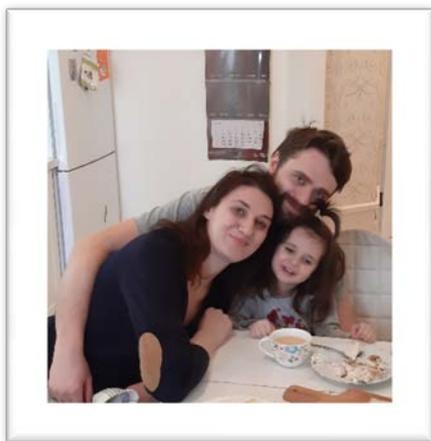


## 5 языков любви для наших детей.

### **Язык любви номер один: слова поддержки**

Говорить ребенку добрые слова о нем и о своей любви к нему – один из основных языков любви. Слова любви могут быть такими: «Молодец!», «Спасибо тебе за помощь», «Мне нравится, как ты сделал это; я вижу, что ты старался», «Я ценю это», «Прекрасная игра!», «Спасибо тебе за то, что ты помог мне сегодня», «Ты такой сильный!», «Ты такая красавица!», «Я тебя люблю». Эти выражения ободрения важны как проявления любви для всех детей, но для ребенка, для которого они являются главным языком любви, они – как кровь и жизнь.

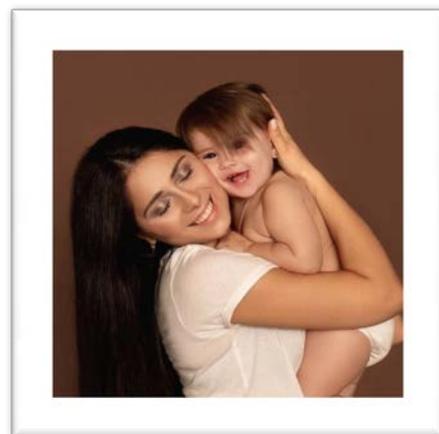
### **Язык любви номер два: время, проведенное вместе**



Время, проведенное вместе, – это то время, когда вы уделяете внимание исключительно своему ребенку. Для ребенка, у которого оно – главный язык любви, ничто не заменит длительного периода общения с ним. Это время может быть проведено за чтением книг, игрой в мяч, катанием на велосипеде, прогулками или просто разговорами во время того, как вы идете куда-то поужинать. В такие минуты ребенок чувствует себя любимым. Слова «Я тебя люблю» в отрыве от времени, когда вы вместе с ним, покажутся такому ребенку пустыми. Родители могут быть искренними, но ребенок не будет чувствовать себя любимым.

### **Язык любви номер три: физическое прикосновение**

Мы все знаем об эффективности физического прикосновения как сообщения о том, что мы любим человека. Исследования показали, что младенцы, к которым часто прикасаются с любовью, вырастают более уравновешенными эмоционально, чем те, на которых обращают мало внимания. Прикосновение важно для всех детей, но для некоторых оно особенно важно, чтобы они почувствовали себя любимыми. Характер прикосновения, конечно, зависит от возраста ребенка. Если вы будете обнимать подростка на глазах у его друзей, он может почувствовать больше смущения, чем вашей любви. Но если основной язык любви подростка – прикосновение, он будет жаждать вашего прикосновения тогда, когда его друзей нет рядом.



### **Язык любви номер четыре: подарки**

Дарить и получать подарки – распространенное выражение любви. Подарок говорит: «Папа (или мама) думает обо мне». Если вы возвращаетесь из поездки и



привозите ребенку подарок, это говорит ему, что вы думали о нем, когда были далеко. Это не значит, что вы должны дарить ребенку, чей основной язык любви – подарки, все, о чем он ни попросит. Но если вы не будете делать ему подарки достаточно часто, ребенок не будет чувствовать себя любимым. Подарки не обязательно должны быть дорогими. Тут воистину «дорого внимание».

### **Язык любви номер пять: акты**

## служения

Делать для ребенка то, что он ценит, – еще один из основных языков любви. Готовить еду, стирать одежду, подвозить его куда-либо, помогать с домашней работой, ходить на спортивные мероприятия, в которых участвует ребенок, – все это выражения любви. Если главный язык любви ребенка – акты служения, такие поступки необходимы для его эмоционального благополучия. Починить велосипед значит не просто сделать доброе дело, это значит показать такому ребенку, что вы любите его.

Есть понятие «резервуара любви», эмоциональный «резервуар любви». Когда ребенок чувствует искреннюю любовь родителей, то вырастает нормальным, открытым для наставления и воспитания. Если резервуар любви ребенка пуст и он не чувствует, что родители любят его, он, скорее всего, будет восставать против попыток родителей обучать и воспитывать его.

Для ребенка важны все выражения любви, но не все они имеют одинаковую ценность. Из пяти языков любви у каждого маленького человека какой-то является первым по значимости, какой-то – вторым. Эти два языка любви для него важнее, чем остальные три. Если родители регулярно говорят с ребенком на его первом и втором языках любви, он чувствует себя любимым. Если родители не делают этого последовательно и регулярно, ребенок может чувствовать себя нелюбимым, даже если родители выражают свою любовь к нему на остальных трех языках любви. Недостаточно просто любить ребенка. Вопрос в том, чувствует ли ребенок себя любимым. Каждый консультант по вопросам семьи и брака встречал детей, маленьких и постарше, которые говорят: «Мои родители меня не любят. Они любят моего брата и не любят меня». Почти всегда в таких случаях родители искренне любят его. Проблема в том, что они не говорят с ним на его главном языке любви. Ребенок растет, а его резервуар любви остается пустым.

Как узнать, какой язык любви главный для вашего ребенка

Как вам обнаружить, какой язык любви главный для ваших детей? Есть три способа.

Во-первых, понаблюдайте, как они выражают свою любовь к вам.

Если ваш сын регулярно говорит вам, какой вы хороший, какую вкусную вы приготовили еду и так далее, скорее всего, его основной язык любви – слова одобрения. Если ваша дочь постоянно приносит вам самодельные подарки, завернутые в декоративную бумагу, или дарит вам то, что нашла во дворе, то ее язык любви, скорее всего, – подарки. Если ребенок постоянно хочет обнять вас или дотронуться до вас, подумайте о том, что его основным языком любви может быть физическое прикосновение. Если он постоянно хочет помочь вам в вашей работе по дому, то, вероятно, его основной язык любви – акты служения. Если он все время хочет играть с вами, читать книги вместе с вами, заниматься с вами другими делами, – то его язык любви, скорее всего, – время вместе. Ваши дети дают вам то, что они хотели бы получить сами.

После наблюдения за тем, что дети делают для вас, обратите также внимание на то, чего дети чаще всего просят. Просьбы тоже отражают их основной язык любви. Если ребенок говорит, когда вы куда-нибудь уезжаете: «Привези мне что-нибудь», он ясно намекает вам на то, каков его основной язык любви. Если он постоянно спрашивает: «Как у меня это получилось, мама?» – он говорит вам, что его главный язык любви – слова одобрения. Если ваш сын все время просит погулять с ним, или поиграть, или сделать вместе с ним что-то еще, он показывает вам, что его главный язык любви – время вместе. Будьте внимательны к просьбам своих детей, пока не поймете, что за ними стоит. Когда поймете, каковы основные языки любви ваших детей, начинайте обращаться к ним на этих языках.

Третья подсказка – слушать, на что чаще всего жалуются ваши дети. Если они критикуют вас за то, что вы не играете с ними, или не делаете им подарки, или не хвалите за отличную отметку, они ясно намекают, каков их главный язык любви. Дети наиболее критичны в том, что связано с их главным языком любви.

Пока вы не поняли, каковы первый и второй язык любви ваших детей, пробуйте сосредотачиваться на одном из языков любви каждый месяц и следите за реакцией своего ребенка в течение этого месяца. Если вы будете говорить на главном языке любви своего ребенка, он будет более склонен к обучению и воспитанию. Он вообще будет вести себя лучше, и в семье установится гармония!

Подготовили воспитатели группы «Капитошки»:

Бакалова Элла Александровна  
Старостьянова Анастасия Юрьевна

Ноябрь 2019