

Наши 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 отдать. А теперь задумайтесь, и ответьте сами себе на следующие вопросы:

- Когда вы в последний раз говорили своему ребенку, что любите его?
- Когда вы разговаривали с ним по душам наедине ?
- А когда гладили его по голове?

Я желаю, чтобы ваши дети были наполнены вашей любовью! Придя домой сегодня, подарите им свою любовь и внимание!

**Любите и будьте любимы!**

Муниципальное автономное учреждение  
дополнительного образования  
города Нижневартовска



Социально-психологическая служба

## ПСИХОЛОГИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

### Что значит любить своего ребенка



*Дети, которых не любят,  
становятся взрослыми, которые  
не могут любить.*

*Перл Бак*

*Любите своего ребенка любым –  
неталантливым, неудачливым,  
взрослым. Общайтесь с ним,  
радуйтесь, потому что ребенок –  
это праздник, который пока с*

Психологи установили, что существует несколько способов выражения любви к ребёнку: контакт глаз, физический контакт, пристальное внимание.

Каждый из этих способов принципиально важен.



### Контакт глаз

Оказывается, что внимательнее всего ребенок слушает нас, когда мы смотрим ему в глаза. Тяжелой для ребенка является родительская привычка – когда родители специально избегают смотреть на него, если он провинился. Это действует на него угнетающе. 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. Или привычка в наказание не смотреть на своего ребенка («видеть тебя не хочу»).

Дети, лишённые любящего взгляда матери чаще болеют, хуже развиваются. У ребенка может сформироваться стойкий страх того, что он никому не нужен, он очень плох, могут появиться признаки тревожности или агрессии.

Итак, глаза родителей и слова, которые мы говорим своему ребенку, должны постоянно излучать нежность и любовь независимо от того, довольны мы им в данный момент или нет. Большая ошибка родителей – использование лишь строго взгляда как

### Физический контакт

Еще один способ сказать своему ребёнку, что вы его любите – это физический контакт.

#### Способы проявления:

- *прикоснуться к руке;*
- *погладить по голове;*
- *потрепать по волосам;*
- *прижать к себе;*
- *поцеловать.*



Особенно важны такие контакты **мальчику** в его развитии **до 7-8 лет**.

**Для девочек** же, наоборот, физический контакт становится важнее и достигает пика **к 11 годам**.

Одним из замечательных способов выражения любви является **объятие**. Психологи пришли к заключению, что объятия крайне необходимы в семье.

Считается, что ежедневно ребенку необходимы :

5 объятий - **для выживания,**

10 объятий-- **для поддержки,**

15 объятий – **для роста и развития.**

Наилучший результат достигается тогда, когда объятия используются в нужный момент. Они должны быть естественными. Ребенок, растущий в доме, где родители щедро одаривают его любящим взглядом и нежным прикосновением, будет чув-

ствовать себя уверенно и спокойно.

#### При- нима-



#### стальное ние

Самый эффективный способ сказать ребёнку, что вы действительно его любите, — это **сосредоточенное внимание**.

Ребёнку просто необходимо быть со своими родителями, разговаривать, находиться рядом. Именно качественное время, проведённое с вашим ребёнком, объединяет вас, делает ближе, улучшает взаимоотношения. Заменителя этому просто не существует.

Не имея возможности уделять ребенку достаточно внимания, родители часто заменяют его подарками, выполнением просьб. На самом деле пристальное внимание – насущная потребность каждого ребенка. От её удовлетворения зависит, как ребенок оценивает себя, как его принимают окружающие люди.

Ваш ребёнок нуждается в том, чтобы быть рядом с самым важным человеком в его жизни. Ведь любовь предполагает принятие ребенка таким, какой он есть. Поскольку дети любят своих родителей