

# 離婚について子供にどう話す？

## ハーブ条約加盟の意味



夫婦の間で離婚が決定的になつたとき、一番悩むことは「どうやって子どもに話すか」ということではないでしょうか。子供の年齢や発達によつて、どのように何を伝えるのが良いかというものが変わつてくるかもしれません。今号では子供に離婚を伝えるときに考えることをまとめてみます。

### 年齢に合わせての話し方

0才から5才\*

色々考え抜いて、小さいお子さんに「お父さんとお母さんは別の家で暮らすことになつてね」と話しても子供からの反応は「どちらが自分の世話ををするの？」だつたという話があります。この年齢の子供は離婚という言葉から起くる様々なか

とを想像することができます、物ごとを自分中心にしが考えられません。「xちゃんはお父さんとお母さんの家を行き来するけれど、ちゃんと今まで通り、お父さんとお母さんが世話をするからね」などと安心を与えることが第一と言えます。

6才から13才\*

### 子供たちが学童期になると「離婚



#### 子供にどう話す？

もしも子さんが不安や、子供がえり、いたずらが過ぎたり、協力的でなかつたり、甘えん坊になつたり、注意を引こうとしても驚かないでください。

もつと具体的に離婚について尋ねてくるでしょう。できるだけ正直に答えます。悲しみやショックはもうちろんですが思春期ということと相まって、強い怒りも感じられるかもしれません。どのような感情ももつて良いのだと折にふれて伝えます。自分の意思も表現し、離婚や面会交流の細かい取り決めに反対もしてくれかもしれません。オープ

が親の結婚生活が終わることだ」ということを知つています。親が離婚をした友達の状況から、ある程度想像するお子さんもいるでしょう。もし望むならば親が別人ともう一度結婚することができます。離婚の問題は変化と喪失」と言われますが、それは子供にはとつて大変怖いものです。素直に

もれません。離婚によつて自分たちの生活の何が影響を受けるのかということを知りたがるでしょう。学校のこと、住まいのことがどうなるのか、細かい質問をしてくるので心の準備をしておきましょう。大事なことは「今でも家族であることは変わらないこと」と「何があつても愛されてきちんと守られる」ということを知らせることです。

しかし学童期の子供の心はおおむね強く適応していくことができます。あなたがどのように離婚について（前に、その時に、起つた後に）話すかが大切になります。大事なことは彼らの生活の習慣が続いていくことを確実にしてあげることです。

悲しんだり怒るお子さんもいますが、すべての感情を我慢して隠してしまうお子さんもあります。

