**«Как правильно разговаривать с детьми»**

*Рана от сабли заживает.*

*Рана от слов - нет.*

*(Хаджи-Давуд)*

Все родители хотят, чтобы их дети были здоровыми, умными и успешными. Но, если прислушаться к нашему общению с детьми, часто можно услышать фразы, которые отнюдь не способствуют успехам ребенка. Не понимая последствий своих слов, именно родные люди воспитывают закомплексованную и не уверенную в себе личность. Поэтому нам нужно быть очень внимательными к тому, что мы говорим своим детям и что не менее важно, как мы это делаем.

**Фразы, которые нельзя говорить детям**!

1. «У тебя ничего не получается - дай сделаю я!». Психологи утверждают, что эта фраза травмирует ребенка и заранее программирует на неудачу. Он чувствует себя неловко и в будущем боится уже проявить инициативу, думая, что у него ничего не получится, или мама снова сделает замечание.

2. «Оставь меня в покое!». Вариантов этой фразы, может быть много: «Отстань от меня!», «Не мешай!», «У меня сейчас дела!» и т.п. Если ребенок слышит подобные слова, он начинает чувствовать собственную ненужность. К тому же, у него формируется модель детско-родительских отношений, в которых он занимает далеко не первое место. В дальнейшем это неизбежно скажется на взаимоотношениях.

Поэтому старайтесь находить в своем графике время, чтобы побыть с ребенком. А, если Вы не можете ему его уделить тогда, когда он этого просит, скажите что-то вроде: «Я должен закончить некоторые дела, поэтому, пожалуйста, порисуй (почитай/поиграй) несколько минут, а потом мы пойдем гулять»

3. «Возьми /сделай, только успокойся!». Тяжело некоторым родителям выдержать долгое: «ну пожалуйста, ну дай», или истерику ребенка, который добивается желаемого. Но, согласившись дать ребенку то, что он просит, родители, сами того не желая, дают понять: истериками и уговорами можно добиться всего, и родительское «нет» не стоит воспринимать всерьез.

4. «Еще раз такое увижу - я тебе..!». Применение угроз, чтобы призвать ребенка к порядку, неэффективно. Подобная фраза у детей вызывает лишь обиду и страх. Не пугайте своего ребенка! Дети должны точно знать, чего стоит ожидать в том или ином случае. Выстраивайте правильно границы. А внезапные срывы родителей ни к чему хорошему не приведут.

Для родителей эффективным способом дисциплинировать ребенка, является поиск более конструктивных моделей, например: отвлечение внимания, объяснение последствийи т.п. Это гораздо эффективнее, чем угрозы и физические наказания!

5. «Я сказал(а) немедленно перестань!». Не стоит так резко говорить с детьми. Если Вы сорвались, лучше извиниться. Ребенок ведь обижается, чувствуя себя абсолютно бесправным. И вместо того, чтобы «перестать» начинает протестовать. Эта фраза никак не поможет добиться желаемого.

6. «Мальчики (девочки) так себя не ведут!». Навязывание стереотипов с ранних лет, откладывает отпечаток на дальнейшей жизни, не давая ребенку полностью проявить свой потенциал. И во взрослой жизни, например: уже взрослый, мальчик будет воспринимать собственную эмоциональность, как что-то недостойное, а девочка - испытывать комплексы по поводу «неженской» профессии, или недостаточно убранной квартиры. А, если вы позволите ребенку свободно выражать себя и развивать свои природные способности, то сможете воспитать сильную и уверенную в себе личность.

7. «Ты должен понимать, что …». У многих детей возникает защитная реакция на эту фразу. Хуже всего поучения воспринимаются ребенком, когда он взбудоражен, расстроен или разозлен. Помните, он тоже человек, у которого возникла какая-то «проблема», и в данный момент он озабочен ею, и никак не принимает Ваши даже самые здравые и правильные рассуждения.

8. «Не расстраивайся из-за ерунды!» Возможно, для ребенка это не ерунда! Вспомните себя в детстве. Да, дети могут расстроиться, что им машинку не дали, или дом из кубиков рассыпался. Ведь в их «маленьком мире», именно машинка и домик - самое важное! Демонстрируя пренебрежение к проблемам ребенка, вы рискуете потерять его доверие и в дальнейшем не узнать о других, важных проблемах своего ребенка.

9. «У всех дети как дети, а ты…неряха, медлительный, неуклюжий, ленивый…». Не надо подобные ярлыки «вешать» на детей! Это понижают самооценку, и ребенок действительно начинает соответствовать.

10.«Потому что я так сказал/а!». Эту фразу родители используют, стремясь прекратить спор с ребенком по поводу очередного «Нельзя!». Данная фраза полностью отрицает самостоятельность вашего ребенка, создает у него впечатление, что его чувства не имеют значения. Помните, что детям свойственно задавать вопросы, чтобы узнавать, что-то новое и понимать суть вещей. Поэтому, не объясняя причины своих действий, Вы лишаете ребенка возможности понять, почему ему «нельзя».

**11. «Почему ты не можешь быть таким, как твоя сестра/брат?».** Родителям может показаться хорошей идея ставить в пример ребенку его брата или сестру: «Посмотри, как Олег быстро одевается» или «Катя сама может поесть, почему ты не можешь делать так же?». Но ребенок воспринимает такие слова, как**доказательство того, что брат, или сестра лучше него, и Вы любите его сильнее.** А еще сравнения детей между собой - это **лучший способ испортить их отношения.**Психологи советуют отказаться от таких сравнений и показывать детям, что Вы любите их одинаково сильно.

Помните, что дети **развиваются в собственном темпе и имеют индивидуальные особенности**. Гораздо лучше ставить в пример ребенку его самого в тех моментах, когда он успешен, сравнивать его с самим собой в различных периодах его жизни вместо того, чтобы отмечать его различия с братьями/сестрами, или ровесниками.

Это лишь малая часть тех фраз**,** которые родители регулярно говорят своим детям, не задумываясь о последствиях. Чаще всего это происходит, когда мы расстроеныили устали**,**и обычно является повторением того, что когда-топриходилось слышатьот наших родителей. Но ребенок не умеет считывать эти дополнительные смыслы и улавливать контекст**,** но прекрасно понимает, что он не соответствует ожиданиям родителей.

Конечно, воспитание детей - сложный и длительный процесс. Но, научившись контролировать свои эмоции и высказывания с первых дней появления ребенка, Вы привыкнете это делать постоянно. Если Вызаинтересованы в том, чтобы ребеноквырос успешным, уверенным в себе, и эмоционально устойчивым, старайтесь общаться с ним на равных - уважая его как личность.