



SOS DJEČIJA  
SELA  
BOSNA I HERCEGOVINA



AUSTRIAN  
DEVELOPMENT  
AGENCY

KAD JEDAN RODITELJ  
„VRIJEDI ZA DVA“

# IZAZOVI JEDNORODITELJSTVA



# KAD JEDAN RODITELJ „VRIJEDI ZA DVA“

## IZAZOVI JEDNORODITELJSTVA

Porodica je izuzetno organiziran prirodni i društveni sistem koji prolazi kroz vlastiti životni ciklus. Svaka faza u životu porodice traži prihvatanje i rješavanje određenih zadataka i problema. Pritom su **razvod, smrt i izvanbračno rođenje** specifični događaji koji prekidaju tok životnog ciklusa porodice (Carter i McGoldrick, 1980.) i najčešći su uzroci nastanka jednoroditeljskih porodica. Ovisno o uzroku, prethodnim specifičnostima i stavu okoline, porodica se suočava i sa različitim stupnjem problema u svakodnevnom životu. Roditelj je suočen sa ekonomskim problemima, od njega/nje se očekuje da igra ulogu i oca i majke, od djece se nerijetko očekuje da igraju uloge koje su iznad njihove zrelosti - sve to vodi do zamora roditelja i osjećaja usamljenosti. **Emocionalni proces kroz koji porodica mora proći da bi se ponovo stabilizirala i nastavila sa svojim životnim tokom vrlo je kompleksan.**

Osim navedenih, uzroci nastanka jednoroditeljskih porodica mogu biti: ***nestanak jednog roditelja ili njegovo napuštanje porodice; zakonsko oduzimanje prava na roditeljsku brigu; roditelj je na izdržavanju zatvorske kazne ili je odsutan zbog bolesti.***

Teba uzeti u obzir da su samohrani roditelji vrlo heterogena skupina unutar koje ***nisu svi nužno ugroženi, niti ugroženi u ostvarivanju istih prava ili u zadovoljavanju istih potreba.*** Uz to, samohrani se roditelji međusobno prilično razlikuju po načinima suočavanja s poteškoćama, pa i ***podrška mora biti bazirana na njihovim specifičnim potrebama.***

## Sa kojim problemima se suočavaju SVE jednoroditeljske porodice?

### STRES:

biti samohrani roditelj je najčešće stresno i teško, bez obzira na razloge - samohrani roditelji se susreću sa više očekivanih i neočekivanih problema odjednom; često se pitaju hoće li ikada ponovno biti sretni, opušteni i imati osećaj kontrole nad sopstvenim životom. Neki čak mogu biti toliko zatečeni novom situacijom pa postanu nesposobni da preduzmubilo šta. Roditelj ipak

**trebaju imati uvijek na umu da briga o djeci ne smije prestati čak i kada nisu sigurni da se mogu brinuti i o sebi. Važno je da samohrani roditelji prihvate da je određena količina stresa uvijek dio roditeljstva, bez obzira na to odgaja li roditelj sam dijete ili ga odgaja zajedno sa bračnim partnerom.** Ali, činjenica jeste da je u samohranom roditeljstvu prisutno više stresa, jer je teže ako jedan roditelj sam brine o svemu. Ako samohrani roditelj osjeća da je pod stresom to ne znači da je loša osoba ili „slabić“.

Kada roditelj iz bilo kojeg razloga postane jedini koji brine o djetetu/djeci, skoro da je neminovno da u početku bude nesiguran i u strahu jer ne zna šta ga očekuje u budućnosti, odnosno šta bi konkretno trebalo učiniti da se prilagodi novonastaloj situaciji i na novi način organizira svoj život.

**OSTALI PROBLEMI:** Samohrani roditelji susreću se sa brojnim teškoćama koje se odnose na njihov društveni život (održavanje starih i sklapanje novih prijateljstava, izlasci), poslovni život (mogućnosti i diskriminacija pri zapošljavanju, slabije plaćeni i manje kvalitetni poslovi), zatim porodični (podrška šire porodice, posebno kod rješavanja egzistencijalnih problema i pomoći kod odgoja djece, stigmatizacija kompletne porodice i djeteta, posebno izražene prema razvedenim osobama i osobama koje su rodile izvan braka) i ljubavni život (pronalaženje novog partnera i održavanje zadovoljavajuće veze).

Posebno treba naglasiti da **samohrani očevi** predstavljaju društvenu grupu koja je do sada bila vrlo zanemarena i prešućivana. Oni sami za sebe govore da su, u usporedbi s majkama, "nevidljivi" u društvu i osjećaju se usamljenima i društveno izoliranima.



# RAZVOD KAO UZROK JEDNORODITELJSTVA

## Faze razvoda

Od prve ozbiljne odluke o razvodu, preko stvarnog razdvajanja do normalizacije života poslije razvoda dug je put. Prva faza donošenja odluke obično dugo traje i u tom periodu zajednički životi postaje sve neprivlačniji, konflikti se pojačavaju i udaljuju ljude, događa se svojevrsan **"emocionalni razvod"**.

Drugu fazu procesa čini tzv. **"sudski razvod"**. Ta faza predstavlja prekretnicu, jer je tada odluka o razvodu konačna i započinju konkretne aktivnosti za provođenje tog postupka. Tu fazu procesa razvoda prati kriza članova porodice koja je obilježena žaljenjem i osjećajem krivnje.

Svi stresovi predrazvodnog i razvodnog perioda sastaju se u trećoj fazi procesa razvoda - **u periodu poslije razvoda** i donose brojne promjene. Prije svega isti broj zadataka obavljat će sada jedan roditelj u uvjetima promijenjene strukture. Takva situacija ostavlja različite posljedice na odrasle i djecu.

## Kako se odrasli nose sa stresom razvoda

Roditelja koji sam ispunjava sve obaveze u porodici mogu pratiti teškoće materijalne prirode, problemi usamljenosti i odgovornosti oko odgoja djece. Prihodi se najčešće smanjuju za 30-50%, ali troškovi često ostaju jednaki. Nereguliran doprinos roditelja koji ne živi sa djetetom u vidu alimentacije stvara dodatne teškoće, stoga je veliki broj tih porodica prisiljen koristiti različite vidove socijalne pomoći, što za njih vrlo često predstavlja svojevrsnu degradaciju (Simons, 1996.). Takođe, treba insistirati da se roditelji dogovaraju, u najboljem interesu djeteta, uz minimum zajedništva, pravila i postupanja.

Ti roditelji najčešće moraju tražiti usluge službi za dnevnu brigu za najmlađu djecu, te cjelodnevni boravak za djecu školskog uzrasta.

Prilikom razvoda se vrlo često javlja i problem stanovanja. Mnoge su porodice nakon razvoda prisiljene mijenjati stan, što uzrokuje mnoge teškoće.

Samohrani roditelji dobivaju nove uloge i odgovornosti, ali moraju ponovno preispitati odnosa sa širom porodicom i prijateljima, osmisliti novi način odnosa sa bivšim supružnikom, razriješiti i

prihvatiti gubitak koje je razvod donio. Tome, naravno treba pridodati i pitanje formiranja novog identiteta. To sve može rezultirati i ograničavanjem ili prestankom ranijih relacija. Tome nekada doprinose i negativni stavovi iz okoline, ali i pad samopouzdanja i osjećaj vlastitog poraza samog roditelja. (Hetherington, 1972.).

Konačno, stres roditelja može utjecati na kvalitetu roditeljstva – ukoliko u tom odnosu dođe do odstupanja, to može rezultirati lošijim emocionalnim funkcioniranjem djeteta.

## Kako se djeca nose sa stresom razvoda

Ma koliko bilo pripremano, dijete nikad nije dovoljno spremno za krizu razvoda i teško je prihvaća. Osjećaj napuštenosti uvijek je prisutan i tugovanje može potrajati neko vrijeme. Tokom perioda roditeljskog rastajanja djeca moraju usvojiti mnoge životne promjene: aktualno odvajanje od jednog roditelja, promjene u financijskom statusu i kućnim pravilima, te životni stil jednoroditeljske porodice. Osim toga, kompleks gubitka u slučaju razvoda značajno se razlikuje od onog uzrokovanog smrću. Nakon smrti odsutni roditelj obično se idealizira, ali nakon razvoda najčešće obezvrjeđuje.

Prilagodba djeteta na razvod ne ovisi isključivo o sukobima u porodici ili gubitku jednog roditelja, već i o nekim drugim faktorima koji su vezani neposredno za samo dijete: njegovu starost, spol, temperament, izloženost prethodnim separacijama (npr. kroz hospitalizacije), postojanje neke posebne potrebe ili kronične bolesti.

**Dijete predškolskog uzrasta (3-5 godina)** nije u stanju shvatiti prave razloge razdvajanja roditelja i smatra da na taj način nepovratno gubi ljubav drugog roditelja. Za taj je uzrast karakteristična i pojava regresivnog ponašanja (ponaša se kao dijete mlađeg uzrasta), što može potrajati određeno vrijeme. Prema rezultatima istraživanja mlađe je dijete sklono, pogotovo u tumačenju uzroka razvoda, samookrivljanju, iskrivljenom opažanju roditeljskih potreba, ponašanja i osjećaja, kao i samozavaravanju o izgledima za pomirenje roditelja.

**Dijete u dobi 6-8 godina**, iako može razumjeti povod razvodu, još uvijek nije u stanju u potpunosti shvatiti poremećene odnose među roditeljima i vlastitu ulogu u razvodu. Djeca tog uzrasta posebno su osjetljiva na to kako vršnjaci i odrasli tumače njihov novonastali položaj i okolnosti u porodici.

**Djeca u dobi 9-12 godina** imaju nešto zreliji odnos prema razvodu roditelja. Mogu shvatiti okolnosti i obrazloženja uzroka razvoda. No, u toj je dobi njihova "slika o sebi" vezana uz porodicu,

pa narušavanje strukture porodice često značajno utječe na uspostavljanje i postojanost sistema vrijednosti. To se najčešće odražava u lošem školskom uspjehu, te problemima ponašanja, agresivnosti, dubokoj potištenosti i usamljenosti.

**Za adolescente (13-18 godina)** se, kad je u pitanju razvod roditelja, može reći da postoje i prednosti i nedostaci u odnosu na mladu djecu. Adolescenti imaju veći kapacitet za izgradnju emocionalne distance od roditeljskih konflikata, imaju mogućnost izbora odluke o starateljstvu i kontaktima s odsutnim roditeljem, te članovima proširene porodice. Te dvije opcije pružaju adolescentu veću šansu vladanja krizom i održavanja ravnoteže. Nedostaci se ogledaju u činjenici što se u slučaju razvoda za adolescenta naglo skraćuje vrijeme potrebno za ostvarivanje normalnih razvojnih zadaća. Neuspjeh u rješavanju emocionalne privrženosti u toj fazi životnog ciklusa može otežati adolescentovo osnivanje vlastite nuklearne porodice.

## SMRT KAO UZROK JEDNORODITELJSTVA

Iako je sastavni deo života, smrt je najbolnije iskustvo, najstresniji događaj u životu porodice, iz kojeg mogu proisteći fizičke, psihičke i socijalne posljedice po njene članove. Smrt roditelja je najrazorniji životni stres koji dijete može doživjeti, a svijest o nenadoknadivom gubitku može imati velike psihičke posljedice. Dok neka deca postaju ranjiva, druga prežive taj stres, ne razvijajući veću psihičku disfunkciju, ni kratkoročno ni dugoročno. **Reakcije djece na smrt roditelja zavise od njihovih godina, spola, stupnja emocionalnog i kognitivnog razvoja, odgovora preživjelog roditelja i adekvatne brige.** Mlađoj deci je potrebna pomoć u prepoznavanju i izražavanju svojih osjećanja i njihovog povezivanja s gubitkom. Kod ove djece, kao i kod adolescenata, neophodno je ostvariti neizbježno odvajanje roditelja i dece, čije ispunjenje smrt može omesti i tako „razvojno pomjeriti“ dijete. Usljed takvih situacija, dešava se da djeca ostanu čvrsto vezana za porodicu. U godini nakon smrti roditelja, djeca izražavaju mnoga ponašanja i emocije viđene u tugovanju odraslih. Prema tome, **najutjecajni faktor u dječijoj reakciji na gubitak roditelja proizlazi iz sposobnosti preživjelog roditelja da ne dopusti stvaranje sopstvene emocionalne distance od djece.** Pored toga, kvalitet odnosa unutar porodice, koji je prethodio gubitku, utjeće, kako na promjene u porodici, tako i na njenu sposobnost prilagođavanja.

**Tugovanje** kao prirodan proces slijedi nakon smrti i različit je za pojedinca i porodicu. Nakon smrti najčešće nastupa (McKerny i Price, 1994.): šok i negiranje, zatim slijedi faza žudnje. Od njenog intenziteta ovisi i stupanj dezorganizacije te kvalitet reorganizacije koje slijede.

## FAKTORI KOJI UTJEČU NA PROMJENE I PRILAGODBU PORODICE NAKON SMRTI

Stupanj promjena u porodici pod utjecajem je različitih faktora:

### 1. Karakteristike gubitka

U starijoj životnoj dobi smrt se promatra kao prirodan proces. Smrt u ranijoj dobi ne slijedi normalan životni ciklus. **Rani gubitak roditelja, smrt mladog supružnika i smrt djeteta ili unučadi** bilo koje dobi smatraju se tragičnima i najviše slamaju porodicu.

Priroda smrti značajno utječe na porodičnu prilagodbu. **Iznenadna ili neočekivana smrt** intenzivira početnu reakciju tugovanja. Smrt koja slijedi **dugotrajnu bolest** nosi sa sobom niz stresora. To može uključivati: produženu brigu, emocionalnu iscrpljenost, gubitak financijske dobrobiti zbog troškova liječenja, gubitak zaposlenja i karijere, osjećaj društvene izolacije i nedostatak vremena za sebe. **Nasilna smrt i samoubistvo** posebno su teški za članove porodice. Oni provociraju osjećaje ljutnje, krivnje i srama koji mogu razoriti porodičnu komunikaciju, izolirati članove porodice i ukinuti socijalnu podršku.

### 2. Osjetljivost porodice

Porodice mogu imati dodatne teškoće u prilagodbi na gubitak i zbog **prisustva drugih stresora**. Ukoliko je bolest, odnosno smrt roditelja istovremena s važnim porodičnim događajima (npr. rođenje djeteta, proces postizanja neovisnosti adolescenta i sl.), to pred porodicu postavlja različite i teško ostvarive zadatke (Carter i McGoldrik, 1980.).

**Funkcija i uloga osobe u porodici prije smrti** još je jedan od faktora iz ove skupine. Ukoliko je riječ o smrti supružnika, za drugog supružnika financijska, domaćinska i emocionalna odgovornost se i više nego udvostručuje. **Ljutnja, depresija, beznade, usamljenost, osjećaj izolacije najvažniji su osjećaji supružnika koji je izgubio izvor emocionalne podrške**. Mnoge obaveze i odgovornosti roditelja koji osteje sam mogu učiniti da se osjeća savladanim i nesposobnim da bude samohrani roditelj.

Smrt supružnika može biti posebno teška u slučaju jasne podjele tradicionalnih spolnih uloga u vezi, kada je jedan partner nepripremljen na preuzimanje zadataka koji su neophodni da bi se održavalo domaćinstvo.

Smrt roditelja čini se najrazornijim od svih životnih stresova koje dijete može doživjeti. Gubitak je nenadoknadiv i ima najveće potencijalne psihološke posljedice. **Djeca u procesu tugovanja** svoje osjećaje opisuju riječima **"biti zauvijek drugačiji od svojih vršnjaka"**.



Neka djeca postaju ranjivija, dok druga prežive taj stres ne razvijajući veće probleme ni kratkoročno, ni dugoročno. **Mlađa djeca** trebaju pomoć u prepoznavanju i izražavanju svojih osjećanja i njihovog povezivanja s gubitkom. **U porodici s adolescentom** ili mlađim odraslim smrt može omesti međusobno odvajanje roditelja i djece koje se u toj dobi dešava. Ne samo da može omesti adolescentovo postizanje neovisnosti već ga **“razvojno pomiče”** i stavlja u ulogu **„zamjenskog roditelja“** braći i sestrama i tako ga čvrsto držati unutar porodice.

Isto tako, kvaliteta odnosa unutar porodice, koja je prethodila gubitku, utjecat će, kako na promjene u porodici, tako i na njezinu sposobnost prilagodbe.

### 3. Porodični resursi

Reakcija i prilagodba porodice na smrt ovisi i o resursima s kojim porodica raspolaže. Tu ubrajamo sljedeće: **novac, zdravlje, stupanj otvorenosti porodice i postojanje prijateljstava i dostupnost socijalne podrške.**

### 4. Spolne razlike

Pitanje muško-ženskih uloga i u ovom slučaju nameće određena socijalna očekivanja što također ima utjecaj na prilagodbu porodice. Naime, socijalna očekivanja podrazumijevaju da su žene odgovorne za tzv. socijalne i emocionalne zadatke vezane uz tugovanje. One pokazuju više tuge i depresije nego muškarci i izvanporodična podrška više je usmjerena prema njima.

Od muškaraca se pak očekuje da se bave materijalnim i organizacijskim zadacima vezanim uz tugovanje.

## VANBRAČNO ROĐENJE KAO UZROK JEDNORODITELJSTVA

**Vanbračno dijete**, koje je u načelu dijete čiji roditelji nisu bili u zakonskom braku u vrijeme njegovog začeća, može biti, eventualno, priznato od jednog ili drugog, ili od oba roditelja. Broj djece rođene u vanbračnoj zajednici je najviši u posljednja dva vijeka, jer je imati vanbračno dijete postalo sasvim uobičajena stvar, barem u većim sredinama. Bez obzira da li je takvo rođenje izbor roditelja ili ne, ovi roditelji imaju posebno tešku zadaću jer roditeljstvo od samog početka ostvaruju sami i bez podrške partnera, kako je to kod onih koji se razvedu ili usljed smrti partnera ostanu jedini roditelj. Ovakva situacija donekle ubrzava period prilagodbe jer roditelj od samog početka

formira porodicu kao jedini roditelj i brže prihvata tu ulogu. Naravno da je i u ovom slučaju izuzetno važno postojanje socijalne mreže podrške, naročito u postporodajnom periodu, kako bi se izbjegle moguće psihološke komplikacije usljed straha od roditeljske uloge.

Rizici za adekvatan razvoj i adaptaciju djece postoje u sredinama koje još uvijek takvo rođenje smatraju neprikladnim, amoralnim i slično, pa ne samo da stigmatiziraju i isključuju iz socijalnog okruženja roditelja nego i vanbračno rođenu djecu.

## PODRŠKA JEDNORODITELJSKIM PORODICAMA

Jednoroditeljstvo, kao specifičan oblik porodične organizacije postavlja brojne zahtjeve na svoje članove (roditelje i djecu), kao i izazove pred stručnjake koji se bave porodicama. **Poznavanje specifičnosti potreba i problema ovakvih porodica u samoj je osnovi oblikovanja adekvatne, a time i efikasne pomoći.** Pritom, značajnu ulogu prije svega ima njihovo priznavanje, prepoznavanje, kao i razumijevanje njihovih **snaga**. Ovakvim porodicama nećemo pomoći uspoređivanjem sa idealom tradicionalne porodice - **potencijal zdravlja porodice leži u unutrašnjoj dinamici, procesima i odnosima unutar porodice**, a ne u činjenici da li se radi o kompletnoj ili jednoroditeljskoj porodici. Taj potencijal se može i dalje razvijati i pozitivno usmjeravati kreiranjem okoline podsticajne za porodicu, i osmišljavanjem načina i strategija podrške. Važno je upoznati ih/prepoznati koji su zaštitni faktori u njihovoj porodici već prisutni, a koje mogu razvijati.

Prepoznato je da su: promoviranje pozitivnih veza, svih vrsta kompetencija, duhovnosti, pozitivnog identiteta i vjerovanja u budućnost, pozitivnih i zdravih standarda ponašanja i prilika za uključivanje u društvo, **najvažniji zaštitni faktori za porodicu** i ukoliko nisu razvijeni, treba ih postepeno razvijati.

Kada govorimo o **razvijanju i održavanju socijalnih mreža**, moguće je raditi na: održavanju i poboljšavanju postojeće mreže, odnosno pozitivnih odnosa sa bitnim osobama, npr. sa roditeljima supružnika s kojim djeca više ne žive, te na proširenju postojeće mreže, npr. kroz grupe samopomoći i podrške, odnosno učlanjenje u udruženja roditelja sa sličnim ili istim problemima.

## ŠTA JE TO USPJEŠNA (JEDNORODITELJSKA) PORODICA?

Porodica koju obilježava tolerancija različitosti, pa i pogrešaka, otvorena i jasna komunikacija, zdrava i oslobađajuća atmosfera između njenih članova, gdje je osjećaj o vrijednosti svakog njenog člana visok, sredina u kojoj je moguć razvoj zdrave, snažne i sretne ličnosti djeteta, **bez obzira na strukturu porodice**, može se smatrati uspješnom. Kvalitetna komunikacijau jednoroditeljskim porodicama ima dodatnu težinu i ključna je za suočavanje sa stresnim situacijama.

Uspješne jednoroditeljske porodice smatraju najvažnijim faktorom uspješnosti **svakodnevnu međusobnu interakciju, te odnos ispunjen ljubavlju, toplinom i suradnjom. U smislu postignuća, ove porodice smatraju se uspješnima ako uspijevaju prebroditi brojne prepreke i poteškoće s kojima se susreću.**





**SOS DJEČIJA  
SELA  
BOSNA I HERCEGOVINA**

**SOS Dječija sela BiH**

SOS Program Mostar i  
Projekat jačanja porodice  
Rade Bitange bb  
88 000 Mostar  
Tel/fax: 036 554 330  
e-mail: edita.pajic@sos-ds.ba

**[www.sos-ds.ba](http://www.sos-ds.ba)**

**Nijedno dijete  
ne treba odrastati  
samo**

