**Консультация для родителей «Умеете ли вы любить своего ребёнка»**

 Сегодня часто можно услышать: «Нужно просто любить своего ребенка!» Но разве это просто? Как, скажете вы, его еще любить?! Разве я его не люблю?! Конечно же, любите! Только недостаточно показываете это. Как научиться показывать свою любовь ребенку? Как сделать так, чтобы он все время ощущал, точно знал, что любим своими родителями?

Давайте вместе выстроим пирамиду, на вершине которой будет гордо восседать безусловная родительская любовь.

 **Физический контакт**

 ***Прикосновения***

Почти все дети любят ласкаться. Порой поцелуи и объятия длятся так долго, как будто дети прощаются раз и навсегда. А сидение на родительских коленях и плечах? Это «лакомство» любят все дети без исключения! Именно через прикосновения дети убеждаются, что любимы и нужны. Они как будто подпитываются родительской любовью через физический контакт. Как батарейки, вставленные в аккумулятор для подзарядки.

Поэтому прикасайтесь к своему ребенку не только руками, но и… глазами.

 ***Глаза в глаза***

Дети могут подолгу смотреть в глаза. Замечали? Собственно говоря, именно таким способом они «черпают» родительскую любовь. Они заглядывают в самую душу, находя в ее глубине настоящее к себе отношение. Только не отводите взгляд. Вашему чаду может показаться, что вы скрываете от него свои чувства. Но ведь потребность ребенка в тактильных ощущениях и в зрительном контакте можно удовлетворить заранее.

Возьмите себе за правило 10-30 минут в день разговаривать с ребенком один на один. Выберете себе место, в котором вам никто не помешает. Поверьте: это не будет занимать у вас много времени! Как только «подпитка» закончится, ребенок бросится заниматься своими делами, которых у него всегда великое множество.

**Эмоциональный контакт**

***Сочувствие***

Как вы реагируете, когда ваш ребёнок ударяется в истерику? Что говорите, что чувствуете? Психологи считают, что гораздо эффективнее дать ребёнку «выплакать» свою обиду или боль. Собственно говоря, это полезно делать также и взрослым людям. Сядьте рядом с ребенком и вместо того, чтобы успокаивать его, помолчите и погладьте по спине. Обнимите, дайте ему почувствовать, что вы рядом и понимаете его чувства. Уверяю вас: он будет благодарен за такое проявление сочувствия гораздо сильнее, чем за успокоения и сюсюкание.

Что такое сочувствие? Это чувство, пережитое совместно, разделенное с близким человеком. Помогая своему ребенку сегодня пережить его ощущения, вы закладываете прочный психологический фундамент на будущее.

 **Семейный контакт**

***Традиции***

Есть ли в вашей семье традиции? Какие могут быть традиции? Да самые разные!

* Вы можете вместе рисовать раз в неделю, вместе смотреть мультики, вместе гулять по парку каждый вечер, ходить на лыжах на выходные.
* Отправляться каждое лето к бабушке в деревню и там, через день ходить на рыбалку с местными мальчишками.
* Вы можете выходить перед сном на балкон и считать звезды, желать доброй ночи луне и игрушкам, уставившимся вместе с вами в ночное небо.
* Вы можете… все, что взбредет в голову.

Только не отлынивайте, делайте это постоянно, и ребенок будет благодарен вам за созданную стабильность и постоянство. А также за ощущение причастности к семье.

 ***Чувство причастности к семье***

Учитесь видеть в своем ребенке равного члена семьи со своими правами и обязанностями. Наметьте ряд домашних дел, за которые будет отвечать он. И объясните, что это его вклад в семью, что вы рассчитываете на него. Сначала это будет маленькая лепта в семью – убрать свою постель и вытереть пыль. Дальше – больше.

 ***Семейные переговоры***

Для этого существуют семейные переговоры. Наметьте день – раз в неделю – в который вся семья будет собираться за столом переговоров. Темы, которые будут обсуждаться в этот вечер, могут быть совершенно разными. От небольших проблем, которые могут возникнуть у детей в садике и школе до глобальных планов семьи на будущее.

Сажайте за стол переговоров даже самых маленьких. Неважно, что он не сможет высказать свое мнение. Важно, что к нему относятся как к равному, к мнению которого будут прислушиваться, когда он подрастет.

 ***Подарки***

В семье праздник или намечается день рожденья. Что подарит имениннику ваш ребенок? «Что ты хочешь подарить папе?» - спрашиваете вы, уверенные, что ничего путного ребенок сделать не сможет. Нужна ли поделка имениннику? Нужна, очень нужна! И не только как дар ребенка, преподнесенный от всей души.

Это и воспитательный момент. Обязательно оцените его, отметьте желание ребенка давать и дарить. Садитесь за поделки вместе с ним. Покажите, как сделать подарок, за который ребенок будет себя уважать, потому что он сделал это сам. И смог подарить любимому человеку.

 ***Самостоятельность и доверие***

Так трудно порой доверять своему ребенку. Но ведь именно этого он и ждет от нас, родителей. Не денег и ценных подарков, а внимания и доверия. Вы можете предугадывать его желания. Вы можете даже попытаться спасти его от ошибок. Но у вас не получится прожить за него жизнь. Это ему предстоит сделать самому. Поэтому доверяйте ему делать самостоятельные шаги.

 ***Говорите о своей любви***

Не стоит прятать ее. Говорите просто так. Говорите потому, что глядя на них, вы думаете: «Как здорово, что у меня есть сын! Как здорово, что у меня есть дочь! И если бы их не было на свете, я была бы менее счастлива, менее любима и не так мудра, как сейчас…» Говорите потому, что чувствуете, что это нужно сказать. И пусть ваши слова покажутся кому-то глупыми, вы же знаете, что говорите их не для других, а для себя и собственных детей.

Принято считать, что родительская любовь – это ласка, опека и забота, преподнесенная ребенку в одностороннем порядке. Но это не совсем так. Настоящая родительская любовь – состоит из множества маленьких умений, навыков, которым мы – родители – обучаемся самостоятельно в процессе воспитания. И учим этому своих детей, готовя их ко взрослой счастливой жизни.

Педагог-психолог

Декабрь 2019 С.Ю.Сидорейко