

воспринимать адекватно. С третьей — дети вполне могут раздражаться своим сходством с отцом или его семьей («яблочко от яблоньки...»), слишком пассивным и отстраненным, на мамин взгляд, поведением при разводе («никакой поддержки!») или же желанием встречаться с отцом («как можно, ведь он такой подлец!»).

Разведенной женщине сложно выстроить свою новую жизнь так, чтобы она не вызвала дискомфорта, по крайней мере, на первых порах. Это потом, спустя годы, она может найти в одиночестве и «холостятстве» даже преимущество (как правило, так работает наша психологическая защита: человек стремится отыскать позитив даже в негативе, чтобы не потерять душевного равновесия и здоровья). Но по горячим следам она допускает множество ошибок, и самые типичные из них мы сейчас обсудим.

*Человек привыкает к одиночеству и к независимости; не факт, что это хорошая привычка.*

**Мишель Уэльбек**

Во-первых, это отказ от чьей-либо помощи. «Я разберусь во всем сама!» — девиз женщин, стремящихся быть или стать сильными, но именно он приводит к тому, что женщина быстро ломается и истощается. Ей хочется доказать самой себе свою самостоятельность и сохранить перед собой, друзьями и родными идеальный образ человека, у которого нет проблем, трудностей и неприятностей, который не плачет, и не просит, и ни в ком не нуждается. Группа «Машина времени» в свое время отлично передала образ такой вот сильной женщины в песне «Она идет по жизни смеясь». Так женщина пытается опровергнуть тот факт, что и она небезгрешна и небезупречна (к слову, развод — прямое доказательство обратного). Однако, пытаясь играть роль совершенства, женщина сама себя загоняет в ловушку, так как в любой критической ситуации именно в поддержке родных и друзей человек черпает силы, необходимые для того, чтобы подниматься и идти дальше. И тот, кто этого не понимает, очень быстро растрчивает запас энергии не по назначению: не для того, чтобы достойно пережить трудности, а чтобы создать иллюзию, что «все хорошо».

Во-вторых, неправильным поведением можно считать и требование для себя всяческих бонусов, жалости и сочувствия в связи с положением разведенной женщины. «Моя сила — в моей слабости», — решает она и активно позиционирует себя в качестве бедной жертвы (мужа-негодая, судьбы-злодейки и т. д.). Ей все должны, каждый обязан ее пожалеть и войти в положение, да и внимание такая тактика привлекает изрядно: депрессия и болезни заставляют родных и знакомых водить вокруг нее хороводы, что, собственно, и требовалось. Женщины, выбирающие эту модель поведения, — хорошие актрисы, и быть в центре внимания им приятно, да и выгод от такого положения немало. Так что они застревают в нем очень надолго, на беду и окружающим, и ребенку, и себе самой: «вырасти» из этой позиции очень трудно.

И третий тупикивый вариант — непомерные финансовые аппетиты по отношению к бывшему мужу. Безусловно, он должен содержать ребенка, и приветствуется, если расходы на него бывшие супруги делят пополам. Но порой в понимании бывшей жены достойной компенсацией за ее страдания будет лишь его полное банкротство. Это, безусловно, деструктивный вариант, поскольку нарушает один из главных законов мироздания: не желать другим того, чего не желаешь себе. Нарушая его, можно не удивляться потом различным потерям в собственной жизни: привило бумеранга, даже если мы в него не верим, никто не отменял.

## «За себя и за того парня»: совмещение родительских функций

*Не бойтесь совершенства! Вы никогда не достигнете его!*

**Сальвадор Дали. «Дневник гения»**

Когда мама остается одна с ребенком, на ее плечи ложатся обязанности обоих родителей, но ведь она не может быть и папой, и мамой одновременно. Попытка объять необъятное заканчивается обычно тем, что ни одна из ролей не выполняется полностью.