



## ВОЛШЕБНЫЕ СЛОВА В ОБРАЩЕНИИ С РЕБЁНКОМ

### *«Я тебе доверяю»*

Дети с большим пылом стараются оправдать оказанное им доверие. Только зная, что в них верят, они, в свою очередь, могут испытывать доверие к себе и другим. Если родители постоянно сомневаются в своем ребенке — «Вряд ли что-то получится...», «С тобой никогда не знаешь...», «Ты же этого не сможешь...» — маленький человечек, в конце концов, обиженно замыкается в себе, чувствует себя непонятым, покинутым. Поэтому чаще говорите ребёнку "Я тебе доверяю".

### *«Я рада, что ты у меня есть»*

Маленькие дети верят, что именно они двигают мир, делают так, чтобы что-то происходило. Они думают, что солнце всходит потому, что они так хотят, и точно так же они считают себя — со своей точки зрения — ответственными за все остальное, например, за семейные заботы, несчастные случаи, ссоры. Тем более ребенку нужна уверенность в том, что вы счастливы оттого, что он у вас есть. Ни в коем случае нельзя позволять себе высказывания типа: «Из-за тебя я должна от всего отказываться», «Если бы не ты, я бы...»

### *«Я тебя люблю»*

Дети должны верить в то, что их любят ради них самих, поэтому ни в коем случае нельзя связывать это чувство с какими-нибудь условиями («Сперва уберу в комнате») или с тем, что ребенок делает («Ты мне наврал, теперь я тебя больше не люблю»). Ребенку будет понятно, если ему скажут: «Я тебя очень люблю, но то, что ты бьешь братика это нехорошо».

### *«Я тебя понимаю»*

Потерял плюшевого мишку, брошен другом, боится темноты — все это для ребенка большое горе. В таких случаях малыш нуждается в сочувствии и утешении. Попытки ободрить его словами типа: «Это всего лишь игрушка», «Зачем тебе эта ерунда» или «Привидения на самом деле не существуют» -ребенку непонятны. Они - из мира взрослых, основаны на опыте, которого у ребенка еще нет.

### *«У тебя всё получится»*

Поощрение и одобрение нужны детям и в отношении того, что родители воспринимают как нечто само собой разумеющееся. Слова «Хорошо сделал», «Я знала, что ты это можешь» или «Мы тобой гордимся» воодушевляют малыша. С другой стороны, такие ярлыки, как «плакса», «размазня» «рохля», или заявления вроде «Вечно ты проигрываешь» или «Ты совсем не умеешь дать сдачи» могут надолго подорвать его веру в себя.

### *«Мы всегда с тобой»*

Что бы ни случилось, мои родители всегда мне помогут — это знание помогает многое преодолеть. В ежедневной суете не всегда есть возможность отложить все в сторону и заняться исключительно ребенком. Но вы можете его утешить: «Интересно! Сейчас я закончу свои дела, тогда у меня будет время, и ты сможешь подробно рассказать мне обо всем». Ребенку это будет понятнее, чем, если бы вы сказали: «Сейчас я не могу».



## **ЧТО НЕЛЬЗЯ ГОВОРИТЬ РЕБЕНКУ**

Все мы знаем знаменитую поговорку: «Слово не воробей, вылетит – не поймаешь», но почему-то напрочь забываем и

в некоторых ситуациях говорим близким людям обидные и неприятные слова. Иногда, когда ребенок неправильно себя ведет, и с ваших уст срываются фразы, о которых вы потом жалеете. Взрослый человек может пропустить сказанное мимо ушей и попросту не обратит внимания, детское же восприятие устроено по-другому, и однажды услышанные неприятные слова надолго отпечатываются в памяти малыша, порой доводя его до самого настоящего стресса. Родители – самые важные люди в жизни ребенка, и любое обидное слово, сказанное ими случайно в порыве гнева, воспринимается малышом очень болезненно. Именно поэтому мамам и папам стоит помнить о тех фразах, которые ни при каких обстоятельствах не стоит говорить своему ребенку.

### **«Я тебя не люблю»**

Самые страшные слова, которые может услышать ребенок от своих родителей – это фраза «Я тебя больше не люблю». Малыш, слыша такую фразу от самого близкого и родного человека, воспринимает ее однозначно: «Мама меня больше не любит, я ей не нужен, я плохой». Это сильная психологическая травма для малыша, которая может привести к тяжелым последствиям. Даже если родители вовремя опомнились и сказали, что просто пошутили, эти страшные слова навсегда останутся в памяти ребенка, и время от времени он будет о них вспоминать.

### **«Ты никому не нужен»**

Очень часто родители, стремясь помочь ребенку преодолеть какой-либо страх, например, темноты или злого гоблина, который прячется под кроватью, говорят ему: «Да кому ты нужен? Никто тебя не съест!» Несмотря на то, что мама с папой по-своему пытаются помочь малышу и ничего плохого вовсе не имеют в виду, ребенок воспринимает эту фразу по-своему: ему начинает казаться, что он плохой, он не достоин внимания, любви и заботы. Естественной реакцией на такие слова становится замкнутость, боязнь общения со сверстниками, снижение собственной самооценки. Гораздо лучше в аналогичной ситуации сказать малышу, боящемуся воображаемых монстров, о том, что он вам слишком дорог, и вы ни за что его не отдадите никакому Бабайке, Кощею или злому дракону. Иногда из уст родителей вылетают похожие фразы и в других ситуациях. Когда мама, устав от капризов малыша, говорит: «Я делаю тебе одолжение, что живу с тобой, потому что кроме меня ты никому больше не нужен!» – она даже не подозревает, что наносит своему ребенку психологическую травму. Лучше всего раз и навсегда забыть подобные высказывания, поскольку малыш начнет считать себя хуже остальных, и это вызовет большие проблемы в его общении со сверстниками.

### **«Я тебя отдам!»**

Некоторые родители, безуспешно пытающиеся справиться с капризным ребенком, прибегают к угрозам: «Если не съешь кашу, я позову Бабу-Ягу, и она тебя заберет», «Будешь плохо себя вести, я вызову милиционера» и так далее. Дети с хорошим чувством юмора и крепкими нервами лишь улыбаются в ответ на такое заявление со стороны родителей, но ведь далеко не все малыши могут похвастаться сильным характером, и в результате боязливые и тревожные дети могут заработать себе самую настоящую фобию. Эмоциональное напряжение малыша, который постоянно испытывает страх, может в конце концов привести к настоящему нервному срыву: ребенок будет бояться остаться в одиночестве, спать с выключенным светом, выходить на улицу без сопровождения взрослых. Своими угрозами родители лишают малыша чувства спокойствия и

защищенности, и вместо этого вынуждают его жить в атмосфере постоянного страха и тревоги.

### **«Ты плохой!»**

Когда у родителей не получается вразумить свое чадо и прекратить ссору, на помощь им приходит последний довод — фраза: «Ты плохой!». Дети в самые первые годы жизни всегда безоговорочно верят любому сказанному слову, поэтому, когда родители внушают им, что они плохие, грязнули, жадины, невоспитанные, малыши действительно начинают чувствовать себя такими и, войдя в роль, ведут себя соответственно. Родителям, желающим показать малышу неприемлемость его поведения, лучше пользоваться не осуждающими конструкциями («Ты плохой», «Ты вредный», «Ты — неряха»), а более мягкими вариациями: «Ты плохо поступил», «Сейчас ты вредничаешь, но я подожду, пока перестанешь», «Твои игрушки разбросаны по всей комнате, собери их, пожалуйста».

### **«Не делай этого!»**

Все мамы и папы заботятся о безопасности своего ребенка, но зачастую переусердствуют в этом, стремясь облегчить его жизнь, насколько это возможно. От таких родителей малыш постоянно слышит: «Не ходи туда — упадешь!», «Не трогай — разобьешь!», «У тебя не получится, я лучше сама сделаю!». Специалисты в области детской психологии утверждают, что подобные фразы подсознательно программируют малыша на неудачу. Постоянно слыша такие слова, ребенок начинает думать, что он неловкий, неуклюжий и ничего не способен сделать сам, потому что это получается у него плохо. Результатом становится потеря веры в себя и свои возможности, нежелание браться за какие-то дела и отсутствие инициативы. Родителям стоит хотя бы иногда поощрять попытки малыша довести начатое дело до конца, не прерывая его занятие и не стремясь все сделать за него.

### **«Никому не верь!»**

Еще одна крайность, которая порой преследует мам и пап — это желание вырастить ребенка слишком самостоятельным. Предупреждая малыша о возможных трудностях, которые могут его поджидать во время выполнения того или иного действия, такие родители любят говорить: «Надейся только на себя!», «Никто за тебя делать ничего не будет!», «В мире мало добрых людей, поэтому никому не верь!». Малыши, которые постоянно слышат о том, что окружающий мир жесток и несправедлив, сами вырастают агрессивными, недоверчивыми и замкнутыми. Чтобы такого не произошло, родителям не стоит забывать о том, что дети изначально смотрят на мир позитивно, и только неправильное воспитание настраивает их на конфликты с окружающими.

### **«Почему ты не такой, как...?»**

Еще один «любимый» раздел родительского кодекса воспитания — критика в форме сравнения. Очень часто в лексиконе отчаявшихся мам и пап проскакивают фразы: «Ну почему ты не такой, как твой брат?», «Почему ты не ведешь себя, как Петя?», «Вот Наташа уже умеет считать до двадцати, а ты так и не научился!». Дети очень болезненно реагируют на любое сравнение, особенно когда речь идет о родных братьях и сестрах, поэтому такая критика всегда вызывает в них тягу к нездоровому соперничеству. Малышам очень важно, чтобы родители принимали их такими, какие они есть, со всеми их недостатками.

Точно такую же реакцию провоцируют у детей и завышенные требования: «Почему ты занял второе место, а не первое?», «Почему ты получил четверку по рисованию, а не пятерку?». Такие фразы ударяют по самолюбию малыша и заставляют их чувствовать себя недостаточно хорошими в глазах мамы и папы. Гораздо лучше не критиковать своего малыша, а высказывать ему свое одобрение: «Ты получил четверку, но я все равно тобой горжусь!», «Второе место тоже хорошо, значит, есть к чему стремиться на следующих

соревнованиях!», «Главное — не победа, а участие!». Детям важно чувствовать понимание и поддержку родителей, ведь это самая лучшая для них мотивация в достижении будущих успехов.