**И ЗА ПАПУ И ЗА МАМУ**

Кондратенко В.А., педагог-психолог

ГКУ СО «КЦСОН Центрального округа»

Смирнова И.А., педагог-психолог

ГКУ СО «КЦСОН Центрального округа»

Проблемы распада семей, расторжения браков и последствий разводов очень актуальны в наше время и активно рассматриваются со всех сторон: с юридической, социальной, педагогической, психологической. Как показывает практика, после расторжения брака родителей дети чаще всего остаются проживать с матерью. Но при этом с каждым годом растет число неполных семей, где детей воспитывает один отец. В настоящее время мужчины, претендующие на воспитание своих детей, стали чаще заявлять о своих правах, по российскому законодательству равных с правами матери.

С юридической точки зрения статуса «отец-одиночка» не существует, так как мужчина сам не может родить ребенка. Практика показывает, что отцом-одиночкой считается мужчина, имеющий одного или нескольких детей, мать которых умерла, пропала без вести, лишена родительских прав, долгое время пребывает в лечебном учреждении, оставила детей отцу при разводе, находится в местах лишения свободы[[1]](#footnote-1).

Решение о проживании детей с отцом принимается судом в следующих случаях: 1) когда мать не может в достаточной степени предоставить условия для благоприятного воспитания; 2) может препятствовать нормальному развитию детей, навредить их физическому и психическому здоровью; 3) когда она ведет асоциальный образ жизни; 4) находится в местах заключения; 5) не хочет брать на себя ответственность по выполнению родительских обязанностей. Особенно сложная ситуация возникает в семьях отцов-одиночек в случае гибели матери. Таким образом, стать отцом-одиночкой можно двумя путями: по решению суда, когда детей после развода родителей оставляют с отцом, или по трагическим обстоятельствам.

Поскольку юридический статус «одинокого отца» в России официально не установлен, то одинокий отец всегда оказывается в более трудной ситуации, чем одинокая мать. Несмотря на то, что нормами трудового кодекса РФ определено, что льготы и гарантии, предоставляемые женщинам, в связи с материнством, распространяются и на отцов-одиночек, работодатели неохотно идут навстречу отцам и редко предоставляют дополнительные отпуска, льготные режимы труда, освобождают от командировок, ночных смен, сверхурочной работы и др., так как, согласно общественному мнению, женщина с ребенком – это естественно по самой природе, а мужчина, одиноко воспитывающий детей – уникальный случай. Возможно, поэтому отцы-одиночки не часто отстаивают свои права как перед работодателями, так и при получении всевозможных льгот или взимания алиментов от матерей своих детей.

При воспитании детей отцом-одиночкой обнаруживаются и обостряются большие и существенные различия в подходах мужского и женского стилей взаимодействия с детьми. В российской традиционной семье женщина по своей сути более приспособлена к домашним делам и к уходу за детьми, более умело готовит пищу, поддерживает порядок, понимает и принимает детские капризы, следит за здоровьем детей и т.д., а долг мужчины, в первую очередь, материальное обеспечение семьи. В зависимости от того, по каким причинам семья осталась без матери, дети и отец сталкиваются с социальными, материальными и психологическими проблемами.

Опыт работы и практики психологического консультирования позволяет рассмотреть ряд психологических проблем подобных неполных семей. Если это связано с трагедией или длительной болезнью, с гибелью матери, то процесс адаптации к изменившимся семейным обстоятельствам переживается очень болезненно и продолжается длительное время (3-5 лет, а иногда и дольше). Мужчина страдает от потери любимого человека, навалившихся проблем, ему необходимо взять на себя бремя ответственности перед детьми за обоих родителей, «держать себя в руках» и находить силы для воспитания, содержания и оказания поддержки детям, потерявшим мать.

Чаще всего причиной возникновения неполной семьи с папой-одиночкой становится развод. Если распад семьи произошел не по инициативе мужчины, то это тоже в какой-то степени утрата любимого человека. Возникает ощущение предательства, брошенности, удар по самооценке мужчины, растерянность и сильное эмоциональное переживание. Когда мать уходит из семьи с желанием построить другие отношения с кем-то, создать следующий брак или просто «попутешествовать по жизни», дети остаются с папой. Им не хватает материнского тепла и заботы, дети не могут понять и принять отторжение их матерью, стремятся к ней, эмоционально остро переживают развод и ждут от отца поддержки, объяснения происходящего, что усугубляет страдания мужчины. Он оказывается под гнетом свалившихся на него проблем и при этом должен быть сильным, спокойным, выдержанным, эмоционально стабильным, т.к. в этот период детям особенно нужна и важна его поддержка, понимание, любовь и забота. Практика показывает, что мужчины очень редко обращаются за помощью к посторонним людям, в том числе к психологам, пытаясь самостоятельно справиться со сложной жизненной ситуацией, хотя психологическая помощь в этот период нужна всем членам семьи.

В последнее время происходит рост числа случаев возникновения семей с папами-одиночками по причине асоциального поведения женщин. Если мать ведет нетрезвый образ жизни или употребляет наркотические вещества, может на длительное время оставить детей, заводит знакомства с неблагополучными компаниями или совершает противоправные действия, оказываясь в поле зрения правоохранительных органов, то встает вопрос о лишении ее родительских прав, так как по сути любая из вышеперечисленных причин может стать препятствием стабильному и ответственному выполнению матерью родительских обязанностей. Длительное время все члены семьи живут, наблюдая самые неожиданные и неприятные картины, связанные с пьянками, изменами, скандалами, драками и т.д. Как правило, первое время мужчина пытается вернуть жену в прежние отношения, затем разлад усугубляется и наступает фаза противостояния, в которое втянуты все члены семьи. На приеме у психолога дети из подобных семей рассказывают, как они хотят видеть маму доброй, заботливой, «чтобы её не бояться», они еще тянутся к ней. Потом наступает период отторжения, когда вначале испуганный ребенок начинает злиться на мать, стыдиться её, в некоторых семьях возникает даже агрессия на мать. По заявлению заинтересованных в благополучии детей лиц в суде рассматривается вопрос о лишении её родительских прав. После решения суда отец должен исполнять родительские обязанности за папу и за маму.

И папе и детям теперь надо научиться жить по-другому. Одинокий папа должен понимать, что он никогда не сможет как следует позаботиться о своих детях, если вначале не позаботится о себе. А для этого нужно обращаться за помощью: к родственникам, к специалистам, к самим детям. Важно знать, что отец-одиночка только по статусу супружества одинок, но на самом деле вокруг семьи есть люди, которые могут помочь советом, разрешить сложные социальные проблемы, есть специалисты, способные оказать поддержку на профессиональном уровне. Обратиться за помощью – не зазорно. Куда хуже искать утешение «на дне бутылки», жалуясь собутыльникам на свою несчастную долю или уйти в депрессию. Так происходит, если человек замыкается, остается наедине со своими тяжелыми мыслями, обижен на свою бывшую жену, на себя, на жизнь. Здесь очень важно постараться принять то, что уже произошло, и к себе относиться с позиции сильного и стойкого человека, готового достойно перенести случившееся, помнить, что с уходом жены жизнь не кончилась. Можно и нужно обратиться к психологу, чтобы разобраться в актуальных на данный момент проблемах и снизить эмоциональное напряжение, пообщаться с такими же отцами-одиночками, можно найти психологическую группу, созданную специально для поддержки оставшихся одинокими пап.

По возможности нужно привлекать к выполнению домашних дел и воспитанию детей бабушек, дедушек и других родственников. Это не значит, что отец не справляется со своими обязанностями. Нужно давать себе разгрузку, уметь отдыхать и восстанавливаться. Дети хотят видеть отца спокойным, уверенным, самодостаточным. Для этого папа обязательно должен выделять время, которое он проводит с детьми. А некоторое время ему следует посвящать себе, устройству своей личной жизни, встречам с друзьями, любимому хобби – тому, что позволяет ему чувствовать себя не только отцом. И не надо при этом испытывать чувство вины: дети проведут этот день с бабушками и дедушками, что тоже полезно, или, если сохранились какие-то отношения с ушедшей мамой, могут встретиться с ней.

Безусловно, папа должен работать – как для собственной реализации, так и для содержания семьи. Жертвовать работой ради детей не следует. Но вот, если папа склонен к трудоголизму, следует пересмотреть свои привычки и постараться вечера проводить с детьми, а не на работе.

Для оказания квалифицированной социально-педагогической и психологической помощи и поддержки семьям с несовершеннолетними, в которых воспитанием детей занимаются только отцы, в нашем Центре апробируется проект «Эффективное отцовство». В процессе работы рассматриваются вопросы:

* преодоление психологических и эмоциональных трудностей, связанных с изменениями в семье;
* психологическая помощь в формировании и коррекции измененных внутрисемейных отношений, профилактика отчуждённости между членами семьи;
* формирование родительской психологической компетенции, т.е. комплекса знаний, необходимых для преодоления кризисов в неполной отцовской семье;
* обсуждение и выявление проблемных зон, обучение стратегиям конструктивно разрешать конфликты;
* организация совместного досуга отцов и детей и другие.

Работа проводится психологами как индивидуально (это диагностика, консультирование, индивидуальная коррекция), так и в группе. Группа формируется из клиентов отделения предоставления социальных услуг семьям и детям ГКУ СО «КЦСОН Центрального округа» отделения Автозаводского района, состоящих на социальном сопровождении. Занятия проходят в виде бесед, диспутов, мини-тренингов с применением психокоррекционных технологий. Происходит обмен опытом, рассматриваются актуальные вопросы воспитания, обучения, социального и внутрисемейного взаимодействия и другие.

По окончанию групповой работы получены положительные отзывы, мужчины говорят о том, что даже не задумывались о различных подходах в воспитании мальчиков и девочек, о том, что свою родительскую стратегию представляли, основываясь только на опыте, полученном от своих родителей, поднимают насущные вопросы, как личного плана, так и внутрисемейные.

Обобщая опыт проведенной работы, необходимо отметить, что психологическая помощь и поддержка отцам-одиночкам достаточно эффективна и будет продолжена.

1. https://cyberleninka.ru/article/n/odinokoe-ottsovstvo-v-sovremennom-obschestve-prichiny-vozniknoveniya-i-osnovnye-problemy [↑](#footnote-ref-1)