

«Папа будет жить отдельно», или Как рассказать ребенку о разводе?

Итак, другого не дано: вы разводитесь... Когда люди расстаются после долгого проведенного вместе времени, это всегда тяжело, причем не только для двоих взрослых, но и для их ребенка. Он будет переживать в чем-то даже сильнее, чем вы. Но в ваших силах уменьшить его боль.

Папа, мама, что случилось?

Ваш малыш растерян, он не понимает, что происходит. Еще совсем недавно родители спокойно общались, потом стали часто ругаться и кричать друг на друга... Теперь папа ушел из дома и появляется очень редко, а мама с ним почти не разговаривает и много плачет. Что это все значит?

Когда малыш не понимает, что происходит вокруг, а взрослые не объясняют ему этого, он будет считать себя виноватым в том, что происходит в семье. Видимо, решит он, это я что-то делаю не так, если родители постоянно ссорятся.

Последствия таких выводов могут быть самыми неутешительными для ребенка – начиная от последующих за разводом трудностей поведения и заканчивая не сложившейся собственной семейной жизнью. Поэтому очень важно сделать все, чтобы ваш ребенок таких выводов не сделал.

Поговорите

Давно известно, что ожидание чего-то плохого иногда даже хуже этого плохого. А ребенок всегда чувствует то, что происходит между родителями. Поэтому лучше это сделаете вы, чем соседка тетя Маша. Чем скорее вы поговорите с ним о том, что происходит в вашей семье, тем меньше он будет травмирован этим событием. Скажите ему о том, что вы с папой больше не можете жить вместе, и папа теперь будет жить отдельно, но он будет стараться вас навещать. А ваши с ним взаимоотношения малыша

не коснутся. И постарайся, хотя бы со своей стороны, выполнить это обещание.

Важно не только то, какие слова вы при этом скажете. Гораздо важнее, с какими чувствами и интонациями вы будете это говорить. Постарайтесь объяснить все так, чтобы из этого разговора малыш понял: **что бы ни происходило между его мамой и папой, они всегда останутся для него любящими родителями**, которые всегда будут помнить о нем, любить и поддерживать его.

Он вас поймет

Ребенку важно знать, что у него есть мама и папа – взрослые и умные родители, которые могут решать свои проблемы сами и не будут заставлять его делать сложный выбор или вставать на сторону кого-то одного из них, вешать на него ответственность за свои поступки. Когда малыш знает, что решение принято и оно правильно, он перестает волноваться и винить себя в том, что происходит между родителями. Так что не бойтесь травмировать его таким известием. Может, не сразу, но он вас поймет.

«А где папа?»

Вам сейчас очень больно, и хотя вы знаете, что первое время до и после развода – самое тяжелое, это пока не помогает. Вам мучительно вспоминать о бывшем муже, вы обвиняете его во всех смертных грехах, и это понятно. Но ребенок воспринимает все очень буквально, поэтому важно, чтобы то отношение, которое у вас есть к бывшему мужу, ваш малыш не перенял, приняв его за свое собственное отношение.

Если по какой-то причине произошло именно это, и ваша неприязнь к бывшему мужу передалась дочери, то когда она вырастет, она может перенести эти негативные чувства на всех мужчин, и тогда у нее могут быть возникнуть проблемы в собственной личной жизни. Помните о том, что для девочки отец – это идеал будущего мужа, а для мальчика он – образец для подражания.

Поэтому, как бы тяжело вам не было, вы не должны при ребенке отзываться плохо о его

отце. Для того, чтобы ваш малыш вырос сильной и гармоничной личностью, он должен чувствовать, какие замечательные и хорошие **оба его родителя**, а не только кто-то один из них. Он должен «опираться» и на папу, и на маму, ему важно уважать обоих родителей.

Действуйте

Очень важно подойти к процессу развода правильно. Приложите все усилия к тому, чтобы все, что связано с разводом, произошло как можно быстрее. Это уменьшит и ваши страдания, и страдания вашего ребенка. Если в процессе этого возникают какие-то сложности, постарайтесь не скандалить с «бывшим» при ребенке. Если тот будет видеть, что дома спокойно, это придаст ему уверенности, что все в порядке. И тогда вам обоим будет гораздо легче перенести все сложности вашей новой жизни.

Зато потом, когда придет время, вы обязательно поговорите с ним о том, что ждет вас дальше. Например, о том, что когда-нибудь с вами будет жить кто-то еще...

Автор - **Евгений Махлин**

[Источник](#)