

GDY RODZICE SIĘ ROZSTAJĄ...

Wszyscy pragniemy szczęścia w życiu i choć nie zawsze rzeczy dzieją się po naszej myśli, to gdy coś się stanie najpierw chcemy chronić nasze dziecko. I bardzo dobrze. Ludzie się rozstają, tak bywa. Od nas dorosłych zależy jak intensywnie dziecko przejdzie przez ten trudny proces. Badania psychologiczne pokazują, że skutki rozvodu rodziców mocniej odczuwają chłopcy. Pojawiają się u nich zachowania agresywne, buntownicze. Mali chłopcy często zamykają się w sobie. Przedszkolak czasem dosłownie rozumie sytuację rozstania najbliższych mu osób. Boi się, że mama lub tata go porzucą. Males obawia się jawnych konfliktów, których może być świadkiem. A tego właśnie należy mu oszczędzić. Dzieci będące obserwatorami kłótni, awantur w konsekwencji szybciej się denerwują, łatwiej odczuwają negatywne emocje i nie potrafią sobie z nimi poradzić. Reagują płaczem, złością oraz agresją. Czasem pojawia się też depresja. Ważne jest zatem, aby oboje rodzice zapewniali dziecko o swojej miłości w stosunku do niego oraz pozwolili mu na zadawanie pytań. Jak sobie poradzić z trudną sytuacją i jednocześnie pomóc dziecku?

- * Należy zadbać o kontakty dziecka z drugim rodzicem; dziecko musi mieć świadomość, że rodzice chcą i akceptują spotkania raz z mamą, raz z tatą,
- * ustalone rytuały powinny pozostać, np. chodzenie do kina, na basen. Do minimum konieczne jest ograniczenie zmian, z jakimi musi się uporać dziecko,
- * w obecności dziecka rodzice powinni stanowczo ograniczyć konflikty,
- * dziecko nie może absolutnie być posłańcem któregoś z rodziców,
- * rodzice powinni poszukać wsparcia w trudnych chwilach, kogoś, kto wysłucha, porozmawia, będzie obok,
- * rozwód zawsze jest trudnym doświadczeniem, dlatego mama i tata dziecka powinni zadbać o siebie, nie, nie jest to rodzaj egoizmu, natomiast droga do uzyskania, (w miarę swoich możliwości), spokoju, wytchnienia,
- * koniecznie należy rozmawiać ze swoją pociechą, być otwartym na jej wewnętrzne problemy, zapewniać stale o swojej miłości; dziecko pozostawione samo sobie może reagować agresją, a wynika to z lęku,
- * w miarę możliwości trzeba również uzbroid się w cierpliwość, choć to trudne, bo to czas próby dla wszystkich – jest do zrealizowania,
- * przedszkolak musi wiedzieć, że rozwód dotyczy tylko i wyłącznie rozstania mamy i taty, a nie porzucenia dziecka przez któreś z rodziców; to, że nie będą razem nie oznacza, iż nie kochają dziecka, dla niego rodzicami będą zawsze!

opracowała

mgr Marta Oltuszyk

Na podstawie „Jak wychować przedszkolaka” SUPER WIEDZA