

1. Помните, что в тот момент, когда родился ваш ребенок, вы перестали быть только супругами, только мужчиной и женщиной. Вы стали родителями. И если сейчас вы приняли решение расстаться как мужчина и женщина, родителями вашего ребенка вы останетесь на всю жизнь. Ваш ребенок всегда будет связывать вас в этом качестве. Могут быть бывшие супруги, но бывших родителей не бывает.

2. Помните, что одна половина вашего ребенка – мамина. А вторая – папина. И на бессознательном уровне он любит и принимает обоих родителей одинаково.

3. Как бы ни различались ваши взгляды на жизнь, вам нужно научиться договариваться как РОДИТЕЛЯМ. И если в тот момент, когда вы принимаете общее решение относительно вашего ребенка, вы перешли на выяснение отношений, вспомните, что выясняете отношения вы как супруги, а договариваться вам нужно как родителям. В этом случае в центре внимания будет благополучие вашего ребенка, а не ваши разногласия. И если ваш ребенок будет знать, что все важные решения в его отношении вы принимаете совместно, у него, в частности, не будет возможности манипулировать вами.

4. Иногда дети винят себя в разводе родителей. Им кажется, что если бы они лучше себя вели, то родители остались бы вместе. Постарайтесь освободить ребенка от чувства вины. И если вы окончательно решили разойтись, не стоит «отрубать хвост по кусочкам», лучше собраться всем вместе и честно сказать ребенку о своем решении. Дети чувствуют себя гораздо хуже в обстановке лжи и недомолвок.

КОГДА НЕОБХОДИМО ОБРАТИТЬСЯ ЗА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩЬЮ

1. Если ребенок долго и болезненно переживает развод.
2. Если вам кажется, что ребенок совсем не переживает



Есть много способов *помочь ребенку* легче пережить эти трудные времена, но в любом случае, самое главное – это дать понять ребенку, что вы его очень любите. Кроме того, важно объяснить детям, что в данной ситуации нет виноватого, за **развод** несут ответственность оба родителя.

Самое главное, о чем всегда нужно помнить родителям, ребенок любит ОБОИХ родителей!

Контакты:

г. Моршанск, ул. Карла Маркса, д.52

телефон:

8(47533)48939

Муниципальное
бюджетное образовательное
учреждение дополнительного
образования

«Центр дополнительного
образования для детей»

Федеральный проект «Современная школа»



Памятка для родителей

«Влияние развода родителей на детей»



г.Моршанск



Для детей, как и для их родителей, развод - это стресс, с той лишь разницей, что взрослые сами принимают решение расстаться, а

дети вовлечены в этот водоворот событий помимо своей воли. Почти половина детей из семей, переживших развод родителей, проявляют беспокойство, подавленность, неуверенность в своих способностях, а иногда и озлобленность.

Каждый ребенок уверен, что мама и папа всегда должны быть рядом. Для маленьких детей это так естественно, что у них никогда даже и мысли не возникает, что положение может измениться. Поэтому **развод становится неожиданным ударом для ребенка.**

ПЕРЕЖИВАНИЕ РАЗВОДА ДЕТЬМИ РАЗНОГО ВОЗРАСТА:

1. Считается, что до возраста 2-3 лет дети переносят развод с наименьшими психологическими потерями.
2. В возрасте от 4 до 6-7 лет зачастую переживают развод как сильную психологическую травму. В этом возрасте дети могут обвинять себя в разводе родителей, делая ложный вывод о своей «плохости», которая якобы послужила причиной развода.
3. В возрасте от 6-7 до 10-11 лет дети часто реагируют на развод злостью, усиливается агрессивность. Могут возникать ощущения

«брошенности», чувство сильнейшей обиды. 4. Дети старше 12 лет реагируют на развод по-разному. Так как в этом возрасте основной акцент жизни детей делается на общение и построение отношений со сверстниками, ситуация развода будет переноситься не так болезненно, как у детей младшего возраста. Но бывает и так, что развод родителей, переживаемый детьми в подростковом возрасте, может усилить реакции подросткового кризиса.

КАК СООБЩИТЬ РЕБЕНКУ О РАЗВОДЕ:

1. Решение о разводе желательно сообщить ребенку вместе. Вкратце объясните ребенку, почему вы решили развестись, например, так: «Мы очень много ссоримся и решили жить отдельно, чтобы всем нам было спокойнее». Если вы по каким-то причинам не можете вместе рассказать детям о том, что собираетесь расстаться, объясните по отдельности, придерживаясь одной версии.
2. Не нужно сообщать ребенку, кто инициатор развода и обвинять его – так вы только усилите страдания ребенка. Это не должно его касаться.
3. Объясните ребенку, что он не виноват в том, что вы разводитесь.
4. Расскажите ребенку, как развод повлияет на его жизнь – где и с кем он будет жить, как часто будет видеться с тем родителем, с которым не будет жить вместе.
5. Не заставляйте ребенка принимать взрослые решения, например: с кем он останется жить.

6. Обязательно скажите, что вы оба по-прежнему любите ребенка, никогда его не бросите и будете всегда заботиться о нем.
7. Не заводите с ребенком разговор о том, что решение о разводе еще может быть пересмотрено. Не надо давать несбыточную надежду, даже ради того, чтобы сделать новость для него менее печальной.
8. Если вы не можете почему-либо открыть всей правды, можно сказать ребенку: «Я действительно рассказал тебе все, что ты можешь понять сейчас. Когда ты подрастешь, мы еще раз вернемся к этим событиям и обо всем поговорим».

ОТ КАКОЙ «ПРАВДЫ» РЕБЕНКА ЛУЧШЕ УБЕРЕЧЬ:

1. Не рассказывайте ребенку подробностей судебного процесса, раздела имущества, финансовой стороны дел.
2. Не делайте ребенка посредником в ваших отношениях: не передавайте через него деньги, просьбы, счета. Если не можете решить эти вопросы сами, то найдите другого посредника – родственника или общего знакомого.
3. Не расспрашивайте ребенка друг о друге, не просите хранить секреты от другого родителя – в общем, не заставляйте его принимать чью-либо сторону, иначе ребенок будет чувствовать себя предателем.
4. Не ругайтесь в присутствии ребенка, чтобы он не страдал от того, что не может помирить вас.

РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РАЗВОДЯЩИХСЯ РОДИТЕЛЕЙ.