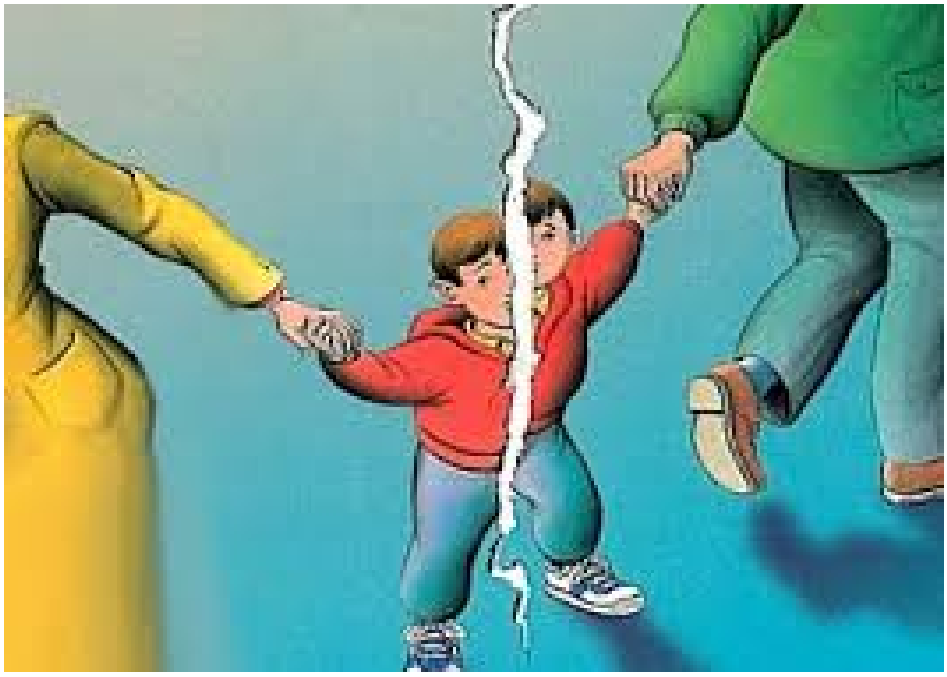


ما هو تأثير طلاق الأباء على الأطفال؟
عندما يقرر الآباء الانفصال بسبب فتور العواطف بينهما فان الطفل تكون الصدمة علية كبيرة وكأن العالم انقلب رأسا علي عقب وهناك عدة عوامل تؤثر علي درجة الصدمة التي يتعرض لها الطفل عمر الطفل طريقة الانفصال مدى الفهم وإدراك الطفل لموضوع الانفصال والدعم الذي يتلقاه من الاصدقاء والعائلة.

كيف يتأثر الأطفال بذلك
- يشعر الطفل بالاحساس بالخسارة فالانفصال عن الوالدين لا يعني فقدان المنزل بل فقدان حياة بكاملها.
- الشعور بعدم الانسجام مع عائلة فرض عليهم العيش معها.
- يساوره القلق حول العيش وحيدا بعد غياب احد الوالدين فقد يفقد الآخر.
- الشعور بالحقد والغضب اتجاه احد الاباء الذي يعتقد أنه كان سبب الانفصال.
- الشعور بفقدان الامان والاحتكار والنبذ.
- الاحساس بأنه مشتت بين الوالدين.
- معظم الأطفال يحتاجون وقتا طويلا لكي يعودوا الي حالتهم الطبيعية حتى لو عاد الوالدان الي المعيش سويا حياة يتخللها العنف وان الأطفال يظلون تحت وطأة تأثير إنفصال والديهم.

ارشادات مفيدة
من المهم أن لا تضع أطفالك في بؤرة الصراع وفيما يلي بعض الارشادات المفيدة:
- عدم الطلب من الطفل أو المراهق ان ينحاز الي احد الوالدين كأن نقول له (مع من يعجبك أن تعيش يا عزيزي).
- لا تسأل طفلك عما يفعلة ابوه أو أمه (أحد طرفي الصراع).
- عدم استخدام الطفل كسلاح لتهدد به الطرف الاخر مثل:- حرمانه من الطفل.
- لا تنتقد الشريك الآخر أمام الطفل.
- لا تتوقع من طفلك أن يحل محل الشريك الآخر مثل ان تكلفه بأمور وواجبات.
وليبقي للاباء دورا مهما يؤثرون من خلاله في حياة أطفالهم مهما ساءت وتدهورت العلاقات بينهما.

المشاكل العاطفية والسلوكية
تظهر هذة المشاكل بوضوح لدى الأطفال عندما يكون اباؤهم فى خصام دائم أو عندما يتحقق الانفصال الذى يجعل الطفل لا يشعر بالامان وقد ينزع الطفل أو المراهق إلى سلوك طفولى عادى إلى مرحلة عمرية ادنى (النكوص) مثل التبول الليلى الحدة والقلق

والعناد وعادة يحدث هذا السلوك قبل أوبعد لقاء الاب المنفصل أو الذى يعيش بعيدا عن الطفل والمراهقون يظهرون سلوك مضطرب مثل الانطواء اضافة إلى صعوبة التركيز على المواد الدراسية.

ما هو السبيل للمساعدة؟

كل الاباء الذين انتهت علاقاتهم فعلا بالطلاق أو الانفصال عليهم ان يقدموا المساعدة والعون لأطفالهم وكما يلى:

- ان يحسسوا الطفل بانه لا يزال يعيش فى كنف والدين يغمرانه بالحب والرعاية بصورة مستمرة.
- يكونوا عونا لأطفالهم لما قد يواجهوه فى مرحلة البلوغ من قلق وحيرة ومسئوليات

ان يوضح الوالدان للطفل ان مسئولية ما قد يحدث لأطفالهم يقع عليهم وليس على أطفالهم.

هذه النصائح تفيد طفلك

- تكلم مع طفلك بصراحة ووضوح لانه يريد ان يعرف ما يحدث حوله ويشعر ان من حقه ابداء رأيه أو الاستفسار عن شيء.
- اجعلهم يشعرون باطمئنان بانهم ما يزالون موضع حب ورعاية وعناية الابوين.

-امضى بعض الوقت مع طفلك.

-كن دقيقا وملتزما بمواعيد وتوقيتات رؤية الطفل.

- ابدى اهتمامك بوجهة نظر طفلك أو ولدك البالغ ولكن القرارات تؤخذ من قبل الاباء.

-امضى قدما فى نشاطاتك والتزاماتك الاعتيادية اليومية مثل لقاء الاصدقاء أو بقية أفراد العائلة.

- قدر المستطاع قلل من التغيرات فى حياتك لان هذة تساعد الطفل على الشعور بان أحباءه يعيشون حياة طبيعية رغم الصعوبات التى مروا بها.

- اذا كانت كل هذة التوجيهات غير مجدية لمساعدة طفلك يمكن الاستعانة بالطبيب وحتى الاستعانة بمكتب الخدمات الطبية النفسية للأطفال الذى يقوم بالمساعدة ابتدءا بالوالدين ليتجاوزوا خطر فاتهم لكى يستطيعوا بعد ذلك مساعدة أطفالهم.