

## Запомните:

1. Постарайтесь как можно дольше находиться в контакте с ребенком, не поддавайтесь негативным чувствам, связанным с разводом или потерей супруга / супруги. Когда мать с головой погружается в мир своих переживаний, она эмоционально «оставляет» своего ребенка, от чего малыши начинают ослабевать телом и душой, ощущая не только потерю отца, но и - матери.

2. Чаще хвалите малыша, а не наказывайте. Вокруг ребенка должно быть эмоционально стабильная и оптимистичная атмосфера. Это сохранит у малыша душевное равновесие и частично компенсирует пережитый стресс.

3. Помогайте малышу приобретать навыки поведения его пола. В жизни ребенка должен быть взрослый, который бы положительно влиял на него и помогал полно овладеть социальную ролью (женщины - девочке, мужчины - мальчику).

4. Не старайтесь справиться со всеми этими задачами самостоятельно, иначе вы сойдете с ума! Просите ваших близких о помощи, если чувствуете, что вы не в состоянии уладить все в одиночку.

5. И все же самое главное, что может сделать одинокий родитель, - это по возможности обрести собственную семью, заменить недостающего родителя.

6. В случае возникновения трудностей в воспитании, а лучше - для их профилактики - следует обратиться за помощью к психологу.

## Успехов вам в общении с ребенком!



Государственное казенное учреждение  
социального обслуживания «Курский  
социально - реабилитационный центр для  
несовершеннолетних

*«Надежда»*

## *Растем без папы*



*Ставропольский край*

*Курский район*

*ст. Курская*

*пер. Школьный, 4а*

*сайт: курский-срцн.рф*

*тел. 8(87964)6- 42 - 35*

*Подготовила:*

*специалист по соц. работе отделения социальной*

*диагностики социально-правовой помощи*

*И.А. Негреева*

**ст. Курская  
2017 год.**

По статистике, около четверти российских семей являются неполными. Это значит, что семьи, в которых дети воспитываются одним родителем, становятся все более частым и обыденным явлением, следовательно, тема воспитания ребенка без помощи второго родителя очень актуальна в последнее время.

Первая проблема, с которой сталкивается мать или отец-одиночка, – это отчаяние и подавленное состояние после потери второй половинки. Многим людям сначала кажется, что они не смогут самостоятельно воспитать ребенка, – это нормальная психологическая реакция! Первостепенные задачи одиноких родителей сводятся к следующему (вы можете дополнить список самостоятельно, если не нашли в нем какого-то важного на ваш взгляд пункта):

- справиться с потерей второй половинки (независимо от причины, по которой вы не вместе);
- принять на себя дополнительные роли и обязанности;
- приспособиться к новым условиям и к новым социальным ролям;
- сделать так, чтобы жизнь вашего ребенка разительно не поменялась после потери второго родителя, насколько это возможно, оградить малыша от психологической травмы;
- помочь ребенку справиться со сложившейся

ситуацией;

- справиться с собственными эмоциями;

противостоять социальным предрассудкам касательно неполных семей и оградить своего ребенка от подобного «сочувствия»;

- заботиться о ребенке и удовлетворять его потребности;

- сохранять уверенность в своих силах, не терять самообладания на публике;

- справиться со своими сомнениями и заниженной самооценкой;

- найти идеальный баланс между семьей и карьерой;

- найти достаточно времени и заработать достаточно денег для воспитания ребенка;

- правильно вести себя с остальными членами семьи, найти время для организации личной жизни, помнить о своих интересах.

**Действительно, список впечатляет! Как же справиться со всеми этими задачами?! Вот несколько простых советов, которые могут быть вам полезными:**

1. Ребенку следует объяснить, что произошло. И сделать это нужно в доступной для его понимания форме. При этом обязательно соблюсти как минимум три правила:

- никого не обвинять;
- заверить, что ушедший из семьи родитель любит его;

- показать, что так бывает с очень многими людьми и поэтому пусть лучше будет, так как есть.

2. Постараться не менять место жительства, потому что ребенок теперь сильнее, чем когда-либо, нуждается в сохранении старых дружеских связей.

3. При вынужденной перемене места жительства нельзя одновременно забирать ребенка из его детского сада или школы: ведь он и так чувствует себя покинутым одним из родителей – отрыв от друзей и просто знакомых, привычных лиц может только усилить это ощущение.

**Родителям неполной семьи предстоит придерживаться следующих рекомендаций по воспитанию:**

- не заниматься воспитанием в плохом настроении;
- понять, чего вы хотите от ребенка и объяснить это ему; узнать, что он об этом думает;
- предоставить ребенку самостоятельность. Воспитывать, но не контролировать каждый его шаг. Не подменять воспитание опекой;
- не подсказывать готовое решение – подсказывать, если необходимо, пути к решению и время от времени разбирать с ребенком правильные и ложные шаги к цели;
- непременно хвалить ребенка за успех;
- научить ребенка самому оценивать свои достижения и гордиться ими.

