

Moi rodzice się rozstają... – rozwód to nie tylko problem dorosłych

Kategoria: Polityka Społeczna

Opublikowano: piątek, 04, grudzień 2020 11:24

Alicja Cisowska

Odsłony: 3176

Rozstanie rodziców, separacja, rozwód to coraz częściej spotykane sytuacje w rodzinie. W tych trudnych chwilach rodzice, skupieni na swoich problemach związanych z rozstaniem, podziałem majątku i przygotowaniem nowego życia już bez dotychczasowego partnera, nie zwracają uwagi na to, że jest to też wyjątkowo trudna sytuacja dla ich dzieci.

To właśnie do dzieci, których rodzice się rozstają (choć nie tylko do nich), Stowarzyszenie „DZIECKO” kieruje poniższe rady.

To nie Twoja wina

Pewnie zastanawiasz się dlaczego się rozstają? Może jest tak, że nie potrafią już żyć razem, nawet kiedy bardzo się starają. Ale nie przestali Cię kochać. Wiedzą, że jest Ci ciężko w tej chwili i chcą ułożyć dalsze życie jak najlepiej dla Ciebie. Jeśli się martwisz rozstaniem rodziców, to najlepiej porozmawiaj z osobami, które dobrze znasz i lubisz – z dziadkami, starszym rodzeństwem, koleżanką, przyjacielem, wychowawczynią czy psychologiem szkolnym o tym, że Twoi rodzice się rozstają.

Pewnie nie wiesz, co myśleć. Boisz się, co dalej będzie z Tobą? Twoje życie się zmienia, masz żal, czujesz złość, jest Ci smutno albo się boisz. Powiedz rodzicom, co Cię niepokoi. Poproś ich, aby wyjaśnili Ci, co się dzieje i co Cię czeka. To, jak dalej będzie wyglądało Twoje życie, zależy od ustaleń rodziców. Jeśli nie da się pogadać z mamą lub tatą, porozmawiaj z inną bliską Ci osobą o tym, jak Ci jest. Może z babcią lub dziadkiem, przyjacielem czy przyjaciółką. Poczujesz się wtedy lepiej.

Nie wiesz z kim będziesz mieszkać? Boisz się, że któregoś z rodziców stracisz? Pamiętaj, mama i tata na zawsze pozostaną Twoimi rodzicami. Jeżeli nie będą już razem mieszkać, to zdecydują, z którym z nich będziesz mieszkać, a z którym się spotykać. A może będziesz mieszkać trochę z jednym, a trochę z drugim?

Pewnie nie możesz przestać o tym myśleć. Trudne myśli, smutek i złość można osłabić i pokonać. Porozmawiaj o tym, co czujesz, z bliską osobą. Poproś rodziców, żeby wyjaśnili Ci, co się dzieje, powiedz im, czego nie rozumiesz. Mówienie o kłopotach pomaga je przezwyciężyć. Jeśli masz rodzeństwo, możecie razem pomóc sobie w takich chwilach. A gdy trudno Ci o tym mówić, opisz lub narysuj wszystko w swoim sekretnym pamiętniku.

Zastanawiasz się, kto Ci pomoże, jeżeli oni się nie dogadają? Jeśli rodzice zdecydowali się na rozstanie, muszą pójść do sądu, gdzie sędzia zadecyduje o ich rozwodzie. Gdyby mamie i tacie nie udało się zdecydować, z kim będziesz mieszkać i jak będą się Tobą zajmować, sędzia może skierować ich do mediatora. Mediator wysłucha obojga rodziców, pomoże im w spokojnej rozmowie opracować plan opieki nad Tobą i omówić inne ważne sprawy. Mediator może też zaprosić Ciebie do rozmowy, aby poznać Twoje zdanie.

Sprawami rodziców i dzieci zajmuje się sąd rodzinny. Może on wysłać Cię z mamą lub tatą na rozmowę z biegłymi psychologami i pedagogami sądowymi. Psycholog lub sędzia może porozmawiać z Tobą o tym, jak wygląda teraz Twoje życie, aby w razie czego pomóc Ci w trudnych sytuacjach.

Może też odwiedzić Cię kurator, gdy sąd uzna, że dzieje się coś inaczej niż sąd postanowił. Kurator to osoba, która ma opisać, jak Ci się żyje po rozwodzie rodziców i pomóc Tobie i Twoim rodzicom, jeżeli coś jest nie tak.

Moi rodzice się rozstają... – rozwód to nie tylko problem dorosłych

Kategoria: Polityka Społeczna

Opublikowano: piątek, 04, grudzień 2020 11:24

Alicja Cisowska

Odsłony: 3176

Pamiętaj, że są też instytucje i organizacje, w których pracują ludzie, którzy pomagają dzieciom w trudnych sytuacjach i służą swoją radą.

W każdym powiecie zajmują się Powiatowe Centra Pomocy Rodzinie i Poradnie Psychologiczno-Pedagogiczne. W każdej gminie pomoc znajdziesz w Ośrodku Pomocy Społecznej.

Możesz też dzwonić do specjalistów dyżurujących przy telefonach zaufania, prowadzonych przez organizacje ogólnopolskie:

- **116 111** – całodobowy Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę
- **801 120 002** - Ogólnopolski Telefon dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia”
- **800 12 12 12** – Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka

Źródło: PCPR w Gostyniu