

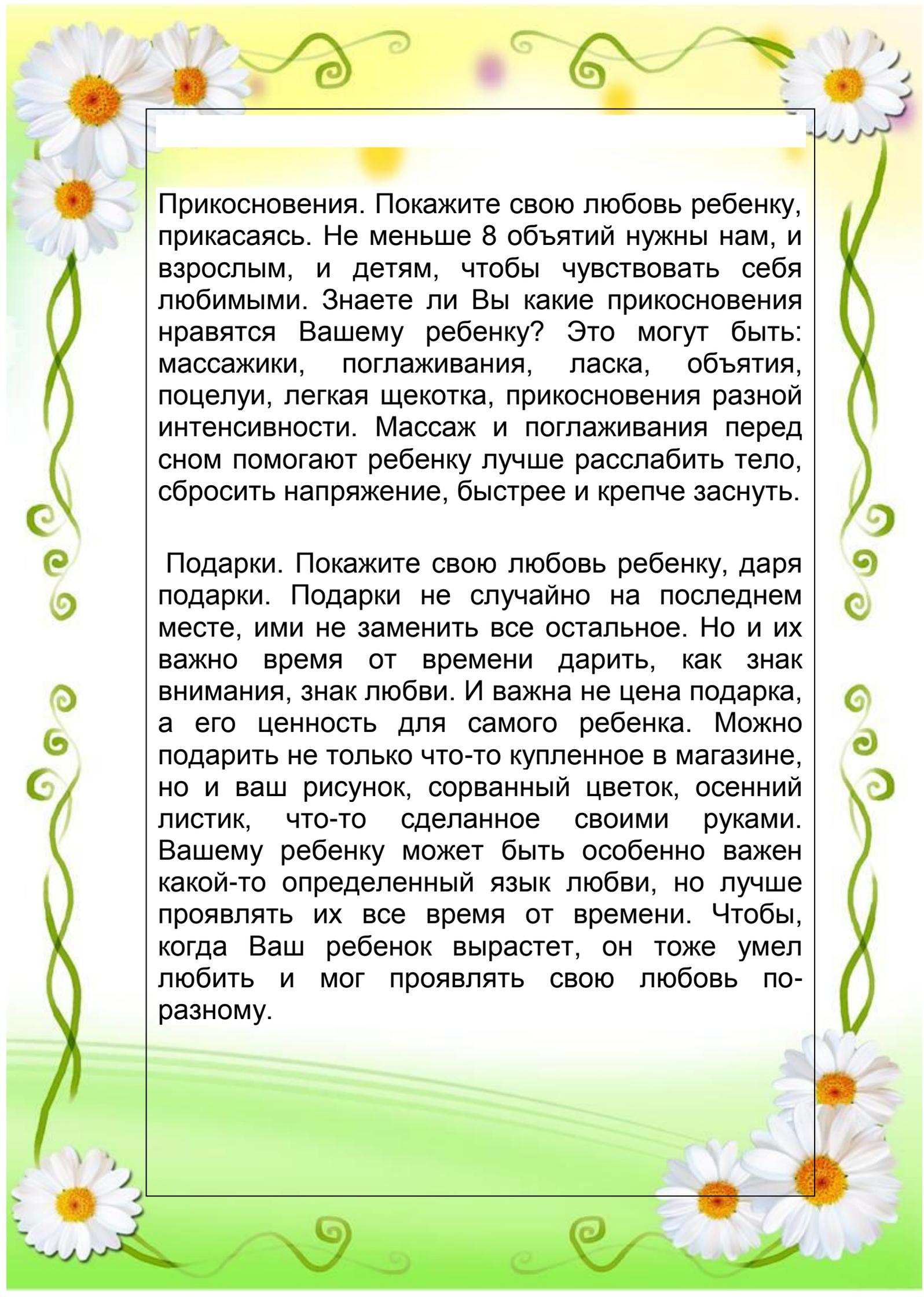
Как показать ребенку свою любовь

Спросите себя «За что Вы любите своих детей?»
Очень радостно, когда родители отвечают так: «ни за что, просто так», «за то, что он есть», «просто люблю». Ведь любовь она безусловна. Именно благодаря такой любви, ребенок чувствует себя «хорошим», знает, что его принимают таким, какой он есть. И это создает важную основу для роста и развития, дает чувство опоры в сложных жизненных ситуациях. Хочется поделиться с Вами способами, как можно проявить свою любовь к ребенку: 1. Слова. Покажите свою любовь ребенку с помощью слов: Я люблю тебя, ты мне дорог. Я принимаю тебя любим. Я принимаю разные твои чувства и радость, и грусть, и гнев, и обиду. Мне нравится, как ты это делаешь. Я восхищаюсь твоими способностями. Надо же, как хорошо у тебя это получается! Даже когда я сержусь на тебя, я тебя люблю. Мне могут не нравиться какие-то твои действия, но нравишься ты сам. Я уважаю твой выбор, даже, если не согласна с ним. Ты всегда в моем сердце, а я всегда в твоём, даже, если мы далеко друг от друга. Я рада, что я твоя мама. Я рад, что я твой папа. Я горжусь тобой, твоими успехами и достижениями. Спасибо, что ты есть. Такие родительские послания, сказанные искренне, с любовью в глазах и сердце, навсегда останутся в памяти ребенка и будут согревать его в холодные дни.



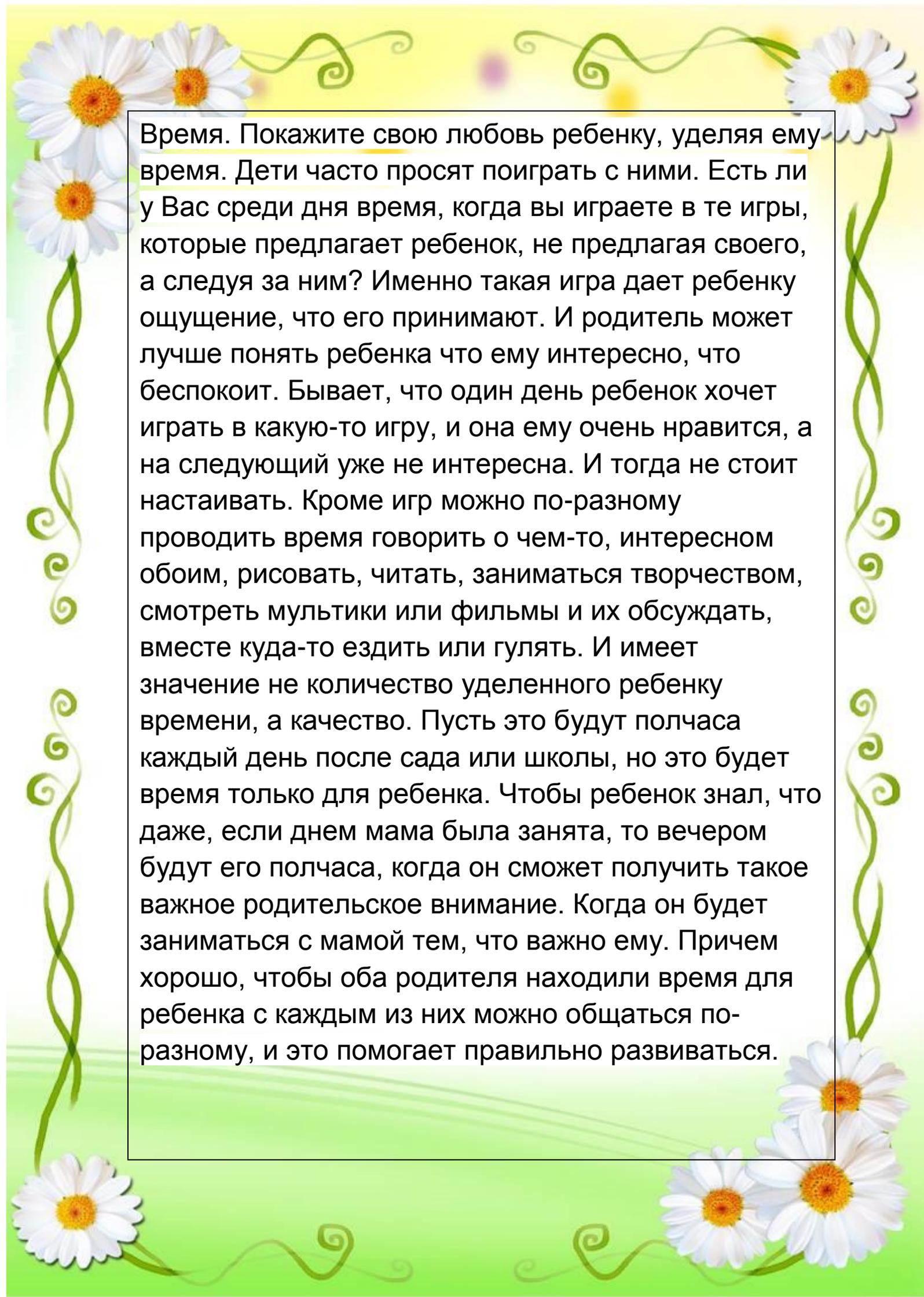
Не последнюю роль в общении играет улыбка. Чем чаще вы улыбаетесь ребенку, тем спокойнее и добрее он будет становиться. Своей улыбкой вы передаете малышу невербальную информацию: «Все в порядке, ты хороший, я тебя люблю, у нас все замечательно». Частые вспышки негативных эмоций, гнев, выражение недовольства на лице, способствуют развитию чувства вины, неуверенности в собственных силах.

2. Забота и помощь. Покажите свою любовь ребенку, помогая и заботясь о нем. Мама часто заботится о том, чтобы ребенок был сыт, одет и обут. Не менее важна забота и его психологических потребностях в любви, внимании, ласке, успехе, понимании, уважении, самоуважении, познании, свободе, независимости, самоопределении, развитии, самореализации. Важно давать ребенку выбор, спрашивать и учитывать его мнение. Что касается помощи, важно помогать ребенку тогда, когда он просит. Делая что-то с Вами, со временем, он сможет делать это сам, и тогда уже помогать будет не надо. При этом, если ребенок не просит помощи, не стоит вмешиваться и предлагать ее. Таким не вмешательством Вы даете ему посыл: «Я верю, что у тебя все получится. Ты справишься». А ребенок, который смог сделать что-то сам, чувствует потом гордость и верит в свои силы. Взглядом и улыбкой мы тоже можем показывать ребенку, что поддерживаем его.



Прикосновения. Покажите свою любовь ребенку, прикасаясь. Не меньше 8 объятий нужны нам, и взрослым, и детям, чтобы чувствовать себя любимыми. Знаете ли Вы какие прикосновения нравятся Вашему ребенку? Это могут быть: массажики, поглаживания, ласка, объятия, поцелуи, легкая щекотка, прикосновения разной интенсивности. Массаж и поглаживания перед сном помогают ребенку лучше расслабить тело, сбросить напряжение, быстрее и крепче заснуть.

Подарки. Покажите свою любовь ребенку, даря подарки. Подарки не случайно на последнем месте, ими не заменить все остальное. Но и их важно время от времени дарить, как знак внимания, знак любви. И важна не цена подарка, а его ценность для самого ребенка. Можно подарить не только что-то купленное в магазине, но и ваш рисунок, сорванный цветок, осенний листик, что-то сделанное своими руками. Вашему ребенку может быть особенно важен какой-то определенный язык любви, но лучше проявлять их все время от времени. Чтобы, когда Ваш ребенок вырастет, он тоже умел любить и мог проявлять свою любовь по-разному.



Время. Покажите свою любовь ребенку, уделяя ему время. Дети часто просят поиграть с ними. Есть ли у Вас среди дня время, когда вы играете в те игры, которые предлагает ребенок, не предлагая своего, а следуя за ним? Именно такая игра дает ребенку ощущение, что его принимают. И родитель может лучше понять ребенка что ему интересно, что беспокоит. Бывает, что один день ребенок хочет играть в какую-то игру, и она ему очень нравится, а на следующий уже не интересна. И тогда не стоит настаивать. Кроме игр можно по-разному проводить время говорить о чем-то, интересном обоим, рисовать, читать, заниматься творчеством, смотреть мультики или фильмы и их обсуждать, вместе куда-то ездить или гулять. И имеет значение не количество уделенного ребенку времени, а качество. Пусть это будут полчаса каждый день после сада или школы, но это будет время только для ребенка. Чтобы ребенок знал, что даже, если днем мама была занята, то вечером будут его полчаса, когда он сможет получить такое важное родительское внимание. Когда он будет заниматься с мамой тем, что важно ему. Причем хорошо, чтобы оба родителя находили время для ребенка с каждым из них можно общаться по-разному, и это помогает правильно развиваться.