**Родительские директивы, оценки и установки**

Уважаемые родители! Семья играет первостепенную роль в формировании личности растущего ребенка независимо от воли и даже сознания родителей. В сущности, взрослые уже своим поведением способны программировать поведение ребенка на годы вперед.

Детская психика очень уязвима и легко поддается программированию. Очень часто, сами того не сознавая, мы высказываем фразы, которые негативно сказываются на психическом развитии ребенка.

Предлагаю вашему вниманию наиболее распространенные фразы, обладающие негативным воздействием, и фразы, на которые их можно заменить.

**Родительские директивы (на основе классификации Н. Л. Кряжевой)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Негативные установки** | **Последствия** | **Позитивные установки** |
| Не будешь слушаться – с тобой никто не будет дружить! | Замкнутость, отчужденность, безынициативность, угодливость, льстивость, стереотипизация поведения. | Будь собой, и тогда у тебя будет много друзей! |
| Горе ты мое! | Заниженная самооценка, чувство вины, конфликтные взаимоотношения с родителями и окружающими, отчуждение. | Радость ты моя! |
| Нытик! Плакса! | Эмоциональная ригидность, внутренняя озлобленность, чрезмерная восприимчивость, повышенное эмоциональное напряжение, тревожность, неуверенность в своих силах. | Поплачь, станет легче. |
| Ну что за ребенок! Все готов раздать! | Жадность, эгоизм, заниженная самооценка. | Молодец, что делишься с друзьями! |
| Не твоего ума дело! | Робость, отчужденность и конфликты в общении с родителями, эмоциональная отгороженность, замкнутость, задержка психического развития, нарушение самосознания и идентификации. | А ты как думаешь? |
| Одевайся теплее, замерзнешь и заболеешь! | Тревожность, страхи, мнительность. | Закаляйся, будь здоров! |
| Ты – копия своего папочки (мамочки)! | Неадекватная самооценка, упрямство, агрессия, противоречивость, трудности в общении с родителями. | Папа у нас замечательный!  Мама у нас умница! |
| Неумейка! Откуда у тебя только руки растут? | Страхи, заниженная самооценка, неуверенность, низкая мотивация к активности. | Тебе надо попробовать еще раз, и все обязательно получится! |
| Не кричи так! Оглохнешь! | Повышенное психоэмоциональное напряжение, завуалированная агрессия, конфликтность. | А давай пошепчемся на ушко… |
| Ты просто грязнуля и замарашка! | Страхи, небрежность по отношению к себе и своему внешнему виду, неразборчивость в межличностных отношениях. | Как приятно на тебя смотреть, когда ты чист и опрятен! |
| Ты плохой – обижаешь маму. Вот уйду от тебя! | Отчуждение, тревожность, страхи, чувство одиночества, нарушение сна. | Ты самый любимый, и я тебя никогда не брошу! |
| Жизнь такая трудная… Вырастешь – тогда поймешь. | Безволие, трусость, подозрительность, пессимизм, неумение преодолевать даже самые незначительные препятствия. | Все будет хорошо, ведь жизнь так прекрасна! |
| Уйди с глаз моих, не маячь, пойди и займись чем-нибудь. | Озлобленность, скрытность, отчужденность. | Давай разберемся вместе, иди ко мне! |
| Не ешь много сладкого, а то растолстеешь, и тебя никто любить не будет! | Нарушение образа «Я», комплекс неполноценности, неуверенность, застенчивость, нарушения взаимоотношений, подозрительность, мнительность. | Кушай на здоровье! |
| В мире можно надеяться только на себя – все вокруг обманщики! | Подозрительность, страхи, нарушение межличностных контактов, тревожность, пессимизм. | На свете много добрых людей, которые готовы прийти на помощь. |
| Ну в кого ты такой?! Настоящий гадкий утенок! | Неверие в собственные силы и способности, трудности в общении, заниженная самооценка. | Как ты мне нравишься! |
| Чего ты своевольничаешь? Надо у взрослых разрешения спрашивать! | Робость, безынициативность, безволие, тревожность, зависимость от чужого мнения. | Ты такой молодец, можешь и сам все сделать! |
| Да подожди ты! Вечно ты не вовремя! | Скрытость, отчужденность, излишняя самостоятельность, снижение порога дозволенного, повышенное психоэмоциональное напряжение. | Если хочешь, я могу тебе помочь. |
| Никогда не сноси обиду, давай сдачи! | Агрессивность, низкий уровень произвольной регуляции, несдержанность, раздражительность, ощущение вседозволенности. | Люди всегда могут найти общий язык и договориться друг с другом. |