

unicef 
Детский Фонд ООН



Министерство
здравоохранения
Республики Беларусь



unicef 
Детский Фонд ООН

Представительство Детского
Фонда ООН (ЮНИСЕФ)
в Республике Беларусь
e-mail: unicef@tut.by

**РОДИТЕЛИ
РАЗВОДЯТСЯ**

РОДИТЕЛИ РАЗВОДЯТСЯ – КАК ЭТО ВЛИЯЕТ НА РЕБЕНКА?

Развод – это всегда сложная ситуация в жизни семьи, которая тяжело отражается на детях. Что же влияет на ребенка особенно неблагоприятно? Как ведут себя дети в этой ситуации?

При разводе дети глубоко страдают, независимо от возраста: начиная с 3-4 лет, они осознают, что в семье что-то происходит, понимают, что отец не живет теперь с ними. В младшем возрасте они могут бессознательно чувствовать изменения общей домашней атмосферы и состояние матери, становятся беспокойными и капризными.

Почему же дети так страдают даже в ситуации, когда взрослые ведут себя с максимальным тактом и делают все, чтобы не травмировать их?

Дело в том, что у детей очень развита интуиция, и они бессознательно чувствуют утрату чего-то важного в своей жизни. Для них родители – это действительно две нераздельные части мира.

1

Часто можно наблюдать, как при совместной прогулке ребенок требует, чтобы его держали за руки и папа, и мама; и как он рад, когда родители выполняют его просьбу: **близость обоих родителей дает детям чувство стабильности и безопасности их жизни.**

После развода привычный мир ребенка разрушается, утрачивается ощущение целостности, уверенности и он не чувствует себя в безопасности. Ребенок не может осознавать такие сложные чувства и не может выразить их словами, это проявляется в его непонятных капризах, слезах, агрессивности, непослушании и т.п.

Часто бывает, что разводу предшествует долгий период ссор, скандалов, что очень тяжело отражается на детях, т.к. такая ситуация вызывает у них хронический стресс со всеми его неблагоприятными последствиями.



2

Дети дошкольного возраста по-своему объясняют сложные, непонятные для них явления взрослой жизни; весьма **типичным является объяснение ухода отца своим плохим поведением или еще какими-нибудь своими недостатками.** Ребенок ощущает развод как отказ отца от него, и это чувство отверженности дети могут сохранять долгие годы.

Трудной для ребенка является и ситуация, когда отец после развода появляется в его жизни изредка. Если отец доброжелателен и проявляет свою любовь к ребенку, для маленького ребенка непонятно, почему папа уходит, если им вместе так хорошо. Если же отец старается держаться отстраненно, чтобы чрезмерно не волновать ребенка, у того возникают обида и чувство отверженности. Ребенок заявляет: «Зачем он вообще приходит?»



Часто после развода можно наблюдать ситуацию, когда родители пытаются сделать ребенка союзником в своей «борьбе» с бывшим супругом. **Родители манипулируют ребенком (!)**, стараясь привлечь его на свою сторону. В таких случаях ребенок, чувствуя несправедливость, может начать ненавидеть одного или обоих родителей, его поведение может грубо нарушаться.

Иногда же **ребенок учится манипулировать родителями**, извлекая из их вражды выгоду для себя, что грубо искажает формирование личности ребенка.

Когда отец уходит из семьи, дети лишаются того бессознательно воздействия, которое оказывает на них личность отца. Мальчик не получает образцов мужского поведения, а девочка не получает примеров взаимоотношений мужчины и женщины. А ведь то, что усваивается ребенком в семье, не заменят ему ни книги, ни кинофильмы.



КАК ЖЕ ВЕСТИ СЕБЯ ВО ВРЕМЯ РАЗВОДА И КАК ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ ПЕРЕЖИТЬ ЭТО С НАИМЕНЬШИМИ ПОТЕРЯМИ?

Объясните ребенку, что ситуация, когда родители не могут жить вместе, случается в жизни не так уж редко. Постарайтесь не обвинять в этом другого супруга, даже если он/она является инициатором развода. Поясните, что в жизни случается, что чувства супругов друг к другу, а также их отношения могут изменяться, но это не отразится на ребенке, потому что они навсегда останутся его родителями и будут любить его.

Не обсуждайте с ребенком свои обиды и не подчеркивайте отрицательные качества бывшего партнера: ребенок – не судья своему родителю. Дети бессознательно улавливают это и в таких ситуациях могут становиться грубыми и агрессивными. Родитель, «поливающий грязью» бывшего супруга, теряет уважение ребенка.

Знайте, что с возрастом ребенок сам научится многое понимать и разбираться в людях. Сознание вины ушедшего родителя может стать слишком тяжелым грузом для неокрепшей психики.



Старайтесь избежать искушения сделать ребенка своим союзником в «борьбе» против бывшего супруга, а также контролируйте свои чувства и поведение, не пытайтесь ребенком заменить недостающего супруга (такую ошибку часто допускают после развода матери в отношении своих сыновей).

Обязательно обсудите со своими родителями (если они встречаются с ребенком) эту ситуацию, чтобы они вели себя корректно по отношению к вашему бывшему супругу и не настраивали ребенка против него и его родственников.

Постарайтесь договориться о регулярных встречах отца с ребенком, обязательно заранее предупредите ребенка, если встреча срывается. Важно, чтобы такие встречи с отцом были не только походами в кафе, а действительно давали возможность ребенку участвовать в жизни отца.

При необходимости воспользуйтесь помощью не вовлеченных в конфликт мудрых родственников. В случае появления невротических симптомов, стойких нарушений поведения и т.п. обращайтесь к психологам и психотерапевтам за профессиональной помощью.