**«Особенности воспитания ребенка в неполной семье»**

**Советы родителям, самостоятельно воспитывающих детей**

Неполные семьи отличаются по типу отношений, всего их четыре:

1. Мать не говорит об отце, делает вид, что его никогда и не было.
2. Мать старается обесценить отца, выставить в плохом свете в глазах детей.
3. Мать говорит об отце как об обычном человеке со своими достоинствами и недостатками.
4. Если отец не ушел, а погиб, то чаще встречается идеализация его образа.

Лучший вариант – рассказать детям все как было, как есть. Не нужно навязывать им свое отношение к ушедшему супругу, свое видение и понимание ситуации. Дети вырастут и сами сделают выводы.

(Не так давно западные ученые ввели новый термин – бинуклеарная семья. Так называют союзы, которые распались как брак, но сохранились как семья. То есть супруги поддерживают между собой нормальные отношения, один из них хочет видеться с детьми, а другой позволяет это делать в любое время. Специалисты считают, что такие семьи неполными являются только формально и для них наши советы могут быть приемлемыми только отчасти).

**Что же делать родителям в неполной семье?**

Итак, что же предпринять родителю, самостоятельно растящему ребенка, чтобы помочь ребенку и себе быть счастливыми и благополучными?

* + **Обеспечьте себе внешнюю поддержку**. Старайтесь общаться с теми людьми, которые поддерживают ваше решение самостоятельно вырастить ребенка. Общайтесь с другими самостоятельными родителями - у многих из них есть обширный опыт решения «типовых» проблем в такой семье. Принимайте комплименты - вы делаете большое, важное дело.
  + **Будьте поддержкой самому себе**. Ребенку не будет лучше оттого, что вы ругаете себя за ошибки. Отмечайте любые свои успехи, хвалите себя за все достижения, которых у вас наверняка немало. Свои трудности и неудачи просто принимайте к сведению - в следующий раз вы сделаете по-другому. Помните, что ошибки есть у всех, просто не все в этом признаются. Не стоит мучить себя размышлениями о том, «что было бы, если бы» - история не знает сослагательного наклонения. Вполне вероятно, что вы сделали наилучший выбор из возможных на тот момент.
  + **Признавайте ваши чувства по отношению к вашему партнеру-отцу или матери ребенка**. Вероятно, вы разгневаны; скорее всего, для вашего гнева есть все основания. Бросить своего ребенка, даже не родившегося (а уж тем более родившегося) - безответственный поступок. Возможно, вы также опечалены из-за расставания с человеком, которого вы любили. Не стоит подавлять эти чувства, делая вид, что их нет. В то же время очень важно не транслировать эти чувства ребенку. При возможности стоит обратиться за профессиональной психологической помощью к психотерапевту или семейному психологу, который поможет вам осознать и выразить свои чувства так, чтобы не было необходимости выливать их на ребенка (или раздражаться из-за того, что ребенок похож на второго родителя).
  + **Для ребенка принципиально важно знать, что оба его родителя были в чем-то «хорошими»,** ведь ребенок - плод их обоих. Любая тайна и отрицание («твой папа был летчиком и погиб на задании» - традиционная ложь советских времен; объявление второго родителя умершим, скрывание информации о нем) действуют на ребенка разрушительно. Подозревая ложь или существенные недомолвки, он может предполагать худшее; не имея возможности поговорить открыто о тайне своего появления на свет, он испытывает хроническую тревогу, что не способствует психологическому благополучию. Если вам есть что сказать хорошего о другом родителе, ребенку необходимо рассказать об этом. «Мама была красивая»; «папа хорошо пел и играл на гитаре». Если отсутствующий родитель поступал безответственно или даже жестоко, для ребенка это лучше преподнести как слабость, неспособность быть родителем (что, в общем, недалеко от истины): «Папа был красивый и талантливый, но слишком молодой и слабый, он побоялся, что у него не хватит сил на семью». Когда ребенок подрастет, он наверняка сумеет составить собственное суждение о поступке своего второго родителя (и, скорее всего, будет чувствовать гнев), а маленькому ребенку необходима вера в то, что оба человека, создавшие его, хоть в чем-то были достойны любви.
  + **Постарайтесь воздержаться от высказываний вроде «все мужчины безответственны» или «все женщины корыстны»,** какого бы пола ни был ваш ребенок. Если девочка вырастаете ощущением, что все женщины корыстны и вероломны, она, либо не сможет принять в себе женщину, получив вечный внутренний конфликт (и будет стараться «не быть как эти бабы», во всем подражая мужчинам), либо в пику отцу будет оправдывать его негативные ожидания. Девочка, выросшая с ощущением, что мужчинам верить нельзя, так как они безответственны и инфантильны, зачастую будет выбирать именно таких мужчин - потому что они, в отличие от «положительных» и надежных молодых людей, оправдывают ее ожидания относительно того, каким должен быть мужчина.
  + **Обязательно привлекать ребёнка ко всем домашним делам**, за счет этого в нем будет развита, самостоятельность, которая как никогда, повлияет на всю дальнейшую жизнь. Главное, не торопите их, и не нервничайте, ведь, Вы тоже, когда-то учились мыть посуду, самостоятельно одеваться и т.п.; Никогда не забывать о себе, своем поведении и общих взглядах на окружающий мир. Ваше, постоянное депрессивное состояние, непременно отложиться на будущей адекватности и личности ребенка. Если это все же произошло, то уже ни один психолог, не сможет оказать требуемую поддержку и моральную помощь, так как психика и мировоззрение уже будут сформированы на уровне подсознания;
  + **Ограничивайте требования к себе, будьте по возможности, как можно больше со своим ребёнком**. Если у Вас мальчик, а Вы, одинокая мама, то не забывайте о том, что, ему требуются, настоящие мужские игры. Например: войнушки, сбор из конструктора: самолетов, машин, танков и т.п. Ну, а если у Вас девочка, и Вы одинокий отец, то ни в коем случае, не приводите, шумные мужские компании. Играя с дочерью, одновременно, воспитывайте в ней, будущую современную леди, заботливую и хорошую хозяйку.

**И еще…, на всякий случай, ряд банальных истин:**

1. Не ссорьтесь со своими бывшими супругами по телефону или на глазах у детей.
2. Не критикуйте супруга в присутствии детей. Когда ваши дети критикуют другого родителя в его отсутствие, не поощряйте их к этому и не присоединяйтесь в этом к ним.
3. Не заставляйте ребенка (детей) выбирать между родителями и не настраивайте их против бывшего супруга.
4. Не позволяйте детям запугивать вас, что они перейдут к другому родителю. Если потворствовать такому эмоциональному шантажу, дети начнут управлять вами, что может повредить их моральному развитию.
5. Не используйте детей в качестве «шпионов», не вынуждайте следить за бывшим супругом и не выуживайте из них сведения об его личной жизни после каждого визита ребенка к другому родителю.
6. Не просите детей передавать супругу гневные послания, и не заставляйте просить денег.
7. Не сравнивайте ребенка с целью его унижения с другим родителем: «Ты прямо как твоя непутевая мать (отец)». Это не только настраивает ребенка критически по отношению к родителю, но и заставляет чувствовать себя обреченным повторять его ошибки.
8. Покажите, что Вы хороший слушатель, позволяя детям изливать свои чувства (даже те, с которыми Вы не согласны).
9. Общайтесь с ребенком (детьми) открыто и свободно, однако оградите детей от подробностей, которые им знать не нужно. Может казаться, что Ваш сын или дочь – идеальный человек, которому можно довериться, но, помните, что ребенок – не взрослый в миниатюре и не заместитель супруга (или супруги), каким бы зрелым он Вам не казался.
10. Утешайте своих детей и заверяйте, что развод – это не их вина, чтобы дети не бросались, во что бы то ни стало, спасать брак.
11. Проявите в изобилии искреннюю, теплую привязанность. Детям нужно предложить посещать второго родителя, иначе они подумают, что родители, переставшие любить друг друга, могут легко перестать любить своих детей.
12. Договоритесь со своим бывшим спутником оградить детей от ссор и скандалов.
13. Будьте уравновешенны в похвале и наказании, устанавливайте для ребенка (детей) ясные границы и достижимые цели.
14. Будьте сами примером нравственного поведения и на своем примере учите детей, чего им следует избегать.
15. И еще раз отметим: проводите с детьми как можно больше времени.

***Литература для самообразования:***

1. Башкирова Н. Ребенок без папы. Решение проблем неполной семьи. - СПб.: Наука и Техника, 2007. - 272 с.

<https://didaktica.ru/rebenok-bez-papy-reshenie-problem-nepolnoj-semi>

1. Джейкс, Т. Д. Помоги! Я воспитываю ребенка одна / Т. Д. Джейкс; [Пер. с англ. Шемпель Р. Б.] - СПб.: Библ. взгляд, 2007. - 170 с.

<https://www.libmy.com/?view=book&id=1111&page=1>

1. Матейчик З. Некоторые психологические проблемы воспитания детей в неполной семье // Воспитание детей в неполной семье.- М.: Прогресс, 2006. - с. 70-98
2. Николаева Я.Г. «Воспитание ребенка в неполной семье» М.2006