

Знаки любви .

Юлия Белейчук **Любовь глазами взрослых.**



Что значит "показывать свою любовь ребенку"? Есть универсальный и правильный ответ на этот вопрос? Пожалуй, нет. Каждый по-своему чувствует и проявляет любовь. Даже родительскую.

Для одного любовь к малышу - одеть, накормить, купить игрушку, дать возможность учиться, быть самостоятельным - и заняться своими (личными родительскими) делами, но при этом вовремя почувствовать, что с ребенком что-то происходит, и вовремя помочь.

Для второго - целовать каждые пять минут, качать на коленях и при этом "забыть" у бабушки, если впереди есть возможность провести выходные в веселой взрослой компании.

Для третьего - каждый день говорить: "Я люблю тебя".

Для четвертого - помогать крохе делать хорошие дела чаще, чем плохие и бесполезные.

Одним родителям кажется, что легче показывать свою любовь к маленькому ребенку. Другие полагают, что дошкольнику. Возможно, первые просто помнят, что когда их кроха был маленький и зависимый, они волей-неволей проводили с ним больше времени и поэтому вроде как были ближе, теплее и ласковее. Вторые так думают, скорее всего, потому, что с подросшим ребенком стало легче договариваться и поговорить о любви.

А что же сами "объекты" любви - дети?

Ошибки интерпретации. Дети - существа, которые общаются на эмоциональном уровне. Они обладают сверхъестественной способностью распознавать наше к ним отношение независимо от того, что мы в этот момент говорим или делаем. Малыши постоянно проверяют, как относится к ним родитель, они подсчитывают любые проявления маминой и папиной любви - у них своя, эмоциональная бухгалтерия. Они все время сравнивают: "Вчера поцеловал на ночь, а сегодня просто укрыл", "Гости пролили чай, мама сказала "ничего", а я пролил - поругала"... Им очень не хватает внешних "сигналов" любви. А ведь положительное отношение к себе - это основа психологического выживания человека. Поэтому ребенок постоянно ищет нашей любви, борется за нее, ждет подтверждение тому, что он хороший.



К сожалению, очень многие родители уверены, что главные (если не единственные) воспитательные средства - это награды и наказания, пряник и кнут. Но воспитание - это не дрессура, и родители существуют не для того, чтобы вырабатывать у детей условные рефлексы. Мама говорит дочери: "Если ты будешь хорошей девочкой, я буду тебя любить". Но любовь - это не товар и не деньги.

Для психологического благополучия ребенку необходима уверенность, что наша любовь абсолютна и не зависит от каких-то условий. Мы любим его не "за то, что он..." и не "если он...", а просто потому, что он есть. Только на фоне безусловного принятия возможно все остальное: воспитывать, договориться, налаживать дисциплину, даже наказывать, если в этом возникает необходимость.

Порой дети неправильно понимают и интерпретируют реакции и высказывания своих родителей. Они недостаточно опытные, чтобы понимать мотивы поведения взрослых. И слишком заняты своими собственными ощущениями, чтобы анализировать те или иные поступки других людей.

Например, ежедневная забота - наглядное подтверждение любви. Так думают родители. Но не дети. Они не воспринимают заботу о себе как любовь. Физический уход, переодевание, купание, кормление и т.д. - все это малышам обычно оценивается как обыденное выполнение родительского долга. "Ухоженный" ребенок может глубоко страдать от недостатка любви и чувствовать себя обделенным.

Если малышу делают громкое и сердитое замечание, он даже не подозревает, что родители, пытаясь изменить его поведение к лучшему, проявляют тем самым свою любовь. Ему кажется, что взрослые отвергают его. Он держит в памяти действия и высказывания, повлекшие за собой испорченное настроение, раздражение и досаду.

Когда детей часто критикуют, они не чувствуют, что любимы. Даже если критика сопровождается словами любви, малыши часто считают, что родители хотят их обидеть и оскорбить.

Если бы мамам и папам дали послушать запись их разговора с детьми, они бы, вероятно, очень удивились, обнаружив, что большая часть и реплик либо указывающая, либо поправляющая, либо критикующая. "Саша, быстро надень пижаму и почисти зубы.", "Может быть, вы перестанете драться?", "Кто устроил беспорядок на диване?". Лишь иногда попадаются фразы: "Ты собрал игрушки? Молодец!", "Дай я тебя поцелую. Спокойной ночи, солнышко.", "Спасибо за помощь!". А ведь именно эти одобрительные обращения - свидетельства вашей любви для карапуза.

Как же он узнает о вашей любви? Итак, только испытывать любовь к ребенку недостаточно. Ее следует правильно выражать. Так, как понятно малышу. Где же он ее ищет?



Глаза. Если ребенок видит любящий взгляд ежедневно, он воспринимает это как безусловную любовь. Если же нежный взгляд у родителя появляется, только когда малыш особенно хорошо и дисциплинированно себя ведет, тогда он воспринимает их как любовь относительную: "Меня будут любить, если я буду хорошим и послушным". Но ведь всегда быть таким не получится даже у самого лучшего человека.



Контакт глаза в глаза - это один из самых доверительных контактов. Такой взгляд сближает. А если взрослый смотрит в глаза ребенку, только когда настаивает на своем или критикует, поучает, упрекает, ругает и пр.? Что это означает? То, что родитель использует это мощное средство проявления любви и внимания преимущественно в отрицательном ключе. Тогда и малыш начинает видеть в основном "плохие" черты родителя. Пока ребенок маленький, страх делает его покорным и послушным, и внешне это нас вполне устраивает. Но кроха растет, и страх сменяется гневом, обидой, депрессией.

Улыбка. Говорят: "Одарить улыбкой лучше, чем напоить молоком". Не случайно. Под воздействием улыбки даже лучше усваиваются все питательные вещества. Чем чаще мы улыбаемся детям, тем больше делаем для их физического и душевного здоровья. Ребенок, видя улыбку родителя и доброе выражение лица, становится уверенным и спокойным. Он убеждается, что нужен взрослым. Частый гнев и постоянное выражение недовольства на лице у мамы или папы вызывает в детском сердце отчуждение и неуверенность в себе.

Прикосновения. Казалось бы, проще всего выразить свою любовь к ребенку ласковым прикосновением. Тем не менее исследования показали, что большинство родителей прикасаются к своим детям только по необходимости: одевая, купая и т.д.

Нечасто встречаются те, кто просто так, по доброй воле, без всякого повода пользуется возможностью ласково прикоснуться к малышу. Поразительный и грустный факт! Притом, что американский семейный психотерапевт Вирджиния Сатир говорила, что четыре объятия ежедневно необходимы каждому человеку просто для выживания, а для хорошего самочувствия нужно не меньше восьми объятий в день.



Речь идет не о том, чтобы постоянно целоваться и обниматься. Для малыша жизненно необходим любой физический контакт: прикоснулись к руке, обняли за плечи, погладили по голове, потрепали по волосам, шутливо потолкались...

Еще один важный нюанс. Мальчики нуждаются в ласке ничуть не меньше девочек. Им необходимо, чтобы их гладили, обнимали, баюкали, прижимали к груди, целовали. Все эти физические проявления любви от рождения до 7-8 лет являются решающими в развитии их мужественности! Не получишь ласки, не научишься дарить ее другим - жене, детям. При этом психологи установили, что девочки до года получают в 5 раз больше физической нежности, чем мальчики. И это, по их мнению, одна из главных причин того, что с мальчиками до трех лет гораздо больше проблем, чем с девочками. Малыш, получающий множество нежных прикосновений, легче отпускает родителя по его делам, ведь он искренне верит, что взрослый всегда вернется, если позвать. Ведь он любимый ребенок!

Пристальное внимание. Кроха, не обделенный пристальным вниманием со стороны родителя, не сомневается в его полной, безоговорочной любви к нему. Ведь в такие моменты взрослый сосредотачивается на ребенке полностью, не отвлекаясь ни на какие мелочи. А значит, малыш уверен в своем праве на подлинный, бескомпромиссный интерес, не распыленное внимание и заботливую сосредоточенность. Он чувствует себя значимой личностью, самым важным человеком для своих родителей: "Я совсем наедине с мамой (папой). Она (он) только со мной. Сейчас я самый-самый главный на свете для моей мамы (папы)".

Парадокс в том, что кроме позитивного пристального внимания бывает еще и негативное, которые некоторые дети тоже воспринимают как проявление любви. Просто они другое уже отчаялись получить! Когда такой малыш спокоен и послушен, взрослые попросту не замечают его. А если ведет себя плохо, реагируют очень бурно, негативно. Но как - для крохи не важно! Главное - родители заметили, что он есть, что он рядом! Если бы они добрым словом отметили хорошее (нормальное) поведение, ребенок бы знал, что о нем помнят всегда, а не только во время хулиганств. И тогда, скорее всего, ему захотелось бы повторить это хорошее (нормальное), вместо плохого, чтобы снова вызвать приятное одобрение.

Игра. Когда взрослый во время совместной игры как бы превращается в ребенка, находит в этом удовольствие для ребят, создается обстановка взаимопонимания. Малыш на время освобождается от традиционных отношений с родителем, полных критики и нареканий.



В игре дети и взрослые полностью расслабляются: их связывает общее увлечение. Карапузы видят в родителях товарищей по игре. Между ними исчезает отчужденность, усиливается привязанность друг к другу и взаимная любовь.

Разговор. Для того, чтоб ребенок всегда мог "выговориться", требуются две вещи - время и внимание. Время - это серьезная проблема, и в разных семьях она разрешается по-разному. Некоторые родители отвлекаются от своих дел, чтобы выслушать малыша, если ему хочется с ними пообщаться. В других домах время расписано. Кроха получает, скажем, 5-10 минут на "интервью" перед сном. Иные родители берут с собой детей, когда отправляются по разным делам, и беседуют с ними по дороге...

Учитывать надо одно: ребенок получает знак безусловной любви, только если родитель не просто слушает, а проявляет интерес к его рассказу, адекватно реагирует репликами, мимикой, жестами и все время, пока малыш говорит, смотрит на него, не отвлекаясь. Даже если это пересказ мультфильма или бред! Тогда кроха чувствует, что мама/папа всегда готовы уделить ему внимание, понять его заботы и отозваться на них.

Слова о любви. Когда родители говорят вслух о своей любви к детям, они усиливают ее. Все мы легко признаемся в своих нежных чувствах к розовощеким смешным младенцам, целуем их, обнимаем. Но ребенок подрастает, и мы почему-то становимся сдержаннее. Напрасно! Если вас смущает прямое: "Я тебя люблю, малыш!", попробуйте чаще говорить: "Мне хорошо с тобой", "Я рада тебя видеть", "Мне нравится, как ты...", "Я по тебе соскучилась", "Как хорошо, что ты у нас есть". А еще о любви можно писать в поздравительных открытках и записках, которые ребенку прочтет другой родитель: "Пошла в магазин. Вернусь через 5 минут. Люблю. Целую вас всех".

У детей в любом возрасте есть потребность "подзарядиться" нашей любовью. Так, совсем маленький ребенок, который еще только научился ходить, возвращается к маме, прижимается к ее коленям - и идет дальше играть, исследовать мир. И ему не страшно, потому что он уверен: мама здесь, недалеко, она любит его и может защитить. С возрастом формы "подзарядки" меняются: это и семейное чаепитие, и чтение перед сном, и просто разговор, совместные посиделки... Такие семейные ритуалы необходимы ребенку, чтобы чувствовать: мы вместе. И мы счастливы!

