua alimente. (“Maksan ainult pojale.”) Pole maksnud.

M. soovib pojaga kohtuda. Laps ootab isa. Kohtumised ka toimuvad.

Tütresse suhtes huvi ei tunne, ei maksa elatusraha. Pojale ostnud kohtumisel mõned mänguasjad ja kommi. Räägib pojale naistest halvasti.

Naisel väike palk, suured maj.raskused.



## Juhtum 2

Mees algharidusega, naine kõrgharidusega, abielus 8 aastat. Lahutus 2010.a.

Mees on kogu aeg olnud vaimselt ja mõned korrad füüsiliselt vägivaldne (ise tunnistab).

Naise sõnutsi sagedamini.

Laps – 5a tüdruk kardab isa, ei soovi kohtuda, jookseb kokkulepitud ajal ära. Kui OMV algatusel kaasatakse kohtumisele kolmas isik – LK-töötaja, on laps hoidnud võõra inimese Ligidusse, ei räägi isaga ühtegi sõna. Isa nõuab jätkuvalt kohtumisi. Laps nutab, ei taha minna.



## Juhtum 3

Vanemad lahutasid mehe joomise ja vägivaldse käitumise pärast. Aasta ei olnud isa oma pojaga kohtumisest huvitatud, kuid elatusraha maksis enam-vähem regulaarselt.

Äkitselt tekkis isal soov oma pojale jälle „isaks hakata“, sest oli juhuslikult kohtunud oma alkohoolikust isaga, keda ta vihkas ja mõistis, et kui ta midagi ette ei võta, suhtub tema poeg temasse 10 a pärast samasuguse vastikustundega.

Poeg polnud esialgu nõus isaga üldse mitte kohtuma, kuigi ema seda toetas



## Juhtum 3 (jätk)

Isa oli nõus ja huvitatud käima regulaarselt Tartu Laste Tugikeskusse (vabariigi teisest otsast) psühholoogi juurde, et õppida käituma nii, et ta poeg oleks nõus temaga uuesti regulaarselt kokku saama, et uuesti üles ehitada omavahelist usaldust. Need praeguseks järjest harvenevad ühisvisiidid on kestnud pea aasta. Aeg-ajalt on veel probleeme, kuid need on suhteliselt tühised ja poeg käib heameelega regulaarselt isa juures.



# Lahutatud perede lastel

On rohkem:

- Kooliraskusi
- Käitumisprobleeme
- Negatiivsem mina-pilt
- Rohkem probleeme eakaaslastega
- Rohkem probleeme vanematega läbisaamisel



## **Raskused, millega on silmitsi lahutatud vanematega lapsed (I)**

- Vanema kaotus -- lahutusega jääb laps tihti ilma ühes vanemast ning sellega kaasnevalt ka selle vanema teadmistest, oskustest ja ressursidest
- Majanduslik kaotus -- on vähe tõenäoline, et ühe vanemaga lapsel on sama palju majanduslikke ressursse, kui lapsel mõlema vanemaga perest



## Raskused, millega on silmitsi lahutatud vanematega lapsed (II)

- Suurem stressi tase -- lahutusega kaasneb lapse elus palju muutusi -- kooli või lasteaiavahetus, uued sõbrad, toimetulek uues keskkonnas
- Vanemliku kompetentsuse puudulikkus -- Vanemate lahutusejärgne kompetentsus mõjutab oluliselt laste edasist käekäiku





## **Raskused, millega on silmitsi lahutatud vanematega lapsed (III)**

- Kokkupuude vanematevaheliste konfliktidega -- Laste heaolu mõjutab oluliselt , mil määral nad on haaratud vanemate omavahelistesse tülidesse
- Lapse arengutase määrab ära, mil määral nad mõistavad vanemate lahutust.



# Lahutuse mõju lastele

Igas vanuses lastele avaldab lahutus mõju:

- nii imikutele
- väikelastele ja koolieelikutele
- koolilastele
- murdeealistele



# Imikud

## *Arusaamine:*

- Imikud märkavad vanemate energiataseme ja emotsionaalse olukorra muutuseid
- Vanemad imikud märkavad, kui üks vanem ei ela enam kodus.

## *Tunded:*

- Suurem ärrituvus -- nutmine ja rabelemine
- Muutused teistes rutiinsetes toimingutes -- magamine, tukastamine jne.



# Väikelaps

## *Arusaamine:*

- Märkab, et üks vanem ei ela enam kodus
- Võib teiste suhtes näidata empaatiatunnet, näiteks vanema vastu, kes on kurb



# Tunded (I)

- Vanematest lahusolek võib olla raske
- Võib vanema vastu viha välja näidata
- Võib mõne harjutatud oskuse kaotada, nagu näiteks potilkäimise



## Tunded (II)

- Võib ilmnedada mõni komme, millest nad olid juba välja kasvanud, näiteks pöidla imemine
- Tavapärase magamis- ja uinakuaeg võivad muutuda
- Vanematel väikelastel võib olla unehäireid



# Koolieelikud ja algkooliõpilased

## *Arusaamine:*

- Koolieelikud märkavad, et üks vanem ei ela enam kodus.
- Algkooli õpilased hakkavad mõistma, et lahutus tähendab, et nende vanemad pole enam abielus, ei ela koos ja enam ei armasta teineteist



# Tunded (I)

- Tõenäoliselt hakkavad iseennast lahutuses süüdistama
- Võivad muretseda muutuste üle igapäevaelus
- Võib esineda kurbuse ja leina märke ühe vanema puudumise pärast.





## Tunded (II)

- Koolieelikud võivad olla agressiivsed ja vihased selle vanema suhtes, keda nad süüdistavad.
- Kuna koolieelikud püüavad toime tulla fantaasiamaailma ja reaalsuse erinevustega, võivad neil olla suured kujutlused selle kohta, et nende vanemad hakkavad jälle koos olema



# Eelteismelised ja noorukid

## *Arusaamine:*

- Mõistavad, mida lahutus tähendab, kuid neil võib olla raske leppida muutustega, mida see nende igapäevaellu toob
- Kuigi nende mõtlemine on arenenum, võivad siiski iseennast lahutuses süüdistada



# Tunded (I)

- Võivad tunda mahajäetuna vanema poolt, kes välja kolib
- Võivad eemale tõmbuda vanadest sõpradest ja lemmiktegevustest
- Võivad ebatavaliselt käituda (hakkavad ropendama, muutuvad agressiivseks või sõjakaks)



## Tunded (II)

- Võivad olla vihased või ebakindlad oma uskumuste suhtes armastusse, abiellu ja perekonda
- Võivad tunda, et saavad liiga kiiresti täiskasvanuks
- Võivad hakata täiskasvanute probleemide pärast muretsema, näiteks pere materiaalse kindlustatuse pärast.
- Võivad tunda kohustust võtta endale kodus rohkem täiskasvanu vastutust



# Täiskasvanute emotsioonid lahutuse ajal

- Lein,
- hirm,
- viha, kättemaks
- depressioon
- süütunne
- jne.

Lapsed elavad üle neid samu emotsioone!



## Tunded, mis on lahutatud vanemate laste jutust välja tulnud

- Hirm
- Viha
- Lein
- Depressioon
- Mure oma füüsilise tervise pärast
- Häbi



# Tunded, mis on lahutatud vanemate laste jutust välja tulnud

- Lootus, et vanemad lepivad
- Kurbus
- Majanduslikud mured
- Ärevus
- Kergendus
- Piinlikkustunne
- Enesesüüdistus
- Mahajäetusetunne



## NB! Lahutavatele vanematele

- Lahutuse ajal vajavad lapsed eriti mõlema vanema tuge
- Lapsed peavad tundma, et nad on ikkagi armastatud
- Püüdke jätkata võimalikult palju vanu traditsioone
- Püüdke mõista oma lapsi kogu perele raskel ajal!

**Tegelikkuses:** enamasti unustatakse oma valu ja pettumuste tõttu oma laste tunded





## Miks laps ei taha ühe vanemaga kohtuda

- Halvad mälestused möödunust
- Hirm vanema suhtes, toetudes möödunule
- Viha vanema vastu
- Lojaalsus vanemale, kellega koos elab
- Ambivalentseid tundeid
- Selle vanema poolt mõjutamine, kellega koos elab
- Jne jne...

# Kui lahuselav vanem on olnud vägivaldne.....

Kui laps kardab vägivaldset vanemat, peab viimane enne lapsega kokkusaamise nõudmist näitama, et ta on muutunud!

- NB! Last ei tohi sundida vägivaldse vanemaga kokku saamiseks!
- Lapsele tuleb anda aega möödunud traumadega toimetulekuks, läbitöötamiseks
- Kui vanem on rikkunud lapse usalduse ja turvatunde, peab ta selle taastamiseks ka vaeva, aega ja ka ressursse kulutama



# 12 sammu enne vägivallatseja (vv) muutumist

1. Vv peab tunnistama kogu tõe füüsilise ja psühholoogilise vägivalla kohta, mida ta on oma partneri ja laste suhtes tarvitanud
2. Vv peab mõistma, et tema käitumine on lubamatu
3. Vv peab tunnistama, et vägivaldne käitumine oli tema enda valik
4. Vv peab endale tunnistama kahju, mida ta on oma käitumisega partnerile ja lastele tekitanud ja seda kahetsema.



# 12 sammu enne vägivallatseja muutumist

5. Vv peab suutma näha oma kontrolliva käitumise ja privilegeeritud hoiakute mudelit
6. Vv peab omandama lugupidava käitumise ja hoiakud
7. Vv peab ümber hindama oma moonutatud nägemuse partnerist
8. Vv peab oma teod nii lühikeses kui pikemas perspektiivis hüvitama



# 12 sammu enne vägivallatseja muutumist

9. Vv peab tunnistama tagajärgi, mida tema teod tema enda jaoks kaasa toovad
10. Vv peab tegema kindla otsuse vägivaldset käitumist rohkem mitte korrata.
11. Vv peab mõistma, et muutumine on pikaajaline (võimalik, et elukestev) protsess
12. Vv peab olema valmis vastutama



## Mille järgi hinnata vägivaldse lapsevanema muutumist

- Kas on läbinud 12 sammu?
- Hinda viisi, kuidas ta hetkel oma partneri või ekspartneriga käitub?
- Kas ta on loobunud solvangutest, lakanud raevu minemast siis, kui ta on rahulolematu või tal palutakse täita oma kohustusi?
- Kas on hakanud üles näitama mõistvat suhtumist lapse ema vajadustesse ja tunnetesse?

# Mille järgi hinnata vägivaldse lapsevanema muutumist

Kas tal on tekkinud suutlikkus arvestada ka laste vajadustega ja nende tunnetega?

Kas tema lugupidav ja vastutustundlik käitumine on *järjepidev*?

Kuidas ta käitub vihasena?

Kas ta käitub vihase lapsevanemana adekvaatselt?



## Spetsiifilised indikaatorid Vv vanemliku käitumise muutumise kohta

1. Kas Vv on juba mitu aastat oma lastega suheldes järjepidevalt paremini käitunud?
2. Kas on kindel, et tema vanemliku käitumisega seotud edusammude taga pole soov oma ekspartnerit kontrollida või karistada?
3. Kas Vv on edukalt läbinud lastekasvatuse alaseid kursusi ja astunud muid samme oma vanemliku teadlikkuse tõstmiseks?





## Spetsiifilised indikaatorid Vv vanemliku käitumise muutumise kohta

4. Kas ta on tunnistanud neid probleeme, mis ta vanemlikus käitumises varem esinesid?
5. Kas on aru saanud, millised tema hoiakud neid probleeme põhjustasid
6. Kas oskab mõistlikult arutleda mõjude üle mida tema käitumine on lastele põhjustanud



# Mida teha?

Praegu:

Vägivalla olemasolul varasemas kooselus mitte sundida last vägivaldse vanemaga kohtuma ilma lastepsühholoogi nõusolekuta ja vajadusel nõuda vägivaldset vanemal enne lapsega kokkusaamist läbida vajalik teraapia või nõustamine.



# Mida teha?

Edaspidi:

- Luua süsteemid, kus lahutajad saaksid abi, et lahutus võimalikult vähe valutekitavalt laste jaoks läbi viia ja oma vanemlikke oskusi sel perioodil parendada
- Süsteemid (nõustamis ja teraapiavõimalused), kus vägivallatsejail oleks võimalik läbi töötada, aru saada oma vägivaldsusest ning omandada uusi, adekvaatseid käitumisoskusi oma lastega ja endise partneriga suhtlemisel
- Eelnimetatud nõustamiste läbimine võiks olla eelduseks oma lastega kohtumiseks