

## Επιπτώσεις των Συζυγικών Συγκρούσεων στα Παιδιά



Διάφορες μελέτες δείχνουν ότι η έκθεση σε συχνές και έντονες συζυγικές συγκρούσεις μπορεί να δημιουργήσει σοβαρά προβλήματα στα παιδιά, τόσο συναισθηματικής φύσης αλλά και συμπεριφοράς. Καθώς οι συζυγικές διαμάχες ποικίλλουν είναι φυσικό να υπάρχουν και διαφορετικές επιπτώσεις στα παιδιά. Για παράδειγμα, ορισμένες μορφές ενδέχεται να έχουν αρνητικές και μακροπρόθεσμες επιπτώσεις, ενώ άλλες ενδέχεται να έχουν εποικοδομητικές επιπτώσεις στη ζωή των παιδιών.

Φαίνεται πως αυτό που επηρεάζει τα παιδιά περισσότερο δεν είναι τόσο οι συζυγικές συγκρούσεις από μόνες τους αλλά ο **τρόπος έκφρασης (μορφή) των συγκρούσεων** καθώς και ο τρόπος που οι γονείς τις διαχειρίζονται. Η ένταση των συζυγικών συγκρούσεων έχει επίσης συσχετιστεί με το να προκαλεί δυσφορία και περισσότερα προβλήματα συμπεριφοράς και προσαρμογής στα παιδιά καθώς και μεγαλύτερη πιθανότητα κοινωνικής απόρριψης.

Επιπλέον, φαίνεται ότι το γενικότερο **ιστορικό των συγκρούσεων** (συχνότητα) του ζευγαριού επηρεάζει τον τρόπο που αντιδρούν τα παιδιά σε αυτές, σε συσχέτιση με το πώς τις αντιλαμβάνονται ανάλογα με την ηλικία που βρίσκονται.

Αρκετές μελέτες έχουν καταδείξει ότι τα παιδιά ανταποκρίνονται διαφορετικά ανάλογα με το **περιεχόμενο/θέμα των συζυγικών διαφορών**. Διαχωρίζουν τους καυγάδες σε αυτούς που αφορούν τα παιδιά και σε αυτούς που αφορούν καθαρά το ζευγάρι. Κατά συνέπεια το περιεχόμενο των καυγάδων θεωρείται ως μια σημαντική μεταβλητή καθώς φαίνεται πως τα παιδιά στρεσάρονται περισσότερο όταν ο μεταξύ τους καυγάς αφορά αυτά.

Επίσης, ο **τρόπος επίλυσης** των συζυγικών συγκρούσεων φαίνεται να επηρεάζει σημαντικά τα παιδιά. Όταν υπάρχει θετική έκβαση του καυγά, τα παιδιά επηρεάζονται θετικά σε σύγκριση με καυγάδες που έχουν αρνητική κατάληξη. Κατά τη διάρκεια συζυγικών συγκρούσεων ιδιαίτερο άγχος προκαλούν στα παιδιά εκφράσεις που περιλαμβάνουν γονεϊκές απειλές για έξοδο από τον γάμο ή εκφράσεις φόβου.

### **Συναισθηματικές Επιπτώσεις των Παιδιών**

Πολλές έρευνες υποδεικνύουν ότι τα παιδιά που προέρχονται από συζυγικές σχέσεις συχνών συγκρούσεων είναι ιδιαίτερα ευάλωτα. Η συχνή έκθεση σε γονεϊκές διαφωνίες επηρεάζει σημαντικά τη ζωή των παιδιών. Οι **συναισθηματικές επιπτώσεις** που βιώνουν αυτά τα παιδιά, φαίνεται να τα επηρεάζουν όχι μόνο *βραχυπρόθεσμα* αλλά και *μακροπρόθεσμα* στη μετέπειτα ζωή τους.

Διάφορες μελέτες δείχνουν ότι τα παιδιά που προέρχονται από οικογένειες που αντιμετωπίζουν σε συχνή βάση γονεϊκές συγκρούσεις (διαζύγιο ή όχι), αγωνίζονται να επιβιώσουν μέσα από το συναισθηματικά ευμετάβλητο κλίμα της οικογένειάς τους,

μπερδεύονται με τα μηνύματα που λαμβάνουν και γεμίζουν αμφιβολία πολλές φορές για το τι είναι αλήθεια και τι όχι.



Κατά συνέπεια το **παιδί βιώνει μια έντονη ανησυχία**, που έχει ως αποτέλεσμα να το επηρεάζει στις καθημερινές του υποχρεώσεις (σχολείο) και δραστηριότητες καθότι οι συγκρούσεις τείνουν να απασχολούν τη σκέψη του.

Τα παιδιά που βιώνουν συχνές συζυγικές συγκρούσεις τείνουν να βλέπουν τον εαυτό τους αλλά και τον **ευρύτερο κόσμο τους με υπερβολικά αρνητικό και εχθρικό τρόπο**.

Πολλά παιδιά ενώ δηλώνουν ότι δεν επηρεάζονται συναισθηματικά από τις συγκρούσεις των γονέων τους (**άρνηση**), από τη γενικότερη συμπεριφορά τους φαίνεται να προσπαθούν να κρύψουν το πόσο μπορεί να τα έχει πληγώσει η συμπεριφορά αυτή. Επίσης, τα παιδιά φαίνεται να υιοθετούν αυτή τη συμπεριφορά όχι μόνο προς τον εαυτό τους αλλά και προς άλλους (φίλους, συμμαθητές), γιατί φοβούνται ότι κάτι τέτοιο μπορεί να τους εκθέσει στους φίλους τους και να τους χάσουν (**αίσθημα ντροπής**).

Τα παιδιά φαίνεται να βιώνουν πολλές φορές **αίσθημα ενοχής**, ιδιαίτερα αν τα προβλήματα των γονέων αφορούν τα ίδια τα παιδιά. Κάποια άλλα παιδιά φαίνεται να έχουν **αρνητικά συναισθήματα** καθώς δηλώνουν ότι αισθάνονται **λύπη, στεναχώρια και καταθλιπτική διάθεση** για ότι συμβαίνει στην οικογένεια τους. Δεν είναι λίγα τα παιδιά που αναζητάνε βοήθεια ειδικού προκειμένου να νιώσουν καλύτερα.

Άλλα παιδιά εκφράζουν **χαμηλή αυτοεκτίμηση** και **κακή εικόνα εαυτού**. Πολλές φορές φαίνεται πως τα οικογενειακά προβλήματα κάνουν τα παιδιά να κλείνονται στον εαυτό τους με αποτέλεσμα να δυσκολεύονται στην έκφραση συναισθημάτων κάτι το οποίο μπορεί να τους δημιουργήσει περαιτέρω προβλήματα στις διαπροσωπικές τους σχέσεις. Κατά συνέπεια η αντίληψη τους ως προς τον θεσμό της οικογένειας φαίνεται να επηρεάζεται καθώς δηλώνουν απρόθυμοι να δημιουργήσουν μια δική τους οικογένεια στο μέλλον.



### **Επιπτώσεις στη Συμπεριφορά των Παιδιών**

Τα παιδιά φαίνεται να απογοητεύονται και να στρεσάρονται από τις γονεϊκές συγκρούσεις και όπως έχουν δείξει διάφορες έρευνες τείνουν να παρουσιάζουν διάφορες δυσλειτουργικές συμπεριφορές όπως:

- (-) Φαίνεται να αντιμετωπίζουν δυσκολίες στο σχολείο καθώς οι ακαδημαϊκές επιδόσεις τους μειώνονται.
- (-) Τάσεις απομόνωσης-αποξένωσης από το κοινωνικό τους περίγυρο.
- (-) Φυγή από το σπίτι.
- (-) Μίμηση γονεϊκής συμπεριφοράς στις διαπροσωπικές τους σχέσεις.
- (-) Εκφράζουν επιθετικότητα, επαναστατικότητα.

- (-) Τάση προς την παραβατικότητα και κακές σχέσεις τόσο με τους γονείς τους αλλά και τους συνομηλίκους τους.
- (-) Πολλά παιδιά καταφεύγουν σε χρήση αλκοόλ ή άλλων ουσιών, στην προσπάθεια τους να ξεφύγουν από το επιθετικό περιβάλλον της οικογένειάς τους, ιδιαίτερα αν οι συζυγικές συγκρούσεις είναι συχνές. Μέσα από την χρήση ουσιών το παιδί/νεαρός ενήλικας προσπαθεί να διατηρήσει συναισθηματική απόσταση από την οικογένεια ενώ ταυτόχρονα παραμένει παγιδευμένος στο οικογενειακό σύστημα.



Παρόλα αυτά, υπάρχουν παιδιά που παρά τις αρνητικές καταστάσεις που βιώνουν μέσα στις οικογένειές τους φαίνεται να επηρεάζονται θετικά στη ζωή τους.

- (+) Αρκετά από τα παιδιά τα οποία βιώνουν όλες τις αρνητικές συνέπειες των γονεϊκών συγκρούσεων προσπαθούν στις προσωπικές τους σχέσεις να αποφεύγουν τις συγκρούσεις και μέσα από τον διάλογο και την συζήτηση να βρίσκουν λύσεις για τα προβλήματα τους.
- (+) Κάποια άλλα παιδιά υποστηρίζουν πως στην ενήλική ζωή τους, αν ο καυγάς είναι κάτι το αναπόφευκτο θα

προσπαθούν να μην το κάνουν μπροστά στα παιδιά τους.

### ***Ποιες ηλικιακές ομάδες είναι περισσότερο ευάλωτες στις συζυγικές συγκρούσεις.***

Παρά την εκτεταμένη έρευνα, δεν είναι σαφές εάν τα παιδιά που ανήκουν σε μια συγκεκριμένη ηλικιακή ομάδα είναι πιο ευάλωτα στις διαπροσωπικές συγκρούσεις των γονέων τους. Ωστόσο, ανάλογα την ηλικιακή ομάδα που ανήκουν τα παιδιά μπορεί να είναι πιο ευάλωτα σε διαφορετικά είδη προβλημάτων. Για παράδειγμα, τα **μικρότερα παιδιά**, ενός έως πέντε ετών βρίσκουν τρόπους να **εμπλακούν** σε γονεϊκές διαμάχες, να αποσπούν την προσοχή τους ή προσπαθούν να τους «παρηγορήσουν» με τον δικό τους τρόπο. Με αυτό το τρόπο κινδυνεύουν να γίνουν στόχοι της γονικής εχθρότητας.

Φαίνεται επίσης ότι **τα παιδιά προ-σχολικής ηλικίας** διακατέχονται ευκολότερα από *φόβο* σε σύγκριση με **μεγαλύτερα παιδιά** τα οποία έχουν αναπτύξει ένα καλύτερο και πιο αποτελεσματικό τρόπο αντιμετώπισης.

Σύμφωνα με διάφορες μελέτες **οι έφηβοι** που αντιμετωπίζουν συχνές συγκρούσεις στις οικογένειές τους φαίνεται να έχουν μία τάση να τις εγκαταλείπουν νωρίτερα. Συνολικά σε σύγκριση με τα μικρότερα παιδιά, **τα μεγαλύτερα παιδιά** τείνουν να εμφανίζουν μεγαλύτερη **ψυχοπαθολογία**, πιθανότατα επειδή έχουν εκτεθεί σε οικογενειακές συγκρούσεις για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα.

## ***Ο ρόλος του φύλου του παιδιού και το αντίκτυπο της συζυγικής σύγκρουσης.***

Δεν υπάρχουν σαφή συμπεράσματα σχετικά με τον ρόλο του φύλου στα παιδιά και τον αντίκτυπο της εκτεθειμένης συζυγικής σύγκρουσης. Τόσο τα κορίτσια όσο και τα αγόρια μπορεί μεν να εκτίθενται σε παρόμοια επίπεδα δυσφορίας, φαίνεται όμως να το αντιμετωπίζουν με διαφορετικούς τρόπους.

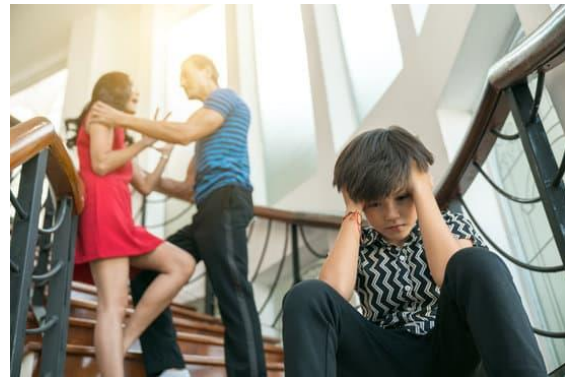
Κάποιες μελέτες αναφέρουν ότι τα κορίτσια έχουν την τάση να εκφράζουν περισσότερο τη δυσφορία τους ή την στεναχώρια (θλίψη) τους την στιγμή που η διαμάχη λαμβάνει μέρος. Επίσης, ενώ τα κορίτσια είναι πιο πιθανό να ανταποκριθούν με δυσφορία τα αγόρια φαίνεται να το εκδηλώνουν με θυμό. Παρόλα αυτά από την εφηβεία και ύστερα αυτό εξισορροπείται και τα δύο φύλα ανταποκρίνονται περισσότερο με θυμό.

## **Συμπεράσματα**

Οι συζυγικές συγκρούσεις ανεξάρτητα από το αν οδηγούν σε χωρισμό ή όχι, έχουν σημαντικές συνέπειες για όλα τα μέλη της οικογένειας. Οι συζυγικές διαμάχες προκαλούν σημαντικές αλλαγές στη συμπεριφορά των γονέων και κατά συνέπεια στη συναισθηματική και συμπεριφορική ευημερία των παιδιών.

Το στρες που βιώνουν οι γονείς κατά τις μεταξύ τους συγκρούσεις μπορεί να τους οδηγήσει να γίνουν πιο αντιφατικοί και αναποτελεσματικοί στη γονεϊκή μέριμνα, με αποτέλεσμα να μην μπορούν να αναγνωρίσουν τις συναισθηματικές ανάγκες και τα μηνύματα των παιδιών τους. Κατά συνέπεια να μην υπάρχει ποιοτική σχέση ανάμεσα σε γονείς και παιδιά.

Οι γονεϊκές συγκρούσεις σπάνια περνάνε απαρατήρητες από τα μάτια των παιδιών. Ανεξάρτητα από την ηλικία τους, ακόμα και οι «ήσυχες» συγκρούσεις αν δεν διευθετηθούν μπορεί να αφήσουν το σημάδι τους στα παιδιά. Αυτό μπορεί να προκαλέσει συναισθηματικές εντάσεις, συναισθήματα σύγχυσης και ανησυχίας, ιδιαίτερα στα μικρά παιδιά καθώς δεν έχουν αναπτύξει ακόμα δεξιότητες ώστε να μπορούν να τα επεξεργαστούν όλα αυτά.



© Δήμητρα Γκίνη, PhD

Ψυχολόγος - Οικογενειακή Σύμβουλος

Βριλήσσια-Βόρεια Προάστια

Πλησίον μετρό, στάση Δουκίσσης

Πλακεντίας