

Вам следует знать и помнить несколько простых правил, которые помогут Вам и Вашему ребенку быстрее справиться с трудной жизненной ситуацией, связанной с разводом.

1. *Никогда не решайте супружеские конфликты за счет ребенка.*

2. *Не лгите ребенку и всегда объясняйте, что происходит в семье.*

3. *Нужно ли говорить о разводе?*

Обязательно! Постоянные недомолвки могут привести к страхам и другим нежелательным эффектам, тем более что ребенок все равно рано или поздно об этом узнает..

4. *С какого возраста ребенку можно сказать о разводе. Примерно с 3 лет.,* Дошкольнику достаточно сказать, что папа жить с Вами не будет, но Вы будете иногда ездить к бабушке, а папа приходить к Вам. Подростку можно сказать больше, однако не следует вдаваться в подробности («разлюбил, изменил, оказался подлецом»). Чем старше и взрослее ребенок, тем больше ему можно сказать. Если же он совсем мал, то отложите разговор до того момента, когда у него возникнут вопросы об отце.

5. *Когда ставить ребенка в известность?* Только когда событие уже свершилось или, по крайней мере, принято безоговорочное решение, а не

предварять развод разговорами о нем с детьми.

6. Кто должен сообщать решение? Самое правильное, если то сделает мать ребенка, так как он будет, скорее всего, жить с ней.. Если ему не сказать, всегда найдется доброжелатель, который сообщит ему об этом, но уже другими словами, и доверие будет утеряно.

7. В какой форме говорить? Любой сложный разговор стоит затевать только тогда, когда Вы в состоянии все обсудить спокойно

8. Сколько раз говорить? Обычно достаточно одного разговора, но он должен быть серьезным и исчерпывающим. Не отказывайтесь отвечать на вопросы ребенка, если они у него возникнут.

9 Постарайтесь контролировать себя и воздержаться от типичных ошибок разводящихся родителей Для этого запомните три «нельзя»

- нельзя обвинять во всем супруга при ребенке (для которого он не плохой муж, а папа);
- нельзя обвинять в происходящем других родственников.
- нельзя обвинять самого ребенка в том, что случилось

10. Попытайтесь помочь ребенку обрести душевное равновесие в разбитой семье. Заверьте, что отец

(мать) любит его, Скажите, что так бывает с очень многими людьми.

11. *Постарайтесь не менять место жительства чаще чем это необходимо* Ребенок теперь больше, чем когда-либо нуждается в сохранении старых дружеских связей.

12. *Не забирайте ребенка из прежней школы сразу же после разделения семьи или развода* Он и так чувствует себя покинутым одним из родителей, и Вы только усилите это ощущение.

13. *Помогайте ребенку взрослеть и становиться самостоятельным,* чтобы у него не сложилась чрезмерная и нездоровая зависимость от Вас.

14. *Если ребенок уже не маленький, создайте ему возможность общаться со сверстниками и какими-то другими мужчинами.* Школы, спортивные лагеря, разного рода лекции позволяют ему научиться строить взаимоотношения с мужчинами, которые в какой-то мере смогут восполнить дефицит отцовского воспитания.

15. *Не пытайтесь быть одновременно и матерью, и отцом для своего ребенка* Вы сделаете ребенка лишь еще более зависимым от Вас и создадите путаницу в его представлении о том, что должен делать в жизни мужчина, а что — женщина.

Родитель-одиночка обязательно должен
помочь детям осознать реальные факты и

не надеяться на
невозможное.

Это легко сделать, предложив детям
ответить на три простых
вопроса:

- 1) Как ты думаешь, как мы будем жить
теперь?
- 2) На что ты теперь надеешься?
- 3) Как ты думаешь, о чем нам нужно
теперь договориться? Чего бы ты хотел?

Задавая такие вопросы, можно
прояснить ожидания и развеять те
из них, что явно нереалистичны и
не могут оправдаться.

Отделение социальной
помощи семье и детям

Адрес: пгт Камское Устье
ул.К.Маркса,56
Телефон 2-17-56

Отделение социальной
помощи семье и детям

СОВЕТЫ ОДИНОКОМУ РОДИТЕЛЮ, ОСТАВШЕМУСЯ С ДЕТЬМИ ПОСЛЕ РАЗВОДА

Камское Устье 2011г.