

# Любить ребенка. КАК?

Конечно же, понятие «любовь» достаточно многогранное, и каждый вкладывает в него свой смысл. Любовь предполагает заботу о человеке, преодоление трудностей и конфликтов, прощение и доверие, желание посвятить себя его благополучию и многое другое. Слова любви необходимо слышать каждому человеку в своей жизни, независимо от возраста, пола, социального положения.

Ученые давно доказали, что если ребенок рождается и растет в атмосфере любви, то он вырастает более счастливым, благополучным.

Любовь проявляется в наших естественных отношениях с ребенком, когда от него ничего не ждем. Когда вместе отдыхаем, играем, сидим вечером в обнимку на диване, смеемся над смешными историями, слушаем его сбивчивые рассказы, жалеем, поддерживаем, утешаем.

Иногда, к сожалению, случается так, что ребенок оказывается обделенным любовью. Такого малыша несложно выявить по его отношению к себе и другим людям, по его поступкам, поведению. Причин тому может быть несколько. Например, ребенок появляется на свет «незапланированным». Родители его не ждали, хотели пожить «в свое удовольствие»; вот и теперь он им не очень нужен. Или они мечтали о мальчике, а родилась девочка. Не редки случаи, когда в силу финансовых проблем, да и не только, воспитание ребенка с раннего возраста перекладывается на плечи бабушек или нянюшек. А ведь материнскую любовь не заменит ни одна самая замечательная бабушка. Часто случается, что ребенок оказывается в ответе за нарушенные супружеские отношения. Например, он похож на отца, с которым мать в разводе, и некоторые жесты или выражения лица вызывают у нее глухую неприязнь. Недостаток любви испытывает ребенок в семье с авторитарным стилем воспитания.

Иногда родители, не зная, как наказать ребенка за какие-то провинности, не задумываясь о последствиях говорят: «Я тебя не люблю!» Наверное, это одно из самых страшных наказаний. У ребенка может сформироваться стойкий страх того, что он никому не нужен, он очень плох, могут появиться признаки тревожности или, наоборот, агрессии.

Попробуйте ответить на вопрос, за что вы любите своего ребенка?

**Безусловно принимать ребенка – значит любить его не за то, что он красивый, умный, способный, отличник, помощник и так далее, а просто так, просто за то, что он есть!**

Любовь предполагает принятие ребенка таким, какой он есть, без всяких условий. Ведь он любит вас, своих родителей, просто за то, что вы его родители, ему не важно, блондинка вы или брюнетка, высокого роста или низкого, уборщица или директор крупного предприятия. Он любит просто за то, что вы есть. Наверное и нам, взрослым, есть чему поучиться у детей.

Необходимое условие нормального развития – удовлетворение одной из фундаментальных человеческих потребностей – потребность в любви и принадлежности, то есть нужности другому.

Эта потребность удовлетворяется, когда вы сообщаете ребенку, что он вам дорог, нужен, что он просто хороший.

Такие сообщения содержатся в приветливых взглядах, ласковых прикосновениях, прямых словах: «Как хорошо, что ты у нас родился», «Я рада тебя видеть», «Ты мне нравишься», «Я люблю, когда ты дома», «Мне хорошо, когда мы вместе..».

Одним из замечательных способов выражения любви является объятие. Медики и психологи единогласно пришли к заключению, что объятия крайне необходимы в семье. Они не портят характер людей, всегда доступны, всем приятны и необходимы людям любого возраста. Хотя это внешнее проявление любви, однако объятия оказывают немедленный внутренний эффект.

Известный семейный терапевт Вирджиния Сатир рекомендовала обнимать ребёнка несколько раз в день, говоря, что четыре объятия совершенно необходимы каждому просто для выживания, а для хорошего самочувствия нужны не менее восьми объятий в день! **И между прочим, не только ребенку, но и взрослому.**

Конечно, ребенку подобные знаки безусловного принятия особенно нужны, как пища, растущему организму. Они его питают эмоционально, помогая психологически развиваться. Если же он не получает таких знаков, то появляются эмоциональные проблемы, отклонения в поведении, а то и нервно-психические заболевания.

А итогом всего хочется предложить вам формулу родительской любви:

**«Родительская любовь = доверие+принятие»**

Закончить хочется такими словами. *Дети подобны чашам. Когда эти чаши полны любви, тогда они сами готовы отдать свою любовь, тогда они будут любящими детьми. Но когда их чаши пусты, им нечего отдавать. Я желаю, чтобы ваши дети были наполнены вашей любовью. Любите и будьте любимы.*

**Домашнее задание:**

1. Посмотрите, насколько вам удастся принимать вашего ребенка. Для этого в течении дня (а лучше двух-трех дней) постарайтесь подсчитать, сколько раз вы обратились к нему с эмоционально положительными высказываниями (радостным приветствием, одобрением, поддержкой) и сколько с отрицательными (упреком, замечанием, критикой). Если количество отрицательных обращений равно или превышает число положительных, то необходимо задуматься об общении с ребенком.
2. Обнимайте своего ребенка не менее восьми раз в день (утренние приветствия и поцелуи на ночь не считаются).

*Примечание: Неплохо тоже делать и по отношению к взрослым членам семьи.*