

Чего могут бояться и недоговаривать дети

Во время развода и после него у детей возникает страх от неизвестности и неуверенности в будущем, и они начинают винить себя в разводе родителей. Самыми распространенными можно назвать следующие причины появления страха.

- Один из родителей, который переезжает, покидает меня навсегда. Родители развелись по моей вине.
- Если я буду себя хорошо вести, родители снова будут вместе.
- Я должен выбрать одного из родителей. Я не смогу встречаться с другим после развода. Новая знакомая папы (или мамы) вычеркнут из жизни родного родителя.
- Мой сводный брат или сестра займут мое место.

Понимание внутреннего состояния ребенка поможет вам вовремя заметить, что у него появились проблемы, и найти пути их решения.

Хотя со стороны может показаться, что дети «держатся молодцом», не стоит рассчитывать на полное отсутствие конфликтных ситуаций в будущем между вами, а также в школе или во дворе.

Куда уходишь, папа?

Куда уходишь, мой любимый папа?

Все крепче я держу мишуточку за лапу.

И почему так часто плачет мама?

Ну как ты объяснишь ребенку эту драму?

Игрушки все в коробку прячет, а вдруг



МДОУ детский сад №115

Как сказать ребенку о разводе?



Михеева Анастасия Викторовна,
воспитатель 1 квалификационной категории

г. Рыбинск, 2019 год





Развод – это всегда тяжелое испытание для семьи. А когда в ней есть дети, ситуация становится намного

тяжелее. Многие супруги, решившие разбежаться, заходят в тупик, не зная, как сообщить ребенку о том, что они разводятся.

Самый лучший вариант – это если родители скажут эту новость ребенку вдвоем. Нужно стараться быть спокойными, не нервничать – ведь дети, особенно маленькие, всегда отлично понимают и переживают состояние мамы и папы. Как это ни трудно, но нужно постараться максимально смягчить для ребенка этот удар.

Перед тем как посвятить детей в подробности, найдите время тщательно обдумать свои слова. Постарайтесь, чтобы в ваших (с супругом или супругой) словах не было противоречий и конфликтной информации. Если вы не знаете, как лучше рассказать детям о разводе, обратитесь за помощью к квалифицированному детскому психологу.

Перед тем как сообщить детям о разводе, родителям следует поговорить между собой и учесть следующие **рекомендации**:

- ✓ **Честность.** Расскажите о причинах вашего развода, но учитывайте возраст ребенка, не вдавайтесь в подробности.
- ✓ **Не скрывайте перемен в жизни ребенка.** Объясните ребенку, что его прежняя жизнь изменится. Убедите ребенка, что оба родителя будут его любить по-прежнему.
- ✓ **Обещания.** Не стоит давать обещания, которые не сможете выполнить, иначе ребенок перестанет вам доверять.
- ✓ **Причина.** Дайте ребенку понять, что развод не связан с поведением или учебой ребенка. Он может чувствовать себя виноватым.
- ✓ **Жесты.** При разговоре не демонстрируйте возмущенных или скептических жестов, поз или других невербальных знаков недовольства, не спорьте с супругом (супругой) перед детьми.
- ✓ **Эмоции.** Слезы, рыдания или депрессивное состояние родителя, могут испугать ребенка.

Как выбрать время для разговора?

Большинство людей предпочитают до последней минуты откладывать неприятный разговор или беседу с ребенком. Тем не менее, лучше, если дети узнают о предстоящем разводе от своих родителей, чем им расскажут соседи или другие люди. Для детей очень важно услышать о таком важном событии именно от родителей.

Первоначальная реакция детей

Когда дети узнают о разводе, они зачастую отдаляются от своих друзей. Дети могут воспринимать ситуацию так, как будто во всем огромном мире беда выбрала именно их семью, и испытывать беспокойство о своем будущем. Если дети тяжело восприняли известие о разводе, чтобы ободрить их, постарайтесь чаще ласкать и обнимать их и уделять им больше внимания, чем обычно.



