

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Усть-Нерский детский сад общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по физическому развитию №36 «Березка» МР «Оймяконский улус»

Рекомендации для родителей

«10 способов выразить любовь к своим детям- «обнять» словами»

Старший воспитатель
Княжева В.В.



Консультация для родителей «10 способов выразить любовь к своим детям-обнять словами»

Конечно, все мамы и папы любят своего ребёнка. Но эмоциональная сдержанность, которой порой учат нас наши же родители, мешает естественным образом выражать свои чувства. Критика, упреки, мудрые наставления, наказания — это легко. А вот с выражением любви у многих взрослых явные проблемы. Получается так — малыш хорошо одет, ходит в элитную школу, посещает модные кружки, но вот слово «люблю» слышит крайне редко. А ведь любовь не заменить ни игрушками, ни новомодными гаджетами, ни дорогой одеждой.

Научитесь говорить о чувствах и показывать свою любовь ребёнку, ему это так нужно!

Больше внимания

Сколько бы вы ни говорили ребёнку о том, что работа вас совсем не отпускает и сложно выкроить лишний час вечером, ему сложно будет это понять. И даже в выходные, когда в запасе пара свободных дней, что делают многие взрослые? Просто лежат у телевизора, стараясь побыть в тишине, или уткнувшись в телефон. Когда мама и папа не уделяют малышу внимание, он чувствует себя покинутым и ненужным, думает, что его не любят. А разве вы сами не думали бы о том же, видя полное к себе безразличие?

Уделяйте больше времени ребёнку. Это не значит, что нужно стать для него аниматором и не отходить ни на шаг. Но если малыш хочет о чем-то с вами поговорить, отложите дела, послушайте. Выдались лишние полчаса в суете вечерних дней? Проведите это время с ребёнком вместо того, чтобы почитать новости или сплетни в соцсетях — поболтайте, в обнимку посмотрите мультфильм или почитайте. И не забудьте сказать «люблю».

Любовь — это слова!

Не бойтесь выражать свои чувства словами. О любви нужно говорить! С утра, когда малыш только что проснулся, в обед, когда пришел из школы, перед сном, когда ложится спать — как можно чаще. Поверьте, ребёнок не вырастет слабовольным и изнеженным, если будет слышать от мамы и папы, как они его любят, как дорожат им, как ценят его. Наоборот — малыш станет увереннее в себе, не побоится обратиться к родителям за помощью и советом в случае беды, сам научится правильно выражать свои чувства.

«Как хорошо, что ты у нас есть», «мы тебя любим и ценим», «хорошо, когда мы проводим время вместе» — как много признаний в любви можно придумать.

Зрительный контакт

Наш взгляд может быть выразительнее слов. И часто родители заглядывают в глаза ребёнку, только когда ругают, поучают и критикуют. Большая ошибка!

Любящий взгляд — лучшее лекарство от проблем ребёнка, мотиватор на великие свершения, «успокоитель» от тревог. Глаза родителей должны всегда излучать любовь и нежность. И это касается даже тех случаев, когда вы отчитываете ребёнка за провинность. Да, эмоции бывают сложно сдерживать, но гневный взгляд в сочетании с криками ничего, кроме страха и обиды в ребёнка не вселяет.

Научитесь слушать и слышать ребёнка

Слов для выражения своих трепетных чувств, конечно, мало. Одному малышу приятно будет услышать от мамы, как она его ценит, а другому, наоборот, нужно, чтобы выслушали именно его.

Находите время, чтобы говорить с ребёнком, вникать в его проблемы (пусть они и кажутся вам пустяшными), подбадривать, делиться мнением. Не это ли любовь? Оторвитесь от телефона, ненадолго отложите дела — как знать, может, ребёнок хочет вам рассказать то, что его очень волнует. А видя, что вы постоянно отвлекаетесь на посторонние вещи, все желание поделиться сокровенным пропадает — он ощущает себя нелюбимым, покинутым, непонятым, недооценённым.

Чаще обнимайте малыша

Тактильный контакт очень важен — это лучшее доказательство вашей любви. Обнимайте ребёнка как можно чаще! Он нуждается в родительской ласке, чтобы чувствовать себя любимым и нужным.

Не надо заводить специальный «дневник обниманий». Просто при любом удобном случае приласкайте малыша — крепко обнимите или посидите рядом, держась за руки.

Малыши будут только рады проявлениям родительской нежности. С подростками придется сложнее. Но даже если такой «взрослый» ребёнок постоянно говорит «мама, хватит меня обнимать и целовать», это не значит, что ему этого не хочется — просто во всей красе период отрицания всего и вся. Подросток стесняется выражать свои чувства при людях, хочет доказать окружающим (в особенности — друзьям) свою самостоятельность — а тут родители со своими нежностями. Почему бы не найти время, чтобы побыть наедине с ребёнком и пообщаться? Тогда подросток точно не будет противиться вашим проявлениям чувств к нему.

Устраивайте семейные ужины

Когда в последний раз вы собирались за столом всей семьей? Если очень-очень давно, пора возрождать эту традицию!

Неспешный семейный ужин — отличная возможность поделиться новостями друг с другом, запланировать развлечения на выходные. Это сближает, ребёнок чувствует свою значимость.

Читайте вместе

Какой ребёнок не любит сказки? Читайте ему перед сном, а когда малыш научится сам читать, слушайте его.

Чтение вместе — это и тактильный контакт с ребёнком, и возможность поговорить с ним, обсуждая героев книги и сюжет. Один из лучших поводов доказать малышу, что вам приятно проводить с ним время.

Любое достижение малыша — праздник!

Первое стихотворение на детсадовском утреннике, «пятерка» за выученный урок, без напоминания убранная комната, победа на спортивных соревнованиях — как много поводов гордиться своим ребёнком. И не держите чувства в себе! Скажите малышу, как вы цените его старания, как гордитесь его достижениями. Это лучшие проявления родительской любви.

«Спасибо»

Чтобы выразить свою любовь ребёнку, не нужно совершать героических подвигов и дарить ему дорогими презентами. Малыш оценит и самые простые вещи — например, благодарность родителей. «Спасибо» — такое простое слово. Но многие взрослые, даже несмотря на то, что учат этикету своих детей, сами напрочь о нем забывают.

Не забывайте благодарить ребёнка за помощь. Он будет знать, что очень вам «пригодился», и в следующий раз тоже с удовольствием поможет.