

Как на самом деле любить детей

Достоинo воспитывать и растить детей в нашем современном мире очень нелегко. Родители становятся все более истощенными физически, эмоционально и духовно, а страдают от этого в первую очередь наши дети, потому что больше всего на свете им необходима родительская любовь. Как правило, родители искренне любят своего ребенка, изо всех сил стараются хорошо воспитывать его, но часто возникает ощущение, что чего-то в их стараниях не хватает. А дело в том, что ребенок не чувствует родительской любви. И не стоит винить в этом маму с папой, которые просто не знают, как эту любовь проявить, как ее выразить.

Что же это такое - любовь к детям?

Настоящая любовь безоговорочная, безусловная. Безусловная любовь - фундамент, на котором основаны надежные взаимоотношения с детьми. Именно такая любовь может в полной мере обеспечить реализацию потенциальных возможностей и талантов ребенка.

Любить ребенка безоговорочно, безусловно - значит любить его независимо ни от чего. Независимо от его внешности, способностей, достоинств и недостатков. Независимо от того, как он ведет себя сейчас. Это не означает того, что нам всегда нравится его поведение. Но безусловная любовь означает, что мы любим ребенка даже тогда, когда его поведение вызывает у нас раздражение.

Ребенок и его чувства

Ребенок приходит в этот мир, обладая поразительной способностью к эмоциональному восприятию. Ребенок исключительно чувствителен к тому, как настроены его близкие. Эмоциональное состояние ребенка определяет то, какой он видит мир, родителей, свой дом, самого себя.

Эмоциональное состояние - это платформа для будущего развития ребенка. И если ребенку мир представляется холодным, отталкивающим, не любящим, не заботящимся, враждебным, у него возникает тревожность и беспокойство, а это влияет на его развитие, поведение, взаимоотношения с окружающими, на учебную деятельность.

Более того, ребенок не только эмоционально чувствителен, но и крайне уязвим. Ребенок постоянно, всеми доступными ему способами, спрашивает своих родителей: «Вы меня любите?» Чаше этот вопрос ребенок задает своим

поведением, реже - словами. Полученный ответ - самое главное в его жизни. От ответа на этот вопрос зависит основное отношение ребенка к жизни, его дальнейшее развитие.

Если мы любим ребенка безусловно, то он получает утвердительный ответ на свой вопрос и наполняется радостью. Если наша любовь условна - зависит от его успехов в учебе, от его поведения и прочего, он теряет уверенность в себе, становится тревожным и настороженным, злым и подавленным.

Ребенок задает свой главный вопрос всем своим видом, всем своим поведением, а мы, родители, всем своим видом, всем своим поведением отвечаем на этот вопрос.

Своим поведением ребенок показывает, в чем он больше всего нуждается – во внимании, любви, признании, понимании...

В глубине души мы можем испытывать пламенную любовь к своему чаду, но этого недостаточно. Ребенок не только слышит то, что мы говорим, но и чувствует, как мы говорим, и главное - видит, что мы делаем. Для ребенка наши поступки весомее, сильнее, чем слова.

Чем лучше мы понимаем своего ребенка и чем полнее удовлетворяем его истинные потребности, тем послушнее, веселее он становится. И наоборот, если мы не чувствуем его, а значит, и не можем дать ему того, что ему на самом деле необходимо, ребенок становится непослушным, плаксивым, замкнутым.

Дети отражают любовь

Ребенка можно сравнить с зеркалом. Он отражает любовь, но не начинает любить первым. Если детей одаривают любовью - дети возвращают ее. Если им ничего не дается, им нечего и возвращать! Безусловная любовь возвращается всегда, а обусловленная любовь возвращается в зависимости от тех или иных условий, обстоятельств.

По мере того как ребенок растет, он ждет от родителей все более искренних отношений. А родители часто избегают похвалы, тепла, нежности, остаются строгими, так как считают, что слишком частые похвалы испортят ребенка. И хвалят его лишь тогда, когда он и в самом деле ведет себя замечательно. Пока ребенок совсем маленький - это срабатывает. С возрастом же у ребенка появляется ощущение, что его не любят, - не любят таким, каков он есть. Когда ребенок вырастает, его любовь к родителям - зеркальное отражение их чувств к нему. Часто ребенок относиться к родителям обусловлено, то есть любит их за что-то. Он ведет себя, как надо папе и маме, когда чего-то от них хочет

добиться. И когда в семье идет эта игра, в ней поселяются тревога, гнев и обиды.

Как передать любовь?

Дети своим поведением демонстрируют нам свои чувства. Наблюдая за ребенком, можно легко определить, что он чувствует, в каком расположении духа находится. Ну а сами дети в большинстве своем обладают прямо-таки сверхъестественной способностью распознавать чувства взрослых по их поведению.

Свою любовь можно передать ребенку по-разному:

1. Контакт глаз. Мы просто недооцениваем того, что ребенку необходим открытый, доброжелательный взгляд прямо в глаза. И не только для установления контакта, но и для удовлетворения его эмоциональных потребностей (эмоциональное питание). Однако, если родители нежно смотрят на дитя только в знак одобрения, ребенок это очень хорошо улавливает и усваивает.
2. Физический контакт. Физические контакты необходимы и девочкам и мальчикам любого возраста, меняются только формы проявления контактов. Например, если девочку можно поцеловать в щечку, то мальчика лучше потрепать по волосам или доверительно положить ему руку на плечо.
3. Пристальное внимание. Это требует времени, иногда очень значительного, и пристального контроля своих эмоций. Не получая пристального внимания, ребенок испытывает беспокойство, поскольку чувствует, что все другое важнее, чем он сам.

Дефицит внимания порождает в детях неуверенность, тревожность и низкую самооценку, а в результате - нарушения в эмоциональной и поведенческой сфере.

Памятка о безусловной любви к детям

Постоянно напоминайте себе, что ваши дети:

- это обычные дети;
- они ведут себя, как все дети на свете;
- в ребячьих выходках есть немало неприятного и даже противного;
- если я буду стараться как следует выполнять свою роль родителя и любить детей, несмотря на их шалости и проделки, они будут стараться вырасти

и отказываться от своих плохих привычек;

- если я буду любить своих детей лишь тогда, когда они послушны и радуют меня своим поведением, и если только в эти моменты я стану выражать свою любовь к ним, они не будут чувствовать, что их всегда и искренне любят;
- если я люблю своих детей безусловной любовью, они будут себя уважать, у них появится чувство внутреннего умиротворения и равновесия, и это позволит им по мере того как они взрослеют - контролировать свои чувства и поведение;
- если я люблю их лишь тогда, когда они выполняют мои требования и соответствуют моим ожиданиям, они будут чувствовать свою неполноценность, будут считать, что бесполезно стараться, так как этим родителям никогда не угодишь;
- ради самого себя (как страдающего за своих детей родителя) и ради блага своих детей я изо всех сил должен стараться, чтобы моя любовь к ним была как можно ближе к безусловной и безоговорочной любви. Ведь будущее моих детей основано на этой любви.