

**Що ми говоримо
нашим дітям,
і що вони хочуть
від нас почути?**



Діти дуже чутливі до того, що кажуть їм їхні батьки. Адже батьки - це найулюбленіші і значущі для дітей люди, їх авторитет незаперечний і абсолютний. Діти непохитно вірять у непогрішність, правоту і справедливість своїх батьків. Тому батькам варто дуже обережно і уважно стежити за своїми словесними зверненнями до дітей і за оцінкою їх вчинків. Не можна допускати, щоб деякі наші фрази, директиви та оцінки стали гальмувати самооцінку на їх життєвому шляху.

Негативне ставлення потрібно прагнути трансформувати в позитивне, тим самим розвиваючи в дітях багатство і яскравість емоційного світу, а також віру в себе. Іноді дітям зовсім не потрібна оцінка їх поведінки і вчинків, їх просто потрібно заспокоїти.

Коли батьки вимовляють фрази «Горе ти моє!» Або «Ти моє покарання!», у дітей розвиваються почуття провини, низька самооцінка і вороже ставлення до оточуючих, що призводить і до конфліктів з батьками. «Я тягар для них», - думає така дитина. Тому йому краще чути від нас фрази «Щастя моє!», «Радість моя!» Або «Ти найулюбленіший (найулюбленіша)!».

Коли батькам не подобається те, що діти думають з того чи іншого приводу, вони говорять їм: «не твого розуму справа!» У сім'ях, де батьківське слово є істиною в останній інстанції або законом, що не підлягає обговоренню, у дітей розвиваються не тільки низька самооцінка, але і затримка в психічному розвитку, відсутність своєї думки, боязкість і відчуженість, що також призводить до конфліктів з батьками. Дитина змушена покірно виконувати батьківські найвищі веління і дивитися на світ їхніми очима. А вона хоче почути від нас: «А ти як думаєш?»

Коли батьки вважають, що їхні діти самостійно роблять все «не так», «не те» або «не з тим», то вони вимовляють: «Ти невмію, нічого не вмієш робити!» Або «Подивися, що ти накоїв (накоїла)!» або «Коли ж ти навчишся?» В результаті цього у дітей розвиваються не тільки низька самооцінка і затримка психічного розвитку, а й невпевненість у своїх силах, страхи, безініціативність і низька мотивація до досягнення мети, це призводить до атрофії волі і відсутності віри у власні можливості. У дитини пропадає повністю бажання прагнути до чого-небудь. Вона думає: «Краще взагалі нічого не робити! Все одно батьки скажуть, що я ні на що не годжуся». Щоб цього не сталося, ми повинні сказати своїй дитині: «Спробуй ще, у тебе обов'язково вийде!» Або «Ти дуже багато чого можеш!» Або «Що б ми без тебе робили?!».

Коли батьки сплять і бачать, як їхні діти ходять по струнці і виконують всі настанови, вони говорять їм: «Не можна нічого робити самому, питай дозволу у старших!» або «Вічно ти в усі лізеш!» або «Ти ні з чим не впораєшся без нашої допомоги!». У дітей після таких тирад розвиваються не тільки невпевненість у собі, безініціативність і страхи, але і боязкість, боязнь старших, тривожність, несамоствійність, нерішучість і залежність від чужої думки. Розумніше сказати своїй дитині: «Сміливіше, ти все можеш сам (сама)!» Або «Розраховуй на себе!» Або «Я радію твоїм успіхам!».

Коли батьки, самі того не підозрюючи, хочуть зробити зі своїх дітей невротиків, вони говорять їм: «Ах, ти просто бридке каченя! І в кого ти такий негарний (така негарна)?» Від таких «компліментів» у дітей розвиваються не тільки низька самооцінка та невпевненість у своїх силах і можливостях, а й почуття незадоволеності своєю зовнішністю, сором'язливість, порушення у спілкуванні і відчуття беззахисності, що створює, в свою чергу, і

проблеми з батьками. Така дитина думає про себе: «Я гірше за інших». Адже йому так хочеться почути від нас: «Як ти мені подобаєшся!». Коли батькам просто не вистачає часу на дітей, вони говорять їм: «Завжди ти не вчасно, почекай, я зараз зайнятий (зайнята)!» Або «Ні! Я не можу!». А у дітей від цих слів розвиваються не тільки відчуженість, відчуття беззахисності і непотрібності, але і скритність, зайва самостійність, замкнутість у собі і підвищене психоемоційне напруження. Чи не краще сказати: «Давай я тобі допоможу!» або «Розкажи мені, що з тобою!».

Деякі батьки, замість того, щоб заспокоїти дитину, починають її обзивати: «Ти плакса-вакса, скигля!» А в неї від цього ярлика не тільки розвиваються підвищене психоемоційне напруження, тривожність і страхи, але й відбувається придушення емоцій, глибоке переживання навіть самих незначних проблем і внутрішня озлобленість. А адже в такому випадку досить ласкаво сказати дитині: «Поплач, буде легше ...» Коли батьки називають дитину «нечепурою і бруднулею», у неї розвиваються не тільки почуття провини і страху, але і неухважність, неухважність до себе і своєї зовнішності. Краще сказати дитині: «Як приємно на тебе дивитися, коли ти чистий і акуратний!»

Коли батьки хочуть підкреслити у своєї дитини невдачливі, вони говорять їй: «Не будеш слухатися, з тобою ніхто не буде дружити!» Або «Нехай всі бачать, який ти недотепа!» Такий осуд розвиває в дитини не тільки відчуженість і безініціативність, а й замкнутість, залежність від когось, прихильність до стереотипної поведінки. А як їй хочеться почути від нас: «Будь собою, у кожного в житті є друзі!»

Деякі батьки використовують, з їх точки зору, дуже ефективний метод «виховання», коли говорять своїй дитині:

ефективний метод «виховання», коли говорять своїй дитині: «Іди з очей моїх, зараз же встань в куток!». Незалежно від справедливості чи несправедливості такого покарання у дитини розвиваються не тільки порушення взаємин з батьками, скритність і внутрішня озлобленість, але і недовіра, агресивність. Щоб цього не сталося, потрібно всього лише сказати дитині: «Іди до мене, давай у всьому розберемося разом!»

Природно, що подібних фраз і висловів можна сказати набагато більше. Важливо пам'ятати при цьому, що сказане, здавалося б, ненароком і не зі зла відбивається на психоемоційному благополуччі дітей, на їх поведінці, а також на всьому їх подальшому житті.

*Людина починається з добра,
Із ласки і великої любові.
Із батьківської хати і двора,
З поваги, що звучить у кожному слові.*

*Людина починається з добра,
З уміння співчувати, захистити
Це зрозуміти всім давно пора,
Бо ми прийшли у світ добро творити.*

*В душі дитини сонечко зійде
І буде щастям сяяти дитина.
Упевнено крізь труднощі пройде
І з неї добра виросте людина.*

*В її сердечку буде доброта,
Любов і людяність, збагнути це пора!
А в цьому й є та істина проста —
Людина починається з добра!*