Родители любят своих детей и  хотят для них самого лучшего. НО... почему же многие  дети ощущают себя недостаточно любимыми  на протяжении всей   жизни.

«Дефицит родительской любви» - как оценить есть он или нет?

Количество и качество игрушек, одежды, еды поддаётся подсчету.  А родительская любовь, как и чувства в целом - нематериальны, и проявляются лишь в форме   поступков, слов, принимая разные формы.

 Родитель и его поддержка очень важны для ребенка в каждом возрасте. Нехватка любви в совсем раннем возрасте формирует у ребенка ощущение недоверия к миру в целом. Позже нехватка родительской любви и поддержки оборачивается зависимостью, несамостоятельностью, инфантильностью, неверием в свои силы и возможности, чувством вины. В младшем школьном возрасте такая тенденция чревата комплексом неполноценности и апатией к учебе и труду. В подростковом возрасте нехватка адекватной родительской любви и поддержки создает сложности с самоопределением, пониманием себя. В конце концов, в целом общая изолированность ребенка, внутреннее чувство одиночества так же имеет корни в нехватке родительской любви.

 Когда я говорю о нехватке. Я не сомневаюсь в том, что родитель любит своего ребенка. Я имею в виду именно форму родительской любви. Форма, в которой он эту любовь выражает может быть неподходящей на том или ином этапе или не соответствовать той или иной ситуации. И тогда у ребенка нет возможность эту любовь понять, получить и «впитать». К примеру, любовь в форме пристыжения ради воспитания достойной личности или в форме чрезмерного контроля и опеки - очень плохо усваивается детьми и скорее вызовит протест.

 Для того, чтобы восполнить эмоциональный голод и «сбросить нервозность» дети находят объекты (или родители их предлагают), как «заменители» родительской любви. Компьютерные игры, соц.сети, переедание, табакокурение, уход в фантазии и прочее. Это формирует зависимое поведение. Когда вместо живого теплого, но недоступного родителя (по каким-то причинам) ребенок выбирает неодушевленный, но вполне доступный объект.

 Из того, как родители любят ребенка, формируется его собственное отношение к себе. Мальчик или девочка учатся относиться к себе - любить или недолюбливать, чаще ругать себя, чувствовать себя виноватым, вообще не обращать внимания на свои желания и потребности и т.д.

 Ребенок, лишенный любви,     потерявший надежду на тепло от родителей, учится «зависимости наоборот». Т.е. ему настолько одиноко и больно, что он к себе вообще не подпускает, что бы ни быть «брошенным» снова. В нем много недоверия и опасливости и в то же время внутреннего желания быть любимым, а последствием может стать то, что во взрослом возрасте такие дети могут быть мало разборчивыми в своих связях.

 «Оставлеяемый», не получающий любовь в нужной форме ребенок может злиться, протестовать в самых разных (зачастую непонятных родителю) формах, может чувствовать сильную, хроническую депрессию, которая растягивается в некоторых случаях на много лет. Почему же родители лишают своих детей любви, необходимой для здорового развития?

Вот несколько причин:

**1.** **Родители, возлагающие  слишком большие ожидания на ребенка**. Главным поводом для трений между родителями и детьми является родительское чувство или ощущение, что их дети «не дотягивают» до их уровня, которого родители добиваются. Родители, имея несколько образований, успешные в бизнесе,   желают, чтобы ребенок  соответствовал их уровню. Дети внутренне страдают от страха не соответствовать родительским ожиданиям.  **Родителям полезно знать потенциал своего ребёнка, и учитывать его, помогая взрослеть, становиться сильной личностью,  психологически здоровым человеком.**

**2.    Родители-собственники.**

 Маленький ребенок полностью зависит от родителей, но  если эта зависимость от родителей не уменьшается, по мере того как ребенок растет, она препятствует эмоциональному развитию ребенка. Многие родители пытаются держать своих детей в ежовых рукавицах зависимости от них,  используют самые разные способы давления: внушение, эмоциональный шантаж, власть авторитета, необходимость подчиняться. Они уверены, что у них есть все права на ребенка, потому что он принадлежит им,   как   собственность, а не человек, который вправе расти и становиться независимым и уверенным в себе.

Родители должны уважать право ребенка быть самим собой. Это не означает, конечно, что не должно быть никаких запретов и ребенку можно позволять все. (Каждому ребенку необходимы руководство и дисциплина.) Это значит, что родителям следует поощрять ребенка самостоятельно думать, спонтанно реагировать, постепенно и ясно осознавать, что он - личность, которая должна принимать на себя все большую ответственность за свои действия и поступки, равно как и мысли.

Если же мы, родители, пренебрегаем правом ребенка на независимость, его развитие может пойти вкривь и вкось, или же он вырастет слишком зависимым от нас и чересчур послушным и не сможет научиться самостоятельно жить в своем мире. Он может легко стать добычей более сильных и властных людей или групп, например банды,  или религиозной секты. Или же, став постарше, он начнет изо всех сил отвергать любые родительские советы и руководство, что приведет к появлению трещин в ваших отношениях.
Конечно, в какой-то степени чувство собственности по отношению к своему ребенку развито у каждого родителя. Но мы должны быть начеку и 1) осознавать, что у нас есть чувство собственности; 2) отделять это чувство от подлинной заботы об общем благополучии ребенка; причем особенно это связано с необходимостью развивать независимость и умение полагаться на самого себя; 3) родители   должны    уметь в каждый момент поймать и погасить в себе этот собственнический инстинкт и всячески сопротивляться его пагубному влиянию.

**3. Замещающая любовь.**

 Наиболее стандартный тип несоответствующей любви - это замещающая любовь. При этой форме любви родители проживают свою жизнь или воплощают свои мечты через жизнь ребенка. Вы мечтали заниматься балетом, а перелом не дал вам реализоваться - тогда дочь будет отдавать все силы балету и станет балериной. А хочет ли она этого?!

 Та любовь, которую ребенок получает от нас, не должна зависеть от наших надежд и стремлений. Любовь к детям должна быть безусловна.

Истинная родительская любовь - это сильное и в то же время нежное чув­ство защиты. Любовь пробуждает у родителей глубокое беспо­койство за ребенка, за его благополучие и счастье. Она призвана нести многие его бремена, приносить жертвы. Когда мы видим, как сильна родительская любовь, то можем понять, почему она обеспечивает ребенку самую большую защиту. Ведь когда родители так преданно и самоотверженно лю­бят ребенка, ему совершенно нечего бояться. И это чувство силы и защиты ваш ребенок пронесет через всю жизнь