

Как показать ребёнку свою любовь

Каждый малыш с самого рождения ждёт от нас безусловной любви. То есть такой любви, которая ничего не требует взамен. Что бы ни делал ребёнок, как бы себя не вёл – мы любим его. Мы можем отрицательно относиться к поступкам малыша, но не к нему в целом. Мы любим его просто за то, что он есть.

Если малыш окружён такой любовью, он растёт уверенным в себе и в своих силах. Он любит себя и весь мир вокруг. Он возвращает полученную от родителей любовь окружающим его людям.

Ребёнка можно сравнить с зеркалом. Он отражает любовь, но не начинает любить первым. И если его одарили любовью, он будет возвращать её. Если же он обделён любовью, ему нечего будет отдать.

Безусловная любовь отражается безусловно, а обусловленная любовь и возвращается в зависимости от тех или иных условий. Обусловленная любовь – это когда мы любим человека за что-то: «Если ты мне поможешь, я буду тебя любить», «Я тебя люблю, когда ты себя хорошо ведёшь». К сожалению, часто мы любим такой, обусловленной любовью.

Серёжа рос именно в такой семье. Родители редко баловали сына, избегали похвалы, тепла, нежности. Они считали, что такое отношение к себе их сын должен заслужить. И лишь изредка, когда мальчик действительно вёл себя замечательно, они радовались его успехам и гордились им. Родители считали, что частые похвалы и лишнее внимание испортят ребёнка. Они показывали свою любовь, только когда Серёжа вёл себя хорошо, а в остальное время были сдержанны в проявлении своих чувств. С возрастом мальчик всё больше приходил к мысли, что его не ценят, не любят таким, какой он есть.

Когда Серёжа стал подростком, он начал возвращать родителям свою обусловленную любовь. Ведь именно её он чаще всего видел в семье. Он вёл себя так, чтобы родители были им довольны, но только тогда, когда он что-либо хотел получить от них. Получалось так, что каждый в семье ждал, когда другой сделает для него что-нибудь приятное. И от этого обстановка в семье только накалялась. Каждый член семьи становился всё более разочарованным, обиженным и раздражённым.

Нам необходимо научиться любить ребёнка так, чтобы он чувствовал, что его любят, что его полностью принимают и уважают со всеми его достоинствами и недостатками. Только тогда малыш будет любить и уважать себя! А значит, он также будет любить других людей и научит этому искусству своих детей.



Существует четыре способа выразить малышу нашу любовь:
контакт глаз, физический контакт, внимание и дисциплина.



Самое первое и простое, что нужно делать, чтобы ребёнок чувствовал нашу любовь – это наш открытый, добрый взгляд прямо в глаза малышу. Детям такой контакт необходим. Он помогает лучше понимать друг друга. Через глаза мы передаём свои чувства, эмоции. Ребёнок использует контакт глаз с родителями (и другими людьми) для эмоциональной подпитки. И чем чаще мы будем смотреть на малыша, стараясь выразить ему свою любовь, тем больше он пропитается этой любовью и тем

полнее будет его эмоциональный резервуар.

Но, к сожалению, часто своим взглядом на ребёнка мы передаём совсем другие эмоции. Например, мы смотрим на малыша с нежностью и любовью тогда, когда он себя хорошо ведёт, хорошо учится, помогает нам. А значит, учим его обусловленной любви. Но в таких условиях малыш не может полноценно развиваться и расти. Поэтому, искренне любя ребёнка, мы не должны забывать, что обязаны ВСЕГДА смотреть на него с любовью. Поток нашей любви должен струиться постоянно и не зависеть от поведения малыша. Мы можем делать замечания, говорить о дисциплине, не прекращая безусловно любить ребёнка.

Если наш взгляд постоянно выражает любовь и доброжелательность, ребёнок научится также смотреть на людей. Если же своим взглядом мы чаще выражаем раздражение и гнев – малыш приучится к такой же реакции на мир.

Не бойтесь дарить ребёнку свою любовь. БЕЗУСЛОВНОЙ любви не бывает много. Она не портит человека, а лишь облагораживает его. Она помогает легче и эффективнее справляться с жизненными трудностями. И в наших силах дарить её наиболее простым способом - любящим и нежным взглядом.

Во-вторых, помимо взгляда, чтобы малыш чувствовал, что он любим, ему необходимы наши ласковые прикосновения. Это так просто – несколько раз в день обнимать ребёнка, гладить по голове, трепать по волосам, даже просто прикасаться к его руке. Но, как показывают исследования, большинство родителей прикасаются к своим детям только по необходимости - помогая им одеться, умыться и т.п.



При каждодневном общении с детьми любящий взгляд и нежное прикосновение совершенно необходимы. Всё это благотворно влияет на детей, успокаивает их. Ребёнок, растущий в такой семье, чувствует себя уверенно. Ему будет легко общаться с другими людьми, а значит, он будет пользоваться общей симпатией и у него будет хорошая самооценка.

Постоянный контакт глаз и физический контакт - это два наиболее простых и эффективных способа заполнить эмоциональный резервуар ребёнка и помочь ему развиваться наилучшим образом.

Ещё один способ передать нашу любовь ребёнку – это **внимание**. Внимание потребует от нас некоторого времени и сил, в отличие от контакта глаз и прикосновений. Порой придётся отказываться от чего-то, отрываться от своих дел, чтобы удовлетворить потребность малыша в нашем внимании. Ведь для этого необходимо полностью сосредоточиться на ребёнке, ни на что не отвлекаться, чтобы малыш не сомневался в нашей полной любви к нему. В эти минуты он должен чувствовать, что нужен нам, что значим для нас, что нас действительно интересуют его мысли, желания, потребности, что он такой же человек, как и мы, заслуживающий уважения и доверия. Необходимо дать почувствовать ребёнку, что он особенный, единственный в своём роде. Это знание поможет ему в развитии адекватной самооценки.

«Я сейчас наедине с мамой (папой)», «Она (он) общается только со мной», «В эту минуту я самый важный на свете для моей мамы (папы)!» - это то главное, что должен чувствовать малыш, когда Вы уделяете ему своё внимание.

Не скупись на внимание к ребёнку. Не бойтесь его избаловать. Тем более, если малыш просит об этом – значит ему это жизненно необходимо. Дети не просят от нас ничего лишнего. Они берут ровно столько внимания, заботы, любви, ласки, сколько им нужно для нормального полноценного развития. Как только ребёнок насытится нашим вниманием, он перестанет нуждаться в нём и начнёт его отдавать нам и окружающему миру. Если же мы недодадим ребёнку внимания, он всю жизнь будет искать его и требовать от других. Будет несчастлив сам и заставит страдать окружающих людей.



Ведь, не получая достаточно пристального внимания, ребёнок начинает понимать, что всё на свете важнее, чем он. В результате его самооценка падает, он не чувствует себя в безопасности. Он хуже развивается, чем дети, родители которых выкраивают время, чтобы удовлетворить их эмоциональные потребности. Он становится замкнутым, хуже справляется с трудностями. Он теряет ощущение счастья, радости жизни.

Пока ребёнок маленький – нет ничего важнее, чем дарить ему наши самые светлые чувства! Ведь время летит очень быстро. Дети вырастают и уходят жить своей жизнью. И тогда нам, родителям, уже некому будет дарить свою любовь.

Когда же мы спокойно, доброжелательно общаемся с ребёнком, отношения с ним становятся доверительными и искренними. Они оставляют неизгладимый след в душе малыша на всю жизнь. А высшая награда для каждого родителя – это видеть своего ребёнка счастливым, уверенным в себе, легко шагающим по жизни человеком!

И последнее, что необходимо ребёнку для ощущения того, что он любим – это **дисциплина**. Возможно, это покажется странным. Какая связь между любовью и дисциплиной? Но любовь является главной частью хорошей дисциплины, а дисциплина является частью любви. Дети чувствуют, что за нашими наставлениями или запретами (если конечно их не много) скрывается наша любовь к ним. Когда же родители абсолютно всё разрешают ребёнку, он считает, что родителям всё равно, чем он занят, чем живёт. Он начинает думать, что не нужен родителям и что они его не любят.



Дисциплина включает в себя достойный пример взрослых, обучение, словесные и письменные инструкции, возможность ребёнку самому учиться и набираться различного опыта и т.д. Но дисциплина – это не наказания, как многие считают. Дисциплины легче добиться, когда малыш чувствует, что его искренне любят и принимают таким, какой он есть. Только в этом случае ребёнок может принимать от родителей наставления, советы, выполнять их просьбы.

Если между ребёнком и родителями нет крепкой связи, основанной на любви и взаимном уважении, то малыш будет реагировать на любое родительское замечание с гневом, обидой и враждебностью. Каждую просьбу он будет рассматривать как навязанную повинность, а со временем всё станет делать назло, наоборот тому, что от него ожидают.

Только безусловная любовь благотворно влияет на дисциплину. Чем больше любовь заполняет эмоциональный резервуар ребёнка, тем более дисциплинированным он будет.

Только с помощью любви можно вырастить настоящего человека!

