

❖ **Как да постъпят съпрузи, които искат да се разведат, но се страхуват, че ще наранят децата си?**

На каквато и възраст да е детето, то винаги би предпочело родителите му да са заедно и да се разбират, защото *единството на двойката дава на детето сигурност, защита и надежда*. Но усещането за единство на родителите не може да се случи при формалното им съжителство. То е възможно, когато е налице комуникация между тях с изслушване, споделяне и разбиране, когато има уважение един към друг, както и *общи действия в полза на детето*. Ако отсъства емоционална близост и уважение между родителите, ако единият съпруг се е вкопчил в детето и го е направил в голяма степен емоционален заместител на съпруга си, детето расте в сериозен вътрешен конфликт. Когато към това се прибавят и вражди, обвинения и унижения между родителите, детето се чувства изоставено и губи надежда за бъдещето. Всичко това е равносилно на поддържането на конфликтни отношения между бившите съпрузи и след развода, защото и в двата случая децата изпитват голяма несигурност и липса на защита.

Каквито и да са формалните отношения между родителите, ако те са фокусирани върху собствените им преживявания, най-вероятно не могат нито да разберат, нито да подкрепят децата си. Тогава се стига до това, че ролите в семейството се обръщат и децата поемат емоционална грижа за родителите си. Това спъва тяхното развитие, отклонява ги от общуването с връстници, от играта и ученето и изпълва ежедневието им със страх. Този страх е породен от липсата на

сигурност и защита и от непосилната задача да се грижат за щастието на родителите си.

Счита се, че една от големите травми за децата, преживели развода на родителите си е, че те често се чувстват виновни за него. Колкото по-малко и по-зависимо от родителите си е детето, толкова по-силно е чувството за вина и срам, защото самочувствието на детето е по-крехко и по-зависимо от поведението на родителите му. Последствията от това за децата в по-късна възраст могат да са чувството за вина за грешки и неуспехи на други хора или пък убеждението, че не са добри, не ги обичат и затова ги отблъскват в интимните отношения.

Но това далеч не е единствената причина детето да се чувства виновно за отношенията между родителите си. То изпитва голяма доза вина и срам в своето израстване – понякога заради родителите си и техните отношения, в други случаи – заради отношението им към самото него. По-важно е не дали родителите ще се разведат, а примерът, който детето ще има от тях за справяне с трудности, за комуникация, за изразяване на мисли и чувства, за поставяне на цели и начинът им на постигане, за отношение към собствения и към другия пол.

Затова и във връзка с развода, както и по въпросите за брака, ще отбележа, че *не формата е важна. От по-голямо значение е това, което се случва вътре в нея – т.е. съдържанието.*

Ако родителите приемат раздялата си без драма и имат разбиращо към детето отношение, то ще изпитва по-малко вина или за по-кратко време.

Между семейство, в което има всекидневни разприавии, обиди, насилие и такова, при което родителите са разведени и разделени, но спокойни, за предпочитане е второто. За децата е много по-добре да не виждат родителите си нещастни и страдащи от неразбирателство и скандали. Изследвания сочат, че животът е по-добър за деца, които имат добро отношение с двама разведени родители, отколкото за деца в нещастно семейство.

Все още обаче малко двойки успяват да осигурят спокойствие за децата си след раздялата си. Вместо това, те често ги използват като средство за отмъщение на бившия съпруг.

