

*Если родитель «не лезет за словом в карман», это еще не повод для радости. На поверку выражения взрослых могут оказаться обидными и жутко вредными для детей. Проверьте фразы по списку и в случае обнаружения чего-то подобного в своем репертуаре, замените их деликатным покашливанием.*

**1. «Будешь так себя вести, тебя унесет соседская собака/врач/зубная фея»**  
Особенно неприятно ребенку слышать запугивания перед сном. Дети отчего-то верят взрослым, а раз тебе авторитетно сообщают о тревожном явлении, скорее всего, это что-то может значить. Спать становится беспокойно: то ли из-за звуков фильма ужасов из-за стенки, то ли из-за пророчества родителя. Недалеко и до неврозов. Кстати, с четырех до шести лет у дошкольника — возраст иррациональных страхов, поэтому последующие похлопывания по плечу: «Да ты чего, у вампиров по средам выходной!» — успеха не принесут.

**2. «А я догадался, откуда у тебя руки растут!»**  
Русский язык очень выразителен в отношении не самых приятных эпитетов для частей тела: «руки-крюки» и «пустая голова» — казалось бы, невинные словечки в адрес человека, который перевернул на диван сгущенку. А потом полез везде своими лапами и даже не помыл копыта. Это опасный путь: дети формируют собственный образ исходя из наших слов о них. Гораздо лучше постоянно указывать, что сердце — доброе, голова — светлая, руки — умные, ноги — быстрые... Согласно законам психологии, так оно и будет. «Ванечка, ну зачем же твои светлые добрые ладони снова разобрали будильник!»

**3. «Ну-ка не реви! Ты же мальчик/девочка/потомок Чингисхана!»**  
Ай-ай-ай. Такой большой родитель и не знает, что отрицание чувств ребенка вылезает боком всем участникам. Ему/ей/потомку Чингисхана сейчас очень плохо, и лучше всего пожалеть их всех вместе и выяснить причину огорчения. Второй минус этой фразы в том, что она формирует невозможность достижения некоего эталона. Как будто бы этот эталон где-то висит и светит, ребенок должен к нему тянуться, но, увы, заплакал и осрамился.

**4. «Да мы с отцом все для тебя... всю жизнь посвятили, все деньги вбухали! Вот этими самыми мозолистыми руками!»**

Многие удивятся, но никто никого не просит посвящать ему жизнь. Эта ноша великовата для человека любого размера — знать, что кто-то пожертвовал для тебя самым ценным. Особенно если расплатиться нечем. Чувство вины подобными сентенциями впивается в ребенка намертво и сильно отравляет жизнь, а также ваши отношения. Наверное, у вас тоже не задалась бы беседа с кем-то, кто продал свою почку, чтобы подарить вам на день рождения коньки.

**5. «О, господи... На! Бери свои конфеты с апельсиновыми канцерогенами, только отстань!»**

Это неудачная реакция на просьбы хотя бы потому, что в следующий раз, когда ставки вырастут, вам могут устроить более качественный налет. Оно же работает. Кроме того, сама по себе фраза настолько грубая, что ее неловко приносить домой. Дети часто такое слышат. Представьте, что начальник вам повышает оклад с такими словами — неприятно, ей-богу.

**6. «Эх, я-то в твои годы! Побеждал на соревнованиях по метанию ведра. Вся школа меня боялась!»**

Несмотря на то, что хвастаются родители обычно какими-то идиотскими вещами, детям хочется быть на них похожими, особенно если они все время подчеркивают важность «похожести» подобными словами. Это снова попытка установить эталон, на этот раз и вовсе недостижимый: папа в твои годы мог, а вот тебе не светит, ты нехорош. Отсюда и до выученной беспомощности рукой подать: когда уверенность «я не могу» перерастает в убеждение «мне не стоит и пытаться». Кстати, из той же оперы фразы-сравнения: «Погляди-ка на Машеньку, она-то никогда не стирает ластиком оценки из электронного дневника — вот тебе пример!»

**7. «Пока Машенька еще здесь, заметь — она еще и компот весь допила, не то, что ты!»**

Наверное, не самое актуальное замечание для людей, которые разглядывают в фейсбуке, как другие похудели перед отпуском, но все же: сравнивать себя человек может и должен только с собой вчерашним. В противном случае нас всегда будут окружать более крутые, успешные и подтянутые люди. Примериваясь к другим товарищам, более благополучным в разных сферах, мы обречены на заведомый провал. Человечество пока не изобрело ни одного героя, который был бы самым лучшим во всем, значит, и ребенку не стать самым-самым. Какая ужасная мысль!

**8. «Все равно поедем на каникулы в тундру. И меня не волнует, что ты там хочешь»**

Логика ребенка такова: «Если маму не волнуют мои ожидания, значит, они и правда не важны. А если они не важны, то и сам я вроде как-то не очень важен». Между тем в психологии принято считать, что родители должны формировать у детей обратные вещи, например, базовое доверие к жизни, чувство собственной ценности и значимости. Так что фразу лучше переформулировать: «Я знаю, что тебе хотелось бы в Диснейленд, и мне очень важно твое мнение, но, к сожалению, мы можем себе позволить посмотреть лишь красоты северного мха!» И вот еще круто, если из другой комнаты никакой прочий член семьи не будет кричать: «Потому что я так сказал! И точка!»

**9. «Еще раз схлопочешь двойку, приставки тебе не видать!»**

Вместо джойстика вы можете грозить лишением карманных денег, выходных дней или порций мороженого — не суть важно. Здесь происходят две печальные вещи: во-первых, подмена мотивации (человек как будто должен учиться лишь для того, чтоб ему разрешили поиграть с джойстиком), а во-вторых, возведение этой сомнительной награды в культ и высшее удовольствие. Если у ребенка есть проблемы, то выражать заботу следует иначе: «Раз ты проводишь с приставкой все свое время, вместо того чтобы учиться, и не можешь победить соблазн, я должен помочь тебе, как взрослый человек, который понимает, что пока ты не способен регулировать зависимость. Давай вместе подумаем, как это сделать». Не следует валить в одну кучу оценки и приставки. Подобная беседа должна проходить отдельно от эмоционально насыщенного разговора о двойках.

**10. «Ну-ка крошки собрал! Вышел из-за стола! Поклонился гостям, я сказал!»**

Так с ребятами разговаривают в армии, в школе и некоторые папы. Когда глаголы стоят в прошедшем времени, послушание не подразумевается. Другой эффект от таких слов заключен в том, что они унижают человеческое достоинство и напрямую бьют по личности, ломая ее. Воспитанный на глаголах прошедшего времени ребенок привыкает к тому, что силе надо подчиняться, а еще он может на скорость приносить родителю тапочки. Но это, пожалуй, единственный плюс.

**11. «Давай-ка, сынок, я сейчас докажу, что ты врешь. Во-первых, твой воображаемый друг гораздо меньшего размера, чем следы на ковре...»**

Ловить на лжи и доказывать, что ребенок обманул — верный путь спровоцировать его на новые лжепостроения. Не придирайтесь, не уличайте, это мелочно. Тактично дать понять, что вы в курсе, но не давите на больное — гораздо более тонкая работа. А если ребенок часто и настойчиво обманывает, это знак, что у него какие-то проблемы, может быть, касающиеся самооценки или отношений в семье. Имеет смысл разобраться с причинами, по которым воображаемые друзья приходят к вам в дом с актами вандализма.