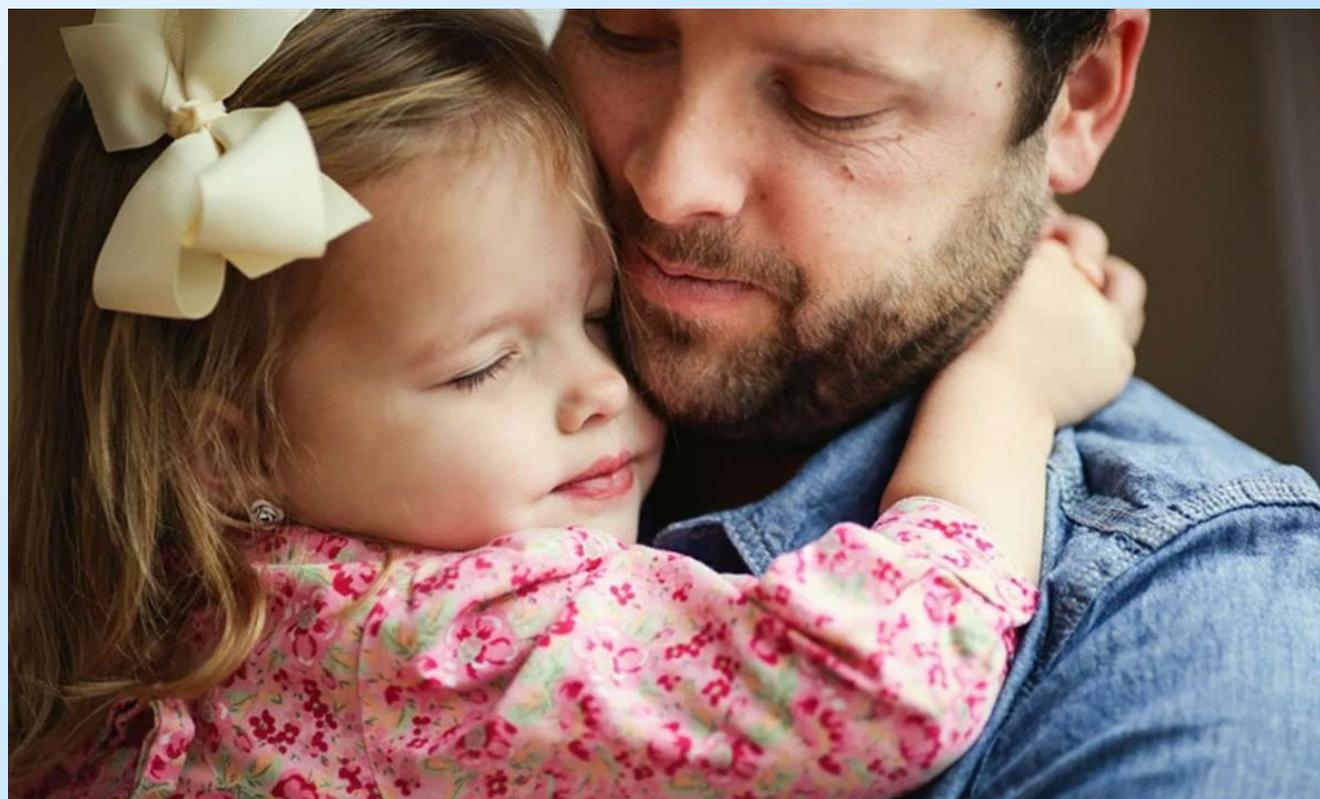


Консультация для родителей «Минуты нежности»





Нежность – это чувство, которое распространяется из самого сердца любящего человека, это тепло, которое согревает ваших близких в сложные моменты. Если в детстве ребенку не хватало нежности и ласки – в будущем это может отразиться на отношениях с другими людьми, а также приведет к повышенному уровню стресса.

Что же такое - ласковое воспитание наших детей?

Ласковое воспитание – это воспитание любовью. Этот метод самый простой и естественный, не требующих специальных знаний и умений. Что может быть проще, чем любить своего малыша? Но в наше время наблюдается тот факт, что многим родителям сложно любить своих детей! Возможно, их самих недостаточно любили в детстве, не научили делиться чувствами, положительными эмоциями. Даже взрослым, по мнению известных психологов, для нормального самочувствия, хорошего настроения необходимо определенное количество объятий, поцелуев, "поглаживаний" в день (у каждого - своя "мера"). Доказано, что если человек недополучает положенной "дозы" ласки, он становится раздражительным, чувствует себя одиноким и никому не нужным. Если для взрослого человека так важны положительные эмоции, то для малыша они жизненно необходимы.

В настоящее время ученые доказали необходимость "ласкового" воспитания. Взрослея, становясь самостоятельным, человек несет в себе заряд родительской любви и внимания. По мере роста маленького человечка родителям необходимо следить, чтобы "эмоциональный резервуар" ребенка не опустошался. Чем он полнее, тем лучше развивается ребенок, тем легче его воспитывать.

Из чего же все-таки состоит "ласковое" воспитание?

КОНТАКТ ГЛАЗ - любящий взгляд родителей, готовность отреагировать на плач, смех, любое движение. Взгляд может успокоить, поддержать, развеселить, и наказывать тоже. Ребенок нуждается в таком контакте с самого рождения.

ФИЗИЧЕСКИЙ КОНТАКТ. Это и "телячьи нежности", и "медвежьи шалости". Все зависит от возраста, индивидуальных особенностей ребенка, его темперамента. Ребенок никогда не перерастет потребность в физическом контакте, меняется только форма его проявления. Младенец нуждается в поглаживании, в нежных объятиях; дошкольник любит как поцелуи, объятия, так и шумные иг-ры, встряхивания, пощипывания. Чем старше ребенок, тем дальше он отдаляет-ся от родителей, но ему все еще необходим физический контакт в виде поцелу-ев, дружеских похлопываний, объятий.

ПРИСТАЛЬНОЕ ВНИМАНИЕ - позволяет почувствовать малышу, что он самый важный человек в мире. Хотя бы 5-10 минут в день родители должны посвящать своему ребенку и только ему, забыв про свои "взрослые" дела. Это может быть и игра, и беседа, и чтение книги, какое-либо общее занятие. Ничто не должно отвлекать взрослого (телевизор, телефон, домашние дела и т.д.).



Лишь удовлетворив потребность ребенка в эмоциональном контакте, родители могут добиваться дисциплины, самостоятельности. "Хорошего" воспитания легче добиться, когда ребенок чувствует, что его искренне любят и принимают таким, какой он есть, не стараясь унижить, "сломать".

Вспомните, когда в последний раз Вы ласкали своего ребенка? Сегодня утром? Или вчера? Попробуйте посчитать, сколько раз в день Вы применяли "ласковое" воспитание. Если получилось мало или отсутствует одна из составляющих, то стоит задуматься и постараться изменить отношения с ребенком, сделав их более доверительными, нежными, доброжелательными. Можно просто обнять, поцеловать ребенка, можно сказать, как сильно Вы его любите, какой он умный, хороший, подчеркнуть его достоинства.



Любви и ласки много не бывает! А можно поиграть в "эмоциональные" игры.

Поиск мягких игрушек (с двух лет)

Соберите все мягкие игрушки, которые есть в доме и уложите их под одеяло. Туда же забирается и ребенок. Он должен нащупать и назвать как можно больше игрушек. Можете сами забраться под одеяло вместе с малышом - будет еще веселее.

"Дотронься до..." (с 4-5 лет)

В игре принимают участие несколько человек. Они все по-разному одеты. Ведущий говорит: "Дотронься до... синего!" Все должны быстро сориентироваться, обнаружить у участников в одежде названный цвет и дотронуться до него. Можно искать различные цвета, элементы одежды (рукав, кармашек, бантик, пуговица и т.д.). Важно, чтобы дотрагивались до каждого участника игры.

Игровой массаж

Можно испечь пирог. Можно делать легкий массаж спинки, ручек, ножек с поглаживаниями, растираниями, придумывая сказки и веселые истории.

Чаще устраивайте домашние праздники, и большие (день рождения, Новый год, 8 Марта), и маленькие (день солнышка, летний бал, воскресный обед).



Лечение любовью

Любовью и нежностью можно даже лечить! Если ребенок приболел, сильно устал, у него нарушено поведение, можно попробовать использовать внушение. Давно известно, что дети очень внушаемы. Но, к сожалению, такую особенность их психики взрослые часто используют во вред. Даже любящая мама может внушить ребенку страх, неуверенность в себе, плохое поведение своими словами. "Вечно ты копаешься", "Катя у нас - жадина", "Не подходи к собаке - укусит", "Ой, какая ты бледненькая!", "Давай я сам, все равно не сможешь" - это лишь немногие негативные установки, которые мешают полноценному развитию малыша. А ведь можно использовать свое влияние на ребенка с пользой! Вместо того чтобы внушать малышу, какой он плохой, глупый и нелюбимый, попробуйте дать ему установку на хорошее поведение:

- "Какой ты молодец!",
- "Ты здоровый и сильный",
- "У тебя все получится",
- "Я в тебя верю"...

Можно использовать простейший гипноз и во сне. Когда ребенок спит, тихо сядьте рядом и говорите! Говорите, как Вы его любите, какой он хороший, умный, красивый. Можно заранее подготовить предложения-установки:

- "Завтра ты будешь спокойным, хорошо покушаешь",
- "Ты быстро выздоровеешь, завтра температура снизится, станет легче дышать",
- "Ты станешь меньше плакать и капризничать"...

Старайтесь, чтобы установки были предельно четкими и конкретными. Так Вы настраиваете организм ребенка на благотворные изменения. Для получения результата необходимо проводить такие "сеансы любви" регулярно. Важно, чтобы Ваше настроение соответствовало моменту. Не начинайте сеансы, если чем-то недовольны, рассержены, устали. Вы должны говорить искренне, чувствовать к ребенку нежность, любовь, желание помочь. Не говорите слишком громко и эмоционально, чтобы не разбудить ребенка.

Попробуйте! Может быть, Вам подойдет именно такой способ выражения любви и заботы?

