**«Родители, вы меня не любите!» Как на такое отвечать?**

Этой фразой малыши буквально обезоруживают родителей. Легко ли услышать подобное от собственного крохи, в котором вся семья души не чает?! Зачем дети говорят такое мамам и папам и как правильно реагировать на их поведение?

За криком «Ты меня не любишь!» может скрываться множество причин. Важно понимать, что именно в данной конкретной ситуации пытается донести вам ребенок.

Возможно, крохе нужна поддержка, он переживает какие-то неприятные эмоции и не справляется с ними. А может быть, таким способом он пытается показать, что его что-то не устраивает, что он хочет перемен в своей детской жизни. Даже если на первый взгляд это выглядит как манипуляция, не стоит недооценивать серьезность переживаемых малышом чувств.

**Как себя вести?**

Многих родителей подобные фразы раздражают, обезоруживают и расстраивают. Из-за собственных переживаний они часто допускают ошибки и реагируют совсем неправильно, тем самым только усугубляя сомнения ребенка.

**Неверно:**

* Недооценивать важность этого высказывания, игнорировать и не обращать на него внимания: «Мало ли какие глупости говорят дети, что их слушать». Если вы пропустите мимо ушей такую фразу, то ребёнок, скорее всего, расстроится еще сильнее. И с большей убежденностью будет думать, что вам нет до него никакого дела.
* Ругать: «Что ты несешь?! Маме нельзя такое говорить!». Устанавливая подобные запреты, вы сами учите ребёнка не доверять вам, не делиться переживаниями и не обращаться за поддержкой. Маме можно и нужно говорить все, ведь именно мама поможет, поддержит, объяснит. Так и только так!
* Обесценивать и высмеивать: «Ой, ну какой ты глупыш! Надо же такое сказать! Папа, ты только послушай, какой он еще маленький и смешной!». Малышу будет обидно – это раз, он станет чувствовать себя непонятым –это два и он, с большой долей вероятности, замкнется и научится скрывать от вас свои переживания – это три. Хотите ли таких отношений с собственным ребенком? Вряд ли. Тогда не смейтесь!
* Переоценивать и воспринимать слишком буквально, обижаться. Это всего лишь очередной способ обратить на себя ваше внимание. Можете не сомневаться, у крохи и в мыслях не было оскорбить вас в лучших чувствах, он просто пытается решить свои проблемы. Если вы обидитесь, проблемы точно не решатся, а, скорее, усугубятся.
* Пытаться доказать любовь с помощью подарков, покупок и прочих материальных способов ублажения: «Конечно, люблю! Хочешь, прямо сейчас купим тебе новую куклу?», «Как же не люблю, что ты! Иди, дам конфетку». Такие приемы никак не помогут ребенку справиться с переживаниями. Наоборот, научат не решать проблемы, а заедать их или подавлять, подменяя эмоциональное общение вещественными благами. Кроме того, так вы научите чадо манипулировать и добиваться исполнения своих желаний запрещенными приёмами.

**Верно:**

Если ребенок маленький, то справиться с его сомнениями довольно просто. Достаточно сказать: «Как не люблю? Очень люблю! Вот так: сильно-сильно» и крепко-крепко обнять малыша.

С ребенком постарше нужно поговорить.

* Выясните, почему он усомнился в ваших чувствах. «Из-за чего тебе так показалось? Ты расстроен, потому что мы мало играем вместе? Потому что мама уходит на работу? Потому что папа ругал тебя»? Постарайтесь понять и озвучить чувства ребенка.
* Спросите, чего бы малышу хотелось. Скорее всего, у вашего чада уже есть идеи: «Я хочу, чтобы ты не кричала!», «Не хочу спать один», «Хочу с вами на велосипедах кататься».
* Объясните свое поведение: «Мы не разрешаем тебе есть конфеты не потому, что не любим, а наоборот, потому что заботимся о тебе и очень хотим, чтобы ты был здоров. Ведь доктор запретил тебе их есть – помнишь, как у тебя чесались ручки? Давай придумаем, чем таким вкусным мы можем заменить конфеты?» .
* Договоритесь об изменениях: «Конечно, милый, и я не хочу кричать на тебя. Но когда я 8 раз подряд прошу тебя сложить игрушки, а ты не слышишь, мне приходится повысить голос. Я расстраиваюсь. Давай договоримся: ты сразу выполняешь мои просьбы, а я не кричу на тебя» или «Мы тоже хотим с тобой кататься, давай в ближайшие же выходные поедем в парк».
* Всерьез проанализируйте свое поведение. Если вы действительно редко проводите время вместе, много работаете, или общаясь с ребенком, не отрываетесь от телефона, то у крохи может сложиться впечатление, что вы не слишком заинтересованы им. Постарайтесь больше времени уделять ребенку, отведите конкретное время, когда вы будете общаться только с ним.

Материал подготовила Леонтьева Е.Ю., педагог - психолог