По материалам журнала PSYCHOLOGIES

**Отчимы и мачехи:**

**как воспитывать «чужих» детей**

К родным детям родители, как правило, испытывают безусловную любовь. Но если в семье живет или периодически появляется ребенок одного из супругов, на первый план могут выйти совсем другие чувства и эмоции, в том числе неприятие и ревность.



«Все [трудности воспитания](https://www.psychologies.ru/standpoint/vospitanie-strategii-kotoryie-ne-vyiderjivayut-kritiki/) вытекают из того, что родители, не только не исправляя своих недостатков, но и оправдывая их в себе, хотят не видеть эти недостатки в детях», — писал Лев Толстой. Воспитание кровных детей часто предполагает много трудностей и упорную работу над собой, а когда в семье растут дети от разных родителей, трудностей становится еще больше.

**Почему возникает неприятие детей партнера**

«Непринятие „чужих“ детей в первую очередь идет от ревности: один из супругов ревнует партнера к его ребенку, — считает психолог и специалист в области детско-родительских отношений Анна Авдеева. — Причиной тому [неуверенность в себе](https://www.psychologies.ru/articles/kak-poborot-neuverennost-v-sebe/). Например, женщина сомневается в прочности отношений с партнером и видит в его ребенке конкурента. Взрослая дочь партнера может восприниматься как соперница — тогда с довольно большой вероятностью две „самки“ будут пытаться привлечь внимание самца и поделить территорию. Благополучно отношения выстраиваются только в тех семьях, где женщина реализована в какой-то своей деятельности и уверена в себе».

**Как воспитывать детей от разных отцов**

Часто проблемы в воспитании возникают тогда, когда в семье воспитываются дети от разных отцов. Иногда ситуация складывается так, что женщина не может воспринимать детей одинаково: к ребенку от нынешнего мужа она относится с видимой любовью и нежностью, а к ребенку от бывшего мужа — с плохо скрываемым раздражением, особенно если негативные чувства к его биологическому отцу еще сильны. Ненависть, злость, чувство обиды переносится на ребенка. Ситуация усугубляется, если ребенок внешне напоминает отца.

Матери важно вовремя найти в себе эти чувства, осознать их, принять и проработать. Только так можно сохранить или наладить отношения с ребенком. При этом не стоит запрещать ребенку общаться с его родным родителем, если только это не представляет опасности для жизни и здоровья, физического, и эмоционального.

Новый супруг матери (или новая жена отца) может играть роль наставника, старшего друга, но ни в коем случае не пытаться стать вторым папой или второй мамой

В дальнейшем ребенок сам выберет, с кем ему комфортнее общаться и кого он считает настоящими родителями. Часто именно приемный родитель становится более родным и любимым, хотя бы потому, что ребенок видит пример достойного отношения к себе и своей родной матери или родному отцу.

Мать, осознавшая и проработавшая отношение к бывшему партнеру, отцу одного из детей, воспринимает детей одинаково в любой ситуации — и когда гордится ими, и когда из-за чего-то сердится. Если же у детей один отец, но разные матери, важно обратить внимание и на другие нюансы. Мачехе не стоит брать на себя обязанности родной матери. От того, как мачеха будет выстраивать коммуникацию с детьми, зависит и то, как сложатся отношения между сводными братьями и сестрами.

**Как общаться с чужими детьми**

**1. Создать доверительную атмосферу**

«В первую очередь необходимо показать детям, что вы относитесь к ним с уважением. Нельзя допускать неуважительного отношения к вам со стороны детей — за этим стоит следить и вам, и партнеру.

**2. Сохранять иерархию в семье**

Относитесь к старшему ребенку как к старшему, независимо от того, появился ли он в семье раньше или позже, родной он вам или нет. А младший должен остаться младшим. Детям может быть сложно принять новые роли, особенно если они привыкли быть единственными или занимали другое положение в иерархии семьи — например, ребенок был старшим из двух, а теперь стал «средним» из трех. Дайте детям время, чтобы они адаптировались к новой ситуации. Важно, чтобы они могли свободно делиться с вами переживаниями по этому поводу».

**3. Выстраивать границы**

Часто родитель испытывает чувство вины и неловкости по отношению к неродному ребенку и из-за этого не может [выстроить границы](https://www.psychologies.ru/standpoint/kak-pravila-i-granitsyi-pomogut-spravitsya-s-detskimi-kaprizami/), позволяет ребенку слишком много. Формирование здоровой личности во многом зависит от умения видеть эти границы, от понимания определенных правил поведения. Поэтому напомните себе, что этот ребенок — такой же как ваш, родной. И относиться к нему точно так же.

**Как выстроить отношения с новым партнером, если у вас есть ребенок**

Еще один актуальный вопрос — конфликты между родителями. Мужчина может чувствовать себя виноватым перед родным ребенком («Я лишил его/ее полноценной семьи») и в качестве своеобразной компенсации начинает уделять ребенку намного больше внимания, чем супруге.

Он делает это неосознанно, стараясь доказать себе, что он «хороший родитель»

Здесь снова встает вопрос ролей: женщина в иерархии семьи занимает более высокое положение, чем ребенок. Она выстраивает правила дома, и в этих правилах ребенок должен научиться жить. А отец должен ему в этом помочь.

«Потребность уделять ребенку слишком много внимания, баловать его может привести к негативным последствиям: таким образом родной родитель показывает, что мачеха/отчим не в счет. Дети рано начинают [манипулировать](https://www.psychologies.ru/articles/kak-raspoznat-i-ostanovit-manipulyatsiyu/) взрослыми, особенно если родители находятся в конфликте: ребенок может акцентировать внимание на том, что родная мама делала что-то лучше или родной папа был добрее и покупал больше игрушек. Родителям стоит договориться о сбалансированной системе воспитания: если папа играет хорошего полицейского, а мама — плохого, ни о каком правильном воспитании не может быть речи».



Анна Авдеева , психолог, специалист по детско-родительским отношениям

Текст:[Яна Верзун](https://www.psychologies.ru/authors/yana-verzun/)

Источник фотографий:Shutterstock

Дата публикации:8 августа 2024