

**МЕЖДУ МАМОЙ И ПАПОЙ,
Или
Как помочь ребенку
в период развода
родителей**



**"Крымский
республиканский
центр социальных
служб для семьи
детей и молодежи"**

Республика Крым,
г.Симферополь, ул.
Трубаченко 23а

**Грустно, когда умирает любовь.
Еще печальнее, когда от этого
страдают дети – плоды этой любви.
Но если папа и мама за завесой
своей обиды и ревности смогут
увидеть тревоги и ожидания своего
ребенка, то им легче будет помочь
ребенку пережить то, что они
больше не вместе.**

Что же волнует детей больше всего, когда родители расстаются?

Больше всего дети боятся, что они не смогут больше общаться с отцом или матерью, с бабушкой или дедушкой, с родственниками и друзьями семьи, к которым они так привыкли.

Дети опасаются грядущих изменений в их жизни. Иногда испытанное ребенком ощущение потери одного из родителей, перерождается в страх потерять и второго. Дети перестают чувствовать себя в безопасности, их волнует, кто будет о них заботиться.

Споры и напряженность в отношениях родителей зачастую приводят к тому, что дети начинают чувствовать свою вину за происходящее в доме. А попытки каждого из взрослых привлечь детей на свою сторону ведут к тому, что дети перестают доверять обоим родителям и чувствуют себя полностью одинокими.



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.

- Постарайтесь как можно больше времени выделять для общения с ребенком. Радостная детская улыбка и вас самих отвлечет от проблем.
- Порой некоторые дети начинают вести себя так, как будто растеряли все ранее приобретенные навыки. Не наказывайте их за попытки вернуться к младенческому поведению, но мягко останавливайте, когда это заходит слишком далеко. Все действия производите спокойно, размеренно.
- Старайтесь, чтобы с ребенком как можно больше общались другие члены вашей семьи, близкие родственники. А главное, расскажите ему - в доступной для его возраста форме - почему папа (мама) больше не будет постоянно с вами жить, чтобы малыш не начал сам строить догадки.
- Старайтесь чаще разговаривать с ребенком о том, что его беспокоит, что он чувствует. Объясните, что в случившемся нет ничьей вины, и что он по-прежнему любим и мамой и папой.
- Родителю, оказавшемуся вдали от ребенка, нужно как можно больше общаться с ним. Если это по какой-либо причине невозможно, то постарайтесь наладить общение хотя бы по телефону.
- Если в семье до развода жили собака или кошка, они должны остаться с ребенком. Даже маленький хомячок поможет детям этого возраста преодолеть чувство одиночества.
- Если родители не планируют примирения, лучше честно сказать ребенку об этом. Неискренность приведет лишь к тому, что ребенок испытает глубокое разочарование, если после долгого ожидания его желанием не суждено будет сбыться.
- Не допускайте в адрес бывшего супруга (супруги) негативных высказываний, ругательств. Старайтесь воздерживаться от фраз типа: "Ты такой (-ая) же, как и твой отец (мать)!" и т.д. Потерять контакт легко, а восстановить его бывает очень трудно.