Муниципальное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад №61 города Ярославля»

**Консультация для родителей на тему:**

**«Развод глазами ребёнка»**

***Подготовила:***педагог-психолог

Быкова Екатерина Дмитриевна

Ярославль 2017

**Развод глазами ребенка.**

****

Дети в ситуации развода чувствуют сильное нервное напряжение. К сожалению, **в большинстве случаев расставание мамы и папы наносит им психологическую травму**. Исключением являются обстоятельства, когда уходит родитель, присутствие которого доставляло сильный дискомфорт. Например, когда мама разводится с отцом-алкоголиком, который буйствовал и избивал жену и детей. Однако чаще всего отпрыски сильно переживают и не хотят, чтобы родители расходились. Психологи выделяют несколько обобщенных детских реакций, во многом зависящих от возраста.

* **От рождения до 1,5 лет.** Крохи еще не в состоянии понять, что происходит в семье. Реакция на развод родителей в этом возрасте в основном зависит от переживаний мамы, так как они тонко чувствуют ее психологическое состояние и перенимают его. Карапуз может проявлять свои эмоции капризами, истериками, нервозностью, отказом от еды, проблемами со сном. Психологический дискомфорт может отразиться на здоровье: частые болезни, обострение врожденных заболеваний;
* **От 1,5 до 3 лет.** Эмоциональная связь малыша с родителями в этом возрасте очень сильная. Они являются центром его маленькой вселенной, поэтому уход одного из них будет переживаться тяжело. Эмоции также могут отразиться на физическом здоровье, проявляться в проблемах с аппетитом и сном. Бывает, что малыш становится немотивированно агрессивным: дерется, кусается. У некоторых деток отмечается возврат к младенческим формам поведения: сосание соски, [отказ ходить на горшок](http://razvitie-krohi.ru/razvitie-rebenka-do-goda/kak-priuchit-rebenka-k-gorshku.html);
* **От 3 до 6 лет.**В этот период у детей складывается смутное понимание, что такое развод родителей. Они страдают от того, что один из родителей больше не живет с ними. Дошкольники склонны винить себя в этом. Проявления на физическом уровне: плохой аппетит, сон. Могут появляться различные страхи, фантазии. Бывает, что отпрыски ведут себя агрессивно в отношении родителя, с которым остались жить. Возрастают проявления рискованного поведения, непослушание, учащаются травмы;
* **От 6 до 11 лет.** Стресс, переживаемый ребенком от развода родителей, может усугубиться кризисом 7 лет, который совпадает с поступлением в школу. Если адаптация к школе сопровождается неблагоприятной ситуацией дома, это может вызвать проблемы с учебой, нежелание ходить в школу, конфликты со сверстниками, асоциальное поведение. В данном возрасте дети уже понимают, что такое развод, часто они боятся, что не будут видеть одного из родителей, не смогут с ним общаться. Страхи могут возникать и в отношении своего будущего, которое кажется неопределенным и пугающим. Некоторым детям кажется, что они могут восстановить семью, пытаются помирить родителей. Если же это не удается, дети ощущают себя обманутыми, брошенными;
* **11 лет и старше.** Подростки уже в состоянии понять, что такое развод, но внутренне не могут принять его. На фоне бушующих гормонов все воспринимается близко к сердцу. Подростки переживают обиду и разочарование, часто возникает чувство ненужности и заброшенности. Уход одного из родителей может восприниматься как предательство, реакцией на которое бывает нарушения в поведении: прогулы занятий, употребление алкоголя, [курение](http://razvitie-krohi.ru/eto-polezno-znat/chto-delat-esli-rebenok-kurit-sovetyi-roditelyam.html). Бывает и наоборот: ребенок становится идеальным сыном или дочерью, пытаясь таким образом добиться примирения родителей.

****В любом возрасте ребенку психологически очень тяжело, когда мама и папа решаются на развод. **Родителям нужно поставить себе цель преодолеть взаимные претензии и научиться взаимодействовать, учитывая интересы чада.**

**Советы разведенным родителям**

1. **Верным решением в ситуации развода станет совместная опека над ребенком.** Бывает, что это очень трудно сделать, ведь бывшие супруги вызывают друг у друга множество противоречивых и даже негативных эмоций. Тем не менее, это сделать необходимо, чтобы минимизировать психологическую травму чада от развода родителей.
2. **Не избегайте разговора с ребенком о разводе.** Нельзя врать и говорить, что один из родителей уехал в длительную командировку. Лучше всего открыто поговорить с ребенком. Хорошо, если в разговоре примут участие оба родителя. **От того, как пройдет эта беседа, во многом зависит психологическое состояние ребенка после развода.**
3. В спокойной обстановке расскажите, что мама и папа расстаются, потому что уже не могут быть счастливыми вместе. Обязательно следует упомянуть, что вы разводитесь друг с другом, но никак не с ребенком. В вашем расставании нет его вины. **Вы оба по-прежнему любите и будете любить свое малыша, общаться и проводить вместе время, хотя кто-то и будет жить отдельно.**
4. **Нельзя ссориться и оскорблять друг друга в присутствии ребенка.** Разногласия и споры постарайтесь обсудить по возможности мирно, не вовлекая в конфликты отпрыска.
5. **Не критикуйте бывшего мужа или жену при ребенке.**Если ребенок критически высказывается в отношении бывшего супруга в его отсутствии, не стоит его поощрять и поддерживать в этом.
6. **Не ставьте ребенка с ситуацию выбора между родителями и не настраивайте против бывшего супруга**. Ребенок любит и нуждается в каждом из вас.
7. **Не используйте детей в качестве посредника между вами:** заставляя передавать гневные послания, требуя денег, выуживая сведения о личной жизни. Если у вас есть что сказать бывшему (бывшей), сделайте это лично.
8. **Пресекайте попытки ребенка манипулировать вами угрозами, что он уедет жить к другому родителю.** Это научит его управлять вами и негативно скажется на моральном развитии.
9. **Не унижайте отпрыска, находя в его поведении черты отрицательного сходства с бывшим супругом. «**Весь в отца! (в мать!)» — такие фразы могут провоцировать еще более негативное поведение и настраивать против обоих родителей.
10. **Никогда не упрекайте ребенка в ваших проблемах, неустроенности личной жизни, бытовых трудностях.** Это вина взрослых людей, и нельзя срывать свое раздражение на нем.
11. **Не запрещайте другому родителю видеться с ребенком.** Хотя место жительства отпрыска определяет суд, мама и папа должны быть рядом. Договоритесь, когда и сколько времени чадо будет проводить с каждым, и не ущемляйте права на общение с ним бывшего супруга.
12. **Будьте открыты в общении с чадом, при этом избегая ненужных подробностей.** Ребенок тонко чувствует фальшь, поэтому лучше рассказать о своих переживаниях на доступном ему языке. Так он поймет, что не одинок в своих чувствах. С другой стороны, не взваливайте на него свои проблемы, они могут оказаться ему не по плечу, каким бы взрослым он ни казался.
13. **Щедро проявляйте свою любовь и привязанность.** Она как никогда необходима ребенку в это трудное время. На подсознательном уровне многие дети опасаются, что если родители разлюбили друг друга, то легко могут разлюбить и их. Покажите, что это не так.
14. **Уделяйте ребенку как можно больше внимания:** вместе читайте, занимайтесь творчеством. Постарайтесь расширить круг вашего общения, чтобы ребенок отвлекся от семейных проблем, чаще проводите время вне дома в совместных прогулках, занятиях спортом.
15. **Помогите отпрыску устанавливать достижимые цели, добиваться их выполнения.** Не скупитесь на похвалу, но не избегайте и справедливых наказаний.
16. **Старайтесь быть для ребенка примером:** не поступайте безнравственно, не замыкайтесь в себе, учитесь преодолевать хандру и радоваться жизни — и он обязательно присоединится к вам в этом!

***Если у родителей получается договориться между собой после развода и совместно опекать свое чадо, это наилучшим образом сказывается на его психологическом благополучии.***

***Источник:*** http://razvitie-krohi.ru/posle-rodov-dlya-mamyi/sovetyi-razvedennyim-roditelyam-kak-vospityivat-rebenka-posle-kraha-semi.html