

Также важно подчеркнуть, что к ребенку эти проблемы не имеют отношения. Маленькие дети склонны винить во всем себя, в их представлении нередко рисуется картинка, что папа ушел из-за плохого поведения или из-за какого-то конкретного поступка, и потому ребенку просто необходимо знать, что его вины в происходящем нет. Если же взрослым не хватает мудрости снять с ребенка тяжесть груза вины, в которой он и не виноват вовсе, сыну или дочери приходится жить и дальше с этим непомерно тяжелым багажом, и, как правило, всю жизнь. В своей собственной семье ребенок, став взрослым, тоже будет, словно пионер, «в ответе за все».

Разговаривая с ребенком, старайтесь не увлекаться сложными тирадами: во-первых, не факт, что он все поймет, а во-вторых, не факт, что дослушает. Дети нетерпеливы, и им хочется поскорее уловить суть: как теперь будем жить? Где? Буду ли видеться с папой? А с бабушкой и дедушкой? И как же с обещанным на день рождения велосипедом? Поэтому старайтесь говорить понятно и конкретно, не сбиваясь на эмоциональные причитания. Если без этого вам никак, поплачтесь друзьям и подругам, но не собственному ребенку — на роль жилетки он не годится.

Имейте в виду, что после расставания с одним из родителей ребенок будет нуждаться в повышенном внимании со стороны другого (как минимум из опасения лишиться и его). У сына или дочки в этот период много страхов, и пусть даже вам и самим нелегко, но ласка и внимание к любимому человечку помогут и вам самим пережить трудные времена легче. Во-первых, вместе люди всегда сильнее, а во-вторых, отдавая любовь, вы почувствуете себя куда лучше, чем закрываясь в себе, жалея себя: это — тупик. Проводите вместе побольше времени, даже если в силу обстоятельств вам теперь придется нанять много больше работников на ребенка его останется немного (при всех наших благих намерениях в сутках лишь 24 часа). По крайней мере, то, что есть, используйте полноценно: не жалейте себя, круглосуточно валяясь перед телевизором или жалуясь на жизнь подругам в «Одноклассниках», а погуляйте, поиграйте с сыном или дочкой, схо-

дите в гости или просто людное место, где будет что понаблюдать и с кем поговорить.

И не стесняйтесь принимать помощь от друзей и близких — в бытовых моментах или в моральном плане. Это поможет и вашему ребенку научиться в трудные времена не замыкаться в себе и не оставаться в гордом одиночестве.

Дети, имеющие перед глазами пример родителей, умеющих достойно встречать трудности и говорить о своих проблемах, имеют все шансы вырасти такими же. И если у них в жизни сложится ситуация, когда нужно будет поговорить начистоту — они найдут в себе силы не терпеть молча то, что терпеть нельзя, не домысливать самим то, о чем бояться спросить, и принимать помощь тогда, когда собственных ресурсов не хватает. Соглашайтесь, это ценные качества.

Типичные ошибки родителей: манипулирование чувствами ребенка, взаимные обвинения, разделение ответственности с детьми

Самые нелепые поступки человек совершает всегда из благороднейших побуждений.

Оскар Уайльд. «Портрет Дориана Грея»

Если коротко сформулировать права ребенка разводящихся родителей, то этот список будет выглядеть примерно так:

1. Право любить и папу, и маму и поддерживать отношения с обоими.
2. Право чувствовать боль и грусть и обсуждать это с родными и друзьями.
3. Право не обвинять себя в том, что произошло.
4. Право задавать вопросы и получать на них ответы.
5. Право не вмешиваться в отношения папы и мамы, не быть ни буфером, ни связным, ни «знаменем в борьбе» взрослых.
6. Право попросить о помощи, если тяжело.