



Как показать родителям, что ты их любишь?

Мы редко признаемся в любви родителям (это и так понятно), порой спорим и отстаиваем свои границы, уходим с головой в личные дела и отдаляемся от них. Знайте, маме и папе, как и вам, важно чувствовать, что их ценят и любят! Если вдруг в ваших отношениях с родными появился холодок, то необходимо как можно быстрее вернуть доверие, близость и понимание. И праздники - прекрасная возможность для этого!

Психологи **Детского телефона доверия 8 8002000 122**

подобрали несколько простых способов, как показать родителям, что вы действительно их очень любите.

Проявлять заботу

В жизни каждой семьи существует большое количество повседневных бытовых мелочей, с которыми успешно, а иногда и не очень, справляется мама. И делает она это для всех членов семьи, потому что любит их и заботится. А что вам мешает заботиться о семье, и в первую очередь, о маме - помочь с уборкой, сходить на почту, срочно купить что-то, встретить ее с работы, заварить чай? Если ежедневно делать эти маленькие дела без напоминания, то жизнь родителей будет проще и радостней, ведь они будут видеть вашу заботу и любовь к ним в действии. Посмотрите, сколько свободного времени появится у мамы, если вы будете убирать за собой, следить за своими вещами или иногда ходить в магазин вместо нее. Заметьте, как изменится ее настроение, и возможно, даже весь ваш семейный уклад.

Интересоваться жизнью

Знакомые, приятели, родственники при встрече часто задают обоюдный вопрос «Как дела?», чтобы показать свою заинтересованность и участие, потому что близкие люди на то и близкие, чтобы быть в курсе жизни друг друга. А как часто вы интересуетесь тем, что происходит в жизни родителей? Маме и отцу было бы очень приятно, если бы вы проявляли интерес к ним - какие книги они читают, чем увлекаются, о чем думают, что их тревожит и к чему они стремятся? Попробуйте уделять им внимание и старайтесь понять - возможно, вы удивитесь, какие интересные люди живут с вами!

Выполнять обещания

Не забывайте о договоренностях. Существует ошибочное представление, что если дать обещание родителям и не сдержать его, то ничего страшного не случится - родители напомнят о нем или сделают за вас. На самом деле это их очень расстраивает, ведь родители рассчитывают на вас и надеются, что вы вырастаете. Подвести друга и подвести маму или папу - это одно и то же, только родители вас простят, а вот с другом такой гарантии нет. Не стоит злоупотреблять родительской любовью, сдерживайте свои обещания как можно чаще - это знак, что вы цените их и уважаете.

Делать приятные сюрпризы

Приготовьте родителям завтрак или тематический ужин, сделайте подарок своими руками, оставьте им пожелания доброго утра на холодильнике или спрячьте эти милые записочки в их сумках или карманах, отправьте домой открытку из школьной поездки о том, что вы любите их и скучаете, позвоните на их любимое радио и закажите песню, запустите в своих профилях флешмоб «Спасибо родителям!». Делать человеку приятное - это любовь...

Обнимать

Природой задумано, что через тактильный контакт люди выражают свои чувства. Мама, держа малыша на руках, обнимая и целуя его, счастлива. Маленькие дети, которых часто обнимают и целуют мамы, меньше болеют и лучше набирают вес - они спокойны и тоже счастливы. Такая вот любовь. Но по мере взросления у вас возникают другие интересы, круг общения расширяется, появляются близкие друзья, а со временем и романтические отношения. Родители с пониманием относятся к тому, что вы все больше времени проводите не с ними. Но они порой скучают по времени, когда вы были рядом, сидели у них на ручках и крепко обнимали.

Обнимайте своих родителей, берите за руку/под руку во время совместных прогулок или походов по магазинам, просто посидите рядом. Поверьте, это очень сближает и радует.

Добрые слова, объятия и проявление заботы - это самые простые, но тем не менее важные способы сказать родителям о том, что вы их любите. Главное - делать это искренне, не ожидая заслужить тем самым дополнительные привилегии

