

# КОГДА ЛЮБОВЬ В ДЕФИЦИТЕ

*Не надо стремиться жить только ради детей –  
живите для себя и помните,*

*воспитывая детей, вы реализуете  
свою потребность любить и быть нужным*

*Эда Ле Шан*

# Что значит «любить себя»?

- любить – это значит ценить собственную жизнь
- управлять своими чувствами, своими эмоциями
- бережно относиться к тому, что окружает
- чувствовать себя хорошим человеком, а не ущербным

*Чувство собственной уникальности –  
жизненно важная часть человеческого  
существования*

**Человек, не получивший в детстве от родителей необходимого тепла, любви, заботы, не может дать их и своему ребёнку**

**Почему?**

**Да потому, что невозможно дать другому то, чем не обладаешь сам, в чем сам очень нуждаешься**

# Причины дефицита любви

- Развод родителей
- Тяжелая болезнь или ранняя смерть одного из них
- Большая занятость родителей работой
- Выяснения отношений между родителями, малое внимание к детям
- Не соответствие мечтам родителей, притязаниям, желаниям, планам

# Что делать таким родителям – ведь так много на свете недолюбленных мам и пап?

- Чтобы научиться по-настоящему испытывать и выражать свою любовь к малышу, взрослому необходимо решить проблемы своего собственного детства, освободиться от них
- Нужно преодолеть обиды, травмы, страхи, разочарования, которые каждый пережил в прошлом
- Необходимо помнить, все то плохое, что было с нами, во многом определяет то, как мы воспринимаем своих детей, воспитываем, оцениваем их, как с ними общаемся

# Решение данных проблем

## *ШАГ ПЕРВЫЙ*

- Нельзя строить отношения с близким человеком, тем более с ребенком, опираясь на негативно оцениваемый опыт прошлого

*Решив сделать все наоборот,  
родитель невольно попадает в  
ловушку*

# ШАГ ВТОРОЙ

Тот, кто использует близких как средство отреагирования, хотя и получает некоторое облегчение, но платит за это дорогую цену: утрату любви, близости, доверия

*Воспитываемый в такой семье ребенок будет иметь низкую самооценку, чувство неполноценности, одиночества, ненужности.*

# *ШАГ ТРЕТИЙ*

Когда вы осознаете, что многие проблемы во взаимоотношениях связаны с вашим собственным психологическим поведением, вам будет легче справиться с возникшей ситуацией

Вы начнете понимать откуда приходит раздражение на ребенка, почему вы срываетесь на крик или обижаетесь на дитя



**Чтобы помочь сыну или дочери,  
нужно измениться самим,  
изменить отношения в семье**

Но не допускайте грубых ошибок  
Профессор Рогее, специалист по  
вопросам семьи, предостерегает  
родителей от следующих заблуждений:

# « Я должна быть идеальной матерью»

Мы все несовершенны. Если я это понимаю, то и моего ребенка я могу принимать и любить в его несовершенстве

«Для каждой проблемы есть  
моментальное решение»?

Помните пословицу «Утро вечера  
мудренее» и не торопитесь решать  
трудные ситуации сиюминутно

« Я все время должна быть со своим ребенком»

Отказ от своих интересов приводит к неудовлетворенности; чтобы черпать силы, родители должны иметь свою жизнь, выходящую за рамки воспитания детей

# «Мой ребенок должен стать архитектором»

Фатальная ошибка – лепить детей, как глину, по своим меркам и представлениям.

Каждый человек – индивидуум!

# Самое значительное чувство в нашем теле – чувство прикосновения

*Когда я просто на тебя смотрю,  
То за тебя судьбу благодарю.  
Когда твоя рука в моей руке.  
То все плохое где-то вдалеке.  
Когда щекой к твоей я прислонюсь,  
То ничего на свете не боюсь...  
Не существует безупречных слов,  
Что могут передать мою любовь.  
И от того, что рядом ты со мной,  
Я добрый, я хороший, я живой...*

*Эльдар Рязанов*

