**Ласковое воспитание**

О положительном эмоциональном контакте, ласковом воспитании важно не забывать и родителям дошколят, и родителям детей постарше.

     Казалось бы, что может быть проще, чем любить своего ребёнка, частичку себя? Но в наше «продвинутое» время многим родителям так сложно любить своих детей! Возможно их самих не долюбили в детстве, не научили делиться чувствами, положительными эмоциями.

   Даже взрослым, по мнению известных психологов (Э.Берна и др.), для нормального самочувствия, хорошего настроения необходимо каждый день определённое количество объятий, поцелуев, добрых слов, «поглаживаний» (термин Э.Берна). Доказано, что если человек недополучает положенной ему дозы ласки, он становится раздражительным, чувствует себя одиноким и никому не нужным. Если для взрослого человека так важны положительные эмоции, то для малыша они жизненно необходимы!

   Уже в животике у мамы малыш чувствует прикосновение, различает звуки (особенно мамин и папин голоса), видит приглушённый свет. Если мама регулярно разговаривает с ним, поглаживает свой живот, устанавливается эмоциональный контакт, ребёнок начинает «отвечать» ей и папе толчками, постукиваниями, повышением или понижением активности. Детишки, появившиеся у родителей, которые ещё до рождения общались с ними, более спокойны, быстрее развиваются, устойчивы к стрессам. Вообще с ними меньше проблем, потому что родители их лучше понимают.

    В первые месяцы после рождения именно кожно-мышечные ощущения являются основным источником впечатлений, помогают малышу познавать собственное тело и окружающий мир. Затем к эмоциональным реакциям добавляются зрительные, слуховые, обонятельные. Как правило, малыши в домах ребёнка очень сильно отличаются от своих «домашних» сверстников: они пугливы, не уверенны в себе, малоинициативны, позже начинают сидеть, ходить, говорить, у них плохо развито воображение, память, мышление. Такие малыши отстают от многих возрастных норм. Всё объясняется просто – рядом нет близкого человека, который реагирует на каждое его движение, улыбку, плач, кряхтение, часто берёт на руки, нежно прижимает, покачивает, успокаивает, хвалит. До 3 лет ребёнку необходимо постоянное присутствие мамы или другого близкого человека.

     Ещё совсем недавно было нормой, чтобы мама малыша через несколько месяцев после рождения ребёнка выходила на работу, а младенца отдавала в ясли. Родителям советовали не баловать ребёнка, не брать на руки без особой необходимости (плачет, кричит – полезно, лёгкие развиваются), чаще давать соску для успокоения. Результат такого воспитания плачевен – выросло поколение людей с ослабленным здоровьем, со многими психологическими проблемами (тревожность, закомплексованность, страхи, и как следствие, - алкоголизм, агрессивность и т.д.). Многие уже взрослые люди сталкиваются с проблемами при создании собственной семьи, так как их не научили в детстве делиться любовью, вниманием.

 В настоящее время учёные доказали необходимость ласкового воспитания. Взрослея, становясь самостоятельным, человек несёт в себе заряд родительской любви и внимания. По мере роста маленького человечка родителям необходимо следить, чтобы эмоциональный «резервуар» ребёнка не опустошался. Чем он полнее, тем лучше развивается ребёнок, тем легче его воспитывать.

***Из чего состоит ласковое воспитание***

**КОНТАКТ ГЛАЗ** – любящий взгляд родителей, готовность отреагировать на плач, смех, любое движение малыша. Взгляд может успокоить, поддержать, развеселить, да и наказать тоже может. Ребёнок нуждается в таком контакте с самого рождения.

**ФИЗИЧЕСКИЙ КОНТАКТ –** это и «телячьи нежности» и «медвежьи шалости». Всё зависит от возраста, индивидуальных особенностей ребёнка, его темперамента. Ребёнок никогда не перерастёт потребность в физическом контакте, меняется только форма его проявления. Младенец  нуждается в поглаживании, в нежных объятиях; дошкольник любит как поцелуи, объятия, так и шумные игры, встряхивания, пощипывания. Чем старше ребёнок, тем дальше он отдаляется от родителей, но ему всё ещё необходим физический контакт в виде поцелуев, дружеских похлопываний, объятий.

**ПРИСТАЛЬНОЕ ВНИМАНИЕ  –**  позволяет почувствовать малышу, что он самый важный человечек в мире. Хотя бы 5-10 минут в день родители должны посвящать своему ребёнку и только ему, забыв про свои «взрослые» дела. Это может быть и игра, и беседа, и чтение книги, какое-либо общее занятие. Ничто не должно отвлекать взрослого (телефон, телевизор, домашние дела и т.д.).

    Лишь удовлетворив потребность ребёнка в эмоциональном  контакте, родители могут добиваться дисциплины, самостоятельности. Хорошего воспитания легче добиться, когда ребёнок чувствует, что его искренне любят и принимают таким, какой он есть, не стараясь  унизить, сломать.

**А можно поиграть в так называемые эмоциональные игры.**

*ПОИСК МЯГКИХ ИГРУШЕК*(с 2 лет) Соберите  все мягкие игрушки, которые есть в доме, и уложите их под одеяло. Туда же забирается и ребёнок. Он должен нащупать и назвать как можно больше игрушек. Можете сами забраться под одеяло вместе с малышом – будет ещё веселее.

*ДОТРОНЬСЯ ДО …*( с 4 лет) В игре принимают участие несколько человек, естественно все они по-разному одеты. Ведущий говорит: «дотронься до…синего!» Все должны быстро сориентироваться, обнаружить у участников в одежде названный цвет и дотронуться до него. Можно искать различные цвета, элементы одежды (рукав, кармашек, бантик, пуговица и т.д.) Важно, чтобы дотрагивались до каждого участника игры.

