**РЕКОМЕНДАЦИИ ПСИХОЛОГА ДЛЯ ОДИНОКИХ КАТЕГОРИЙ РОДИТЕЛЕЙ.**

1. Будьте откровенны с детьми относительно обстоятельств, приведших к образованию семьи в ее нынешнем составе.

2. В случае развода, смерти или ухода родителя из семьи убедите детей, что в этом нет их вины.

3. Отнеситесь с пониманием к переживаемым детьми чувствам злости, тревоги или, возможно, замешательства.

4. По возможности не меняйте уклад вашей семейной жизни.

5. Постарайтесь, насколько это возможно, разделить обязанности. Не пытайтесь компенсировать детям потерю родителя путем взваливания на себя большого числа обязанностей.

6. Будьте откровенны, когда вы обсуждаете свое отношение к супругу, но при этом проявляйте чуткость к тому, что и как вы говорите, чтобы не оскорбить чувства детей, поливая грязью другого родителя. Не внушайте детям веру в то, что ваш супруг вернется домой, если только вы сами не видите такой возможности, потому что это может вселить в детей ложную надежду, а впоследствии обернуться тяжелым разочарованием.

7. Не используйте ваших детей в качестве разменной фигуры или как объект сделки между вами и вашим супругом.

8. Не поощряйте сплетни, не требуйте от детей сообщать обо всем, что было сказано супругом при их встрече.

9. Успокойте детей, что их будут любить и будут заботиться о них так же, как и раньше.

10. Не позволяйте себе высказываний против семьи супруга.

11. Дети, даже очень маленькие, должны знать все, что произошло. Не рекомендуется ложь во спасение вроде: «Папе нужно уехать в путешествие на несколько месяцев».

12. По возможности пусть дети останутся жить на прежнем месте, с теми же соседями и посещают ту же школу. Это позволит уменьшить число обрушившихся на детей радикальных изменений.

