**Информация**

**Для родителей**

**Тема «Как любить своего ребенка»**

Семья и любовь родителей, несомненно, играют ведущую роль в воспитании детей. Известно, что в своих поступках дети, как правило, берут пример с родителей. Какими бы родителями мы не были, мы всегда даем утвердительный ответ, что мы любим своего ребенка. И это правда. А как мы любим и тем более умеем ли любить, над этим задумываться не приходится.

Какой должна быть подлинная родительская любовь? В каких ее проявлениях особенно нуждаются дети? Обеспечивает ли семья ребенку психологический комфорт или формирует чувство ненужности? Какие ошибки мы совершаем? На эти вопросы постараемся сегодня ответить.

**5 основных ошибок в воспитании, которые, по незнанию, могут совершать родители.**

**1.Обещание больше не любить.**

Эту угрозу родители, как правило, не осуществляют, но дети чувствуют фальш. Единожды обманув, вы не только надолго потеряете доверие ребенка, но и нанесете ему психологическую травму (можно высказать неодобрение, порицание за конкретный проступок, но не переносить на личность ребенка в целом, что он не достоин вашей любви).

**2.Безразличие к ребенку.**

Не показывайте, что вам все равно, чем он занимается. Ребенок будет совершать плохие поступки, чтобы таким образом обратить на себя внимание и проверить настоящее ли ваше безразличие.

**3.Навязанная роль.**

Утверждение за ребенком только одного шаблона поведения. Дети готовы сделать все, чтобы понравиться своим родителям. Но стремление угодить, быть только хорошими зачастую не дает возможности освобождаться от негативных эмоций, которые может испытывать каждый из нас. А если естественные эмоции не находят выхода: плакать когда больно, злиться когда обидно и пр. и делиться этими чувствами с родными людьми, они перерастают в соматические заболевания и кардинальную смену роли – ребенок становится неуправляемым, переходит в личную несостоятельность.

**4.Отсутствие времени на общение с детьми.**

Результатом этого бывает поиск ребенком родственной души среди чужих людей и часто может попасть в плохую компанию, где ему «уделяют внимание».

**5.Мало ласки.**

Дети любого возраста стремятся к ласке. Она помогает ощущать себя нужными и придает уверенность в собственных силах.

Родители часто жалуются на то , что у них много работы, они заняты, им некогда заниматься воспитанием детей .Социологи установили, что на воспитание детей у мамы и папы остается ежедневно в среднем всего лишь 17 минут. Подумайте, что вы можете дать своему ребенку за это время? Поэтому нужно стараться воспитывать ребенка так, чтобы он даже в ваше отсутствие помнил, что вы любите и поддерживаете его. Воспитывают в семье даже молчанием, взглядом, мимикой, радостью и грустью. Трагедия детей – с малых лет чувствовать себя в семье лишним, брошенным, одиноким и, самое главное, незащищенным, а этому может способствовать равнодушие родителей, мнение которых имеет для ребенка большое значение, так как это люди, которым он доверяет безоговорочно.

**Способы выражения любви к своему ребенку.**

**Способ 1.Контакт глаз.**

В каких ситуациях мы чаще всего смотрим в глаза своему ребенку? Мы смотрим с любовью и нежностью на своего ребенка тогда, когда он особенно хорош и дисциплинирован. Или выразительно смотрим в те моменты, когда критикуем, поучаем, попрекаем, ругаем («ну-ка, посмотри мне в глаза, что ты еще натворил»). Так мы вряд ли можем убедить ребенка в нашей безусловной любви. Еще ужаснее привычка в наказание не смотреть на своего ребенка («видеть тебя не хочу»). Это тоже пример обусловленной любви .Опасность использования взгляда в наказание заключается не только в том, что мы лишаем ребенка уверенности в нашей безусловной любви , одновременно мы учим ребенка использовать контакт глаз в своей жизни. Став взрослым, ребенок будет избегать взгляда каждый раз, как только внешняя ситуация будет для него незнакома или некомфортна, когда он будет чувствовать себя неуверенно.

Ласковый взгляд, прикосновение способны уменьшить уровень тревожности. Переданная взглядом информация может отпечататься в сознании ребенка сильнее, чем сказанные слова. Даже если вы наказываете вашего ребенка, в ваших глазах должна быть любовь, а не злоба. Если потребность ребенка в контакте глаз удовлетворена, он не отводит взгляд в сторону при контакте с людьми.

**Способ 2. Физический контакт.**

В психологии есть понятие «тактильный голод». Бывает он у детей, которых мало ласкают. Многие родители не понимают, как важно для ребенка, когда его обнимают и целуют. Боязнь избаловать детей вытесняет родительскую ласку. Не бойтесь, что заласканному ребенку будет в жизни трудно. Ласковые прикосновения смягчают душу ребенка и снимают напряжение. В любом возрасте он нуждается в физическом контакте с родителями.

Помните, когда ваш ребенок будет взвешивать свое стремление отказаться от взрослых авторитетов и привязанности к родителям (в подростковый период), воспоминания отчетливо нарисуют ему картинки родительской ласки и любви, пережитые им ранее. Чем трогательнее эмоциональная память о детстве у подростка, тем более уверенно он будет противостоять проблемам в этот непростой период своей жизни.

**Способ 3.Пристальное внимание.**

Пристальное внимание проявляется в готовности выслушать ребенка наедине столько времени, сколько ему необходимо. Довольно часто возникают ситуации, когда ребенку необходимо особое внимание, но именно в эту минуту вы меньше всего расположены его слушать. Пристальное внимание предполагает возможность полностью сосредоточиться на ребенке, не отвлекаясь ни на что, так, чтобы он не сомневался в вашей безоговорочной любви к нему. В такие моменты ребенок должен почувствовать, что он единственный в своем роде, что он особенный. Чувствуя внимание к своим проблемам и успехам, ребенок, повзрослев, приобретает способность и потребность делиться со взрослым своими переживаниями, для него это будет естественно даже в кризисные периоды своей жизни.

**Также, следует выделить несколько типов родительской любви к детям, которые портят, а не воспитывают их.**

**«Любовь умиления**» : ребенок не знает понятий «нельзя» и «надо», не осознает своего долга перед родителями, не умеет трудиться, не замечает желаний и потребностей других людей.

**«Деспотичная любовь»:** у ребенка с малых летизвращается представление о добром начале в человеке, в атмосфере постоянных упреков ребенок ожесточается.

**«Любовь откупа»:** родители видят свой долг преимущественно в обеспечении материальных потребностей в таких семьях царит атмосфера духовной пустоты, отсутствие эмоциональной близости и доверительных взаимоотношений. Став взрослым, во взаимоотношениях с другими людьми он будет испытывать многие трудности.

**Итак**, жизнь и наука доказали, что все беды детей, а потому и родителей, объясняются ошибками семейного воспитания, главная из которых – отсутствие безусловной любви и неумение хвалить и поддерживать своих детей. А ведь для ребенка самое главное – чтобы его любили таким, какой он есть.

**Педагог – психолог: Котенко Т.П.**