Шпаргалка для одинокой мамы (особенности воспитания)

В современном мире неполные семьи не то что бы становятся нормой, но их гораздо больше, чем раньше. Ситуации бывают разные, чаще всего это происходит в результате развода. Если в семье есть ребенок, то обычно он остается с мамой. Термин «одинокая мама» не совсем корректный, потому что во-первых, у женщины есть ее ребенок, во-вторых , она живет не в вакууме. Вокруг, скорее всего, есть люди, готовые помочь и поддержать, главное, не замыкаться только на себе и ребенке, не стесняться обращаться за помощью и постараться организовывать свою жизнь так, чтобы она не была сплошной рутиной.

– Несмотря на очевидную загруженность (готовка еды, уборка, садик, школа, кружки), всегда находить время на свои любимые занятия, пусть это даже будет не так часто, но регулярно. Хроническая усталость приводит к постоянному пониженному настроению, а нередко к раздражению и необоснованным придиркам к ребенку.

- Нужно постараться придерживаться золотой середины: совмещать в вопросах воспитания и жесткость и мягкость.

Мама, воспитывающая ребенка одна, иногда склонна впадать в крайности – либо, она придерживается мужского стиля воспитания – с жесткими требованиями и установками, либо, наоборот, крайне мягка и позволяет слишком много, не ставит границ, которые ребенку необходимы.

- Хорошо, если ребенок имеет возможность часто общаться с мужчиной и усваивать мужскую модель общения. Это может быть брат, отец или хороший друг женщины.

- Даже если расставание с бывшим мужем прошло не очень хорошо, ваши отношения трудно назвать дружескими, постарайтесь не настраивать ребенка против отца. Не говорите фраз «ты такой же раздолбай, как твой отец», «будешь себя так вести, вырастешь никчемным человеком как твой отец». Или еще хуже: «Все мужики – сволочи». Такие слова в первую очередь ранят вашего ребенка, плохо влияют на его самооценку, а у девочек в будущем могут вызвать серьезные проблемы в построении отношений с противоположным полом.

Помните, что вы в первую очередь женщина со своими желаниями и чувствами, не бойтесь общаться с мужчинами и не «дуйте на воду», если один раз обожглись.

У вас есть ваш замечательный ребенок, и развод (а, возможно, уход мужчины еще до рождения малыша) – это не трагедия всей жизни, а шаг к переоценке существующих ценностей, открытие новых перспектив и возможностей.