

АЗБУКА ВЕРЫ

**Материнская семья или папа с нами
не живет**

Материнская семья или папа с нами не живет

Семью, где нет мужчины, «главы», в России принято называть неполной. За рубежом давно уже используют выражение “материнская семья”, снимая, таким образом, клеймо неблагополучия с семей, где главенствует мама. Этот термин постепенно становится популярен и в нашей стране.

Готовность женщины взять на себя ответственность за себя и ребенка нередко свидетельствует о высокой личной зрелости и мужестве. Исследования показывают, что матери, являющиеся главой семьи, в отличие от матерей из полных семей более свободно и широко мыслят, склонны к решительным действиям, ответственны, уверены в себе, придерживаются либеральных взглядов, нередко экспериментируют и готовы быть лидерами. В некоторой мере это говорит о приобретении ими мужских психологических характеристик. Матери, вынужденные или сами решившие воспитывать детей в одиночестве, нередко сталкиваются с рядом проблем. Конечно не все, и не всегда. Но прослеживаются основные тенденции, которые нельзя не отметить.

Одна... Совсем одна...

В первую очередь, к таким проблемам относится комплекс одиночества. Некоторые женщины испытывают дискомфорт, находясь среди замужних подруг, которые любят рассказывать о своей семейной жизни, об отношениях папы и ребенка. Даже прикрываясь щитом независимости, женщина в большинстве случаев ощущает себя несчастной, невостребованной. Чувствуя жалость, а порой даже и злорадство замужних подруг, одинокая мама может начать избегать их общества, понимая, что ее жизненный опыт не представляет для них ценности. Такие мысли не способствуют повышению самооценки - женщина может стать замкнутой и отгородиться от всего мира. Иногда, напротив, проявляется реакция отрицания своих проблем, но и это - самообман. Поведение женщины в этом случае может быть подчеркнуто независимым, отчасти высокомерным, декларирующем "Я свободна! Я не нахожусь в рабстве у мужчины, как вы, и могу выбрать любого поклонника". Эти проявления создают напряженность в общении, и заметно уменьшают круг близких подруг. Уход от общения - также тупиковый путь. Он только усилит комплекс одиночества.

Что делать?

Прежде всего, женщине нужно перестать чувствовать себя несчастной. Определите свои сильные стороны, подумайте, какие личные таланты вы не используете, какие из них "заснули", но могли бы принести вам ощутимую пользу. Будьте терпимее и великодушнее к подругам, которые порой не способны понять вас - просто им не хватает мудрости и опыта, которые есть у вас. То, как относятся к вам люди - часто является отражением вашего отношения к себе. Запретите себе оценивать негативно собственную внешность и поступки. Поддерживайте хорошую физическую форму и определите, что может повысить вам настроение. Хвалите себя за любую мелочь, и рассказывайте о своих достижениях ребенку - пусть он гордится вами. Малыш учится у вас преодолевать трудности - пусть он видит, что вы сильны и успешны. Видя его гордость, позвольте и себе восхищаться собственной личностью, и тогда окружающие посмотрят на вас другими глазами.

Комплекс вины

Следующая глобальная проблема - комплекс вины перед ребенком. Финансовые трудности вынуждают маму работать полный рабочий день, а то и больше. Малышу приходится проводить целый день в саду или с няней, а мама испытывает вину из-за того, что не достаточно уделяет ему внимания, мало занимается развитием, не может позволить лишний раз побаловать игрушкой. Если малыш находится с няней, возникают тревожные мысли - как она с ним обращается в ее отсутствие, хорошо ли присматривает, не ругает ли малыша. Но конечно, больше всего, пожалуй, мама чувствует вину перед ребенком за то, что он растет без отца. Она взваливает на себя обе родительские роли, но осознает, что мужского влияния все же не хватает. Переживает, как ребенок чувствует себя среди детей, когда они обсуждают своих отцов, интересуются его папой? Как воспринимают ребенка воспитатели - не вешают ли они на него ярлык "безотцовщина", а значит нужно ожидать проблем в поведении и в обучении? Как решить эту проблему?

Преодоление трудностей

Чтобы избавиться от такого состояния, женщине необходимо научиться различать в себе разумное и эмоциональное существо, и почаще отождествляться с первым. Трезво оценить трудности, которые могут возникнуть у ее малыша. Выписать их на листок. Посмотреть внимательно на список и вычеркнуть надуманные проблемы, навеянные стереотипами. Ребенок воспринимает мир таким, каким видит его вокруг себя, и часто не испытывает и половины тех трудностей, каковыми его награждают. Проанализируйте оставшиеся проблемы - чем реально вы можете помочь ребенку? Своевременная помощь и дельный совет принесут ему больше пользы, чем непродуктивное чувство вины.

Не ревнуйте к няне

В наши дни это очень частая практика - пока мама работает, малыш растет с няней. С ней он гуляет, играет, она его кормит и неудивительно, что ребенок к ней привязывается. Маме начинает казаться, что она вне этих отношений, и малыш больше любит няню. Постарайтесь посмотреть объективно - ваш малыш растет в атмосфере любви и заботы, оцените то, что дает ребенку и вам няня. Не стоит делить чувства, он не может любить только вас. Ваш малыш - это маленькая личность, а не ваша собственность. Чем больше людей любят вашего ребенка, тем более спокойным и защищенным он растет. Его привязанность к кому-то еще не умаляет его любви к вам. А видя ваше недовольство из-за привязанности к кому-то еще, он может подсознательно решить, что это плохо, он должен любить только маму. В таком случае, когда подойдет время его настоящей первой любви, ребенок может испытать невероятное внутреннее напряжение, обусловленное установкой, что он не может предать самого дорогого человека.

Нам никто не нужен

Многие женщины, столкнувшись с разочарованием в любви, решают, что им с ребенком мужчина не нужен, и направляет всю свою любовь и силы на малыша. Здесь могут возникнуть серьезные проблемы - как в жизни самой женщины, так и в жизни ребенка. Фраза: "Нам никто не нужен" может стать установочной для развивающейся личности. Во-первых, если через некоторое время, женщина все же встретит мужчину, с которым захочет связать свою жизнь, она может натолкнуться на острую отрицательную реакцию ребенка, которому с детства внушалось: "нам лучше вдвоем, другим нельзя доверять". С другой стороны, видя как складывается судьба несчастной матери, малыш может внушить себе, что любовь приносит только страдания, и оттолкнет от себя это чувство, опасаясь предательства.

Мне нужна работа!

Одна из самых острых проблем в жизни женщин, самостоятельно воспитывающих детей - финансовая. Работодатели часто неохотно берут на работу женщин с маленькими детьми. Таких работников нельзя отправить в командировку, задержать допоздна на работе, неминуемы больничные, отгулы. Но есть и другая категория работодателей, которые, напротив, рады получить в сотрудники мать-одиночку, считая, что эти женщины больше держатся за свое место, а соответственно, ответственнее относятся к своим обязанностям. Устраиваясь на работу, постарайтесь заверить шефа, что ваше семейное положение не будет мешать эффективности вашей работы, так как вы располагаете достаточной помощью со стороны бабушек, нянь или родственников. Проблемы "материнской семьи" касаются не только мам, но и самих ребятешек.

Где мой папа?

Ребенок достаточно рано начинает понимать, что отличается от других детей отсутствием отца. Во дворе, в саду, по телевизору звучит слово "папа". И вполне естественно, что вопрос - "где (или кто) мой папа?" неизбежен. Это очень важный и тонкий момент. Ребенок имеет право и должен знать о своем происхождении. Мамы часто оберегают детей от правды, стараясь не травмировать их душевное равновесие. Иногда, женщины все же вынуждены следовать какой-то "легенде", но по возможности необходимо свести дозу лжи в ней к минимуму. Ничто не приносит детям таких переживаний, как осознание в подростковом возрасте, что вы обманывали их всю жизнь. У них не хватит мудрости понять вас. Для них ваша ложь - полная катастрофа, потеря доверия к вам, а соответственно и всем окружающим. Ребенку необходимо объяснить ситуацию как можно правдоподобнее, но, не вдаваясь в сложности, которые ребенок не способен понять. Ответы должны быть максимально доступны детскому пониманию. Малышу достаточно сказать, что папа у него есть, просто он далеко и не может его навещать. Ребенку постарше можно рассказать побольше, но ни в коем случае нельзя поливать отца грязью, вдаваться в подробности - кто кого и как обидел. Нельзя негативно сравнивать ребенка с отцом: "Ты такой же, как и он". Создайте нейтральный образ отсутствующего отца - лучше дать немного правдивой или нейтральной информации, чем много негативной.

Я плохой?

Если вовсе избегать ответа на этот вопрос, ребенок может решить, что это он виноват в том, что папы у него нет. Впечатлительный ребенок может подумать, что он плохо себя вел когда-то и папа ушел, а мама теперь расстроена и поэтому злится на него. Отсутствие в семье отца может восприниматься им, как собственный недостаток, который приведет к формированию комплекса неполноценности. Нарастающая тревога ребенка ложится в основу невротических реакций, которые в дальнейшем потребуют серьезного вмешательства специалистов. Малышу, растущему без отца, бывает порой нелегко среди своих сверстников. В отличие от них, он не чувствует крепкую надежную стену за своей спиной - а ведь защитная функция - одна из наиважнейших в роли отца. Дети часто любят хвастаться своими папами: "У меня папа спортсмен". В ситуации конфликта малыши автоматически произносят: "Я пожалуюсь папе, и он вас всех победит". У ребенка, растущего без отца, нет ощущения этой поддержки. Конечно, он знает, что мама всегда его защитит и поможет, но в детских спорах почему-то убедительнее звучит слово "папа". Выход из создавшейся ситуации - привлечение к общению с ребенком родственников мужского пола. Тогда он всегда сможет похвастаться сильным дядей или заботливым дедушкой, чувствуя их внимание и плечо. Появление рядом мужчины, пусть даже и не отца, значительно повлияет на самооценку ребенка, на его настроение и отношение с другими детьми.

Семья - это только мама и я?

Отсутствие мужчины в семье не может не повлиять на формирование личности ребенка и его представления о модели семьи. В неполной семье малышу сложнее усвоить ролевое поведение, которое потом будет способствовать развитию черт мужественности или женственности. Как уже говорилось выше, часто матери, воспитывающие детей в одиночку, со временем приобретают лидерские черты. Женщины такого типа могут подавлять сыновей, гася их инициативность и формируя неправильный тип взаимоотношений между полами. Мальчик, оказавшийся в такой ситуации, может испытывать большие затруднения, когда ему самому придется стать главой семьи. Инфантильность и безответственность такого молодого человека могут оставить его собственную семью без должного стержня, и такая семья, скорее всего, разрушится. Для девочек отец - это идеал мужчины, который ложится в основу ее представления о будущем муже. Без сформировавшегося идеала, ей будет сложно создать свою семью. Она просто может не понимать, зачем в семье нужен мужчина, когда они с мамой и так превосходно со всем справлялись. Либо, напротив, создаст идеальный образ воображаемого отца - самого справедливого, любящего, доброго, без всевозможных недостатков. Повзрослев, она будет искать не мужа, а идеального отца, будет тянуться к взрослым мужчинам. В этом несбыточном поиске все мужчины будут казаться ей несовершеннолетними, и она может так и не встретить мужчину своей мечты.

Может все не так страшно?

Все вышеперечисленные проблемы могут сопутствовать "материнским" семьям, но их возникновение вовсе не обязательно. Психологические исследования последних лет показали, что дети из неполных семей в целом не отличаются психическим здоровьем от малышей из традиционных семейств. Они идентичны в адаптации к детским учреждениям и схожи по успеваемости. Приблизительно равными оказались сравнительные данные по шкалам тревоги и депрессии в этих двух группах. Доказано, что уровень самооценки у детей из "материнских" семей порой бывает даже выше, чем у детей из полных. Это обусловлено тем, что они раньше начинают помогать матери, привлекаются к домашним заботам, что развивает самостоятельность и ответственность, которые школьники отмечают, как положительные черты своего характера. Представления о семье у детей, выросших только с мамой, часто оказываются традиционными. Рисуя свою будущую семью, они часто изображают двух взрослых, одного или двух детей и домашнее животное. Состав семьи - далеко не первоочередная составляющая душевного здоровья малыша. Намного важнее психологический климат в доме, эмоциональное состояние членов семьи, их отношение друг к другу и взаимная поддержка. Лучше спокойная жизнь в неполной семье, чем напряжение и конфликты в семье, где присутствуют оба родителя. Дети счастливы, когда рядом с ними счастливые родители. Живите активной полной жизнью, расширяйте круг общения. Не стоит замыкаться и озлобляться на весь мир, на мужчин. Стремитесь быть жизнерадостной, и эта жизнерадостность передастся вашему малышу. Тогда ваш жизненный опыт окажется бесценен для вашего ребенка, и если вы решитесь выйти замуж, ребенок поддержит вас, ведь он растет в уверенности, что мама всегда поступает правильно.

Надежда Юргина, психолог