**Рекомендации родителям по взаимодействию с детьми после развода**

***В ситуации развода****:*

- объясните причины развода с супругом ребенку с учетом его возраста;

- заверьте его в своей любви, расскажите как отношения будут поддерживаться в дальнейшем;

- не бойтесь открыто обсуждать с ребенком его чувства к ушедшему родителю (отрицательные или положительные);

- обсудите ситуацию со своими близкими и с родственниками бывшего супруга, убедите их, что для ребенка очень важна их поддержка и продолжение отношений;

- по возможности не меняйте резко место жительства, детский сад. Для детей особенно важны прежние эмоциональные связи;

- делитесь с ребенком своими переживаниями, но не перекладывайте груз своих забот, обид и горестей на сына или дочь (чтобы не развить у него чувства вины);

- старайтесь избегать чрезмерной опеки либо попустительства.

***Послеразводный период (достойный пример выхода из кризисной ситуации)****:*

- постарайтесь сохранить или восстановить способность договариваться между собой, пусть и не по всем вопросам. Это важно для чувства самоуважения и самооценки ребенка;

- если возможно, установите нормальное взаимодействие с новым спутником вашего бывшего супруга. Ребенку это даст пример конструктивного решения жизненных проблем.

- никогда не злословьте при ребенке об его отце или матери (ребенок воспринимает себя частью вас обоих);

- наполните свою жизнь и жизнь ребенка новыми занятиями, общением и т.д.

***Если вы не живете с ребенком (чаще отцы)****:*

- чувство вины не должно окрашивать ваше общение с ребенком;

- постарайтесь придать вашим встречам максимальную организованность. Для ребенка важна предсказуемость встреч;

- не допускайте, чтобы ребенок злоупотреблял вашим желанием угодить ему;

- если ребенок бывает у вас дома продолжительное время, то ему следует придерживаться правил и порядков, установленных в вашей новой семье, что придаст вашим отношениям чувство стабильности и прочности;

- дайте ребенку понять, что он всегда может рассчитывать на ваш совет и поддержку.

***Если вы вступили в новый брак:***

- дайте ребенку понять: он не обязан притворяться, что любит мачеху или отчима. Поначалу будет достаточно уважения и соблюдения правил вежливости;

- постарайтесь, чтобы ребенок не испытал потрясения, если новый родитель не выказал ему горячей любви;

- поддерживайте в семье атмосферу стабильности, привычный порядок. У каждого в семье должны быть свои обязанности;

- создайте благоприятную обстановку для встреч ребенка с его родителем;

- не ставьте себе задачу стать родным отцом или матерью, а наставником, ненавязчивым воспитателем;

- будьте осторожны в вопросах поддержания дисциплины, не берите этот вопрос полностью в свои руки;

- постарайтесь выработать у себя в семье свод определенных правил и законов поведения, спорные вопросы решайте на семейных советах. Установка правил взаимодействия в семье – обязанность обоих родителей.