***Фрази батьків, які знецінють особистість дитини***

 Завжди легко дивитися з боку і дуже важко виховувати власну дитину, адже так важливо не перейти ту тонку грань між вседозволеністю та жорсткими рамками. Іноді фрази, що здаються нам на перший погляд позитивними, можуть принести більше шкоди, ніж користі. Давайте розберемося, з якими фразами батькам потрібно бути вкрай обережними?

***«Ти – молодець»***

 Начебто, на перший погляд, нічого поганого в цій фразі немає і дуже багато батьків використовують її, щоб похвалити дитину. Але такі короткі фрази, це сигнальна система, найпростіша оцінка, коли батько хоче швидше закінчити розмову і переключитися на щось більш важливе. Згадайте, коли ви відповідали так своїй дитині, чим були зайняті ви і ваші думки?

 Така сигнальна похвала це знецінення, за рахунок мінімальної залученості і включеності батьків в діалог.

 І часто батьки так кажуть не тому, що погані, а тому що більш глибоке залучення в розмову вимагатиме більше часу і рефлексій, а вони не завжди до них готові. Батьки роблять так, як простіше, ось начебто і увагу приділили і похвалили, все відмінно. Але діти відчувають, коли ви говорите це, тільки щоб відв’язатися від них і зовсім скоро просто не прийдуть до вас похвалитися черговою оцінкою або виробом, а потім і зовсім закриються від вас і перестануть довіряти. Наслідки таких оціночних оцінок глобальні, тому намагайтеся більше говорити з дітьми, не відмахуватися від них, розберіться в їхніх емоціях і почуттях, цей згаяний час коштуватиме вам збережених нервів у майбутньому.

***«А ось Марія…»***

 Часто батьки, бажаючи домогтися чогось від дитини, ставлять когось в приклад і кажуть: «А от у Марії з англійської 12, відмінниця, займається бальними танцями і олімпіаду з фізики виграла. А ти – неук». Бажання батьків в принципі зрозуміле, задати мотивацію, але такі фрази на дитину надають абсолютно іншу дію – її знецінення. В такий момент дитина розуміє, що вона не важлива, як особистість, як людина, важливо тільки те, як вона існує в системі координат батьків: гарне поводження, відмінні оцінки, допомога по дому тощо.

 Дитина – це особистість, з якою потрібно рахуватися і поважати її інтереси, вона нікому нічого не винна, ані батькам, ані Марії, яку батьки весь час ставлять у приклад і твердять, що ти повинна бути ТАКОЮ Ж або навіть КРАЩЕ. Дитина повинна жити в задоволення, а в не кимось придуманих рамках і з нав’язаними судженнями, які знецінюють її у власних очах.

***«Ти ж дівчинка»***

 Давати характеристики і говорити, ґрунтуючись на рівні статі, взагалі недоречно, це тягне за собою низку обмежень і комплексів, з якими потім вже дорослій дівчинці дуже складно боротися. Часто такими фразами маніпулюють люди старшого покоління – бабусі, в їхньому розумінні дівчинка і жінка означають зовсім не те, що в сучасному суспільстві. Дівчинка повинна бути красивою, причесаною і вести себе «як дівчинка» і ніяк інакше. Такі установки позбавляють людину права на власний прояв, змушують вже в дорослому віці постійно контролювати себе, задаючи питання «Чи правильно я поводжуся, як дівчинка?». При всьому при тому, що все, що «не як дівчинка» – це за межею добра і автоматично погано.

 Не вішайте на дітей ярликів, дайте їм можливість бути вільними і не прив’язуйте гендерне розмежування, в сучасному світі вже настільки все одно, хто ти, хлопчик чи дівчинка, права у всіх рівні.

***«Я пишаюся тобою»***

 Гордість – це певні відчуття в тілі чисто на фізіологічному рівні, це почуття радості, що переповнює нас зсередини. Ми пишаємося нашими дітьми, тому що вони частина нас і це нормально, але важливо розуміти, що ця фраза-пастка може працювати в іншому напрямку, оскільки це дві сторони однієї медалі: мама може пишатися або засмучуватися. І тут уже на перший план виходить свого роду маніпуляція, а дитиною в дитинстві маніпулювати дуже легко, так як схвалення батьків для неї має колосальну силу, діти фізично відчувають себе краще від похвали і всіляко прагнуть її отримати.

 Використовувати таку фразу можна, спочатку пояснивши дитині, що це означає, що вас переповнює радість і по тілу розливається тепло, що вам хочеться посміхатися і обніматися.

***«Хлопчики не плачуть»***

 Напевно ви чули цю фразу або навіть казали своїм синам, закладаючи в них посил. Саме ми вкладаємо маленькому хлопчику в голову, що він повинен бути грубим і агресивним, не має права на почуття й емоції, тому що «ти ж не дівчинка» та «хлопчики не плачуть». Дитина розуміє цей посил дуже швидко, тому як в дитинстві сильніше батьківського авторитету немає нічого, тому все, що кажуть тато й мама апріорі не може бути неправильно.

 Буває ще гірше, батько може сказати, що «не чоловіча це справа – плакати» і тут вже йде поділ за гендерним принципом і приниження іншої статі, посил, що чоловік повинен домінувати.

 В наступний раз десять разів подумайте, коли зберетеся сказати синові щось подібне, подумайте, чи хочете ви, щоб з нього виріс замкнутий дорослий невротик, який не вміє висловлювати свої почуття. Такими фразами ви позбавляєте дитину права бути собою, приймати власні рішення.