

Как дать детям достаточно любви, несмотря на занятость



Многие говорят о необходимости качественно проводить время с ребёнком, и это действительно хорошо, но, к сожалению, в нашем мире, где взрослые так заняты, это может полноценно происходить, пожалуй, лишь раз в неделю, а то и раз в месяц. И, поскольку это вызывает трудности, хотелось бы обратить внимание родителей на другую возможность, открытую перед ними, — на те короткие моменты нашего соединения с детьми или «наведения мостов», которые могут происходить гораздо чаще, чем раз в неделю.

Итак, как научиться наводить мосты?

Несколько «микроспособов» поддержания привязанности между вами:

- ✓ Подмигивайте ребёнку, корчите смешные рожицы, говорите ему «дай пять» или покажите большой палец — это невербальные способы показать включенность в ребёнка.
- ✓ На время расставания передайте ему с собой какой-то символ — например, договоритесь, что вы положите свой поцелуй в его ладошку или в кармашек.
- ✓ Заведите маленький пузырёк, где ребёнок будет «хранить» пойманные им ваши воздушные поцелуи.
- ✓ Расскажите ему об ангеле-хранителе, который его защищает.
- ✓ Распечатайте ваше совместное фото с ребёнком и положите в пластиковый кармашек в его сумку.

- ✓ Записывайте, как вы читаете сказку или ваш вечерний ритуал на телефон, и оставляйте ребёнку на время, когда нужно уехать.
- ✓ Попросите поделиться кусочком бутерброда.
- ✓ Оставляйте записки или смешные картинки в коробочке со школьным завтраком или на зеркале в ванной.
- ✓ Прячьте записки по всему дому на время отъезда.
- ✓ Если ребёнок рисует или раскрашивает, порисуйте немного вместе с ним.
- ✓ Садитесь смотреть вместе мультик.
- ✓ Обнимайте, гладьте, щекочите ребёнка.

Дети, которые чувствуют, что их любят, будут чувствовать себе безопаснее в этом мире, даже если их наказали за плохое поведение. Они будут спокойнее, а это поможет им вести себя лучше.

Чем больше таких моментов мы добавим в нашу жизнь, тем счастливее будут все. Бросьте ненадолго мыть посуду, закройте глаза на непрочитанные письма, постройте мост любви и привязанности к своему ребёнку — никогда не бывает слишком поздно.

Как сказал однажды один подросток: «Лучше бы мои родители чаще открывали своё сердце, чем кошелёк».