

# «Безусловное принятие» - что это?

**Безусловно принимать ребёнка – значит, любить его не за то, что он красивый, умный, способный, отличник, помощник и так далее, а просто так, просто за то, что он есть!**

Безусловное принятие — это одно из главных ожиданий ребёнка. Безусловное принятие — глубинное, незыблемое, фундаментальное знание того, что ты хороший и правильный. Страх ребёнка оказаться плохим для матери сродни страху смерти: если ты родился каким-то неправильным, слабым, то, по законам биологии, на тебя не будут тратить ресурсы, перестанут заботиться, и ты умрёшь. Ребёнок настолько зависим, что не может выжить без взрослого. Если безусловного принятия нет, у ребёнка резко повышается тревожность и ему просто необходимо вернуть расположение родителя.

Если любовь к ребёнку безусловна, то есть не зависит от его оценок и поведения, мнения соседей, маминой усталости и папиного рабочего графика, родитель легко даёт детям то, в чём они больше всего нуждаются:

- уважение;
- доверие;
- безопасность.

Родителям часто кажется, что они и так почти всегда показывают своим детям, что любят их: ежедневно заботясь, покупая еду и одежду, обеспечивая безопасность. Но дети часто не могут в полной мере увидеть и оценить эти усилия, зато хорошо слышат, какие слова мы ему говорим и в каком тоне обращаемся. Слышат и делают выводы: «я недостаточно хороший», «маме плохо из-за меня», «лучше бы меня не было».

Что дети часто слышат от нас	Что дети хотят от нас услышать?
Я сейчас занят(а)...	Иди ко мне!
Как всегда неправильно!	Ты сможешь, сумеешь!
Когда же ты научишься?!	Я радуюсь твоим успехам.
Сколько раз тебе можно повторять?	Я помогу тебе.
Ты сведёшь меня с ума!	Расскажи мне, что с тобой...
Что бы ты без меня делал!	Что бы мы без тебя делали?!
И дома от тебя покоя нет!	Что бы ни случилось, наш дом – наша крепость.
Глаза бы мои тебя не видели!	Я люблю тебя!

## *Как же родителям выразить негативные чувства по отношению к ребёнку?*

Психолог Ю.Б. Гиппенрейтер предлагает следующие правила:

- Выразить своё недовольство отдельными действиями ребёнка, но не ребёнком в целом.
- Осуждать действия ребёнка, но не его чувства, какими нежелательными или «непозволительными» они бы ни были.
- Использовать «Я-сообщения», говорить о своих чувствах.
- Отказаться от систематического недовольства действиями ребёнка (иначе оно перерастёт в неприятие самого ребёнка).

## *Какие причины мешают безусловной родительской любви?*

- Настрой на «воспитание любой ценой», вера в то, что награды и наказания — главные воспитательные средства.
- Установление жёсткой дисциплины до того, как установились хорошие отношения между родителем и ребёнком.
- Неоправданные ожидания.
- Истощение родительских ресурсов.
- Стремление компенсировать свои жизненные неудачи и неосуществлённые мечты за счёт ребёнка.

## *Что делать родителю?*

- Общаться с ребёнком, быть включённым в его жизнь.
- Предъявлять к ребёнку адекватные его возрасту и возможностям требования.
- Не ставить собственную успешность в зависимость от успешности ребёнка.
- Не «дрессировать» ребёнка, а мягко направлять.
- Уважать право ребёнка быть «не таким».