

نحو علاقة أفضل

أدوار الطفل: للآباء المنفصلين

2023



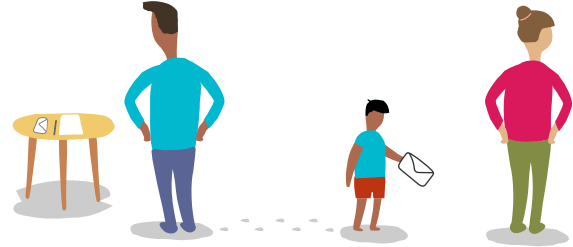
عندما ينفصل الوالدان، قد يشعر الأطفال في كثير من الأحيان وكأنهم يوضعون في هذه الأدوار المختلفة. هل يمكنك تخمين ما هي هذه الأدوار؟ اقلب البطاقة لمعرفة المزيد.



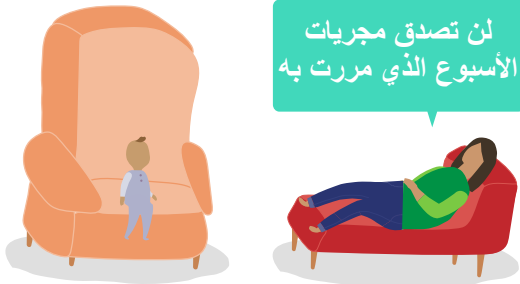
(أ)



(ب)



(ج)



(د)



أدوار الطفل: للآباء المنفصلين

(أ) جاسوس

إن طرح سؤال لطفك عن والده الآخر قد يجعله يشعر وكأنه جاسوس. سيرغب في إعطائك الإجابة الصحيحة، ولكنه لن يرغب في خيانة والده الآخر.

حاول بدلاً من ذلك: التزم بالأسئلة العامة حول الوقت الذي قضياه معاً. إذا وجدت نفسك تطرح أسئلة استقصائية حول حبيبك السابق، فاسأل نفسك عن سبب رغبتك في المعرفة.

(ج) المستشار

قد يؤدي التماس الدعم العاطفي من طفلك إلى وضعه تحت الضغط لمحاولة جعلك تشعر بتحسن. ليس من واجبه دعمك.

حاول بدلاً من ذلك: إذا رأى طفلك أنك مستاء، يمكنك إخباره بما تشعر به. ولكن دعه يعرف أنك ستكون على ما يرام، ولا داعٍ لأن يشعر بالقلق.

(ب) رسول

ستؤدي مطالبة الطفل بتمرير الرسائل ذهاباً وإياباً إلى جعله في وضع غير مريح. قد يقلق من أنه مهما فعل، فسيسبب إزعاجاً لأحد والديه.

حاول بدلاً من ذلك: ابحث عن طريقة للتحدث مع شريكك السابق مباشرة. وإذا لم يكن ذلك الأمر سهلاً، فحاول الطلب من شخص محايد القدوم للمساعدة في الحفاظ على الهدوء والاحترام.

(د) الوسيط

قد يكون من المزعج للغاية للأطفال رؤية والديهم يتجادلون مع بعضهم البعض. قد يشعرون بالحاجة إلى محاولة حل المشكلة، وهي مسؤولية كبيرة للأطفال.

حاول بدلاً من ذلك: دعه يعرف أن هذه مشاكل يجب على البالغين حلها. طمئنه بأنكما لا تزالان تحبانها، على الرغم من أنكما لستم معاً بعد الآن.