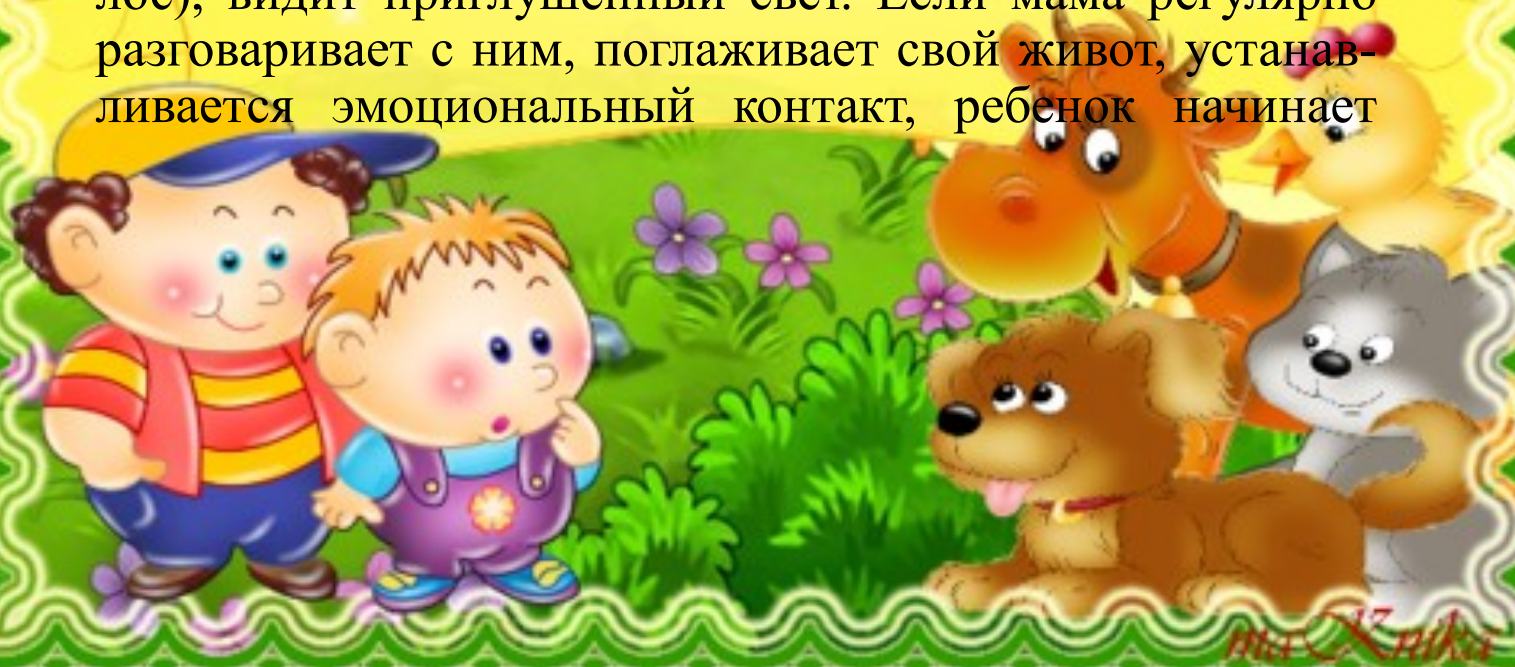


Ласковое воспитание

Воспитание любовью. Этот метод самый простой и естественный, не требующих специальных знаний и умений. Что может быть проще, чем любить своего малыша, свою частичку? Но в наше "продвинутое" время многим родителям так сложно любить своих детей! Возможно, их самих не «долюбили» в детстве, не научили делиться чувствами, положительными эмоциями.

Даже взрослым, по мнению известных психологов (например, Эрика Берна), 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!

Уже в животике у мамы малыш чувствует прикосновение, различает звуки (особенно мамин и папин голос), видит приглушенный свет. Если мама регулярно разговаривает с ним, поглаживает свой живот, устанавливается эмоциональный контакт, ребенок начинает



"отвечать" маме, папе толчками, постукиваниями, повышением или понижением активности. Детишки, появившиеся у родителей, которые еще до рождения общались с ними, более спокойны, быстрее развиваются, устойчивы к стрессам. Вообще с ними меньше проблем, потому что родители их лучше понимают.

В первые месяцы после рождения именно кожно-мышечные ощущения являются основным источником впечатления, помогают познавать собственное тело и окружающий мир. Затем к эмоциональным реакциям добавляются зрительные, слуховые, обонятельные. Почему малыши в домах ребенка так отличаются от своих "домашних" сверстников? Они пугливы, неуверенны в себе, малоинициативны, позже начинают сидеть, ходить, говорить, у них плохо развито воображение, память, мышление. Такие малыши отстают от многих возрастных норм. Все объясняется очень просто - рядом с ребенком нет близкого человека, который реагирует на каждое его движение, улыбку, плач, крик, который часто берет на руки, нежно прижимает, покачивает, успокаивает, хвалит. До 3-х лет ребенку необходимо постоянное присутствие мамы или другого близкого человека. В настоящее время ученые доказали необходимость "ласкового" воспитания. Взрослея, становясь самостоятельным, человек несет в себе заряд родитель-



ской 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 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 игры, встряхивания, пощипывания. Чем старше ребенок, тем дальше он отдаляется от родителей, но ему все еще необходим физический контакт в виде поцелуев, 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 доверитель-



ными, 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.

руки, нежно прижимает, покачивает, успокаивает, хвалит. До 3-х лет ребенку необходимо постоянное присутствие мамы или другого близкого человека.

Ласкайте чаще своего ребенка!

