

Каждому ребенку для роста и правильного развития необходима родительская любовь. Именно родитель и его поддержка очень важны для ребенка в каждом возрасте.

Нехватка любви в совсем маленьком возрасте – формирует у ребенка ощущение недоверия к миру в целом. Еще чуть старше нехватка родительской любви и поддержки оборачивается зависимостью, несамостоятельностью, инфантильностью. Еще чуть старше оборачивается неверием в свои силы и возможности, виноватостью за все и вся. В младшем школьном возрасте чревато комплексом неполноценности и апатией к учебе и труду. В подростковом возрасте нехватка адекватной родительской любви и поддержки создает сложности с самоопределением, пониманием себя. В конце концов, в целом, общая изолированность ребенка, внутренняя одинокость так же имеет корни в нехватке родительской любви.

Рекомендации для родителей. Как показать ребенку свою любовь?

1. **Обменивайтесь взглядами.** Наполненный любовью и нежностью взгляд чрезвычайно важен для установления контакта с ребенком, а также для того, чтобы выразить свое понимание и поддержку.

2. **Чаще обнимайте.** Физический контакт благоприятно действует на детей: спокойные прикосновения и похлопывания по плечам активизируют, а крепкие объятия успокаивают.

3. **Дарите безраздельное внимание.** Этот метод потребует от вас больше времени, чем зрительный контакт или прикосновения. Пусть это будет получасовой сеанс каждый день после садика, но это исключительно детское время. Идеальный вариант – если каждый из родителей уделит внимание крохе. С мамой и папой можно общаться по-разному, что поможет детям развиваться правильно.

4. **Не забывайте хвалить.** Нужно обязательно говорить ребенку, что вы его любите, хвалить за хорошие поступки и отмечать значимые успехи. Лишь в этом случае он догадается, что вы им гордитесь.

5. **Устраивайте совместные ужины,** которые благоприятно сказываются на детях – у них повышается самооценка и устойчивость к стрессам, а также является отличной возможностью наверстать упущенное за день время и обсудить с ребенком то, что его по-настоящему волнует или беспокоит. Если же вы возвращаетесь поздно вечером, когда малыш уже спит, перенесите посиделки на утро.

6. **Читайте вместе.** Чтение книг является не только прекрасным ежевечерним ритуалом, который дарит

положительные эмоции, но и успокаивает детей, помогает привить любовь к книгам.

7. **Играйте с ребенком.** Выделите хотя бы 20 минут на игру, пусть это будут шашки или лото, поделки, совместные раскрашивание картин и т.д. Можно попробовать подключить ребенка к домашним занятиям. Например, попросите его помыть картофель для супа, раскатать тесто, помыть тарелку и т.д.

8. **Планируйте мероприятия на выходные.** Обсуждайте с детьми план мероприятий на выходные. 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.



Уделяйте больше времени ребёнку! Поддерживайте ребёнка!

Любите ребёнка!

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 22 «Планета детства»

**Рекомендации для родителей:
«Дефицит родительской любви и его
последствия».**



Подготовила: Ващенко Ю.А.,
педагог-психолог

г. Ханты-Мансийск, 2024г