

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.

КОГДА НЕОБХОДИМО ОБРАТИТЬСЯ ЗА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩЬЮ

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

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

ТЕРПЕНИЯ ВАМ И МУДРОСТИ!

Проект
«Факультет родительских наук»
БФ «Дорога к дому»
компании «Северсталь»

Серия
«В помощь родителю»

Составитель:
доцент кафедры психологии и педагогики
Вологодского государственного университета,
кандидат психологических наук
Вадурина Елена Николаевна.

Проект осуществляет свою деятельность
на базе БУ СО ВО «Территориальный центр
социальной помощи семье и детям»
г. Вологда, ул. Энгельса, д. 61



Руководитель проекта:
**Кондакова
Светлана Григорьевна**



8 (8172) 54-41-43
+7 (921) 149-49-75



fakultet35@mail.ru
<https://родителям35.рф> и дорога-к-дому.рф



Дорога к дому

Северсталь

КАК ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ ПЕРЕЖИТЬ РАЗВОД РОДИТЕЛЕЙ

Проект «Факультет родительских наук»
БФ «Дорога к дому» компании «Северсталь»

Серия «В помощь родителю»



Уважаемые родители, предлагаем информацию о том, как правильно вести себя с ребенком в ситуации развода.

Развод родителей – это травматичное событие в жизни ребенка, и то, как ведут себя родители, будет влиять на благополучие ребенка

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 расставаться, 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».

ПОЧЕМУ РЕБЕНКУ НУЖНО ЗНАТЬ ПРАВДУ:

1. Если не сказать ребенку о том, что вы разводитесь и почему, он будет фантазировать по поводу вашей разлуки. Его догадки и фантазии могут оказаться гораздо болезненнее настоящей ситуации.
2. Вы лишите его возможности переживать горе вместе. Дети учатся у взрослых справляться с драматичными переживаниями.

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.

ЕСЛИ РЕБЕНОК ОСТАЛСЯ НЕ С ВАМИ:

1. Не становитесь для ребенка Дедом Морозом, пытайтесь компенсировать свой уход подарками или праздниками.
2. Не меняйтесь в своем поведении по отношению к ребенку – будьте настолько же ласковым и строгим, как и всегда, чтобы ребенок «не вил из вас веревки», играя на ваших чувствах.
3. Общайтесь с ребенком регулярно, узнавайте, как он хотел бы проводить время, и занимайтесь этим вместе.
4. Если вы далеко, звоните ребенку, сохраняйте контакт, чтобы ребенок знал, что вы все время о нем помните.
5. В вашем доме должны быть его любимые игрушки, еда, нужная одежда, чтобы он чувствовал себя у вас как дома.

6. Приспособьтесь к режиму дня ребенка, чтобы он не менялся в зависимости от того, с кем из родителей ребенок находится.

7. Не настраивайте вашего ребенка против нового отчима (мачехи). Ребенок живет в той семье, и очень важно, чтобы у него складывались доброжелательные отношения со всеми, с кем он живет. Это благоприятно для его психического развития. Это не означает, что отчим (мачеха) заменят вас в сердце ребенка. Если вы будете общаться с вашим ребенком, вы всегда останетесь его Папой (Мамой).

ЕСЛИ У ВАС НОВАЯ СЕМЬЯ:

1. Решать вопрос о том, выходить ли вам замуж (жениться) повторно или нет, вы должны самостоятельно, не советуясь с ребенком, но подготовив его к этому.
2. Дайте время ребенку, чтобы поближе познакомиться с отчимом (мачехой) и сводными братьями (сестрами). Объясните ребенку, что к ним надо относиться с уважением, но так же будьте уверены, что и к нему относятся дружелюбно.
3. Договоритесь с новым мужем (женой), какими будут семейные правила, требования к дисциплине – помните, что дети особенно остро реагируют на ужесточение требований к ним и на неодинаковые требования к разным детям в семье.
4. Пусть ребенок сам решит, как ему обращаться к отчиму (мачехе) – предложите на выбор 2-3 варианта. Не нужно настаивать ни на чем. Предоставьте ему выбирать.
5. Знайте, что ребенку очень трудно хорошо относиться к новому взрослому в семье, например, к отчиму. Для многих детей это равносильно предательству родного отца, который живет отдельно. Поэтому взрослому надо учесть этот момент, в хорошем тоне отзываться об отце (матери) ребенка.