

Nie "graj" dzieckiem w sytuacji rozwodu!

Nie rób z dziecka:

- **posłańca**, który biega z wiadomościami od jednego rodzica do drugiego;
- **szpiega** i nie wypytuj o sytuację osobistą drugiego rodzica;
- **swojego sojusznika** w walce z drugim rodzicem. Nie krytykuj drugiego rodzica - dziecko chce kochać Was oboje;
- **decydenta**, którego się radzisz, który ma brać odpowiedzialność za Twoje decyzje;
- **mediatora**, który tłumaczy jednego rodzica przed drugim;
- **sędziego**, który ma rozstrzygać kto ma rację w Waszym sporze;
- **kozła ofiarnego**, na którym odreagowujesz stres;
- **powiernika**, którego obciążasz swoimi sekretami.



Zminimalizuj dziecku negatywne konsekwencje rozwodu:

- wyjaśnij dziecku sytuację prosto i szczerze, ale bez szczegółów rozstania;
- wprowadzaj jak najmniej zmian, wyjaśnij jakie zmiany wystąpią w życiu dziecka;
- pozwól dziecku zadawać pytania, wyrażać smutek, złość, akceptuj jego uczucia;
- zapewnij dziecko o swojej miłości i że rozwód dotyczy relacji rodziców a nie ich więzi z dzieckiem;
- ustal z drugim opiekunem zasady opieki nad dzieckiem;
- bądź obecny w życiu dziecka, da mu to poczucie bezpieczeństwa;
- szukaj wsparcia specjalistów dla siebie i dziecka.

Zrób wszystko aby Twoje dziecko nie cierpiało



Kampania profilaktyczno-edukacyjna