

Консультация для родителей:  
**10 фраз, которые делают из детей**  
**закомплексованных взрослых**

Подготовила: педагог-психолог Климова О.С.

**«Слово – дело великое»  
Л.Н. Толстой**

Многие психологи отмечают, что даже одна небрежно брошенная фраза может сильно подействовать на психику маленького человека. Поэтому в общении со своим чадом следует тщательно выбирать слова, а о некоторых выражениях мамам и папам лучше навсегда забыть вовсе.

*«Я в твоём возрасте училась на «отлично» (умела наводить порядок, завязывать шнурки и т.п.).*

С рождения и до 6 лет мама и папа для ребенка — это практически боги, которые знают все. Они формируют отношение малыша к миру и к себе лично. Конкретно в этой фразе можно увидеть конкуренцию родителя с ребенком, он как бы говорит своему чаду: «Ты до меня никогда не дотянешься! Как бы ты ни старался, я лучше тебя». Дети, выросшие с такой установкой, как правило, всю жизнь доказывают семье, что они хорошие. Конечно, говоря подобные вещи, вы действительно стимулируете нарциссическую часть психики ребенка, что провоцирует его достигать определенных целей. Но беда в том, что в итоге человек добивается чего-то не для себя, а для мамы с папой, чтобы они наконец-то увидели, что он достоин их. Вырастая, такие дети никогда не радуются своим успехам, радость приходит только в том случае, если родитель признает их достижения, но он вряд ли это сделает.

*«Ты моя курочка, обезьянка, поросенок».*

Как только ни называют своих детей любящие родители. Все это приводит к обезличиванию ребенка, его как бы нет, а есть какая-то игрушка, с которой можно делать все, что душе угодно. В начале своей жизни ребенок любое сказанное родителями слово будет воспринимать некритично, он будет доверять родителям. Скажете ребенку, что он дурак, вместо: «Тебе нужна помощь, давай я объясню», и ребенок примет это. Пример: мама в воспитательном порыве сказала сыну, что он трус. В итоге при знакомстве мальчик представлялся так: «Меня зовут Ваня Иванов, я трус». Когда вы слышите подобное — это должно быть стимулом, чтобы подумать над тем, как вы общаетесь с собственным чадом. Имя человека — это его презентация миру. В некоторых семьях получается, что оно задвигается и придумывается масса веселых названий для ребенка, а зря! Имя всегда должно быть на первом плане, это то, как человек будет впоследствии ощущать себя в этом мире, насколько он будет целостен. Если вы чаще называете дочку или сына курочкой или чертиком, то вы как бы откусываете от его имени (от его личности) кусочки.

*«Посмотри, у Кати пятерка за контрольную работу, а у тебя —*

*четверка». («У Васи какой аккуратный рисунок, а у тебя мазня какая-то!»)*

Большинство родителей все делают из лучших побуждений. У самих родителей в детстве, скорее всего, был такой опыт, и тогда они говорят: «Ничего страшного, мне тоже так говорили, я же вырос, посмотри, какой я замечательный». Они смогли «забыть», как это больно, когда мама или папа тебя отвергают и говорят при этом: «А Катя лучше, чем ты». Это очень болезненный опыт, который часто дети переносят в свою взрослую жизнь. Эту Катю они потом начинают ненавидеть. Ребенку всегда неприятно, когда его сравнивают с кем-нибудь другим — с одноклассником, братом или сестрой. Такие уже взрослые люди всегда продолжают сравнивать себя с другими и всегда не в свою пользу.

*«Раз ты так себя ведешь, я тебя не люблю».*

Или «я могу любить тебя, только когда ты мне подходишь». После этой фразы ребенок начинает стараться изо всех сил быть правильным, он задвигает все свои потребности и желания, «выращивает» в себе некую антенну, которая угадывает желания и ожидания родителей. В итоге ребенка не существует. Во взрослой жизни он пытается все время угодить, живет с установкой: «Я хочу, чтобы меня любили, а для этого я должен угождать. У меня не будет своих желаний, зато будут желания других людей».

*«Не позорь меня».*

Другими словами, родитель говорит: «Ты мой позор». Дети, которые часто слышат подобную фразу, очень хотят, чтобы все увидели, какие они на самом деле, при этом, если они получают чье-то внимание, то не знают, что с ним делать. Они прячутся, закрываются, теряются. У такого ребенка как будто нет выбора, он может быть только чьим-либо позором. Говоря что-то подобное, вы травмируете собственного малыша.

*«Ты совсем как отец (мать)».*

Безусловно, эта фраза иллюстрирует отношения папы с мамой, их недовольство своей совместной жизнью, которое они вымещают на ребенке. То есть, супруги напрямую не выясняют отношения, но через свое чадо говорят друг другу какие-то гадости. И все эти гадости остаются в ребенке. Если мама говорит: «Ты такой же упрямый, как твой папаша». Получается, что папа — плохой человек, с которым невозможно договориться. А теперь подумаем, захочет ли мальчик быть таким мужчиной, ведь он упрямый и нехороший? Когда мы проецируем свои плохие отношения на детей, то им приходится жить с этим. С другой стороны, в этой фразе он может услышать подтекст, что «с девочками лучше, чем с мальчиками». Родители используют эту манипуляцию, если есть борьба за ребенка и ему надо выбрать сторону либо папы, либо мамы.

*«Не доешь кашу — будешь слабым и глупым».*

В одной из своих книг психолог Светлана Меркулова приводит пример из своей практики: «Девушка, которой с детства говорили: «Если ты не доешь хлебушек, то он будет бегать за тобой всю ночь». Как бы смешно это ни звучало, но она ужасно боялась хлеба, то есть родители добились обратного эффекта. Подобные фразы — это тоже чистой воды манипуляции. Очень часто их используют

бабушки и дедушки, которые сталкивались с голодом в детские годы. Дальше они передаются из поколения в поколение незаметно для нас. У ребенка подобное выражение может развивать страхи или очень тяжелые отношения с едой, ее культ, лишний вес и так далее.

*«Будешь себя плохо вести, мы тебя отдадим дяде (бабайке)».*

Это очень конкретное послание, в котором говорится, что ребенок ценен, только если он удобен своим родителям. Родитель транслирует своему чаду: «Не будь собой, ты должен быть таким, каким ты нас устраиваешь». Вырастая, такие дети не знают, чего они хотят, и пытаются угодить всем и каждому.

*«Дома получишь!».*

Это про то, что родитель имеет право сделать с ребенком все что угодно, не обращаясь к его чувствам. В одну секунду мама или папа превращаются в родителя-надзирателя, который карает или прощает. У детей, часто слышащих подобное выражение в свой адрес, непросто складываются отношения с начальством, поскольку родительская фигура как бы склеивается с фигурой начальника, и человек начинает бояться шефа и при этом хочет ему угодить, чтобы не быть наказанным. Но, как правило, руководство чувствует подобное отношение и в ответ начинает «гнобить» такого подчиненного.

*«Уйди, чтобы я тебя не видела и не слышала».*

Перевожу: «Ты испортил мне жизнь, исчезни! Тебя не должно быть». И впоследствии такой ребенок живет с чувством глубокой вины перед родителем, за то, что он мешал жить родителю счастливо.

С подобными высказываниями нужно быть очень осторожными, поскольку человек может нести их груз всю жизнь. Вообще, прежде чем что-то сказать своему ребенку, нужно хорошо подумать. Многие взрослые не слышат, что они говорят, им было бы полезно хотя бы иногда услышать себя со стороны. Сейчас существует много гаджетов, запишите свою речь и внимательно изучите, как вы обращаетесь к своему чаду, какие слова ему говорите. Уверяю, вы сделаете массу открытий и, возможно, не самых приятных.