ДЕТИ И РАЗВОД
как сделать, чтобы он стал не трагедией, а жизненны уроком?

Трудно сказать, развод — это благо или зло. Люди разводились всегда, во все времена и, конечно, будут разводиться. Это счастье, если супруги живут в счастливом браке до конца своих дней, но, как показывает статистика, такое случается нечасто. Большинство же испытывают кризисы любви, мучаются ревностью, испытывают охлаждение, затем вновь соединяются и опять ссорятся, не понимая друг друга. И тут зачастую возникает вопрос: что лучше — развестись или жить рядом, как чужие?

Иногда родители не решаются на развод, предполагая, что травма от него гораздо глубже, чем от переживаний по поводу постоянных ссор и холода. А так ли это? Кому приносит счастье формально существующая семья? Ведь, вполне вероятно, что живи супруги порознь, они нашли бы себе других партнеров и были бы счастливы все члены семьи — и взрослые, и дети...

Но тогда возникает следующий вопрос: если отношения взрослых изжили себя, как развестись так, чтобы дети испытали как можно меньше боли и страданий? Известно, что люди разводятся по-разному. Одни делают это достаточно цивилизованно, без мучений и страданий — в этом случае и дети воспринимают развод достаточно спокойно. Другие, наоборот, разводясь, навсегда остаются врагами, сами страдают от психологической травмы, и их дети получают травму на всю жизнь, а затем повторяют в том или ином виде этот сценарий в собственной семье и вспоминают об этой трагедии до самой своей смерти. Третьи — это некий промежуточный вариант, когда все члены семьи получают в разводе психологическую травму, но со временем она стирается, сглаживается и участники находят позитивные пути для продолжения жизни.

Но что значит «развестись цивилизованно»? На самом деле ребенок в процессе развода испытывает необычайные волнения и стресс в связи с тем, что папа и мама, которые жили вместе с ним, теперь будут жить по отдельности. Малыш думает: «Как же я останусь теперь один? Мы с папой никогда больше не увидим друг друга! У меня теперь никогда не будет паны!» Папа, который понимает чувства своего ребенка, в этом случае говорит малышу: «Я всегда буду твоим отцом, я всегда останусь с тобой! Это не важно, что я теперь буду жить в другом доме, а не в одной квартире с тобой! Но ты всегда будешь моим сыном (дочкой)! Мы по-прежнему будем с тобой видеться, в любой момент можем с тобой встретиться, ты мне можешь позвонить! И то, что мы с твоей мамой расстаемся, не означает, что я перестаю быть твоим отцом. Просто нам с твоей мамой трудно жить вместе...»

Как правило, ребенок не понимает, почему родители разводятся, у него бывает несколько версий. Чаще всего он думает, что сам виноват в этом: «Это я себя плохо слушался папу и маму! Поэтому они решились развестись». Это в большей степени касается детей лет до девяти. Ребенку нужно объяснить, что его вины в разводе нет, что папа с мамой пришли к решению какое-то время пожить отдельно (не стоит ребенку говорить всю жестокую правду сразу). Скорее всего, ребенок попытается их соединить: «Папа и мама! Поживите вместе еще немножко, я буду хорошо себя вести, я буду хорошим, я буду вас слушаться!» В этом случае надо занять достаточно твердую позицию и настойчиво и в то же время ласково сказать ребенку: «Нет, мы взрослые люди, мы решили пожить отдельно!» Если родители начинают поддаваться уговорам ребенка, но продолжают ругаться, они продлевают

агонию! В такой ситуации очень важно для малыша сменить обстановку, например поехать куда-то отдыхать. Можно поселить в дом на место уходящего члена семьи на какое-то время бабушку или другого родственника, купить собаку, кошку. Создать какой-либо другой позитивный стимул в виде интересного для него кружка, секции. Порой помогает переезд на новую квартиру, в другой город. В этом случае ребенок попадает в новую для него обстановку, в которой папы никогда не было, и это облегчает его адаптацию.

Если у вашего сына или дочки помимо развода родителей есть и другие проблемы, например со здоровьем, с одноклассниками или в группе детского сада, то нужно постараться максимально разрешить эти ситуации, потому что на ребенка в это время ложится очень большая нагрузка, многие дети такого двойного стресса не выдерживают.

Цивилизованный развод сами родители не воспринимают как трагедию и крушение своей жизни. Это существенно, потому что дети в своей оценке ориентируются на них: на папу и, в еще большей степени, на маму. Лучше всего переносят развод дети той матери, которая относится к нему спокойно, без истерики. Любая женщина, конечно, будет переживать по поводу разрушения семьи, но важно, чтобы она сказала себе: «Отношения с этим мужчиной для меня закончились. У меня вся жизнь впереди, я уверена, что буду счастлива. С моими детьми будет все хорошо». Таким образом, она сохраняет присутствие духа, жизненный оптимизм настолько, насколько может его сохранять.

Для детей важно и то, что говорят о разводе окружающие. Порой стресс усугубляют бабушки и дедушки: «Это кошмар, дети остались сиротами, беспризорными, будут наркоманами!» Присутствие духа должна по возможности сохранять не только мать, но и все окружающие родственники. Если это так, то через некоторое время ребенок понимает, что ничего страшного для него не произошло. Бывает, что «приходящий» папа, как это ни парадоксально, больше уделяет внимания ребенку, чем папа, живущий в семье. Зачастую мужчина считает, что он должен приносить в дом деньги, пусть даже и видит ребенка мельком, и это самая главная его обязанность в отношении детей. Когда же отец и ребенок живут отдельно, папа начинает понимать, что он теряет связь с ребенком, и это стимулирует его общаться с малышом как можно чаще. Поэтому развод может стать благом для ребенка: он не видит конфликтов, живет в благоприятной психологической обстановке и чаще общается с папой.

Очень важно сказать бывшему супругу: «Я был/а счастлив/а с тобой. Мне было с тобой хорошо. Я тебя отпускаю, живи счастливо! Я тебя любил/а, спасибо тебе за то время, что мы жили с тобой вместе». Обязательно нужно сказать ребенку любого возраста, даже годовалому: «Ты мой сын (моя дочь), всегда останешься моим сыном (моей дочерью), я всегда буду тебя любить, мы всегда будем с тобой видеться, несмотря на то, что будем жить в разных домах!» Для малыша это не подразумевается само собой. Ребенок не понимает, почему родители расстаются. Для него рушится мир, для него эти слова жизненно необходимы, так как он может считать, что теряет одного из родителей навсегда.

Тяжелее всего развод происходит в тех случаях, когда родители считают, что их жизнь сломана, ничего хорошего их не ждет, и они ущемлены в своих правах. Тогда взрослые достаточно часто используют ребенка как средство мести (в том числе психологической), как средство... для раздела квартиры, имущества, особенно в ситуации, когда женщина или мужчина уходят из семьи к другому возлюбленному. Вот тут разгораются страсти! Обиженная и отвергнутая женщина

говорит: «Твой отец негодяй, он бросил нас!» Она втягивает ребенка в сложную ситуацию, плачет, рассказывает ему обо всех сложностях развода, тем самым подрывая веру малыша в то, что его отец и мать самые лучшие. А без этой уверенности ребенок вообще не может нормально развиваться, особенно если ему еще не исполнилось девяти лет. В результате малыш и сам отныне боится предательства — для него это значит, что ни перед кем нельзя раскрываться, если ты раскроешься, тебя обязательно предадут, поэтому в будущем он может вообще отказаться от создания собственной семьи. Если отец уходит из семьи, то у девочки может сложиться установка, что ее тоже бросят, а у мальчика может возникнуть нежелание принадлежать к мужскому сообществу, потому что все мужчины предатели. Ребенок получает страшнейшую травму.

Даже самые маленькие дети видят, точнее воспринимают на бессознательном уровне, что эмоциональные отношения становятся средством мести и манипулирования. В этом случае ребенок тоже учится манипулировать другими людьми и получить материальную выгоду. Иногда мы видим взрослого человека, который говорит партнеру: «Ты мне купишь часы за 20 тысяч, тогда меня поцелуешь и обнимешь, я буду твоя! А если ты мне построишь особняк, я буду жить с тобой, косым и хромым!» Корни этого явления могут быть, в том числе в ситуации развода. Когда месть ставится во главу угла, вопрос обмена эмоционального на материальное стоит достаточно остро. Ребенок видит, что его разлучают с отцом или матерью, препятствуют их встречам, и по отношению к тому родителю, который это совершает, возникает чувство негодования и отвержения. Иногда кажется, что ребенок встает на сторону «обиженного» родителя, но, став взрослым, он никогда не будет на его стороне. Через какое-то время он поймет, что мать его лишила отца (или, наоборот, отец лишил его матери по своей воле). Тогда трудно представить, как развернутся события! Очень часто «приходящие» родители пытаются задаривать ребенка, чтобы предстать перед ним волшебниками. Встречаясь с ним по субботам-воскресеньям, они удовлетворяют все желания своего чада. И некоторым родителям удается это сделать, в особенности, если мама ' живет очень скромно и не может многого себе позволить, а папа ездит на «крутой» машине и живет в особняке. Ребенок может оказаться более привязанным к «богатому родителю, только вопрос — что за качество этой привязанности? К чему он привязан — к родителю или к его деньгам? Тогда ребенок в дальнейшем будет требовать проявления любви через подарки. И возможно, такой родитель от повзрослевшего ребенка не получит никакой благодарности, потому что он ему давал не любовь, а деньги и подарки. Это очень тонкая вещь, часто родители этого не понимают. И когда постаревший родитель попросит свое повзрослевшее чадо: «Утешь меня, пожалей меня! Почему ты не беспокоишься о моем здоровье?», чадо ответит в духе своего воспитания: «Тебе чего надо? Денег? Починить крышу на даче? Что ты ко мне пристаешь?» А родитель говорит: «Нет, я хочу сочувствия, внимания к себе от тебя!» Ребенок не понимает, какого сочувствия от него требуют, он не знает, как это может быть по отношению к этому родителю. Причем, он может испытывать человеческое сочувствие к матери или к другим людям, но к этому родителю, который обменивал свою любовь на подарки — никогда. При разводе необходимо четко оговорить, что будет делать отсутствующий родитель: когда-то забрать ребенка из школы и сада, сходить на родительское собрание, сводить к врачу, посидеть с ним, когда он болеет. То есть оба родителя должны разделять трудности и тяготы жизни на равных.

Очень часто дополнительные сложности создают бабушки и дедушки, особенно в том случае, если они принимают в разводе чью-то сторону. Мама-жертва, которую оставил муж, хороша для родителей мужа до тех пор, пока у нее не появилась надежда на женское счастье. Как только это происходит, бабушки-дедушки со стороны отца ребенка начинают использовать малыша для манипуляции, чем немало его калечат. Бабушка говорит ребенку: «Твоя мать тебя предала, ты сиротка, у тебя появится отчим, будет тебя обижать, хорошего не жди!» И действительно, ничего хорошего при такой установке ждать не приходится. Правильная позиция прародителей заключается в том, что бы они общались со своими внуками так, как будто ничего не произошло. Если описать идеальный развод, то жизнь после него может выглядеть так. Мама с папой не имеют друг к другу претензий. Папа приходит к ребенку, участвует во всех его делах, звонит, в любой момент доступен для ребенка. Бывшие супруги уже образовали другие семьи, их дети от других браков встречаются, живут на даче, вместе отмечают дни рождения, бабушки и дедушки принимают всех внуков, всех считают своими. Это не из области фантастики! В этой ситуации у детей даже появляются некоторые преимущества! У них становится больше родственников — пап и мам, бабушек и дедушек, братьев и сестер.

Развод должен научить детей прощать, понимать, принимать, не опускать руки, расставаться красиво, строить новую жизнь. Ему неоднократно придется расставаться: с работой, с друзьями, с местом жительства. Если выдвинуть гипотезу о том, что человек приходит в жизнь, чтобы получать жизненные уроки и с человеческим достоинством выйти из трудностей, то ситуация развода может быть воспринята не как кошмар и крушение жизни, а как ситуация, которая многому научит и взрослых, и детей.