Муниципальное бюджетное учреждение культуры
«Централизованная библиотечная система»
Центральная городская модельная библиотека
Отдел информационных технологий

ПУБЛИЧНЫЙ ЦЕНТР ПРАВОВОЙ ИНФОРМАЦИИ

Развод родителей и судьба детей

Беседа с родителями

Составитель:

Лукина М.М.,
заведующая отделом
информационных технологий

г. Заринск, 2014г.

Развод родителей и судьба детей

Все случается в нашей жизни. Невзирая на то, что вступаем мы в брак с самыми светлыми надеждами на будущее, бывает и так, что приходит время развода. Почему так случилось, кто виноват в этой ситуации - у всех по-разному. И не об этом сейчас разговор. Предмет нашего сегодняшнего разговора - дети после развода и как развод родителей влияет на судьбу ребенка.

Все мы знаем, что развод - это, конечно, плохо. Это сильнейший стресс, который приводит к нервному перенапряжению для разводящихся. Причем для всех сторон. Но в тоже время, когда наступают уж совсем невыносимые времена, и пара не может нормально сосуществовать, лучше все-таки развестись, чем жить в ненависти. Внимание! Сейчас речь идет о семье без отклонений и о разводе на почве "супруги не сошлись характерами". Если в семье есть садизм, алкоголизм, наркомания или другие негативные факторы, и развод происходит на почве того, чтобы оградить ребенка от всего этого, то это совсем другая тема.

А сегодня у нас такая банальная ситуация, которая, к сожалению, случается довольно часто. Молодые люди встретились, понравились друг другу, быстрый конфетно-букетный период, свадьба, а то и просто так называемый «гражданский брак», родился ребенок. Неизбежно эйфория первых месяцев совместной жизни рано или поздно заканчивается. Начинаются обычные семейные будни. И некоторая неустроенность быта, нежелание или, может быть, неумение мириться с некоторыми особенностями и привычками друг друга, неумение уступать друг другу в споре, может быть, еще какие-то причины приводят к постоянным конфликтам, заканчивающимся, в конце концов, разводом.

И молодые люди так же легко, как когда-то сошлись, решают разбежаться, складывая с себя все обязательства по отношению друг к другу и не задумываясь о том, что у них уже есть ребенок Либо так уходят с головой в свои проблемы и переживания, в выяснение отношений со своей бывшей половиной, что совершенно забывают о своих детях. Кто-то полагает, что ребёнок слишком мал и пока что ещё ничего не понимает. А кто-то, напротив, полагает, что ребёнок уже достаточной взрослый, всё понимает и не нуждается в объяснениях

Давайте разберемся, так ли это. **Как вы думаете, что такое развод для ребенка?**

Естественно, что развод родителей для детей в большей или меньшей степени, но **психологическая травма, стресс,** ведь таким образом рушится его маленький мир, к которому ребенок привык и с которым сроднился. Немногие знают, что по шкале стресса развод стоит на втором месте из 50 (после смерти близкого человека). Предразводное состояние семьи, сам развод и период после — тяжелый стресс для детей. В силу детского эгоцентризма психика ребенка устроена таким образом, что ему кажется, что весь мир вертится вокруг него и что его плохое поведение или даже мысли могли стать причиной развода родителей.

Каждый ребенок реагирует на развод по своему, все зависит от того, какой характер, какая наследственность, как к нему относятся родители сейчас и как относились до развода. Все эти факторы влияют на дальнейшую жизнь маленького человека. Возраст ребенка тоже влияет на развитие событий.

Как дети разного возраста воспринимают развод?

Если **ребенку нет и полугода**, то проблем не возникнет. Ведь он за несколько дней забудет родителя, ушедшего из семьи. Но только при условии, что со стороны остальных родственников он будет окружен вниманием.

У ребенка **от полугода до трех лет** может резко меняться настроение по причине отсутствия одного из родителей. И бывает такое очень часто.

Наиболее сильным психологическим стрессом, весьма негативным образом влияющим на детскую психику, развод является **для детей до 6 лет**. Во-первых, главным условием для психологического комфорта и гармоничного духовного развития является стабильность. При разводе же родителей ни о какой стабильности и речи идти не может. Мир в глазах ребёнка переворачивается с ног на голову. Папа не приходит больше домой, а мама почти всё время молчит, или плачет. В силу своего возраста ребёнок не может дать адекватную оценку происходящим вокруг него событиям, он теряется, пугается и замыкается в себе.

Кроме того, детки в возрасте **от трёх до шести лет** почти всегда испытывают сильнейшее чувство вины за происходящее. Объясняется это тем, что малыш, который не в силах понять истинной причины развода, проецирует вину на себя, считая, что папа ушёл из-за его плохого поведения. Именно поэтому маме так необходимо регулярно внушать ребёнку то, что такая позиция неверна и вины малыша нет абсолютно никакой. То же самое должен делать и отец ребёнка.

Деи постарше**, в возрасте 7 – 8 лет**, уже понимают, что причиной ухода отца из семьи являются не они. Однако до конца понять ситуацию они, конечно же, ещё не могут, поэтому злятся на отца. Они могут замкнуться в себе, начать проводить много времени в интернете или, наоборот, чаще отсутствовать дома, стараясь найти замену семье среди друзей.

Некоторые дети начинают сталкивать родителей между собой, управлять ими в своих целях. К родителю, который не поддался влиянию ребенка и не пошел на поводу его прихотей, чадо начинает испытывать негативные эмоции.

Подростки же уже способны более ли менее адекватно оценивать происходящую ситуацию. Однако нельзя забывать о том, что они хоть и взрослые, но всё-таки ещё дети, которые всё ещё нуждаются в поддержке взрослых людей. Подростки могут начать активно протестовать против развода родителей. Прогулы уроков, курение, даже уход из дому – эти, на первый взгляд, поступки неповиновения являются ничем иным, как акцией протеста против ситуации в семье.

От пола ребенка тоже многое зависит.

Мальчик может замкнуться в себе и не проявлять на людях никаких признаков недовольства, однако для его дальнейшего здоровья, это может очень пагубно обернуться. Скорее всего, повзрослев, он начнет отыгрываться за свои несчастья на своих же детях, будет уделять им слишком много внимания, что тоже нежелательно, а может вести себя совершенно наоборот, то есть поступать со своей семьей так же, как и его родители поступили с ним когда-то – разошлись. В итоге его дети будут тоже обречены на печальную участь.

При разводе мамы с папой, **маленькие девочки**, не скрывая в себе злости и обиды, как правило, **бурно реагируют** на поведение родителей и закатывают истерики. А как вы понимаете, такое проявление эмоций в раннем возрасте никому ещё добра не приносило.

Психологические последствия развода для детей

Реакции детей отличаются друг от друга, однако им присущи некоторые общие характеристики. Как вы думаете, какие?

• ***Страх.*** Большинство детей испытывают страх, особенно в период выяснения отношений между родителями перед окончательным их разрывом. Наиболее травмируют детей проявления враждебности и насилия.

• ***Самообвинение.*** Дети часто – центр противоборства между родителями, что внушает им чувство вины. Столкновения и ссоры могут быть для родителей тривиальными событиями, однако ребенок склонен обвинять в этих ссорах себя.

• ***Самоуничижение.*** У ребенка возникает представление, что он нелюбим, и это снижает у него чувство собственного достоинства. Если один из родителей уходит из семьи, то ребенок считает, что покинули и обрекли на одиночество именно его. Хотя родители находят для этого другие объяснения, дети считают, что развод связан с их собственной несостоятельностью. После развода и связанных с ним переживаний внимание к ребенку оставшегося родителя может быть недостаточным, что может нанести вред чувству самоуважения ребенка.

• ***Депрессия.*** Дети переживают развод родителей как утрату. В отличие от других печальных событий, например смерть одного из родителей, чувства, связанные с разводом, могут вновь оживать и повторяться в течение многих лет. Например, если отец из-за внезапной командировки отказывается провести выходные вместе с ребенком, который с радостью ожидал этого события, то чувство утраты вспыхивает с новой силой. Точно так же, как и взрослые, дети часто реагируют на утрату депрессией, внезапное изменение ситуации может вызвать состояние растерянности.

• ***Повышенная обидчивость и негативизм***. Дети воспринимают развод родителей и нарушение привычного для них порядка жизни как хаос и реагируют на него, помимо депрессии, чувством гнева. Дети переживают развод как обиду и отказ родителей от любви к ним, на что реагируют повышенной чувствительностью, ранимостью и отказом воспринимать реальность.

• ***Аутсайдерство.*** В связи с семейными конфликтами дети чувствуют себя лишними. Сравнивая себя с другими, они воспринимают себя менее ценными и любимыми, чем их сверстники. У них возникает чувство, что они не такие, как остальные. Чувство вины, связанное с разводом, стыд за стычки между родителями, примеры их враждебных взаимоотношений усиливают представления ребенка о том, что он является аутсайдером. Преданность ребенка своей семье ограничивает его возможность поделиться с другими своими переживаниями и тем самым усиливает его изоляцию.

Так что как ни крути, а последствия развода всегда негативные, а так не должно быть, семья должна жить дружно, по крайней мере, так заложено у маленького ребенка в голове. И, решив развестись, пострадают больше всего ни жена, ни муж, а ребенок. Ведь психика ребенка более уязвима, чем у взрослого человека, потому как она ещё не сформирована. Именно поэтому при принятии решений, касательно развода, нужно в первую очередь думать о детях, а потом уже о себе.

Но если все же, развода нашей паре избежать не удастся, давайте вместе подумаем, **Как же можно помочь ребенку пережить развод?**

Психологи рекомендуют использовать некоторые приемы, которые помогут сделать развод наименее болезненным для ребенка.

➢ ***Ребенку желательно сказать о предстоящем разводе заранее***, пока родители еще вместе, – это даст ему возможность «переварить» информацию и подготовиться к переменам. Специалисты утверждают, что дети, которым родители не объяснили сущность происходящего, переживали ситуацию развода более болезненно.

➢***Желательно, чтобы каждый из родителей поговорил с ребенком «по душам».*** В разговоре надо попытаться узнать сокровенные думы ребенка и постараться его успокоить, каким бы сложным на данный момент это не представлялось. С маленькими детьми это можно сделать через рассказывание историй, через игру и т.д. важно убедиться, что ребенок понял суть того, о чем ему говорят. Если малыш вновь и вновь возвращается к теме развода, значит, ему необходима еще какая-то информация или дополнительные заверения в любви мамы и папы и их готовности ему помочь.

➢***Информация, которую родители сообщают ребенку, должна быть дозированной***; надо разъяснить ребенку сущность происходящего ***с учетом его возраста***. Желательно сказать обо всем предельно ясно, чтобы у него не осталось места для фантазии о примирении родителей. По мере взросления ребенок сможет больше узнать о причинах и подробностях развода.

➢Иногда дети винят в разводе не столько обоих родителей, не сумевших сохранить семью, сколько себя. Они могут ошибочно считать, что причиной развода послужило их плохое поведение или какие-то нехорошие поступки. Чтобы не допустить этого, надо ***объяснить ребенку, что его вины в расставании родителей нет никакой***. Говоря о разводе, важно употреблять слово «мы» («мы не смогли договориться», «мы виноваты» и т.д.). Обязательно надо дать понять, что родители вместе не сумели сохранить семью, и ответственность за расставание лежит только на них обоих.

➢В борьбе за любовь и уважение своего ребенка, да и просто из желания отомстить, каждый из родителей часто настраивает ребенка против другого. ***Не нужно склонять ребенка на свою сторону, ни в коем случае нельзя заставлять делать выбор в пользу одного из родителей*** - итог такого поведения будет один: ребенок будет очень травмирован такой мучительной ситуацией. Да и в дальнейшем такая политика может привести к нежелательным последствиям и даже отклонениям в поведении. Так, например, отец, который настраивает сына против мамы, может довести до того, что взрослый сын не сможет нормально общаться с женщинами, так как через маму будет воспринимать их всех плохими и нехорошими. В то же время мальчику непросто стать настоящим мужчиной, если его мать уверяет, что «все мужики козлы». Дочери непросто найти свою любовь, создать семью, чувствовать себя желанной мужчинами, если с молоком матери она впитала в себя ненависть, обиду на весь мужской пол.

➢***Необходимо, чтобы ребенок понял, что изменения в его жизни будут минимальны, что оба родителя будут его по-прежнему любить и о нем заботиться***. Разумеется, обещания должны даваться только в той мере, в какой они смогут быть выполнены – заверения, которые останутся только словами, принесут ребенку дополнительные страдания.

Идеальная ситуация – сделать так, чтобы ребенок и во время, и после развода находился в контакте с обоими родителями. Нужно понимать, что даже непродолжительные встречи с родителем, который не живет с ребенком, имеют для него огромную ценность. Если родитель по каким-то причинам не может встречаться с ребенком, он должен объяснить ребенку, что дело здесь в обстоятельствах, а вовсе не в ребенке.

➢Первые месяцы после развода всегда самые трудные. Ребенок обычно остается жить с матерью. Ей же в этот период очень тяжело: она испытывает тяжелый эмоциональный стресс, а часто еще и в одиночку решает материальные проблемы. В такой ситуации порой сложно найти силы для ребенка. Однако это необходимо. ***Мать должна быть сильной, чтобы ребенок смог почувствовать себя защищенным.***

Разбитую чашу брака не склеить, но и под ее обломками погибать не стоит. Бывшие супруги вполне могут создавать новые семьи, рожать новых детей, но при этом важно понимать, что их совместные дети не должны стать заложниками родительских дрязг и инструментами выяснения отношений, способом перетягивания родительского авторитета на себя.

Самое лучшее, что может быть при разводе родителей, если они сумеют полюбовно договориться и спокойно общаться, обеспечить ребенку доступ в новые образовавшиеся семьи, где он полноценно может общаться как со сводными братьями и сестрами, так и с мачехой, отчимом. Расширение социальных связей только укрепит его психику, позволит увидеть разные модели поведения, взять то, что ему необходимо для развития.

➢***Желательно в это время не отказываться от помощи родителей, друзей, близких людей.*** Я думаю, все согласятся со мной, что отец нужен вовсе не для того, чтобы бегать и менять пеленки. Мужчина, отец в доме – это, прежде всего, авторитет. «Папа сказал». И если папы нет, то место мужчины должно быть заполнено. Это может быть и дедушка, и брат, и отчим – любой авторитетный взрослый мужчина. Это даст ребенку необходимый опыт, чтобы отличать мужское и женское, а мальчику – тот самый опыт, кто такой настоящий мужчина.

➢Ребенок может стать плаксивым, начать расстраиваться по пустякам, может, как в раннем детстве, начать бояться темноты или одиночества, начать страдать энурезом и т.д. ***Не бойтесь испортить ребенка в этот период повышенным вниманием и заботой***. Так вы поможете ребенку почувствовать себя защищенным и поможете легче пережить тяжелый период.

Трудно? Конечно. Именно поэтому, если в семье есть маленькие дети, прежде чем сделать такой непоправимый шаг как развод и разрушение семьи, молодым родителям не мешало бы хорошенько всё обдумать. Психологи советуют: Умерьте свой пыл, поговорите друг с другом, ведь вы же раньше умели это делать. Может вы просто устали от бытовых трудностей, а не от самого человека. И, может, имеет смысл ради своего любимого ребёнка поработать над отношениями?

Главное – надо всегда помнить, что дети – это смысл жизни каждой семьи, а цель родителей – заботиться о них по достижению совершеннолетия, и не бросать их в трудную минуту. Кроме родителей, за судьбу ребенка ответственности больше никто не несет.

Подводные камни развода. Как максимально сгладить «острые углы»?

➢Итак, развод позади и у ребёнка начинается новая жизнь. Чего же следует ожидать родителям? **Самое тяжёлое для ребёнка – это то, что родители, измученные бракоразводным процессом, начинают обращать на него чуть меньше внимания, чем обычно.** Ребёнку сложно понять, что подобные изменения являются всего лишь следствием эмоциональной усталости родителей. Ребёнку начинает казаться, что он никому не нужен: ни оставшейся с ним маме, ни ушедшему папе. Усугубляться такая ситуация может в том случае, если ранее не работавшая мама выходит на работу.

➢Второй, также очень часто встречающийся подводный камень, заключатся в том, что **очень многие родители, разойдясь, включаются в своеобразное соперничество за любовь и внимание ребенка**. Эта борьба чаще всего ведётся двумя методами:

- ***Родитель всячески пытается убедить ребёнка в том, что именно он самый лучший и больше его любит***. Зачастую в ход идут самые вероломные приёмы и перетряхивание «грязного белья». Мама может рассказывать о многочисленных похождениях отца. Отец же, в свою очередь, обвиняет маму в самых неблаговидных поступках. Родители, преследуя свою корыстную цель, зачастую, увы, забывают о самом главном – о душевном состоянии ребёнка. Как бы то ни было, ребёнок любит обоих родителей и подобная ситуация серьёзно травмирует его психику.

- Второй, наиболее излюбленный мужчинами, способ завоевать внимание ребёнка – это ***огромное количество подарков и увлекательного совместного времяпровождения: цирки, зоопарки, аттракционы, концерты***. Чаще всего за всеми этими декорациями родитель просто пытается спрятать страх быть отвергнутым ребёнком. А порой это говорит о том, что родитель не в состоянии просто и непринуждённо проводить время с малышом, оставаясь самим собой. Конечно же, все дети без исключения просто обожают всевозможные подарки и увеселительные мероприятия. Однако для них не менее важна и ценна возможность.

➢Ещё одна огромная ошибка родителей, негативно влияющая на психику ребёнка, это **попытка сделать из ребёнка шпиона или возложить на него функции связного.** В подобной ситуации ребёнок постоянно подвергается перекрёстному допросу обеими родителями, которые пытаются у ребёнка выведать подробности личной жизни бывшей второй половинки, или передают друг другу свои пожелания через ребёнка. Конечно, первое время ребёнок может испытывать гордость от чувства собственной значимости, однако это чувство очень скоро сменят совсем другие, гораздо менее радужные.

➢В этот период жизни дети зачастую не понимают, как же им пережить развод родителей, поэтому попросту замыкаются в себе**. Ребёнок может, как уже говорилось выше, испытывать сильнейшую злость на обоих родителей, и даже отказаться от встреч**. **Ни в коем случае не ругайте его за это и не принуждайте** – это может привести к очень печальным последствиям. Пройдёт совсем немного времени и ситуация нормализуется.

➢Очень часто случается так, что с момента развода родителей **детство детей, особенно подростков, заканчивается.** И виной этому является неправильная линия поведения родителей. Например, мама зачастую превращает свою дочь в подругу, с которой она может поделиться абсолютно всеми переживаниями и сомнениями. Однако не стоит забывать, что психика подростка ещё не готова к подобным нагрузкам и подобные откровения могут нанести ей непоправимый вред.

➢То же самое относится и к ведению домашнего хозяйства. **Не стоит перекладывать на ребёнка стирку, уборку, готовку и присмотр за младшими людьми.** Разумеется, ребёнок должен помогать вам, но в рамках разумного. Конечно же, забот у мамы после развода прибавится, однако необходимо всё-таки позволить ребёнку оставаться ребёнком.

➢Во время развода ни в коем случае **нельзя лишать ребёнка возможности тесного общения с обоими родителями. Ни в коем случае нельзя ставить ребёнка перед выбором только одного родителя и настраивать его против второго.** Особенно часто этим грешат женщины, которые внушают детям, что их общение с отцом станет настоящим предательством по отношению к ней. Для ребёнка же это весьма мучительная ситуация. Нельзя забывать о том, что дети гораздо более лояльны и склонны прощать родителям многие ошибки, именно поэтому дети любят обоих родителей примерно одинаково.

➢**У очень многих пап складывается ошибочное мнение, что они перестали играть важную роль в жизни ребёнка, и их посещения не очень-то и нужны.** Однако, на самом деле, общение с отцом очень важно для ребёнка и помогает более быстрой эмоциональной реабилитации и является хорошим способом того, как ребенку легче пережить развод родителей. К сожалению, с течением времени количество визитов сокращается. Но отец должен помнить, что дети очень болезненно воспринимают сей факт, независимо от того, сколько времени прошло после развода: месяц ли или несколько лет.