***Советы отцу-одиночке***

***для счастливой жизни***

У ребенка когда-то спросили:

- Кто такой папа?

- Папа – это та же мама, только папа…

Когда мы слышим выражение «неполная семья», в голове сразу выстраивается образ одинокой матери с ребенком на руках. Тем не менее, существуют и отцы-одиночки, вынужденные самостоятельно заниматься воспитанием детей.

Приведем некоторые практические советы психологов относительно самых сложных и болезненных ситуаций, с которыми одинокому отцу необходимо справиться опять же в одиночку.

**Формируем позитивное мышление.**

Не следует воспринимать сложившиеся обстоятельства как наказание, а воспитание ребенка как работу. Жизнь с ребенком – это просто жизнь, со всеми радостями и невзгодами. Не нужно сразу менять что-то кардинально, стараться стать супер-отцом для своего чада. Привыкните сначала просто жить друг с другом без мамы. Настройтесь на то, что материнские (или женские) обязанности – это совсем не сложно.

**Говорим о маме.**

Помните, что все обиды, оставшиеся между вами и женой, – это только ваши неприятности, и они ни в коем случае не должны коснуться ребенка. Отвечайте на вопросы о маме позитивно, не придумывайте красивых историй – пусть ребенок знает правду, просто расскажите ее максимально мягко. Убедите ребенка в том, что он не потеряет вас, как это случилось с мамой. Клянитесь, уговаривайте – это даст ребенку необходимое ему спокойствие.

**Личная жизнь.**

Желательно, чтобы следующие отношения складывались исключительно на искренности и бескорыстии. Не стоит жениться во второй рaз только для тогo, чтобы у ребенка была мать, а в доме – хозяйка. Возможно, в некоторых случая лучше нанять няню или домработницу.

**От кого ждать помощи?**

Бабушки, тети, сестры, детский педиатр, воспитатель в детском саду, соседи – помощь придет, откуда даже не ожидалось. Как правило, общество более внимательно относится не к матерям-одиночкам, а как раз к одиноким отцам. Не отказывайтесь. Оформите все бумаги на получение материальной государственной помощи – она не будет лишней. Не пренебрегайте желанием самого ребенка вам помочь. Ведь все мы знаем, но почему-то чаще забываем, о том, что дети все понимают и все чувствуют.

*Одинокий отец – это ценная миссия. Родной отец - это тот единственный, кто полноценно может заменить детям родную мать.*