

УДК 374

Любимовская Галина Вячеславовна  
Ярославский государственный медицинский университет

**НЕ „НЕПОЛНЫЕ“, А ДРУГИЕ:  
КАК МИФЫ ОБ ОДНОРОДИТЕЛЬСКИХ СЕМЬЯХ  
МЕШАЮТ НАМ ВИДЕТЬ РЕАЛЬНОСТЬ**

**Аннотация.** В статье развенчивается шесть распространённых мифов об одиноких родителях и неполных семьях. Благополучие ребенка зависит не от количества, а от качества воспитания и стабильности. Подчеркивается недостаточность государственной поддержки и общность проблем родителей вне зависимости от пола. Утверждается право одинокого родителя на личную жизнь как на ресурс для благополучия всей семьи

**Ключевые слова:** Мать-одиночка, отец-одиночка, однородительская семья

Согласно последней переписи населения, почти 5 миллионов российских домохозяйств – это один родитель с детьми, что составляет 17,8% от всех семей с несовершеннолетними детьми ([1]). Это не маргинальное явление, а значимая часть нашей социальной ткани. Пора развеять самые живучие из этих мифов, опираясь не на предрассудки, а на данные социологии, психологии и простую человеческую логику.

Миф 1. «Это всегда история травмы: развод, смерть или ошибка». Реальность: Хотя часть таких семей действительно формируется после кризисных событий, всё большую роль играет сознательный и ответственный выбор. Современные женщины и мужчины, обладающие ресурсами и четкой жизненной позицией, всё чаще решаются на рождение или усыновление ребенка, не дожидаясь «идеального партнера». Социолог Е.М. Черняк определяет это как формирование новой социальной нормы – «запланированного единственного родительства», когда решение принимается «не вопреки обстоятельствам, а в соответствии с личным жизненным проектом» ([2]). Кроме того, развитие репродуктивных технологий (ЭКО с донорским материалом, суррогатное материнство) изначально создает семьи с одним юридическим родителем. Таким образом, траектория создания семьи стала разнообразной, и далеко не всегда её отправной точкой является драма. Поэтому в итоге получается, что однородительская семья – это всё чаще не следствие крушения прежней модели, а изначально выбранная и полноценная форма семейной жизни.

Миф 2. «Ребенку обязательно нужны и мама, и папа». Реальность: Старый вывод учёных из 90-х сегодня звучит ещё убедительнее. Современные исследования, в которых проанализировали данные более 100 000 человек, показывают: если сравнивать семьи с одинаковым доходом и уровнем образования, то разница в развитии их детей практически исчезает ([3]). Учёные теперь говорят не о «ролях мамы и папы», а о родительских задачах: дать ребёнку чувство защищённости, любви и предсказуемости. И с этими задачами один любящий взрослый справляется ничуть не хуже, чем два. Психолог Майкл Лэмб в своей книге «Роль отца в развитии ребенка» ([4]) предлагает именно такую оптику: важны не мифические «архетипы», а простая, ежедневная работа родителя – быть надёжной гаванью для ребёнка. Более того, для детской психики жизнь в спокойной семье с одним родителем зачастую здоровее, чем ежедневное напряжение в полной, но конфликтной семье ([5]). Иногда такая «гавань» появляется именно тогда, когда заканчиваются семейные бури. Поэтому главное – не количество родителей в доме, а качество отношений и стабильность. Хорошие отношения с одним родителем ценнее формального присутствия двоих.

Миф 3. «Ребенок без отца или матери обречен на проблемы в социализации». Реальность: Социализация – это процесс усвоения широких социальных норм и ролей, который происходит



далеко не только в семье. Ребенок учится коммуницировать, дружить и разрешать конфликты в детском саду, школе, кружках, наблюдая за поведением разных взрослых – педагогов, тренеров, родителей друзей. Исследования, обобщенные Американской ассоциацией брака и семьи (NCFR), указывают, что дети из однородительских семей не имеют статистически значимых отличий в способности заводить друзей, работать в команде или проявлять эмпатию ([6]). Проблемы с социализацией, если они возникают, обычно коренятся в гиперопеке, изоляции или низкой самооценке родителя, что может случиться в семье любого состава. Здоровая однородительская семья, активно включенная в социальную жизнь, предоставляет ребенку все необходимые инструменты для успешного взаимодействия с миром. Поэтому успешная социализация зависит от широты социальных связей семьи и уверенности родителя, а не от количества родителей дома.

Миф 4. «Им помогают всем миром: пособия, алименты, льготы». Это, пожалуй, самый циничный и далекий от действительности миф. Потому что алименты получают не все, размер часто мизерный, а процедура взыскания – унизительная и бюрократически сложная. Что же касается пособий, то в России они носят, по общему признанию, символический характер и не покрывают реальных затрат на ребенка. Есть еще льготы, положенные определенным категориям семей. Чаще всего это право на «первоочередной» прием в детский сад, что в условиях дефицита мест не является значительной поддержкой. Основной груз – финансовый, организационный, эмоциональный – несет один человек. Как отмечает психолог К. Берд в практическом руководстве для матерей-одиночек, их главная «льгота» – это «хронический дефицит времени, состояние перманентного цейтнота и необходимость быть одновременно добытчиком, воспитателем, психологом и хозяйством, что закономерно ведет к выгоранию» ([7]). Основной источник существования для таких семей – зарплата родителя, который часто вынужден работать на пределе возможностей. В итоге мы имеем, что вместо системы поддержки родитель-одиночка часто сталкивается с системой препятствий, а его основной ресурс – его собственные силы и время.

Миф 5. «Отцы-одиночки – герои, а матери-одиночки – неудачницы». Реальность: Этот миф демонстрирует яркий гендерный стереотип. К отцу, который «взял на себя женскую роль», общество часто относится с восхищением, преувеличивая его бытовые успехи. К матери в аналогичной ситуации нередко относятся с жалостью или подозрением: «не смогла сохранить семью». Оба подхода вредны. Они оценивают не реальные компетенции родителя, а соответствие устаревшим гендерным ролям. По данным того же Росстата, среди одиноких родителей около 15% – мужчины. Они сталкиваются с другими стереотипами: их могут считать неспособными к эмоциональной заботе или, наоборот, лишними в поликлиниках и школах. Проблемы (экономические, социальные, эмоциональные) у одиноких родителей общие, вне зависимости от пола. Требуется не героизация или стигматизация, а равное признание их родительского труда и равный доступ к поддержке. И пока мы оцениваем одинокого отца как «героя», а одинокую мать как «неудачницу», мы не видим за этими ярлыками реального человека. Важно не то, насколько родитель соответствует стереотипу, а то, с какими трудностями он сталкивается и в какой поддержке нуждается.

Миф 6. «У такого родителя нет и не может быть личной жизни». Реальность: Однородительская семья – не монастырский обет. Многие родители успешно выстраивают новые романтические отношения. Более того, опыт самостоятельного родительства часто делает человека более зрелым, ответственным и избирательным в выборе партнера. Ключевой вопрос – не «быть или не быть», а качество и безопасность этих отношений для всех членов семьи. Ребенку, как показывают исследования в области детской психологии, важнее видеть перед собой модель здоровых, уважительных и счастливых отношений (или их осознанного отсутствия), чем наблюдать союз, сохраняемый «ради ребенка». Личное счастье родителя – не эгоистичная прихоть, а ресурс для формирования здоровой семейной атмосферы. Право на личное счастье есть у каждого взрослого. И его реализация – будь то новые отношения или время для себя – не



умалляет преданности родителя. Напротив, наполненный, счастливый взрослый становится тем самым ресурсным и терпеливым родителем, в котором так нуждается ребёнок.

Счастливый родитель – лучший родитель. Родитель, у которого есть внутренний свет и душевые силы, находится гораздо больше терпения, ласки и спокойствия для своего ребёнка

#### **Список литературы:**

1. Росстат. Итоги Всероссийской переписи населения 2020 года. Т. 5. «Домохозяйства и семьи». – М., 2021-2023. – URL: [https://rosstat.gov.ru/vpn\\_popul](https://rosstat.gov.ru/vpn_popul) (дата обращения: 20.01.2026).
2. Черняк, Е.М. Социология семьи: учебное пособие. – 6-е изд. – М.: Дашков и К°, 2015. – 248 с.
3. Van Rijn-van der Does, L., van der Kolk, A.-M.W.A., et al. The effects of growing up with a single mother on child outcomes: A systematic review and meta-analysis // PLOS ONE. – 2023. – Vol. 18 (5). – Article e0284779. \* (Мета-анализ 2023 года, данные 100 000+ человек),
4. Лэмб, М.Э. Роль отца в развитии ребенка / Майкл Э. Лэмб; пер. с англ. – СПб.: Питер, 2021. – 448 с.
5. McLanahan, S., Sandefur, G. Growing Up with a Single Parent: What Hurts, What Helps. – Cambridge, MA: Harvard University Press, 1994. – 196 p.
6. Паттерсон, Ш. Дж. Семейные отношения лесбиянок и геев // Journal of Marriage and Family. – 2000. – Т. 62, № 4. – С. 1052–1069. – (На англ. яз.: Patterson, C. J. Family relationships of lesbian and gay men. Journal of Marriage and Family, 2000, vol. 62, no. 4, pp. 1052–1069).
7. Берд, К. Одинокая мама: руководство по успешному родительству. – М.: Эксмо, 2018. – 224 с

