

ВЛИЯНИЕ РАЗВОДА РОДИТЕЛЕЙ НА ДЕТЕЙ.

Ни для кого не секрет, что влияние развода на детей может быть очень травматичным. Не редко решение родителей расторгнуть брачные узы оборачивается для детей психологической травмой.

Переживания из-за распада семьи – один из самых сложных периодов в жизни ребенка. И если для родителей опыт развода иногда может иметь и позитивные стороны (это шанс построить новые, более удачные отношения, не повторяя прежних ошибок), то для детей это всегда большой стресс.

Влияние последствий развода на детей может быть самым разным, в зависимости от их развития, возраста и пола. Исследования в области психологии показали, что несмотря на усилия семейных и детских психологов, большинство детей страдают во время и после бракоразводного процесса. Когда родители перестают быть одной семьей, у детей появляется чувство психологической незащищенности, неустойчивости, они уже не могут ощущать себя в полной безопасности, как это было раньше.

Влияние развода на чувства детей

Дети могут реагировать по-разному на предстоящий развод. Некоторые становятся очень грустными, замыкаются в себе, появляются симптомы депрессии, иногда бессонница и общее ухудшение самочувствия. Повышается уровень тревожности, ребенку тяжело сконцентрироваться, часто начинаются проблемы с учебой или в общении со сверстниками. В такой ситуации дети могут чувствовать себя отвергнутыми или брошенными одним из родителей, потому что теперь у ребенка нет возможности видиться со всеми членами семьи в равной степени, как это было раньше.

Независимо от того, как сложились отношения в семье после развода, дети в той или иной степени становятся жертвами этого процесса. Некоторым детям родительский развод наносит психологическую травму на долгие годы, другие же могут чувствовать эмоциональные страдания в течение короткого периода времени, а затем научиться справляться с ними. Конечно, многое зависит от того, как на эту ситуацию влияют родители.

Некоторые из основных эффектов:

Дети чувствуют, что они не любят больше своих родителей и испытывают чувства опустошения и разочарования.

Как только дети осознают, что родители уже не вместе и шансов восстановить семью нет, они испытывают чувство беспомощности и бессилия, нередко обвиняя себя в том, что произошло.

Даже если дети совсем маленькие и не могут показывать признаков гнева, многие из них сердятся на родителей из-за непонимания происходящего.

Развод – это потеря, и не только в жизни родителей, но и в жизни детей. Не стоит забывать о том, что ответственность за разрыв отношений в семье и чувства детей

целиком и полностью ложиться на плечи обоих родителей, а не только того, у кого остаются дети после развода.

Поведенческие аспекты

Дети могут демонстрировать широкий диапазон поведенческих изменений, связанных с переживаниями травматических последствий развода, от нарушения сна до капризного поведения, а также крайних форм негативизма, такого как насилие, наркомания, а иногда даже самоубийство.

Зачастую психические расстройства детей выражаются в регрессивных моделях поведения, дискомфорте, навязчивых страхах, болезнях (недержание мочи, нервные привычки), проблемы в школе и в социуме.

Малыши могут стать плаксивыми и боязливыми. Такие дети требуют большего внимания, понимания их поведения и настроения. В этот период дети требуют большей эмоциональной заботы.

Многие дети, особенно будучи уже взрослыми, чувствуют, что они должны заботиться о своих разведенных родителях. Они пытаются оказывать родным поддержку, нередко предпринимают попытки примирить бывших супругов. Но это совсем не означает, что им самим в этот нелегкий для них момент не нужна поддержка и понимание.

Существует распространенное заблуждение о природной способности детей справляться со стрессами и жизненными потрясениями, быстрее забывать и прощать. На самом же деле, большинство детей сильно нуждаются в поддержке родителей и окружающих (родственников, учителей в школе, психологов), которые обязаны помочь им справиться и смириться с изменениями, которые произошли в этот тяжелый для них переходный период.