

Развод родителей – это крайне тяжелое событие для ребенка.

Люди реагируют на развод обилием разнообразных эмоций, таких, как чувство гнева, злости, вины, греха, печали, страха, облегчения, неизбывной тоски, и т.д. И, хотя для большинства детей развод является серьезной травмой, исследования свидетельствуют, что в конечном итоге он не обязательно приводит их к длительному эмоциональному стрессу или ущербу. В большинстве случаев сам фон, на котором происходит развод, влияет на то, как ребенок приходит в себя после этого болезненного и крайне тяжелого события. В течение первого года или года с небольшим после развода или расставания родителей, большинство детей проявляют различные признаки стресса. Злость, уныние и растерянность - основные эмоции, которые они обычно испытывают в этот период. Дети могут злиться на обоих родителей за то, что они не сохранили семью. Они могут злиться на самих себя за то, что их непослушание привело к разрыву между папой и мамой или за то, что они не предприняли ничего для того, чтобы родители не расстались. Ребенку бывает трудно преодолеть или выразить эту злость. Он может опасаться, что если проявит эту злость в отношении родителя, покинувшего семью, то может быть окончательно отвергнут и лишен возможности посещать этого родителя. Он также может думать, что если будет слишком усердствовать в выражении своей злости по отношению к родителю, с которым он остался, то также может быть отвергнут этим родителем. Он может опасаться интенсивности, накала своей злости, бояться, что если даже частица этой злости выплеснется наружу, это чувство может стать неуправляемым.

Печаль, подавленное состояние - практически постоянный спутник развода. Это состояние естественно при такой беде, и детям так же, как и взрослым, приходится проходить этот мучительный этап, связанный с расколом семьи. Печаль может сочетаться с ощущением своей неадекватности и низкой самооценкой. Порой детская печаль или подавленность может принять форму пассивной самоизоляции. Ребенок может хандрить, утратить всякий интерес к школе, друзьям или к тому, что прежде доставляло ему радость, удовольствие. Иногда эти настроения принимают форму неистовой сверхактивности, как будто он торопится убежать от грустных мыслей.

Ребенок может стать плаксивым, плакать по поводу вещей, которые прежде его абсолютно не расстраивали. Он может снова испытывать страхи и фобии, например, боязнь темноты, которую он уже преодолел, или приобрести новые страхи. Он может снова начать страдать энурезом. В бракоразводной круговерти и неразберихе ребенок обычно чувствует себя заброшенным и забытым. Часто самим родителям бывает трудно совладать со своими собственными, захлестывающими их чувствами, и у них остается мало эмоциональной энергии, которой они могли бы с ним поделиться. Это очень пугает ребенка, который может предпринять отчаянные усилия для того, чтобы получить больше внимания к себе.