

כללי הגירושין

הוראות: הדביקו כללים אלה על המקרר שלכם כתזכורת למחויבות שלכם לדאוג. בקשו מילדכם להעיר לכם עם תשכחו את אחד הכללים. לעולם אל תנזפו בילדכם אם הוא או היא נותנים לכם משוב זה.

אבא ואמא יקרים, אני רק ילד, אז בבקשה...

1. אל תדברו בצורה שלילית על ההורה השני שלי (זה גורם לי להרגיש קרוע! זה גם גורם לי לחוש רע לגבי עצמי).
2. אל תדברו על המשפחה או החברים של ההורה השני שלי (הניחו לי לאהוב מישו אפילו אם אתם לא).
3. אל תדברו על הגירושין או על ענייני גדולים אחרים (זה עושה לי רע. בבקשה הוציאו אותי מהעניין!).
4. אל תדברו על כסף או מזונות. (זה גורם לי להרגיש אשם או כאילו אני רכוש ולא הילד שלכם).
5. אל תגרמו לי להרגיש רע כשאני נהנה מהזמן שלי עם ההורה השני (זה גורם לי לפחד לספר לכם דברים).
6. אל תמנעו ממני ביקורים או מלדבר עם ההורה השני בטלפון (זה מאד מעציב אותי).
7. אל תפריעו לזמן שלי עם ההורה השני שלי על ידי טלפונים מרובים או בכך שתתכננו פעילויות באותו זמן בו אני אמור לבלות איתו.
8. אל תתווכחו בנוכחותי או בטלפון כאשר אני שומע! (זה גורם לי לבחילה!).
9. אל תבקשו ממני לרגל עבורכם כשאני נמצא בביתו של ההורה השני (זה גורם לי להרגיש לא נאמן ולא ישר).
10. אל תבקשו ממני לשמור סודות מההורה השני (סודות גורמות לי לחרדה).
11. אל תשאלו אותי לגבי חייו של ההורה השני או על הזמן שבילינו ביחד (זה גורם לי לאי נחת, אז פשוט הניחו לי לספר לכם).
12. אל תתנו לי הודעות בע"פ למסור להורה השני (בסוף אני מרגיש חרד לגבי התגובה שלהם. אז בבקשה התקשרו אליהם, השאירו להם הודעה בעבודה או שלחו פתק בדואר).
13. אל תשלחו אותי הודעות כתובות או תשימו לי כאלה בתיק (גם זה גורם לי לאי נוחות).
14. אל תאשימו את ההורה השני בגירושין או בדברים לא טובים בחייכם (זה באמת מרגיש נורא! בסוף אני רוצה להגן עליהם מפני ההתקפה שלכם. לפעמים זה גורם לי לרחם עליכם ולרצות להגן עליכם. אני רק רוצה להיות ילד, אז בבקשה, בבקשה... הפסיקו לשים אותי באמצע!).
15. אל תתייחסו אלי כאל מבוגר, זה גורם לי ליותר מדי לחץ (בבקשה מצאו חבר או מטפל לשוחח איתו).
16. אל תתעלמו מההורה השני שלי או תשבו בצד השני של החדר באסיפות הורים או בפעילויות בית ספריות. (זה מעציב אותי מאד ומביך אותי. בבקשה התנהגו כהורים והיו ידידותיים, אפילו אם זה רק בשבילי).
17. הרשו לי לקחת חפצים לבית השני שלי בתנאי שאוכל לקחת ולהחזיר אותם (אחרת אני מרגיש שאתם מתייחסים אלי כאל רכוש).
18. אל תשתמשו ברגשי אשמה כדי ללחוץ עלי לאהוב אתכם יותר ואל תשאלו אותי איפה אני רוצה לגור.
19. קבלו את זה שיש לי שני בתים, ולא רק אחד (לא משנה כמה זמן אני מבלה שם).
20. תנו לי לאהוב את שניכם ולראות את שניכם הרבה ככל האפשר! היו גמישים אפילו כאשר זה לא חלק מלוח הזמנים הרגיל.

בתודה, ילדכם האוהב