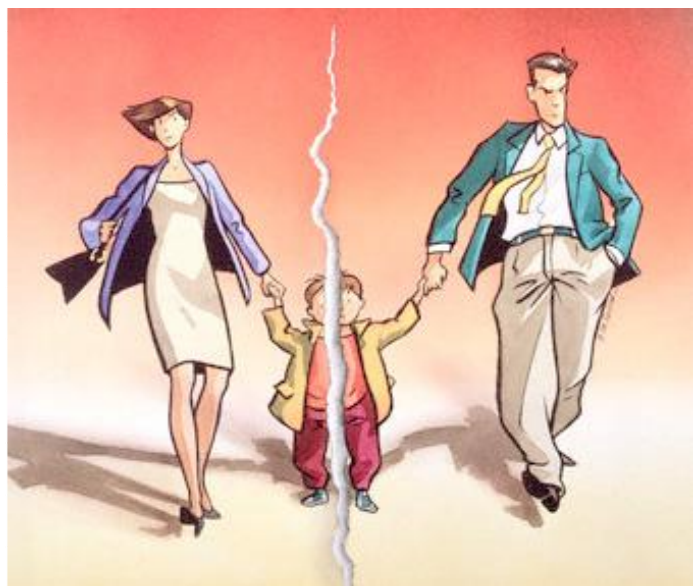


# Как помочь ребенку в ситуации развода



Ребенок еще до развода чувствует, что отношения между родителями портятся, что-то происходит. Отсюда у детей возникают, например, нервные тики, рассеянность, происходит снижение активности на занятиях. Первыми это замечают воспитатели. А родители при этом могут думать, что они очень успешно скрывают свой разлад от детей.

Поэтому, прежде всего, нужно искренне объяснять ребенку, что между вами все не так, как раньше. Душевная травма у ребенка после развода возникнет, но мы сможем ее смягчить объяснениями того, что произошло, что мы будем делать дальше. Родители должны признать перед ребенком ответственность их обоих за развод: «Мы виноваты. Мы где-то не смогли помочь друг другу. Где-то не смогли понять друг друга. А сейчас нам уже очень трудно соединить то, что нарушено, сейчас оно уже не восстановится».

Если уже происходит развод, можно сказать детям: «Отношения между мамой и папой зашли в тупик. Лучше для всех будет, если мы какое-то время будем жить раздельно. Так получилось. Это только наши отношения. А тебя мы по-прежнему любим, я и папа. Мы расходимся, но ты остаешься нашим ребенком. У тебя есть мама, у тебя есть папа». Если папа уходит к кому-то другому, то он должен объяснить, почему. При этом практика показывает, ни в коем случае нельзя говорить плохо о другом супруге: «Он плохой», «Она плохая». Лет в 14 ребенок уже может осмыслить ситуацию и правильно понять всё. И он будет гораздо больше уважать мать, которая нашла в себе мужество не говорить ему ничего плохого про ушедшего родителя. Лучше говорить: «Так получилось. Не можем мы больше жить вместе. Быть вместе нам просто больно. Но я всегда буду уважать твоего папу (твою маму). Я всегда буду благодарна папе (благодарен маме) за то, что ты у нас есть». Это не всегда легко. Сыновья в ситуации развода часто обвиняют маму: «Папа ушел – это

ты виновата. Вот если бы ты была худая (ты была бы красивая, ты умела бы готовить), папа бы от нас не ушел». Нельзя в этот момент наказывать ребенка, или начинать обвинять встречно папу. Мама должны сдержаться и сказать: «Сын! Ты сейчас очень взволнован. Когда ты успокоишься, мы с тобой об этом поговорим». Необходимо попросить у ребенка помощи в том, чтобы пережить этот момент – ситуацию развода. Он будет знать, что он должен помочь маме и папе пережить развод. И тогда уже свои эмоции, переживания он реализует созидательно. Вы должны сделать все, чтобы сохранить с бывшим супругом нормальные, может быть даже – дружеские – отношения. Тот супруг, который уходит из семьи, должен дать понять детям, что в любой момент они могут рассчитывать на него.

Пережив развод, через какое-то время супруг, оставшийся с детьми (как правило – мать), обычно задумывается о новом браке. Практика показывает, что если новые отношения строятся в первый год после развода, они обычно бесперспективны. Потому что, как правило, в первые шесть месяцев после развода человек остро переживает расставание: падает самооценка, возникает неадекватная оценка окружающих. После этих шести месяцев происходит скачок самооценки, у человека возникает желание найти нового партнера. И нередко в этот период человек встречает кого-то, кого принимает за «принца на белом коне» (или за принцессу). «Он самый хороший, с ним все будет по-другому». Месяца через три человек начинает выздоравливать после душевной травмы, вызванной разводом, начинает адекватно воспринимать всё. И видит своего нового партнера в истинном свете.

Поэтому в первый год после развода новые отношения строить не стоит. Это время необходимо потратить, прежде всего, на то, чтобы привести себя в порядок как личность, как человека, чтобы поверить в свои силы и оценить возможности.

После развода роли в семье частично меняются. Сын становится помощником матери. Но мать не должна ставить его на место мужа, говорить: «Это мой мужчина. Ты мой единственный мужчина в доме». Он только сын. Он помогает маме, чем может. А если он поверит в то, что он единственный мужчина в доме, ему будет очень трудно потом принять в доме нового мужчину, а маме построить новые отношения.

При начале новых отношений необходимо снова говорить ребенку, что он любимый, бесценный, но в мире так устроено, что

рядом с женщиной должен быть мужчина. «Ты мне замечательно помогаешь. Но ты – мой ребенок. Ты не можешь дать мне то, что может дать мужчина, муж. Вот ты вырастешь, и тебе тоже нужна будет жена (муж), с которой ты будешь идти по жизни». И естественно, не навязывать человека, пока ребенок не принимает его. Отношения должны развиваться постепенно.

Если матери, оставшейся с ребенком, не удастся вторично выйти замуж, должна ли она пытаться как-то возмещать ребенку отсутствие мужского воспитания? Должна ли женщина после развода брать в руки ремень или предпринимать еще что-то? Нет. Из этого ничего хорошего не получится. Физическое наказание не означает присутствия мужского воспитания. Наказывать может и мама даже в полных семьях. Или как бывает? Проступок ребенка обнаруживает мама, которая чаще контролирует уроки, поведение. Она жалуется папе, когда он приходит с работы, и папа берет ремень. Мама порет ребенка больше от собственного бессилия, а не для возмещения отсутствия мужчины. Для ребенка возрастом до 10-11 лет мама может восполнить отсутствие мужчины. Если это активная дама, которая будет заниматься с ребенком спортом, ходить с ним в походы, куда-то ездить, а дальше уже – нереально.

Для девочки, начиная с трех лет, для ее полоролевого самоопределения, очень важно мнение мужского пола. Как она выглядит, например. В отличие от мальчиков, при отсутствии в семье папы девочка будет искать этого на стороне. Она будет спрашивать у соседа, липнуть к охраннику в детском саду. Ей это необходимо. Позднее, в подростковом возрасте, папа служит для нее прототипом мужчины. Девочка на папе осваивает те социальные знания, которые она получает в школе. Для нее гораздо важнее мнение папы, чем мнение мамы. Мальчик будет страдать молча, создаст в своих мечтах желанный образ мужчины и будет использовать как эталон поведения. Поэтому желательно, чтобы у женщины, которая воспитывает детей без мужа, были друзья-мужчины (лучше женатые), либо родственники. Чтобы дядя, дедушка хотя бы раз в неделю проводили с ребенком и могли частично восполнить то, что им не дает папа. Или если сам папа будет встречаться с ребенком по субботам и ездить куда-то с ним отдыхать – это еще лучше. А мама этого восполнить не сможет.

*Педагог-психолог ЧДОУ д/с «Рождественский»  
Петелина Ольга Анатольевна*