

Дети при разводе: невидимые миру слезы

ОСТРАЯ ТЕМА

Все семьи, как известно, счастливы одинаково, а несчастна каждая по-своему. Иногда случается, что, исчерпав безуспешно все способы стать счастливыми, супруги решают развестись. И тогда одни, как цивилизованные люди, начинают мирно делить имущество, а другие – нецивилизованные – драться из-за каждой ложки-вилки. А если в семье есть ребенок, его тоже делить? Или стоит поставить вопрос иначе: можно ли сделать так, чтобы проблемы взрослых причиняли как можно меньше боли детям? И если да, то как? За консультацией корреспондент газеты обратилась в центр «Диалог» к психологу высшей категории, преподавателю ЯрГУ имени Демидова Юлии МЕТЕЛЬСКОЙ:

– Развод родителей – это, бесспорно, травма для ребенка, чреватая самыми различными последствиями. Ребенок может вернуться к проблематике и конфликтам, характерным для предыдущей стадии его развития. Проявляется это по-разному. Он может, например; стать плаксивым, капризным, испытывать проблемы в общении; сложнее сходить с людьми, бояться новых знакомых. То есть ребенок, уже освоивший некоторые формы более взрослого поведения, в результате переживаемого стресса возвращается к старым.

Типичная ситуация: папа уходит, и мама, испытывая негативные чувства, начинает давить на ребенка, ожидая увидеть в нем поддержку, настроивает его на отказ от общения с отцом. Делается такое подчас неосознанно, но это самый тяжелый момент в отношениях при разводе. У ребенка нарастает противоречивость переживаний, он и хочет любить по-прежнему папу, и боится тем самым обидеть маму.

– **Что же, худой мир лучше доброй ссоры? Если ставить во главу угла интересы детей, то не стоит вообще заводить речь о разводе, каким бы глубоким ни был конфликт в семье?**

– Говорить о том, что будет лучше или хуже, ни в коем случае не стоит. Мы должны вести речь лишь о возможных вариантах развития событий. Если родители уже утратили эмоциональную связь друг с другом, будет ли лучше ребенку жить в такой среде? Ведь по сути взрослые лишь формально поддерживают видимость семьи, проживая на одной территории, а психологически развод уже состоялся, он только не оформлен на бумаге. Дойдет дело до суда, до официального разрыва или нет, ребенок все равно будет травмирован тем, что отношения мамы и папы нарушены. И может быть, более уместно для психологического благополучия развестись, но подготовив к этому ребенка. Помня о том, что он переживает в данной ситуации не меньше, чем родители. И очень важно дать понять в этот момент, что папа разводится не с ребенком, не с семьей как таковой, он разводится с мамой. А для малыша он как был отцом, так им и остается. Это в значительной мере снижает травматичность переживаний.

– **А если мама приводит другого папу?**

– Это уже не папа, это мамин второй муж. Такие отношения давно приняты на Западе. Отец есть отец.

– **Но бывает и так: стараясь во благо ребенка, когда он еще слишком мал и не осознает происходящих вокруг него событий, мама добивается, чтобы настоящий отец исчез из жизни малыша окончательно и бесповоротно. А место его занимает другой человек, с которым она рассказывает прожить долго и счастливо и который сам**

готов играть роль отца, а не просто мамино мужа...

– Это, конечно, личное дело каждого, но в традиции более цивилизованного общества уважать ребенка, не обманывать его, говорить все, как есть. Ведь реальная ситуация такова, что ребенок все равно рано или поздно узнает правду. И узнает, как правило, в подростковом возрасте, когда начинает активно собирать информацию, понимать смысл разговоров, которые ведутся вокруг него, находит какие-то старые фотографии. Возникают вопросы. Это тяжелая ситуация, когда семья вынуждена что-то скрывать. На самом деле напряженность очень чувствуется детьми.

– **Влияет ли возраст ребенка на остроту его переживаний по поводу развода между родителями?**

– Есть кризисные этапы, наиболее проблемные точки в развитии детей. Если развод совпадает с такой точкой, то он будет восприниматься болезненней. Вообще переживание травмы зависит от того, насколько человек благополучно развивался до нее. Если развитие ребенка протекало в благоприятной эмоциональной обстановке, он не испытывал недостатка в родительской любви и заботе – это некоторая гарантия того, что в дальнейшем, при столкновении с любыми проблемными ситуациями, он легче их преодолевает. Психологически он более устойчив. Вообще же развод как ситуация травмы не столько создает проблемы, сколько обостряет уже существующие.

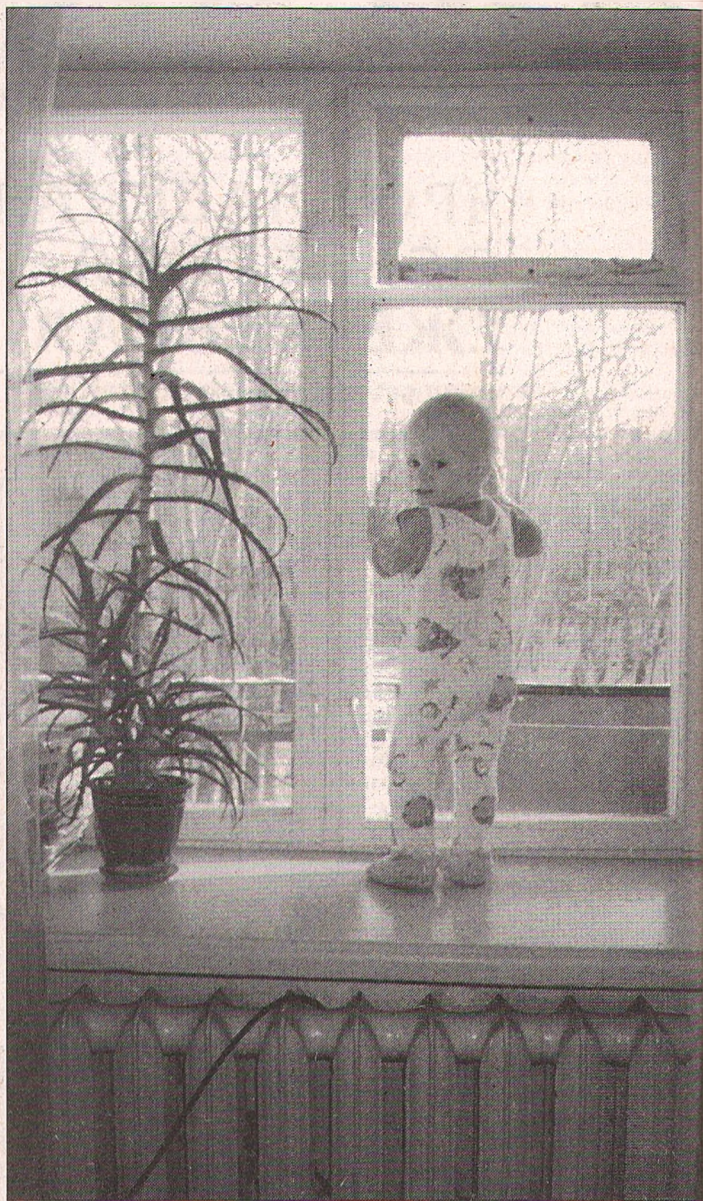
– **С кем легче остаться малышу после развода, с мамой или папой?**

– Поскольку эмоциональная связь у ребенка все же больше с мамой, то ситуация, когда из семьи уходит она, для него особенно тяжела. Но травматичен любой уход, ребенок любит родителей одинаково, и ему бывает очень нелегко, когда приходится выбирать, кого любить.

Наиболее тяжелая ситуация, когда вопрос, с кем оставить малыша, родители выносят на суд. Это говорит о крайней степени конфликта и неспособности сторон договариваться. Для ребенка важно, с кем бы он ни остался, иметь возможность нормального контакта с обоими родителями. Судебные отношения этой возможности не дают.

Надо думать о другом, пересматривать отношение семьи к разводу как необходимому элементу вражды. Развод иногда может быть и неизбежной частью жизни, но это не значит, что надо расставаться врагами. Можно жить счастливо поодиночке. Для ребенка неважно, на чьей территории он проживает, ему важно знать, что и папа, и мама любят его, хоть и живут отдельно.

– **Но если у кого-то из родителей появляется другая семья, а у ребенка – новый братишка или сестренка, как**



эта ситуация может отразиться на нем?

– Как его к этому подготовят. Ведь и в полной семье ребенка нужно готовить к появлению на свет второго. Ситуация ревности, соперничества, обиды будет и в том, и в другом случае, но как она станет развиваться, зависит от того, насколько родители готовы помогать ребенку и будут ли помогать вообще справляться с ней.

– **То есть все зависит от грамотности родителей, от того, насколько они готовы помогать своему малышу, невзирая на собственные проблемы?**

– Часто взрослые, приводя к специалисту с какой-то конкретной проблематикой детей – съехал в учебе, ухудшилось поведение, плохо стал засыпать, – не связывают тревожные проявления в поведении с изменениями в отношениях родителей. Они считают, что проблема возникла сама по себе. Вообще родители, придя и рассказывая, что у них развод состоялся год или два назад, на мой вопрос, как его пережил ребенок, отвечают: «Да без проблем, для него это было нормально». То есть у мамы создается иллюзия, что ребенок ситуацию развода переживает совершенно спокойно, легко и как бы это его не затрагивает.

Поскольку на тот момент ярких проявлений не было, родители считают, что для него это прошло бесследно. Такого не бывает. Ситуация развода травматична и для взрослого человека, но родитель, погружившись в свои переживания, не видит детских переживаний или жалеет себя успокоить, снять с себя чувство вины за то, что приносит страдания ребенку. Да и дети, не желая расстраивать маму или папу, стараются не показывать, как они переживают. В итоге у родите-

лей складывается иллюзия, что ребенок пережил ситуацию развода спокойно. И в последующем уже не связывают свой развод с возникающей у него проблематикой. А последствия могут иметь отсроченный эффект или обостриться позже.

– **Вы можете привести какой-то пример из собственной практики?**

– Появилось мелкое воровство у ребенка, младшего школьника. Родители развелись, он остался с мамой в квартире с ее родственниками. Ворвал вещи, принадлежащие одному члену этой семьи, не мамы. А в основе воровства у детей могут лежать самые разные причины, и одна из них – негативное отношение к человеку. И когда стали разбираться, в данном случае воровство оказалось выражением негатива в отношении родственника, который усиленно нагнетал конфликт между родителями и часто очень негативно высказывался о папе. Родители пересмотрели свои отношения после развода, они стали встречаться, и мама была даже довольна таким развитием событий.

Почему-то бытует стереотип, что развод это полный разрыв отношений. Есть у некоторых людей такая стратегия поведения. Но это вовсе не обязательно! Можно дальше общаться (хотя бы по телефону), оставаться друзьями. Важно, чтобы ребенок чувствовал: родители расстались, но сохраняют позитивное отношение друг к другу. Это дает ему возможность без чувства вины любить и того, и другого. Он не ставится в жесткую ситуацию выбора. Возможность ребенка после расставания родителей видеться с ними обоими в значительной мере снижает остроту травмы.

Беседовала
Ирина КОСУЛЬНИКОВА