Как подготовить ребенка к разводу

Автор: User0
07.07.2014 13:18 - Обновлено 16.04.2017 10:16

Каждый год тысячи детей испытывают стресс из-за развода родителей. То, как они будут реагировать, зависит от возраста, индивидуальности и конкретных обстоятельств этого процесса. Развод обязательно накладывает отпечаток на жизнь ребенка. Первоначальной реакцией на разрыв между родителями могут быть обида, разочарование, гнев и беспокойство. Но преодолев эти трудности, дети лучше справляются со стрессом, многие из них становятся более устойчивыми, гибкими в дальнейшем.



Родители должны помочь им пережить этот сложный момент. Ребенок не должен быть свидетелем бурных выяснений отношений, жарких дискуссий между двумя взрослыми людьми. Конфликты, споры, в том числе и юридические, не должны происходить в присутствии детей.

Оба родителя должны принимать участие в жизни ребенка и постараться свести весь негатив к минимуму. Большинство взрослых в этот момент испытывают потребность в поддержке. Чтобы не травмировать детскую психику не стоит вовлекать в этот процесс детей.

Не следует искать у них поддержку, для этого есть друзья, родственники, психологи.

Если решение разойтись принято окончательно, то об этом следует сообщить ребенку. И, хотя не существует легкого способа провести такую беседу, желательно чтобы этот разговор состоялся в присутствие обоих родителей.

Очень важно при этом попытаться оставить чувства гнева и взаимных обвинений. Беседа по поводу расторжения брака должна быть адаптирована к возрасту ребенка, его темпераменту. Нужно обязательно донести до ребенка основной посыл: то, что произошло между папой и мамой, нет его вины.

Обычно в такой ситуации дети начинают винить себя, поэтому надо обеспечить уверенность в том, что они не виноваты в происходящем. Нужно объяснить, что в жизни случается, когда между людьми проходят чувства и поэтому лучше, если они поживут врозь.

При этом подчеркнуть, что у них по-прежнему есть семья, только мама и папа будут жить теперь отдельно, но это никак не повлияет на отношение к ним, и они оба будут активно участвовать в их жизни. В интересах детей не следует обвинять друг друга в распаде семьи, критиковать другого и поощрять детей принимать чью-то сторону.

Это будет несправедливо по отношению к ним и может причинить непоправимый эмоциональный вред. Важно донести до ребенка что, несмотря на случившееся, любовь между родителями и детьми никогда не пройдет. Нужно дать ребенку достаточно информации, чтобы подготовить к предстоящим изменениям в жизни.

Для этого надо постараться честно ответить на все вопросы. Следует помнить, что дети не должны знать всех причин развода (особенно если они включают в себя вину одного из супругов). В этот период желательно, чтобы распорядок жизни был для ребенка привычным.

Дети не любят перемен, а развод родителей влечет их за собой. Необходимо постараться, чтобы дети адаптировались к ним постепенно и чувствовали в этот момент спокойствие родителей. Отбросив эмоции и выбрав правильную тактику поведения при разводе, родители помогут детям преодолеть эти трудности и наименее безболезненно пережить этот период.