

# CHILDREN AND DIVORCE

## الأطفال و الطلاق

( تحديث يوليو 2004 )

رقم 1 ( 92/10 )

واحد من كل زوجين اليوم ينتهي بالطلاق و كثيراً من العائلات المطلقة تشمل أطفال. الوالدين الذين يحصلون علي الطلاق كثيراً ما يقلقون على تأثير الطلاق علي أبنائهم. خلال هذه الفترة الصعبة ، ممكن أن يكونوا الوالدين مشغولين بمشاكلهم ، ولكن يظلوا أكثر الأشخاص أهمية في حياة الأطفال.

وفى حين يكون الوالدين مدمرين أو يتعافون من الطلاق، يكون الأطفال دائماً يشعرون بالخوف والارتباك من خطر تهديد أمنهم. بعض الإباء يشعرون بالألم او بالثقل من الطلاق الذي قد ينتقل إلي الطفل للراحة أو الاتجاه.

والطلاق لا يمكن تفسيره بواسطة الأطفال ما لم يقول الوالدين لهم ماذا يحدث ، وكيف هم مشاركون وغير مشاركون وماذا سيحدث لهم.

الأطفال غالباً ما يعتقدون بأنهم سبب الصراع بين أمهم و أبيهم. وكثير من الأطفال تأخذ على نفسها مسؤولية إرجاع الوالدين إلي بعضيهما. في بعض الأحيان من خلال التضحية بأنفسهم.

التعرض لأمراض جسدية و عقلية يمكن أن تنشأ من صدمه فقدان احد الأبوين أو كليهما خلال الطلاق. مع الرعاية والأهتمام، مع ذلك ، فان قدرات الأسره يمكن تعبئتها خلال الطلاق ، ويمكن مساعدة الأطفال علي التعامل البناء مع حل صراعات الوالدين. التحدث مع الأطفال عن الطلاق أمراً صعباً. النصائح التالية يمكن أن تساعد كلا من الوالدين و الطفل على التحدي والضغط

### هذه الأحاديث :

- لا تبقئ هذا الموضوع سرا تنتظر حتى اللحظة الأخيره.
- أخبروا الطفل أنتم الاثنين مع بعض.
- أبقوا الأشياء بسيطة وواضحة.
- قولوا لهم أن الطلاق ليس ذنبهم .
- اعترفوا لهم بأن هذا سيكون محزن و مزعج للجميع.
- طمئنوا أطفالكم بأنكم مازلتهم تحبونهم وستكونون دائماً آباءهم.
- لاتناقشوا أخطاء بعضكم البعض أو مشاكلكم مع الطفل.

على الوالدين أن يتنبهوا إلى علامات الضيق عند أطفالهم.  
الأطفال الصغار قد تكون ردة فعلهم على الطلاق أكثر عدوانية أو يكونوا غير متعاونين أو متراجعين.

الأطفال الأكبر سنا قد يشعرون بالحزن العميق والخسارة. و واجباتهم المدرسية قد تتراجع ويعانون مشاكل سلوكية شائعة.

كما المراهقين والكبار. أطفال الطلاق يمكن أن يكون لهم اضطرابات في علاقاتهم الشخصية ويعانون مشاكل مع احترام الذات.

الأطفال سوف يعملون أفضل إذا كانوا يعلمون إن أمهم و أبوهم سيظلون آباءهم و سيظلون مشاركين معهم رغم إن الزواج قد انتهى والآباء لن يعيشوا معا.

النزاعات طويلة الأمد أو الضغط على الطفل لإختيار أحد الجانبين يمكن أن يلحق ضررا بالغا بالصغير ويمكن أن يضاف إلي أضرار الطلاق.

الأبحاث تظهر أن الأطفال يكونوا أفضل عندما يستطيع الأهل أن يتعاونوا من اجل الطفل.

التزام الآباء المستمر لصالح الطفل أمر حيوي. إذا كان الطفل يظهر علامات الأسي ، طبيب العائلة أو طبيب الأطفال يمكن أن يشير إلي والدي الطفل والمراهق التقييم النفسي والعلاج. وبالإضافة إلي ذلك ، فان طبيب الأطفال والمراهقين النفسي يمكن أن يلتقي مع الآباء لمساعدتهم علي تعلم كيفية جعل ضغط الطلاق أسهل علي الأسرة بأكملها. العلاج النفسي من اجل أطفال الطلاق ، وطلاق الوالدين ، يمكن أن يكون مفيد.