

«Если в семье произошел развод»

Развод - это разрушение отношений между супругами на всех уровнях взаимодействия: эмоционально – психологическом, сексуальном, социально-экономическом и юридическом.

Когда рушится семья, разваливаются семейные отношения, то жизнь бывших мужа и жены меняется полностью - часто человеку приходится фактически начинать жить заново, адаптироваться в новой реальности. Распад семьи немедленно и тяжело сказывается на морально-эмоциональном и материальном состоянии всех её членов, включая детей. Это очень больно. Страшно и обидно. Даже если супруги расстаются по обоюдному желанию (что бывает не так уж и часто), даже если они все сделали «цивилизованно», оба испытывают разочарование, боль, потерянность.

Ситуации, конечно, бывают разные, и иногда развод действительно становится единственным разумным выходом, но принимают решение о расставании только взрослые. А дети – всегда, во всех без исключения случаях, становятся заложниками родительского развода. Для любого ребенка потеря контакта с одним из родителей приравнивается к катастрофе, которая может иметь плачевные последствия.

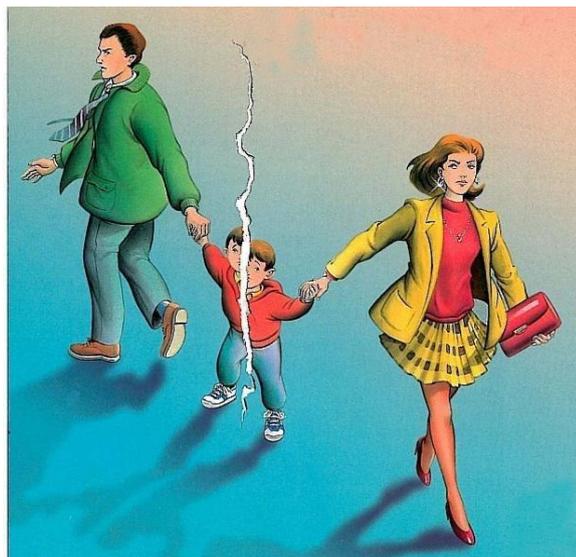
*Так как **каждый ребенок, независимо от возраста и темперамента, воспитания, любит своих маму и папу одинаково сильно.***

Влияние развода на психику ребенка

Развод для родителей – сознательный шаг, даже если он сопровождается болезненными переживаниями. Ребенок в ситуации развода находится совершенно в другом положении.

Что же они испытывают?

Внешне дети могут и не проявлять ничего, особенно если конфликт на домашнем фронте развивался давно, и всем уже изрядно надоели крики, разборки и хлопанье дверью. В этом случае ребенок, вероятнее всего, отнесется к разводу как к логическому завершению сложного



периода. Но внутри у него будут полыхать пожары и извергаться вулканы, потому что внутренний стресс (кстати, самый опасный для жизни и здоровья человека) никуда не денется сам по себе. Он накапливается, растет.

Часто к нему «на помощь» приходит комплекс собственной вины за то, что случилось. Так бывает у ребят в возрасте от 2 до 7 лет. Дело в том, что ребенок в силу возраста никак не может понять всех реальных причин развода родителей. А потому «назначает» виновного – себя. «Папа ушел, потому что я плохой». «Мама уехала, потому что я ее не слушалась». Это страшное состояние разрывает душу ребенка на две части. Одна остается с мамой, другая - с отцом. Плюс нелюбовь к себе. Результат – страхи (вплоть до развития фобий), истерики, агрессия или другая крайность – замкнутость и плаксивость. **Дети от 2 до 7 лет склонны брать вину за развод родителей на себя.**

Если вовремя не оказать таким детям помощь, последствия будут плачевными – психические расстройства, невозможность построить собственные семьи в будущем.

Как рассказать о разводе ребенку

- Родители не должны привлекать ребенка к обсуждению темы развода. Вопрос типа: «Как ты думаешь, не будет ли лучше, если мы с папой разведемся?» относится к запрещенным.
- Не следует также и опережать события, «репетировать» ситуацию развода. Сообщить ребенку печальную новость, а на самом деле и не думать о разводе, означает полное безразличие к его чувствам. Ребенок начинает переживать, расстраиваться, плакать. Мама с удовольствием смотрит на эти страдания и говорит супругу: «Вот посмотри, что будет с сыном, если мы разведемся!» Такое манипулирование наносит огромный вред эмоционально-личностной сфере детей.

Если же родители приняли окончательное решение о разводе, то они должны сообщить о предстоящем разводе детям и следовать нескольким правилам.

1. Нельзя скрывать от ребенка ситуацию развода, тайна и отсутствие информации усиливает его тревогу.
2. Сообщить о разводе ребенку необходимо в понятной и ясной форме. При этом важно сказать, что мама и папа любят его, и всегда будут заботиться о нем. Желательно, чтобы при разговоре присутствовали оба родителя. Разговор с ребенком должен проходить в спокойной и доброжелательной обстановке. Не стоит этого делать перед сном. Не следует обвинять в сложившейся ситуации других родственников, поскольку важно не прерывать эмоциональных связей ребенка с ними.

3. Нельзя ставить перед ребенком вопрос, с кем он будет жить (вплоть до старшего подросткового возраста).

4. Нельзя спрашивать, кого ты больше любишь: маму или папу?

5. Если в семье двое и трое детей, нельзя делить их между родителями.

Кому говорить?

Все дети достойны правды. Но не все они в силу возраста смогут принять вашу правду и уж тем более понять ее. **Поэтому с ребенком, которому еще нет 3 лет, лучше не обсуждать предстоящий развод, а дождаться** пока карапуз начнет задавать вопросы сам. А он довольно скоро поинтересуется, где папа, почему он приходит только в выходной, где он живет. Необходимо быть готовой к этим вопросам и подготовить ответы. Сообщать в предстоящем разводе обязательно нужно детям от 3-х лет и старше. А самое главное - чем младше ребенок, тем меньше подробностей ему следует говорить.