

## *Как любить своих детей и не навредить им*

Вы любите своих детей?

Странный вопрос, не правда ли... Конечно, каждый родитель любит своего ребенка. Вопрос другой: как? Давайте попробуем определить, как мы любим своих детей.

### **Любовь и условия**

Вы любите своего ребенка просто потому, что он есть. Он ваш ребенок, и не важно, что он сделал, чего достиг, на кого похож. Такая любовь является безусловной. Здесь нет условий, при которых любовь была бы еще сильнее. И уж тем более не может быть ситуаций, когда мама и папа перестают любить свое чадо.

Безусловная любовь не ищет и не требует благодарностей. Она бескорыстна. В безусловной любви вырастают счастливые самодостаточные люди, потому им не приходится что-то доказывать. Они принимают себя и других такими, какие они есть.

### **Шесть уровней привязанности.**

#### **Как укрепить связь ребенок-родитель**

**Привязанность** – это особый тип поведения и тесная эмоциональная связь между родителем и ребенком. Эта связь поможет выстроить гармоничные душевные детско-родительские отношения, которые в дальнейшем лягут в основу психологически здоровой личности, способной самостоятельно справляться со всеми трудностями взросления.

Однако бывает, что родители добавляют условия для своей любви к детям. Мама и папа честно признаются, что они любят своего ребенка, но... Вот это «но» превращается в требования, которые, несомненно, должен выполнить ребенок, чтобы его любили. Получается любовь с требованиями.

Антиподом безусловной любви является **требовательная любовь**. Хотя это словосочетание уже кажется странным.

Теоретически требовательная родительская любовь не должна существовать, так как противоречит самой своей сущности. Но на деле это явление очень распространенное, достаточно посмотреть вокруг.

### **Созидание и разрушение**

Любовь явление положительное. Однако психологи уверенно заявляют о существовании двух противоположных форм любви: созидающей и разрушающей. Первая форма направляет вперед, нацеливает на жизнь. Созидаящая родительская любовь растит человека, осознающего свои желания и себя самого.

**Разрушающая любовь** не дает росткам внутри ребенка пробиться к свету. Внутренний мир ребенка никому не интересен. В семье существуют только желания родителей, которые лучше знают, что нужно ребенку. Желания перерастают в требования, и любовь родителей становится требовательной.

Родители действительно любят своих детей и желают им добра. Только желаемое добро рассматривается с родительской позиции: они умнее, старше и лучше знают, что нужно их детям. При этом к детям предъявляется ряд требований, которые должны выполняться.

Если ребенок не оправдывает ожидания, то появляется гнев, разочарования и даже наказания. Последнее исключительно на пользу ребенку – «он потом спасибо скажет». Ребенок живет в постоянном страхе разочаровать своих родителей. Если же он добивается успеха, то успех ребенка перерастет в триумф родителей: «я же говорила», «это потому что ты меня слышал». Радость будет недолгой, так как следом поднимется планка требований.

Гонка кажется бесконечной: за одними требованиями приходят другие, а это снова упреки, игнорирование, наказания. И так будет до тех пор, пока ребенок не вырвется из родительских тисков. Правда, далеко не всегда он уходит в активное самостоятельное плавание. Часто родители просто «выбрасывают» ребенка из своей жизни, так как он не оправдал их надежд. В этом случае взрослые дети обречены на пожизненное доказательство своей состоятельности или самобичевания за нечуждость.

### **Последствия требовательной любви**

Жизнь в постоянном напряжении не лучшим образом сказывается на детской психике. Дети не осознают себя как личность, так как у них нет своих желаний и стремлений. Хорошо только то, что требуют родители. Требовательная любовь порождает пассивных несчастных людей.

**Требовательная любовь** приводит к тяжелым последствиям в зависимости от особенностей психики:

**1. Тревожность.** Человек привык с детства постоянно бояться. Привычка остается на всю жизнь, независимо от возраста и занимаемого положения. Тревожные люди не способны принимать решения, идти на риск и побеждать.

**2. Чувство вины.** Вокруг нас есть люди, которые постоянно извиняются. Человек заранее уверен, что сделает неправильно. Он способен чувствовать себя хорошо, только если делает одну и ту же рутинную работу. Такой человек постоянно думает, что руководитель им недоволен. Он несчастен в семье, так как постоянно ждет упреков от близких.

**3. Гневливость.** Постоянное напряжение вызывает сбой в работе нервной системы. Неудивительно, что такие люди очень раздражительны.

**4. Низкая эмоциональность.** Семья не очень заботится о проявлениях эмоций ребенка. Ребенок растет под властью главной эмоции: страха.

Поэтому он не умеет радоваться, огорчаться, сопереживать. Эмоции ему чужды.

**5. Жестокость.** Человек, которого постоянно обижали, может перестать чувствовать боль. При этом может сформироваться жестокость как стойкое нарушение психики, как потребность причинять боль другим. Иногда такие люди просто не ощущают чужой боли. Их учили идти вперед, не принимая оправданий и объяснений. Они продолжают это делать, переступая через чувства других людей.

**6. Склонность к одиночеству.** Постоянный прессинг родителей приводит к тому, что ребенок чувствует себя в безопасности только, если он одинок. Это формируется неосознанно, но сохраняется на протяжении всей жизни.

Любое из этих проявлений не приносит счастья. Требовательная любовь, может быть, приведет к каким-то успехам, но никогда не сделает ребенка счастливым. Стоят ли собственные амбиции детского счастья?

### **Спросите себя**

А теперь самое время поговорить с самим собой. Посмотрите на фразы в первом столбце и дополните их при необходимости.

**Я люблю своего ребенка... (но)...**

Поставьте знак препинания. Может, есть желание поставить запятую?

**Внешность моего ребенка мне нравится... (но)...**

Добавьте, что нужно изменить.

**У моего ребенка .... характер.**

Добавьте слово: легкий, простой, сложный, неуживчивый, плохой и т.д.

## **Мой ребенок успешен... (но)...**

Добавьте причины неуспешности.

Если у вас появилось несколько «но», значит, есть завышенные требования, которые не под силу вашему ребенку. Признайте, что вы слишком много требуете от ребенка.

## **Подумайте, как именно вы любите своего ребенка.**

Безусловно, требования к ребенку должны предъявляться. Но ребенок выбирает свой путь и не обязан жить ради выполнения ваших амбиций.



Лучший мультфильм для детей и родителей **ВСЕ О ВОСПИТАНИИ**  
**РЕБЕНКА** за 5 минут

<https://www.youtube.com/watch?v=NHuGHffr9Lo>

[https://vk.com/video224386428\\_456239042?list=58009a5b618403d65f](https://vk.com/video224386428_456239042?list=58009a5b618403d65f)