Психологическая служба
ГБУ ЯНАО «ЦСОН «Доверие» в МО г. Салехард"

ул. Патрикеева, д. 25, тел. 8(34922)99-1-39

doverie.yanao.ru

ЗДЕСЬ ВАМ ПОМОГУТ!

Единый общероссийский детский телефон доверия
8-800-2000-122
8 (34922) 7-08-01

Государственное бюджетное учреждение Ямало-Ненецкого автономного округа «Центр социального обслуживания населения «Доверие» в муниципальном образовании город Салехард»

КАК РАЗВОД ВЛИЯЕТ НА РЕБЕНКА\*

**г. Салехард, 2023**

К сожалению, порой возникают ситуации, когда семейный союз дает трещину, и супруги принимают решение о разводе. Этому событию обычно предшествует череда обид, конфликтов и острых переживаний, в связи с чем у родителей нет сил и возможности поддержать детей. А ведь именно дети становятся самыми уязвимыми в этой ситуации: они не виноваты в разладе, но вынуждены безоговорочно принимать решение взрослых. Осознавая, что их «крепость» рушится, они ничего не могут сделать. Переживания детей очень глубоки, а последствия – непредсказуемы. Поэтому очень важно приложить все силы, чтобы помочь ребенку пережить распад семьи.

Задолго до объявления о разводе дети догадываются, что привычный образ жизни скоро изменится, и боятся этого. Конкретную реакцию ребенка предугадать сложно. Она зависит от многих факторов:

Как развод влияет на ребенка

* возраста ребенка;
* особенностей личности;
* эмоционального благополучия в семье;
* близости с родителями;
* способностей родителей контролировать свое поведение.

Самыми распространенными реакциями могут быть:

1. Шок и неприятие ситуации. Чаще всего реакции возникают в случае, если родителям удавалось не втягивать ребенка в семейные проблемы.

2. Гнев и враждебность по отношению к одному из родителей, которого ребенок считает виновным в разрушении семьи.

3. Перекладывание вины на себя. Детям свойственно обвинять себя в семейных проблемах.

Многие родители ошибочно полагают, что если ребенок ведет себя привычно, молчит и не проявляет эмоций, то он не переживает. Тем не менее, даже маленькие дети чувствуют изменения в поведении родителей.

Развод родителей может стать причиной
целого ряда неблагоприятных состояний:

* снижение успеваемости и успешности;
* потеря интереса и отказ от любимых видов деятельности;
* конфликтное поведение;
* нервные расстройства;
* психосоматические состояния;

Ребенок все видит и понимает. Папа и мама перестали целовать друг друга, они не гуляют вместе, ругаются или вообще не разговаривают друг с другом. Ему не понятно, что происходит, а все неизвестное и тревожное вызывает страх. Иногда ребенок привлекает внимание родителей с помощью болезни, проблем или истерик. Имеют место случаи, когда дети убегали из дома, разыгрывали суицидальное поведение или провоцировали конфликты. Родители должны осознавать, что ребенок в ситуации развода всегда вовлечен в этот конфликт.

\*Памятка разработана на основе материала сайта www.ya-roditel.ru