

Родительские установки, которые вредят ребенку

Фразы родителей становятся для детей установками, которые могут негативно сказываться на их психологическом здоровье

Негативные установки	Последствия	Примерные позитивные установки
«Вот дурашка, все готов раздать...»	Низкая самооценка, жадность, накопительство, трудности в общении со сверстниками, эгоизм	«Молодец, что делишься с другими!»
«Не твоего ума дело!»	Низкая самооценка, задержка психического развития, отсутствие своего мнения, робость, отчужденность, конфликты с родителями	«А ты как думаешь?»
«Уйди с глаз моих долой! Встань в угол!»	Нарушение взаимоотношений с родителями озлобленность, «уход» от них, скрытность, недоверие, агрессивность	«Иди ко мне, давай во всем разберемся вместе...»
«Всегда ты не вовремя, подожди...»	Отчужденность, скрытность, излишняя самостоятельность, ощущение незащитности, ненужности, уход в себя, повышенное психоэмоциональное напряжение	«Давай, я тебе помогу!»
«Никого не бойся, никому не уступай, всем давай сдачи!»	Отсутствие самоконтроля, агрессивность, отсутствие поведенческой гибкости, сложности в общении, проблемы со сверстниками, ощущение вседозволенности	«Держи себя в руках, уважай людей!»

Как использовать позитивные установки

Избегайте следующих фраз	Чаще используйте
Не выдвигайте требований с угрозой: «Перестань капризничать, а то отдам тебя тете».	Сочувствуйте: «Скоро пойдем, но сейчас надо потерпеть. Давай посчитаем, сколько у тебя пуговиц».
Не наказывайте, если ребенок расшалился и, например, случайно что-то разбил.	Утешайте: «Со всеми такое бывает. Будь осторожнее, ведь можно порезаться. Давай вместе уберем осколки».
Не повторяйте ребенку: «Неряха!» Это вызовет чувство вины, страх, рассеянность, невнимание к себе.	Вдохновляйте: «Как приятно на тебя смотреть, когда ты такой чистый и аккуратный!»