**Заботливый родитель – какой он?**



Родители дарят детям свою любовь и внимание, благодаря чему малыши растут счастливыми и довольными. Мать и отец знакомят ребёнка с внешним миром отношений, и в семье он овладевает своей первой социальной ролью.

Ошибки родителей во время воспитания могут оказывать сильное влияние на детскую психику. Так, дети, чьи чувства игнорируются, кому не разрешено иметь свое мнение, растут замкнутыми, нерешительными или, наоборот, становятся агрессивными. И в том, и другом случае, причиной такого поведения является недостаток заботы со стороны родителей. В чем она должна заключаться, чтобы [ребёнку](https://medaboutme.ru/zdorove/spravochnik/slovar-medicinskih-terminov/rebenok/) хватало внимания матери и отца, и он чувствовал себя нужным и принятым в своей семье? В чем часто ошибаются родители, принимая за заботу совсем другие проявления? Ответы на эти вопросы в данной статье.

[](https://medaboutme.ru/articles/ukhod_za_telom_i_volosami_rebyenka_6_bezopasnykh_produktov/)

**Важность заботы родителя**

Иногда взрослые считают, что главное для ребёнка — крыша над головой, питание и безопасность. Создав такие условия, родители перестают замечать, что у него, помимо базовых физиологических потребностей, есть еще и духовные. Именно они являются основой здоровья детской психики. Эмоциональные отклики родителей на желания и чувства ребёнка, ласка, нежность, понимание детского мира — необходимое поведение родителей для того, чтобы ребёнок рос счастливым и здоровым.

Что происходит с ним, когда взрослые обеспечивают ему только материальную сторону жизни или заботятся лишь о его безопасности?

* Он растет, не зная, что такое любовь. Человек учится любить, если он сам был любим в детстве. Из недолюбленных детей вырастают взрослые, которые не знают этого чувства и, часто, во взрослой жизни, их считают эгоистичными, черствыми, бесчувственными. Им трудно понимать и принимать других людей, и они не верят, когда им говорят о любви или выражают ее.
* Дети, травмированные отсутствием материнской и отцовской заботы, могут получить на этом фоне сильную психологическую травму. Она будет выражаться в том, что они не смогут построить ни с кем долгих и крепких отношений, потому, что, в любом партнере, бессознательно, будут искать того родителя, любви которого им так не хватало. Эти поиски приводят к бесконечным скандалам, претензиям, неоправданным ожиданиям. Партнеру с таким человеком очень тяжело и, в большинстве случаев, он разрывает отношения.

Если ребёнок, выросший без родительской любви и заботы, создает свою семью и у него рождаются дети, то он, очень часто, воспитывая их, идет двумя путями:

* Не знает, как любить их. Сторонится, не уделяет внимание, «откупается» подарками.
* Помнит, как было плохо ему, когда мать и отец его не замечали, поэтому, всеми силами пытается не допустить того же самого в своей семье. Так, его дети страдают от гиперопеки, им ничего не разрешается делать самостоятельно, молодые родители буквально «душат» их любовью, которая не дает возможности свободно дышать.

Заботливые родители — те, которым не все равно, что происходит с малышом с ранних лет жизни — служат для ребёнка примером того, как он должен относиться к себе сам, когда вырастет. Психологическая практика показывает, что клиенты, которые имеют низкую самооценку, неспособность себя защищать, не знают о своих достоинствах, в детстве страдали от недостатка внимания и заботы со стороны матери и отца. Отношение родителей к детям — это наглядный пример того, как ребёнок должен относиться к себе сам.

**Проявляет безусловную любовь к ребёнку**



В каких случаях ребёнок чувствует, что взрослые заботятся о нем?

* Когда они говорят ему слова любви и похвалы не только в случаях, если он принес «пятерку», вынес мусор, полил цветы, но и просто так: «Я счастлива, что у меня растет такой чудесный сын, как ты», «Я горжусь тем, что у меня есть дочь».
* Все родители и дети иногда ссорятся. И тогда ребёнок, если его обвиняют, критикуют, ругают за ошибки, может начать думать, что он плохой или его не любят. Заботливое отношение к нему в этом случае, даже, несмотря на то, что он не прав — дать понять, что он не перестал быть нужным и любимым. Как мать и отец могут сделать это, если они очень злы?
* Никогда не говорить ребёнку во время ссоры, чтобы он «Ушел с глаз долой» или «Такой плохой сын мне не нужен».
* Говорить о своей любви, после того, как эмоции «улягутся»: «Даже если я кричу на тебя, я не перестаю тебя любить».

Когда дети чувствуют, что они любимы просто так, в них зреет больше желания и возможностей для самовыражения, тогда, как, ребёнок, «любимый» за что-то, всегда живет в напряжении, пытаясь угадать, что сделать для родителей, чтобы они заметили его и похвалили.

**Не имеет привычки обманывать детей**

Заботливые взрослые не обманывают детей и не манипулируют ими. Самую большую [боль](https://medaboutme.ru/zdorove/spravochnik/slovar-medicinskih-terminov/bol/) ребёнку причиняют фразы, подобные следующим:

«Папа ушел от нас, потому что разлюбил тебя», «Только мама будет любить тебя всю жизнь. Больше никому нельзя верить», «Все мужчины — обманщики и жестокие люди. Если полюбишь — они разобьют тебе сердце», «Женщинам нельзя доверять. Будь всегда рядом с мамой — я никогда тебя не предам». Подобные фразы самым ярким образом свидетельствуют о том, что родители используют детей для отыгрывания своих психологических травм. Такое отношение никак нельзя назвать заботливым, напротив, оно является несправедливым и жестоким по отношению к детям.

Ребёнок рождается свободной и отдельной личностью, несмотря на то, что он долгое время зависим от взрослых. «Привязывать» его к себе подобным обманом является нечестным и говорит о том, что родитель сам не может понадеяться на себя, а ребёнок, возможно, нужен ему для того, чтобы заглушить собственную [боль](https://medaboutme.ru/zdorove/spravochnik/slovar-medicinskih-terminov/bol/).

**Честность, поддержка и понимание**



Как быть поддерживающим и понимающим родителем?

* Никогда не говорить о ребёнке плохо в присутствии посторонних людей.
* Чаще ставить себя на его место, кода хочется его осудить, отругать, наказать, чтобы понять — почему он поступил так? Что он хотел, когда нарушал правила?
* Учиться «жить» чувствами и желаниями малыша, школьника, подростка.
* Всегда вставать на его защиту. О его неправоте говорить наедине.
* Никогда не заставлять сомневаться в своей любви.
* Отказаться от [привычки](https://medaboutme.ru/articles/kak_priobresti_i_sokhranit_pozitivnye_privychki/) относиться к нему так, будто он ничего не понимает.
* Чаще вспоминать себя в детском возрасте — это будет способствовать развитию понимания между детьми и родителями.
* Как можно чаще демонстрировать любовь и говорить о ней.
* Никогда не делать поступков, которые дети могут расценить как предательство.
* Уметь извиниться, если совершил ошибку.
* Уважать мнение и право ребёнка думать и действовать так, как он считает нужным.