**СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ «ЧТО НЕЛЬЗЯ ГОВОРИТЬ ДЕТЯМ»**



**Иногда в состоянии крайнего раздражения и недовольства поведением собственных детей, мы говорим им слова и фразы, которые говорить детям нельзя**

*Будешь продолжать так себя вести, я уйду!*

Капризничающие дети часто слышат от своих родителей фразы наподобие: «Будешь продолжать так себя вести, я уйду!».

Угроза «остаться одному» действует на ребенка подобно приговору и буквально означает для него то, что он лишен теперь родительской поддержки и любви, он нелюбим, и маме теперь все равно, что с ним будет.
Вот почему нужно хорошо подумать, прежде чем бросаться необдуманными фразами.

*Не пей холодную воду, а то горло заболит*

Горло болит не от холодной воды, а от невысказанных эмоций/мыслей. Если ребенку рот не затыкать тогда, когда он говорит, кричит, плачет, а также не ругать его за его слова, эмоции и способы их выражения, то горло болеть не будет.

*Не балуйся с едой*

Дети вообще не умеют баловаться. Они познают мир и физические свойства предметов, в том числе и еды.

*Не смотри так близко, а то глаза сломаешь/зрение посадишь*

Что значит сломаешь? Зрение ухудшается (становится близоруким), когда формируются неприятные ассоциации с будущим. Например, когда взрослый говорит грубо: "вот вырастишь - узнаешь", "вырастешь - поймешь как трудно живется/зарабатывается и т.д." А также зрение становится близоруким, когда человек отказывается видеть детали, тоже в следствии запретов на это. Дети очень любят всё рассматривать, трогать, в том числе и на улице, а взрослые их дергают, наезжают, требуют не возиться, не ковыряться. Родители всячески вытаскивают детей из макромира во взрослую скучную жизнь.

*Хватит дурачиться/баловаться/беситься*

Да с чего бы это? Когда еще дурачиться, как не в детстве? Если в детстве не надурачиться как следует, то потом это желание "побыть клоуном" будет постоянно вылезать во взрослом возрасте в самых странных формах и образах на фоне общей серьезности человека. Еще и будет сопровождаться внутренней не удовлетворенностью.

*Что ты такое говоришь! Как тебе не стыдно?!*

Очень чревато вешать на ребенка стыд и чувство вины. Взрослый так сбрасывает свою ответственность за себя, свое состояние, свой уровень сознания, свой метод воспитания на ребенка. И потом ребенок живет с этим чужим грузом, болеет, становится несчастным, озлобленным на мир, начинает пакостничать и вредничать.

*Хватит реветь! Успокойся!*

Это всё равно что сказать: "Хватит очищать свою душу, оставь внутреннюю боль в себе и живи с ней дальше, сделай вид, что тебе не больно, обмани себя". Не выплаканная боль будет всегда копиться и делать ребенка злее и черствее.

*Упадешь, ударишься, больно будет*

Если так говорить ребенку, то так и будет. Эти слова - это не предостережение для ребенка, а факты, которые программируют его Сознание на такой исход событий. Вместо таких фраз нужно помочь ребенку попробовать себя там, где еще не попробовал, дать ему руку, оказать поддержку, вселить в ребенка уверенность в его силах и способностях.

*Я тебя не люблю*

Это самая страшная фраза, которую может услышать от вас ваш ребенок. Это всегда травма для малыша, ведь такие слова убеждают малыша в том, что «он плохой» и «больше не нужен». Никогда так не говорите, а всегда подчеркивайте, что вы любите своего малыша даже тогда, когда он плохо себя ведет и капризничает.

*Да, кому ты нужен!*

Это фраза, часто используемая родителями якобы для того, чтобы избавить ребенка от не имеющих под собой оснований детских страхов, в ответ на жалобную просьбу о защите: «Мама, меня хочет съесть страшное чудовище». Услышав такую фразу, ребенок может подумать, что, кроме вас, он не нужен вообще никому, и вы делаете большое одолжение, что живете с ним. Такой вывод может привести к заниженной самооценке, необщительности, комплексам и страхом перед общением. Поэтому помогая ребенку избавиться от детских страхов, скажите ему, что он для вас слишком дорог, чтобы вы позволили какому-либо чудовищу даже близко подойти к нему.

*Не будешь слушаться, придет плохой дядя (милиционер/Баба Яга/Леший и т.д.) и заберет тебя!*

Ребенок с крепкими нервами и хорошим чувством юмора, в лучшем случае, скоро перестанет реагировать на подобные заявления. А вот более тревожный малыш может пережить сильный испуг и заработать фобию.
Единственное, что добьются родители в результате применения подобных фраз, это повышенная тревожность, нервные срывы, ухудшение дисциплины и поведения у детей. Строить свой авторитете на страхе – это тупиковый путь, завоевать доверие и уважение можно гораздо более достойными и приятными для вас и ребенка способами.

*Ты плохой!*

Детские психологи в один голос утверждают, что нельзя осуждать самого ребенка, можно лишь осуждать его поступки и действия. Нельзя говорить ребенку, что «он плохой», правильно говорить, что он «поступил плохо». Дети младшего возраста не подвергают сомнению наши слова, они безоговорочно верят всему, что мы им скажем. Если ребенку постоянно говорить, что он лентяй, жадина и грязнуля, то не удивляйтесь, что в конце концов он будет вести себя соответственно.

*Мальчики (девочки) так себя не ведут!*

Девочка должна быть аккуратной и не лазать по деревьям, мальчик — не плакать и любить спорт. А иначе — будут звать рохлей и нюней или замуж не возьмут! Постоянно повторяя это, родители прививают ребенку определенные стереотипы. И во взрослой жизни, выросший уже мальчик будет воспринимать собственную эмоциональность как что-то недостойное, а девочка — испытывать комплексы по поводу «неженской» профессии или недостаточно убранной квартиры. Другой вариант — полное, нарочитое отрицание этих стереотипов. Следствием розовых платьиц, куколок и бантиков, слишком усердно навязываемых мамой, могут стать джинсы, короткая стрижка и презрение к «бабским глупостям».

*Не расстраивайся из-за ерунды.*

 Возможно, это действительно ерунда — подумаешь, машинку не дали, подружки футболку назвали дурацкой или домик из кубиков рассыпался. Но вспомните себя в таком возрасте — разве это не было серьезной и важной проблемой? А если родители этого не понимают, то в следующий раз им и рассказывать незачем. Демонстрируя пренебрежение к проблемам ребенка, взрослые рискуют потерять его доверие и в дальнейшем не узнать о других, совсем не ерундовых проблемах. 8. Побереги мое здоровье А разве здоровую и полную сил маму можно доводить до слез? Или хамить цветущей и полной сил бабушке? Сердце «колет», давление поднялось, мигрень — рано или поздно все это перестает восприниматься всерьез, как в сказке про пастуха и волков. И на действительно плохое самочувствие близких ребенок по привычке может не обратить внимания.

*Нет, это мы не купим — денег нет (дорого).*

 Фраза подразумевает: были бы деньги, обязательно купили бы. Конечно, сказать это проще, чем объяснять, почему не стоит покупать все подряд, как надо относиться к деньгам и строить семейный бюджет, но вряд ли правильнее. Чадо поймет лишь одно — у папы с мамой мало денег, и именно из-за этого ему не покупают коробку шоколада и очередного монстра.

*У всех дети как дети, а ты...*

Все не как у людей, горе луковое, наказание, неряха, растяпа — подобные ярлыки понижают самооценку, и ребенок действительно начинает им соответствовать. «У меня все не как у людей», «с моим-то ужасным характером» — отзывается эхом несправедливая критика годы спустя. Другая типичная реакция — ответное нападение. Ребенок копирует поведение родителей, начиная критиковать их самих: «Вы неудачники, ничего не понимаете, ваши взгляды устарели».

 *«И в кого ты такой уродился!»*

 Эти слова мама может с досадой сказать, не задумываясь о чувствах ребенка. Предполагая, что маленький и ничего не понимает. А малыш, услышав, что он родился, каким-то не таким понимает, что: - я не такой, каким хочет меня видеть мама; - мама меня не любит; - мама не в настроении – это все из-за меня. В данном случае у ребенка подрывается базовое чувство безопасности и любви, которое необходимо каждому человеку. «Я возьму себе другого мальчика (девочку)! Он будет меня слушаться… (есть кашу, не будет баловаться, …).» Эти ненастоящие фразы ребенок воспринимает довольно серьезно и только маленький человечек знает, как глубоко они западают ему в душу. «Да я же так не думаю серьезно»! – скажете вы. А ребенок…!? Он это знает? Этими словами мы сами закладываем в ребенке те комплексы, которые потом (например, в подростковом возрасте) вылезают различными, а иногда очень серьезными, проблемами. «Ты мне не нужен!» Даже если вы бросили эту фразу в пылу эмоций – она долетела до ребенка.

*Ничего у тебя не получится – дай, сделаю сама!*

Такая фраза заранее программирует ребенка на неудачу. Постепенно у малыша появляется уверенность в том, что он неуклюжий, неловкий, неспособный и глупый неудачник, который не способен ничего сделать самостоятельно без помощи мамы. Такой ребенок очень не уверен в себе. Никогда не проявит инициативу. А зачем, ведь все равно ничего не получится. Поэтому, если вы слышите от своего ребенка заявление «Я сам!», поддержите малыша в его стремлениях, проявите терпение и обязательно похвалите.

*Надейся только на себя, никто тебе не поможет, ведь мир против тебя*

Такие фразы могут услышать от своих родителей слабые, неуверенные и физически некрепкие дети, которых родители подобными утверждениями пытаются приучить к самостоятельности и способности постоять за себя. Но в итоге представляют и без того пугающий окружающий мир для ребенка еще более угрожающим и даже опасным. Ребенок становится настороженным, недоверчивым, замкнутым, избегает общения с детьми и взрослыми, ведь никогда не знаешь, откуда ждать подвоха. Важно формировать у ребенка позитивный взгляд на мир, и только ошибки в воспитании могут настроить его против окружающих.

*Почему ты не можешь вести себя так же хорошо, как твоя сестра? или Петя уже давно умеет читать, а ты даже букв не знаешь!*

Подобные сравнения, особенно с братом и сестрой, очень болезненно воспринимаются детьми и вызывают чувство нездорового соперничества. Детям очень важно знать, что вы их любите просто так, а не за приобретенные навыки или особые таланты.

*Почему ты до сих пор танцуешь так плохо? Что ж ты не занял первое место?*

Такие фразы показывают детям, что они никогда не будут достаточно хороши, чтобы удовлетворить все требования своих родителей. Чтобы заслужить сдержанное одобрение, придется прыгнуть выше головы и никогда не опускаться ниже вершины. Родителям стоит помнить, что детям очень важно их одобрение, особенно в те моменты, когда все получается не так, как хотелось бы. «Третье место? Это же замечательно! В следующий раз подготовимся еще лучше! Но я тобой очень горжусь!»

**Поддержка и любовь родителей – это лучшая мотивация в достижении успехов.**