***Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение***

***муниципального образования г. Краснодар***

***«Детский сад комбинированного вида № 172»***

***Рекомендации для родителей «10 способов показать свою любовь ребёнку».***

****

**Подготовила педагог-психолог**

**Никифорова А.Б.**

**г. Краснодар**

**2021г.**

Многие современные родители так заняты, что порой забывают о простой, но такой важной вещи – показать любовь детям.

А тем временем малыши ждут от взрослых проявлений нежности, заботы, любви. Причём такой любви, которая защищает, прощает и принимает их индивидуальность.

Детям важно, чтобы их любили всегда – независимо от того, как они себя ведут и что делают.

Можно негативно относиться к детским поступкам, но не лично к ребёнку!

Обусловленная же любовь начинается тогда, когда родители любят малыша за что-то: « Я не люблю тебя, когда ты плачешь. Будешь себя хорошо вести, тогда я тебя поцелую». С таким подходом неоткуда взяться уверенности и целеустремлённости у него в будущем. Ребёнок, обделённый безусловной родительской нежностью и любовью, вся жизнь будет эту любовь заслуживать.

Не теряйте драгоценное время, дарите детям свою безусловную любовь каждый день.

Зачастую родители не знают, как можно продемонстрировать свою любовь. Буря эмоций ждёт детей, только если они провинятся. А между тем, способов демонстрации нежных чувств множество – через взгляды, прикосновения, внимание и обычные слова.

Рекомендация 1. ОБМЕНИВАЙТЕСЬ ВЗГЛЯДАМИ.

Некоторые мамы и папы смотрят в глаза малышу лишь тогда, когда хотят донести до него важную мысль: «Я сейчас к тебе обращусь, ну-ка, посмотри на меня!» Другие родители вообще не считают обмен взглядами чем-то значимым.

Однако наполненный любовью и нежностью взгляд чрезвычайно важен для установления контакта с ребёнком.

Когда кроха расстроен, устал, плачет, порой достаточно заглянуть в его глаза, чтобы выразить своё понимание и поддержку. Этот способ особенно эффективен, если малыш ещё не понимает обращённую к нему речь.

Используйте взгляды в общении со своим малышом, чтобы он чувствовал вашу любовь.

Рекомендация 2. ЧАЩЕ ОБНИМАЙТЕ.

Попробуйте провести эксперимент – подсчитайте, сколько раз за сутки вы прикасаетесь к ребёнку, чтобы приласкать, а не по необходимости (когда купаете, одеваете). Педиатры и психологи давно выяснили, что нормального детского развития необходимы ежедневные объятия – не меньше восьми.

Физический контакт благоприятно действует на малышей: спокойные прикосновения и похлопывания по плечам активизируют, а крепкие объятия успокаивают. Если вам не просто проявлять подобные чувства, попробуйте начать с ежедневных поцелуев перед сном.

Рекомендация 3. ДАРИТЕ БЕЗРАЗДЕЛЬНОЕ ВНИМАНИЕ.

Этот метод потребует от вас больше времени, чем зрительный контакт или прикосновения. Придётся оторваться от ноутбука, телефонного разговора, чтобы полностью сосредоточится на малыше, не отвлекаясь ни на что.

Кстати, имеет значение не только количество затраченных на ребёнка минут, но и качество.

Пусть это будет получасовой сеанс каждый день после садика или школы, но пусть это будет исключительно детское время.

Идеальный вариант – если каждый из родителей уделит внимание ребёнку. С мамой и папой можно общаться по-разному, что поможет детям развиваться правильно.

Рекомендация 4. НЕ ЗАБЫВАЙТЕ ХВАЛИТЬ

Словесные выражения нежных чувств (одобрение, похвала) кажутся вполне естественным явлением, однако многие родители почему-то скупятся на хорошие слова. Они считают высокие оценки, хорошее поведение или высокие достижения само собой разумеющимися.

Однако психологи уверяют, что подобная позиция является большой ошибкой. Нужно обязательно говорить ребёнку каждый день, что вы его любите, хвалить за хорошие поступки и отмечать значимые успехи. Лишь в этом случае он поймёт что вы им гордитесь.

Рекомендация 5. ОСТАВЛЯЙТЕ ЗАПИСКИ ДЛЯ ДЕТЕЙ

Если ваш малыш слишком мал и не умеет читать, рисуйте сердечки или забавные смайлики. Старшему дошкольнику или школьнику можно оставлять записки в рюкзачке, на холодильнике.

Не стоит писать слишком длинные послания, ограничьтесь короткими фразами: «Люблю тебя, милый» или «Желаю успехов».

Если вы хотите немного сэкономить время, заранее подготовьте несколько записок и выкладывайте их каждое утро.

Рекомендация 6. УСТАИВАЙТЕ СОВМЕСТНЫЕ УЖИНЫ

Как жаль, что во многих семьях исчезла такая замечательная традиция, как совместные приёмы пищи.

А между тем исследования американских психологов показывают, что общесемейный ужин благоприятно сказывается на детях – у них повышается самооценка и устойчивость к стрессам.

А еще совместная «трапеза» является отличной возможностью наверстать упущенное за день время и обсудить с ребёнком то, что его по-настоящему волнует или беспокоит. Если же вы возвращаетесь поздно вечером, когда малыш уже спит, перенесите посиделки на утро.

Рекомендация 7. ЧИТАЙТЕ ВМЕСТЕ

Многие знают о пользе ежедневного ритуала – чтение сказок. Это помогает привить детям любовь к книгам. Да и сами малыши с удовольствием слушают волшебные истории, которые им читает любая мамочка перед сном.

Дети постарше также не откажутся от возможности прижаться к вам и послушать новое увлекательное произведение. Если ваше чадо уже умеет читать, распределите роли и читайте вместе.

Рекомендация 8. БУДТЕ ВЕЖЛИВЫ

Никто не требует от вам совершение ежедневных подвигов, маленькие дети обязательно оценят обычные мелочи. Например, когда ребёнок говорит вам «спасибо», не забывайте отвечать «пожалуйста».

Будьте также хорошим примером для своего ребёнка – каждый день благодарите его за то, что он прогулялся с собакой, помог с сервировкой стола, помыл посуду.

Рекомендация 9. ИГРАЙТЕ С МАЛЫШОМ

Безусловно, сегодня на много проще поставить ребёнку компьютерную игру или включить мультик, чем организовать совместную игру. Но станет ли ваш малыш счастливее от этого? Выделите хотя бы 20 минут на игру, пусть это будут шашки или лото, несложная поделка.

Нет времени на развлечение? Включите музыку, пусть кроха танцует в детской, а вы успеете приготовить ужин.

Можно попробовать подключить ребёнка к домашним занятиям. Например, попросите его помыть картофель для супа, раскатать тесто.

Рекомендация 10. ПЛАНИРУЙТЕ МЕРОПРИЯТИЯ НА ВЫХОДНЫЕ

Обсуждайте с детьми план мероприятий на уикенд. Даже дошкольник может дать вам хорошую идею о том, как лучше провести субботний день. Возможно, это будет прогулка на лыжах или на велосипедах, поездка на природу, посещение цирка, зоопарка или театра.

Совместное планирование выходных – великолепный способ продемонстрировать любовь к детям, а также показать, что вы уважаете их мнение.

Родителям необходимо не просто любить детей, но и показывать эту любовь!

Благодаря ежедневной порции внимания, объятий и поцелуев ребёнок вырастит уверенным в себе, будет полон сил, почувствует себя нужным и любимым, научится сам проявлять нежность по отношению к родителям и другим родственникам.