



Stärkung der Erziehungskompetenz

Familienzentrum Rietberg

Wiedenbrücker Straße 36
33397 Rietberg

Öffnungszeiten

Montag bis Freitag 09.00 bis 12.00 Uhr
Donnerstag auch 14.00 bis 18.00 Uhr

So erreichen Sie uns

Katharina Kneuper 05244 / 986-316
katharina.kneuper@stadt-rietberg.de

Martin Hillemeier 05244 / 986-308
martin.hillemeier@stadt-rietberg.de

oder: familienzentrum@stadt-rietberg.de FAX 05244 / 986-318

Informationen für Familien finden Sie unter
www.familienzentrum.rietberg.de

Dieser Handzettel wurde erstellt in Anlehnung an einen Flyer im Lokalen Bündnis für Familie Marzahn-Hellersdorf von Berlin (AG Interinstitutionelles Projekt zur Stärkung der Erziehungskompetenz) www.ipse-mh.blogspot.de .

Ayrılık



Rietberg

Çocukların ya şamında anne ve babanın **ayrılması** genelde çok önemli bir olaydır. Bununla birlikte sıkıntılı durumlar ya şanır. Anne ve babalar kendileri için zor olan bu zamanda ço ğu zaman durumun üstesinden gelemeyeceklerini zannederler. Çocuklar ise hisleri ve problemleriyle tek başına – veya "iki cephe" arasında bırakıldıklarını dü şünürler. Ancak özellikle bu durumlarda çocukların, de ğişen aile durumuyla başa çıkmak için te şvike ve desteğe ihtiyaçları var.

Burada sadece çocuklarınıza yardım etmekle kalmayıp , kendinize de yardımcı olacak bazı öneriler vermekteyiz:

1. Anne ve babalar ayrılığı net bir şekilde bildirmelidirler.

Çocuklara durumu anlatmamak onlarda tereddütlere ne den olur. Çocuklar algılama kabiliyetlerine olan inançlarını k aybederler. Açıkça kavga edilmese de, aradaki gerginlikleri genelde yetişkinlerin zannettiğinden çok daha fazla hissetmektedirler. Kavgalı anne ve babalar hem çocukların hem de kendi menfaatleri için mesafeli durmaya çalı şmalıdır. Bu sırada eşin de herkes gibi saygı gösterilen bir insan oldu ğunu dü şünmek faydalıdır – ne de olsa geçmi şte birbirinizi seviyordunuz! Sadece bu unutulmadığında anne ve baba birlikte durumu çocuklara uygun bir dilde a nlatabilirler: "artık birbirlerini sevmedikleri için ayrıldıklarını" ama "diğeri kötü, hatalı vs. olduğu için de ğil", "kendilerinin – anne ve babanın – ayrılmasını çok kavga ettiklerinden en iyi çözüm olarak gördüklerini ve uzun vadeli olarak böylece herkes için faydalı olan daha rahat bir ail e durumunun oluşacağını".

2. Ayrılık anne ve baba arasındaki bir konu.

Bundan çocuklar sorumlu *değildir*. Gereksiz yere barışabileceklerine dair ümitlendirmek de yanlı ştır. Buna rağmen çocukların hem annelerini hem de babalarını kaybetmeyecekleri ve iyi bir ziyaret ve görüşme çözümü bulacakları açıkça belirtilmelidir, ancak bu sırada mü şterek çocuk rekabet için veya şımartılarak "müttefik" olarak kendi tarafına çekilmeye veya diğ er ebeveyn tarafı kötülenmeye çalı şılmamalıdır.

3. Her iki ebeveyn tarafıyla görüşme mümkün olmalıdır.

Ayrılık ve boşanma kelimenin tam anlamıyla iki insanın birbirini artık anlamamasının sonucudur. – Bu yüzden kendinizden ve diğ erinden sadece çocu ğun hatırı için her zaman hemfikir olmayı beklemeyin iz. Çocu ğunuz örn. babasını ziyaret edip döndükten sonra: " Ama babam buna izin verdi...!" dedi ğinde hemen kızmayın ve şöyle cevap verin: "Baban öyle görüyor! Ben ba şka görüyorum."

4. Çocuk için önemli olan suçluluk duygusuna kapılmaması.

Çocu ğunuz hislerini istediği gibi açıklama olana ğına sahip olmalıdır – sizin hoşunuza gitmeyecek hislerini de – ve yine de sizden a nlayış ve destek görmelidir. Konu şmadan yapılan sevgi gösterileri de önemli ve fazla

kelime sarf etmeden ve kendini haklı çıkartmaya çalı şmadan çocu ğa sevgi, sıcaklık, kabul ve güven hislerini ya şatır. Çocu ğunuz kendi içine kapanırsa (konuşmak için) teklifler yapılmalı, ancak çocu ğa baskı uygulanmamalıdır. Ayrılık çocukları hisleriyle ba şa çıkmak için her şeyden önce zamana ve mekana gereksinim duyarlar.

5. Günlük e ğitim yaşantısında süreklilik ve rutin önemlidir,

böylece çocu ğunuza ek de ğişikliklerden dolayı daha fazla yüklenilmez. Net ve yaşa uygun e ğitim hedeflerin ve sınırların konulması halen güncelliklerini korumaktadır. Ba şarılar için övmek gerekir, ev ödevleri ve günlük görevler tekrar devam ettirilmelidir.

- Aynı şekilde ayrı yaşayan eş olmadan da birlikte boş zaman etkinliklerine katılmak.

6. Yeni hayat kesiminizi aktif olarak şekillendirmeye başlayınız – cesur olun!

Sizin ve çocu ğunuzun güvendi ği diğ er aileye yakın kişilerden yardım almak, ayrılık durumunu biraz daha yatı ştırmaya yardımcı olabilir ve yeni faaliyetlerin yolunu açabilir, farklı bakı ş açıları do ğurabilir. Bu bağlamda yalnız çocuk e ğitenler için çok çabuk "nasıl devam edecek, yeni bi r ilişki istiyor muyum ve çocu ğum ile bu yeni hayat kesimimdeki ilişkim nasıl olacak?" sorusu oluşacaktır. Eşler ayrılmayı istediklerinde veya rahatlama olarak hissettiklerinde, yeni yollara daha çabuk ba şvuruluyor – nede olsa hayat devam ediyor!