

Это страшное слово «Развод»

Они вошли в кабинет вместе, держа за руки своего четырехлетнего сына. Оба молодые, симпатичные, уважаемые, немного напряженные, но кто не бывает напряжен, посещая впервые психологическую консультацию. Свою проблему обозначили как «гиперактивность мальчика, с которой стало невозможно бороться». Оба активно участвовали в беседе, приводили примеры конфликтных ситуаций, описывали поведение ребенка и свои методы воспитания.



Малыш все время спокойно играл, свободно общался, разумно отвечая на вопросы и с интересом включаясь в игру. Как выяснилось позже, причина его трудного поведения скрывалась в том, что родители расстались несколько месяцев назад и уже успели познакомить сына со своими новыми «вторыми половинками».

Такие примеры в консультативной практике не редкость. Иногда родители не понимают, или не хотят признавать, что трудное или нервное поведение ребенка связано именно с их разладом и начинается за несколько месяцев или даже лет до настоящего развода. Дети чувствуют нарастающее напряжение во взаимоотношениях мамы и папы, отчуждение родителей, а сам развод для них катастрофа, предательство, унижение. Ребенок не понимает причин и потому переживает гораздо тяжелее взрослого, он хочет только одного, «чтобы все было, как раньше».

Итак, распалась семья. Причины разводов всегда серьезны и сложны, однако, когда поведение родителей в момент развода и после него социально конструктивно, то психологические последствия развода для детей можно свести к минимуму. Главное не проецировать свои переживания на ребенка, тем более не спекулировать его чувствами и не шантажировать его.

Взаимоотношения родителей при разводе развиваются как события в сериалах чаще всего двумя классическими способами: по формуле «он испортил нам жизнь» или «и эту дуру я любил».

Если из семьи ушел отец, мать сознательно или неосознанно использует ребенка как орудие борьбы с бывшим мужем. Нередко она «исключительно исходя из интересов ребенка», досаждают мужу, запрещая ему встречаться с сыном или дочерью, настраивая их против отца. Взрослые

понимают правила игры, а ребенок - нет, он мечется между двумя любимыми людьми, ставшими врагами.

Маленькие дети, при уходе отца из семьи, начинают считать себя плохими, поскольку уверены, что отец ушёл от них, а не от мамы. Они так и говорят: «от меня ушел папа». Более старшие дети стыдятся ухода отца, скрывают это от сверстников, ощущают страх перед будущим, испытывают на себе ухудшение уровня жизни после развода. Двойственность ситуации - осуждение отца и тоска по нему - невротизирует ребенка. Невротизация усугубляется, если ребенок считает, что в уходе отца повинна мать. Ушедший из семьи отец и его мать (бабушка по отцу), нередко убеждают ребенка в этом. Но ребенок живет с матерью, а вместо того чтобы сплотиться с ней в этой непростой ситуации, конфликтует с ней и отдаляется. Таким образом, беда удваивается.

Если из семьи, забрав ребенка, ушла мать, некоторые отцы в своем унижении как бы теряют разум, используя «интересы» ребенка для неустанной борьбы с бывшими женами. Ребенка, иногда не нарочно, настраивают против матери, стараются с помощью сына или дочери узнать о бывшей жене то, о чем ребенку лучше не знать, и не думать. Некоторые отцы, не желая уходить на второй план, начинают отчаянно заботиться о ребенке, старательно выполняя свои обязанности, о которых в прошлой семейной жизни благополучно забывали.

Поведение и чувства взрослых можно понять и простить. Им больно, они переживают крушение привычного уклада жизни, планов на будущее, привязанностей и идеалов. Они иногда искренне верят, что оберегли своих детей от катастрофы тем, что не устраивали при них сцен, что продолжают встречаться, не торопятся с устройством новой жизни, и даже не отзываются плохо друг о друге. Но детское сердце нельзя обмануть, оно в любом случае будет страдать, потому что остаться только с одним из родителей для ребенка неестественно, непривычно и страшно.

Обязанность родителей помочь детям пережить семейный раздор. Научить их переживать жизненные трудности вместе с надеждой и верой в хорошее будущее.

Постарайтесь учесть несколько важных советов:

- ✓ Ребенок не должен сомневаться, что он по-прежнему любим и нужен и маме и папе, он должен быть уверен, что причина случившегося развода не в нем.
- ✓ Не надо давать ребенку неоправданных надежд на то, что семья может восстановиться, если это невозможно.

- ✓ Старайтесь не говорить с ребенком о недостатках друг друга в обвинительной и оскорбительной форме, не старайтесь задеть или унижить своего партнера.
- ✓ Уважайте чувства своих детей, они также как и взрослые имеют право на раздражение, тоску, обиду. Постарайтесь понять своего ребенка и помочь ему справиться с нахлынувшими эмоциями.
- ✓ Дайте ребенку время адаптироваться к новой жизни, не посвящая его в свои новые жизненные планы, тем более не заставляйте называть чужого пока для него человека дорогими словами «папа» или «мама». Детям нужно время, ваше терпение и любовь, чтобы сердце его отболело и открылось для новых отношений.
- ✓ Постарайтесь первое время после развода давать ребенку возможность встречаться со вторым родителем в привычной обстановке чаще, потому что его тоска сильна, а привычка видеться с определенной частотой появится со временем.

Настраивая ребенка друг против друга, унижая себя в его глазах, Вы лишаете его и отца и матери одновременно. Он начинает чувствовать себя сиротой вдвойне, а это недопустимо.

Берегите детскую душу, ведь наши отношения с ними - это на всю жизнь до нашей старости.

Желаем удачи!