





Памятка для родителей

Установки, которые вредят вашему ребенку

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

Как использовать позитивные установки

Фразы родителей становятся для детей установками, которые могут негативно сказываться на их психологическом здоровье. Их надо избегать.

Не выдвигайте требований с угрозой: «Перестань капризничать, а то отдам тебя тете».	Не повторяйте ребенку: «Неряха!» Это вызовет чувство вины, страх, рассеянность, невнимание к себе.
Не наказывайте, если ребенок расшалился и, например, случайно что-то разбил.	Сочувствуйте: «Скоро пойдем, но сейчас надо потерпеть. Давай посчитаем, сколько у тебя пуговиц».

Утешайте: «Со всеми такое бывает. Будь осторожнее, ведь можно порезаться. Давай вместе уберем осколки».

Вдохновляйте: «Как приятно на тебя смотреть, когда ты такой чистый и аккуратный!»

