**Как неблагоприятные для детей последствия свести к минимуму.**

 Неумолимая статистика говорит, что количество разводов очень высоко. За 2016-2019 г. среднее количество разводов из числа заключенных браков составило 68,9%.

Развод родителей — это явно выраженная или скрытая травма для ребенка. Если думать о том, как снизить возможный риск отрицательных последствий развода, то прежде всего той стороне, с кем остается ребенок (в нашей стране— это чаще всего мать), нужно решить вопрос сохранения привычного для ребенка уклада жизни-тех традиций, привычек, ритуалов, которые есть в каждой, даже дисфункциональной семье.

Необходимо обсудить с супругом, по возможности еще до развода, как и каким образом он будет участвовать в воспитании своего ребенка. Оставаясь с Вами, ребенок не должен лишаться отца. Сегодня можно вспомнить множество примеров «благополучных разводов», когда отцы и родственники его стороны в полной мере участвуют в жизни ребенка. Они в полной мере организуют дополнительное обучение, помощь в учебе, качественный отдых, а также при необходимости экстренную помощь. Ребенок, видя заботу и проявление любви со стороны обоих своих родителей, пусть даже не живущих вместе, чувствует себя в жизни более защищенным и счастливым, чем те дети, родители которых не нашли возможности сотрудничать, вступив в новую фазу отношений.

Безусловно, все это требует от женщины большой дипломатичности и такта. Умение договориться, найти общий язык с отцом ребенка, стремление проводить единую линию воспитания является значимым приоритетом в постразводном периоде.

**Как говорить с ребенком о разводе**

Сообщение ребенку решения о разводе — один из самых драматических моментов в жизни вашей семьи, Ведь решение, которое давно зрело в душе, наконец, облекается в слова, приобретает материальную форму. До тех пор оно было еще как бы и не завершенным, неокончательным. Мысль запечатлевается в словах, закрепляется в памяти и, даже если впоследствии вы пересмотрите свои семейные планы, будьте уверены, что этот разговор не забудется вашим ребенком ‘никогда.

Прежде чем приступить к беседе, попытайтесь «прощупать» почву, расспросив ребенка о том, что происходит в семьях его знакомых детей, где родители развелись, Пусть он откроет вам свое отношение к разводу родителей. Вы можете исподволь поинтересоваться, например, с кем живет его подруга Маша, кем работают се мама и папа.

Живет ли папа с ними или в другом месте, как часто они видятся.

Реакции на развод родителей бывают очень разнообразными, но чаще дети принимают ситуацию такой, какая она есть. Однако перемены в семье вызывают у них беспокойство и сопротивление — дети в большинстве своем консервативны. Поэтому попробуйте расспросить, что происходило в семье Маши раньше, помнит ли она (и ваш ребенок), когда отец Маши жил еще с ними вместе. Радуется ли Маша встречам с ним, Чем они занимаются, когда видятся. Можно задать и более глубокие вопросы о том, как зовут нового Машиного братика, любит ли она его и часто ли играет с ним. Выбирая семью для обсуждения, удостоверьтесь предварительно, что там все, в общем, благополучно — ведь эта модель вашей будущей семьи ни в коем случае не должна вызывать ужаса и отторжения у вашего ребенка.

Найдите повод обсудить с ним проблему развода в целом — наверняка среди ваших родных есть сводные дяди и тети, обратите внимание ребенка на это, зафиксируйте возможность хороших отношений после развода. Большую помощь в проведении этих «теоретических» бесед вам помогут оказать телесериалы (если, конечно, в вашей семье принято их смотреть), где всегда можно найти множество примеров по любому житейскому поводу.

Основная психологическая задача, которую вы решаете подобными беседами, — это предотвращение чувства одиночества, сопутствующего, любому несчастью, а, как бы мы не старались этого избежать, расставание родителей для ребенка всегда горе. Вы даете ему понять, что такие вещи происходят часто, они случались и в вашей семье, и трудно бывает их избежать. Однако нередко все происходит не так уж страшно, и папа с мамой и сыном (дочерью) не разлучаются навсегда и не становятся вечными врагами.

Вы стараетесь приучить ребенка к мысли, что проходит время, новое положение становится привычным и приносит свои радости — получение второй семьи, где ребенку всегда рады, появление новых братьев и сестер. Однако будьте тактичны и не «перегните палку» в рисовании радужных перспектив не исключено, что ребенок уже сейчас ревнует отна ко всем его знакомым. Тогда стоит сосредоточиться только на жизни в материнской семье. Эти предварительные беседы — полезная работа и для вас, в ходе которой вы подбираете наиболее весомые аргументы для объяснения предстоящих перемен в семье.

Что является психологически неграмотным в этих предварительных беседах? В гармоничных семьях все проблемы решаются открыто. Каждый член семьи— самоценная личность, с которой считаются и которую не используют для удовлетворения интересов других близких. Это означает, что и ваша беседа с ребенком должна выполнять основную задачу — сообщение известий о переменах — и не должна служить средством достижения других ваших елей. Что же за цели могут преследовать родители, привыкшие манипулировать чувствами и поведением ребенка?

1. Использование ребенка для разрешения супружеских конфликтов. Это происходит особенно часто, если конфликт принял затяжной характер. Супруги не разговаривают друг с другом, и ребенок играет роль «беспроволочного телеграфа».

«Перелай своему папаше, что я уже оставила заявление в ЗАГСе», «Скажи своей матери, что отныне она может считать себя свободной» — такого рода реплики не только наносят удар по вашим дальнейшим отношениям после развода, они разрушают психологическое благополучие ребенка.

1. Разделение ответственности за развод с ребенком. Подобно тому, как вы когда-то самостоятельно решились вступить в этот брак, решение о разводе, требующее порой немало мужества, так же взрослые должны принять сами. Вопросы типа «Как ты думаешь, не будет ли лучше, если мы с папой расстанемся?» или «Милый, что лучше для твоего будущего, и мы с папой будем жить так же плохо вместе или если мы разойдемся совсем?» — в зрелой семье исключены. Если эти вопросы и впрямь требуют ответа, найдите себе более опытного собеседника и советчика среди подруг или обратитесь к психологу.
2. Манипулирование чувствами ребенка. Ребенка могут использовать и для попыток примириться, вернуть почти утерянного супруга и обратить на себя внимание. «Если бы ты объяснил своей мамаше, что надо,было все-таки встречать отца не пельменями из кулинарии, а домашним обедом, может быть, я и не задерживался так долго на работе!» — например, говорит отец, ведущий жизнь на два лома, но не желающий при этом разводиться, «Скажи отцу, что я не переживу развода, мое здоровье на пределе!» — восклицает мать, не имеющая мужества поговорить с мужем сама.

Эти ошибки типичны для супругов, давно утративших ощущение близости и потерявших интерес друг к другу, и они отражают долговременную стратегию их отношений. К сожалению, это не редкость в нашей жизни, но чаше возникают трудности в том, как сообщить ребенку об уже принятом решении, не нанося ему слишком сильной психологической травмы.