

Муниципальное автономное дошкольное
образовательное учреждение детский сад №133

Консультация для родителей
на тему:

**«Дайте ребенку почувствовать себя
любимым»**

Составитель: Сурганова Ю.Н



**«Дайте
ребенку**

**почувствовать себя
любимым»**

Чувство собственной важности и любовь помогают ребенку вырасти счастливым и уверенным в себе. Детям нужны любовь родителей, их время и постоянное внимание. Вы –самая влиятельная фигура в жизни вашего ребенка. Поэтому вы должны помочь ему почувствовать себя в безопасности и укрепить его доверие.

Семейные традиции и привычки, которые становятся неотъемлемой частью вашей семейной жизни, имеют в этом процессе наибольшее влияние. Даже в самые сложные дни, загруженные делами, вы можете продемонстрировать своему ребенку, что не прекращаете заботиться о нем. Чтобы каждый день показывать ребенку, что вы его любите и цените, следуйте таким рекомендациям:

1. Проявляйте внимание к ребенку. Когда он хочет поговорить с вами, активно слушайте. Отложите в сторону все свои занятия и поддерживайте с ним зрительный контакт, чтобы показать, что вы его слушаете. Разделите энтузиазм ребенка по поводу того, что он обсуждает с вами, будь то насекомые или фильм, который вы оба смотрели уже много раз. Если трудно сразу отложить свою работу, скажите об этом ребенку. Обязательно продолжите разговор, когда вы сможете уделить ребенку внимание.

2. Показывайте ребенку свою привязанность. Регулярно обнимайте и целуйте его. Физический контакт поможет вам сблизиться со своим ребенком. Психологи утверждают, что теплота и привязанность, которые существуют между родителями и детьми, повышают у последних самооценку, способствуют лучшему общению, снижают риск возникновения психических и поведенческих проблем.

3. Искренне хвалите ребенка. Когда речь идет о похвале, качество важнее количества. Пусть ребенок знает, что вы гордитесь им независимо от результата, которого он достиг, – просто потому, что он приложил усилия. Суть в том, чтобы хвалить ребенка не за все, что он делает, а за то, что он пробует что-то новое или усердно работает над достижением цели.

4. Обращайтесь к ребенку за помощью. Просите его помочь вам по хозяйству. Спрашивайте его совета, как лучше выполнить ту или иную работу. Вы можете попросить ребенка накрыть на стол, вынести мусор или выгуливать собаку. Скажите ему, что вы цените его вклад в то, что в

доме порядок. Благодарите ребенка за помощь, например, в случаях, когда он рассказывает вам, как пользоваться приложениями для смартфона или объясняет, что означает новое молодежное слово.

5. Совершайте совместные прогулки с ребенком. Берите его с собой, когда в выходной день идете за покупками. Вероятно, в таком случае вам потребуется больше времени, чтобы выполнить все необходимые дела. Но время, проведенное вместе с ребенком, и общение с ним того стоят.

6. Создавайте ритуалы подготовки ко сну. Время, когда вы укладываете ребенка спать, дает прекрасную возможность расслабиться и укрепить эмоциональную связь с ребенком. Прижмитесь друг к другу и вместе почитайте книгу. Придумывайте истории вместе с ребенком. По очереди рассказывайте друг другу, как прошел ваш день.

7. Наслаждайтесь семейными ужинами. Исследования психологов показывают, что прием пищи в семейном кругу приносит пользу для физической, умственной и эмоциональной сфер. Семейные ужины – это прекрасная возможность качественно провести время с семьей. Возьмите за правило не пользоваться никакими электронными устройствами во время ужина, чтобы не отвлекаться от общения друг с другом. Дети чувствуют себя важными и ценными, когда родители искренне интересуются, как прошел их день, расспрашивают и в свою очередь рассказывают о своем дне. Веселые занятия, которые дадут ребенку почувствовать себя особенным. Сюрпризы и случайные вознаграждения также дают ребенку возможность почувствовать собственную важность. Существует много способов привнести положительные эмоции в день вашего ребенка, не тратя при этом много денег.

8. Пишите ребенку письма. Бумажные письма сегодня настолько редки, что воспринимаются как нечто особенное. Напишите ребенку письмо и отправьте его по почте. Можно сделать это в его День рождения, а можно отправить открытку просто так. Этим вы покажете ребенку свою заботу, и он ее никогда не забудет.

9. Планируйте совместные прогулки. Прогулка в выходной день даст вам хорошую возможность провести время вместе с ребенком и научить его чему-то новому. Посетите местный музей и обсудите, что нового узнал ребенок во время экскурсии. Сходите в городскую библиотеку и позвольте ребенку выбрать несколько книг, которые вы почитаете тем же вечером.

10. Отмечайте семейные праздники. Установите семейные традиции празднования Нового года, Дней рождения каждого из членов семьи и т. д. Даже простые ритуалы, например, совместная выпечка пирога по выходным, подарят ребенку воспоминания на всю жизнь. Дайте детям почувствовать себя любимыми и ценными. Это поможет им вырасти счастливыми и ответственными взрослыми. Цените время, которое вы проводите вместе с ребенком, и создавайте воспоминания, которыми вы будете наслаждаться долгие годы.