



Boşanma ve Çocuklar

Boşanma süreci tüm aile bireyleri için tatsız bir durumdur. Her ailenin birbirinden farklı olması her boşanma sürecini de doğal olarak farklı kılar. Her çocuk anne ve babası ile birlikte yaşama devam etmek isterken böyle bir süreç yaşanması etkileyici bir durumdur. Tam da bu noktada çocuklarımızın bu süreci ruhsal ve sosyal gelişimleri açısından sağlıklı bir şekilde yürütebilmeleri, bu sürecin olumsuz etkilerini azaltabilmeleri önem kazanır. Boşanma sürecinde çocukların anne - babalarına tepki vermeleri yaşadıkları yoğun duygular yüzündendir.

Bunları üç ana başlık altında yazarak, açıklamak isteriz:

Boşanma Öncesi Hazırlık

Boşanma çocuğu nasıl etkiler?

Boşanma çocuk açısından, ailenin bir anlamda dağılması ve anne-babanın kaybedilmesi olarak görülebilir. Bazı bağlar sürmekle birlikte, içine doğduğu aile artık yoktur. Bu durum kayıp ve üzüntü duyguları uyandırır. Boşanmanın çocuklar üzerinde yarattığı

Üzüntü ve kaygı, yaşadıkları duyguların başında yer alır. Sürecin doğru yönetilmesi çocuk açısından gösterilecek nitelikli hassasiyetle paraleldir. Çocuklarımızın, boşanmanın getirdiği değişimleri kabullenmeyi öğrenmelerini bu hassasiyetle ilgilidir. Bu hassasiyet anne - babanın birbiri ile sağlıklı iletişimlerini ve çocuğa karşı değişmeyen sıcaklık ve sevginin gösterilmesi ile sağlanacaktır. Bu da sürece uyumu kolaylaştıracaktır. Peki bu süreçte yapılması gerekenler nelerdir?

gerilimin ne derecede olacağı ve ne kadar süreceği birçok etkene bağlıdır.

Çocuklarınıza nasıl söylemek gerekir?

- Ayrılık kararı anne-baba tarafından çocuğa birlikte açıklanmalıdır.
- Bu açıklama karşılıklı suçlamalar içermemelidir.
- Çocuğa; anne - babaların bazen birlikte oturduklarında birbirlerini mutsuz edebildiklerini, anlaşımadıklarını artık ayrı evlerde olacaklarını, ama bunun onunla bir ilgisi olmadığını, hâlâ onun anne ve babası olduklarını ve onu çok sevdiğini belirtmeleri gerekir. Çocuklar, özellikle küçük yaş grubunda olanlar mantıklı ya

Boşanma Aşaması

- Kızgınlığınız ya da hukuki mücadele çocuğunuzun ihtiyaçlarını göz ardı etmenize sebep olmasın.
- Çocuklar boşanmış anne-baba arasında geçen tartışmalara dolaylı veya dolaysız tanık olmamalıdır.
- Anne - babadan her ikisi de geri adım atabilmeli ve uzlaşmaya razı olabilmelidir. Uzlaşmakta zorlanıyorsanız, özellikle boşanmanın erken evresinde bir arabulucudan yararlanın; bu avukatınız, saygın bir aile büyüğü ya da psikolog olabilir.

Boşanma Sonrası

- Çocuk hangi ebeveynle kalacaksa, onun evinin orası olduğu ve diğer eve uygun zamanlarda gidebileceği de söylenmelidir.
- Gidiş-geliş zamanlarının belli olması, çok önemli durumlar dışında aksatılmaması çocuğun ebeveynlerine güveni için önemlidir.
- Ayrılan anne-babalar birbirlerine ilişkin olumsuz duygularını çocuklara yansıtmamalıdır. Çocuğa diğer ebeveyn hakkında söylenecek olumsuz şeyler, çocuk aracılığı ile yollanacak olumsuz haberler çocuğun ruh sağlığını bozar.
- Anne-babaların ilişki düzeylerini ayarlamaları çok çok önemlidir. Hiç görüşmemeleri, çocuk

da mantıksız birçok nedenden dolayı anne ve babalarının ayrılmalarına sebep olduklarını düşünürler. Örneğin; kötü bir karne, ayrılan ebeveyn ile kavga, bozulan bir video onlara ayrılık kararının kendi suçları olduğunu düşündürebilir. (Elissa, Benedek, Brown 1997) Kendilerinin ayrılığa neden olduğuna göre birleşmeyi de yapabileceklerini düşünerek, gereksiz bir çaba içine girerler. Bu sıkıntıyı engellemek için çocukların ayrılmada rolleri olmadığı onlara anlatılmalıdır. Yeniden beraber olma konusunda şüphe içinde bırakılmamalı, ayrılma kesinse bu net bir şekilde çocuğa söylenmelidir.



- Görüşme ve velayet düzenlemeleri herkesçe kabul edilebilir olmalı. Medeni kanundaki hükümler, anne-babalara çeşitli görüşme-velayet düzenlemeleri yapma konusunda belli esneklikler sağlamaktadır. Velayetin fiziki boyutu çocuğun yaşadığı yere bağlıdır. Yasal velayet anne - babaların çocuklarının eğitimleri, tıbbi tedavileri vb. temel konularda söz hakkına sahip olmalarıdır. Yasal anlaşmazlıkları önlemek amacıyla güder; çiftler kendileri uygun bir "yasa"da anlaşabilirse, ideal olan budur. Ancak güven ilişkisinin zedelenmişliği, karşılıklı mutabakatların ömrünü kısaltır, denetimini de imkansızlaştırır.

hakkında birlikte verilen kararları verememeleri, devamlı birbirlerini suçlamaları çocukların başıboş kalmasına ve uygun olmayan gelişim göstermelerine neden olur. Benzer şekilde hiç ayrılmamış gibi davranmaları, çok sık ve samimi görüşmeleri, beraber tatile gitmeleri gibi durumlar da çocuğun aklını karıştırır.

- Yeniden beraber olabilecekleri beklentisi ile sürekli hayal kırıklığı yaşamasının yanı sıra, anne ya da babanın daha sonraki birlikteliklerinden çok zarar görmesine ve sorun çıkarmasına neden olur. Özellikle ergenlik gibi yeni gelişim dönemlerine girişlerde, okula başlama gibi özel

durumlarda çocuklarda yeni sorunlar çıkması, olanların artması sık rastlanan durumlardandır. Erkek çocuklarda daha çok dışa vuran saldırganlık, yalan söyleme, ders başarısızlığı gibi davranışlar gözlenirken, kız çocuklarda içe kapanma daha

fazladır. Eğer iyi anlatılır, anne-baba boşanma sonrası çocuğa tutumlarını ayarlayabilir ve çocuk her iki ebeveynle ayrı ayrı, yeterli zaman geçirirse boşanma çocuğun ruh sağlığı üzerinde olumsuz etki yapmadan geçirilebilen bir süreçtir.

Boşanmalarda unutulmaması gereken iki önemli şey vardır:

Birincisi boşanma sürecinin kaygı yaratan durum olduğu ve gerekirse yardım alınması gerektiği, ikincisi ise çocukların da bu sürecin içinde bulunduğu, ayrılanın sadece eş olup çocuklardan “boşanılmayacağı” gerçeğidir.

Kaynakça

<http://www.mucahitozturk.com/bosanma-ve-bosanmis-aile-cocuklari/>

<http://www.bengisemerci.com/bosanma-ve-cocuk/>

<https://www.psikoaktif.com/bosanma-ve-cocuklar/>

Dr.Elissa,P. Benedek, Catherine F. Brown Boşanma ve Çocuğunuz 1997

