

## Установки, которые вредят вашему ребенку

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, «уход» от них, скрытность, озлобленность, 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

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».
- ✓ 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, невниманье к себе.
- ✓ Вдохновляйте: «Как приятно на тебя смотреть, когда ты такой чистый и аккуратный!»