PILINSZKI ATTILA

Gyermekközpontú válás – kihívások és lehetőségek

ABSZTRAKT

A tanulmány célja bemutatni azokat a kihívásokat, melyekkel az elvált/válófélben lévő családokkal dolgozó szakemberek találkoznak, továbbá keresni azokat a válaszokat, lehetőségeket, amelyek segíthetik az érintett családokat és szakembereket a válás folyamatában. Ezeket a kérdéseket 2021 őszén lefolytatott interprofesszionális műhelymunkák (három alkalom, huszonnégy fő) és a vonatkozó szakirodalom alapján vizsgáltuk. Kihívásként jelent meg a szakemberek beszélgetésében a gyermekek szempontjainak hangsúlyosabb figyelembevétele, illetve a szülők és gyerekek többszintű támogatása a válási folyamat során. Az elmúlt évtizedekben több civil és állami kezdeményezéssel találkozhatunk, amely a konfliktusos válások támogatására irányul, azonban ezek szórványosan és egységes koncepció nélkül működnek. A téma fontossága és a területen tapasztalható hiányosságok miatt szükséges lenne a kérdés szakmaközi átgondolása és rendszerszintű megoldások kidolgozása.

KULCSSZAVAK: válás, mediáció, gyermekközpontú, műhelymunka

A válás, a kapcsolatbomlás más európai országokhoz hasonlóan hazánkban is a lakosság jelentős részét érintő kérdések közé tartozik, még akkor is, ha az elmúlt évek válási statisztikáit tekintve Magyarországon a válások számában és arányában is csökkenés figyelhető meg. A teljes válási arányszám 2008-ban érte el a legmagasabb értéket, az ezt követő években csökkent. 2016-ban eszerint a házasságok mintegy 42 százalékában lehetett válásra számítani. Ugyanebben az évben a válások 55 százalékában volt érintett legalább egy közös kiskorú gyermek (Makay–Szabó, 2018). Fontos azonban megjegyezni, hogy a válási statisztikák kizárólag a házasságok felbomlására vonatkoznak, az élettársi kapcsolatok megszűnéséről nincsenek adataink. A házasságon kívül született gyermekekre vonatkozó adatok (2017-ben 45 százalék) azt jelzik (KSH, 2018), hogy jelentős azon gyermekes családok aránya is, amelyekben a szülők nem kötöttek házasságot. Mivel az élettársi kapcsolatok stabilitása alacsonyabb, mint a házasságoké (Liefbroer–Dourleijn, 2006), a kapcsolatbomlás utáni szülőség kérdése még szélesebb populációt érinthet.

A válási-különválási folyamat sokszor megterhelő időszak minden érintett számára. A szülők az új helyzet bizonytalanságával szembenézve igyekeznek mielőbb valami kiszámíthatóságot találni a maguk és gyermekeik számára. Ebben a szülőket érzelmileg és anyagilag is megviselő időszakban gyakran előfordul, hogy a mindkét fél által szeretett gyermekekre kevesebb figyelmet tudnak fordítani. Különösen nehéz, amikor a személyes sérelmek és az ezekből táplálkozó, a másik felet bántó, sértő kommunikáció akadályt jelent a szülői alrendszer újraszervezésében és működtetésében. E folyamat során a szülők különböző szakemberekkel kerülnek kapcsolatba, akik akár célzottan a váláshoz nyújtanak segítséget (például mediátor, pszichológus, ügyvéd), akár közvetve, sokszor a gyermekek miatt találkoznak a családdal (például pedagógus, edző). A professzionális és megfelelő segítségnyújtás érdekében különösen fontos, hogy a különböző szakemberek – akik esetleg csak egy-egy részkérdéssel foglalkoznak – minél több információval rendelkezzenek a válási krízis sajátosságairól és a segítségnyújtás lehetőségeiről. A család és elsősorban a gyermekek érdekében kiemelten fontos lenne, hogy a szakemberek egymással együttműködve, de legalábbis hasonló elvek mentén dolgozzanak a családdal.

Egy válás természetes velejárói a szülők közötti konfliktusok, azonban intenzitásuk, tartósságuk eltérő lehet. A vonatkozó kutatások eredményei egybehangzóan alátámasztják, hogy a gyakori és intenzív konfliktusok csökkentik mind a szülők, mind a gyermekek pszichés jóllétét, és megnehezítik az új helyzethez való alkalmazkodást (Amato, 2010; Becher et al., 2019; Lamela–Figueiredo, 2016). A nemzetközi irodalomban különösen konfliktusos válásként *(high conflict divorce)* azonosítják azokat a családbomlásokat, amelyek esetében a szülők kapcsolatát hosszan tartó, mély konfliktusok jellemzik (Anderson et al., 2011; Smyth–Moloney, 2019). A konfliktusos válás főbb jellemzőiként Anderson és munkatársai (2011) az átható negatív interakciókat, illetve az ellenséges, érzelmileg instabil társas környezetet emelték ki. Mások e fogalommal a két évnél tovább tartó válási folyamatot jelölik, amelyet nagyfokú harag, ellenségeskedés, bizalmatlanság és nehezített kommunikáció jellemez (Cohen–Levite, 2012). Mahrer és munkatársai (2018) a szülők konfliktusainak tárgyalása során az alábbi szempontokat, különbségtételeket emelték ki:

- Konfliktus vagy kapcsolati erőszak, amelynél súlyos érzelmi és/vagy fizikai abúzus merül fel a szülők között.
- Súlyos konfliktusok, amelyek közvetlenül a válás időszakában merülnek fel, de később csökken a gyakoriságuk és az intenzitásuk is, vagy olyan konfliktusok, amelyek évek múlva is fennállnak.
- A konfliktus intenzitása a nézetkülönbségtől a verbális abúzusig terjedhet.
- A konfliktus a gyerekek előtt vagy az ő bevonásukkal zajlik-e.
- A szülői konfliktusok megismerése során fontos a résztvevők különböző szempontjainak felmérése. A gyermekek konfliktusnak való kitettségére vonatkozóan például az ő beszámolójuk.

A különösen konfliktusos válási ügyek összetett rendszerszintű és klinikai kihívásokat jelentenek. A konfliktushelyzetek folyamatos átélése a gyermekek életében jelentős érzelmi és fejlődési terhet okoz. Ezekről a kérdésekről hazai szinten a szakmai és tudományos értekezések csak szórványosnak mondhatók.

2021 őszén a Magyar Kapcsolatügyeleti Mediátorok Országos Szakmai Szövetsége három alkalommal szervezett online műhelybeszélgetést „Szülőnek lenni… a válás után is" címmel, hogy az elvált családokkal foglalkozó szakemberek interprofesszionális körben cseréljenek tapasztalatot egymással. Jelen tanulmány célja, hogy beszámoljunk a műhelymunkákon részt vevő szakemberek által felvetett kihívásokról, és továbbgondoljuk azokat a lehetőségeket, melyek segítséget jelenthetnek a szülőknek, gyermekeknek a válás időszakában és azt követően.

A MŰHELYMUNKA BEMUTATÁSA

Az alkalmakon összesen huszonnégy fő vett részt, különböző szakmai és intézményi háttérrel, volt közöttük pedagógus, óvodai és iskolai szociális segítő, pszichológus, mediátor, családterapeuta és jogász is. Kivétel nélkül valamennyien hozzájárultak, hogy az elhangzottakat a téma tudományos tárgyalása és szakmai fejlesztések során felhasználjuk.

A műhelymunka menete, vezérfonala:

- A műhelybeszélgetés elején rövid bemutatkozást követően minden jelenlévő választott egy képet, amely leginkább kifejezte számára a válás utáni közös szülőség, illetve az elvált családokkal végzett munka sajátosságait.
- Milyen kihívásokkal találkoznak a válófélben vagy válás után lévő családokkal végzett munka kapcsán?
- Milyen eszközök, technikák, jó gyakorlatok vannak, amelyek segítséget nyújtanak a munkában? Tapasztalataik alapján milyen válaszokat adnának az említett kihívásokra?

Az egyes alkalmak résztvevői közt nem volt átfedés, és mindegyik beszélgetés tematikáját a fenti kérdések adták. A második és harmadik alkalommal ismertettük az előző műhelymunkák fő pontjait, így a beszélgetés során azokhoz is lehetett kapcsolódni.

A jelen lévő szakemberek egy része maga is átesett már válláson, így a kliensmunka tapasztalatai mellett saját élményeiken átszűrve tudtak átfogóan beszélgetni a válófélben lévő családokkal végzett munka nehézségeiről, az intézményi háttér hiányosságairól, kompetenciahatárokról és elérendő célokról.

KIHÍVÁSOK A VÁLÁS UTÁNI KÖZÖS SZÜLŐSÉG TÁMOGATÁSÁBAN

A válással a család párkapcsolati alrendszere megszűnik, ugyanakkor a szülői alrendszer megmarad, hiszen számos olyan kérdés van, melyeket a szülőknek közösen kell megoldaniuk. Feinberg definíciója szerint „a közös szülőség arra a módra vonatkozik, ahogyan a szülők és/vagy más szülőfigurák a szülői szerepükben egymáshoz kapcsolódnak" (Feinberg, 2003: 96). A közös szülőség több dimenzióját is azonosíthatjuk: (1) a szülők

közötti együttműködés és támogatás; (2) a szülők közötti versengés és konfliktus; (3) a szülői feladatok hatékony megosztása; (4) a szülői szerepvállalás iránti elkötelezettség; (5) egyetértés a gyermeknevelléssel kapcsolatos kérdésekben; (6) trianguláció (például az egyik szülő koalíciót alkot a gyermekkel a másik szülő ellen) (Darwiche et al., 2021). Több kutatás is rámutatott, hogy összefüggés van a közös szülőség minősége és a gyermekek jólléte (Becher et al., 2019; Elam et al., 2019), valamint a szülő-gyermek kapcsolat (Beckmeyer et al., 2014) között. A következőkben azokat a kihívásokat mutatjuk be, melyeket a műhelymunkán részt vevő szakemberek említettek.

A gyermekek szempontjainak figyelembevétele

A műhelymunkán a különböző kérdések tárgyalása során a jelenlévők újra és újra visszakanyarodtak ahhoz a dilemmához, hogy a válás folyamatában hogyan lehet a gyermekek szempontjait minél inkább figyelembe venni, érvényesíteni. A szülőket abban támogatni, hogy érzelmi hullámzásaikban tudjanak a gyermekek szükségleteire és érdekeire fókuszálni. A válás körüli helyzetek és a gyermekek kapcsolatának kiváló illusztrációját adja Ingmar Bergman *Jelenetek egy házasságból* című klasszikus filmje. A gyerekek egy-egy vágóképben szerepelnek a film elején és a végén, de alapvetően a szülők belső világa, kapcsolati dinamikája van a fókuszban, s közben a gyerekek szempontjai, megélésük nem kerülnek elő. Ezt a jelenséget fogalmazta meg a műhelymunka egyik résztvevője is: „A gyerekek eltűnnek a dolgok menetében." A válási folyamat legnagyobb kihívása talán az, hogy a szülők szeretik a gyermeküket, azonban szükség van egy „átbillenésre", hogy valóban fókuszba tudják helyezni az ő szükségleteit. Ha a szülők konfliktusa egyre jobban eszkalálódik, és az egymáshoz viszonyulás ellenségessé válik, nagyobb lesz a veszélye annak, hogy a válás során sérül a gyermek is. Glasl kilenclépéses modelljében (Glasl, 1999), melyben a szerző a konfliktusok eszkalációját írja le, a második harmadnak még nincsenek egyértelműen destrukciós céljai, de a saját nyereség maximalizálása és a másik fél legyőzése a cél. Ezekben az eszkalációs lépcsőkben már a gyerekek is szerepet kaphatnak. A *koalíció* fázisában a felek támogatókat keresnek, az eredeti téma kevésbé fontos, már mindkét fél számára arról van szó, hogy nyerjen. Akikkel találkoznak – barátok, ismerősök, családtagok, szakemberek –, potenciális szövetségesek a másik féllel folytatott vitában, harcban. Egy ilyen helyzetben már annak is megvan a veszélye, hogy a gyermek válik szövetségessé, vagy épp mindkét szülővel igyekszik lojális maradni, de ez egyre nehezebbé válik. A válás során és a válást követően a gyermekekben kialakuló lojalitáskonfliktusok gyökerei idevezetnek. A *tekintély elleni támadás* fázisában a két szülő már a másik felet becsmérli, jellemzőek a túlzások is („soha, mindig, állandóan"). A közös szülőség-

A válási folyamat legnagyobb kihívása talán az, hogy a szülők szeretik a gyermeküket, azonban szükség van egy „átbillenésre", hogy valóban fókuszba tudják helyezni az ő szükségleteit.

nek fontos tényezője egymás szülői tekintélyének támogatása, illetve aláásása (Feinberg, 2003). Nagyon meghatározó ebben a tekintetben, hogy hogyan beszélnek a szülők egymással a gyermek előtt, illetve a gyermeknek a másik szülőről. A *destrukciós* szakaszba lépve már a saját veszteségek sem számítanak, a lényeg a másik legyőzése. A családi helyzeteknél azonban nehezen értelmezhető a nyertes-vesztes felállás, hiszen a szülők közötti harcban – a kimenettől függetlenül – hosszú távon mindenki veszít. Több szakember is beszámolt arról, hogy a szülők sokszor nem látják a gyermek megélését, és csak a szakember (például az óvodai és iskolai szociális segítő) jelzése alapján találkoznak azzal, hogy gyermekük egyedül érzi magát, nem tud kivel beszélni a körülötte zajló folyamatokról. A válófélben lévő vagy elvált szülőknek a „magányból, a beszűkült tudatból, a düh, harag, csak azért is megmutatom állapotából kell megérkezni oda, hogy a gyermekekre fókuszáljanak; esszük, nem esszük, ha jól akarjuk csinálni, akkor fókuszt kell váltani" – fogalmazott az egyik résztvevő.

Folyamat – idő – tempó

A válási krízis mindenképpen egy folyamatnak tekinthető, amelyet a szereplőknek egyénenként és együtt is be kell járniuk. A válási átmenetet Van Gasse és Mortelmans (2020a) hat fázisból álló folyamatként írja le: (1) kétszülős család, amelyben a kapcsolati problémák miatt a szülők elkezdenek elégedetlenséget érezni; (2) megjelenik a különválásra törekvés, amely lendületet ad a változáshoz; (3) „ködös időszak", amelyből hiányoznak a kétszülős családi működésben megszokott rutinok és struktúra; (4) a szülők elkezdik átszervezni a családi életet, és átmeneti megoldásokat találnak a mindennapok működtetésére; (5) majd fenntartható és hosszabb távú megoldásokat találnak; (6) a szülők és a gyermekek elfogadják az új struktúrát, és a családi élet új szakaszának tekintik. Bár a szerzők a dinamikus modellben a hatodik szakaszra végpontként hivatkoznak, fontos kiemelni, hogy a családi fejlődés folytatódik. A kialakított megoldásokat újra és újra át kell gondolni, és a családtagok, valamint a család mint rendszer fejlődési szükségleteihez kell igazítani. Az elvált családdá alakulás mindenképp pszichés folyamatot, egyfajta gyászmunkát is jelent, amelynek végére a szülők és a gyermekek elfogadják, hogy már nem olyan lesz a családi életük, mint amit megszoktak. Apa és anya nem lesznek már együtt párként, ugyanakkor közös gyermekükért együtt szükséges felelősséget vállalniuk, és különböző helyzetekben egymással egyeztetve kell dönteniük. Hosszú út vezethet a veszteségben megélt tagadás és düh fázisától az egymással együttműködő közös szülőségig, és fontos látni, hogy a családtagok máshol tartanak az úton. Sokszor előfordul, hogy az egyik félben már megszületett a döntés a különválásról, és szeretné mielőbb tisztázni a válással összefüggő kérdéseket, míg a másik szülő még a párkapcsolat javításáért küzdene. A válás folyamata során fontos (lenne) időnként tudatosítani, hogy hol tartanak az egyes szereplők, hiszen nem egyszerre haladnak ebben a gyászfolyamatban. Szakemberként fontos kihívás, hogy miként lehet segíteni a feleket, hogy tolerálják egymás tempóját. Az előző pontra utalva azt is fontos figyelembe venni, hogy a gyerekeknél

általában később és lassabban zajlik le ez a folyamat, és sokáig előjönnek akár a család újraegyesítésére vonatkozó vágyak is. Mindenképpen kihívást jelent ez, hiszen veszteségekkel néznek szembe a szülők is, és amellett, hogy a saját szükségleteikkel kellene foglalkozniuk, folyamatosan tudatosítaniuk kell, hogy ott vannak a gyerekek.

Informális és formális környezet

A válási folyamatot nem csak a közvetlenül érintett családtagok befolyásolják, illetve maga a válási krízis is hat a család környezetére. Az erős kapcsolati háló értékes szerepet játszhat a válási átmenet kihívásainak leküzdésében, és segítséget jelent az új családi struktúra és működés kialakításában (Cook, 2012). A társas támogatórendszer tagjai számos feladatot átvesznek az átalakuló családban a szülőktől, amivel a változásban lévő szükségletekre adnak választ (Van Gasse – Mortelmans, 2020b). A rokoni és baráti társas rendszer azonban gyakran egyoldalú támogatást nyújt, amelynek során az egyik szülő mellé állnak, akár a másik ellenében. Visser és munkatársai (2017) arra is felhívják a figyelmet, hogy a kapcsolathálózat tagjai nehezebben bocsátanak meg az expartnernek, mint maguk a felek, és rendszeresen témává teszik az elszenvedett sérelmeket, negatívan beszélnek a volt partnerről, ami megnehezíti a szülők kapcsolatának új alapokra helyezését. Komoly tudatosságot és erőfeszítést kíván a szereplőktől, hogy az informális kapcsolathálózattól kapott támogatás gyermekközpontú legyen, és ne valamelyik szülő felé irányuló negatív érzések vezéreljék.

A műhelymunka résztvevői is említették a semleges és pártatlan hozzáállást az elvált családokkal való munka alapvetéseként és egyben kihívásaként. Kívülállónak maradni és nem foglalni állást egyik szülő mellett sem, nem kötődni jobban egyik félhez sem – nehéz segítői feladat, különösen akkor, ha bántalmazó kapcsolatról van szó. Mediátorként ez alapelvnek számít, azonban más szakemberek (például családsegítő, pedagógus, edző) esetében is segítséget jelent a szülőkkel való kommunikációban. A résztvevők egyetértettek abban, hogy a válás során a jogi folyamat túlzott hangsúlyt kap. A „család elsősorban nem jogi rendszer, és a válás elsősorban nem jogi folyamat" – fogalmazott az egyik szakember. Magyarországon a házasság felbontását a bíróság mondja ki, azonban a jogi megoldás önmagában nem eredményez együttműködő közös szülőséget, sőt a jogi út offenzívájában akár el is vész az erő és az energia. A folyamat végén fontos eljutni valamiféle jogi lezáráshoz, de előbb mélyrehatóbban kellene foglalkozni a válás többi (érzelmi, társas, szülői alrendszer) aspektusával. Külön kihívásként említették a műhelymunka résztvevői, hogy a legtöbb szakember, aki nem kifejezetten a válás miatt találkozik a családtagokkal (elsősorban a gyerekekkel), tanulmányai során nem vagy nagyon felületesen foglalkozott azzal, hogyan tud jól segíteni egy ilyen helyzetben. Például mit tehet az az osztályfőnök, akinek az egyik tanulója épp szülei válását éli át? Milyen folyamatok zajlanak a gyermekben, akivel nap mint nap találkozik, és aki esetleg máshogy teljesít, mint szokott, máshogy vesz részt az iskolai közösségi életben, mint korábban? A válás mint családi életesemény kihat azokra a tágabb rendszerekre, melyekben a csa-

ládtagok a mindennapok során dolgoznak, tanulnak. Épp ezért fontos lenne rendszerben gondolkodni, és nemcsak egyéni válaszokat adni, egyéni támaszt nyújtani, hanem összehangolt segítséggel hozzájárulni a családi rendszer minél békésebb és gyorsabb átalakulásához, a gyermekek számára is átlátható, kiszámítható keretek kialakításához.

LEHETSÉGES VÁLASZOK, JÓ GYAKORLATOK

Mediáció és mediációs szemlélet

A közvetítés (más néven mediáció) alternatív vitarendezési eljárás, amelynek során egy pártatlan és semleges harmadik fél, a mediátor segíti a felek kommunikációját, hogy a konfliktusban érintettek számukra kielégítő megoldásra jussanak. A mediáció családi viták esetén különösen jól alkalmazható módszer, hiszen az ilyen érzelmileg intenzív és sok szálon kötődő kapcsolatokban a vitarendezés jogi útja a kapcsolat további romlásához vezet. A válási folyamatban több olyan pont van, amikor segítséget jelenthet a mediációs eljárás azzal, hogy nehéz beszélgetésekhez biztonságos keretet és kiszámítható struktúrát ad. Ezért hasznos lehet a mediáció a válás előtt, a felmerülő kérdések tisztázása és közös megbeszélése érdekében, a válás közben, a jogi eljárás szüneteltetése mellett és a válást követően is. Hiszen gyakran vannak részletkérdések, amelyeket a bíróság nem is tud szabályozni, illetve a család és a családtagok fejlődésével a szabályokat és kereteket is módosítani szükséges. A következőkben néhány olyan mediációs alapelvet emelek ki, amelyek elvált szülőkkel, gyermekekkel foglalkozó más szakemberek számára is hasznosak lehetnek:

- Múltbeli sérelmek helyett jövőorientáció – egy vitahelyzet könnyen eszkalálódik, és a téma hamar átterelődik a vita tárgyáról egy másik tárgyra, a kérdéssel kapcsolatos múltbeli tapasztalatokra, a jelenről a múltra. A „Hogyan jutottunk ide?" kérdés gyakran a felelős, hibás keresésével jár együtt. Akár önhibáztatásról, akár a másik fél számonkéréséről van szó, ez a vita konstruktív rendezését nem segíti elő. A „Ki mit rontott el?" kérdés terméketlenségét kikerülve a jövőbeli lehetséges megoldások kerülnek fókuszba. Például: Hogyan fognak együttműködni egy adott dologban a gyermekük érdekében? Mit tudnak vállalni azért, hogy kiegyensúlyozottabb legyen a kommunikációjuk?
- A másik fél helyett önmagáról, a szülői kapcsolatukról és a gyermek szükségleteiről beszélni – a fókuszváltás egy másik formája, amikor a konfliktusban érintettek kommunikációjának tárgya és iránya változik. Jamison és munkatársainak (2014) vizsgálata rámutatott, hogy a reziliens közös szülőség (amely kevés konfliktussal és eredményes közös döntéshozatallal jár) megjelenése együtt jár a gyermekek jóllétének és szükségleteinek gyakori és explicit megfogalmazásával. Erre utalt a kutatás szerint a nyelvezet is: akik a gyermek szükségleteit helyezték fókuszba, jellemzően a „mi" személyes névmást használták, amikor magukról és expartnerükről beszéltek, míg azok a szülők, akik a válásra és egymásra fókuszáltak, egyes szám első személyben fogalmaztak.

- Követelések helyett szükségletek feltárása és kérések megfogalmazása – a pozicionális vita nehézségét az adja, hogy a felek nagyon konkrét elképzelésekkel érkeznek a tárgyalásba, és nem tudnak, nem akarnak engedni belőlük. Ha így tennének, azt esetleg veszteségként élnék meg. A mediáció ezzel szemben együttműködésre építő megoldásokat kínál, amelyek esetében a felek szükségleteinek feltárása és kifejezése lehetőséget teremt a berögzült pozícióból való kilépésre. Ha találnak olyan megoldást, amely minden fél szükségletét kielégíti, annak ellenére nyertes-nyertes helyzet jöhet létre, hogy elengedik kezdeti követeléseiket.
- A gyermek szükségleteinek és szempontjainak fókuszba állítása – a gyermekközpontú mediáció sajátossága, hogy gyakran rákérdez a gyermek nézőpontjára, sőt ha szükséges, képviseli is a gyermek érdekét. A válás során kulcsfontosságú, hogy a szülők mennyire tudják döntéseiknél figyelembe venni és érvényesíteni a gyermek aktuális szükségleteit és hosszú távú érdekeit.

Válási terápia

A válási folyamatban és akár a válást követő időszakban is gyakran úgy tűnik, hogy a szülők megragadnak a krízisben. Érzelmeikben elakadva, magukat vagy a másik felet okolva képtelenek a továbblépésre. Akár egyik, akár mindkét felet jellemzi ez, mindenképpen súlyos akadályt jelent a közös szülőség és az együttműködés kialakításában. Ezért is fontos, hogy minél előbb kapjanak olyan érzelmi támogatást a szülők, amely képessé teszi őket a szükségleteket figyelembe vevő és racionális döntések meghozatalára. Lebow (2015) speciális, integratív szemléletű válásterápiát fejlesztett ki, melyben a válás kezdeti fázisára fókuszál, amikor a pár érzelmei még igen intenzívek. A terápia célja a gyermek körül kialakuló konfliktusok oldása, az érzelmi leválás és az indulatkezelés segítése. Felmerülhet itt a mediáció és a terápia közötti kompetenciahatár kérdése, de az Amerikai Pszichológiai Társaság (American Psychological Association, 2013) iránymutatása szerint a terápiás támogatás elsősorban a párkapcsolat felbomlását kísérő érzelmek kezelését és a változásokhoz való alkalmazkodást segíti. Az egyéni és párterápiák a különválás előtt és a válás során hozzájárulnak a felek önismereti fejlődéséhez, a megszakadó kapcsolat dinamikáira való reflexióhoz, valamint az ezekből való tanuláshoz.

Képzések a közös szülőségről

Az elmúlt évtizedekben több országban is indultak olyan képzési programok, melyek a válás utáni közös szülőség minőségének fejlesztését célozzák. Az USA államainak többségében már 2007-ben elérhető volt képzés elvált szülők számára, s az államoknak több mint a fele megköveteli, hogy a válás előtt álló szülők tanfolyamon vegyenek részt (Pollet–Lombreglia, 2008). E programok elsődleges célja a szülők konfliktusainak csökkentése és együttműködésük, kommunikációjuk fejlesztése, hogy a kapcsolatuk felbomlásából adódó negatív hatásokat enyhítsék.

A műhelymunka résztvevői egy közös szülőségről szóló képzés tervezésével kapcsolatban fontos kérdésnek tartották az időzítést (már a tapasztalatokra tudjanak rátekinteni, vagy megelőzésként vesznek részt benne), a célkitűzést (edukáció és/vagy támogatás), valamint a képzés formáját (a szülők együtt vagy külön vesznek-e részt benne, egyéni, csoportos vagy páros formában zajlik-e). Tartalom szempontjából kiemelték a konfliktuskezelési módszereket, a gyermek szempontjainak beemelését, az önismeretet és a különböző szolgáltatásokról (mediáció, terápia) szóló tájékoztatást. A nemzetközi színtéren sokféle intervencióval találkozhatunk, amelyek a válás utáni közös szülőséget támogatják. Van olyan, amelyik csak az egyik szülőnek szól (Braver et al., 2005), van, amelyikre mindkét szülőt hívják (Owen–Rhoades, 2012), és van, amelyen a komplex program egyéni, páros és csoportos munkára épül (Pruett et al., 2011). Célkitűzéseiket és tartalmukat tekintve a támogatásra, tájékoztatásra, a konfliktusok csökkentésére, egy közös szülői terv kidolgozására, illetve a készségfejlesztésre fókuszálnak (Darwiche et al., 2021).

Interprofesszionális együttműködés

A válás során és a válást követően a szülőkkel és a gyermekekkel több szakember is találkozik. Van, aki közvetlenül a válási folyamathoz nyújt támogatást, mások meghatározó tagjai azoknak a közösségeknek, melyekben a családtagok megfordulnak. Fontos lenne, hogy ezek a szakemberek rendszerben tudjanak együttműködni a családdal és a család érdekében. Ehhez egyrészt az szükséges, hogy nekik is legyen ismeretük azokról a folyamatokról, melyek a szülőkben és a gyermekekben zajlanak, illetve legyenek eszközeik a családtagok támogatására, a velük folytatott kommunikációra. Vannak olyan esetek, amikor az iskolában nem is tudnak a szülők válásáról, csak a gyermek viselkedésének változását, tanulmányainak romlását tapasztalják. Különösen fontos ezért, hogy olyan társadalmi közeg és légkör tudjon kialakulni, ahol a válás nem szégyen és kudarc, s ahol a szülők vállalhatják a maguk és gyermekeik közösségeiben, hogy ebben a krízisben vannak. E téren mindenképpen szemléletformálásra van szükség a szakemberek és a laikusok körében is, hiszen a cél az, hogy az elvált családokban élő gyermekek a lehető legkevesebb sérüléssel legyenek túl ezen az embert próbáló időszakon. A szakemberek és a szülők képzésén túl az összehangolt munkát segíthetik az esetkonferenciák és szakmaközi megbeszélések, melyek ugyan jelen vannak a gyermekjóléti rendszerben, de általában akkor kerül sor rájuk, ha egy gyermek veszélyeztetéséről van szó.

A válás felmerülésekor elsősorban az ügyvédi szolgáltatásokat veszik igénybe a szülők, azonban fontos lenne, hogy a válás különböző aspektusaira gondolva más szolgáltatásokat is ismerjenek. Különösen előremutatók az olyan kezdeményezések, amikor a családdal „válási team" foglalkozik, amelyben mentálhigiénés szakemberek, mediátorok, jogászok segítik végig a családot ezen az úton. Az „Együttműködő válás" programban e szakemberek munkáját egy úgynevezett közös szülőség konzulens segíti, aki végigkíséri a családot a válási folyamaton, és időközönként egyeztet a többi szakemberrel is (Pruett et al., 2011). Hazánkban a kapcsolatügyeleti szolgáltatás alakulásának időszaká-

ban, az Erzsébetvárosi Nevelési Tanácsadóban, majd később a Kapcsolat Alapítvány keretei között működött olyan modell, amelyen belül a család többszintű segítséget kapott (szülőcsoport, szülőkonzultáció, mediáció stb.) (Balázs, 2016).

KONKLÚZIÓK, JAVASLATOK

A műhelymunkákon részt vevő szakemberek véleménye és a nemzetközi gyakorlat alapján mindenképpen megállapítható, hogy sok tennivalónk van a válással kapcsolatban, elsősorban a szemléletformálás terén. Annak érdekében, hogy a gyermekek pszichés jólléte a válást követően is minél stabilabb lehessen, fontos, hogy vállalható legyen a válás azokban a közösségekben (munkahely, iskola), ahol a családtagok a mindennapjaikat élik. Ezt megkönnyíti, ha ezen intézményekben olyan szakemberekkel találkoznak, akik kompetens módon, ismeretekkel és készségekkel rendelkezve tudnak segíteni, illetve megfelelő segítséget keresni. Támogatná ezt, ha a különböző szakemberek a gyermekközpontú válást fókuszba helyező képzéseken, műhelymunkákon vennének részt.

A szülők „átbillenését" is nagymértékben segíti, ha már a válás felmerülésekor és az egész folyamat során olyan szolgáltatásokat tudnak igénybe venni, amelyek támogatják őket a gyermekfókusz megtartásában és az együttműködő közös szülőség kialakításában. Ehhez szükséges e programok kialakítása és mérése, majd rendszerszintű bevezetése a válás jogi és gyermekvédelmi folyamataiba.

A különösen konfliktusos válások esetében fontos lenne a rendszerben egy erre felkészített szakember (lásd *coparenting counselor, parenting coordinator*), aki pártatlanul és semlegesen, a gyermek érdekeit szem előtt tartva támogatja a családot a válási folyamatban. Egy ilyen szerepkör bevezetéséhez viszont nem elegendő egy munkakör létrehozása vagy a családsegítő-gyermekjóléti központok újabb feladattal való terhelése, hanem széles körű, interprofesszionális együttműködésre is szükség van.

TÁMOGATÁS

A tanulmány megírását a „Közös szülőség a válás után" című, OTKA-PD 131671 sz. kutatási pályázat támogatta.

KÖSZÖNETNYILVÁNÍTÁS

Köszönettel tartozom a műhelymunkán részt vevő szakembereknek, akik tapasztalataikkal gazdagították a közös eszmecserét, és hozzájárultak az elvált családokkal végzett munka kihívásainak végiggondolásához. Köszönöm Watfa Zsülinek, hogy segített a műhelymunkák levezetésében.

Felhasznált irodalom

Amato, Paul R. (2010): Research on divorce: Continuing trends and new developments, *Journal of Marriage and Family,* 72. évfolyam, 2010/3., 650–666.

American Psychological Association (2013): *Healthy divorce: How to make your split as smooth as possible,* https://www.apa.org/topics/divorce-child-custody/healthy (letöltve: 2022. 07. 03.).

Anderson, Shayne Ray – Anderson, Stephen A. – Palmer, Kristi L. – Mutchler, Matthew S. – Baker, Louisa K. (2011): Defining high conflict, *The American Journal of Family Therapy,* 39. évfolyam, 2011/1., 11–27.

Balázs Réka (2016): Kapcsolatügyeleti mediáció: a kapcsolattartás békés rendezése, *Forum – Publicationes Doctorandorum Juridicorum,* 6. évfolyam, 2016/6., 19–38.

Becher, Emily H. – Kim, Hyunjun – Cronin, Sarah E. – Deenanath, Veronica – McGuire, Jenifer K. – McCann, Ellie M. – Powell, Sharon (2019): Positive parenting and parental conflict: Contributions to resilient coparenting during divorce, *Family Relations,* 68. évfolyam, 2019/1., 150–164.

Beckmeyer, Jonathon J. – Coleman, Marilyn – Ganong, Lawrence H. (2014): Postdivorce coparenting typologies and children's adjustment, *Family Relations,* 63. évfolyam, 2014/4., 526–537.

Braver, Sanford L. – Griffin, William A. – Cookston, Jeffrey T. (2005): Prevention programs for divorced nonresident fathers, *Family Court Review,* 43. évfolyam, 2005/1., 81–96.

Cohen, Orna – Levite, Ziva (2012): High-conflict divorced couples: Combining systemic and psychodynamic perspectives, *Journal of Family Therapy,* 34. évfolyam, 2012/4., 387–402.

Cook, Kay E. (2012): Social support in single parents' transition from welfare to work: Analysis of qualitative findings, *International Journal of Social Welfare,* 21. évfolyam, 2012/4., 338–350.

Darwiche, Joëlle – Nunes, Cindy Eira – El Ghaziri, Nahema – Imesch, Camille – Bessero, Séverine (2021): Coparenting interventions and shared physical custody: Insights and challenges, in Bernardi, Laura – Mortelmans, Dimitri (szerk.): *Shared Physical Custody: Interdisciplinary Insights in Child Custody Arrangements,* Cham, Springer International Publishing, 253–282.

Elam, Kit K. – Sandler, Irwin – Wolchik, Sharlene A. – Tein, Jenn-Yun – Rogers, Adam (2019): Latent profiles of postdivorce parenting time, conflict, and quality: Children's adjustment associations, *Journal of Family Psychology,* 33. évfolyam, 2019/5., 499–510.

Feinberg, Mark Ethan (2003): The internal structure and ecological context of coparenting: A framework for research and intervention, *Parent Science and Practice,* 3. évfolyam, 2003/2., 95–131.

Glasl, Friedrich (1999): *Confronting conflict: a first aid kit for handling conflict,* Stroud, Hawthorn Press.

Jamison, Tyler B. – Coleman, Marilyn – Ganong, Lawrence H. – Feistman, Richard E. (2014): Transitioning to postdivorce family life: A Grounded Theory investigation of resilience in coparenting, *Family Relations,* 63. évfolyam, 2014/3., 411–423.

KSH (2018): *Statisztikai Tükör – Népmozgalom, 2017,* Budapest, Központi Statisztikai Hivatal.

Lamela, Diogo – Figueiredo, Bárbara (2016): Coparenting after marital dissolution and children's mental health: A systematic review, *Jornal de Pediatria,* 92. évfolyam, 2016/4., 331–342.

Lebow, Jay L. (2015): Separation and divorce issues in couple therapy, in Gurman, S. Alan – Lebow, Jay L. – Douglas, Snyder K. (szerk.): *Clinical Handbook of Couple Therapy,* New York, The Guilford Press, 445–463.

Liefbroer, Aart C. – Dourleijn, Edith (2006): Unmarried cohabitation and union stability: Testing the role of diffusion using data from 16 European countries, *Demography,* 43. évfolyam, 2006/2., 203–221.

Mahrer, Nicole E. – O'Hara, Karey L. – Sandler, Irwin N. – Wolchik, Sharlene A. (2018): Does shared parenting help or hurt children in high-conflict divorced families?, *Journal of Divorce & Remarriage,* 59. évfolyam, 2018/4., 324–347.

Makay Zsuzsanna – Szabó Laura (2018): Válás, in Monostori Judit – Őri Péter – Spéder Zsolt (szerk.): *Demográfiai portré 2018,* Budapest, KHS–NKI, 29–45.

Owen, Jesse – Rhoades, Galena K. (2012): Reducing interparental conflict among parents in contentious child custody disputes: An initial investigation of the working together program, *Journal of Marital and Family Therapy,* 38. évfolyam, 2012/3., 542–555.

Pollet, Susan L. – Lombreglia, Melissa (2008): A nationwide survey of mandatory parent education, *Family Court Review,* 46. évfolyam, 2008/2., 375–394.

Pruett, Marsha Kline – Ebling, Rachel – Cowan, Philip A. (2011): Pathways from a Us co-parenting intervention to legal outcomes, *International Journal of Law, Policy and the Family,* 25. évfolyam, 2011/1., 24–45.

Smyth, Bruce M. – Moloney, Lawrence J. (2019): Post-separation parenting disputes and the many faces of high conflict: Theory and research, *Australian and New Zealand Journal of Family Therapy,* 40. évfolyam, 2019/1., 74–84.

Van Gasse, Dries – Mortelmans, Dimitri (2020a): Reorganizing the single-parent family system: Exploring the process perspective on divorce, *Family Relations,* 69. évfolyam, 2020/5., 1100–1112.

Van Gasse, Dries – Mortelmans, Dimitri (2020b): Social support in the process of household reorganization after divorce, *Journal of Social and Personal Relationships,* 37. évfolyam, 2020/6., 1927–1944.

Visser, Margreet – Finkenauer, Catrin – Schoemaker, Kim – Kluwer, Esther – Rijken, Rachel van der – Lawick, Justine V. – Bom, Hans – Schipper, J. Clasien de – Lamers-Winkelman, Francien (2017): I'll never forgive you: High conflict divorce, social network, and co-parenting conflicts, *Journal of Child and Family Studies,* 26. évfolyam, 2017/11., 3055–3066.

Child-centred divorce – challenges and opportunities

ABSTRACT

The aim of the study is to present the challenges faced by professionals working with divorced/separated families and to look for answers and options that can help families and professionals in the divorce process. These issues were explored through interprofessional workshops (3 sessions, 24 participants) in the autumn of 2021 and relevant literature conducted. A challenge that emerged in the professionals' discussions was to take children's perspectives more into account and to support parents and children at multiple levels during the divorce process. In recent decades, there have been several civil and public initiatives to support high-conflict divorce, but these are sporadic and lack a coherent approach. The importance of the issue and the gaps in the field call for an interdisciplinary reflection and the development of systemic solutions.

KEYWORDS: divorce, mediation, child-centred, workshop

PILINSZKI ATTILA | 2001-ben szociális munkásként, 2005-ben szociológusként végzett, doktori fokozatát 2014-ben szerezte. 2007-től mediátorként is tevékenykedik. Kutatási érdeklődéséhez tartozik a családok és párkapcsolatok működése, a konfliktuskezelés és az alternatív vitarendezési módszerek.