



Памятка для родителей «Развод – это очень серьезно!»

1. Вам рано или поздно придется сказать ребенку о том, что вы развелись, ребенок имеет право это знать.

2. Избегайте искушения говорить ребенку о том, что мама и папа развелись по той причине, что папа (мама) плохой(ая).

3. Необходимо давать простое и доступное понимание ребенка объяснение о том, что произошло в вашей семье. Не следует рассказывать о причинах и деталях разрыва ваших отношений, учитывайте возраст ребенка и его индивидуальные особенности.

4. Опасайтесь искушения эмоционально привязать к себе ребенка, обсуждая с ним те подробности своей жизни, которые раньше обсуждались вами с супругом. Тем самым вы и сами можете не заметить, как создадите со своим ребенком отношения такой глубины и силы, что их можно расценивать с психологической позиции как супружеские отношения с собственным ребенком.

5. При разлуке с одним из родителей дети дошкольного возраста испытывают тревогу и беспокойство, которые могут выражаться в истериках, трудном поведении и т.п. Однако отсутствие изменений в поведении не означает, что ребенок не пострадал в результате развода родителей. У него может возникнуть чувство вины за развод родителей (плохо себя вел, не слушался папу и т.п.). Скажите малышу, что он в этом не виноват.

6. Помните, что от того, как вы относитесь к ситуации развода, будет зависеть, как ребенок эту ситуацию воспримет. Если вам трудно пережить предательство бывшего супруга, то ваши отрицательные чувства усилят у ребенка ощущения семейной нестабильности (например, изменились отношения с папой, он стал приходить не каждый день домой, а лишь раз в неделю радовать своим появлением; да и мама стала беспокойная, тревожная и нервная). У ребенка могут возникнуть протестные, депрессивные реакции и страх.

7. Обозначьте те изменения семейных отношений, которые будут касаться ребенка (как часто, например, планируется приход папы и т.п.). Не исчезайте полностью из жизни ребенка, поскольку при такой ситуации он воспринимает развод как разрыв отношений именно с вами. Помните, общение ребенка с обоими родителями, вы оба нужны малышу. Важным будет и сохранение общения ребенка со всеми родственниками со стороны обоих родителей ребенка.