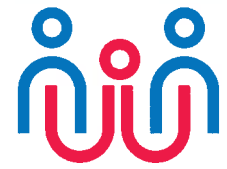


Rodičovské desatoro k rozvodu



Z O S T Á V A M E
R O D I Č M I

Rozumní rodičia sa rozvádzajú slušne a neublížujú svojim deťom.

Rozvod nemusí byť traumou. Deti nemusia trpieť.

V rodinách, v ktorých rozvedení rodičia obmedzili konflikty, dokázali efektívne komunikovať a spolupracovať, deti nezaznamenali dlhodobé nepriaznivé účinky rozvodu.

Deti váš rozvod zvládnu, ak ho zvládnete vy. Mnohí to zvládli, dokážete to aj vy



10+1 overených zásad pre rodičov v čase rozvodu:

1. Po rozvode zostávame rodičmi ✓

Rozchodom rodina nekončí. Môžeme prestať byť partnermi, ale nie rodičmi. Vieme, že naše deti budú vždy našimi deťmi. Deti potrebujú starostlivosť oboch rodičov, aj keď žijú oddelene. Podporujeme kontakt a komunikáciu detí s druhým rodičom.

2. Záujmy našich detí kladieme pred naše vlastné ✓

Považujeme za svoju povinnosť napĺňať skutočné potreby detí. Aby sa nám to darilo, veľmi sa snažíme vidieť veci očami detí. Pretože keď sa postaráme, aby boli spokojné deti, budeme spokojní aj my rodičia.

3. Chránime svet našich detí ✓

Život nás, rodičov, sa po rozvode výrazne zmení. Obaja sa však snažíme, aby svet našich detí zostal čo najviac zachovaný taký, na aký sú zvyknuté. Zásahy do detského sveta obmedzujeme na nevyhnutné minimum. Deťom to pomáha lepšie zvládnuť zmeny, ku ktorým v rodine prichádza.

4. Podporujeme vzťahy dieťaťa s širšou rodinou ✓

Všetky vzťahy, ktoré majú deti vybudované, sú pre ne dôležité. Každý blízky človek môže deti v niečom inšpirovať, učiť ich, pomáhať im. A my nikdy nevieme, kedy budeme v starostlivosti o deti potrebovať pomoc od členov rodiny.

