

Miten voimme toimia yhteistyössä eromme jälkeen?

Miten voimme tukea lastamme?

- Lapsen hyvinvoinnin kannalta on tärkeää antaa lapsen rakastaa vanhempiaan ja säilyttää hyvät suhteet molempiin vanhempiinsa.
- Lasta auttaa se, että puhutte erosta lapsen kanssa ja vastaatte hänen kysymyksiinsä.
- Nimetkää lapsen tunteet ja kertokaa, että kaikki tunteet ovat sallittuja.
- Kuunnelkaa, mitä toiveita lapsella on ja mitä hän tarvitsee uudessa elämäntilanteessa.

Miten rakennamme uutta arkea?

- Uudet rutiinit kannattaa ottaa käyttöön yksi kerrallaan.
- Pyrkikää ottamaan lapsen mielipiteet huomioon, kun teette päätöksiä, jotka vaikuttavat lapseen.
- Arki on hyvä suunnitella niin, että se on lapselle mahdollisimman sujuvaa. Ottakaa huomioon lapsen ystävät, harrastukset, koulu ja päiväkot.
- Lapsen on tärkeä saada pitää yhteyttä vanhempiinsa ja muihin tärkeisiin aikuisiin myös eron jälkeen.
- Sovittakaa kalenteriin yhteistä aikaa lasten kanssa.

Kuinka voimme kommunikoida paremmin?

- Toisesta vanhemmasta on tärkeää puhua kunnioittavasti lapsen ollessa läsnä. On hyvä pitää mielessä, että lapset aistivat herkästi tunnelmaa, katseita ja äänensävyjä.
- Lasta koskevista asioista on tärkeää kommunikoida suoraan toiselle vanhemmalle. Lapsen on raskasta olla sanansaattajana vanhempien välillä.
- Käyttäkää teille parhaiten sopivaa viestintätapaa: puheluita, tekstiviestejä, sähköpostia, sovellusta tai jotain muuta.

