

Рекомендации родителям по взаимодействию с детьми после развода

В ситуации развода:

- ❖ объясните причины развода с супругом ребенку *с учетом его возраста*;
- ❖ заверьте его в своей любви, расскажите, какие отношения будут поддерживаться в дальнейшем;
- ❖ не бойтесь открыто обсуждать с ребенком его чувства к ушедшему родителю (отрицательные или положительные);
- ❖ обсудите ситуацию со своими близкими и с родственниками бывшего супруга, убедите их, что для ребенка очень важна их поддержка и продолжение отношений; по возможности не меняйте резко место жительства, детский сад.

Для детей особенно важны прежние эмоциональные связи;

- ❖ делитесь с ребенком своими переживаниями, но не перекладывайте груз своих забот, обид и горестей на сына или дочь (чтобы не развить у него чувства вины);
- ❖ старайтесь избегать чрезмерной опеки либо попустительства.

После разводный период (достойный пример выхода из кризисной ситуации):

- ❖ постарайтесь сохранить или восстановить способность договариваться между собой, пусть и не по всем вопросам. Это важно для чувства самоуважения и самооценки ребенка;
- ❖ если возможно, установите нормальное взаимодействие с новым спутником вашего бывшего супруга. Ребенку это даст пример конструктивного решения жизненных проблем.
- ❖ никогда не злословьте при ребенке об его отце или матери (ребенок воспринимает себя частью вас обоих);
- ❖ наполните свою жизнь и жизнь ребенка новыми занятиями, общением и т.д.

Если вы не живете с ребенком:

- ❖ чувство вины не должно окрашивать ваше общение с ребенком;
- ❖ постарайтесь придать вашим встречам максимальную организованность. Для ребенка важна предсказуемость встреч;
- ❖ не допускайте, чтобы ребенок злоупотреблял вашим желанием угодить ему;
- ❖ если ребенок бывает у вас дома продолжительное время, то ему следует придерживаться правил и порядков, установленных в вашей новой семье, что придаст вашим отношениям чувство стабильности и прочности;
- ❖ дайте ребенку понять, что он всегда может рассчитывать на ваш совет и поддержку.

Если вы вступили в новый брак:

- ❖ дайте ребенку понять: он не обязан притворяться, что любит мачеху или отчима. Поначалу будет достаточно уважения и соблюдения правил вежливости;
- ❖ постарайтесь, чтобы ребенок не испытал потрясения, если новый родитель не выказал ему горячей любви;
- ❖ поддерживайте в семье атмосферу стабильности, привычный порядок. У каждого в семье должны быть свои обязанности;
- ❖ создайте благоприятную обстановку для встреч ребенка с его родителем;
- ❖ не ставьте себе задачу стать родным отцом или матерью, а наставником, ненавязчивым воспитателем;
- ❖ будьте осторожны в вопросах поддержания дисциплины, не берите этот вопрос полностью в свои руки;
- ❖ постарайтесь выработать у себя в семье свод определенных правил и законов поведения, спорные вопросы решайте на семейных советах. Установка правил взаимодействия в семье – обязанность обоих родителей.