

ПАМЯТКА

«Важная роль родительских объятий»

Подготовила педагог-психолог Маркова Г.Н.
20.03.2025г.

Жизнь современных родителей заполнена заботами, домашними обязанностями, работой, хобби, саморазвитием, воспитанием детей... Но часто, в этом сумасшедшем водовороте, родители, даже весьма любящие и хорошие, забывают о такой важной вещи для всех деток, как... объятия!

А между тем объятия для детей – это не просто «вид невербальной коммуникации». Они крайне важны и даже необходимы всем детям. На самом деле, объятия – простой и эффективный способ проявить любовь, улучшить настроение ребенка и даже... укрепить его здоровье! Роль эта действительно недооценена! Фактически объятия играют роль некоего «удобрения» для детского организма и психики. И важны они не меньше, чем игры, разговоры и внимание от мамы и папы. Причем важно, чтобы объятия были «теплыми», душевными, а не механическими. Потому что объятия — это одна из форм проявлений родительской нежности. Многократная польза объятий для детей выражается в таких позитивных моментах:

1. дети, которых с любовью обнимают, лучше растут, за счет выброса гормона окситоцина, он не только делает нас счастливыми, но и стимулирует процессы роста, в том числе фактор роста нервов;
2. мальчики и девочки становятся умнее, быстрее развиваются за счет такого сильного сенсорного стимула;
3. достаточное количество «обнимашек» у деток помогает им вырасти уверенными в себе, и развивает коммуникационные способности;
4. объятия способствуют гармонично развитию нервной системы и делают детей более уравновешенными, помогают им научиться управлять собственными, часто сложными и смешанными, чувствами и эмоциями;
5. объятия дают деткам ощущение защищенности;
6. в крови реально становится выше уровень гемоглобина;
7. объятия на детей действуют, как обезболивающее, причем предельно эффективное;
8. они же укрепляют иммунитет детского организма, вызывая выброс окситоцина, этот гормон, в свою очередь, подавляет выбросы других, стрессовых и вредных гормонов;
9. объятия любящей мамочки, особенно способом «кожа к коже» даже помогают убирать колики у младенцев;
10. все тот же окситоцин защищает детей от недугов сердца и помогает бороться с усталостью;
11. объятия от любящих пап, кстати, не менее полезны – они тоже исцеляют и ускоряют развитие, а еще помогают наладить прочный эмоциональный контакт.