

ZA STARŠE

Starša se morata ob ločitvi zavedati, da ločitev, čeprav je zanj morda najboljša rešitev, za otroka predstavlja dramatičen dogodek.

Kako ravnati, da boste otroku v pomoč?

Otroku povejte, kaj se dogaja in zakaj. Obenem mu razložite, kako bo življenje potekalo v prihodnje.

Poudarite, da za razhajanje ni kriv otrok.

Otroku posvetite več pozornosti, časa, zaščitite kot običajno. Otrok je v obdobju, ko se starši ločujejo dostikrat zapostavljen. Čeprav se zaradi vašega partnerskega odnosa težko posvečate otroku, vas ta v tem obdobju potrebuje bolj kot sicer.

Dokler ste sami čustveno zelo prizadeti, poprosite druge osebe, ki jim zaupate, da so v oporo vašemu otroku.

Otroku omogočite izražanje čustev, ga spodbujajte, da izrazi svojo stisko, strahove, žalost, jezo in druga občutja. Upoštevati morate, da je tudi otroku težko.

Pomembno je, da življenje otroka in družine poteka čim bolj po ustaljenem redu, saj to v otroku krepi občutek varnosti.

Pomagajte sebi, da boste lahko pomagali svojemu otroku. Poskrbeti morate tudi za svoje potrebe, da boste lahko v oporo otroku. Ločitev je za razhajajoče se starše običajno čustveno zelo težaven in zahteven proces, zato se morate soočiti z bolečimi čustvi ter si vzeti čas zase.

Po ločitvi si prizadevajte oblikovati dobro delujočo družino, ki bo nudila varno, ljubeče in vzpodbudno okolje.

Otroku omogočite stike z drugim roditeljem, saj so stiki z obema staršema za otroka koristni in potrebni. Izjema so seveda primeri, ko je ob stikih z drugim roditeljem prisotno nasilje ali druge vrste zlorab.

Po potrebi poiščite strokovno pomoč. Obrnete se lahko na vam najbližji Center za socialno delo, na šolsko svetovalno službo ali druge oblike strokovne pomoči.

Čemu se kot starši izogibajte?

Ne lažite in ne prikrivajte resnice otroku.

Ne izpostavljajte otroka partnerskim preprirom, saj prepiri med vami in vašim partnerjem otroka vznemirjajo in povečujejo njegovo stisko.

Ne uničujte odnosa med vami in otrokom zaradi napetosti, ki so posledica dogajanj v partnerskem odnosu.

Ne ščuvajte otroka proti očetu ali materi.

Če se po ločitvi odločite za ponovno partnersko zvezo, pustite otroku čas, da sprejme vašega novega partnerja/partnerko.

ZA OTROKE IN MLADOSTNIKE

Starša sta se ločila. Kako zdaj?

Katere možnosti in pravice do soodločanja imaš?

Imaš pravico, da te obravnavajo kot samostojno osebo in ne kot igračo ali lastnino enega ali obeh staršev.

Imaš pravico do ljubezni, skrbi za telesno in duševno blagostanje, vzgoje, šolanja in zaščite s strani obeh staršev.

Pravico imaš do rednih stikov s tistim staršem, s katerim ne živiš.

Imaš pravico, do pozitivnih in vzpodbudnih odnosov z materjo in očetom. V tvoji prisotnosti drug drugega ne smeta poniževati. Tvoji dobrobiti morata dati prednost pred medsebojnimi nesporazumi.

Pravico imaš do najboljših ekonomskih razmer, kar jih zmoreta oba starša zagotoviti po svojih močeh.

Pravico imaš do šolanja, ki je enakovredno tistemu, ki bi ti bilo dosegljivo v primeru, da se starša ne bi ločila. Sem spadajo tudi spodbujanje tvoje vedoželjnosti in veselja do učenja, razvijanje tvojih ustvarjalnih potencialov, zadovoljevanje tvojih kulturnih potreb in zagotavljanje pogojev za uspešno šolsko delo – brez prisile.

Pravico imaš do moralnih in etičnih vrednot, ki jih morata starša razvijati z zgledom in usklajenimi vzgojnimi metodami. Skrbeti morata, da lahko razvijaš svojo samostojnost, samokontrolo in samodisciplino ter se naučiš ocenjevati posledice svojega ravnanja.

Pravico imaš do pozitivnega odločanja o varstvu in vzgoji, pri kom živiš, o pravici do stikov s tistim od staršev, pri katerem ne živiš, in o dolžnosti preživljanja, če to zahtevajo spremenjene življenjske razmere tvojih staršev ali tvoje dobro.

Pravico imaš do zadovoljevanja svojih potreb, čeprav sta tvoja starša ločena. V določenih okoliščinah mora zakon predvideti ukrepe v tvojo korist, s katerimi je mogoče določiti tvoje interese in predpisati vrsto pomoči za njihovo uresničevanje.

Kam se lahko obrnem po pomoč, ko sem v stiski in se želim pogovoriti?

Klic v duševni stiski (19h-7h): 01 520 99 00.

Zaupna telefona Samarijan in Sopotnik (24h/dan): 116 123.

TOM – Telefon otrok in mladostnikov (12h-22h): 116 111.