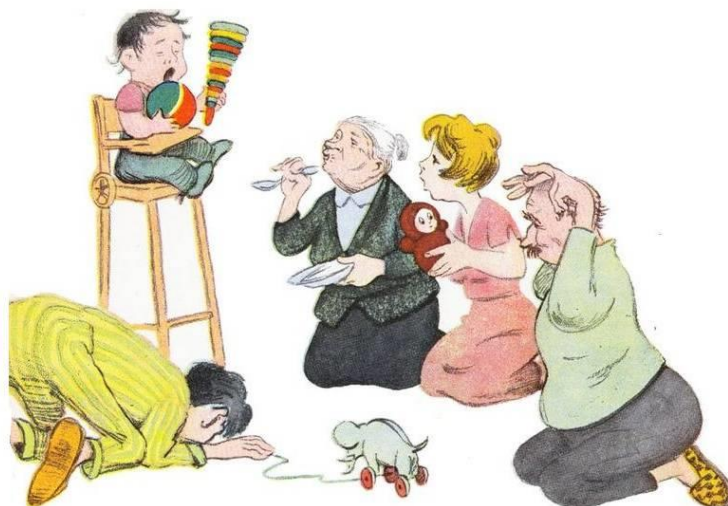


*Консультация для родителей:  
«Достаточно ли внимания и времени мы  
уделяем своим детям?»*



Составила педагог-психолог:  
Радченко Г.Ю.

Большинство родителей ждут от своих детей, что они вырастут достойными людьми, будут умными, воспитанными, всесторонне развитыми, умеющими получать в жизни желаемое. И, само собой, они смогут найти достойное занятие по жизни, реализовав в нем свои способности и умения. Для этого мы отдаем своих детей в разные учебные заведения: школы, музыкальные и спортивные кружки, развивающие центры. Но уделяем ли мы сами при этом достаточно времени и внимания своим, собственным детям?

Современная жизнь очень насыщена. И чтобы достойно жить, нужно много и упорно трудиться. Мы стали уделять работе гораздо больше времени, нежели своим детям. Дети страдают от такого отношения, от нехватки внимания и любви родителей. Родители — это, конечно же, чувствуют и стараются загладить свою вину, покупая дорогие игрушки, или так нагружая ребенка различными школами, кружками и репетиторами, что у ребенка просто нет детства и нет времени даже поиграть.

### **Почему родительское внимание так важно для ребенка?**

Потому что всестороннее развитие ребенка невозможно без родительского повседневного участия. Вы пример для ребенка, вы модель его будущего поведения, вы образец для подражания. Если у вас сейчас нет времени на ребенка, общение с ним и его развитие, то вскоре у него точно так же не будет времени на вас и общение с вами.

К примеру, эволюция снабдила младенцев сигналами и жестами, которые обеспечивают здоровое развитие, и разумнее всего на них реагировать. Будучи родителями мы должны следовать своему импульсу: спешить к своим малышам, когда они плачут, улыбаться им в ответ, разговаривать с ними, когда они лепечут и т. д. Младенцы биологически готовы к тому, чтобы направлять нас в отношении опыта, который им необходим и наши отношения с ними будут развиваться наиболее благоприятным образом, если мы последуем их подсказкам. В домашней обстановке эти малыши плачут реже, чем другие младенцы, и относительно независимы. У них вырабатывается чувство, что они всегда могут добиться внимания родителя в случае необходимости, поэтому они могут расслабиться и исследовать окружающий мир. У таких детей познавательная сфера работает «сама



на себя», а «не тратит время» на убеждение в чувстве безопасности. В дальнейшем такие дети с охотой идут в детский сад, кружки, школы. Быстрее адаптируются к новой обстановке. У них снижено чувство тревоги. Без которого невозможен успех в познании всего нового.

### **Не забываем о себе!**

Не стоит впадать и в другую крайность. Многие мамы просто «растворяются» в своих малышах. А потом, когда ребенок подрастает, и уже не так зависим от мамы, мать может испытывать чувство пустоты, нереализованность в карьере, личной жизни, развитии и т. д.

С детства следует прививать ребенку понятие того, что мама должна иметь время и для себя – законные полчаса на утренний чай/кофе, например, час на занятие спортом или на обед без перерывов на вырезание, лепку и разукрашивание картинок. Если вы работаете дома, то объясните малышу, что, когда мама работает, ее не стоит отвлекать, в противном случае ей придется дольше сидеть за компьютером.



### **Сколько времени и как, нужно для плодотворного общения с ребенком?**

Стоит помнить, что значение имеет отнюдь не количество, а качество проведенного вместе времени.

Маленькие дети стремятся к тактильному контакту с мамой, чтобы вновь ощутить то тепло, спокойствие которое они ощущали в утробе. Если ребенок подошел с просьбой взять его на ручки или

просто побыть немного рядом, не нужно его отталкивать. Всего несколько минут, и он побежит дальше по своим детским делам. Ребенок не может усидеть долго, но свою порцию материнской любви он получил.

Старайтесь максимально эффективно проводить время с ребенком. Если вы забираете его из детского сада или ведете его на занятия, не делайте это молча. Используйте это время для общения. Пусть это будут вопросы о том, какую поделку он сегодня делал, или какие упражнения выполнял на физкультуре, но ребенок будет уверен, что его жизнью интересуются и думают о нем.

К примеру, если вы хотите, чтобы ваш ребенок вырос эрудированным и много знал, увлеките его чтением. Покажите, что такое любовь к чтению на личном примере. Начните читать с ним вместе, понемногу, не перегружая и не заставляя. Проводите маленькие обсуждения после этого, что больше всего понравилось, запомнилось. Читая, ребенок учится ставить себя на место других людей, понимать и анализировать чувства и проблемы. В более старшем возрасте просите его читать вслух, меняясь ролями, чтобы он спрашивал у вас о прочитанном. Только так вы сможете развить в вашем ребенке склонность и желание делать что-либо, начав это первым.

Всегда интересуйтесь мнением и пожеланиями ребенка, хочет ли он этим заниматься, нравится ли ему ходить в эту секцию. Если ответом будет «нет», меняйте, пробуйте что-то другое. Старайтесь договариваться. Также важно поддерживать интерес в ребенке, занимаясь вместе дома, поощряя и подбадривая его. Отмечать успехи детей очень важно. Ребенку нужно знать, что родители им довольны и гордятся его достижениями.

### **Как придать уверенность ребенку любого возраста и дать понять, что его любят?**

Ставьте иногда себя на его место, подумайте какова причина того или иного поведения, поговорите в душевной беседе с ребенком, что его волнует, чем он живет, о чем думает.

Добавляйте больше приятных минут.

Будите его утром

поцелуями и ласковыми

словами, говорите, как

сильно вы его любите,

какой он хороший и

красивый. Увидите, с

каким хорошим

настроением он будет

вставать. Встречая из

школы или детского

сада, говорите, как

сильно вы соскучились

с такими эмоциями, как

будто приехали

любимые родственники, которых вы не видели 10 лет.

И самое главное, придумайте какое-либо общее занятие: прогулка в парке, аттракционы, рыбалка и т. д. хотя бы 1-2 раза в неделю, когда вы можете всецело посвятить себя ребенку.

Время, проведенное с детьми, всегда окупится. Не экономьте на общении с ним, лучше сэкономить на дорогой игрушке. Ребенок будет счастливее поиграть с вами в мяч, чем с новой игрушкой-роботом.

И, как правило, те дети, которые получили достаточно родительского внимания и любви, не «забывают» своих родителей. И с той же самой теплотой относятся к ним в зрелости.

Душевного благополучия Вам и вашим детям!

