

Jak przygotować dziecko na rozwód?

Wpisany przez W.P.

środa, 13 sierpnia 2014 21:10 -

Jak przygotować dziecko na rozwód?

Czasami w życiu zdarza się tak, że dwoje dorosłych ludzi stwierdza, że nie mogą iść dalej razem. W sytuacji, gdy do podziału są jedynie materialne przedmioty, takie jak dom, meble czy samochód, to, jak przebiegnie cały proces zależy jedynie od dobrej woli małżonków. Jednak gdy w grę wchodzi dziecko, sprawa się znacznie komplikuje. Jak przygotować dziecko na rozwód rodziców? I czy jest to w ogóle możliwe?

Często dorosłym wydaje się, że dzieciaki nie rozumieją tego, co dzieje się w domu. Wcale tak nie jest. Dzieci doskonale odbierają nasze emocje, zarówno te pozytywne, jak i negatywne. Dlatego też, gdy małżeństwo się rozpada, dzieci są narażone na szczególnie silny stres. To czy go unikniecie, zależy od współpracy pomiędzy rodzicami.

Aby zminimalizować stres, na jaki narażone jest dziecko, warto pamiętać o kilku sprawach. Przede wszystkim, dziecko powinno zostać przygotowane do nowej sytuacji. Oboje rodziców powinno porozmawiać z dzieckiem, jeszcze zanim jedno z nich wyprowadzi się z domu. Jeżeli już zdecydowaliście o rozwodzie, warto wspomnieć o tym dziecku.

Bardzo ważnym jest, aby nie wciągać dziecka w uczuciowy rollercoaster. Jeżeli wcale nie jesteście przekonani, że rozwód to dobre wyjście, nie informujcie dziecka, że rozważacie taką możliwość. Dopiero, gdy będziecie w stu procentach przekonani o swojej decyzji, poinformujcie o niej dziecko. Nie warto tutaj owijać w bawełnę i unikać słowa "rozwód". Najlepiej przekazać dziecku tę informację wprost, nie pozostawiając pola do domysłów.

Należy również wytłumaczyć dziecku, jak to się właściwie stało, że jego rodzice zdecydowali się na rozwód. Oczywiście, stosownie do wieku dziecka i bez wzajemnych oskarżeń. Stwierdzenie "czujemy się ze sobą nieszczęśliwi i nie potrafimy się dogadać" będzie jak najbardziej na miejscu. Z kolei "bo twoja matka/twój ojciec..." zupełnie nie.

Dziecko należy również poinformować jakie konsekwencje niesie ze sobą rozwód rodziców i czego może się teraz spodziewać, na przykład "tata będzie jak zwykle odbierał cię z przedszkola, ale nie będzie zostawał w domu na noc". Znacznie łatwiej dziecku będzie

Jak przygotować dziecko na rozwód?

Wpisany przez W.P.

środa, 13 sierpnia 2014 21:10 -

pogodzić się z nową sytuacją, gdy zostanie o niej uprzedzone.

Bardzo ważnym jest, aby podkreślić, że to, iż małżonkowie się rozwodzą nie sprawia, że przestają być kochającymi rodzicami dla swojego dziecka. Tę informację powinniśmy często powtarzać dziecku tak samo jak to, że wciąż będziecie współpracować ze sobą w sprawach związanych z nim.

Ale najważniejszym etapem jest ten, w którym należy przekonać dziecko, że rozwód w żadnym razie nie jest jego winą, ani nie jest spowodowany jego zachowaniem. Dzieci często obwiniają się, szukając winy w sobie, dlatego należy zadbać, aby dziecko doskonale rozumiało, że to, co się dzieje, nie ma związku z jego zachowaniem. Zapewnijcie dziecko o swojej miłości. Idealnie byłoby, gdyby tę rozmowę przeprowadzili rodzice razem. Wówczas komunikat będzie dla dziecka spójny i jasny. Warto również zadbać o to, aby dziecko nie było świadkiem wyprowadzki rodzica.

Rozwód z pewnością jest trudną sprawą zarówno dla dorosłego, jak i dla dziecka. Warto więc dołożyć wszelkich starań, aby zniwelować stres z nim związany.

Artykuł pod redakcją <http://rozwod-z-klasa.pl/>

// */ //]]>

{fcomment}