

Памятка для родителей

«Слова, которые мы произносим»

Конечно, в разговоре с ребенком невозможно взвешивать каждое свое слово. Но есть пять фраз, которые родителям нельзя произносить ни при каких обстоятельствах!

1. «Я тебя больше не люблю»

Ребенок принимает каждое высказывание родителей за чистую монету. Слова «Я тебя больше не люблю» могут ребенка буквально оглушить. Ведь любовь родителей – его основная опора в жизни.

Если ребенок что-то натворил, обсудите сам поступок, а не виновника. Например: «Я не довольна, что ты разбил вазу». Тогда ребенок поймет, что его поступок был плохим, но у него не будет оснований сомневаться в любви родителей.

2. «Это меня огорчает»

Никогда, например, не говорите: «Меня огорчит, если ты все не съешь». Этим вы оказываете давление на ребенка и ставите его в затруднительное положение. Чтобы родители были довольны, он должен все время стараться вести себя хорошо, а это очень большая нагрузка для ребенка любого возраста. Если вам не нравится какой-то конкретный поступок, скажите прямо: «Ты не должен разрисовывать фотографии. Если ты еще раз это сделаешь, я их у тебя отберу» (и это нужно обязательно сделать, дети очень быстро улавливают, если вы непоследовательны).

3. «Ты больше не мой ребенок»

«Завтра я продам тебе и найду себе другого ребенка». Как бы нелепо ни звучала эта угроза для взрослых, ребенок воспринимает ее совершенно серьезно и сильно пугается. Позднейшие объяснения – «Я только пошутила» - не помогают, остается неуверенность.

4. «В этом ты сам виноват»

Если с ребенком что-то случилось (например, он разбил коленку), он нуждается в утешении, а никак не в язвительных замечаниях вроде «Рохля» или «Сам виноват». Ему будет не только больно, но он почувствует себя покинутым. Лучше возьмите его на руки, выслушайте. И только когда он

успокоится, можете заняться выяснением причин: «Может быть, ты не видел, куда бежишь? Если будешь внимательней, то больше не упадешь».

Это тоже словесные пощечины

- Слова «Ты всегда такой послушный» звучат мило, но не соответствуют действительности, ведь ребенок не всегда бывает таким уж примерным. «Ты всегда все ломаешь» - это также мало отражает правду. Обе фразы заставляют ребенка сомневаться в себе самом. Лучше всегда быть конкретным: «Замечательно, что ты сегодня днем так хорошо играл один» или «Пожалуйста, будь в следующий раз повнимательней».
- Фразы со словом «никогда». «Ты никогда это не одолеешь» или «Из этого никогда ничего не выйдет» - такие заявления унижают достоинство ребенка. Лучше ободрить его: «Попробай еще раз. И если не получится, попробуем вместе».
- Критика физических качеств. Особенно ранящими могут быть придирки к фигуре. Взрослые, которые лечатся в связи с серьезными нарушениями веса (ожирение, истощение), часто рассказывают, что услышанные в детстве замечания «Ты становишься слишком толстым» либо «Ты что, поправился?» (или, наоборот, «Худым ты мне нравился больше») оставили неизгладимый след в их памяти.

Слова родителей «программируют» подсознание детей, определяя их будущие способности, реакции, поведенческие модели. Помните об этом!