

## Как сохранить безопасность ребенка при общении с ним.

*Педагог-психолог Романадзе М.М.*

Пожалуйста, помните, что дети – это полноценные люди, только еще маленькие. Давайте будем уважать их чувство собственного достоинства.

Почему мы не говорим такие обидные слова, которые допускаем для своих детей, другим взрослым, даже если сердимся на них? Потому что хорошо понимаем, что испортим с ними отношения надолго. Или навсегда.

Очень надеюсь, что эти новые фразы помогут вам поменять свои привычные «автоматические» реакции и говорить с вашими детьми в более уважительном и доброжелательном тоне, не задевать и не обижать их. Потому что нам же не надо испортить с ними отношения надолго. Или навсегда.

Предлагаю вам список альтернативных фраз, которыми нужно заменять обидные для ребёнка.

| Неправильные фразы (-)                                                                                 | Правильные фразы (+)                                                                                                                                                      |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Не реви, Хватит лить свои крокодилы слёзы, Какая ты некрасивая когда плачешь, чего такое лицо сделал.. | Я вижу, ты чем-то расстроена. Чем я могу тебе помочь? Расскажи мне, что случилось? Иди ко мне, я тебя обниму. Я понимаю, как тебе неприятно. Я с тобой, всё будет хорошо. |
| Всё равно у тебя ничего не получится, Не умеешь — не берись, У тебя не руки, а крюки, Неумеха..        | Я верю в тебя. Ты обязательно справишься! Если что-то не получится, я тебе помогу. Попробуй еще!                                                                          |
| Только ломать умеешь, больше ничего! Откуда у тебя только руки растут, Опять все не так..              | Если тебе что-то непонятно, давай я тебе объясню. Ошибаться – это нормально и правильно. Не расстраивайся, у тебя всё получится. Чем я могу тебе помочь?                  |
| Закрой свой рот, тебя не спрашивают, Я — последняя буква алфавита, Мне наплевать, что ты думаешь..     | Мне важно знать твоё мнение. Я слышу тебя. Давай это обсудим. Спасибо, что поделился. Какая интересная мысль! Я понимаю, что ты не согласен.                              |
| Ума нет – считай калека, Бестолковый, Сколько раз тебе повторять..                                     | Давай я тебе ещё раз объясню. Что тебе не понятно?                                                                                                                        |
| С твоими мозгами ты ничего в жизни не добьёшься, Дурак, что ли..                                       | Ты умный и способный, ты много можешь достичь в жизни.                                                                                                                    |
| Тебе слон на ухо наступил., Все цветы завяли от твоего пения, Не твое это, уж лучше другим займись..   | Мне нравится как ты поешь, Я вижу, что тебе очень нравится петь. Продолжай заниматься.                                                                                    |
| Пишешь как курица лапой, И в кого только такой почерк, совсем не стараешься..                          | Пиши аккуратно, я знаю, ты можешь. Давай потренируемся писать вот эту букву.                                                                                              |
| – Включи мозги, ты думать забываешь?, Не видишь, что-ли..                                              | Смотри внимательно. Сосредоточься. Подумай как следует.                                                                                                                   |
| Наказание мое, И за что мне такое счастье..                                                            | Ты моё счастье, я люблю тебя.                                                                                                                                             |
| Ишь, чего захотел, Много хочешь – мало получишь..                                                      | Ты достоин лучшего, верь в себя и свои силы. Ставь цели, мечтай, достигай! У тебя всё получится! Всё в твоих руках. Я верю в тебя!                                        |
| Хватит плакать из-за ерунды                                                                            | Я понимаю, для тебя это важно, давай подумаем, что можно сделать                                                                                                          |
| Возьми себя в руки                                                                                     | Успокойся, и мы сможем придумать решение                                                                                                                                  |
| Смотри, куда идешь                                                                                     | Внимательно смотри перед собой                                                                                                                                            |
| Не наступай в лужу                                                                                     | Обойди лужу                                                                                                                                                               |

|                                                  |                                                                                |
|--------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|
| Кто с тобой будет дружить                        | С кем бы ты хотел подружиться                                                  |
| Зачем ты меня обманываешь                        | Мне очень важно, чтобы ты сказал правду, иначе я не смогу тебе больше доверять |
| Было бы чем хвастаться                           | Ты уверен, что этим можно гордиться?                                           |
| Ты хочешь заболеть?                              | Если ты заболеешь, придется сидеть дома и пропустить много интересного         |
| У тебя не получится                              | Попробуй, не попробуешь, не узнаешь                                            |
| Я не знаю                                        | Давай вместе подумаем                                                          |
| Я тебя не понимаю                                | Уточни еще раз, что ты имеешь в виду                                           |
| Ты не прав                                       | Это твое мнение                                                                |
| Я сказал- нет                                    | Я высказала свое мнение, оно не изменится                                      |
| Потому что я так сказал                          | Потому что это решение приняли родители                                        |
| Никаких конфет                                   | Сладкое -на десерт                                                             |
| Как мне это надоело, если бы то только знал!     | Я не настроена это обсуждать сейчас, давай поговори об этом после ужина        |
| Знаешь, сколько времени?                         | Уже поздно, пора спать                                                         |
| Папа придет, я ему все расскажу!                 | Мне придется рассказать все папе. Вероятно, его расстроит твой поступок        |
| У всех дети как дети, а ты..                     | Я люблю тебя несмотря ни на что, но иногда твое поведение очень меня огорчает  |
| Неужели сложно понять?                           | Что именно тебе непонятно в этом вопросе?                                      |
| Придем домой, ты у меня узнаешь!                 | Сегодня мне придется лишиться тебя.... Из-за твоего поведения                  |
| Неблагодарный!                                   | Мы очень стараемся, чтобы у тебя было все необходимое. Не расстраивай нас так  |
| Не кричи                                         | Говори тише                                                                    |
| Не ешь быстро                                    | Прожевывай еду хорошенько                                                      |
| Снова беспорядок                                 | Уберись, пожалуйста                                                            |
| Сколько тебя ждать                               | Нам пора уходить, попрощайся                                                   |
| Куда полез?                                      | Отойди, спустись, пожалуйста                                                   |
| Упадешь!                                         | Будь аккуратен                                                                 |
| Будешь плакать!                                  | Подумай о последствиях                                                         |
| Поскользнешься!                                  | Смотри внимательно под ноги                                                    |
| промокнешь                                       | Возьми зонт/надень резиновые сапоги                                            |
| Не беги!                                         | Иди спокойным шагом                                                            |
| А я не устала?                                   | Я понимаю тебя, мы все устали                                                  |
| Ты у меня сейчас получишь!                       | Я очень огорчен и могу сказать или сделать то, о чем мы оба будем потом жалеть |
| Хватит мне мешать, ты отвлекаешь!                | Займись пока своими делами. Я освобожусь, и мы займемся кое-чем интересным     |
| Ты что, с ума сошел?                             | Я неприятно удивлена твоим поступком!                                          |
| Это дорого!                                      | Сегодня у нас по плану другие покупки                                          |
| Выключи телевизор!                               | Телевизор перегрелся, ему нужен отдых                                          |
| Садись лучше за уроки!                           | Делай уроки, а потом займешься...                                              |
| Вот когда я был ребенком, я не был таким, как ты | Ты можешь ошибаться, однако главное – вынести урок из ошибок и не повторять их |
| В моем детстве этого не было!                    | Я был бы рад иметь такую игрушку, когда был маленьким!                         |
| Не торопись                                      | Ты успеешь                                                                     |
| Я кому говорю                                    | Услышь меня, пожалуйста                                                        |
| закругляйся                                      | Пора заканчивать, время вышло                                                  |
| Сколько тебе говорить                            | Выполни мою просьбу, пожалуйста                                                |
| Я уже не знаю, как с тобой разговаривать!        | Давай найдем решение, которое устроит нас обоих                                |

|                               |                                                                |
|-------------------------------|----------------------------------------------------------------|
| Ты что, глухой?               | Услышь меня, пожалуйста                                        |
| Ты что, слепой?               | Обрати внимание на это, пожалуйста                             |
| Тебе не стыдно?               | Подумай о своем поступке                                       |
| Как ты разговариваешь!        | В нашей семье так никто не разговаривает                       |
| Я же говорила, что так будет! | Извлеки из этой ситуации урок и больше не повторяй этих ошибок |

Каждый раз, обращаясь к ребёнку, задавайте себе вопрос: «Смогла бы я сказать такие слова человеку, которого уважаю и отношениями с которым дорожу?»

Это вам точно поможет.

А если у вас остались вопросы, обращайтесь на консультацию к психологу.

Мы вам рады!