

Как дети в разном возрасте воспринимают развод?

Развод родителей предполагает серьезные изменения в маленьком мире ребенка – семье. Это травмирующий процесс, в результате которого дети испытывают целый спектр негативных эмоций: злость, тревогу, страх, грусть и т.п. Возраст ребенка существенно влияет на восприятие им развода и понимание структуры семьи.

От рождения до 18 месяцев.

Дети такого возраста ощущают напряжение в отношениях родителей, но осознать причину конфликта еще не могут. Если ссоры между родителями носят постоянный характер, ребенок становится раздражительным и нервным, у него часто случаются приступы плохого настроения, особенно в присутствии незнакомых людей. Такие дети часто отстают в развитии.

Как сгладить негативные последствия? Дети нуждаются в стабильности и близости с родными людьми. Постарайтесь сохранить режим, который был до развода, особенно в отношении питания и сна. Обеспечьте ребенка его любимыми игрушками, проводите с ним время дольше обычного, чаще держите на руках, тем самым обеспечивая физический комфорт. Воспользуйтесь помощью друзей и родственников, чтобы иметь возможность отдохнуть и быть бодрой тогда, когда это нужно в общении с ребенком.

18 месяцев – 3 года.

В этом возрасте эмоциональная связь с родителями наиболее сильная, весь мир ребенка сосредоточен на папе и маме. Развод дети переживают очень сложно, им трудно принять сам факт расставания родителей. Малыши зачастую думают, что папа и мама расстались из-за них. Дети требуют к себе больше внимания, чаще плачут и капризничают. У них может происходить замедление развития, появляются привычки, в основе которых лежит пережитый стресс, например, сосание пальца. У детей появляется страх одиночества, проблемы со сном, они боятся оставаться ночью одни.

Как сгладить негативные последствия? По возможности, родители должны сотрудничать друг с другом, чтобы обеспечить ребенку стабильный режим дня. Необходимо уделять ребенку больше времени и внимания (вместе читать книжки и т.п., в общем, делать что-то вместе, а не просто отвести ребенка в песочницу, чтобы он копался в песке, а вы читали журнал), и просить это делать также родственников и друзей, с которыми малышу нравится общаться. Если ребенок достаточно большой, обсуждайте с ним его чувства.

3 года – 6 лет.

Дошкольники еще не понимают всей сути развода, но не хотят, чтобы родители расставались, не смотря на напряженность отношений. Они чувствуют, что не могут влиять на ситуацию, последствия которой им неизвестны и неконтролируемы. Отсюда возникают чувства неуверенности, тревоги и страха, боязнь одиночества, темноты, бессонница. Дошкольники также могут винить себя в разводе родителей.

Как сгладить негативные последствия? Идеальный вариант – когда родители расходятся без ссор, скандалов и взаимных упреков, при этом позитивно оценивая изменения, происходящие в их жизни («раз не сложилось, расстанемся друзьями»). Такой вариант развода меньше всего травмирует ребенка, так как в этом возрасте он ощущает эмоции родителей, даже если они пытаются их скрывать. Дошкольнику нужен кто-то, с кем он может обсудить свои чувства. Это может быть бабушка или дедушка, любой человек, которому ребенок доверяет, и который будет объективно смотреть на происходящее, а не настраивать дошкольника против одного из родителей. В этом возрасте дети хорошо реагируют на специальные книжки о разводе. Ребенку также необходимо точно знать, что он не перестанет видеться с тем родителем, который уходит. Для этого необходимо составить четкий график и придерживаться его.

6 – 11 лет.

Дети боятся остаться одни в результате развода. Они могут испытывать страх больше никогда не увидеть папу, если остаются жить с мамой и наоборот. Дети могут верить, что смогут восстановить отношения между папой и мамой, а могут злиться на одного из родителей, делить их на «хорошего» и «плохого». Школьники могут обвинять папу или маму в эгоизме и выражать свой гнев разными способами: плохим поведением, плохими оценками, отстраненностью от внешнего мира и т.п. В результате стресса у детей часто

Как дети в разном возрасте воспринимают развод

Автор: admin

29.10.2011 11:08 - Обновлено 02.11.2014 12:00

возникают проблемы с желудком, и болит голова.

Как сгладить негативные последствия? Необходимо восстановить пошатнувшиеся в результате развода чувство безопасности и самооценку. Для этого каждый из родителей должен качественно и интересно проводить с ребенком свободное время, обсуждать с ним его чувства, убеждать и словами и действиями, что ни один из родителей его не бросит, и что он не виноват в сложившейся ситуации. В то же время родители не должны обвинять друг друга в том, что произошло и объяснять ребенку, что развод был их общим решением. Важно поддерживать четкий график визитов, так как больше всего пользы в стрессовый период дает стабильный режим, когда ребенок знает, когда и чего ему ожидать. Очень полезно разработать четкий график посещений.

В любом случае, в этот сложный период ребенку необходимо как можно больше общаться с друзьями, родственниками и со сверстниками, участвовать в различных спортивных мероприятиях, ходить в какие-либо секции и кружки и т.п., так как активная социальная жизнь позволяет отвлечься от неприятных мыслей, повышает самооценку и не дает замыкаться в себе.

Автор - **Юрий Дерябин**

[Источник](#)