

*Работа с разведёнными родителями,  
направленная на восстановление их  
родительских функций*

Карабанова О.А. утверждает, что основное содержание постразводного периода составляет перестройка семейной системы и ее стабилизация. В жизни семьи он проходит три фазы:

- 1) послеразводную (до одного года);
- 2) фазу перестройки (2–3 года);
- 3) фазу стабилизации (2–3 года).

Фаза перестройки является поворотной в развитии отношений бывших супругов. Завершается их эмоциональный развод, предполагающий трансформацию эмоциональной связи в сторону устойчивого доброжелательного/нейтрального отношения к бывшему супругу. Вместе с тем могут наблюдаться резкие колебания эмоционального статуса разведенных супругов – от депрессии к необоснованной эйфории.



На этой же фазе происходят стабилизация финансово-экономического положения семьи, приспособление к новому уровню доходов и изменение стиля жизни семьи в соответствии с ним.



В сфере детско-родительских отношений фаза перестройки характеризуется изменением системы семейного воспитания с учетом новых реалий жизни семьи — трудовой занятостью матери и снижением меры участия отца в процессе воспитания. Изменения в семейном воспитании могут происходить по типу возрастания гипопротекции и повышенной моральной ответственности. Нередко наблюдаются возрастание требований к ребенку, предоставление ему большей самостоятельности. На фоне объективного возрастания автономии ребенка в деловом сотрудничестве зачастую происходит усиление эмоционального симбиоза ребенка и матери, стремящейся «привязать» его к себе и видящей в общении с ним единственный источник эмоциональной поддержки.



# Основные направления психологической

## помощи на этой фазе:

- Помощь в настраивание нового образа семьи и семейной структуры;
- Восстановление и амплификация реабилитационного ресурса сети социальных связей и отношений семьи;
- Формирование нового образа семьи у детей;
- Оптимизация детско-родительских отношений.

## Фаза стабилизации

На этом этапе проблемы перестройки семьи успешно преодолены, между бывшими супругами устанавливаются ровные партнерские отношения, становится возможным их эффективное сотрудничество в воспитании детей. Теперь можно подумать о заключении нового брачного союза — в прошлом остаются обиды распавшегося брака, теряют свою актуальность мотивы «мести» бывшему супругу. Открытость социальным контактам и коммуникации, преодоление тревоги, связанной с боязнью новых близких отношений и неудач, создают хорошие «стартовые условия» для образования новой гармоничной семьи.



Задачами психологической работы с семьей на этой фазе становятся формирование нового образа идеальной семьи после развода, помощь в распределении ролей в семье с тем, чтобы исключить ролевую перегрузку матери за счет использования всего потенциала широкой социальной поддержки как расширенной семьи, так и друзей.





## *Основные задачи психологического консультирования на этих этапах:*

- посредничество в разрешении проблем экономического характера – вопросы материально-финансовой поддержки;
- консультирование по проблеме согласования условий участия родителя, проживающего отдельно, в воспитании ребенка;
- формирование нового образа семьи, помощь в планировании разрешения проблем, связанных с изменением ролевой структуры семьи и выходом женщины на работу;
- оптимизация детско-родительских отношений и типа семейного воспитания как профилактика эмоционально-личностных нарушений детей, переживших развод;
- сопровождение эмоционального развода, создание сети социальной поддержки разведенных супругов;
- работа с ребенком с целью предупреждения эмоционально-личностных нарушений развития и поведенческой дезадаптации;
- оптимизация отношений разведенных супругов для обеспечения условий эффективного выполнения ими родительской функции воспитания детей.

Важным направлением консультативной работы в сфере оптимизации детско-родительских отношений в постразводный период является посредничество между родителями в переговорах для определения конкретных форм реализации родительской функции разведенным супругом, проживающим отдельно.



1. **Ребенок** должен быть уверен в том, что он любим и дорог обоим родителям. Надо постоянно подкреплять уверенность ребенка в любви, принятии и уважении его как отцом, так и матерью.
2. Образ каждого из родителей должен быть позитивным. Ребенок должен быть уверен в том, что его мама и папа - достойные люди, заслуживающие любви и уважения.
3. Разведенным супругам нужно принять нынешнее семейное положение как естественное и сформировать такую же установку у ребенка.
4. Необходимо сохранять доброжелательные отношения между супругами, не ставить ребенка перед необходимостью выбора «он/она или я».
5. Надо работать над тем, чтобы отношения ребенка с родителем, проживающим отдельно, были систематичными и предсказуемыми.
6. Семейная история не только не должна прерываться с разводом, она должна иметь продолжение. Семейные фотографии и видеозаписи, семейные реликвии должны сохраняться в семье, иметь позитивную эмоциональную окраску. Это правило является важной мерой профилактики нарушения семейно-брачных отношений в будущей семье самого ребенка.
7. Нельзя ограничивать и прерывать отношения ребенка с бабушками и дедушками из семей обоих родителей.
8. Создание новой семьи ни в коем случае не должно стать основанием для ограничения общения и сотрудничества ребенка с родителем.

Одним из важнейших принципов организации психологического консультирования разведенных супругов является делегирование ответственности за эффективное преодоление следствий развода разведенному супругу. Стремление психолога присвоить право принятия ответственного решения относительно стиля жизни разведенной семьи -- не просто ложный, но и крайне опасный шаг, ведущий к стагнации постразводного синдрома и формированию зависимости клиента.

# *Техники ведения переговоров между родителями*

Оба родителя должны научиться принимать и уважать друг друга как отца (мать) своего ребенка, преодолев обиду, эмоциональный негативизм и желание отомстить бывшему супругу. Заключение договора о полномочном участии каждого из супругов в воспитании ребенка станет надежным средством профилактики негативных последствий развода как для ребенка, так и для бывших супругов.

К. Аронс выделил несколько типов взаимоотношений разведенных супругов:

- «Отличные товарищи»;
- «Сотрудничающие коллеги» ;
- «Сердитые союзники»;
- «Ярые враги»;
- «Распавшийся дуэт».

<b>В сфере отношений с бывшим супругом</b>	<b>В сфере отношений с детьми</b>	<b>В сфере отношений с друзьями</b>
<b>Избегайте ненужных изменений в жизни детей после развода.</b>	Объясните детям ситуацию честно, понятно, не скрывая правды.	Ваши друзья — ваша сила. Укрепляйте широкую сеть поддержки, не довольствуйтесь общением с одним-двумя самыми близкими друзьями.
<b>Будьте добры и терпеливы к себе и другим.</b>	Объясните, что мама и папа всегда будут любить их и останутся с ними.	Не ждите, когда друзья позвонят или придут к вам. Сделайте это сами.
<b>Не ищите виноватого, спокойно проанализируйте свои ошибки, чтобы не допускать их в будущем.</b>	Избегайте бурных объяснений и конфликтов с супругом, обвинений в его адрес в присутствии ребёнка.	Не заставляйте ваших друзей принимать чью-то сторону и выбирать между вами и бывшим супругом, ведь они друзья вам обоим.
<b>Сумейте поблагодарить экс-супруга за всё хорошее, что вам довелось пережить вместе.</b>	Вы разводитесь друг с другом, а не с ребёнком! Не просите ребёнка решать, с кем из родителей он останется, и не выпытывайте, кого он больше любит. Ребёнок любит обоих родителей.	Не расспрашивайте друзей о бывшем супруге, им может быть неловко, они почувствуют себя «шпионами».
<b>Сумейте сказать себе и экс-супругу: «Да, мы больше не муж и жена, но наши отношения продолжают как отношения матери и отца наших детей».</b>	Не ограничивайте возможности ребёнка в общении с папой, бабушками и дедушками – он сейчас как никогда нуждается в любви и внимании.	Обсудите с бывшим супругом, как вам общаться с общими друзьями.
<b>Пожелайте удачи экс-супругу, ведь его благополучие – залог поддержки и опоры вашим детям в будущем.</b>	Не терзайтесь чувством вины за разрушенную семью, сконцентрируйтесь на том, как устроить жизнь по-новому. Старайтесь быть счастливым – счастливый родитель – счастливые дети.	Не критикуйте бывшего супруга перед друзьями.
<b>Фокусируйтесь на будущем – любое изменение, пусть даже и развод, открывает новые возможности.</b>	Избегайте ненужных изменений в жизни детей после развода.	

## При встрече:

- Соблюдайте спокойствие и приветливость;
- Не обращайтесь внимания на раздражающие факторы;
- Внимательно прислушивайтесь к словам;
- Не делайте замечаний, так как они могут спровоцировать конфликт, свидетелем которого станет ребенок. А вы ведь этого не желаете.
- Постройте отношения по принципу нейтрально деловых;
- Не указывайте, что и как надо делать;
- Представляйте, что перед вами деловой партнер, который обманул, но есть необходимость в продолжении совместной работы.



## Правила общения с детьми:

- Не выясняйте отношений при детях;
- Не делайте из детей шпионов;
- Не говорите о своих обидах детям, им и так тяжело. Ребенок не должен быть орудием мести в ваших руках за нанесенные вам обиды и разочарования;
- Не говорите с детьми о недостатках родителей, а тем паче об отсутствии любви. Они любят обоих родителей одинаково и тоже переживают их расставание;
- Не препятствуйте общению с родителями бывшей «второй половины»;
- Не критикуйте новую семью, в которой бывают ваши дети;
- Не подслушивайте разговоры детей по телефону с бывшими родственниками.

## *Отношение детей к повторному браку родителей*

Трудности установления отношений детей с новыми супругами родителей определяются сохранением старой эмоциональной привязанности к родителю, проживающему отдельно и чувством ревности к новому супругу претендующему на любовь и внимание родителя, заключившего повторный брак. Если в повторном браке есть дети с обеих сторон, то трудности взаимной адаптации членов смешанной семьи усугубляются конкуренцией между сиблингами, принадлежащими к различным «кланам».

Отношение детей к повторному браку определяется возрастом детей, их полом, историей семьи, отношениями с родителем, который вступает в брак, совместностью проживания с ним, типом семейного воспитания, реализуемым в семье

## *Рекомендации:*

- Родителям необходимо научиться договариваться и уважать друг друга;
- Оба родителя должны понимать, что несмотря на то, что они больше не являются супругами, их родительские функции по отношению к ребёнку сохраняются;
- Оба родителя должны поддерживать авторитет друг друга в глазах ребёнка;
- Их главной задачей остаётся помощь ребёнку в процессе взросления.

## Литература:

1. Гулина М.А. Психология социальной работы / М.А. Гулина. СПб. : Питер, 2004. -350 с.;
2. Дементьева И.Ф. Развод и дети / И.Ф. Дементьева. - М. : Государственный НИИ семьи и воспитания, 2000. - 160 с.;
3. Карабанова О.А. Психология семейных отношений и основы семейного консультирования: учеб.пособие/О.А. Карабанова - М.:Гардарики, 2007. - 320 с.;
4. Развод: крах или новая жизнь / пер с англ. К. Аронс. - М. : МИРТ, 1995. - 438 с.;
- 5.Савинов Л.И. Семейведение / Л.И. Савинов ; Мордов. ун-т. - Саранск, 2000. - 320 с.;
- 6.Савинов Л.И. Социальная работа с детьми в семье разведенных родителей / Л.И. Савинов, Е.В. Кузнецова М. : ИТК «Дашков и К», 2005. - 216 с.;
7. Шнейдер Л.Б. Семейная психология: учеб. пособие для вузов – 3-е изд. – М.: Академический проект, 2007. – 736 с.