

Poradnik psychologiczny dla rodzin zagrożonych sytuacją porwań rodzicielskich



Warszawa 2022

Spis treści

I. Wstęp	3
II. Psychologiczne aspekty alienacji i porwań rodzicielskich	9
1. Psychologiczne konsekwencje alienacji i porwań rodzicielskich	9
1.1. Alienacja rodzicielska a psychika dziecka	9
1.2. Jak chronić dziecko w sytuacji konfliktów rodzicielskich?	10
1.3. Mediacja rodzinna - na czym polega?	11
1.3.1. Korzyści płynące z mediacji	13
1.3.2. Mediacja a terapia rodzinna	14
1.4. Rodzina w kryzysie - gdzie szukać pomocy?	15
III. Rekomendacje	18

I. Wstęp

Fundacja ITAKA, po raz kolejny, podejmuje wyzwanie w postaci rozwiązania problemu osób stanowiących skarb każdego społeczeństwa myślącego o przyszłości. Tym skarbem oraz gwarancją przyszłości są młode pokolenia, dzieci, funkcjonujące w rodzinach, społeczeństwie, otoczone opieką – emocjonalną, prawną, instytucjonalną. Niestety realna rzeczywistość stawia pytanie: Jak zadbać o dobrostan dzieci w sytuacji, kiedy codzienne pogłębiające się konflikty między rodzicami doprowadzić mogą i bardzo często doprowadzają do tragedii?

Dzięki środkom pozyskanym przez Fundację z Funduszy Norweskich realizowany jest projekt: **Centrum Wsparcia i Mediacji dla rodzin zagrożonych sytuacją porwania rodzicielskiego**. Współpraca **praktyków** – prawników, psychologów, doświadczonych społeczników zaangażowanych na rzecz dzieci oraz rodzin, a także współuczestniczących w projekcie badaczy, ma na celu pomoc oraz próbę wprowadzenia do polskich realiów niektórych rozwiązań funkcjonujących w tym obszarze w państwie darczyńcy – Norwegii.

Praktycznym wymiarem projektu jest wsparcie prawne oraz psychologiczne i mediacyjne (chcemy i będziemy polecać podjęcie mediacji). Będziemy zachęcać do refleksji i dialogu, by do sporu prawnego, w którym dziecko jest niejednokrotnie kartą przetargową i ofiarą, nie dochodziło. Spór prawny, mający wymiar wewnętrzny lub międzynarodowy jest w polskich realiach końcowym etapem narastającego wcześniej konfliktu. Tymczasem do takich skrajnych sytuacji o charakterze rozbudowanego sporu, rozstrzyganego na sali sądowej, wcale nie musi dochodzić. Przykładem mogą być rozwiązania stosowane w Norwegii.

Mamy świadomość, iż wielu z rozwiązań norweskich nie da się w prosty sposób przenieść na grunt polski. Główne przeszkody mają charakter instytucjonalno-prawny oraz związek ze stanem świadomości społecznej. Rozwiązania polskie i norweskie, pomimo tego, iż w swojej podstawie bazują na tych samych wzorcach, wywodzących się między innymi z aktów prawa międzynarodowego, są w praktycznym wymiarze niekompatybilne. Podstawą są różnice w podejściu do podmiotowości dziecka – osoby małoletniej, jej praw i obowiązków oraz relacji zarówno z osobami najbliższymi (rodzice, krewni, powinowaci), jak i z otoczeniem instytucjonalnym (państwo oraz reprezentujące je instytucje). Tymczasem, nikt, kto stoi na gruncie prawa, nie powinien mieć wątpliwości, iż wszystkim dzieciom przysługują prawa człowieka i podstawowe wolności. Jednym z najważniejszych traktatów dotyczącym ochrony praw dziecka jest ratyfikowana przez Polskę Konwencja o prawach

dziecka (Dz.U. z dnia 23 grudnia 1991 r.). Uznane w nim zostały prawa obywatelskie, polityczne, ekonomiczne, społeczne i kulturalne dzieci oraz ustanowiono, iż we wszystkich sprawach dotyczących dzieci należy brać pod uwagę ich najlepiej pojęty interes.

Skoro Polska i Norwegia są stronami Konwencji, rodzi się pytanie: Czego możemy się nauczyć w tym zakresie od Norwegii? Naszym zdaniem sam wymiar prawny jest niewystarczający, znacząca jest świadomość indywidualna i zbiorowa. To ona decyduje o interpretacji przepisów! Prawo tworzą, egzekwują oraz stosują ludzie. To oni dają przyzwolenie, bądź też nie, na określone zachowania z udziałem siebie samych lub innych ludzi w ich otoczeniu. W ocenie zespołu realizującego projekt najważniejsze jest **faktyczne, realne postrzeganie dobra dziecka przez pryzmat kontaktu z rodzicami, umożliwiając im jednocześnie, podjęcie instytucjonalnie dopracowanej mediacji. Dzięki mediacji rodzice mogą dojść do akceptowalnej przez nich formy wypracowanego porozumienia**, którego najważniejszym komponentem jest dobrostan psychiczny dziecka. Dziecka, które i tak jest ofiarą, ponieważ poza przypadkami, w których zastosowanie mają przepisy prawa, zazwyczaj dochodzi do zachwiania porządku i poczucia bezpieczeństwa w życiu dziecka. Sytuacja ta wywołuje w dziecku stres, lęk, smutek, żal, w skrajnych przypadkach zaburzenia psychosomatyczne lub depresyjne z wszelkimi tego konsekwencjami.

W Norwegii Służba opieki nad dziećmi, Barnevernet (BV), ma za zadanie zaopiekowanie się najbardziej zagrożonymi dziećmi, jeśli brakuje im opieki czy są narażone na cierpienia fizyczne lub psychiczne. Takim cierpieniem jest m.in. obserwowane narastające sporu między rodzicami, bycie jego częścią, bycie zmuszonym do dokonywania wyborów, dotyczących rodzica bądź rodziców. Jeśli do BV dochodzi jakikolwiek sygnał o nieprawidłowościach, jej obowiązkiem jest natychmiastowe zbadanie sprawy i samopoczucia dziecka. Jest to instytucja podstawowa, pierwszego kontaktu, mająca bezpośrednią pieczę nad dobrostanem każdego dziecka, mieszkającego na terenie objętym jej działaniem.

W sytuacji konfliktu, pomocy udziela państwo oraz sieć wyspecjalizowanych instytucji i BV jest jedną z nich. Na poziomie okręgu (odpowiednik polskiego województwa) funkcjonuje 12 okręgowych rad opieki społecznej (Fylkesnemnda). Są to niezależne trybunały składające się z prawnika, eksperta (najczęściej psychologa) oraz osoby bezstronnej, orzekające w sprawach dotyczących ochrony praw dzieci. Ważne są tutaj kompetencje oraz szybka możliwość działania i podejmowania decyzji. W ten sposób unika się, tak zauważalnej w polskich realiach, przewlekłości, mającej konsekwencje dla dziecka oraz rodzica, któremu utrudniany jest z nim kontakt. Działają one szybko, gdyż przewlekłość rodzi poważne

konsekwencje dla najbardziej poszkodowanych – dzieci. Jak już wspomniano, w każdej gminie funkcjonuje Miejski/Gminny Urząd Opieki nad Dziećmi (Barnevernet). Prowadzi on swoje działania w oparciu o obowiązujące prawo, dotyczące spraw dzieci. Służby gminne mają docierać do każdego dziecka i udzielać mu natychmiast niezbędnej pomocy. Co jest podstawą takiej pomocy/interwencji? Są to wszelkie, niepokojące sygnały dotyczące sytuacji niekorzystnej z punktu widzenia dobra dziecka.

Istnieje możliwość zgłoszenia kwestii związanych z ochroną dobra dziecka przez samych rodziców lub jakiegokolwiek inne osoby np. sąsiadów czy pracowników służb publicznych. Zgłoszenia mogą być anonimowe (osoby prywatne mogą żądać anonimowości), jednak w przypadku rozpatrywania kwestii przez sądy lub Komisje ds. dzieci i spraw socjalnych, osoby te mogą być wzywane na świadków. Przedstawiciele instytucji publicznych – pracownicy przedszkoli, szkół, służb psychologiczno-pedagogicznych - mają obowiązek powiadomienia służb i nie mogą żądać anonimowości. Nawet osoby i służby mające zawodowy obowiązek zachowania tajemnicy, są zobowiązane do powiadomienia służby w przypadkach, gdy dotyczy to dzieci.

W Norwegii Barnevernet jest instytucją pomagającą rodzinom w tworzeniu jak najlepszych warunków dla rozwoju dzieci. Jeśli rodzice potrzebują porady, to jest im oferowane specjalistyczne poradnictwo – porady dotyczące wychowania. Jeśli są niewydolni w opiece i potrzebują wsparcia, to mogą na przykład skorzystać z rodziny zastępczej na weekendy. Taka forma umożliwi rodzicom prowadzenie sporu bez udziału dziecka lub daje możliwość psychicznego oderwania czy relaksu w przyjaznej atmosferze. Dziecko oraz rodzice mają świadomość, iż jest to sytuacja tymczasowa, swoistego rodzaju „wakacje”.

Gdy wnioski z przeprowadzonej analizy lub zgłoszenia wskazują, iż dziecko ma złe warunki życia, dochodzi do interwencji. W skrajnych przypadkach, gdy zagrożone jest zdrowie i bezpieczeństwo dziecka, może dojść do obligatoryjnego przeniesienia dziecka z domu rodzinnego do rodziny zastępczej lub instytucji opiekuńczej.

Jeśli dochodzi do rozpadu rodziny, rozwodu lub separacji, to poradnie rodzinne, działające w ramach BV, prowadzą mediacje. W przypadku małżeństw/związków z dziećmi poniżej 16 roku życia, wszyscy małżonkowie oraz konkubenci mają z mocy prawa obowiązek uczestniczenia w mediacjach. W mediacjach chodzi przede wszystkim o dobro dziecka i zawieranie umów dotyczących form opieki nad nim, ustalenie częstotliwości kontaktów, decyzji z kim ma ono przebywać itp. Nie chodzi w nich o mediowanie za formalnym utrzymaniem związku, lecz o dobro dziecka w kontekście jego prawa do kontaktów

z obojgiem rodziców, również po formalnym czy też faktycznym rozpadzie pożycia i więzi pomiędzy rodzicami. Pozwala to na unikanie sytuacji skrajnych w przyszłości. Rodzice bardzo często wspólnie wypracowują formy dalszych, nieskrępowanych kontaktów z dzieckiem. Sądy orzekające w sprawach rozwodowych, dzięki kompromisom wypracowanym w trakcie mediacji, bardzo często podejmują decyzję o opiece naprzemiennej. W Polsce mediacje należą do rzadkości, a dziecko jest elementem przetargu, często wręcz zemsty jednego rodzica na drugim.

Jak widać, w realizacji celu nadrzędnego – dobro dziecka - pomagają natychmiastowa pomoc i porada. W ponad 80% wszystkich przypadków udzielania pomocy przez Barnevernet (BV), wdrażane są środki i procedury w domu zamieszkania dziecka, w formie dobrowolnego uczestnictwa rodziny w takich działaniach, jak: porady i wskazówki, wsparcie osobiste, opiekę dzienną nad dzieckiem w placówce opiekuńczej lub w innych rodzinach z dziećmi, pomoc w zapewnieniu rodzicom odpoczynku oraz odciążenie ich od obowiązków domowych (często przy udziale wolontariuszy) a także inne formy wsparcia dla rodziny.

W polskich realiach brak jest systemu szybkiego reagowania na zaistniałą, szkodliwą z punktu widzenia dziecka sytuację związaną na przykład ze sporem i faktycznym, postępującym rozpadem rodziny. Brak jest jakiegokolwiek reakcji osób z zewnątrz w trakcie narastania sporu-konfliktu między rodzicami. A przecież w Polsce, podobnie jak w Norwegii jest cały szereg osób oraz instytucji, z którymi w codziennych, rutynowych kontaktach styka się dziecko. Konsekwencjami tego stanu rzeczy, jest brak interwencji, mediacji na poziomie samego sporu, który nierozwiązywany stopniowo narasta.

Do pierwszych prób mediacji dochodzi niejednokrotnie dopiero w momencie, gdy łamane jest prawo (niestety z reguły są to skrajne przypadki, nierzadko tragedie), bądź w sytuacji, gdy strony konfliktu trafiają przed oblicza składów orzekających sądów rodzinnych, a dziecko lub dzieci stają się w postępowaniu bardzo często kartą przetargową. Tym samym, proces powolnej alienacji rodzicielskiej narasta, a podczas postępowania sądowego dochodzi do jego kumulacji. A tymczasem, gdyby postawić dziecko w centrum sytuacji konfliktowej między rodzicami, chcieć usłyszeć i uwzględnić jego potrzeby, my dorośli usłyszelibyśmy, że dzieci chcą mieć po prostu prawo do kochania obojga rodziców i do utrzymywania z nimi relacji, mieć dom (lub dwa domy), który jest źródłem stabilizacji, chcą czuć się ważne i kochane, przez to np., że oboje rodzice aktywnie uczestniczą w ich życiu (spotkania, wydarzenia szkolne, wsparcie w porażkach, świętowanie sukcesów).

Z tego punktu widzenia, działania podejmowane w ramach projektu, mają na celu uzupełnienie luki mediacyjnej. Poinformujemy rodziców na czym polega i będziemy starali się zachęcić do jej podejmowania, uświadomimy im korzyści płynące z mediacji. Mamy nadzieję, iż pozwoli to rodzicom chętniej korzystać z mediacji i zachęci do wypracowywania częstszych kompromisów.

Należy pamiętać, iż otwarcie Polski na świat, będące konsekwencją członkostwa w Unii Europejskiej, stworzyło dużo większe możliwości praktycznie niekontrolowanego przemieszczania się w ramach UE. Rodzic z dzieckiem z dokumentami (transport lotniczy lub morski) lub bez (transport lądowy) może bardzo szybko przemieszczać się o tysiące kilometrów. Zaginięcie, ukrycie się, unikanie kontaktu ze światem zewnętrznym może być stanem trwającym miesiące, a w skrajnych przypadkach, nawet lata. To wszystko jest konsekwencją zaistniałego, narastającego pomiędzy rodzicami dziecka sporu, bardzo często o długotrwałym charakterze.

Żeby do takich skrajnych sytuacji nie dochodziło, potrzebna jest profesjonalna mediacja z udziałem fachowo przygotowanej kadry mediatorów - praktyków. Stąd też tak bardzo podkreślamy zalety i korzyści płynące z mediacji, informujemy o możliwościach.

Staramy się, poprzez nasze działania i bazując na bardzo dobrych praktykach norweskich, przekonać uczestników sporu oraz wszystkich ten spór obserwujących, do sięgnięcia po mediację. To niezwykle istotna próba odpowiedzi na pytania: Czy rozmawiać? Dlaczego rozmawiać? Jakie są pozytywne konsekwencje rozmowy/mediacji oraz jej odwrotności? Gdzie szukać pomocy? Służyć temu ma kreowanie atmosfery przyjaznej obu stronom zarówno w początkowym, jak i rozwiniętym stadium konfliktu.

Naszym zdaniem, **cel nadrzędny projektu to uświadomienie potrzeby realizacji dobra dziecka poprzez zastosowanie mechanizmów mediacyjnych! Dążenie do faktycznego, realnego postrzegania dziecka z perspektywy jego upodmiotowienia!** Psycholog udzielający wsparcia, w realizowanym projekcie będzie zachęcał do mediacji w imię dobra dziecka oraz obojga rodziców! Ponieważ utrata kontaktu z dzieckiem jest odczuwalna zarówno dla dziecka, jak i rodzica, **tylko sytuacje skrajne mogą uzasadniać akceptację dla zerwania więzi pomiędzy dzieckiem i rodzicem!**

Sytuacja ta dała o sobie wyraźny, namacalny wyraz w czasie pandemii Covid-19, kiedy rodzice wykorzystywali pandemię i lockdown do alienacji drugiego rodzica, nadużywając tym samym pojęcie "dobro dziecka". Co więcej, rodzice zyskali wyłączne prawo do

decydowania o zdrowiu i życiu swoich dzieci. To oni mogli lub nie wyrażać swoją wolę zaszczepienia dzieci. We wspomnianej wcześniej Norwegii, dziecko od 12 roku życia ma prawo do samodzielnego decydowania w kwestiach dotyczących swojego zdrowia, natomiast od 16 roku życia nabywa prawa do nieinformowania rodziców o procedurach medycznych go dotyczących.

W nawiązaniu do pandemii, stanu izolacji, napięcia społecznego, zarówno Światowa Organizacja Zdrowia, jak Fundusz Narodów Zjednoczonych na Rzecz Dzieci sygnalizują, iż jest to sytuacja szczególnie uciążliwa dla dzieci. Dlatego działania doradczo-mediacyjne będą przebiegały również z uwzględnieniem tej sytuacji.

Projekt jest praktyczny oraz naukowy zarazem. Współpraca praktyków oraz badaczy, poparta współpracą i konsultacją z osobami oraz instytucjami państwa darczyńcy, ma w naszym przekonaniu prowadzić do zmiany sytuacji na korzyść dzieci oraz rodziców. Artykułując dobro dziecka nie zapominamy, iż utrata lub bycie w niebezpieczeństwie utraty opieki nad dziećmi to traumatyczne przeżycie dla rodzica. Nagle znajduje się on w sytuacji, nad którą nie ma kontroli lub nad którą nie panuje, a jego możliwości wywierania wpływu są minimalne. Potrzeba pomocy i wsparcia jest ogromna, a jednocześnie oferty są nieliczne i niezróżnicowane. Rodzice, którzy doświadczają pozbawienia opieki nad swoimi dziećmi, często wskazują na braki informacyjne, które są szczególnie wymagające w i tak już trudnej sytuacji.

Celem tej fazy realizacji projektu jest, oprócz niesienia realnej pomocy, zgromadzenie podstawy teoretycznej i praktycznej do dalszych działań.

II. Psychologiczne aspekty alienacji i porwań rodzicielskich

1. Psychologiczne konsekwencje alienacji i porwań rodzicielskich

Z sytuacją alienacji rodzicielskiej mamy do czynienia, gdy jeden z rodziców, świadomie lub nie, swoim zachowaniem zaburza relację dziecka z drugim rodzicem. Tego rodzaju zjawisko może przybrać formę utrudniania kontaktów dziecka z drugim rodzicem, manipulowania przekonaniem, zachowaniem i emocjami dziecka, szantażu emocjonalnego czy też kreowania negatywnego wizerunku drugiego rodzica. Alienacja rodzicielska jest sytuacją obciążającą dla całej rodziny. Wywołuje stres i różnego rodzaju emocje (lęk, żal, złość, smutek), niszczy dotychczasowy porządek i ład, burząc tym samym poczucie bezpieczeństwa. Przede wszystkim, **uderza ona w samo dziecko, dla którego więź z obojgiem rodziców stanowi podstawową potrzebę i prawo.**

Konflikty rodzicielskie i okołorozwodowe oraz związane z nimi zjawiska alienacji i porwań rodzicielskich to sytuacje kryzysowe, które niosą za sobą zarówno ryzyko zagrożeń (w tym psychologicznych), jak i szansę na pozytywną zmianę. **Osoby dorosłe jako te zdolne do podjęcia odpowiednich kroków i decyzji, ponoszą odpowiedzialność za dobrostan psychiczny dziecka.**

1.1. Alienacja rodzicielska a psychika dziecka

Liczne badania potwierdzają, że zaburzenie relacji dziecka z drugim rodzicem, np. w efekcie ograniczenia kontaktu lub porwania rodzicielskiego, może skutkować daleko idącymi konsekwencjami w funkcjonowaniu psychofizycznym dziecka. Te negatywne skutki przybierają zwykle postać problemów emocjonalnych, zdrowotnych, rozwojowych czy tych związanych z zachowaniem dziecka.

Alienacja rodzicielska może sprzyjać pojawieniu się u dziecka:

- objawów psychosomatycznych (np. bóle brzucha),
- problemów ze snem i apetytem,
- zaburzeń lękowych i depresyjnych,
- obniżonej samooceny,
- uzależnienia (behawioralnego lub chemicznego),
- zachowań autoagresywnych (m.in. samookaleczenia),

- zachowań agresywnych,
- myśli, a nawet prób samobójczych.

Psychologiczne efekty alienacji rodzicielskiej mogą towarzyszyć dziecku w nastoletnim, a później w dorosłym życiu, gdzie przejawiają się one jako problemy emocjonalne, zaburzenia seksualne czy trudności w tworzeniu bliskich relacji.

W sytuacji konfliktu rodzicielskiego warto pamiętać o perspektywie i potrzebach dziecka. Zadanie to leży w rękach osób dorosłych - przede wszystkim rodziców, ale również innych osób z otoczenia dziecka (np. pedagoga lub psychologa szkolnego). **Każde dziecko ma swoje podstawowe prawa i potrzeby**, do których należą:

- bycie kochanym, zauważonym i zaopiekowanym - zarówno fizycznie, jak i emocjonalnie
- utrzymanie kontaktu z obojgiem rodziców, z rodzeństwem, a także z dalszą rodziną ze strony każdego z rodziców
- dorastanie w środowisku domowym zapewniającym stabilizację, poczucie bezpieczeństwa, możliwość rozwijania swoich zainteresowań, zabawy oraz nawiązywania bliskich relacji
- brak konieczności wybierania pomiędzy rodzicami czy opowiadania się po jednej ze stron konfliktu
- zrozumienie sytuacji, w jakiej się znajduje oraz przeżycie i odreagowanie tego na własny sposób.

1.2. Jak chronić dziecko w sytuacji konfliktów rodzicielskich?

Dla dziecka sytuacja konfliktu między rodzicami jest zawsze czymś obciążającym psychicznie. To, w jaki sposób dziecko odnajdzie się w tym trudnym dla siebie położeniu, uzależnione jest od różnych czynników, m.in. od wieku rozwojowego dziecka, więzi z innymi członkami rodziny (rodzeństwo, dziadkowie), ale również od sposobu komunikacji i rozwiązywania konfliktów, jaki obiorą jego rodzice. Atmosfera panująca pomiędzy rodzicami oraz jakość ich relacji odgrywają niezwykle znaczącą rolę w procesie przystosowania się dziecka do nowych okoliczności. Oznacza to szerokie pole do działania dla rodziców, których głównym zadaniem staje się **ochrona dziecka przed potencjalnymi szkodami psychicznymi w sytuacji konfliktu rodzicielskiego**.

Metody wsparcia powinny być dostosowane do potrzeb i możliwości dziecka. Młodsze dzieci potrzebować mogą innego rodzaju pomocy niż nastolatki. W zależności od wieku, różny będzie także stopień "wtajemniczenia" i zaangażowania dziecka w sytuację oraz zakres i forma przekazywanych mu informacji. Niezależnie od tych różnic, możemy wskazać czynniki wspierające dziecko w sytuacji konfliktu między jego rodzicami (również

w przypadku ograniczenia lub utraty kontaktu dziecka z jednym z rodziców). Są to:

- przekazanie dziecku zrozumiałej i adekwatnej do jego wieku informacji o obecnej sytuacji; przedstawienie zmian, jakie mają nastąpić; udzielenie odpowiedzi na jego pytania i wątpliwości; ustalenie planu działania i jasnych zasad dotyczących kluczowych dla dziecka kwestii (*"Gdzie i z kim będę mieszkał?"*, *"Jak często i gdzie będę spotykał się z drugim rodzicem?"*, *"Gdzie będę chodził do szkoły?"*, *"Czy będę spotykał się z dziadkami i z rodzeństwem?"*),
- akceptacja uczuć i reakcji dziecka wobec zaistniałej sytuacji; zauważenie i przyjęcie emocji, bez oceniania ich; pomoc w nazwaniu emocji; przyzwolenie na wyrażanie uczuć,
- zdjęcie z dziecka poczucia winy i odpowiedzialności za sytuację; zapewnienie, że nie ma ono wpływu na to, co dzieje się z każdym z rodziców i na relację pomiędzy nimi,
- utrzymywanie pozytywnego wizerunku drugiego rodzica w oczach dziecka,
- zapewnienie dziecka o trwałości relacji z każdym z rodziców; dziecko powinno mieć przekonanie o dostępności i obecności w jego życiu obojga rodziców, nawet jeśli mieszka tylko z jednym z nich.

Świadomość trudności, jakie mogą rodić się w dziecku na skutek konfliktów rodzicielskich lub ograniczenia kontaktu z jednym z rodziców to pierwszy krok, by zapewnić mu odpowiednią pomoc. Uwaga, którą obdarzamy dziecko, pozwoli mu poczuć się widocznym, akceptowanym, ważnym, wartościowym, bezpiecznym i kochanym. Jest ona też ważną formą profilaktyki problemów natury psychicznej. Zaobserwowanie u dziecka niepokojących objawów, takich jak: problemy ze snem lub jedzeniem, zachowania agresywne, obniżony nastrój czy lęk, powinny skłonić do szukania dla dziecka pomocy specjalistycznej, np. u psychologa, a w niektórych przypadkach - u lekarza psychiatry.

Jawna, autentyczna, życzliwa i nieoceniająca komunikacja z dzieckiem jest podstawą do zbudowania u niego poczucia bezpieczeństwa, komfortu psychicznego i zdrowej więzi z obojgiem rodziców. Równie ważna jest komunikacja pomiędzy samymi rodzicami, ponieważ to ona odpowiada za atmosferę w rodzinie i wpływa na samo dziecko. Zadaniem rodziców jest zadbać o to, by komunikacja ta była neutralna i konstruktywna, pozbawiona elementów przemocy czy angażowania dziecka do sporu i obsadzania go w roli sojusznika czy sędziego. Jeżeli wypracowanie takiej komunikacji staje się niemożliwe, pomocne okazać się może wsparcie specjalisty, np. mediatora.

1.3. Mediacja rodzinna - na czym polega?

Z definicji mediacją jest interwencja w konflikt przez osobę trzecią. Osoba ta powinna spełniać trzy podstawowe warunki. Po pierwsze, jest ona akceptowana przez obie strony. Po

drugie, nie ma żadnej władzy pozwalającej jej na podjęcie decyzji rozstrzygającej spór. Po trzecie, pomaga stronom w dobrowolnym osiągnięciu przez nie wzajemnie akceptowalnego porozumienia w kwestiach spornych. **Celem mediacji rodzinnej** jest zatem **pomoc rodzicom** (członkom rodziny) w osiągnięciu porozumienia, czyli w **podjęciu wspólnych decyzji w kwestiach spornych dotyczących ich dziecka/dzieci**.

Mediator jest trzecią stroną i podczas mediacji **przestrzega pięciu ważnych zasad**.

1. Sprawdza, czy obie strony uczestniczą w mediacjach **dobrowolnie**, czyli czy nie są do mediacji zmuszone.
2. Ponadto dba o przestrzeganie zasady **poufności** – wszystko powiedziane przez strony podczas mediacji przeznaczone jest dla uszu mediatora. Wyjątkiem od tej zasady jest treść spisanego porozumienia, które będzie przedstawione w sądzie.
3. Kolejna zasada dotyczy **samodzielności** stron przy wypracowanym porozumieniu. Mediator nie rozstrzyga sporu, nie osądza, a zachęca strony do współpracy i samodzielnego wypracowania rozwiązań akceptowalnych przez każdą ze stron. Obie strony muszą zgodzić się na wypracowaną ugodę i porozumienie.
4. Mediator przestrzega zasady **bezstronności**, nie opowiada się za żadną ze stron, jest w tym samym stopniu zaangażowany w pomoc każdej ze stron.
5. Mediator jest **neutralny**, nie opowiada się za żadnym rozwiązaniem, nie jest zwolennikiem konkretnego zapisu.

Do głównych zadań mediatora należy: redukcja przeszkód w komunikacji między rodzicami, nazywanie potrzeb zaangażowanych w spór osób, a także zbadanie możliwych opcji rozwiązań. Mediator orientuje strony **na przyszłość i współdziałanie**, nie szuka winnych. Swoją postawą i pytaniami stwarza **klimat do rozmowy i rozwiązywania konfliktu**. Koncentruje się bardziej na redukowaniu konfliktu niż na poszukiwaniu jego przyczyn. Mediator **pomaga w osiągnięciu zgody i wypracowaniu porozumienia**, które będzie zaakceptowane i przestrzegane przez obie strony. **Zachęca** rodziców do **aktywnego poszukiwania** możliwych sposobów **rozwiązań** i usuwania powstałych rozbieżności, ale nie narzuca swojego rozstrzygnięcia. Dzięki takim zasadom, strony, korzystając ze swojej kreatywności, czują się bardziej zaangażowane w proces. Być może po raz pierwszy od dłuższego czasu mają możliwość wymiany myśli i szansę bycia wysłuchanymi, w atmosferze spokoju i zrozumienia.

Jak przebiega pierwsze spotkanie z mediatorem?

Możesz spodziewać się, że mediator rozpocznie je od tzw. monologu mediatora, w którym m.in. zapozna Was z 5. zasadami mediacji. Zobaczysz, że już na tym etapie mediator będzie

tworzył atmosferę zaufania i nawiązywał z Wami kontakt. Następnie mediator opíše, na czym będzie polegało spotkanie. Odniesie się do wiedzy każdego z rodziców dotyczącej przedmiotu sporu. Będzie zainteresowany poznaniem perspektywy sytuacji spornej każdej ze stron. Będzie dbał o przeznaczenie takiej samej ilości czasu dla każdego z rodziców oraz umożliwi wzajemne słuchanie się stron, zadba o nieprzeszkadzanie sobie, będzie powstrzymywał strony od pytań podczas prezentacji drugiej osoby. Sam będzie zadawał pytania, żeby lepiej zrozumieć istotę rzeczy.

Pierwsze spotkanie to czas na określenie, na czym polegają kwestie sporne. W trakcie kolejnych spotkań z mediatorem będziecie pracować nad: znalezieniem rozwiązań satysfakcjonujących obydwie strony; uzgodnieniem tego, co należy powiedzieć dziecku; negocjowaniem i podejmowaniem decyzji; pisaniem porozumień końcowych. Możliwe, że umówicie się na spotkanie ewaluacyjne, w którym ocenicie wprowadzenie porozumienia w życie. Cały proces mediacji zazwyczaj trwa około 5-6 spotkań.

1.3.1. Korzyści płynące z mediacji

1. O sukcesie mediacji można mówić wtedy, gdy strony osiągną akceptowalne porozumienie. Szansa na ten sukces pojawia się z chwilą, kiedy strony podejmą decyzję o przystąpieniu do mediacji.
2. Ważnym elementem procesu mediacji jest sama decyzja stron o pojawieniu się w gabinecie mediatora. Badania pokazują, że większość osób zgłaszających się do mediatora podejmuje decyzję, by wziąć udział w mediacji i tym samym stwarza szansę na rozważanie rozwiązań i rozstrzygnięcie niemalże wszystkich lub wybranych kwestii spornych.
3. Mediacja jest szczególnie użyteczna w sprawach, w których strony utrzymują długoterminowe relacje, a więc w rodzinie czy sąsiedztwie. Już sam sposób wypracowania ustaleń i ich obustronne zaakceptowanie są równie ważne jak treść finalnej ugody.
4. Mediacja ma sens i przynosi korzyści na więcej niż jednym poziomie: odpowiada na potrzeby jednostek zaangażowanych w spór (rodzice i dziecko/dzieci), uwzględnia interesy rodziny w szerszym składzie (dziadkowie, ciocie, wujkowie, kuzyni), a ponadto jest zgodna z interesem społecznym, bo wspomaga funkcje rodziny podczas zmian.
5. Dzięki mediacji rodzice wypracowują porozumienie dotyczące sposobów sprawowania władzy rodzicielskiej, utrzymywania kontaktów z dzieckiem po rozwodzie, brania czynnego udziału w życiu dziecka. Daje szansę na funkcjonowanie rodziny w nowym kształcie w przyszłości. Przyczynia się do zwiększania poczucia bezpieczeństwa dziecka, które będzie miało możliwości kontaktów z członkami rodziny w poszerzonym składzie, zapewniając mu poczucie ciągłości.

- ✓ Badania pokazują, że co najmniej 70% mediacji kończy się zawartym porozumieniem - całkowitym lub częściowym.
- ✓ Dzięki temu, że strony wypracowują porozumienie samodzielnie, są bardziej z niego zadowolone, uważają je za sprawiedliwe, a rezultaty są bardziej trwałe - strony nie wracają do sądu lub mediatora po re-mediację.
- ✓ Klienci w 60%-80% przypadków są zadowoleni z udziału w mediacji i z osiągniętego porozumienia. Dodatkowo, co ważne, 40%-60% mediujących par wykazywało zadowolenie nawet mimo braku osiągniętego porozumienia.
- ✓ W grupie par, którym udało się osiągnąć porozumienie, aż 90% z nich było zadowolonych z przebiegu i udziału w mediacji. W sytuacji braku osiągnięcia porozumienia, dla klientów ważne jest poczucie bycia zrozumianym i wysłuchanym. Doceniają oni także pozytywny wpływ mediacji na dzieci oraz korzyści z rozmów z partnerem w kontrolowanych warunkach, przy udziale mediatora.

Wśród zalet mediacji należy wymienić:

- jest tańsza i krótsza niż proces sądowy,
- przestrzeganie uzgodnień przez rodziców jest bardziej prawdopodobne (wypracowują je sami),
- sprawy mediowane rzadziej wracają ponownie do sądu niż sprawy, które nie podlegały mediacjom,
- rodzice uczestniczący w mediacjach są bardziej zadowoleni niż ci, którzy rozstawali się przed sądem,
- obserwuje się mniej konfliktów między rozwodzącymi się rodzicami podczas separacji oraz w roku po niej.

1.3.2. Mediacja a terapia rodzinna

Oba podejścia, obie interwencje **służą rodzinie w kryzysie**. Każde z nich charakteryzuje się innymi założeniami i metodami działania oraz będzie użyteczne w innej sytuacji. Czasem rodzinie potrzebna jest mediacja, żeby rozwiązać kwestie sporne i wypracować porozumienie, a czasem potrzebna jest pomoc terapeuty, po to, żeby wyleczyć zaburzone relacje rodzinne. Terapia ma zatem służyć przeprowadzeniu rodziny przez zmiany i jednocześnie utrzymaniu rodziny jako wspólnoty. Mediacja ma z kolei na celu rozwiązanie konfliktu, wypracowanie akceptowalnego przez strony porozumienia.

Nie można powiedzieć, że któraś z tych form jest lepsza lub gorsza. Podczas mediacji wgląd we własne emocje jest ograniczony i służy osiągnięciu porozumienia. W trakcie takich spotkań strony koncentrują się bardziej na poznawaniu własnych punktów widzenia i potrzeb. Natomiast w terapii praca z emocjami służy rozwojowi własnemu, tak poszczególnych członków rodziny, jak i rodziny jako całości. W terapii rodzinnej zmiana osobista pociąga za sobą zmianę w funkcjonowaniu rodziny jako systemu. W wyniku mediacji zmiana jest zauważalna jako inny sposób rozumienia drugiej osoby, dostrzeganie jej potrzeb i stosowanie się do zapisów wspólnie wypracowanego porozumienia. Podsumowując, oba podejścia można stosować oddzielnie lub łączyć, po to, żeby polepszać stosunki międzyludzkie lub/i wewnątrzrodzinne.

Mediacja rodzinna	Terapia rodzinna
<ul style="list-style-type: none"> Interwencja lub podejście stosowane jako pomoc rodzinie w kryzysie 	
<ul style="list-style-type: none"> rozwiązać kwestie sporne strony samodzielnie wypracowują akceptowalne porozumienie ograniczony wgląd we własne emocje, nastawienie na poznanie potrzeb zmiana w rozumieniu drugiej strony, stosowanie się do zapisów porozumienia 	<ul style="list-style-type: none"> wyleczyć zaburzone relacje przeprowadza przez zmiany, utrzymuje rodzinę jako wspólnotę praca z emocjami służy rozwojowi osobistemu obserwowalna zmiana w funkcjonowaniu rodziny jako całości
<ul style="list-style-type: none"> poprawa funkcjonowania i polepszenie stosunków międzyludzkich i wewnątrzrodzinnych 	

Podsumowując, osoby w konflikcie chcą dostać od innych pomoc, radę oraz zobaczyć możliwości odpowiednie do poradzenia sobie z sytuacją konfliktową. Potrzebują czuć, że będą chronieni, a ich zdanie zdobędzie poparcie. Chcą mieć pewność, że z konfliktu wyjdą wzmocnieni, a nie pokonani; że nie stracą siebie samych. Przy wsparciu mediatora profesjonalisty zadbanie o takie potrzeby jest jak najbardziej realne.

1.4. Rodzina w kryzysie - gdzie szukać pomocy?

Ośrodek Pomocy Społecznej, Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie	Pomoc społeczna dla osób i rodzin w trudnej sytuacji życiowej
Ośrodek Interwencji Kryzysowej	Bezpłatna pomoc psychologiczna, prawna i socjalna dla rodzin w kryzysie

Poradnia Psychologiczno - Pedagogiczna	Placówka oświatowa oferująca bezpłatne wsparcie dla nauczycieli, wychowawców oraz rodziców i ich dzieci
Centrum Wsparcia i Mediacji (Fundacja ITAKA Centrum Poszukiwań Ludzi Zaginionych)	tel. 116 000 - pomoc prawna i pomoc psychologiczna dla rodzin zagrożonych alienacją i porwaniem rodzicielskim https://porwaniarodzicielskie.pl/
Poradnia Zdrowia Psychicznego	https://terminyleczenia.nfz.gov.pl/ - pomoc psychologiczna i psychiatryczna dla dzieci i dorosłych
Ośrodki I-go stopnia referencyjnego	https://www.gov.pl/web/zdrowie/rozpoczecie-dzialalnosci-osrodkow-i-stopnia-referencyjnego Wsparcie psychologiczne, środowiskowe i psychoterapeutyczne dla dzieci, młodzieży i rodzin
Telefon dla rodziców i nauczycieli w sprawie bezpieczeństwa dzieci	tel. 800 100 100 - pomoc telefoniczna i online dla rodziców i nauczycieli, którzy potrzebują wsparcia i informacji w zakresie pomocy psychologicznej dzieciom
Niebieska linia – Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie	tel. 800 120 002 (bezpłatny, całodobowy) - pomoc osobom doznającym przemocy, świadkom przemocy oraz osobom, które poszukują informacji na temat zjawiska i sposobów przeciwdziałania przemocy w rodzinie
Policyjny telefon zaufania ds. Przeciwdziałania przemocy w rodzinie	tel. 800 120 226 (poniedziałek - piątek od 9:30 do 15:30) - wsparcie w sytuacji przemocy w rodzinie
Centrum Praw Kobiet	tel. (22) 621 35 37 Psycholog – od poniedziałku do piątku (bez czwartków) od 10:00 do 16:00, Prawnik – czwartek od 10:00 do 16:00 Telefon zaufania oraz telefon interwencyjny dla kobiet doświadczających różnych form przemocy, poszukujących wsparcia w zawiadomieniu policji, poszukujących interwencyjnego noclegu Dodatkowo: Numer interwencyjny: 600 070 717 (całodobowy, płatny)

Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży	tel. 116 111 (bezpłatny, całodobowy)
Dziecięcy telefon zaufania Rzecznika Praw Dziecka	tel. 800 12 12 12 (bezpłatny, całodobowy)
Komitet Ochrony Praw Dziecka	tel. 22 626 94 19 (poniedziałek - piątek od 9:00 do 17:00) Poradnictwo prawne, poradnictwo psychologiczno-pedagogiczne, terapia i mediacje
Stowarzyszenie Narodowe Centrum Ojcostwa	Stowarzyszenie działa na rzecz pomocy ojcom i rodzinom w trudnych sprawach sądowych i sytuacjach faktycznych. http://www.prawaojca.org.pl/

III. Rekomendacje

Drodzy rodzice, opiekunowie, osoby spotykające się codziennie z sytuacjami, które dotyczą problemów prezentowanych w tym materiale. Wiedźcie, iż naszym podstawowym celem jest wsparcie dzieci oraz rodziców zagrożonych alienacją i mamy świadomość złożoności problemów poruszanych w naszym poradniku.

W naszych działaniach odnosimy się do przykładów zaczerpniętych z pozornie odległej nam Norwegii. Jest to dla nas nie tylko państwo darczyńca, dzięki któremu możemy zrealizować nasz projekt, ale również przykład realnej rzeczywistości, w której dzięki świadomym decyzjom zbiorowym oraz indywidualnym, losy dzieci oraz rodziców są przedmiotem realnej troski specjalistów oraz władz i instytucji lokalnych.

System norweski jest bardziej fachowo zinstytucjonalizowany, począwszy od stopnia podstawowego, jakim są wspólnoty lokalne na poziomie gmin. To w nich funkcjonują jakże inne, że aż „wrogie” w interpretacji rozwiązania, mające na celu dobro dziecka. Niezrozumiałe są dla wielu decyzje, dbające o nadrzędne wartości i dobrostan dziecka, często wbrew rodzicom i opiekunom, którzy ten stan rzeczy negują i występują w roli „właściciela” dziecka. Symbolem tej odmienności jest Służba opieki nad dziećmi (BV), realizująca swoje zadania przy udziale współobywateli. Musimy mieć świadomość, iż nie miałyby ona takiego znaczenia bez zaangażowania całego społeczeństwa. W niespełna 5 milionowej Norwegii BV realizuje ponad 50 tysięcy interwencji dotyczących ochrony praw dziecka w całej ich złożoności. Jednak większość, ponad 80%, kończy się na poziomie mediacji, nie ma konieczności do korzystania z rozwiązań skrajnych, np. w postaci narzuconej z mocy prawa pieczy zastępczej.

Stąd w realizowanym projekcie, tak silnie akcentujemy potrzebę mediacji, przedstawiamy jej zalety, zarówno te doraźne, jak i długofalowe. Naszym zdaniem fachowa mediacja, poparta wsparciem psychologicznym, to uniknięcie w przyszłości sytuacji związanych z alienacją rodzicielską. Musimy, jednak w tym miejscu podkreślić, iż aby mediacja stała się bardziej popularna i powszechna, potrzebna jest zmiana społecznego podejścia do sytuacji sporu. Potrzebne są szybkie działania, niedopuszczanie do narastania czy rozbudowy konfliktu, zrzucania wszystkiego na barki sądu i wydawane przez niego orzeczenia.

Apelujemy w tym miejscu, zarówno do osób będących w sporze oraz wszystkich obserwujących takie sytuacje, by w imię dobra dziecka oraz rodziców zagrożonych

alienacją, zachęcali do mediacji. Przystąpienie do mediacji może nastąpić w każdym momencie sporu, nie ma znaczenia jak daleko jest on zaawansowany. Wykorzystując dobre praktyki, których przykładem może być Norwegia, sami możemy, zachowując zasadę bezstronności spróbować przedstawić zalety tej formy rozwiązywania konfliktów.

Jeśli w Waszym sporze lub tym, który obserwujecie widzicie potrzebę wsparcia psychologicznego lub mediacyjnego, czy porady prawnej skontaktujcie się z nami:

www.porwaniarodzicielskie.pl

Dane kontaktowe

Centrum Wsparcia i Mediacji

dla rodzin zagrożonych sytuacją porwania rodzicielskiego

116 000



Godziny dyżurów prawników i psychologów dostępne są na:

www.porwaniarodzicielskie.pl

Kontakt

116 000 - Telefon w Sprawie Zaginionego Dziecka i Nastolatka

e-mail: cwim@zaginieni.pl



Fundacja ITAKA – Centrum Poszukiwań Ludzi Zaginionych

skr. poczt. 127, 00-958 Warszawa 66

www.zaginieni.pl

tel. 22 620 16 10
faks. 22 654 79 79

e-mail: itaka@zaginieni.pl

Fundacja ITAKA ma status organizacji pożytku publicznego

Przeznacz 1%
KRS 0000126459

Poradnik psychologiczny dla rodzin zagrożonych sytuacją porwań rodzicielskich

Autorzy: prof. dr hab. Wojciech Nowiak, Marzena Jakoniuk, Anna Trela

Redakcja i korekta: Marzena Jakoniuk

© 2022 Copyright by Fundacja ITAKA – Centrum Poszukiwań Ludzi Zaginionych

Kopiowanie i cytowanie treści broszury jest dozwolone po podaniu źródła.

Fundacji ITAKA – Centrum Poszukiwań Ludzi Zaginionych

+ 48 22 654 70 70

Telefon w Sprawie Zaginionego Dziecka i Nastolatka

116 000

www.zaginieni.pl

www.porwaniarodzicielskie.pl