

Oblicza rozstań i powrotów – o potrzebie wsparcia psychologicznego i terapeutycznego dla rodzin doświadczających rozłąki migracyjnej

Natasza Doiczman-Łoboda 

Wydział Socjologii Uniwersytet im. Adama Mickiewicza w Poznaniu

Artykuł stanowi swego rodzaju odpowiedź na pytania dotyczące pracy z dziećmi i rodzinami migracyjnymi z perspektywy systemowego podejścia psychoterapii na podstawie prowadzonych przez autorkę badań empirycznych – wywiadów biograficznych z 84 członkami rodzin migracyjnych. Wyniki tych badań wskazują, że członkowie rodziny migracyjnej doświadczają zmian w rolach i obowiązkach rodzinnych. Członkowie rodziny pozostający w kraju biorą na siebie większą odpowiedzialność za opiekę nad domem i dziećmi oraz zarządzanie finansami. Respondenci odczuwają także brak wsparcia emocjonalnego ze strony migrantów. Ponadto brak fizycznej obecności bliskich prowadzi do poczucia izolacji i samotności. W trakcie wywiadów narratorzy wskazywali na te same cykle separacji i obecności migranta – zarówno realne, jak i subiektywne, a jednocześnie trwające tak samo długo – które wiązały się z przeżywaniem przez nich trudnych emocji. Rozłąka migracyjna często powodowała napięcia emocjonalne w badanych rodzinach. Niepewność co do przyszłości, tęsknota za bliskimi oraz obawa o ich bezpieczeństwo powodowały stres i niepokój. Dla wielu z nich sytuacja wywiadu narracyjnego była pierwszym w życiu momentem, w którym podzielili się swoimi spostrzeżeniami i emocjami związanymi z doświadczeniem rozłąki z rodziną. W artykule w sposób syntetyczny przedstawiono niektóre trudności emocjonalne i wynikające z nich potrzeby wsparcia członków rodzin migacyjnych, na które odpowiedzią może być terapia systemowa.

SŁOWA KLUCZOWE:

RODZINA MIGRACYJNA, ROZŁĄKA, TERAPIA SYSTEMOWA, DZIECKO W RODZINIE MIGRACYJNEJ

To prawda: większość rodzin na całym świecie żyje zgodnie z homogenicznym modelem rodziny obywateli jednego kraju – matka, ojciec i związane z obowiązkiem szkolnym dzieci mieszkają w jednym gospodarstwie domowym, mają paszporty tego samego kraju, jednakowe narodowe pochodzenie i mówią tym samym językiem ojczystym. To połączenie, które w zwykłym rozumieniu wydaje się zarazem konieczne i naturalne. Ale to, czego dziś doświadczamy, pasuje do tego schematu w coraz mniejszym stopniu: coraz więcej kobiet, mężczyzn i całych rodzin zrywa z tym, co dotychczas wydawało się naturalną regułą i zaczyna żyć – częściowo z własnej woli, czasem z konieczności – w takich formach rodzinnej solidarności, które zawierają w sobie odległość i obcość. (Beck i Beck-Gernsheim, 2013, s. 27).

Emigracja zarobkowa jednego z członków rodziny wpływa na codzienny sposób funkcjonowania, doświadczenia biograficzne i przeżycia wszystkich jej członków. Decyzję o wyjeździe zarobkowym za granicę wiążącą się z rozłąką z rodziną można rozpatrywać jako indywidualną, uwzględniającą opinie członków rodziny bądź nie biorącą ich pod uwagę, ale w konsekwencji oddziałującą na przeżycia wszystkich jej członków, w tym w sposób szczególny na doświadczenia biograficzne dzieci. Sytuacja na rynku pracy, stopa bezrobocia i status materialny polskich rodzin są przyczynami decyzji o emigracji zarobkowej członków rodziny, którzy pełnią rolę rodziców/opiekunów i tym samym rozłąki z bliskimi (Okólski, 2004). Obecnie obserwuje się rosnącą liczbę dzieci doświadczających trudności emocjonalnych, które wiążą się z różnymi czynnikami wpływającymi na zdrowie psychiczne, takimi jak uwarunkowania biologiczne, właściwości psychiczne człowieka, a także sytuacja rodzinna (Żelazkowska, 2018). Związek między sytuacją rodzinną a ludzką psychiką zdaje się być oczywistym i wynikać z wzajemnych zależności, interakcji oraz powiązań emocjonalnych (Dudek, 2009). Badania w obszarze sposobu funkcjonowania rodzin doświadczających rozłąki migracyjnej potwierdzają zależność zachodzącą między rozstaniem z rodzicem lub rodzicami a zdrowiem psychicznym dzieci, które pozostają w kraju (Dąbrowska i in., 2017).

Niniejszy artykuł stanowi próbę stworzenia swego rodzaju odpowiedzi na pytania dotyczące pracy z dziećmi oraz całymi rodzinami migracyjnymi z perspektywy systemowego nurtu psychoterapii w oparciu na przeprowadzonych przeze mnie badaniach empirycznych – wywiadach biograficznych z członkami rodzin migracyjnych i wywiadach swobodnych z ekspertami¹. Terapia rodzinna jest to forma psychoterapii, która

1 Przedstawione w niniejszym artykule wnioski dotyczące wsparcia psychologicznego i terapeutycznego dla dzieci doświadczających rozłąki migracyjnej z rodzicami pochodzą ze realizowanych przeze

polega na założeniu, że rodzina tworzy system, w którym to każdy z poszczególnych członków rodziny wzajemnie na siebie oddziałuje, a indywidualne trudności jednej osoby wpływają na funkcjonowanie całego systemu (Grzesiak, 2021). Wzajemne interakcje w systemie rodzinnym działają na zasadzie sprzężenia zwrotnego, co oznacza, że zmiana w jednej części systemu wiąże się ze zmianą w innych jego częściach (Cierpka, 2003). W badaniach, które prowadziłam, starałam się ukazać nie tylko jednostkową perspektywę, ale także za cel postawiłam sobie dokonanie charakterystyki zależności i pojawiających się trudności występujących między członkami rodziny, które miały swoje podłoże głównie w komunikowaniu. Jak zauważa prekursorka terapii rodzin Virginia Satir: „Jeżeli źródeł choroby upatrujemy w niewłaściwych metodach komunikacji (przez którą rozumiem zachowanie interakcyjne), to terapię będziemy postrzegać jako próbę udoskonalenia tych metod” (2000, s. 134). Głównym celem terapii systemowej jest odniesie się do sposobu funkcjonowania poszczególnych członków rodziny, w tym dzieci, z szerszej perspektywy, głównie w odniesieniu do środowiska, w którym żyją (Grzesiak, 2021). System to cały zespół powiązanych z sobą elementów, które tworzą swego rodzaju całość, a kluczową cechą owej całości jest to, że nie jest ona redukowalna do sumy swych poszczególnych części (Józefik, 2003). Jak wskazuje Józefik, „istotą myślenia systemowego jest cyrkularne rozumienie przyczynowości. Oznacza to, że elementy systemu oddziałują na siebie w sposób cyrkularny, kołowy, przebiegający na zasadzie pętli sprzężenia zwrotnego” (2003, s. 24). Każdy z członków rodziny przypisuje inne znaczenie konstruktowi, jakim jest system rodzinny. Celem terapii jest zatem doprowadzenie do rekonstrukcji owych znaczeń i stworzenia nowych rozwiązań, które wpłyną na rozwiązanie trudności w rodzinie.

Poprzez badania biograficzne z członkami rodzin migracyjnych starałam się ukazać jak najbardziej spójną historię życia ludzi, których codzienność zdeterminowana jest przez doświadczenie rozłąki. Uzyskanie wielowątkowego, syntetycznego, a zarazem szerokiego portretu współczesnej rodziny migracyjnej było możliwe m.in. dzięki wykorzystaniu zaproponowanej przez Lewisa (1976, 2011) tzw. metody zwielokrotnionej autobiografii, która polega na uzyskiwaniu opowieści o swoim życiu od każdego członka rodziny i konfrontowaniu tych narracji. Wśród badanych znalazły się nie tylko nastolatki doświadczające rozłąki z rodzicem migrantem, ale również osoby będące obecnie w okresie wczesnej dorosłości, które miały za sobą

mnie badań przygotowywanych w ramach rozprawy doktorskiej zatytułowanej *Doświadczenie „euro-sieroctwa” w biografjach młodzieży z rodzin migracyjnych*. Zebrany materiał empiryczny nie był dotąd analizowany poprzez wskazania na temat kierowanego wsparcia terapeutycznego. Szerzej samą specyfikę codzienności rodzin migracyjnych przedstawiłam w publikacji *Granice rozłąki. Doświadczenia biograficzne młodzieży z rodzin migracyjnych*.

wieloletnie doświadczenia rozłąki z rodzicami, także w okresie dzieciństwa i dorastania. Włączenie tej grupy do prowadzonych przeze mnie badań pozwoliło na dokładne poznanie i przedstawienie pełnego obrazu osób doświadczających rozłąki z rodzicami z uwzględnieniem ich dalszych losów, a także dało szansę na ukazanie retrospektywnej oceny funkcjonowania rodziny migracyjnej.

Wyniki prezentowanych badań wskazują, że członkowie rodziny migracyjnej doświadczają zmian w rolach i obowiązkach rodzinnych. Pozostający w kraju członkowie rodziny często stają przed koniecznością przejęcia większej odpowiedzialności za opiekę nad domem i dziećmi oraz gospodarowanie finansami. Badani odczuwali także brak wsparcia emocjonalnego ze strony migrantów. Ponadto brak fizycznej obecności bliskich osób prowadził do poczucia izolacji i osamotnienia. Narratorzy podczas wywiadów wskazywali na te same – realnie oraz subiektywnie występujące i tak samo długo trwające – cykle rozłąki i obecności migranta, które wiązały się dla nich z przeżywaniem trudnych emocji. Rozłąka migracyjna często wywoływała w badanych rodzinach napięcie emocjonalne. Niepewność co do przyszłości, tęsknota za bliskimi oraz obawa o ich bezpieczeństwo prowadziła do stresu i lęku. Doświadczenie rozłąki często powodowało trudne emocje, takie jak tęsknota, smutek i poczucie straty. Rozstrzygnięcia podejmowane w związku z migracją, takie jak decyzja o pozostawieniu rodziny w kraju pochodzenia lub podejmowanie ryzyka w celu poprawy warunków życia, mogą mieć długoterminowe konsekwencje dla sposobu funkcjonowania i doświadczeń poszczególnych członków rodziny. Wszystkie te czynniki mogą wpływać na samopoczucie członków rodziny i ich wzajemne relacje, co w konsekwencji może prowadzić do konieczności wsparcia psychologicznego, społecznego i emocjonalnego, by pomóc im radzić sobie z trudnościami wynikającymi z rozłąki migracyjnej. Uzyskane wnioski są efektem szczegółowej, wymagającej dużej ostrożności i zaangażowania analizy ogromnego materiału badawczego uzyskanego podczas wielogodzinnych wywiadów z członkami rodzin migracyjnych.

Metodologia badań własnych

Przedmiotem podjętych przeze mnie badań są biografie osób, które w okresie dorastania (a niektórzy z nich także nadal jako osoby dorosłe) mają w biografii doświadczenia rozłąki z rodzicami pracującymi za granicą². Rozłąka ta wiązała się z reorganizacją dotychczasowych ról w rodzinie i podjęciem przez młodzież obowiązków

2 Biorąc pod uwagę analizy strategii migracyjnych rodziców w Polsce, można wysunąć wniosek, iż najczęściej migrują sami ojcowie, mniej popularne są wyjazdy samych matek (Walczak, 2008, 2016).

wcześniej należących do migrujących rodziców. Analizy badawcze ukazały sposoby postrzegania problemów życia codziennego oraz radzenia sobie z nimi, codzienne funkcjonowanie młodzieży, sposób porozumiewania się z innymi, postrzeganie wzorów i wartości oraz rozumienie norm. Ważne było również to, jakie znaczenie tej codzienności przypisują sami badani. Starłam się ukazać jak najbardziej spójną historię życia ludzi, których codzienność przebiega inaczej niż ta, charakterystyczna dla przeciętnego nastolatka. Narracje badanych traktowałam jako materiał szczególny ze względu na to, że stanowił on prywatne historie życia, nasycone dużym ładunkiem emocjonalnym. Sposób, w jaki narratorzy układali swoją historię, odzwierciedlał ich rozumienie przeszłych doświadczeń i otaczającego świata. Jak dotąd, badania uwidaczniają potrzebę zorganizowania doradztwa oraz wsparcia terapeutycznego dla rodzin migrantów zarobkowych. Im więcej wiedzy posiadają członkowie rodziny na temat okoliczności migracji, skutków i jej niebezpieczeństw, tym większa szansa podjęcia przez nich kroków mających na celu świadome zabezpieczenie się przed negatywnymi skutkami migracji (Stepulak i Pabian, 2011). Starłam się, aby moje badania przełamały dotychczas panujący stereotyp „eurosieroctwa” i pozwoliły spojrzeć na doświadczenia rozłąki bez osadzającej perspektywy, dopuszczając do głosu tych, o których mówi się wiele, ale słyszy się rzadko. Starłam się zbadać, czy w historiach młodzieży i innych członków rodzin można znaleźć odmienne i podobne wątki, podobny sposób przeżywania czasu, podobne momenty krytyczne i jednoznaczne cykle. Rama teoretyczno-metodologiczna w moich badaniach mieści się w obszarze perspektywy socjologii interpretatywnej oraz biograficznych badań jakościowych w zakresie socjologii. Metoda biograficzna ma wiele zalet, jednak jak wskazuje Czyżewski: „Prawdziwym osiągnięciem poznawczym metody biograficznej jest instrumentarium badawcze, pozwalające na subtelną analizę barier biograficznych w powiązaniu z barierami strukturalnymi” (2013, s. 22). W ramach metody biograficznej korzystałam z techniki wywiadu narracyjnego nawiązując do procedury zbierania danych proponowanej przez Fritza Schützego (Rokuszevska-Pawętek, 1996). Chciałam uzyskać spontaniczne opowieści o życiu narratorów, które pozwolą na analizę czasu w życiu młodzieży z rodzin migracyjnych.

W badaniach za respondentów, których określam mianem dzieci³ z rodzin migracyjnych uznałam jednostki, które w okresie dorastania (wczesnego lub późnego), czyli w okresie między 12 a 22 r.ż. (Oleszkowicz i Senejko, 2012) doświadczały przynajmniej dwukrotnej rozłąki z rodzicami spowodowanej wyjazdami zarobkowymi

3 Terminu *dziecko (dziecko emigranta)* w niniejszym artykule używam w odniesieniu do odgrywanej roli, nie do okresu rozwojowego, w którym aktualnie jednostka znajduje się.

jednego lub obojga z nich do pracy za granicę na terenie Unii Europejskiej. Warunkiem udziału w badaniu było spełnienie kryterium emigracji zarobkowej rodziców, która trwała przynajmniej od dwóch lat. Uznałam, że dwa zamknięte, pełne cykle roku kalendarzowego obejmujące dwukrotnie dni świąteczne i codzienne wiążą się z elementami rutyny i powtarzalności w funkcjonowaniu rodziny migracyjnej. Powtarzalność doświadczeń narratorów, którzy przeżyli celebrowane w naszym społeczeństwie święta, była istotna dla tworzenia opowieści o własnej biografii, co pozwalało na wskazanie na jednoznaczne cykle w życiu członków rodzin migracyjnych.

Ponadto do udziału w badaniu włączono grupę ekspercką składającą się z dziewięciu przedstawicieli zawodów pomocowych. W badaniach były prowadzone wywiady swobodne z psychoterapeutą, psychologami i pedagogami szkolnymi, pracownikami socjalnymi, kuratorami, którzy w ostatnich dwóch latach kierowali ofertę pomocową do rodzin migracyjnych.

Tabela 1

Charakterystyka badanych grup wraz ze sposobem pozyskiwania danych i liczbą respondentów

Badana grupa	Zbieranie danych	Liczba respondentów
Młodzież w wieku 12–22 lat obecnie doświadczająca rozłąki migracyjnej z rodzicem(-ami), trwającej przynajmniej od dwóch lat i wiążącej się z przynajmniej dwoma wyjazdami i powrotami w tym czasie	Wywiad kwestionariuszowy Autobiograficzny wywiad narracyjny	22 respondentów 10 narratorów
Jednostki, które w przeszłości w okresie dorastania doświadczały wieloletniej rozłąki migracyjnej z rodzicem/ami, a obecnie są w okresie wczesnej młodości między 23 a 35 r.ż.	Wywiad kwestionariuszowy (w wywiadach posłużyłam się tym samym kwestionariuszem, który został wykorzystany do badań z młodzieżą aktualnie doświadczającą rozłąki migracyjnej z rodzicami)	25 respondentów
Najbliżsi członkowie rodziny migracyjnej, tj. rodzice pozostający w kraju, rodzice migranci i rodzeństwo narratorów, którzy spełnili warunek zaangażowania się w proces zmiany formy organizacji przestrzennej rodziny, co wiązało się z przejęciem tymczasowej opieki nad dziećmi emigrantów	Wywiad swobodny z poszukiwaną listą informacji	18 respondentów
Eksperti, którzy w ostatnich dwóch latach swojej pracy kierowali ofertę pomocową wobec rodzin migracyjnych	Wywiad swobodny ukierunkowany	9 ekspertów

Źródło: oprac. własne.

W przypadku badanych rodzin migracyjnych musiał być spełniony warunek wyjazdów poakcesyjnych praktykowanych przez rodziców, co oznaczało, że wyjazdy rodziców migrantów odbywały się do państw członkowskich UE, a ich intensywność znacznie zwiększyła się po wstąpieniu Polski do Unii Europejskiej.

Wykorzystanie metody biograficznej jest kluczowe w badaniach, jakie prowadziłam. Historie młodzieży dostarczają rozbudowanego i chaotycznego materiału badawczego, m.in. nasyconego opiniami, przekonaniami oraz ocenami. Dodatkowo zdecydowałam się na wykorzystanie techniki bardziej pośredniej, jaką jest wywiad kwestionariuszowy, z jednej strony narzucający pewną strukturę, co umożliwi zebranie określonych informacji, z drugiej – gwarantujący dość szeroki zakres swobody odpowiedzi. Zadanie, jakie sobie postawiłam, było bardzo wymagające, ale dało szansę na zebranie ogromnego jakościowo i ilościowo materiału badawczego, który liczył blisko 1373 strony dosłownych wypowiedzi znormalizowanego wydruku.

Proces emocjonalny w rodzinie doświadczającej rozłąki migracyjnej

Systemowy sposób myślenia wskazuje, aby objawy traktować jako przejaw „zaburzenia równowagi sił emocjonalnych w relacjach rodzinnych” (Kołbik, 1999, s. 31). Rodzina poddana stresorowi ulega zaburzeniu równowagi sił. Wyposażona jest jednak w wiele mechanizmów adaptacyjnych, które pozwalają jej radzić sobie ze stresem. Nadmiernie obciążający stresor może doprowadzić do sytuacji przeciążenia, w której dostępne mechanizmy adaptacyjne okażą się niewystarczające. Wówczas dochodzi do sytuacji manifestowania objawów w rodzinie, które często są nadmierne nasilonymi mechanizmami, które do tej pory były używane do utrzymania równowagi systemowej. Kiedy małżonkowie doświadczają ostrego lub przewlekłego napięcia, mogą na nie zareagować w następujące sposoby:

- mogą się od siebie oddalić;
- mogą wejść w konflikt;
- jeden z małżonków może zrezygnować ze swojego sposobu funkcjonowania dla ratowania harmonii związku;
- małżonkowie mogą się zespolic wokół wspólnej troski, np. o dziecko (Kołbik, 1999).

Badane rodziny migracyjne korzystały z wszystkich mechanizmów. Trudności emocjonalne w rodzinach doświadczających rozłąki migracyjnej zwykle są złożone i wielowymiarowe. Dystans emocjonalny wynika głównie z potrzeby zredukowania lęku i dyskomfortu spowodowanego nadmierną bliskością podczas powrotów migranta do domu. Badani członkowie rodzin migracyjnych opisywali go jako nieodzywianie się do siebie i wzajemne unikanie. Było to swego rodzaju zdystansowanie psychiczne, zwykle związane z ciszą, mimo bliskości fizycznej, jakiej nagle doświadczali. Egzemplifikację dystansu emocjonalnego stanowią poniższe wypowiedzi badanych:

DD.01.K.⁴: Matka z ojcem w ogóle ze sobą nie rozmawiali.

CZR.01.Ż: No, bo ja faktycznie teraz już z tym moim mężem się nie dogaduję.

CZR.02.Ż: Jak wraca... Kiedyś jak wracał, no, to faktycznie i była kolacja romantyczna, i ciasto czekało, i to jedzenie... A teraz praktycznie (śmiech), ja nawet ostatnio nie wiedziałam, że on przyjeżdża w ten dzień, myślałam, że na następny. Bo dzieciaki jakoś źle mi powiedziały, ja wtedy byłam zła na niego, nie rozmawiałam z nim i to takie było niedopowiedzenie.

Konflikt małżeński w rodzinach migracyjnych związany jest głównie z bardzo intensywną emocjonalnością małżonków i chęcią niedopuszczenia do sytuacji, w której współmałżonek mógłby „wygrać”. „Gdy małżonkowie są od siebie oddzieleni, są przekonani, że ich partner zachowuje się wobec nich „nie fair”. Okresy bycia razem charakteryzują się przewlekającymi się dyskusjami i pragnieniem, by partner wyjaśnił swoje postępowanie” (Kołbik, 1999, s. 37). Po dłuższej trwających okresach intensywnych konfliktów pojawiają się krócej trwające okresy bliskości. Konflikty małżeńskie mogą chronić dziecko przed nadmiernym uwikłaniem, jednak niosą też wiele innych negatywnych konsekwencji emocjonalnych, które ponoszą dzieci obserwujące konflikt. Zdecydowana większość respondentów w sposób niezwykle przejmujący opowiadała o konfliktowej atmosferze w domu. Poniższe wypowiedzi dzieci prezentują powyższą kwestię:

D.01.M.: To była atmosfera... nerwowa, napięta taka bardzo konfliktowa.

D.02.M: Dwa, trzy dni i jest kłótnia, potem się pogodzą, my to wiemy i to nam już wystarcza.

D.03.K: Wszyscy siedzieliśmy w swoich własnych pokojach i nie wychodziliśmy jak tata się na przykład z mamą kłócił. To było właśnie bardzo częste jak tata wracał, bo prawie nie rozmawialiśmy ze sobą, bo cały czas były kłótnie.

4 Rozwinięcie oznaczeń respondentów:

D – dziecko migranta aktualnie doświadczające rozłąki,
DD – dorosłe dziecko migranta (retrospektywny materiał),
K/M – kobieta/mężczyzna,
CZR – członek rodziny,
Ż/MM – żona/mąż migrant,
Liczba – numer respondenta w niniejszym artykule.

Małżonkowie natomiast w sposób niezwykle sugestywny charakteryzowali kwestię konfliktów małżeńskich i zazdrości:

CZR.03.Ż: Minusy tej rozłąki... No to mamy te kłótnie niepotrzebne, ta zazdrość, no i to obgadywanie, nie?

CZR.04.Ż: Co ja mam ci powiedzieć, to że same kłótnie są? O Jezus... Był taki kolega Adam, był kolega Darek, Adam przychodził, jak go nie było, no, to pomógł drzewo narąbać czy coś, czy w domu, czy tam właśnie szpachlowanie, coś tam robił. No, to już, że... romans

CZR.05.Ż: Bo przyjedzie i swój system dnia nam jakiś próbuje tutaj narzucić, a my tak sobie nie damy, więc więcej jest kłótni niż takiego porozumienia, nie? Faktycznie na moje to już od trzech lat, to się już tak psuje, za długo go nie ma po prostu.

CZRM.01.MM: Tylko nerwy, kłótnia i nic więcej, no to ja dziękuję bardzo takie życie.

CZR.02.MM: Było źle, że były kłótnie, że przez telefon ciężko było rozmawiać, poza tym jak się, jak jest ktoś, facet, jak jesteś mężczyzna czy kobieta, jeśli mieszka na domu, gdzie jest inna płęć, to są różne sytuacje nieodpowiednie od drugiej płci, przeciwnej, są zazdrości, są telefony, są robione zdjęcia. „A twój mąż robi to”, „a twoja żona poszła tam”, „a on pracuje z tyloma kobietami”, „a twoja żona pracuje z tymi facetami” i tak dalej. Jest zazdrość międzyludzka. Bardzo duża jest zazdrość.

Żony pozostające w kraju z dziećmi przede wszystkim wskazywały na obecność dysfunkcji pary małżeńskiej polegającej na ustępowaniu partnerowi celem złagodzenia napięcia. Były one przekonane o tym, że to na nich spoczywa odpowiedzialność za utrzymanie harmonii w rodzinie i dobrego samopoczucia poszczególnych jej członków. Ich wzorce funkcjonowania na podstawie narracji można określić jako submisyjne. Jak deklarowały, rezygnowały z siebie podporządkowując swój sposób funkcjonowania migracji męża. Kwestię tę charakteryzują wypowiedzi żon migrantów:

CZR.06.Ż: Wszystko podporządkowuję pod niego.

CZR.07.Ż: Jest tylko i wyłącznie pod niego. Tak wszystko jest zrobione tak, jak on. Teraz on wyjeżdża. Zawsze staram się robić, zawsze ma naszykowane, na tak długo jak wyjeżdża ma naszykowanych porcji obiadowych, czyli naszykowanych stóiczków, pomrożonych, gotowych zrobionych obiadów. I jak zbliżają się jego powroty, to albo biorę sobie dwa, trzy dni wolnego, żeby zorganizować to jedzenie, uszykować pomrozić, pogotować itd., tak wszystko robię najbardziej pod niego.

CZR.08.Ż: A ja jestem w takiej dyspozycji, siedząca w domu kura domowa, czekająca na męża, tak to wygląda (śmiech).

Ostatni z mechanizmów radzenia sobie z napięciem, dysfunkcja dziecka wiąże się z nadmierną koncentracją na dziecku lub dzieciach. Zwykle to matka kieruje całe swoje zaangażowanie w stronę dziecka. Mimo że ojciec jedynie akceptuje tę formę skierowania energii na dziecko lub dystansuje się, to jest w takim samym stopniu zaangażowany w proces. Kołbik (1999) wskazuje, że u dziecka w takiej sytuacji dochodzi do tzw. fuzji emocjonalnego oraz intelektualnego systemu i naraża je w konsekwencji na szczególną wrażliwość wobec zaburzeń równowagi w rodzinie, co z kolei prowadzi do dużej podatności na urazy psychiczne, fizyczne i społeczne. Był to najrzadziej stosowany mechanizm w rodzinach migracyjnych służący rozładowywaniu napięcia wynikającego ze stresorów. Wiele wypowiedzi badanych wskazywało na dysproporcje w poczuciu zrozumienia i wsparcia ze strony rodziców. Na kwestię tę wskazują następujące wypowiedzi dzieci emigrantów:

D.04.K: Czułam że mama mnie zawsze rozumie, a z tatą to nie wiem, więc tak pięćdziesiąt na pięćdziesiąt.

D.05.K: Mama mnie rozumiała, tata nie. Nie rozmawiałam z nim po prostu.

D.03.M: Czułem, że moja mama mnie rozumie.

D.06.K: Znaczący, no, dla mamy na pewno byłam ważna, a tata, no... Mówiąc szczerze, nigdy nie okazywał uczuć. On nie jest osobą, która jakoś tam okazuje uczucia.

Wszystkie opisane mechanizmy były obserwowane przez dzieci i z dużą dokładnością opisywane jako doświadczenia dotkliwe. Sytuacja wywiadu dla wielu z nich była pierwszą w życiu, w której dzielili się spostrzeżeniami i emocjami związanymi z doświadczeniem rozłąki z rodzinie. W każdym z etapów rozłąki – przygotowania do migracji i samego wyjazdu migranta, przebywania na emigracji, przygotowań do powrotu i powrotu – występują różne trudności emocjonalne, takie jak niepokój, złość, irytacja, rosnące napięcie, upór i oczekiwanie, pustka, poczucie winy, niepewność, poczucie chaosu i uciążliwa ambiwalencja uczuć. Zdaniem samych narratorów, istotne jest, aby osoby doświadczające rozłąki migracyjnej miały dostęp do wsparcia psychologicznego oraz żeby to cała rodzina była świadoma tych trudności i angażowała się w proces radzenia sobie z nimi oraz wspierania się nawzajem.

Potrzeby w zakresie wsparcia psychologicznego i terapeutycznego

Trudności emocjonalne, z jakimi mierzą się poszczególni członkowie rodziny migracyjnej, są przez nich opisywane jako niezwykle złożone i zróżnicowane w zależności od sytuacji oraz etapu migracji, czego analizę umożliwiły wywiady z retrospektywną oceną migracji rodziców przeprowadzone z dorosłymi już dziećmi emigrantów. W fazie przed migracją badani opisywali narastającą niepewność i stres związany z planowaną migracją, niepokój w związku z rozłąką bliskich członków rodziny, a także ogromne obawy dotyczące przyszłości rodziny oraz lęk przed jej rozpadem. Mówili także o złości na migranta i irytacji, że całe życie rodziny zostaje podporządkowane jego wyjazdowi. Migranci opisywali odczuwaną ekscytację związaną z nowymi możliwościami dzięki pieniądзом zarobionym w państwie emigracji. Przed wyjazdem następowały też emocjonalne i instrumentalne przygotowania do rozłąki – przygotowanie migranta do wyjazdu (gotowanie, pakowanie) oraz chęć stabilizacji, zakończenia fazy ciągłych oczekiwań. W fazie wyjazdu, poza stresem związanym ze zmianą otoczenia i niepewnością w odniesieniu do warunków życia w kraju przyjmującym, respondenci głównie opisywali emocjonalne konsekwencje rozłąki z bliskimi związane z poczuciem osamotnienia i tęsknotą. Faza trwającej rozłąki wiązała się z silnym uczuciem tęsknoty i pustki, ale z drugiej strony z ulgą i poczuciem uporządkowania. Ta ambiwalencja uczuć była często doświadczana jako trudna dla pozostających w kraju członków rodziny. Badani wskazywali także na liczne problemy związane z komunikowaniem w rodzinie. Z jednej strony znajdowali nowe źródła wsparcia i tymczasowo zyskiwali stabilizację emocjonalną, z drugiej – doświadczali niepewności, napięcia, ale i radości wywoływanej świadomością przyjazdu migranta do domu, który to ponownie otworzy cykl doświadczeń obecności oraz rozłąki. Obecność migranta wiązała się z radością, ale także z męczącym poczuciem chaosu, rosnącym napięciem, i jeszcze bardziej uciążliwą ambiwalencją uczuć. Z prezentowanych analiz wynika, że ograniczenie bezpośrednich kontaktów członków rodziny z migrantem skutkowało złudnym wrażeniem polepszenia relacji szczególnie dziecka z migrantem, które zwykle konfrontowane jest z rzeczywistością w sytuacji powrotów migranta do domu. To doświadczenie było charakteryzowane przez wielu narratorów. Następująca wypowiedź prezentuje tę kwestię:

D.07.K: Bardzo mi tego brakowało [rozmów], bardzo w ogóle to mnie do dzisiaj boli, że to tak było, że ani w tygodniu, ani tak naprawdę po całym tygodniu myślałam,

że on przyjedzie i ja będę miała co powiedzieć, a wcale tak nie było, pomimo że ja chciałam z nim rozmawiać, ale ja nie wiedziałam jak z nim rozmawiać.

Z analiz wynika, że migracja jednego członka rodziny i w związku z tym doświadczenie rozłąki prowadzą do zmian w relacjach rodzinnych. Sposób funkcjonowania niektórych członków rodziny, szczególnie w pierwszych latach rozłąki, można opisać jako bardziej zintegrowany i obfitujący we wzajemne wspieranie. Narratorzy w swoich relacjach w sposób wielowątkowy tworzyli jednak głównie opowieści o doświadczanych rozdźwiękach i konfliktach rodzinnych. Proces migracji rodzica był dla nich i pozostałych członków rodziny bardzo wyczerpujący emocjonalnie, prowadząc do zmęczenia, frustracji i poczucia bezradności. Badania wskazują, że także po wielu latach od migracji rodzica na dzieciach ciąży silne poczucie winy związane z niepodjęciem przez nich działania, skutkującego tym, by rodzic przerwał cykl wyjazdów i powrotów.

Debata publiczna dotycząca tzw. problemu eurosieroctwa sprawia, że wiele osób uważa, że ma prawo oceniać słuszność cudzej decyzji o emigracji. Oceny te, nie zawsze adekwatne do sytuacji, są komunikowane przez wiele podmiotów życia społecznego, z czym mierzą się dzieci m.in. w szkole. Zasoby wsparcia społecznego, przede wszystkim takie jak rodzina i społeczność lokalna, mogą być szczególnie znaczące dla pomocy rodzinom migracyjnym w przystosowaniu się i radzeniu sobie z trudnościami emocjonalnymi. Terapia może pomóc przezwyciężyć trudności emocjonalne związane z rozłąką i stworzyć adaptacyjne strategie radzenia sobie. Dzieci doświadczające rozłąki migracyjnej z rodzicami migrantami mogą potrzebować różnorodnych form wsparcia, aby poradzić sobie z trudnościami emocjonalnymi i społecznymi wynikającymi z tego doświadczenia. W ramach wsparcia psychologicznego warto byłoby zapewnić dostęp do terapii lub konsultacji psychologicznej, aby dzieci migrantów mogły wprost wyrazić swoje uczucia, omówić trudne doświadczenia oraz nauczyć się adaptacyjnego sposobu radzenia sobie ze stresem i doświadczanym lękiem. Ponadto, jak wynika z przeprowadzonych analiz, w wielu sytuacjach korzystne byłoby także wsparcie edukacyjne w postaci zapewnienia dodatkowych zasobów edukacyjnych, takich jak korepetycje lub programy wsparcia szkolnego. Niezwykle istotne jest także wsparcie społeczne w postaci bezpiecznego i przyjaznego środowiska społecznego, zajęć pozaszkolnych i grup wsparcia dla dzieci w podobnej sytuacji. W niektórych rodzinach korzystane byłoby także skierowanie oferty pomocowej opartej na wsparciu prawnym, szczególnie w sytuacji wyjazdów obojga rodziców. Przede wszystkim jednak kluczowe jest wsparcie rodzinne oparte na wzmocnieniu relacji między dziećmi a ich rodzicami migrantami poprzez programy

terapeutyczne, spotkania rodzinne i wsparcie w komunikacji na odległość. Te formy wsparcia powinny być dostosowane do indywidualnych potrzeb i sytuacji dzieci doświadczających rozłąki migracyjnej z rodzicami migrantami. Badania w sposób jednoznaczny wskazują, jak ważne jest, aby rodzin migracyjnym zapewnić kompleksowe wsparcie emocjonalne i społeczne.

Także zdaniem ekspertów, którzy brali udział w badaniu dziecko wychowujące się w rodzinie migracyjnej przede wszystkim zmagają się z permanentną tęsknotą za rodzicem. Często nie rozumie powodów, dla których ten wyjechał i postrzega to jako *opuszczenie*. Zdaniem ekspertów przede wszystkim należałoby podjąć działania pomocowe w obszarze emocji młodzieży, nawet jeśli sytuacja jest dla nich akceptowalna czy zrozumiała poznawczo, aby zmniejszyć nasilenie negatywnych skutków emigracji zarobkowej. Według wielu ekspertów problemem jest to, że rodziny poświęcają dużo czasu na mówieniu o faktach i dzieci są wyłączone z procesu decyzyjnego rodziców. Słowa badanych jednoznacznie wskazują na poczucie owładnięcia przez kwestię migracji i organizowanie funkcjonowania rodziny w taki sposób, by był najbardziej komfortowy dla wyjeżdżającego, z pominięciem potrzeb członków rodzin lub oddaleniem ich na dalszy plan, co skutkuje zagrożonym poczuciem bezpieczeństwa, a w konsekwencji często objawami psychicznym czy psychosomatycznymi (de Barbaro, 2023).

Do potrzeby wsparcia emocjonalnego w sposób szczególny odnoszą się następujące wypowiedzi badanych:

D.07.K: Myślę że to jest ważne, ważny temat i że powinniśmy nad tym myśleć, bo sama dobrze wiem, jak to u mnie wyglądało i wiem, że ta rodzina jest niepełna i temu dziecku jednak brakuje tego taty, że potrzebowałby tej więzi. Na pewno przydałaby się, pomimo tego, że tego taty nie było, to przydałaby się właśnie pomoc temu dziecku i że powinno się o tym rozmawiać i starać się jakoś inter... interweniować.

DD.02.K: Nie wiem. Trudno mi odpowiedzieć, bo tak naprawdę nigdy w życiu nie pomyślałam o tym na przykład, że mogłabym jakąś pomoc od psychologa wtedy otrzymać, ale wydaje mi się, że chyba byłoby mi to wtedy potrzebne.

D.08.K: No pewnie tak, bo może niektórzy to bardziej przeżywają, że są sami w domu. Może nie mają takiego wsparcia ze strony rodziny innej, babci na przykład, dziadka albo rodzeństwa nie mają na przykład. Na pewno by im się przydała taka pomoc.

D.09.K: Tak, zdecydowanie myślę że to by pomogło mi. Na przykład, jakbym ja miała taką możliwość, to na pewno pomogłoby mi w jakiś sposób ogarnąć to wszystko, co się dzieje i zająć się swoimi sprawami i sprawami mojej mamy i mojego taty

i pomogłyby mi jakoś przezwyciężyć brak tego taty. Myślę że takie rozmowy by mi pomogły, jakaś taka pomoc na pewno.

DD.03.K: Hm... No, nie wiem. Być może rzeczywiście mogłyby... Być może mogliby być o tym informowani na przykład pedagogowie albo wychowawcy, albo ktokolwiek. Tylko nie wiem, czy można by było na ich karb jakby, jakby nałożyć tę odpowiedzialność na nich. Żeby oni właśnie monitorowali te ewentualne zmiany.

DD.04.M: Wiesz co, teraz jak się nad tym zastanowiłem chwilę, to wydaje mi się, że jednak jakaś, jakieś takie zainteresowanie ze strony pedagoga szkolnego w stosunku do takich dzieci powinno być większe. Bo ja miałem to szczęście, że miałem kochającą babcię w domu. Później miałem lepsze relacje z mamą. I ja się czułem, czułem się kochany. Ale noo, gdyby sytuacja była inna i nie miałbym tej kochającej babci, czułbym się bardzo samotny. Tak mi się wydaje. I wydaje mi się, że warto jest przynajmniej o tyle, żeby taki pedagog na przykład przeprowadzał co jakiś czas taki wywiad z dzieckiem albo interesował się tym, jak jest u niego w domu, czy wszystko w porządku itd. Po prostu chociażby dla jakiegoś takiego bezpieczeństwa, że to dziecko się rzeczywiście dobrze rozwija.

Na potrzebę wsparcia psychologicznego wskazywali także rodzice pozostający w kraju z dzieci:

CZR.09.Ż: Myślę, że takie wsparcie byłoby jednak fajne, bo nie ukrywam, że nieraz sama skorzystałam z porady psychologa, będąc w domu opieki społecznej, bo była to dla mnie bardzo, początki były bardzo trudne.

CZR.10.Ż: Tak, oczywiście, córka jest bardzo pobudzona emocjonalnie. Jest momentami agresywna, po prostu nie reaguje prawidłowo w sytuacjach, nie za bardzo te jej emocje są adekwatne do sytuacji, jakby, jakaś awantura w szkole i już jestem na rozmowie u pani pedagog, tak że tak po analizie z psychologiem dziecięcym, to być może to ma jakiś wpływ na zachowanie, że jest ta rozłąka, że ona gdzieś tam walczy o nie wiem, zauważenie, tę uwagę. Być może szuka w ten sposób, może jej brakuje taty na co dzień.

CZR.11.Ż: Tak, myślę, że tak, bo jednak dzieci nawet duże i samodzielne, potrzebują bliskości rodzica.

O trudnych doświadczeniach korzystania z pomocy, związanych z konfrontacją z konsekwencjami rozłąki opowiadali sami migranci, którzy zwykle czuli się oceniani i obwiniani za trudności emocjonalne ich dzieci:

CZR.03.MM: On [dyrektor szkoły] zachowywał się jakby on wszystkie rozumy zjadł, że jakby on jest większy, najlepszy jest, że on wszystko wie. Obwinał, że to jest system, że ja wyjechałem i dzieci mają duże problemy z nauką i tak dalej. Okej, jest też problem, że nie ma dru... Że nie ma połówki rodzica, jestem pierwsza osobą, która w ten sposób żyje? To... to szkoła pomaga, moim zdaniem powinna pomagać rozwiązywać problemy.

Obszarami, nad którymi warto byłoby pracować podczas spotkań z psychologiem lub sesji terapeutycznych, są:

- Aspekty komunikacyjne – Pomoc członkom rodzin migracyjnych w rozwijaniu zdolności do otwartej i skutecznej komunikacji byłoby kluczowym elementem terapii.
- Akceptacja i włączenie zmiany we własną biografię – Pomaganie członkom rodzin migracyjnych w zrozumieniu i zaakceptowaniu zmian, które wynikają z migracji.
- Praca nad wzmacnianiem więzi rodzinnych – Wspieranie procesu budowania i odbudowy więzi rodzinnych w nowej sytuacji życiowej.
- Radzenie sobie z uporczywymi trudnościami – Praca z rodzinami w radzeniu sobie z potencjalnymi traumami związanymi z migracją, takimi jak straty, separacja.
- Emocje i stres – Pomaganie rodzinom w radzeniu sobie z emocjami, stresem i innymi wyzwaniami psychologicznymi związanymi z powtarzającymi się cyklami rozłąki i obecności migranta.
- Psychoedukacja i inne – Pomaganie członkom rodzin migracyjnych w zdobywaniu wiedzy na temat dostępnych zasobów społecznych, takich jak wsparcie psychologiczne, pomoc finansowa, usługi społeczne, itp.
- Samoregulacja emocji i odporność psychiczna – Wspieranie członków rodzin migracyjnych w budowaniu umiejętności i zasobów potrzebnych do samodzielnego radzenia sobie w nowej sytuacji życiowej.

Ważne jest dostosowanie oddziaływań terapeutycznych do konkretnych potrzeb i sytuacji każdej rodziny. Terapia może być prowadzona zarówno indywidualnie, jak i w formie terapii rodzinnej. W sytuacji doświadczeń rozłąki migracyjnej biorąc pod uwagę podejście systemowe niezwykle ważne byłoby uczestnictwo wszystkich członków rodziny w terapii rodzinnej, np. podczas powrotów migranta do domu.

Podsumowanie

Z przeprowadzanych analiz wynika, że członkowie rodzin migracyjnych doświadczają trudności emocjonalnych wynikających głównie z poczucia pomijania ich

potrzeb i koncentrowania całego życia i sposobu funkcjonowania rodziny na kwestii emigracji jednego z rodziców. Brak włączenia wszystkich członków rodziny, w tym szczególnie dzieci, do procesu podejmowania decyzji i rozłące migracyjnej wzmaga poczucie odrzucenia i pominięcia już na samym początku doświadczanych zmian. A jak zauważa Arczewska, to „zasada dobra dziecka jest jedną z kluczowych reguł pozwalających na ochronę istniejącej rodziny” (2017, s. 270). Niniejszy artykuł w sposób syntetyczny prezentuje niektóre z trudności emocjonalnych i wynikające z nich potrzeby wsparcia wśród dzieci i pozostałych członków rodzin migracyjnych. Terapia systemowa rodzin doświadczających rozłąki migracyjnej jest skuteczną formą terapii z kilku powodów. Po pierwsze skupia się na systemie rodziny jako całości, uwzględniając w sposób holistyczny relacje, komunikację i wzajemne oddziaływania między członkami rodziny. Po drugie w przypadku migracji nawet jednego z rodziców to cała rodzina objęta jest wieloma zmianami, więc istotne jest zrozumienie dynamiki całego systemu. Ponadto wsparcie terapeutyczne może pomóc rodzinie w radzeniu sobie z trudnościami wynikającymi z rozłąki migracyjnej poprzez budowanie współpracy, integracji i wsparcia między jej członkami. Warto, aby zaprojektowane interwencje pozwalały rozwijać strategie komunikacyjne, budować zrozumienie dla doświadczeń każdego członka rodziny. Terapia systemowa może pomóc rodzinie w rozwijaniu zdolności adaptacyjnych, radzeniu sobie ze stresem i nagłymi zmianami oraz w podejmowaniu konstruktywnych działań w nowej sytuacji życiowej. Ponadto, może pomóc rodzinie w procesie przystosowania się do nowego środowiska poprzez identyfikację i rozwiązywanie problemów, rozwijanie strategii radzenia sobie oraz budowanie zdrowych relacji rodzinnych. Ważne jest, aby terapia była prowadzona przez doświadczonego terapeutę, który ma wiedzę i umiejętności nie tylko z zakresu terapii systemowej, ale także związanych z migracją i doświadczeniami rozłąki. Dzięki temu terapeuta będzie w stanie skutecznie wspierać rodzinę w procesie adaptacji i radzenia sobie z wyzwaniami związanymi z migracją. Zaprojektowane przeze mnie badania dały szansę na uzyskanie bogatego i zróżnicowanego materiału, który zaskakuje *niuansowaniem pewnych wątków*, bardzo osobistymi doświadczeniami i niepowtarzalnymi przeżyciami, jakie badani zechcieli przedstawić w swoich narracjach, które często określali mianem tematów tabu. Mam nadzieję, że zaprezentowany artykuł stanowi wierne odzwierciedlenie jedynie fragmentu niezwykle różnorodnych doświadczeń, którymi narratorzy podzieli się podczas wielogodzinnych wywiadów obrazujących ich emocjonalne trudności i potrzebę wsparcia w związku z doświadczeniami rozłąki.

E-mail autorki: natasza.doiczman-loboda@amu.edu.pl.

Bibliografia

- Arczewska, M. (2017). *Dobro dziecka jako przedmiot troski społecznej*. NOMOS.
- Beck, U., Beck-Gernsheim, E. (2013). *Miłość na odległość. Modele życia w epoce globalnej*. Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Caselman, T., Hilli, K. (2014). *Praca terapeutyczna z rodzinami. Kreatywne zajęcia dla różnorodnych struktur rodziny*. Centrum Rozwoju Zasobów Ludzkich.
- Cierpka, A. (2003). Systemowe rozumienie funkcjonowania rodziny. W: A. Jurkowski (red.), *Z zagadnień współczesnej psychologii wychowawczej* (s. 107–129). Wydawnictwo Instytutu Psychologii PAN.
- Czyżewski, M. (2013). Socjologia interpretatywna i metoda biograficzna: przemiana funkcji, antyesencjalistyczne wątpliwości oraz sprawa krytyki. *Przegląd Socjologii Jakościowej*, 4, 14–27.
- Dąbrowska, A., Gołek, B., Szumilas, E. M. (2018). *Uczniowie z rodzin migracyjnych w szkole*. Ośrodek Rozwoju Edukacji.
- De Babaro, B. (2023). *Po co światu psychoterapia? Bądź świadomym autorem swojego życia*. MANDO.
- Doiczman-Łoboda, N. (2022). *Granice rozłąki. Doświadczenia biograficzne młodzieży z rodzin migracyjnych*. Wydawnictwo Nauk Humanistycznych i Społecznych UAM.
- Dudek, M. (2009). Teoretyczne podstawy terapii rodzin: wybrane problemy. *Studia nad Rodziną*, 13/1–2(24–25), 157–182.
- Grzesiak, E. (2021). Terapia systemowa rodzin jako jeden ze sposobów rozwiązywania problemów dzieci i młodzieży. *Wychowanie w Rodzinie*, XXV(2/2021), 273–286.
- Józefik, B. (2003). Rozwój myślenia systemowego a terapia rodzin. W: L. Górniak, B. Józefik (red.), *Ewolucja myślenia systemowego w terapii rodzin. Od metafory cybernetycznej do dialogu i narracji* (s. 19–32). Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.
- Kołbik, I. (1999). Procesy emocjonalne w rodzinie. W: Bogdan de Barbaro (red.), *Wprowadzenie do systemowego rozumienia rodziny* (s. 31–44). Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.
- Lewis, O. (1976). *Nagie życie. Tom 1–2*. Państwowy Instytut Wydawniczy.
- Lewis, O. (2011). *Dzieci Sancheza*. Wydawnictwo BONA.
- Okólski, M. (2004). *Demografia. Podstawowe pojęcia, procesy i teorie w encyklopedycznym zarysie*. Wydawnictwo Naukowe Scholar.
- Oleszkowicz, A., Senejko, A. (2012). Dorastanie. W: J. Trempała (red.), *Psychologia rozwoju człowieka* (s. 259–286). Wydawnictwo Naukowe PWN.

- Rokuszewska-Pawełek, A. (1996). Miejsce biografii w socjologii interpretatywnej. Program socjologii biografistycznej Fritza Schützego. *ASK: Research and Methods*, 1, 37–54.
- Satir, V. (2000). *Terapia rodziny. Teoria i praktyka*. Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Stepulak, M. Z., Pabian, K. (2011). Strategie radzenia sobie ze stresem u współmałżonków w sytuacji migracji zarobkowej. *Roczniki Nauk o Rodzinie*, 3, 245–276.
- Walczak, B. (2008). Szkoła i uczeń wobec migracji poakcesyjnej. *Biuletyn Migracyjny*, 17 (Dodatek), 1–2.
- Walczak, B. (2016). *Rodzina transnarodowa. Konteksty i implikacje*. Wydawnictwo Naukowe Scholar.
- Żelazkowska, A. (2018). Terapia dzieci z trudnościami emocjonalnymi. W: E. Śmiechowska-Petrovskij, E. Kwiatkowska (red.), *Dzieci z trudnościami poznawczymi i emocjonalnymi w młodszym wieku* (s. 11 – 32). Wydawnictwo Naukowe UKSW.

Faces of breakups and returns – about the need for support psychological and therapeutic for families experiencing migration separation

The article is a kind of answer to questions about working with children and migrant families from the perspective of the systemic approach of psychotherapy, based on my empirical research - biographical interviews with 84 members of migrant families. The results of the presented research indicate that members of a migrant family experience changes in family roles and responsibilities. Family members remaining in the country often have to take on greater responsibility for taking care of the home, children and managing finances. The respondents also feel a lack of emotional support from migrants. Moreover, the lack of physical presence of loved ones leads to a feeling of isolation and loneliness. During the interviews, the narrators pointed to the same cycles of separation and the migrant's presence - both real and subjective, and lasting just as long - which were associated with experiencing difficult emotions for them. Migration separation often caused emotional tension in the families studied. Uncertainty about the future, missing loved ones and fear for their safety led to stress and anxiety. For many of them, the interview situation was the first time in their lives in which they shared their observations and emotions related to the experience of separation from their family. This article synthetically presents some of the emotional difficulties and the resulting support needs among members of migrant families, to which systemic therapy may be the answer.

KEYWORDS

MIGRANT FAMILY, SEPARATION, SYSTEMIC THERAPY, A CHILD IN A MIGRANT FAMILY

Cytowanie:

Doiczman-Łoboda, N. (2024). Oblicza rozstań i powrotów – o potrzebie wsparcia psychologicznego i terapeutycznego dla rodzin doświadczających rozłąki migracyjnej. *Dziecko Krzywdzone. Teoria, badania, praktyka*, 23(1), 33–51.



Artykuł jest dostępny na licencji Creative Commons Uznanie autorstwa–Użycie niekomercyjne–Bez utworów zależnych 3.0 Polska.



Sfinansowano ze środków Funduszu Sprawiedliwości, którego dysponentem jest Minister Sprawiedliwości



Sfinansowana ze środków organizacji Plan International przekazanych przez Disasters Emergency Committee