«Моя мама меня не любит…»

ПРИЧИНЫ, ПО КОТОРЫМ ДЕТИ СОМНЕВАЮТСЯ В РОДИТЕЛЬСКОЙ ЛЮБВИ

Проверьте, не совершаете ли вы сами одну из распространенных ошибок, которая заставляет ребенка сомневаться в вашей любви.

Проявлять чувства, значит проявлять слабость

Особенно часто этим грешат родители мальчиков, полагающие, что воспитание настоящего мужчины должно проходить «без телячьих нежностей». Ребенок чувствует, что к нему предъявляют высокие требования, но, в то же время, не получает эмоциональной награды в случае победы, поскольку родители боятся «перехвалить и избаловать». Что уж говорить о поражении! Многие отцы искренне считают, что пожалеть и унизить – это одно и то же.

Дети, воспитанные в таких спартанских традициях, могут вырасти вполне успешнымилюдьми, но успешными – не значит гармоничными. Эмоциональная отстраненностьродителей серьезно травмирует ребенка.

Когда радость – в тягость

Часто встречается ситуация, когда в семье под негласным запретом оказываются любые положительные эмоции – это словно семейная депрессия, где ребенка «накрывает» последним. У родителей возникают неурядицы на работе или просто трудный период, когда усталость берет свое и дома хочется спокойно посидеть (желательно полежать) в тишине. Искренне разделить радость ребенка, который видел сегодня божью коровку, получил пятерку по пению и помирился с другом после ссоры, они не могут, да и не хотят. Так день за днем ребенка приучают жить без радости…

Удивительно, как много людей живет с чрезмерно строгими представлениями одопустимости положительных эмоций. Они постоянно одергивают детей, напоминая, что хвалиться, гордиться, хвастаться – неприлично. Некоторые даже одержимысуеверием, что стоит поделиться с кем-то своим успехом, как тебя тут же постигнет неудача! Ребенок воспринимает это однозначно: со мной не радуются, значит и мне не рады.

Вещи вместо эмоций

Иногда под негласный запрет попадают не позитивные, а негативные эмоции. Родители не умеют (или, опять-таки, не хотят) помочь ребенку пережить трудные жизненные ситуации, и утешают его старым проверенным способом – подкупом! Ушибся – не плачь, возьми конфету. Потерял любимую игрушку? Пойдем, купим новую! Поссорилась с мальчиком, который нравится? Ну, такое событие требует целого дня шопинга в торговом центре, не меньше…

Ребенок убеждается, что его горе неважно, недостойно внимания, не стоитпереживаний родителей и вообще, имеет конкретную цену в рублях.А это довольно обидно!

Похвалу нужно заслужить

Иногда родители непроизвольно подменяют любовь гордостью за ребенка. Не умея проявить внимание к нему самому, они активно интересуются внешними атрибутами жизни ребенка: оценками в школе, спортивными или творческими победами. Убеждаясь, что родителей интересует только достигнутый результат, а не усилия, которые он приложил, и эмоции, ребенок начинает чувствовать себя необязательным приложением к школьному табелю.

«А если я получу двойку – они меня разлюбят?» - вот самый частый страх такого ребенка. Кстати, став постарше, он не упустит случая проверить это предположениесорвавшись в штопор подросткового бунта.

Детская ревность

Наверное, все семьи с несколькими детьми сталкивались с детской ревностью. Часто родители полагают, что для нее нет объективных причин, ведь они любят всех детей одинаково сильно, а на самом деле больше внимания уделяется более проблемному ребенку: самому младшему, или болеющему, или имеющему поведенческие проблемы… При этом беспроблемный ребенок испытывает обиду и разочарование от того, что его поведение никак не вознаграждается (вспомните библейскую притчу о блудном сыне!).

Вы наверняка вспомните, что знали семью, где все было наоборот: родители нянчилисьс покладистым ребенком, бросая юного хулигана на произвол судьбы. В этом случае«плохой» ребенок, мучимый ревностью, будет вести себя еще хуже, а «хороший», как мыописали выше, жить в страхе, что любой промах превратит его из любимчика в изгоя.

Эмоциональная эксплуатация

Чрезмерная эмоциональная близость тоже может восприниматься ребенком негативно! Иногда родители возводят ребенка в ранг приятеля, а то и вовсе «меняются ролями», возлагая на него ответственность за свое эмоциональное благополучие. Они без конца жалуются ребенку на свои неприятности, ожидая сочувствия и утешения (нет, искренность – это совсем другое!), а любые проступки ребенка сопровождают обвинениями «ты меня не любишь!».

Рано или поздно ребенок почувствует, что игра идет в одни ворота, и заподозрит, чтоего не любят, а просто используют

Перетягивание каната

Если к эмоциональной эксплуатации чаще склонны одинокие родители, то конфликтующие супруги часто используют ребенка как средство досадить друг другу. В менее явном (но отнюдь не безобидном) варианте это может быть семейная конкуренция за привязанность единственного ребенка, когда мама и папа по очереди «подкупают» малыша, чтобы тот продемонстрировал свою любовь, и таким образом подтвердил их состоятельность как родителей. Да, глупый вопрос «Кого ты больше любишь, маму или папу?» - тоже из этой серии.*Ну а хуже всего, когда ребенка активно втягивают в бракоразводный процесс. Ему будетсложно поверить, что вы подвергаете его таким испытаниям любя. Хотите воспитатьмаленького манипулятора, который откровенно использует вас?*

Как убедить ребенка, что вы его действительно любите?

Кто из вас ни разу не впадал ни в один из перечисленных грехов, тот… нет, не «может первым бросать камень», а попросту лжет. У каждого из нас есть свои эмоциональные проблемы, в которые мы невольно втягиваем детей. Однако когда один из описываемых вариантов начинает

преобладать – пора меняться! Каждая ситуация индивидуальна. Но есть и универсальные приемы, которые можно опробовать здесь и сейчас.

- **Настройтесь на общую волну.** Почаще спрашивайте себя, какие эмоции сейчас испытывает ваш ребенок? Позвольте себе погрузиться в них – с малышами это удобно сделать при помощи игры. Пусть ребенок описывает свои чувства, а вы изображайте их.

- **Помогите ребенку осознать свои эмоции.** Уже в старшем дошкольном возрасте ребенок может испытывать сложные смешанные чувства, например, радость за победу товарища и огорчение от собственного поражения в соревновании. Обсуждайте чувства ребенка, сопереживайте ему.

- **Не отвергайте чувства ребенка**, даже если они вам неприятны. Да, не очень весело переживать вместе с ребенком обиду и разочарование. Но трудные минуты пройдут, а эмоциональная связь – останется.

- **Пусть в фокусе будет ребенок.** Это не значит, что вы не можете иметь собственных чувств или должны скрывать их от ребенка! Но не требуйте от него сочувствия и сопереживания, он еще не умеет делать этого, не теряя контроль над ситуацией. Захочет утешить вас или порадоваться с вами – хорошо. Нет – научится немного позднее, копируя ваше поведение.

Постоянно напоминайте ребенку, что вам важны все его чувства, и вы всегда будете рядом, когда ему потребуется ваша поддержка. Ведь это и есть безусловная родительская любовь!