

Развод в семье. Дети и развод

Острота переживаний ребенка зависит от его возраста.

Если ребенку до полугода, он практически не замечает перемен и забывает отсутствующего родителя за несколько дней при условии внимания со стороны остальных родственников.

В возрасте от полугода до двух с половиной лет у него может часто и резко меняться настроение в связи с отсутствием одного из родителей.

Ребенок двух с половиной — шести лет испытывает тяжелое эмоциональное потрясение. Он не понимает причин развода, может считать себя виновным в случившемся, обещает исправиться, если родители помирятся.

У ребенка шести — девяти лет утрата одного из родителей может вызвать продолжительную депрессию. Он растерян, чувствует себя беззащитным, испытывает постоянную тревогу, ведет себя нервно. В школе появляются проблемы с успеваемостью и дисциплиной: Он может начать грубить, обманывать, настраивать родителей друг против друга, требовать от них подарков. К родителю, ушедшему из семьи, нередко испытывает ненависть, становится агрессивным и непокорным. Обычно сильно привязывается к родителю, с которым живет, но иногда агрессия может распространяться и на этого родителя.

Девяти-десятилетние девочки перестают доверять взрослым, ищут опору в подругах. Мальчиков этого возраста покидает их обычная самоуверенность, они стремятся к близости с отцом. Нередко отношение ребенка к «воскресному родителю» становится корыстным.

В 11—16 лет мальчики в большинстве случаев испытывают негативные чувства к отцу и сильно привязываются к матери. Но если у нее появится партнер, ревнивый сын ей этого не простит. В отношении девочек к матери появляются критические нотки: «Растолстела, за собой не следит, понятно, почему отец ушел к молодой и красивой». Порой они даже склонны восхищаться его новой подругой.

И все же очевидно, что развод родителей — серьезная стрессовая ситуация для любого ребенка. Даже если он совсем мал. Или если это подросток, внешне критичный или безразличный по отношению к родителям.

Помогите сыну или дочери с наименьшими потерями пережить эту ситуацию.

Рекомендации:

1) Если решение родителей окончательное, каждому из них нужно поговорить с ребенком. Объяснить причины разрыва с учетом его возраста. Заверить его в своей любви, рассказать, как отношения будут поддерживаться в дальнейшем. Не бойтесь открыто обсуждать с ребенком его чувства к ушедшему родителю. Какими бы они ни были —

отрицательными или положительными. Обсудите ситуацию со своими близкими и с родственниками бывшего супруга. Убедите их, что для ребенка очень важна их поддержка и продолжение отношений.

2) По возможности не меняйте резко место жительства, школу. Для большинства детей сейчас особенно важны прежние эмоциональные связи.

3) Договоритесь с ребенком, что ему лучше отвечать, если кто-то из окружающих задаст вопрос о произошедшем разводе. Объясните, что это бывает в жизни многих людей, и ему нечего стыдиться.

4) В какой-то мере вы будете делиться с ребенком своими переживаниями. Но не перекладывайте груз своих забот, обид и горестей на сына или дочь, ожидая от них сочувствия и поддержки. Нередко у ребенка и так развивается чувство острой вины — не он ли виноват в расставании родителей. Не усугубляйте это чувство.

5) Постарайтесь сохранить или восстановить способность договариваться между собой, пускай и не по всем вопросам. Это важно для самооценки и чувства самоуважения ребенка.

6) Если возможно, установите нормальное взаимодействие с новым спутником вашего бывшего супруга. Ребенку это даст пример конструктивного решения жизненных проблем.

7) Возьмите себе за правило никогда не злословить при ребенке об его отце или матери. Ведь он воспринимает себя частью вас обоих. Значит, если вы плохо говорите о бывшем супруге, это наносит удар и по нему самому.

8) Наполните свою жизнь и жизнь ребенка новыми занятиями, общением, поездками... Через какое-то время после развода родителей эмоциональное состояние ребенка постепенно возвращается в норму.

Развод — травматическая ситуация для всех, кто в неё вовлечен, но для ребенка — особенно. Родители могут дать ребёнку достойный пример выхода из кризисной ситуации.