ПЯТЬ ФРАЗ, КОТОРЫЕ СДЕЛАЮТ ВАШЕГО РЕБЕНКА НЕСЧАСТНЫМ

Рано или поздно ребенок последует

вашему примеру, а не вашим советам…

Родители чаще всего сами понимают свои ошибки в воспитании. Но как же с эти бороться, ведь мы воспитываем наших детей так же как воспитывали нас? Эти фразы-губители души, выскакивают из нас просто автоматически. Замените их. Замените их на созидательные, позитивные. Родительские условности можно назвать величайшим рабством в мире. Пора менять разрушительные фразы, пока они не внесли свои неблагоприятные коррективы.

1. **«Не ходи по лужам! Не иди на красный свет! Не выходи раздетым!»**
   Что это- забота или страх потери контроля, когда родителя нет рядом с ребенком? Из-за своего страха перед неизвестным мы начинаем лепить из ребенка самих себя, свою модель жизни, хотя всегда признаем для себя свои ошибки и хотим для ребенка лучшего, чем есть у нас. Вместо того чтобы сказать что не нужно делать, лучше сказать как делать следует. Замените разрушительную фразу с частичкой «не» на созидательную: «Ходи по лужам в резиновых сапогах! Переходи дорогу на зеленый свет! Одевайся по погоде!» Изменяя негативное утверждение на созидательное, мы формируем позитивный подход к жизни, не только у ребенка, но и у самих себя. Не ставьте детям препятствий, и без вас они у них появятся. «Ты не выйдешь из-за стола, пока не доешь!» Какая же привычная фраза для нас… Откуда вы знаете сколько ребенку необходимо на данный момент еды? Ведь он же не робот и не машина. Мы часто перекармливаем детей, что лишает их жизненной энергии и приводит к ожирению. А есть еще очень важный момент. Если ребенка с детства заставлять есть через силу, вас может это удивить, то этим вы лишаете его жизненно важного права говорить «нет». Такой ребенок, став подростком, и попав в неблагоприятную компанию (хоть одни раз, но каждый подросток сталкивается с негативным влиянием плохой компании) не может отказаться от принятия алкоголя, наркотических веществ, курения. Здесь очень важно умение сказать «нет», «я не хочу» «я не буду». Но ребенок помнит, что его «не хочу» не имеет никакого значения, его все равно заставят. Он уже привык не слушать свой организм, а потакать давлению окружающих. Изначально ребенок не может хотеть выпить или покурить, это противоприродно. Но именно поддаваясь на уговоры, идя против своих естественных желаний, ребенок может попробовать, то что ему не хотелось, через силу. Не буду в этой статье описывать к чему приводят такие «дегустации». **Приглашая ребенка за стол, скажите: «Вот твоя порция, если захочешь еще – есть добавка! Ешь, сколько хочешь!»**
2. **«Не плачь, ты же мальчик!»**
   Он, прежде всего, человек, который имеет право плакать, смеяться, сердиться, т.е. проявлять свои эмоции. Скрытие, заталкивание вглубь себя своих эмоций, не может длиться все время. Рано или поздно, они выбухнут, прорвутся. И тогда всем будет мало места. Как могут проявиться взрывы эмоций? Неожиданно, из-за малейшего пустяка, вспышкой гнева в виде крика, разрушительных действий, драки, чрезмерным употреблением алкоголя, наркотических веществ в раннем и

взрослом возрасте. Замените привычную установку на фразу: «Плакать, это не значить проявлять слабость. Все проходит, пройдет и это». Мужественность проявится в сильных, благородных, справедливых поступках, показывайте пример своей жизнью, не надо красивых фраз. Это не работает.

3. **«Что бы я ни говорила, как бы ни ругала, я все равно тебя люблю!»**

   Очень большая ошибка думать, что ребенок знает о вашей любви к нему. Ребенок воспринимает слова буквально – если ему говорить, что он тупой, он так и будет думать. И, поверьте, он не заметит за этой вашей фразой вашу любовь или просто плохое настроение. Вы сказали и забыли тут же, а ему с этой установкой жить всю жизнь. Недавно мы с моим сыном говорили о том времени, когда он был маленьким, я ему что-то рассказывала про детский сад, его смешные первые слова. И он неожиданно спросил: «Мама, а папа и когда я был маленький на меня кричал?» (мы развелись с его отцом, когда сыну было 5 лет). «Он часто ругал тебя, даже когда ты был маленький» (сейчас, к сожалению, он тоже грубо обращается с сыном, думая что воспитывает его таким образом настоящим мужчиной)- не думая о последствиях ответила я. «А я думал, что он меня хоть в детстве любил» - погрустнел мой 20-ти летний сын, по сути взрослый уже человек. У меня сжалось сердце, я так пожалела о своей необдуманной фразе.

4. **Замените фразу : «Ты врун, трус» на «Ты поступил нечестно, несправедливо».**

   Говорите о поступках, а не о личности ребенка. Расскажите что вы чувствуете, переживаете: «Я очень расстраиваюсь, когда ты скрываешь от меня плохие оценки. Все равно рано или поздно я об этом узнаю, и тогда мне вдвойне будет обидно, за то, что у тебя плохие оценки, и еще за то, что ты скрыл это от меня». Дети мало знают о том, что чувствуют их родители, и в этом виноваты сами родители.

5. **«Да если тебя не контролировать, ты вообще ничего не будешь делать!»** - так обычно отвечают родители, выражая свое мнение, на вполне обоснованное возмущение ребенка при тотальном контроле с вашей стороны.

   Эти вопросы: «Ты куда пошел? Ты почему не звонишь?» В таких случаях родителями тоже движет собственный страх, а дети воспринимаются как несамостоятельные, ни на что не способные субъекты этой «сложной» жизни. Недоверие, неуверенность и боязнь что-то упустить – вот что на самом деле беспокоит родителей. Самое печальное, что вполне способный, здоровый ребенок, становится неуверенным, неорганизованным, тревожным человеком. Если ребенок не будет сам, по мере своих сил преодолевать трудности, откуда же у него возьмется сила воли? Скажите ребенку: «Всегда знай, что у тебя есть мы, мы всегда придем к тебе на помощь, когда она тебе потребуется». Не навязывайте ребенку свое мнение, поверьте в него. Дайте ему возможность выбрать себе путь и следовать ему. Если ребенок психически здоров, если вы верите в него, относитесь с уважением к его личности, любите здоровой любовью, он не сделает ничего плохого, он не выберет путь неудачника, будьте уверены. Не передвигайте ноги за ребенка, он в состоянии сделать это сам. Защитите его, прежде всего, от своих убеждений, страхов, критики, осуждений, ограничений, они калечат ребенка, передаются ему, впитываются в него.

   Не цепляйтесь за опыт своего поколения. Жизнь меняется, меняются вкусовые привычки, образ жизни, откуда вы знаете как ему будет лучше?

Радуйтесь переменам и подарите ребенку бесценное право – быть самим собой.

Источник: 5 фраз, которые сделают Вашего ребенка несчастным http://upsihologa.com.ua/vospitanie_podrostka_5_fraz.html Чего не стоит говорить детям, какие фразы нельзя использовать в разговоре с ребенком его родителям, если они хотят воспитать счастливого человека