

## «Пять языков любви» или «Говорите на «языке любви» своего ребенка».

Кто о чем, а мы о любви, о любви к детям. Почему то многие родители считают, что воспитывать детей в семье нужно одинаково, забывая о том, что мы все разные. Нет одинаковых детей, они индивидуальны, как и мы – взрослые! Поэтому и подход к ним должен быть сугубо индивидуальным. У детей разные характеры, и любовь они понимают по-разному. С каждым вам придется говорить на его родном языке. Самое главное – каждый ребенок должен чувствовать, что он любим родителями! Только в этом случае он будет чувствовать себя счастливым. Если он не будет чувствовать любви родителей, то и не будет чувствовать себя счастливым. А это очень важно для его развития, становления полноценной личностью. В стремлении удовлетворить потребности ребенка в еде и одежде, забывается самая главная потребность – эмоциональная.

Чтобы удовлетворить эмоциональную потребность ребенка важно осознавать, что не каждому человеку понятен один и тот же «язык любви». То, благодаря чему один человек почувствует нашу любовь к нему, не обязательно даст другому ребенку такое же ощущение. Ваш ребенок может не чувствовать вашу любовь к нему, если вы проявляете или выражаете ее не на таком «языке», который ему понятен. Я беру опыт психолога Гэри Чемпена, его книги «Пять языков любви» и «Пять путей к сердцу ребенка».

Этот автор, исходя из своей многолетней практики понял, что существуют пять основных «языков любви». И каждый человек понимает один из них лучше, чем остальные четыре. Задача родителей – узнать главный для своего ребенка «язык любви» и в повышенных количествах выражать свою любовь именно на этом «языке». Это не означает, что другие «языки» не важны. Потребность ребенка во всех пяти «языках любви», но в одном из них – повышенная потребность. А вернее, если его не выражать больше, то ребенок не будет чувствовать себя любимым.

*А сейчас поговорим о самих «языках любви».*

1. *Прикосновение.* С первых дней жизни ребенок чувствует себя любимым благодаря прикосновениям. Любовь проявляется в крепких объятиях, поцелуях. Даже если просто держать своего ребенка за руку, похлопывать по спине или шутя бороться с ним на полу – это выражение любви!

2. *Слова одобрения.* «Я люблю тебя», «Молодец...», «Спасибо...». Такие слова поднимают у ребенка чувство уверенности, самоуважения, ободряют и в дальнейшем поступать правильно. Грубые и резкие, несправедливые слова, даже если сказаны в гневе, постепенно воспитывают в ребенке самоуничтожение и даже ненависть к себе и окружающим.

3. *Время, проведенное вместе.* Очень важно регулярно находить свободное от дел время, чтобы полностью уделять его ребенку: почитать книгу, поиграть в какую – нибудь игру, погулять, поговорить...

4. *Подарки.* Они могут быть очень простыми, как камень, найденный на прогулке, так и любая вещь, игрушка, цветок, скажет о любви вашему ребенку. Причем, настоящий подарок никогда не преподносится за какие-то заслуги. Ведь любовь не требует ничего взамен.

5. *Забота, помощь.* Речь идет о помощи и заботе, которую любой ребенок с радостью примет. Приготовление любимого блюда, покупка вещей, купание. И если ребенок чего – то не замечает, вырастет – оценит!

Будьте внимательны, чтобы заметить, какой способ общения больше всего нужен ребенку сейчас. Это очень просто. Если ребенок подходит и обнимает вас, то, возможно, он хочет, чтобы его обняли, приласкали. Когда просит поиграть с ним – ему нужно безраздельное внимание. Спрашивает ваше мнение – значит хочет получить поддержку и одобрение. Если счастлив, когда кто – то из друзей или родственников дарит ему подарки – именно это наиболее желанный для него «язык любви».

Можно сразу проверить на себе. Задайте себе вопрос: «Чего мне не хватало в отношениях с родителями? « Ваш «язык любви» сразу даст о себе знать – то, чего не хватало, и есть ваш «язык любви».

Научиться проявлять свою любовь так, чтобы это было понятно ребенку, то есть выучить его «родной язык», – не значит застраховаться от конфликтов. Но чтобы между вами ни происходило, ребенок всегда будет знать: вы его любите, заботитесь о его благе, и ему нечего

бояться. Он уверен в себе и себя уважает. Еще раз повторюсь, что отношения нужно строить на любви. Это самые крепкие и надежные отношения.

Когда дети еще маленькие, вы не знаете их основного языка любви. Поэтому, пробуйте все пять, и вы однозначно попадете в цель. Но если вы будете наблюдать за их поведением, то довольно скоро вы узнаете, каков их основной язык любви.

Для примера: Бобби шесть лет. Когда его отец приходит с работы домой, бобби прыгает к нему на колени и начинает ерошить ему волосы. Что говорит Бобби своему отцу? «Я хочу, чтобы ко мне прикасались». Он прикасается к своему отцу потому, что он хочет, чтобы прикасались к нему. Скорее всего, основным языком любви Бобби является язык «физического прикосновения».

Патрик живёт по соседству с Бобби. Ему – пять с половиной. Они часто играют вместе.

Однако, отец Патрика, возвращаясь домой, видит совершенно иную картину. Патрик возбуждённо кричит ему: «Папа, папа, иди сюда – я хочу тебе кое-что показать». Отец говорит ему:

«Подожди немного, Патрик. Я хочу почитать газету». Патрик оставляет его в покое, но уже через пятнадцать секунд он снова, рядом с отцом: «Папа, пошли в мою комнату. Я прямо сейчас хочу показать тебе это, папа. Я хочу, чтобы ты сейчас посмотрел». Его отец отвечает:

«Сейчас, сынок. Вот только дочитаю...». Мама зовёт Патрика, и он исчезает. Мама говорит ему, что папа устал, и чтобы он дал ему несколько минут почитать газету. Патрик говорит

«Но мама, я хочу показать ему то, что я сделал». «Я знаю, говорит мама, – но пусть папа почитает несколько минут». Через шестьдесят секунд Патрик снова рядом с отцом. В этот раз он не говорит ни слова, а со смехом прыгает прямо отцу на газету. Отец говорит: «Патрик, что ты творишь?» «Я хочу, чтобы ты пошел в мою комнату, – говорит Патрик. Я хочу показать тебе, что я сделал».

Что требует Патрик? «Качественное время», Он хочет безраздельного внимания своего отца, и он не становится до тех пор, пока не получит его, даже если для этого придется закатить сцену. Если ваш ребёнок часто дарит вам подарки, заворачивая их и вручая их вам с особенным блеском в глазах, то, наверное, основным языком вашего ребёнка – «язык получения подарков». Он даёт вам, потому что желает получить. Если вы видите, что ваш сын или ваша дочь всегда пытается помочь своему младшему брату или сестре, это, возможно, означает, что его основным языком любви — это «акты служения».

Если он или она часто говорят вам, как хорошо вы выглядите и какой вы хороший отец или хорошая мать, и как хорошо вы справляетесь со своей работой, то это указатель того, что его или ее основным языком любви являются «слова поддержки» у ребенка это все происходит на подсознательном уровне. То есть, ребенок не думает, что «если я подарю подарок, то родители тоже подарят мне подарок, если я прикоснусь, то ко мне тоже прикоснутся»; мотивацией его поведения являются его собственные эмоциональные желания. Возможно, на основании своего опыта он уже знает, что когда он делает или говорит определенные вещи, то обычно получает соответствующую определенную реакцию со стороны родителей. Таким образом, он говорит или делает то, что в итоге приведет к удовлетворению его эмоциональных потребностей. Если все идет хорошо, и эмоциональные потребности детей удовлетворяются, то из них вырастают ответственные взрослые. Но если эмоциональные потребности не удовлетворяются, то они могут нарушать общепринятые нормы, выражая злость в сторону родителей, которые не удовлетворили их потребности, и разыскивая любовь в неподходящих местах.

Скорее всего, его родители никогда не учились тому, чтобы выражать любовь своему ребёнку на понятном для него языке. Возможно, для того, чтобы выразить свою любовь, они покупали ему бейсбольные перчатки и велосипеды, а ребенок взывал: «Кто-нибудь поиграет со мной? Кто-нибудь поедет со мной кататься?»

Разница между покупкой бейсбольной перчатки и игрой в бейсбол с ребенком может оказаться разницей между пустым сосудом любви и полным. Родители могут всей душой любить своих детей (у большинства это так и есть), но этого далеко не достаточно. Мы должны научиться говорить на основном языке любви наших детей, если хотим удовлетворить их эмоциональные потребности в любви.

Когда члены семьи начинают говорить на основном языке любви друг друга, эмоциональный климат в семье значительно улучшается.