

## ANNE-BABASININ BOŞANMA SÜRECİNDE VE SONRASINDA BİREYİN HAKLARI

Her bireyin,

1. Kınanmadan ve kendisini suçlu hissetmeden anne ve babasını sevmeye, anne ve babası tarafından sevmeye hakkı vardır.
2. Anne ve babasının birbirlerine yönelik öfkesinden korunmaya hakkı vardır.
3. Anne ve babası arasında taraf tutmak zorunda olmamaya, olumsuz içerikli haber taşımamaya, anne ve babasının birbirleri hakkındaki şikayetlerini dinlememeye hakkı vardır.
4. Anne ve babası arasında tercih yapmak zorunda olmamaya hakkı vardır.
5. Boşanma sonrasında hayatında olabilecek tüm değişimler hakkında önceden bilgi verilmeye hakkı vardır.
6. Duygularını ve düşüncelerini paylaşmaya ve nasıl hissettiği konusunda anne ve babası tarafından dinlenmeye hakkı vardır.
7. Anne ve babasının bir arada olduğu dönemde sahip olduğu sağlıklı yaşam düzenine en yakın yaşam düzenine sahip olmaya hakkı vardır.

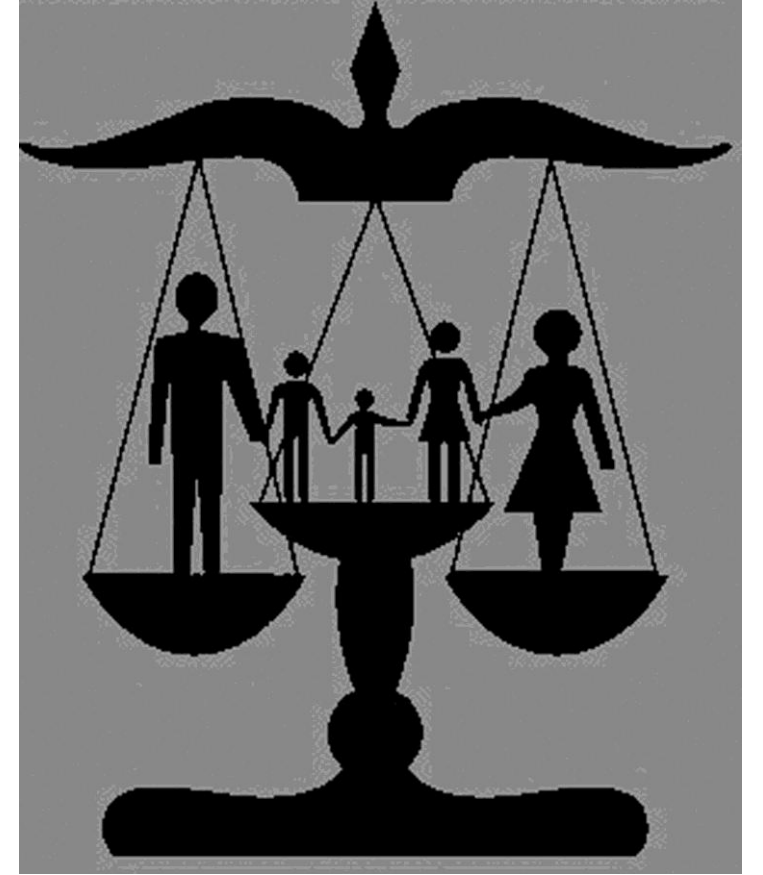
***Boşanmayı bir çözüm yolu olarak belirlemişseniz, bir uzmandan yardım alarak, çocuğunuzu boşanmanın olası risklerinden korumak adına önemli bir adım atmış olabilirsiniz!***

Doğu Akdeniz Üniversitesi  
Psikolojik Danışmanlık Rehberlik ve Araştırma Merkezi  
(DAÜ-PDRAM)



Adres: Kuzey Kampüsü, Sağlık Merkezi Binası, Zemin Kat  
Tel: (0392) 630 2251, Faks(0392) 630 2475 - (0392) 630 2254  
e-mail: [counsel.pdram@emu.edu.tr](mailto:counsel.pdram@emu.edu.tr)  
web: <http://pdram.emu.edu.tr/>

# SAĞLIKLI BOŞANMA



## SAĞLIKLI BOŞANMA NEDİR?

Sağlıklı boşanma, sağlıklı evliliğin olabilecek en çatışmasız şekilde sonlandırılabilmesi ve boşanma sonrasında aile bireylerinin birbirleriyle uyumlu bir ilişki sürdürebilmesidir. Her bireye, anne ve babası arasında uyumlu ilişkilerin olduğu sağlıklı bir evlilik ortamı sunmak, öncelikli amaç olmalıdır. Ancak evliliğin uyumlu ve sağlıklı halde sürdürülemediği noktada sağlıklı boşanmanın hedeflenmesi, tüm aile bireyleri için en sağlıklı çözüm yolu olacaktır.

## ANNE-BABASININ BOŞANMASI BİREYİ NE ŞEKİLDE ETKİLER?

Araştırma bulguları, bazı bireylerin anne-babalarının boşanma durumunun olumsuz etkilerini (ör; süregelen acı, mutsuz anı ve üzüntüye sahip olma) yaşam boyu taşıırken, bazı bireylerin ise anne-babalarının boşanması sonrasında, dayanıklı ve güçlü olabildiklerini (ör; her alanda başarılı olabilmek, artan derecede olgunluk ve problemler ile başa çıkma becerisi) ortaya koymaktadır.



Son on yılda yapılan çalışmalar, boşanma sürecinde ve/veya boşanma sonrasında anne-baba arasındaki yoğun çatışmanın, bireyin sağlıklı gelişimini, boşanmadan çok daha fazla olumsuz etkilediğini ortaya koymaktadır.

## ANNE-BABALARININ BOŞANMALARI KARŞISINDA DAYANIKLI OLAN BİREYLER

Kimi bireyler boşanmanın olumsuz getirilerine rağmen yaşamlarının birçok alanında başarılı olabilmektedirler. “Dayanıklı” olarak nitelendirilen bu bireylerin özellikleri aşağıdaki gibidir:

Dayanıklı bireyler;

- Anne ve babalarının boşanma sürecinde ve boşanma sonrasında çatıştıklarını değil, işbirliği kurabildiklerini gözlemleyen bireylerdir.
- Hem boşanma sürecinde hem de sonrasında sosyal ve duygusal ihtiyaçları dikkate alınan ve karşılanan bireylerdir.
- Aynı evde yaşamaya devam edilen anne veya baba ile sıcak ve yakın ilişki sürdüren bireylerdir.
- Arkadaşlarla zaman geçirmesine fırsat verilen veya çeşitli sosyal, kültürel, sanatsal ve/veya sportif ilgi alanlarına sahip olan bireylerdir.
- Çevrelerindeki insanlardan (anne ve baba, büyükanne ve büyükbaba, yakın arkadaşlar) duygusal destek alan bireylerdir.

