

Barn och ungdomars psykologiska reaktioner på skilsmässa

Ruth Larsson

Psychological Responses of Children and Adolescents to Divorce, avhandling baserad på 5 vetenskapliga rapporter. De handlar om psykologiska effekter av skilsmässa hos barn och vuxna. Undersökningen är gjord i Californien på 60 familjer med sammanlagt 131 barn som var 2,5 till 18 år gamla när föräldrarna skildes.

Avhandlingen presenterar det första steget av en klinisk, longitudinell 5-års undersökning. Metoden kombinerar klinisk och statistisk analys. Syftet med undersökningen är att börja utveckla normer för barns och vuxnas sätt att hantera den familjeförändring som en skilsmässa innebär.

Judith S Wallerstein är psykolog vid School of Social Welfare University of California, Berkeley.

Barnen kommer i kläm då familjen som institution ifrågasätts och upplöses.

En amerikansk psykolog, Judith Wallerstein, från Berkeley universitetet i Californien disputerade i Lund 1978-11-07 om barn och skilsmässa.

Disputationen kan närmast betraktas som en utvärdering av projekt "The children divorce-project" som påbörjades på ett mentalt hälsovårdscenter i Marin, ett samhälle vackert beläget vid San Francisco-bukten. Befolkningen omfattar 206 000

Projekt vid Psykologiska institutionen, Lunds universitet. Projektledare och kontaktman: Judith S Wallerstein, Psykologiska institutionen, Paradisgatan 5, 223 50 Lund. Avhandlingen gavs ut i nov 1978.

människor. Skilsmäsofrekvensen är extremt hög. 11,6% av alla barn växer upp hos ensamstående föräldrar, oftast pga föräldrarnas skilsmässa.

I USA – som i Sverige – har skilsmässa blivit ett allt vanligare problem. Man har beräknat att mellan 32% och 46% av alla barn i USA som växer upp under 70-talet, kommer att få personlig erfarenhet av skilsmässa. Därför startade man berörda projekt i förebyggande syfte.

Projektet skulle omfatta 60 familjer med barn i åldern 2 1/2–18 år vid tiden för föräldrarnas skilsmässa. Medel beviljades genom en privat donation. Eftersom man ville arbeta preventivt, ville man söka sitt material bland en grupp barn som inte hade några speciella kliniska eller psykologiska symtom, dvs att de inte var aktuella vid någon form av rådgivning eller motsvarande. Hjälpverksamheten anslöts till "Community Mental Health Center" och erbjöds endast som rådgivning i samband med skilsmässa.

Föräldrarna anvisades till projektet av advokater, skolpsykologer, lärare, socialbyråer och samhället som helhet. Den aktuella servicen blev beskriven som förebyggande och tillgänglig för alla familjer

.....
I USA – som i Sverige – har skilsmässa blivit ett allt vanligare problem. Man har beräknat att mellan 32% och 46% av alla barn i USA som växer upp under 70-talet, kommer att få personlig erfarenhet av skilsmässa.
.....

De flesta små barn, i synnerhet i förskoleåldern, hade mycket felaktiga begrepp om skilsmässan och betydelsen av denna. De var så förvirrade – både begreppsmässigt och känslomässigt – att de föreföll paralyserade i sina ansträngningar att klara av denna mycket stora och ofta skrämmande förändring i livet.

med barn i en skilsmässosituation. Man var angelägen om att det skulle röra sig om helt vanliga genomsnittsfamiljer och icke familjer som levde under ovanliga omständigheter.

Trots detta kom urvalet att bestå av medel- eller övermedelklassen. Utbildningsnivån var genomgående hög, i synnerhet hos fäderna. Resultatet kan därför närmast bedömas som generellt för medelklass- och övermedelklassfamiljer i ett medelstort amerikanskt samhälle. Det var alltså familjer som inte var utsatta för något speciellt socialt tryck.

Detta hindrar inte att man kan dra psykologiska slutsatser från barnens reaktioner till andra barn, som dessutom har sämre förhållanden att gå ut ifrån än de ifrågavarande barnen.

Projektet var ett långtidsprojekt som omfattade 60 familjer med barn i åldern 2 1/2–18 år vid tiden för föräldrarnas skilsmässa. Första perioden omfattade 6 veckors rådgivning till barnen och deras familjer. Varje barn och varje förälder träffades var och en för sig med den samma kliniker 3 till 6 gånger. Ett genomsnitt på 14,2 timmar gick åt till varje familj i projektet. Dessutom hade en annan stabmedlem direktkontakt med skolan för att få oberoende information från lärarna om barnens beteende.

Man var mest intresserad av att få barnens reaktioner på den stress, som uppkom p.g.a skilsmässan:

1. Bedömning av barnets utveckling
2. Bedömning av barnets speciella svar på den upplevelse som föräldrarnas separation och skilsmässa inneburit
3. En bedömning av det nätverk av stödjande system som omger barnet och som barnet kan nå.

Barnets svar på skilsmässosituationen inkluderar

de barnets tankar och fantasier, känslor och beteende i samband med skilsmässan.

Hur mycket uttrycktes smärta och ängslan medvetet?

Vilket försvarsmönster och anpassningsmönster använde man för att bemöta stressen och i hur stor utsträckning var dessa svar starkt påverkade av föräldrarnas medvetna och omedvetna press och aktiviteter?

Hur mycket förstod barnen av föräldrarnas skilsmässa?

De flesta små barn, i synnerhet i förskoleåldern, hade mycket felaktiga begrepp om skilsmässan och betydelsen av denna. De var så förvirrade – både begreppsmässigt och känslomässigt – att de föreföll paralyserade i sina ansträngningar att klara av denna mycket stora och ofta skrämmande förändring i livet.

Många förskolebarn hade inte fått någon förklaring alls om skilsmässan. Mycket ofta fantiserade barnen om att det var deras fel att föräldrarna skildes: "Om jag inte hade varit så bråkig, så hade de aldrig skilts."

Hur mycket smärta upplevde barnet?

Man fann en mycket utbredd ökning av irritabiliteten och ett ökat aggressivt beteende och man fann också att barnet öppet eller dolt reagerade med depression.

Kunde barnet använda åldersadekvata försvarsmekanismer mot stress?

Man fann att tex barn i den tidiga latentsåldern (7–8 år) inte kunde använda sig av den åldersadekvata försvarsmekanismen som tex ett förnekande i fantasin erbjuder, utan reagerade med regression eller med öppet lidande, medan andra äldre barn däremot kunde reagera med vrede och aggressivitet som ett försvar mot sorg och depression.

Många barn visade sina symtom hemma, andra visade dem i skolan.

Man fann en mycket utbredd ökning av irritabiliteten och ett ökat aggressivt beteende och man fann också att barnet öppet eller dolt reagerade med depression.

.....

Barnen fick inlärningssvårigheter, ångesttillstånd, separationsångest och olika regressiva symtom.

.....

Man fann också en del psykosomatiska symtom i samband med separationen. Barnen fick inlärningssvårigheter, ångesttillstånd, separationsångest och olika regressiva symtom. Således var det vanligt att toalettråning hos förskolebarn gick tillbaka. Många av dessa symtom gjorde föräldrarna ängsliga och det ledde till förnyade bekymmer för barnen.

En speciell undersökning gällde det stöd utanför hemmet som barnet fick. Speciellt undersökte man barnets relation med den förälder det bodde hos och den förälder som det besökte. Det var viktigt att se om besöken var till glädje och trygghet för barnet eller om det påverkade dem i motsatt riktning. Ibland fann man, att det som utåt såg ut som en trygg relation mellan föräldrar och barn, kunde vara det motsatta. Det kunde vara en destruktiv hämning av utvecklingen och en felaktig bindning. I vissa fall kunde det vara viktigt att uppmuntra till en större distans mellan föräldrar och barn.

Man undersökte också relationen mellan syskonen. Det föreföll som syskon ofta kunde vara stöd för varandra, även om de också ibland kunde motarbeta varandra och uppleva sig som orättvist behandlade.

Också den äldre generationen, farföräldrar-morföräldrar, kunde vara en tröst för barnen om inte de ingick i ett aggressivt spel mot motparten.

En del barn fick tröst i skolan, i synnerhet om de klarade skolarbetet bra. De fick också uppmärksamhet och sympatier och tolerans från lärarna, om dessa hade blivit informerade om skilsmässan. Lärarna kunde bli en central och stabil figur för åtskilliga barn i de månader som följde efter separationen. I vissa fall var de den enda stabila personen i barnens omgivning.

Möjligheten att falla tillbaka på kamraters stöd hör ihop med ålder och andra faktorer och varierade från barn till barn.

Några av de äldre barnen fann sig ur stånd att

berätta för sin bästa vän att deras föräldrar skulle skiljas, medan andra tyckte det var bra att tala med en kamrat.

En del barn hade inget stöd alls och var verkligen i behov av detta.

Konklusion

Skilsmässa mellan föräldrar är ett allvarligt ingrepp i barns livssituation. Barn reagerar med olika stresssymtom.

Undersökningen visade att reaktionerna under det första året ofta var svårare än direkt efter skilsmässan. Detta måste ses i samband med att livssituationen i familjen helt förändras.

De flesta av barnen stannade kvar hos sina mödrar. Många av dessa mödrar fick en ny livssituation. Ca hälften av kvinnorna hade redan innan skilsmässan haft arbete på heltid eller deltid. Många kvinnor arbetade p g a ekonomisk nödvändighet, andra arbetade för att bli ekonomiskt oberoende och några få försökte vidareutbilda sig.

42 % av kvinnorna hade aldrig arbetat före eller under äktenskapet och de var nu p g a åldern och brist på arbetslivserfarenhet sannolikt ställda utanför arbetsmarknaden. Nästan hälften av denna grupp var ur stånd att arbeta efter separationen p g a deras akuta emotionella problem. För några av dessa kvinnor tog det 3–5 år innan de stabiliserades emotionellt.

2/3 av männen och hälften av kvinnorna fick sänkt levnadsstandard p g a skilsmässan.

För de flesta familjerna var de 12 första månaderna efter separationen kaotiska och deprimerande då det gällde ekonomin. Efter 18 månader var där större ekonomisk stabilitet i hemmen.

Skilsmässan betyder således en klar förändring av barnens levnadsstruktur, vilket också visar sig i barnens psykologiska reaktioner.

Slutsatser

Allt fler barn utsätts för föräldrarnas skilsmässa.

Även om skilsmässan sker under lugnare former och föräldrarna kommer överens om vårdnaden, riskerar barnen att fara illa. Det är därför viktigt att skapa resurser för att hjälpa barnfamiljer i kris, så att barnen får hjälp att förstå och genomleva krisperioden.