



**Родительское собрание на тему:
«Главный член семьи – Любовь»**

**Учите своего ребенка любить,
тогда он будет абсолютно здоровым
и счастливым**


Работу выполнила:
Галлямутдинова Гульназ
Мунавировна, учитель
русского языка и литературы
I квалификационной категории
МБОУ «Балтасинская гимназия»

«Счастлив тот, кто счастлив у себя дома»

Л.Н.Толстой



Семья,
главное в жизни!



Любовь – это чувство, которым награждает нас мир с самого начала нашей жизни. Как правило, человек без любви не есть человек, а некое подобие камня или существа, не имеющего чувств. Человек должен любить, чтобы жить. Ведь действительно, без любви не будет в жизни ничего светлого. Именно с помощью любви появляются истинные ценности в жизни, которые делают нас счастливей.

Ученые доказали благотворное влияние чувства любви на организм человека

1. Польза для сердца.

Чувство эйфории позитивно влияет на сердечные сокращения. Ритм становится более ровный. Здоровое сердце — начало здоровой нормальной жизни, нервной системы, гормональной и иммунной.

2. Профилактика простудных заболеваний.

Дело в том, что любовь укрепляет иммунную систему, помогает быстро восстановиться в случае заболевания.

3. Профилактика психических заболеваний.

Нормализует работу нервной системы. Предотвращает психические заболевания, помогает выйти из депрессии.

4. Болеутоляющее средство.

Любовь, а точнее гормоны допамин и эндорфин, облегчают болевые ощущения.

5. Активизирует работу мозга.

Воздействует на мышление, способность воспринимать больше информации. Позитивно влияет на внимание, память. Контролирует работу вегетативной системы.

6. Повышает стрессоустойчивость.

Человек обращает меньше внимания на настроение окружающих, сложный день и неразберихи в коллективе.

7. Предотвращает неуверенность.

Идет прилив сил, энергии, повышается уровень самооценки.

Даже те, кто не знают, как любовь влияет на человеческий организм, могут смело заявить о том, что это прекрасное чувство приносит в жизнь огромное количество радости, счастье, положительные эмоции и долгие годы жизни.



Как и всякому искусству, любви необходимо учиться. И учить. Не лентясь душой, преодолевая немоту и невыраженность настоящей и будущей любви к детям. Ведь это так важно для их жизни, для построения семьи и дома, для их утверждения, продвижения и успехов.

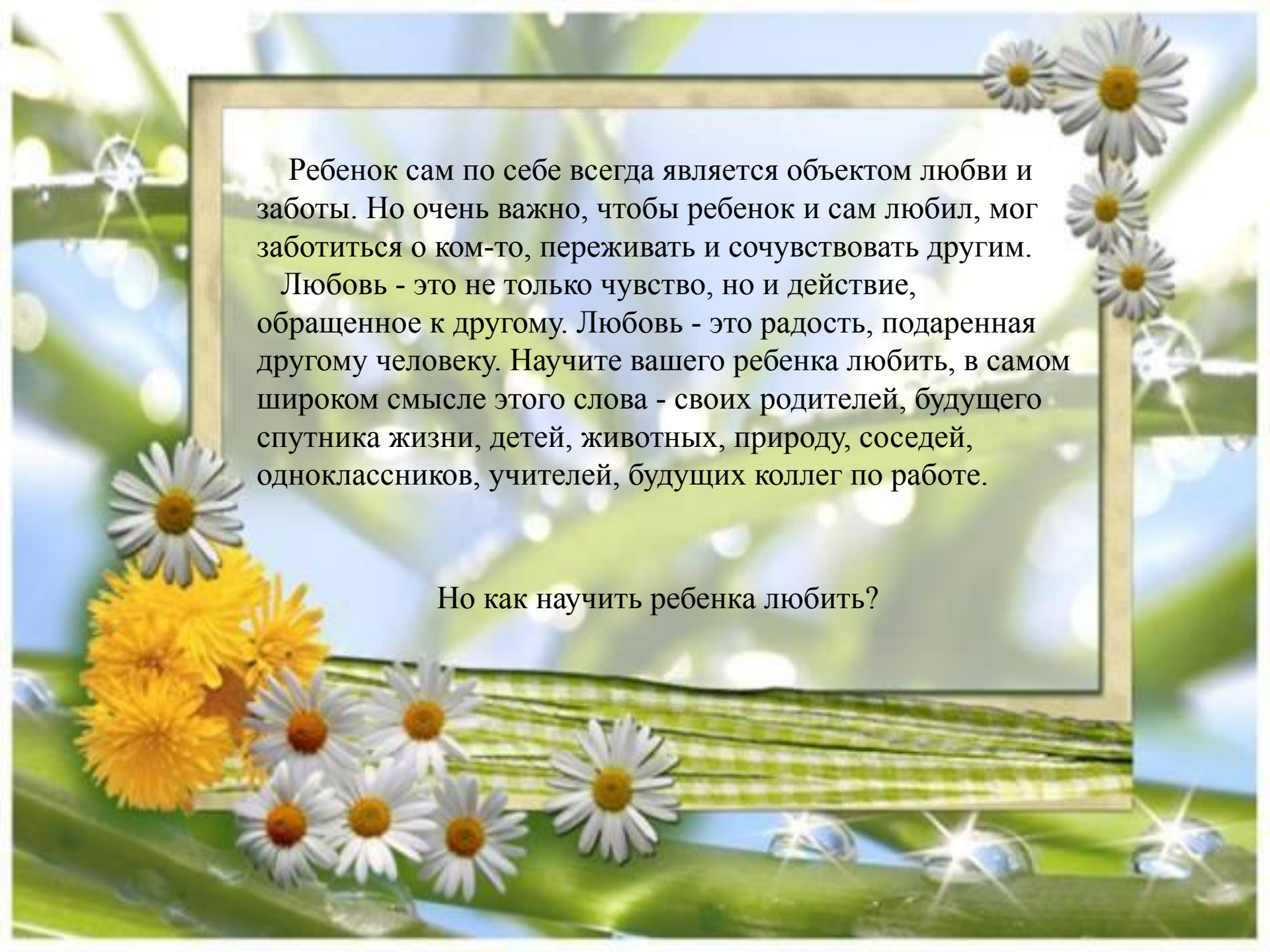
Однако ребенку жизненно необходимо постоянно иметь явные подтверждения любви от любимых и любящих взрослых.





Когда мы демонстрируем детям, что мы безоговорочно их любим, что они, их чувства и желания важны, что мы ценим их, уважаем и заботимся о них, мы тем самым повышаем их самооценку. Отсюда появляется уверенность и чувство безопасности, которые нужны им, чтобы понять свои эмоции и управлять поведением, ладить с людьми, стать самостоятельными, просить о помощи, когда она нужна, справляться с ударами судьбы и несовершенством мира, а также чтобы любить. Другими словами, вы готовите базу на всю жизнь.





Ребенок сам по себе всегда является объектом любви и заботы. Но очень важно, чтобы ребенок и сам любил, мог заботиться о ком-то, переживать и сочувствовать другим.

Любовь - это не только чувство, но и действие, обращенное к другому. Любовь - это радость, подаренная другому человеку. Научите вашего ребенка любить, в самом широком смысле этого слова - своих родителей, будущего спутника жизни, детей, животных, природу, соседей, одноклассников, учителей, будущих коллег по работе.

Но как научить ребенка любить?



Нужно признать, что научить любви, как таблице умножения, невозможно. Это и для большинства взрослых – ежедневный труд и преодоление сомнений. Но если относиться к способности любить как к умению вызывать у окружающих добрые чувства и желания, то миссия родителей – настраивать детей на оптимистичный образ жизни и внимательное отношение к людям. Если вы уже сформулировали черты, которые хотели бы видеть в детях, вам неизбежно придется самим быть носителями этих черт. То, как вы разговариваете с ребенком, любимым человеком, друзьями и даже случайными прохожими, бессознательно становится сценарием, правильным и для детей, ведь им проще всего повторять поведение, которое они видят в своей семье.

Зная об этом, родители могут научить детей нескольким вещам:

1. Обращать внимание на положительные стороны жизни:

- развивать в детях чувство прекрасного,
- говорить об искусстве,
- чаще бывать на природе,
- читать хорошие книги,
- смотреть фильмы о любви,
- чаще улыбаться людям,
- настраивать на восприятие действительности таким образом, чтобы воображаемый стакан был наполовину полон, а не пуст.



Люди, которые видят красоту в малом, сумеют в любом человеке разглядеть черты, достойные интереса и уважения.

2. Радовать друг друга. Можно вспомнить о языках любви, описанных в книге консультанта по взаимоотношениям Гэри Чепмена «Пять языков любви»:

- **Слова поддержки.** Похвала и благодарность отражают друг друга. Когда мама говорит ребенку «спасибо» за то, что он ведет себя тихо во время сна маленького брата, а папа хвалит жену и дочку за то, что они в его отсутствие приготовили вкусные пирожки, то те, кому говорят добрые слова, и сами испытывают благодарность и желание радовать близких снова и снова.
- **Совместное время.** Несмотря на то, что свободного времени у работающих родителей мало, когда оно появляется, оно должно быть их безраздельным временем с детьми, без отвлечения на посторонние дела. Гулять по парку – так беседуя или играя в мяч, а не разговаривая одновременно по телефону.
- **Подарки.** Знаки внимания, которые вовсе не должны быть дорогими или крупными, говорят любимым людям, что мы думаем о них. Детям приятно находить конфету или маленькую машинку в кармане курточки, встречать вас из командировки, зная, что вы привезете что-нибудь необычное из другого города. В ответ родителям тоже будут дары: букеты одуванчиков, дольки подаренной шоколадки и, конечно, рисунки и поделки, посвященные маме и папе.
- **Помощь.** Как хорошо, когда дети могут прийти с трудностями к родителям, и те помогут им справиться с непонятным школьным заданием, организовать совместную игру со сверстниками на дне рождения, помочь помириться с младшим братом. Это учит детей тому, что близкие люди готовы не только подбадривать друг друга в трудную минуту, но и оказывать осязаемую, физическую помощь.
- **Прикосновения.** Минуты близости, будь то чтение в обнимку, традиционный поцелуй перед уходом на работу или даже шутливые хлопки ладонями «дай пять!» – все это особенные моменты, которые мы позволяем себе с самыми дорогими на свете людьми.



- **3. Проявлять заботу.**

Часто забота заключается в желании поделиться с другим человеком тем, что любишь сам, или пожертвовать свободным временем, или даже испытать легкий дискомфорт, но доставить удовольствие близким. Так мужчина отдает замерзшей женщине кофту со своего плеча. Так старший брат готов выполнить за приболевшую сестренку часть ее работы по дому. Так делится на четверых членов семьи единственный кусок торта – хотя маленьким кусочком и не наешься, он будет гораздо вкуснее, чем если кто-то съест большой кусок в одиночку.