

## Как мы создаём комплексы у детей

Нужно хорошо подумать, прежде чем бросаться необдуманными фразами. Когда мы раздражены и недовольны поведением собственных детей, мы говорим им слова и фразы, которые говорить детям нельзя. Капризничающие дети часто слышат от своих родителей фразы: «Будешь продолжать так себя вести, я уйду!».

Угроза «остаться одному» действует на ребенка подобно приговору и буквально означает для него то, что он лишен теперь родительской поддержки и любви, он нелюбим, и маме теперь все равно, что с ним будет.



### *Не балуйся с едой*

Дети вообще не умеют баловаться. Они познают мир и физические свойства предметов, в том числе и еды.

### *Хватит дурачиться/баловаться/беситься*

Да с чего бы это? Когда еще дурачиться, как не в детстве? Если в детстве не надураться как следует, то потом это желание "побыть клоуном" будет постоянно вылезать во взрослом возрасте в самых странных формах и образах на фоне общей серьезности человека. Еще и будет сопровождаться внутренней неудовлетворенностью.

*Что ты такое говоришь! Как тебе не стыдно?!*

Очень чревато вешать на ребенка стыд и чувство вины. Взрослый так сбрасывает свою ответственность за себя, свое состояние, свой уровень сознания, свой метод воспитания на ребенка. И потом ребенок живет с этим чужим грузом, болеет, становится несчастным, озлобленным на мир, начинает пакостничать и вредничать.

*Хватит реветь! Успокойся!*

Это всё равно что сказать: "Хватит очищать свою душу, оставь внутреннюю боль в себе и живи с ней дальше, сделай вид, что тебе не больно, обмани себя". Не выплаканная боль будет всегда копиться и делать ребенка злее и черствее.

*Упадешь, ударисься, больно будет*

Если так говорить ребенку, то так и будет. Эти слова - это не предостережение для ребенка, а факты, которые программируют его Сознание на такой исход событий. Вместо таких фраз нужно помочь ребенку попробовать себя там, где еще не попробовал, дать ему руку, оказать поддержку, вселить в ребенка уверенность в его силах и способностях.

*Я тебя не люблю*

Это самая страшная фраза, которую может услышать от вас ваш ребенок. Это всегда травма для малыша, ведь такие слова убеждают малыша в том, что «он плохой» и «больше не нужен». Никогда так не говорите, а всегда подчеркивайте, что вы любите своего малыша даже тогда, когда он плохо себя ведет и капризничает.

*Да, кому ты нужен!*

Это фраза, часто используемая родителями якобы для того, чтобы избавить ребенка от не имеющих под собой оснований детских страхов, в ответ на жалобную просьбу о защите: «Мама, меня хочет съесть страшное чудовище». Услышав такую фразу, ребенок может подумать, что, кроме вас, он не нужен вообще никому, и вы делаете большое одолжение, что живете с ним. Такой

вывод может привести к заниженной самооценке, необщительности, комплексам и страхом перед общением. Поэтому помогая ребенку избавиться от детских страхов, скажите ему, что он для вас слишком дорог, чтобы вы позволили какому-либо чудовищу даже близко подойти к нему.

*Не будешь слушаться, придет плохой дядя (милиционер/Баба Яга.)  
и заберет тебя!*

Ребенок с крепкими нервами и хорошим чувством юмора, в лучшем случае, скоро перестанет реагировать на подобные заявления. А вот более тревожный малыш может пережить сильный испуг и заработать фобию. Единственное, что добьются родители в результате применения подобных фраз, это повышенная тревожность, нервные срывы, ухудшение дисциплины и поведения у детей. Строить свой авторитете на страхе – это тупиковый путь, завоевать доверие и уважение можно гораздо более достойными и приятными для вас и ребенка способами.

*Ты плохой!*

Детские психологи в один голос утверждают, что нельзя осуждать самого ребенка, можно лишь осуждать его поступки и действия. Нельзя говорить ребенку, что «он плохой», правильно говорить, что он «поступил плохо». Дети младшего возраста не подвергают сомнению наши слова, они безоговорочно верят всему, что мы им скажем. Если ребенку постоянно говорить, что он лентяй, жадина и грязнуля, то не удивляйтесь, что в конце концов он будет вести себя соответственно.

*Ничего у тебя не получится – дай, сделаю сама!*

Такая фраза заранее программирует ребенка на неудачу. Постепенно у малыша появляется уверенность в том, что он неуклюжий, неловкий, неспособный и глупый неудачник, который не способен ничего сделать самостоятельно без помощи мамы. Такой ребенок очень не уверен в себе. Никогда не проявит инициативу. А зачем, ведь все равно ничего не получится. Поэтому, если вы слышите от своего ребенка заявление «Я сам!», поддержите малыша в его стремлениях, проявите терпение и обязательно похвалите.

*Надейся только на себя, никто тебе не поможет, ведь мир против тебя*

Такие фразы могут услышать от своих родителей слабые, неуверенные и физически некрепкие дети, которых родители подобными утверждениями

пытаются приучить к самостоятельности и способности постоять за себя. Но в итоге представляют и без того пугающий окружающий мир для ребенка еще более угрожающим и даже опасным. Ребенок становится настороженным, недоверчивым, замкнутым, избегает общения с детьми и взрослыми, ведь никогда не знаешь, откуда ждать подвоха. Важно формировать у ребенка позитивный взгляд на мир, и только ошибки в воспитании могут настроить его против окружающих.

*Почему ты не можешь вести себя так же хорошо, как твоя сестра? или Петя уже давно умеет читать, а ты даже букв не знаешь!*

Подобные сравнения, особенно с братом и сестрой, очень болезненно воспринимаются детьми и вызывают чувство нездорового соперничества. Детям очень важно знать, что вы их любите просто так, а не за приобретенные навыки или особые таланты.

*Что ж ты не занял первое место?*

Такие фразы показывают детям, что они никогда не будут достаточно хороши, чтобы удовлетворить все требования своих родителей. Чтобы заслужить сдержанное одобрение, придется прыгнуть выше головы и никогда не опускаться ниже вершины. Родителям стоит помнить, что детям очень важно их одобрение, особенно в те моменты, когда все получается не так, как хотелось бы. «Третье место? Это же замечательно! В следующий раз подготовимся еще лучше! Но я тобой очень горжусь!»

***Поддержка и любовь родителей – это лучшая мотивация в достижении успехов.***

***Источник: <https://www.psihologsite.ru/roditelyam/frazy-roditelej-daryashchie-detyam-kompleksy>***