

Warszawa, 3 lutego 2021 r.

## DZIECKO W ROLI RODZICA – KONSEKWENCJE DLA SYSTEMU RODZINNEGO



Rodzina to grupa osób, powiązanych ze sobą poprzez pokrewieństwo lub powinowactwo. To rodzice i dzieci. To podstawowa grupa społeczna, w której młody człowiek rozwija się i tworzy swoją tożsamość, uczy się jak żyć w społeczeństwie. Rodzina stanowi systemem, co oznacza, że całość nie jest prostą sumą części składowych, jak również, że zmiana w jednej części tego systemu powoduje zmianę w całym systemie, a trudności jednostki powodują brak harmonii w rodzinie.

Rodzina jako system składa się z podsystemów. Najważniejszymi są: podsystem rodziców i podsystem dzieci. Każdy z nich ma swoje zadania i cele, które stara się realizować. Najważniejszymi zadaniami rodziców są: opieka i troska, jak również rozumienie i wspieranie rozwoju dzieci. Rozpoznawanie uczuć dziecka, ich nazywanie oraz odzwierciedlanie, nauczenie go radzenia sobie z emocjami czy wyznaczenie granic – to również ważna rola ojca i matki.

Hierarchia w rodzinie jest nierówna, co oznacza, że kreowanie rzeczywistości rodziny leży po stronie rodziców. To oni są reżyserami życia rodzinnego, czyli decydują jaki będzie porządek dnia codziennego, kto za co w rodzinie jest odpowiedzialny, jakie ma zadania do wykonania, jaka będzie fabuła, a także przekaz tego “rodzinnego filmu”. Rodzice dokonują wyborów, których konsekwencje ponosi cała rodzina, podejmują decyzje, nakreślają granice i są odpowiedzialni za ich respektowanie.

Czasem z różnych powodów dzieje się tak, że dzieci są włączane w podsystem rodziców. Dziecko opuszcza swój dziecięcy czy nastoletni świat i zaczyna zajmować się “dorosłymi” sprawami. Chciałabym zaznaczyć, że nie jest to działanie intencjonalne i zaplanowane po żadnej ze stron. Nie jest tak, że rodzice celowo postanawiają oddać swoje sprawy w ręce podopiecznych, bo uważają, że to jest dobre rozwiązanie. Proces wprowadzania dziecka do świata rodziców dzieje się w nieświadomej przestrzeni rodziny i bierze w nim udział każda ze stron, zarówno ojciec, jak i matka, chociażby poprzez wycofanie się, rezygnowanie czy nieobecność. Szereg czynników związanych z indywidualnymi trudnościami każdego z rodziców, jak i często dysharmonia w relacji małżeńskiej wpływają na to, że dziecko zaczyna funkcjonować jako partner rodziców. Młody człowiek zostaje wyposażony we władzę, tyle że jest to dla niego zbyt trudne, aby tę władzę sprawować. Nie jest to również korzystne z punktu widzenia jego rozwoju.

Psychologia mówi, że trójkąt jest najbardziej stabilnym systemem relacyjnym. W sytuacji małego napięcia dwie osoby są zdolne do funkcjonowania w relacji dwójkowej. Jeśli jednak napięcie wzrasta,

jedno lub oboje partnerzy mogą wciągać do relacji pomiędzy sobą trzecią osobę. W rodzinie w relację pomiędzy rodzicami najczęściej wciągane jest dziecko. Dzięki takiemu „utrójkowieniu” (zjawisko opisane w psychologii) maleje poziom lęku i obniża się poziom stresu w rodzinie. Gdy rodzice oddalają się od siebie lub też konfliktują się, różne potrzeby każdego z nich pozostają niezaspokojone (potrzeba akceptacji, wsparcia, poczucie bycia zauważonym i rozumianym). Wzrasta napięcie pomiędzy nimi, a miejsce miłości, spełnienia i szacunku zajmują różne trudne uczucia (złość, nienawiść, rozczarowanie). Każdy z członków rodziny może się obawiać, że system rodzinny tego nie wytrzyma, że może się rozpaść. Wówczas może się zdarzyć, że rodzic wchodzi w koalicję z dzieckiem. Różne niezaspokojone dotychczas potrzeby mają szansę zrealizować się, matka czuje się rozumiana i wspierana przez córkę, w wyniku czego poziom napięcia spada. Rodzina, dzięki obecności takiej koalicji, jest w stanie przetrwać i można na jakiś czas przestać myśleć o rozstaniu. Jeżeli dochodzi do powstania koalicji pomiędzy rodzicem a dzieckiem, drugi rodzic może próbować również „skorzystać z takiej możliwości” i wejść w koalicję czy to z tym samym, czy też z drugim dzieckiem. Zdarza się, że jeden z partnerów wchodzi w koalicję z kimś spoza systemu rodzinnego (własnym rodzicem, przyjacielem). Może też poczuć się zupełnie wykluczony z systemu, co jeszcze bardziej nasila wrogość wobec partnera.

### JAKIE KONSEKWENCJE DLA RODZINY NIESIE TAKIE „UTRÓJKOWIENIE”?

Kiedy dziecku zostaje przypisana rola dorosłego, partnera, powiernika różnych spraw ojca lub matki, osoby, która bierze udział w podejmowaniu różnych ważnych decyzji, młody człowiek może się czuć w jakiś sposób wyróżniony, wybrany, inny od reszty rówieśników. Może czuć się wyjątkowy, poważny, dorosły, godny zaufania. Są to jednak złudne korzyści, ponieważ jego układ nerwowy i poziom rozwoju, zarówno intelektualnego, jak i emocjonalnego, nie są



przygotowane na taką rolę i wynikające z niej sprawy, którymi go obciążono. To trochę tak, jak gdyby człowiekowi bez prawa jazdy proponować udział w rajdzie samochodowym. Przestrzeń psychiczną dziecka powoli zajmują rozterki, na które nie ma rozwiązania - jak pogodzić skłóconych rodziców, jak sprawić, aby byli dla siebie miłsi, aby mama mniej płakała, aby tata był szczęśliwszy? Co będzie lepszym rozwiązaniem - żeby się rozstali, jeśli się nie rozstali do tej pory czy też, żeby się pogodzili, ale jak to zrobić, skoro co rusz się kłóć? Wreszcie – dziecko wchodząc w koalicję z jednym z rodziców chce być lojalne wobec niego i może czuć się zobowiązane do bycia po jego stronie. Może się jednak obawiać o to, że w ten sposób straci drugiego rodzica, który może się obrazić, odsunąć, odejść. To nie dziecko jest stroną w konflikcie rodziców, ono kocha swojego ojca i matkę tak samo.

Jeśli dziecko zostaje wciągnięte w podsystem rodziców, spada poziom napięcia w rodzinie, jednak prawdziwy konflikt pozostaje nierozwiązany, a oddalanie się parterów pogłębia się. To nie z partnerem zaczynamy wówczas tworzyć związek, ale z dzieckiem. Zdarza się również, że jedno lub nawet dwoje rodziców porzuca swoją rodzicielską rolę, ponieważ jest ktoś inny (dziecko), kto tę rolę sprawuje. Rodzic abdykujący ze swojej roli odsuwa się od rodziny, ucieka w pracę czy uzależnienie, przestaje sprawować opiekę, nie okazuje zainteresowania, nie proponuje wspólnych aktywności, przestaje podejmować decyzje, wymagać, pozostawia zadania rodziny „własnemu biegowi”. Taka sytuacja – paradoksalnie – powoduje wzmocnienie relacji partnerskiej pomiędzy drugim rodzicem a dzieckiem, bo wyłączone z systemu rodzinnego osoba przeżywana jest jako taka, na którą nie można liczyć. Nieprawidłowa sytuacja rodziny pogłębia się.

A jakie są konsekwencje bycia partnerem rodzica dla dziecka? Ważnym zadaniem każdego dziecka jest oddzielać się od rodziny, budować swoją niezależną tożsamość i swoje życie poza systemem rodzinnym. W sytuacji, gdy dziecko jest partnerem rodzica, separacja od rodziny staje się niemożliwa. Dziecko nie może żyć swoim życiem, nie może stawać się indywidualne, niezależne, gdy jest uwikłane w sprawy rodziny. W związku z trwaniem w tak trudnej sytuacji uwikłania, nieprawidłowo kształtuje się jego osobowość, a w konsekwencji dziecko zaczyna chorować. Trudno jest mu funkcjonować w relacjach społecznych, trudno stworzyć własny związek, bo właściwie jest ono już w związku z rodzicem.

Chciałabym zakończyć ten artykuł słowami Agnieszki Stein: „Rodzice nie wychowują dzieci dla siebie, tylko dla świata i dla nich samych. Kiedy chcą być dobrymi rodzicami, starają się oprócz korzeni dawać dzieciom także skrzydła”. Rozumiem ten cytat w ten sposób, że rola rodzica polega na wspieraniu dziecka przede wszystkim w usamodzielnianiu się. Dobrzy rodzice nie używają dzieci, a wychowują. W sytuacjach trudnych, kiedy czują, że z różnych powodów zaczęli zapraszać dziecko do swoich dorosłych spraw, powinni pomyśleć, czy nie jest to już właściwy czas by np. skorzystać z profesjonalnej pomocy psychoterapeuty.



(-) *Zuzanna Kędzierska*

**Zuzanna Kędzierska** – psychoterapeutka ze Specjalistycznej Poradni Rodzinnej Dzielnicy Wawer m.st. Warszawy. Certyfikowana psychoterapeutka Polskiego Towarzystwa Psychiatrycznego. Od lat pracuje z rodzinami i parami, zajmuje się również psychoterapią indywidualną.

---

Specjalistyczna Poradnia Rodzinna Dzielnicy Wawer m.st. Warszawy jest jednostką organizacyjną m.st. Warszawy działającą dla mieszkańców Warszawy.

Skontaktuj się z nami:



22 277 11 98  
22 277 11 97



[sekretariat@sprwawer.pl](mailto:sekretariat@sprwawer.pl)



[www.sprwawer.pl](http://www.sprwawer.pl)



[@SPRWawer](https://www.facebook.com/SPRWawer)